



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

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

TESIS

**“RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS  
ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE ICA,  
EN EL CONTEXTO DE EMERGENCIA SANITARIA, 2020”**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

**Calidad de vida y resiliencia y bienestar psicológico**

Presentado por:

**Roxana Elizabeth Ramos Calderon**

Tesis desarrollada para optar el Título de Licenciada en  
Psicología

Docente Asesor:

Dr. José Huamán Narvay

Código Orcid: N° 0000-0001-5400-5737

Chincha, Ica, 2021

**ASESOR:**

Dr. José Huamán Narvay

**MIEMBROS DE JURADO:**

Dr. Hernando Martín Campos Martínez

Dr. Willian Esteban Chu Estrada

Dr. Lorenzo Edmundo Gonzáles Zavaleta

## **DEDICATORIA**

A mis Abuelos Jesús y Pedro en el cielo que siempre me brindaron su apoyo y sus buenos consejos.

A mis padres Elizabeth y Johon que son las personas mas importante en mi vida, por su paciencia y haberme apoyado incondicionalmente en estos 5 años, Gracias a ustedes papá y mamá.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco al Rector de la Universidad Privada de Ica Dr. Campos Martínez José; por haberme permitido aplicar mis instrumentos en su casa de estudio y a la vez agradecer al grupo de trabajo de la Universidad Privada de Ica por su apoyo que me brindaron para poder realizar mi investigación correspondiente, en especial a la Ing. Ángela Velazco que me ayudo a coordinar con las alumnas para poder aplicar mi Instrumento de investigación.

También agradezco a la Mg. Novella Coquis Angelina, al Dr. Arturo Barraza Macías y a la Lic. Ancajima Carraza Lourdes por brindarme la autorización correspondiente de sus Inventarios y Cuestionarios para poder realizar mi trabajo de Investigación.

Y finalmente, a todas las personas que me brindaron su apoyo, su tiempo y información para poder lograr mi objetivo.

Estoy muy agradecida con cada uno de ustedes.

Muchas gracias.

## RESUMEN

La presente investigación, tiene como objetivo principal analizar la relación que existe entre Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de emergencia Sanitaria, el tipo de investigación es no experimental, correlacional, cuantitativo de corte transversal, la muestra estuvo conformada por 85 estudiantes de una Universidad Privada de Ica, para la recogida de datos se utilizó la Escala de Resiliencia de Wagnil y Young adapta por Novella (2002) y el Inventario de SISCO del Estrés Académico del Dr, Arturo Barraza adaptado por Ancajima (2017). El principal resultados determinó que existe una correlación negativa débil entre las variables de Resiliencia y Estrés Académico en estudiantes de una Universidad Privada Ica con el coeficiente de correlación Rho de Spearman de -0,358. La principal conclusión fue que a mayor Resiliencia menor Estrés Académico.

**Palabras claves:** Resiliencia, Confianza en si mismo, Ecuanimidad, Perseverancia, Satisfacción personal, Sentirse bien, Estrés Académico, Estímulos estresores, Síntomas, Estrategias de afrontamiento.

## **ABSTRACT**

The main objective of this research is to analyze the relationship between Resilience and Academic Stress in students of a Private University of Ica, in the context of a Health emergency, the type of research is non-experimental, correlational, quantitative, cross-sectional, The sample consisted of 85 students from a Private University of Ica, for data collection the Wagnil and Young Resilience Scale adapted by Novella (2002) and the SISCO Inventory of Academic Stress by Dr, Arturo Barraza adapted by Ancajima (2017). The main results determined that there is a weak negative correlation between the variables of Resilience and Academic Stress in students from a Private University with the Spearman Rho correlation coefficient of -0.358. The main conclusion was that the higher Resilience the lower the Academic Stress.

**Keywords:** Resilience, Self-confidence, Equanimity, Perseverance, Personal satisfaction, Feeling good, Academic Stress, Stressors, Symptoms, Coping strategies.

## ÍNDICE GENERAL

<b>Dedicatoria</b> .....	iii
<b>Agradecimiento</b> .....	iv
<b>Resumen</b> .....	v
<b>Abstract</b> .....	vi
<b>Índice general</b> .....	vii
<b>Índice de tablas</b> .....	x
<b>Índice de figuras</b> .....	xii
<b>I. INTRODUCCIÓN</b> .....	12
<b>II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b> .....	14
2.1. Descripción del Problema.....	14
2.2. Pregunta de investigación general .....	17
2.3. Preguntas de investigación específicas .....	18
2.4. Justificación e Importancia .....	19
2.5. Objetivo General .....	20
2.6. Objetivos Específicos .....	20
2.7. Alcances y Limitaciones .....	21
<b>III. MARCO TEÓRICO</b> .....	22
3.1. Antecedentes .....	22
3.2. Bases Teóricas.....	31
3.3. Marco Conceptual .....	45
3.4. Contexto de Emergencia Sanitaria.....	48
<b>IV. METODOLOGÍA</b> .....	49
4.1. Tipo de Investigación .....	49
4.2. Nivel de Investigación .....	49
4.3. Diseño de Investigación .....	49

4.4. Hipótesis General y Específicos.....	50
4.5. Variables .....	51
4.6. Operacionalización de Variables .....	53
4.7. Población – Muestra.....	57
4.8. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos.....	57
4.9. Técnicas de Análisis e Interpretación de Datos.....	63
<b>V. RESULTADOS.....</b>	<b>65</b>
5.1. Presentación de Participantes.....	65
5.2. Presentación e Interpretación de los Resultados .....	66
<b>VI. DISCUSION DE RESULTADOS.....</b>	<b>81</b>
6.1. Análisis descriptivos de los resultados .....	81
6.2. Comparación de resultados con marcos teóricos.....	83
<b>VII. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....</b>	<b>86</b>
<b>VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>89</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>97</b>
Anexo 01: Ficha Técnica del Instrumento de Resiliencia con Validez y Confiablez.....	97
Anexo 02: Instrumento de Investigación A (formato impreso) .....	99
Anexo 03: Instrumento de Investigación A (formato web).....	101
Anexo 04: Autorización del Uso del Instrumento por parte del Autor...	105
Anexo 05: Ficha Técnica del Instrumento de Estrés Académico con Validez y Confiablez .....	106
Anexo 06: Instrumento de Investigación B (formato impreso) .....	109
Anexo 07: Instrumento de Investigación B (formato web).....	112
Anexo 08: Autorización del Uso del Instrumento por parte del Autor...	118
Anexo 09: Oficio de Aplicación de Investigación .....	120
Anexo 10: Constancia de Aplicación de los Instrumentos .....	122
Anexo 11: Informe de Turnitin al 28% de similitud.....	123

Anexo 12: Base de Datos de Consistencia.....	124
Anexo 13: Matriz de consistencia .....	136

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1:Operacionalización de las Variables del estudio.....	53
Tabla 2: Muestra de Participantes del Estudio.....	57
Tabla 3: Ficha Técnica de Escala de Resiliencia.....	58
Tabla 4: Niveles de Resiliencia.....	60
Tabla 5: Ficha Técnica del Inventario SISCO.....	60
Tabla 6: Niveles del Estrés Académico.....	63
Tabla 7: Niveles de Correlación.....	64
Tabla 8:Participantes por Edades.....	65
Tabla 9:Participantes por Sexo.....	65
Tabla 10: Participantes por Carrera.....	66
Tabla 11: Nivel de Resiliencia.....	66
Tabla 12: Nivel de Estrés Académico.....	67
Tabla 13:Prueba de correlación entre las Variables.....	68
Tabla 14: Tabla cruzada Resiliencia y Estrés Académico.....	69
Tabla 15: Correlación entre Dimensión Confianza en sí mismo y Estrés Académico.....	70
Tabla 16:Tabla cruzada de la Dimensión Confianza en si mismo y Estrés Académico.....	71
Tabla 17: Correlación entre Dimensión Ecuanimidad y Estrés Académico.....	72
Tabla 18: Tabla cruzada de la Dimensión Ecuanimidad y Estrés Académico.....	73
Tabla 19: Correlación entre Dimensión Perseverancia y Estrés Académico.....	74
Tabla 20: Tabla cruzada de la Dimensión Perseverancia y Estrés Académico.....	75
Tabla 21: Correlación entre Dimensión Satisfacción personal y Estrés Académico.....	76
Tabla 22: Tabla cruzada de la Dimensión Satisfacción personal y Estrés Académico.....	77
Tabla 23: Correlaciones entre Dimensión Sentirse bien sólo y Estrés Académico.....	78

Tabla 24: Tabla cruzada de la Dimensión Satisfacción personal y Estrés Académico .....	79
Tabla 27: Matriz de Consistencia.....	136

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1:Relación entre Rendimiento y Estrés.....	39
Figura 2: Formula del diseño .....	50
<i>Figura 3: Nivel de la variable Resiliencia en los estudiantes de la Universidad Privada de Ica .....</i>	<i>67</i>
Figura 4: Nivel de la variable Estrés Académico en los estudiantes de la Universidad Privada de Ica. ....	68
Figura 5: Niveles entre Dimensión Confianza en si mismo y Estrés Académico .....	72
Figura 6: Niveles de Dimensión Ecuanimidad y Estrés Académico .....	74
Figura 7: Nivel entre la Dimensión Perseverancia y Estrés Académico...	76
Figura 8: Niveles de Dimensión Satisfacción personal y Estrés Académico .....	78
Figura 9: Niveles de Dimensión Sentirse bien sólo y Estrés Académico .	80

## **I. INTRODUCCIÓN**

La presente investigación se refiere al tema de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, la elaboración de esta investigación nos explica cómo la Resiliencia permite al estudiante a sobrellevar el estrés académico.

Existen estudios realizados de Resiliencia y Estrés Académico, como se puede observar en Capítulo III Marco Teórico, el estudio Internacional encontramos que no existe relación entre Resiliencia y Estrés Académico, debido a que se han utilizado las variables de estudio en poblaciones relacionadas estudiantes de Instituto Educativo y Estudiantes Universitarios como en Ecuador y España. En el Perú también se han realizado estudios de las variables ya mencionadas, encontrando relación entre la Resiliencia y Estrés Académico, en gestiones públicas y privadas en estudiantes de nivel Secundarias y Universitarios en la localidad de Trujillo, Chiclayo y Lima. En el nivel regional solo se encontró las variables de estudio por separado, teniendo un medio y bajo nivel en Resiliencia y en Estrés Académico está presente en un mayor valor durante todo el semestre académico en los estudiantes universitarios.

La presente investigación tiene importancia debido a que se permite conocer la relación entre Resiliencia y Estrés académico en estudiantes de una Universidad Privada de Ica, a partir de las respuestas proporcionadas por los mismos estudiantes mediante dos evaluaciones una de Resiliencia y el otro por el inventario del Estrés Académico.

La motivación para el desarrollo de la investigación se evidencia a partir de los criterios de ejecución en la investigación que permite analizar la Resiliencia y cómo puede estar relacionada al Estrés Académico en los alumnos universitarios, su conveniencia radica en que ha proporcionado un instrumento de corte científico que establece como el comportamiento de una variable afecta a otra variable en otras palabras como la Resiliencia puede disminuir el Estrés Académico.

La elaboración de esta investigación es necesaria entender como la Resiliencia le permite al estudiante a sobre llevar el Estrés Académico, en la cual es el producto de las demandas académicas que están sujetas constantemente. Se ha observado que muchas personas o estudiantes dejan de lado sus deberes o dejan la mitad de la carrera por problemas emocionales, económicos, entre otros, provocando un Estrés Académico estos fenómenos perjudican a los alumnos, debido a la exigencia de los deberes académico y se ve afectado en los resultados del rendimiento y llegaran a tomar la decisión de dejar la universidad.

El estudio tiene como objetivo analizar la relación que existe entre Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020, con una hipótesis orientada a determinar que existe una relación significativa entre Resiliencia y Estrés Académico, aplicando la metodología de nivel correlacional, con diseño no experimental de corte transversal.

El informe de investigación se encuentra dividido en siete capitulo. Donde podemos destacar los siguientes puntos: En el capítulo II se explica el problema de investigación y su planteamiento. El marco teórico que sustenta a las variables de estudio lo encontramos en el capítulo III, mientras que el capítulo V se muestra los resultados obtenidos expresados en tablas y gráficos con sus respectivas interpretaciones en base a los estadísticos utilizados, en el Capítulo VII presenta las conclusiones y recomendaciones, y finalmente se anexan los documentos que sustentan el estudio realizado.

## II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

### 2.1. Descripción del Problema

Este proyecto aborda temas de investigación de distintos autores publicados en los últimos años, relacionados a la problemática actual. La elaboración de esta investigación es necesario entender como la Resiliencia le permite al estudiante a sobre llevar el Estrés Académico, en la cual es el producto de las demandas académicas que están sujetas constantemente.

Granados, L.; Alvarado, S. & Carmona, J. (2017) Colombia en su artículo titulado El Camino a la Resiliencia: del sujeto individual al sujeto político, las diversas definiciones sobre la Resiliencia muestra la incrementación a la categoría, como es su complejidad conceptual al entender como capacidad, adaptación, habilidades, procesos y estrategias para el afrontamiento del problema. Llama la atención la superioridad de la comprensión psicológica y el acentuado carácter de la respuesta más individual de la persona frente a la adversidad. El estudio de la Resiliencia, desde la dimensión, mas social y comunitaria, ayudaría al individuo a entender la Resiliencia como un proceso humano histórico que acontece en sujetos plurales, con autonomía, capacidad ética y el arte para imaginar, desde otros y con otros mundo donde sea posible reinventarnos para la vida.

Consejo General de la Psicología de España (2016) en su artículo define que la Resiliencia Psicológica actualmente como el proceso psicosocial y de desarrollo a través de la persona expuestos a una situación o experiencias traumáticas experimentan una adaptación positiva a lo largo del tiempo. Bajo este marco de estudio durante más de 60 años de investigación en psicología han permitido identificar ciertos mecanismo protector que facilitan el proceso de la Resiliencia, y entre los que destacan, a nivel individual, ambiente familiar, apoyo social, la capacidad de afrontamiento, el sentimiento de esperanza. A nivel social, la educación es a menudo

considerada un indicador de Resiliencia en contextos en los que las expectativas de éxito académico son bajas. De estos datos se desprende la importancia de adoptar una estrategia multi-componente y multi-nivel en el desarrollo de intervenciones dirigidas a la reconstrucción de una Resiliencia eficaz.

Jerez Mendoza & Oyarzo Barría (2015) Chile, en su investigación con respecto al Estrés Académico, las exigencias a las cuales se ven enfrentados los estudiantes de una Institución Académica suele ser experiencia inevitablemente, produce estrés en los alumnos. El presente estudio identifica la prevalencia del estrés en estudiantes Universitarios, Concluyendo que existe una alta prevalencia de estrés en los alumnos del área de la salud, indicando un mayor estrés en el género femenino existiendo diferencia por carreras en las evaluaciones de los profesores, dolor musculara y fatiga crónica, siendo la carrera de kinesiología la que menor presenta un nivel bajo de estrés.

Chust Hernández & Tortajada Blanco (2019) España, en su artículo relacionado al Estrés Académico en estudiantes Universitarios, señala que las situaciones que mayor estrés producen en los alumnos son: la falta de tiempo para cumplir sus actividades académicas, la sobrecarga y la exposición de trabajos en clase y la realización de los exámenes. En las mujeres se presenta mayor Estrés Académico que en los hombres. Los alumnos provenientes de formación profesional presentan mayor estrés en las situaciones relativas a las obligaciones académicas que los de bachiller, y estos a su vez presentan mayor estrés en las primeras situaciones relativas a la expresión y la comunicación.

Capacute Chambilla (2019) Tacna, en su artículo científico relacionado a la Resiliencia tuvo como objetivo principal determinar la relación que hay entre la Resiliencia y el rendimiento académico en una Universidad Nacional en Tacna, concluyendo que existe

una relación significativa entre la Resiliencia y el Estrés académico, obteniendo en la Resiliencia un nivel mas alto (59.1%), medio (33.0) y bajo (7.8) y en el rendimiento académico la fortaleza y la confianza en si mismo es alto (67%), un nivel medio en la estructura personal (56.5%) y regular (64.3%).

Villalobos, A.; Vela, F.; Wiegering, D. & Robles, R. (2018) Lima, en su artículo relacionado a la Resiliencia en internos de medicina se encuentra sometida a múltiples factores que puede llegar a generar síntomas depresivos. La Resiliencia viene hacer un mecanismo que permite contrarrestar y a sobrellar las circunstancia. Encontrando una relación inversa entre el nivel Alto de Resiliencia y la ausencia de síntomas depresivos. En aquellos Internos se encontró un mayor nivel de Resiliencia y presentaron menos síntomas depresivos. El contacto con amigos y con el personal de trabajo se asociaron con un nivel alto de Resiliencia.

Picasso Pozo, Lizano Amado, & Anduaga Lescano (2016) Lima, señala en su artículo con respecto al Estrés Académico y Inteligencia Emocional, que la mayoría de los alumnos refirió haber mostrado momentos de estrés en el transcurso del semestre. Asimismo, la mayoría presento una percepción deficiente en sus emociones y un alto porcentaje debía mejorar la comprensión y la regulación de las mismas. Los alumnos que presentaron una comprensión excelente en sus emociones presentaron una menor frecuencia de síntomas asociados al estrés.

Correa Prieto (2015) Piura, en su investigación con respecto al Estrés Académico en estudiantes Universitarios, la presencia de diversos síntomas del estrés en los estudiantes de la escuela de medicina se generó la inquietud sobre la prevalencia del Estrés Académico, se encontró niveles de preocupación presentes en los estudiantes es medio, con mayor prevalencia en mujeres, siendo el nivel de Estrés Académico presente en los universitarios, alto en

mayor frecuencia. El nivel de estrés académico es casi homogéneo en sus tres niveles, siendo la mayor frecuencia el nivel alto (36.8%).

La Resiliencia y el Estrés Académico son temas muy importante que se viene desarrollando en varios lugares dentro y fuera del país pero todavía no se ha profundizado lo suficiente en los jóvenes de la ciudad de Ica ya que no se ha encontrado ningún artículo publicado.

El problema de los estudiantes de la universidad se observó que muchos de los estudiantes dejan de lado los deberes o dejan la mitad de la carrera por problemas emocionales, personales, económicos y entres otros. Y a la vez se encuentran sometidas a un proceso de Estrés Académico, en las cuales se ve reflejada principalmente en su comportamiento, en el desempeño académico. El estrés en los estudiantes no solamente es generado por la sobre carga académica, sino también por sus prácticas o internados y las exigencias de los docentes, también muchos de los estudiantes provienen de familias de bajo recursos económicos o tienen una carga familiar, por esa razón los estudiantes tienen que estudiar y a la vez trabajar para poder pagar sus estudios universitarios, en ocasiones se ven perjudicados en las horas de clases ya que a veces se cruzan con el horario de trabajo y esto va generando un nivel de estrés ya que pierden horas de clases. Por esta razón, la presente investigación busca determinar la relación que existe entre Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de la Universidad Privada de Ica, debido a que muchos estudiantes muestran preocupación y dificultades para adaptarse o resolver dificultades a las nuevas exigencias académicas.

## 2.2. Pregunta de investigación general

¿Existe relación entre Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020?

### 2.3. Preguntas de investigación específicas

Pregunta Específica 1:

¿Cuál es el nivel de Resiliencia en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020?

Pregunta Específica 2:

¿Cuál es el nivel del Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020?

Pregunta Específica 3:

¿Qué relación encontramos en la Dimensión Confianza en sí mismo de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020?

Pregunta Específica 4:

¿Qué relación encontramos en la Dimensión Ecuanimidad de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020?

Pregunta Específica 5:

¿Qué relación encontramos en la Dimensión Perseverancia de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020?

Pregunta Específica 6:

¿Qué relación encontramos en la Dimensión Satisfacción personal de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020?

#### Pregunta Específica 7:

¿Qué relación encontramos en la Dimensión Sentirse bien sólo de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020?

### 2.4. Justificación e Importancia

#### 2.4.1. Justificación

El presente trabajo se evidencia a partir de los criterios de ejecución en la investigación, que permite analizar la Resiliencia y como puede estar relacionada al Estrés Académico en los alumnos universitarios, su conveniencia radica en que ha proporcionado un instrumento de corte científico que establece como el comportamiento de una variable afecta a otra variable en otras palabras como la Resiliencia puede disminuir el Estrés Académico.

El propósito de este trabajo de investigación es aportar acciones de mejorar el beneficio de la comunidad universitaria. El valor teórico de la investigación se sustentara en la compilación y sistematización de la investigación correspondiente a las variables de estudio, para mayor conocimiento de las variables. La metodología se sostiene que la investigación contribuye en la definición de las variables: Resiliencia y Estrés Académico, este diseño propuesto determinara la relación entre las variables a través del instrumento de recojo de información.

Los resultados obtenidos serán utilizados como fuente de información directa, no solo serán beneficiarios los alumnos de la Universidad Privada de Ica, sino también los demás alumnos de otras Universidades de la ciudad de Ica para nuevas investigaciones de aquí en adelante.

#### 2.4.2. Importancia

Si bien es cierto que existe numerosas investigaciones sobre la Resiliencia y Estrés Académico y las estrategias de cómo afrontarlas, pero han sido desarrolladas constantemente en varios grupos de adolescentes y jóvenes estudiantes de distintas

identidades privadas y publica, dentro y fuera del país. Pero en Ica no se ha encontrado reportes de estudios realizadas en jóvenes por esa razón planteo este estudio para analizar la relación que existe entre Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica.

## 2.5. Objetivo General

Analizar la relación que existe entre Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

## 2.6. Objetivos Específicos

Objetivo Especifico 1:

Identificar el nivel de Resiliencia en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

Objetivo Específico 2:

Identificar el nivel del Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

Objetivo Especifico 3:

Determinar la relación entre la Dimensión Confianza en sí mismo de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

Objetivo Especifico 4:

Determinar la relación entre la Dimensión Ecuanimidad de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de emergencia sanitaria, 2020.

#### Objetivo Especifico 5:

Determinar la relación entre la Dimensión Perseverancia de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

#### Objetivo Especifico 6:

Determinar la relación entre la Dimensión Satisfacción personal de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

#### Objetivo Especifico 7:

Determinar la relación entre la Dimensión Sentirse bien sólo de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

### 2.7. Alcances y Limitaciones

#### 2.7.1. Alcances

Esta investigación está dirigido a los alumnos universitarios de la Universidad Privada de Ica, buscando establecer la correlación que existe entre Resiliencia y Estrés Académico.

Se utilizara dos instrumentos, Escala de Resiliencia de Wagnild y Young adaptado al Perú por Novella (2002) y el Inventario SISCO del Estrés Académico del Dr. Arturo Barraza, adaptado al Perú por Ancajima (2017).

#### 2.7.2. Limitaciones

Con respecto a las limitaciones con que nos encontramos en el desarrollo de la investigación fueron:

La falta de investigaciones para los antecedentes Regionales.

El poco acceso a los libros para desarrollar del marco teórico.

Al no tener acceso al manual completo del instrumento por motivo de la Emergencia Sanitaria, ya que se encuentra en la Biblioteca Central de la Universidad Mayor de San Marcos.

El tiempo para aplicar el instrumento ya que algunos estudiantes se encontraban en semana de parcial.

### **III. MARCO TEÓRICO**

#### **3.1. Antecedentes**

##### **3.1.1. Antecedentes Internacionales**

Serrano Rojas (2018) en Ecuador realizó la investigación para optar Título de Psicología Clínica, en la Universidad Central del Ecuador, titulado Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, Pusuqui, siendo su objetivo principal es establecer la relación entre Resiliencia y el Estrés Académico en los alumnos de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, Pusuquí. Aplicando la metodología con un estudio de tipo correlacional, con carácter no experimental y transversal, con una población de 2916 estudiantes tomando una muestra de 150 estudiantes, de tercero de bachillerato, aplicando la escala de Resiliencia de Wagnild y Young y el inventario SISCO del Estrés Académico, cuyo resultado fue el 47% presentó resiliencia moderada, los factores de esta puntuaron valores altos (excepto perseverancia), el Estrés Académico moderado se manifestó en el 88% de alumnos, las reacciones psicológicas sobresalieron. Y finalmente se obtuvo la conclusión que, el nivel de Resiliencia no incide en el Estrés Académico, esta podría ser empleada y reforzada en otras circunstancias producto de cambios físicos, emocionales, cognitivos y sociales que bajo la valoración del alumno serán catalogadas como situaciones adversas o de riesgo.

Alvares Silva, Gallegos Luna, & Herrera López (2018) en Ecuador, en la Universidad Politecnica Salesiana Cuenca, en su artículo Titulado Estrés Académico en estudiantes de Tecnología Superior, teniendo como objetivo principal identificar los niveles del Estrés Académico que están expuestos los estudiantes de Tecnología Superior en Finanzas de una entidad de Educación Superior Pública de la ciudad de Guayaquil-Ecuador. Aplicando un diseño de investigación no experimental con un corte transversal, con una muestra representativa de 210 alumnos, quienes tienen una estancia establecida en la Institución con mayor de 6 meses. Empleando el Inventario de Estrés Académico SISCO diseñado por el Dr. Arturo Barraza Macías en la Universidad Pedagógica de Durango en México. Teniendo como resultado en la primera sección en el ítem de las preguntas dicotómicas el 97.14% en la cual los encuestados confirmaron que en los últimos periodos académicos habían presentado momentos de preocupación, en la segunda sección el 32.35% presentan exposición de intensidad al Estrés Académico, en la tercera sección muestran el 28.94% en situaciones estresores del entorno, en la cuarta sección muestran 3 subdivisiones entre ellas están las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales en los estudiantes que obtuvieron un 32.19% en categoría de reacción físicas, un 34.90% en la categoría psicológica y un 31.44% en la categoría comportamental y en la última y quinta sección muestran un 31.60% en el mecanismo de afrontamiento. Obteniendo una conclusión, el Estrés Académico presenta un nivel medio, siendo las demandas del entorno tales como la sobrecarga y los mayores desencadenantes de las reacciones del nivel psicológico.

Caldera Montes, Aceves Lupercio, & Reynoso Gonzales (2016) Colombia en la Universidad Simón Bolívar, en su

artículo titulado Resiliencia en estudiantes Universitarios. Un estudio comparado entre carreras, el presente trabajo tuvo como objetivo conocer el nivel de Resiliencia en una muestra de estudiantes universitarios de una Institución de Educación Superior Pública del Estado de Jalisco, México. Además de ello, se analizó la relación y diferencia entre la Resiliencia y las variables de sexo, edad y nivel socioeconómico. Aplicando una metodología según el enfoque cuantitativo, con diseño no experimental y transversal y de alcance descriptivo-correlacional. Con una muestra de 141 estudiantes Universitarios de una Institución de Educación Superior. Aplicando la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993), traducida y adaptada al español por Heilemann, Lee y Kury (2003), la cual está compuesto por 25 ítems en una escala de tipo Likert, obteniendo como resultado los niveles altos en la Resiliencia en los estudiantes universitarios, no encontrándose diferencias significativas entre las variables carrera, edad y sexo de los estudiantes. Se obtuvo una conclusión que la Resiliencia alta es una característica muy generalizada en la mayoría de los alumnos universitarios. Por último, se recomienda otras investigaciones con diferentes tamaños de muestra y en diferentes carreras, así como la ejecución de trabajos que se relacionen a la Resiliencia con otras variables psicosociales no previstas en la investigación.

Berzosa Honrado (2017) en España realizó la investigación para optar el grado en Enfermería, en la Universidad de Valladolid, titulado Estrés Académico, Engagement y Resiliencia en estudiantes de Enfermería, siendo su objetivo principal fue describir los niveles de Estrés Académico en los alumnos de la Facultad de Enfermería de Valladolid. Además, se valoró su relación con Resiliencia y engagement académico, aplicando la metodología cuantitativo, descriptivo, transversal, correlacional, comparativo, con una población de

358 estudiantes, en la cual respondieron el cuestionario 175 alumnos, empleando el Inventario SISCO del Estrés Académico, la escala Work Engagement adaptada a estudiantes (UWES-S) y la Resilience Scale-14 (RS-14). Los datos se recogieron mediante un cuestionario online durante el curso 2016-2017. Para el análisis estadístico se usó el programa SPSS V23. Cuyo resultado fue de 94%, con intensidad media-alta mostraron padecer Estrés Académico, finalmente se obtuvo la conclusión que se mostró correlación positivo entre engagement y Resiliencia y negativa entre la Resiliencia y el estrés. Los estudiantes de segundo fueron los que más estrés presentaron.

Castillo, C., Chacon, T., & Diaz, G. (2016) en México, en la Universidad Nacional Autónoma de México en su artículo titulado Ansiedad y fuentes de Estrés Académico en estudiantes de Carreras de la Salud, Siendo su objetivo principal determinar los niveles de ansiedad e identificar las fuentes generadoras de Estrés Académico existente entre los estudiantes de 2° año de Enfermería y Tecnología Médica de la Facultad de Medicina de la Universidad de Chile. Aplicando la metodología de estudio descriptivo de corte transversal, con una población de estudio de 173 estudiantes que cursaban el segundo año de enfermería y tecnología médica en la Facultad de Medicina de la Universidad de Chile, con una muestra correspondiente de 154 estudiantes. Aplicando el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo para evaluar el nivel de ansiedad y el cuestionario de Estrés Académico para distinguir las diferentes situaciones académicas que provocan un mayor nivel de estrés en los alumnos universitarios. Se obtuvo como resultado que los estudiantes de Enfermería mostraron un mayor nivel de ansiedad estado y ansiedad rasgo que en los estudiantes de Tecnología Médica. Solo para ansiedad estado se observó una frecuencia significativamente

diferente, encontrando diferencias en los grupos con un nivel de ansiedad leve (Tecnología Médica 56.6% y Enfermería 32.1%) y ansiedad severa (Tecnología Médica 9.2% y Enfermería 20.5%). Las 3 principales fuentes de estrés resultaron ser, la sobrecarga académica, la falta de tiempo para cumplir con los trabajos e actividades académicas y la realización de un examen. Finalmente se obtuvo como conclusiones que los alumnos de enfermería presentan altos índices de ansiedad. Por ello se recomienda planificar cursos y talleres para afrontar las situaciones estresantes y así mismo implementar consejerías.

### 3.1.2. Antecedentes Nacionales

Salvatierra Mendocilla (2019) en Trujillo realizó una investigación para obtener el grado de Maestra en Psicología Educativa, en la Universidad Cesar Vallejo, titulada Resiliencia y Estrés Académico en estudiantes de un Conservatorio de Música Público de Trujillo, siendo su objetivo determinar la relación entre la Resiliencia y el Estrés Académico en estudiantes de un Conservatorio de Música Público de Trujillo; aplicando una metodología de diseño correlacional de tipo no experimental, con una muestra conformada por 80 participantes, aplicando el Cuestionario de Resiliencia de Wagnild y Young (1993), adaptado por Nunja (2016) y el Inventario SISCO del Estrés Académico, elaborado por Barraza (2006) y adaptado por Anjicama (2017), obteniendo un resultado que existe una correlación inversa (-) de magnitud pequeña ( $r=-.22$ ) y estadísticamente significativa ( $p=.004<.05$ ) entre ambas variables, en conclusión se aprecia un nivel alto de Resiliencia de 49% y en relación al Estrés Académico se presentan un nivel medio bajo de 84% en los estudiantes del conservatorio de música.

Morales Martínez (2017) en Lima realizó la investigación para optar el grado de Maestro en Ciencias de la Educación, en la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, titulada Resiliencia y Estrés Académico en estudiantes de la facultad de ciencias de la salud de la Universidad de Ciencias y Humanidades, siendo como objetivo establecer la relación que existe entre Resiliencia y Estrés Académico en estudiantes universitarios, aplicando la metodología descriptivo correlacional, con una muestra correspondiente de 91 alumnos de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Ciencias y Humanidades, aplicando la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993), que consta de 12 ítems, y divididos en 3 dimensiones y la escala de afrontamiento del Estrés Académico (A-CEA), Cabanach, R.; Valle, A.; Rodríguez, S.; Piñeiro, I.; Freire, C. (2010), teniendo como resultado que el 91 de los estudiantes encuestados un 11% presentan un nivel medio, 78% nivel alto y 2% nivel bajo en resiliencia, los 91 estudiantes encuestados el 6% presenta nivel bajo, 54% un nivel medio y 31% un nivel alto de afrontamiento del estrés académico, siendo la conclusión final que existe una relación positiva débil entre Resiliencia y Estrés Académico en los alumnos de la Facultad de Ciencias y Humanidades.

Rojas Castro (2016) en Chiclayo realizó la investigación para optar el título profesional de Licenciada en Psicología, en la Universidad Señor de Sipán, titulado Resiliencia y Afrontamiento del Estrés en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria, Chiclayo - 2016, cuyo objetivo fue determinar la relación entre la Resiliencia y el Afrontamiento del Estrés en estudiantes de una Institución Educativa Nacional en Chiclayo, aplicando la metodología de tipo no experimental, de método descriptivo correlacional, con una muestra conformada por 120 estudiantes, aplicando dos

instrumentos el Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE) y la Escala de Resiliencia (ERA) para adolescentes, obtuvieron como resultados a partir de un Software Estadístico Coeficiente de Correlación de Pearson arrojó el 41% presentan un alto nivel, 34% nivel medio y finalmente 25% nivel bajo en Resiliencia y en el afrontamiento del estrés arrojó un 83% nivel alto, un 12% nivel intermedio y finalmente un 5% nivel bajo. Y finalmente se obtuvo como conclusión que existe una relación significativa entre Resiliencia y el Afrontamiento del estrés.

Jiménez Yllahuaman (2017) en Lima realizó la investigación para optar el título de Licenciada en Psicología, en la Universidad Nacional Federico Villarreal, con el título Resiliencia en adolescentes y jóvenes del programa de formación y empleo de la fundación FORGE LIMA NORTE, 2017, siendo su objetivo determinar los niveles de Resiliencia en los adolescentes y jóvenes del programa de formación y empleo de la fundación FORGE Lima Norte, aplicando la metodología no experimental de tipo descriptivo, con una población de 352 adolescentes y jóvenes y con una muestra no probalístico y por conveniencia de 156 participantes quienes conformaron el estudio con edades entre los 18 y 24 años pertenecientes a las sedes de Ventanilla, Comas y los Olivos. Aplicando la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER), adaptada en el Perú por Castilla (2014). Dando como resultado que el 62.4% de los evaluados se ubican en un nivel alto y medio de Resiliencia cuyo factor con el nivel más alto es el de ecuanimidad. En relación al género, las mujeres muestran mayor nivel de Resiliencia y los hombres quienes solo lograron sobresalir en el factor de perseverancia. Se obtuvo la conclusión que no se encuentran mayores diferencias con respecto al grupo etario, pero sí con respecto a los distritos; revelándose que el grupo de Ventanilla tienen

un nivel más alto de Resiliencia (51,8%), encontrando también los niveles de Resiliencia inversamente proporcional a los niveles socioeconómicos de los distritos.

Vásquez Bonilla (2016) en Chiclayo realizó la investigación para optar el título de Licenciada en Psicología, en la Universidad Señor de Sipán, titulado Procrastinación y Estrés Académico en los Estudiantes de Institución Educativa Estatal, teniendo como objetivo principal es determinar la relación entre la Procrastinación y Estrés Académico en los estudiantes de secundaria de una Institución educativa Estatal de Chiclayo, aplicando la metodología de estudio Descriptivo – correlacional, con una población de 137 estudiantes del 4to y 5to año de una institución educativa, empleando un instrumento de Evaluación Psicométrica Escala de Procrastinación en Adolescentes (EPA) y el Inventario SISCO del Estrés Académico, obteniendo como resultado no se encontró relación significativa entre las variables. Finalmente se obtuvo una conclusión que la no relación significativa entre las sub escalas: motivación, baja autoestima, dependencia, desorganización y evasión de responsabilidades y la variable estrés académico. Se recomienda realizar programas de intervención para mejorar los niveles del tema tratado y así los alumnos puedan obtener mejores mecanismo de enfrentar aspectos relacionados al área educativo.

### 3.1.3. Antecedentes Locales o Regionales

Almeya de Mejía (2019) en Chíncha realizó la investigación para optar el título de Licenciada en Psicología, en la Universidad Autónoma de Ica, con el título Resiliencia en los estudiantes del quinto ciclo de enfermería y psicología de la Universidad Autónoma De Ica, 2018, teniendo como el principal objetivo determinar el nivel de Resiliencia en los

estudiantes de 5<sup>to</sup> ciclo de enfermería y psicología de la Universidad Autónoma de Ica, en el periodo de Julio a Diciembre de 2018. Aplicando la metodología descriptiva, con una muestra conformada por 47 alumnos de ambas carreras, aplicando la Escala de Resiliencia elaborada por Wagnild y Young, con 5 dimensiones. Obteniendo como resultado que los alumnos de enfermería presentan un nivel medio, mientras que los alumnos de psicología presentan un nivel bajo, finalmente se obtuvo la conclusión que en los alumnos de enfermería presentan un nivel medio y los alumnos de psicología un nivel bajo, así mismo en relación a sus dimensiones se evidencia con mayor nivel de satisfacción personal y deficiente en ecuanimidad y sentirse bien solo, sin embargo en el aula de psicología se muestra una mayor puntuación en sentirse bien consigo mismo y confianza en sí mismo. Por ello se recomienda planificar talleres en la Universidad, dado tanto para los estudiantes y el personal administrativo como para los padres.

Amoroto Ochoa (2017) en Ica realizó la Investigación para optar el título de licenciada en Enfermería, en la Universidad San Juan Bautista, titulado Características de Estrés Académico y mecanismos de afrontamiento en estudiantes de la escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista-Ica, 2017, teniendo como principal objetivo determinar las características de Estrés Académico y mecanismos de afrontamiento en estudiantes de la escuela profesional de Enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista ICA, Octubre 2017. Aplicando la metodología descriptiva, transversal y cuantitativo, con una muestra de 157 estudiantes seleccionados a través del muestreo no probabilístico, aplicando el Inventario SISCO de Estrés Académico y las estrategias de coping. Obteniendo como resultado las características del estrés que están presentes

en mayor valor porcentual durante el semestres académico en la competencia con los compañeros de grupos el 62%, según las consecuencias físicas en los trastornos de sueño el 58%, en las consecuencia Psicológicas la inquietud es de 67%, los mecanismos de afrontamiento según las estrategias de Cping que adoptan los estudiantes con mayor frecuencia la participación del control emocional de 56%, según el tratamiento del estrés los estudiantes adoptan con más frecuencia es de 52% realizar paseo y dormir a sus horas completas. Finalmente se obtuvo la conclusión que las características de Estrés Académico está presente en mayor valor porcentual durante el semestre académico es la competencia con los compañeros de grupo, las consecuencias físicas son los trastornos del sueño y las consecuencias psicológicas es la inquietud, los mecanismos de afrontamiento más frecuente según las estrategias de coping es el control emocional y según el tratamiento del estrés es dormir a sus horas y realizar un paseo.

En el caso de antecedentes locales o regionales, no se han encontrado más antecedentes en la región de Ica

### 3.2. Bases Teóricas

#### 3.2.1. Resiliencia

##### A. Definición de la Resiliencia

Según Gorenstein (2012) La Resiliencia viene de la palabra latín resilio que significa rebotar, volver atrás. En la física viene hacer la capacidad de ciertos materiales de recobrar o restaurar su estado original luego de sobre llevar la presión que los llevo a deformarse.

La Resiliencia es la capacidad de cualquier ser humano que enfrenta situaciones que haya puesto en riesgo su integridad psicofísica, la perdida de a un ser querido, haber superado una enfermedad, haber sido sometido a

violencias físicas, psicológicas, verbal y sexual, entre otros. Podría decirse que la Resiliencia es un mecanismo de respuesta frente a situaciones adversas, no solo lo transforma de manera creativa, sino que sale fortalecida y transformada. La Resiliencia se construye con el tiempo, no aparece de un día a otro, viene hacer un proceso en la cual el individuo posee la capacidad para atravesar las adversidades de la vida (Gorenstein , 2012).

B. Dimensiones según Wagnild & Young (1993)

1. Ecuanimidad:

Denota una perspectiva balanceada de la propia vida y a través de las experiencias, tomándolo con tranquilidad, manteniendo una actitud equilibrada ante cualquier situación o adversidad.

2. Perseverancia:

Permite continuar adelante y no rendirse a pesar de la adversidad o situaciones difíciles.

3. Confianza en sí mismo:

Capacidad para sentirse seguro y creer en sí mismo.

4. Satisfacción personal:

Es conocer el significado de la vida, sentirse bien con uno mismo.

5. Sentirse bien solo:

Nos da el significado de sentirse libre y que somos únicos e importantes.

C. Tipos de Resiliencia de acuerdo a Villegas Morcillo (2017)

Existe diversos tipos y cada uno de ellos están enfocado desde un determinado entorno y circunstancias:

1. La Resiliencia Individual

Es la capacidad que posee una persona que se sobrepone ante cualquier situación. Por ello es necesario que posee una determinadas características

el humor, la autoestima, la confianza, la seguridad, entre otras.

## 2. La Resiliencia Familiar

Es la capacidad que posee una familia que se sobrepone a cualquier situación, en unión y contando con el apoyo de unos a otros, por ello es necesario la estabilidad y la armonía familiar, que tengan en cuenta las opiniones de cada uno de los integrantes.

## 3. La Resiliencia Social

Es la capacidad que tiene el entorno de superar los problemas, aprender de los errores, entre otros, contando con el apoyo y la colaboración de las personas que integran el grupo social

## D. Niveles de Resiliencia

Según Lorenzo (2010) citado por Alonso, R.; Beltrán, Y.; Mafara, R. & Gaytán, Z. (2016), la Resiliencia se desarrolla de diferente manera en cada persona:

### a) Bajo Nivel:

Para Estefó (2011) una persona con Bajo nivel de Resiliencia ha logrado resolver una situación, pero la consecuencia a nivel emocional es tan fuertes que lo agobian y le impide seguir adelante. Entonces la Resiliencia actúa en un momento apropiado, pero no supera el desequilibrio emocional, es decir que no puede seguir adelante, por lo cual el impacto emocional es tan fuerte que no puede restablecer su vida debido que el plano individual, puede ser que un individuo reaccione positivamente para sobrepone a un episodio, por ejemplo, la muerte o pérdida de un ser amado, pero una vez pasado el lapso, se ve afectado por una depresión o un estado emocional alterado. Así se puede decir que su capacidad de reaccionar es buena pero su Resiliencia es baja.

b) Nivel Alto:

Por otra parte el Alto nivel de Resiliencia muestra los casos en que la situación se resuelve y va sobreponiéndose al impacto emocional, el individuo valora los mecanismos que son necesarios para la vida. Por lo tanto la resiliencia se encuentra establecida proporcionará a una nueva capacidad de vida, a no ser así el individuo corre riesgo de padecer un desorden psicológicos. Una vez superado la situación gracias a la Resiliencia, la persona sale fortalecida eso significa ha podido superar la amenaza y aumentar su autoestima y su autoconfianza (Alonso Aldana, Beltrán Márquez, Mafara Dúrate, & Gaytán Martínez, 2016, pág. 39).

E. Componentes de la Resiliencia propuesto por Gorenstein (2012)

Encontramos 8 componentes:

1. Introspección: viene ser el arte de mirar al interior, preguntarse a sí mismo, dándose una respuesta honesta.
2. Independencia: es saber establecerse límites entre uno mismo, en la mitad de un problema. Es la habilidad de conservar distancia emocional y física sin caer en el aislamiento.
3. Capacidad de relacionarse: viene ser la aptitud para establecer lazos íntimos y satisfactorios con otras personas.
4. Iniciativa: viene ser la capacidad para hacerse responsable del problema y ejecutar acciones positivas.
5. Humor: nos ayuda a entender la realidad de una manera más fácil y sutil.
6. Creatividad: es la capacidad de crear orden, belleza a partir del caos y el desorden.

7. Moralidad: consecuencia para extender el deseo y el bienestar de toda la humanidad y la capacidad de comprometerse con los valores.

8. Autoestima consistente: es la base de los pilares y el cuidado afectivo consecuente del niño y adolescente por parte del adulto significativo.

#### F. Factores de Resilientes

Según Edith Grotberg (1997), citado por Melillo (2004), para hacer frente a la adversidad, salir adelante y superarla, los niños toman factores de la Resiliencia de 4 fuentes que visualiza las expresiones verbales de los individuos, como los niños, jóvenes y adultos. Con características resiliente: “Yo tengo” en mi ámbito social, “Yo soy” y “Yo estoy”, hablan de la fortaleza intrapsíquicas y condiciones individuales, “Yo puedo”, concierne a las habilidades en relacionarse con demás.

##### a) Yo Tengo

- Personas en mi entorno en quienes confié y me quieren de manera incondicional.
- Personas que me ponen límites para aprender a prevenir los peligros y evitar los problemas.
- Personas que me muestran por medio de su comportamiento una forma correcta de proceder.
- Personas que desean que aprenda a desenvolverme por mí mismo.
- Personas que me ayudan cuando estoy en peligro o enfermo.

##### b) Yo Soy

- Alguien por quien los demás tienen aprecio y respeto.
- Feliz cuando hago algo bueno por los demás y les demuestro mi afecto.
- Respetuoso de mí mismo y del prójimo.

- c) Yo Estoy
  - Dispuesto a responsabilizarme de mis actos.
  - Seguro de que todo saldrá bien.
- d) Yo Puedo
  - Buscar la manera de resolver mis problemas.
  - Controlarme cuando tengo ganas de hacer algo que no esta bien.
  - Buscar el momento apropiado para platicar con alguien.
  - Encontrar a alguien que me apoye o ayude cuando lo necesito (Melillo, 2004).

#### G. Resiliencia y Factores de Riesgo y Protección

La Resiliencia va acompañada con factores de riesgo y factores de protección.

##### I. Factores de Riesgo

Según Braverman (2001) citado por Becoña E. (2006) define “los factores de riesgo como aquellas estresores o condiciones ambientales que incrementan la probabilidad de que un niño experimente un ajuste promedio pobre o tenga resultados negativos en áreas particulares como la salud física, la salud mental y el resultado académico.” (pág. 134) Generalmente, algunos de los factores de riesgo más importante se ha identificado con hechos traumáticas como la muerte de un ser querido, agresiones físicas y psicológicas, padres con problemas de adicciones, entre otros.

Existe numerosos estudios que se a llevado acabo a fin y efecto de enumerar las situaciones que nos ponen en peligro en nuestro seguridad y desarrollo. Hay 3 tipos de factores de riesgo:

- i. Factores Personales: nos hacen frágiles y pueden conducimos a la vulnerabilidad, al estrés en el

futuro y falta de apoyo social están: el nacimiento prematuro, las enfermedades infantiles, irregularidades relacionados con el desarrollo, la baja autoestima, exclusión social y un temperamento débil o sumiso.

- ii. Factores Familiares: pueden representar riesgo, para los integrantes de la familia. Ciertas situaciones tales como el suicidio de un miembro de la familia, constituyen riesgo para los padres como para los hijos. Puede unirse los factores personales como: un embarazo en la adolescencia, el estrés, las relaciones conyugales, violencia familiar, bajo grado de competencia paterna, débil unión entre padres e hijos, abandono y divorcio, problemas de aprendizaje, abuso de sustancia y enfermedades crónicas.
- iii. Factores Ambientales: también se debe tener en cuenta cuando se evaluamos los riesgos a los que nos exponemos. Son susceptibles de disminuir nuestra capacidad de resistencia se pueden agruparse en factores personales y familiares, entre los factor ambiental se encuentran: una situación socioeconómica, la pérdida del trabajo, no tener un domicilio fijo y los desastres naturales (inundaciones, incendio, terremotos) (Rousseau, 2012).

## II. Factores de Protección

Según Garmezy citado por Rousseau (2012) define “los factores de protección como características individuales y ambientales o la interacción de ambos, que ponen obstáculos a los efectos causados por los factores de riesgo para reducirlos.” (pág. 37).

Werner divide los factores de protección en 4 grupos:

- i. El temperamento del individuo.
- ii. Las habilidades y los valores empleados de forma eficaz.
- iii. Las características y el tipo de afecto y cuidados que hayan recidido de sus padres y así favorezca el desarrollo de sus autoestima.
- iv. La presencia de adultos que ofrezcan su apoyo, facilitando la confianza y comportándose como guardianes en su futuro (Rousseau, 2012, pág. 38).

#### H. Psicología Positiva y Resiliencia

Según Quintana (2020) en esta perspectiva salutogenica, en la cual se entiende a la salud no como la falta de enfermedad sino como bienestar y florecimiento, en la actualidad los estudios de la Resiliencia se han desplazado al campo de la psicología positiva.

Seligman y Csikszentmihalyi (2000) define la psicología positiva como “una ciencia de experiencia subjetiva positiva, rasgo individuales positivos e instituciones positivas para mejorar la calidad de vida y prevenir las patologías que surgen cuando la vida es árida y sin sentido”. Asimismo queda definida como un estudio científico de las virtudes y fortaleza, en las cuales permiten adoptar una perspectiva más abierta, sus motivaciones y capacidades.

La Resiliencia ha analizado la forma como la persona confronta la circunstancia negativa y como saca lo positivo de la situación para superar las dificultades o traumas.

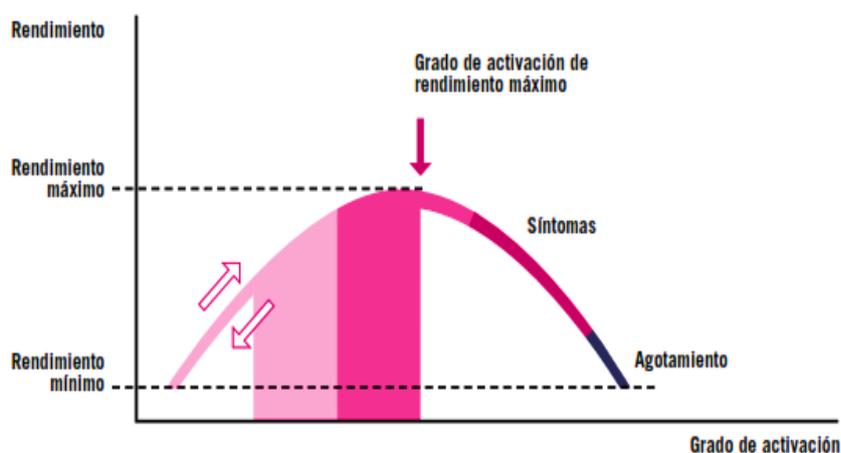
La psicología positiva de modo semejante a la Resiliencia, propone centrarse en los aspectos positivos de la salud mental, en cambio la psicología tradicional se centra en lo negativo, en relación al estudio de la patología (Quintana, 2020).

### 3.2.2. Estrés Académico

#### A. Definición del Estrés

El estrés es un sentimiento de presión o tensión. Nos sentimos estresados cuando se trata de valorar lo que nos exige una determinada situación que excede o sobrepasa nuestras habilidades y puede ser difícil salir triunfante. Es decir que nos sentimos estresados cuando nos cuesta adaptarnos a las demandas de las circunstancias.

El estrés nos beneficia a la medida que nos conduce a ejercitar y a desarrollar las competencias y los recursos, sin embargo cuando es muy intenso, puede perjudicarnos seriamente. Estar atentos, activados, favorece nuestro rendimiento, hasta un punto en que la relación cambia o se invierte, si la ansiedad continúa incrementando nos volvemos incapaz o ineficaces. (Pérez Blasco, García Ros, & Pérez Gonzales , 2012, pág. 4)



*Figura 1: Relación entre Rendimiento y Estrés*

*Nota: El grafico representa la relación entre el rendimiento y estrés. Tomado del libro Guía para el manejo del Estrés Académico (pág. 4), Pérez Blasco, García Ros, & Pérez Gonzales, 2012.*

## B. Definición del Estrés Académico

El estrés académico es un proceso de carácter adaptativo y esencial. Se considera como una respuesta de afrontamiento del estudiante, las condiciones propias de las actividades académicas, tareas grupales o individuales, exposiciones y la competencia entre compañeros favoreciendo la aparición de la sintomatología de desequilibrio Barraza (2008) citado por Pozos Radillo, Preciado Serrano, Plasencia Campos, Acosta Fernández, & Aguilera V. (2015).

En la actualidad el estrés académico se considera como generador de alteraciones del estado emocional, las dificultades en las relaciones interpersonales o de la salud física. En algunas de sus manifestaciones se identifican en reacciones físicas, psicológicas y comportamentales consideradas como no adaptativas. Berrio y Mazo (2011) citado por Pozos Radillo, Preciado Serrano, Plasencia Campos, Acosta Fernández, & Aguilera V. (2015).

## C. Dimensiones según Barraza (2006)

- Estímulos estresores: son las demandas en la cual el individuo percibe o siente, que se encuentra sometido, tienen una connotación emocional, psicológica, social y física. Son aquellas que perturban la tranquilidad.
- Síntomas: son todas las manifestaciones que tiene el individuo ante una situación estresante que pueden ser, dolencias físicas y emocionales.

Dentro de los síntomas encontramos subdimensiones distribuidas en reacciones físicas, reacciones psicológicas y reacciones comportamentales.

- Estrategias de afrontamiento: este proceso de actuación se dará mediante una valoración que tiene como objetivo impulsar a la persona a afrontar, en el momento que se presenta la amenaza para el, es el

proceso psicológico de interpretación que se llevara a cabo (Barraza Macías, 2006).

#### D. Tipos de Estrés

Se consideran dos tipos de estrés:

- a. Eutrés o Estrés positivo: se refiere al estrés donde la persona interacciona con su estresor, pero mantiene la mente creativa y abierta, el ser humano se expresa con alegría, bienestar y equilibrio. Es un estado en la cual se potencia el mejoramiento de nivel de conocimiento de las ejecuciones cognitivas que provee las motivaciones.
- b. Distrés o Estrés negativo: origina el exceso de esfuerzo en relación a una carga. Continuamente está acompañado por un desorden emocional, psicológico y fisiológico, los órganos envían señales al cerebro de fastidio y incomodidad, hay falta de inseguridad, tensión y confianza. El resultado es el temor o miedo al fracaso, el rendimiento disminuye y la salud empeora (Jaureguizar & Espina, 2008).

#### E. Niveles de Estrés Académico

Según Núñez (2006) citado por Aguayo Conteras & López Concha (2016) es posible que el fenómeno del estrés académico se manifiesta a través de diferentes grados, se diferencian en sus características, síntomas, tiempo de duración y tratamiento requerido:

- a. Estrés agudo: este primer nivel es observado con mayor frecuencia, incluso puede resultar estimulante (cuando es positivo), pero agotador. Es resultado de una estrecha relación en los sucesos pasados y la respuesta del sujeto mediada por demandas y presiones.
- b. Estrés agudo episódico: este segundo nivel se presenta en mayor medida debido al estilo de vida (desorganizado),

por lo cual permanentemente se enfrentan a las situaciones problemáticas, es decir se manifiesta como el estrés agudo.

c. Estrés crónico: este último nivel, normalmente requiere ayuda profesional médica y psicológica, como consecuencia de los efectos no deseados que pudieran provocar a largo plazo, de acuerdo a lo expuesto por el autor suelen tener bastantes repercusiones como la ansiedad, depresión a nivel psicológico, nivel físico que se desarrollan enfermedades psicosomáticas.

#### F. Fases del Estrés Académico

El estrés no sobreviene de manera inesperada o repentina. El organismo del ser humano posee la habilidad para descubrir o detectar las señales que están en un acontecimiento producto del estrés. Se manifiesta que existe 3 Fases: alarma, resistencia y agotamiento, Melgosa (1995).

a) Fase de alarma: según Naranjo Pereira (2009) constituye un aviso claro de la presencia de un agente estresante. Las reacciones fisiológicas, son las primeras en que se manifiesta para advertir a la persona que debe ponerse a un estado de alarma una vez percibida la situación. Por ejemplo, cuando hay un exceso de estudio, esta fase puede hacerle frente y resolver de la mejor manera posible. Cuando estrés llega más allá de la fase de alarma, la persona entra en la segunda fases de resistencia.

b) Fase de resistencia: intenta seguir enfrentado la situación, pero se da cuenta de que su capacidad tiene un límite y como consecuencia o resultado de esto sufre y se frustra. Empieza a tomar conciencia de que está perdiendo energía y su rendimiento es mucha menor, en lo cual trata de salir adelante, sin embargo no encuentra

la forma, esto hace que la situación se vuelva un círculo vicioso, sobre todo cuando se encuentra acompañado de ansiedad por un posible fracaso.

- c) Fase de agotamiento: se caracteriza por la fatiga, la depresión y ansiedad, en las cuales aparecen por separados y juntas. La fatiga incluye un agotamiento o cansancio que no se repara con un sueño nocturno, va acompañado de tensión, angustia e ira. Con respecto a la ansiedad, la persona vive enfrentando diversas situaciones estresantes, también ante experiencias que normalmente no se producirían. Por lo tanto en la depresión, la persona carece de motivación para encontrar agradable sus actividades, parecen de insomnio, de sentimiento y pensamientos negativos hacia así mismo.

Es importante tomar conciencia en que el ser humano tiene un límite y si es respetado, tendrá la oportunidad de mejorar su calidad de vida (Naranjo Pereira, 2009, pág. 175).

#### G. Síntomas del Estrés Académico según Barraza (2007)

En una situación de estrés en los estudiantes suelen mostrar reacciones como fisiológicas, físicas, psicológicas y comportamentales.

##### a. Reacciones fisiológicas:

- Disminución de las defensas
- Se alteran las plaquetas
- Se incrementan las frecuencias cardíacas y respiratorias
- Incluso destruyen las neuromas
- Disminución y aumento del tamaño de los glóbulos rojos

##### b. Reacciones físicas:

- Sudoración en las manos

- Trastorno del sueño
- Cansancio
- Dolor de cabeza
- Molestias gastrointestinales
- Cambios de hábitos

c. Reacciones psicológicas:

- Ansiedad
- Nerviosismo
- Angustia
- Miedo
- Problema de salud mental
- Inquietud
- Desesperación
- Problemas de concentración
- Bloqueo mental (sensación de no tener nada en la mente)
- Sentimientos de depresión y tristeza

d. Reacciones comportamentales:

- Dificultades en las relaciones interpersonales
- Agresividad
- Desgano (Barraza Macias, 2007).

## H. Causas del Estrés Académico

Según Ramón, C., Ortiz, F., & Hernández, Y. (2008) indicaron un gran número de causas como la sobrecarga académica, las informaciones excesivas como orales y escritas, poco tiempo para realizar las tareas académicas, la realización del examen, las notas entre otras.

Y Por otro lado, Arribas Marín (2013) las causas del Estrés Académico son, la cantidad de temas o asuntos que se realizan, el exceso de trabajo, la apreciación que tienen los estudiantes hacia el docentes, las técnicas de enseñanza que utilizan entre otros.

## I. Consecuencia del Estrés Académico

Las consecuencias psicológicas, emocionales y conductuales que genera el Estrés Académico son similares a las que provoca el estrés en general. Según Mendiola (2010) estos efectos son: Fisiológicos, efecto Psicológicos y efecto al rendimiento y comportamiento organizacional del estudiante.

- a) Fisiológicas: altos niveles de la presión arterial, problemas respiratorias y siendo la realización de los exámenes el principal estresor académico.
- b) Efectos Psicológicas: los nivel emocional como puede ser la depresión, ansiedad y tensión, en algunas respuestas cognitiva y emocionales donde el sujeto valora la situación como estresante y conductas manifiestas nocivas como el consumo de alcohol, de tabaco, alteraciones en el sueño, perdida de interés de las cosas.
- c) Efectos al rendimiento y comportamiento organizacional del estudiante: aumento de la irritabilidad, deterioro de la memoria, el aumento frecuente de cometer errores, deterioro de las habilidades para organizar y criticar.

Según Naranjo (2009) sostiene que las consecuencias del Estrés Académico a largo plazo son: el malestar, la tristeza, falta de habilidades sociales entre otros. Estas consecuencias hacen que la vida académica no sea fácil, sin embargo el estudiante universitario es capaz de afrontar estas situaciones estresantes, se mantendrá siempre en equilibrio adecuado.

### 3.3. Marco Conceptual

Académico: perteneciente o relativo a centros oficiales de enseñanza especialmente a los superiores. Ajustado a pautas

tradicionales de corrección o propiedad (Real Academia Española, 2014).

Afrontamiento: (coping) el uso de estrategias cognitivas y conductuales para enfrentar la exigencias de una situación cuando se valora que son muy pesados o que exceden los recursos, o para reducir las emociones negativas y el conflicto que ocasiona el estrés (Viveros Fuentes, 2010, pág. 46).

Confianza: estado tranquilizador que se deriva de la convicción de la confiabilidad del mundo circundante, al que se percibe bien dispuesto hacia el objeto. Esta condición influye positivamente en el compartimiento, eliminando inquietudes y malestares que conducen a actitudes de cerrazón, rechazo y escepticismo (Galimberti, 2002, pág. 241).

Ecuanimidad: nos permite conservar o mantener la calma y la serenidad en medio de una tempestad. Es una cualidad imprescindible para afrontar la adversidad sin venarnos abajo, sin embargo es una de las más difíciles de desarrollar ya que normalmente nos movemos al ritmo que marcan las emociones (Colman, 2015).

Endógenas: (motivo Interno) se emplea para nombrar a aquellos que surgen en el interior.

Estrés Académico: se refiere al estrés que padecen los estudiantes o alumnos a consecuencia de las exigencias endógenas y exógenas que impactan su desempeño en el ámbito educativo.

Estrés: Intensa reacción emocional a una serie de estímulos externos que activan respuestas fisiológicas y psicológicas de naturaleza adaptativa. Si los esfuerzos del sujeto fallan porque el estrés supera la capacidad de respuesta, el individuo es vulnerable a la enfermedad psíquica, la somática o ambas (Galimberti, 2002, pág. 452).

**Estresores:** Cualquier suceso, fuerza o condición que genera estrés físico o emocional. Los estresores pueden ser fuerzas internas o externas que exigen Estrategias de Afrontamiento o adaptación por parte del individuo afectado (Viveros Fuentes, 2010).

**Exógenos:** (origen externo) hace referencia a algo que se forma en el exterior.

**Perseverancia:** Acción y efecto de perseverar (Real Academia Española, 2014).

**Personal:** perteneciente a la persona o propio y particular de la persona, conjunto de personas que trabajan en un mismo organismo (Real Academia Española, 2014).

**Resiliencia:** es la Capacidad de adaptarse; elasticidad y poder de recuperación ante una situación difícil. Capacidad de adaptarse exitosamente, de competir o de funcionamiento positivo a pesar de las condiciones de alto riesgo, del estrés crónico o después de un trauma grave. Habilidades de un individuo para recuperarse o regresar al nivel de funcionamiento que tenía antes una adversidad se presentara; también se habla de Resiliencia cuando a pasado el evento adverso, el individuo presenta mínimas reacciones psicológicas que puedan considerarse insanas (Consuegra Anaya, 2010, pág. 236).

**Satisfacción:** estado afectivo del que obtuvo lo que deseaba o merecía (Merani, pág. 136).

**Sentirse bien solo:** se refiere a sentirse libre y que somos únicos y muy importante.

**Síntomas:** Es un sentido estricto, manifestación subjetiva que define la presencia de una afección psicológica o orgánica. Se lo contrapone a signo que es un síntoma resulta desconocido o otra veces no. En un sentido más laxo, se habla de síntoma,

particularmente por influencia del psicoanálisis, para referirse a cualquier manifestación reveladora de un conflicto subyacente, aun cuando no se trate de una enfermedad sino más bien una contrariedad: un lapsus linguae (error al hablar en latín) por ejemplo, el psicoanálisis lo consideraría un síntoma, aun cuando ocurra con frecuencia en contextos de la vida diaria cotidiana y en personas normales (Cosacov, 2007, pág. 297).

#### 3.4. Contexto de Emergencia Sanitaria

Este trabajo de investigación se realizó en un contexto diferente debido que el Perú afronta una pandemia generada por la Covid-19, por ello se decretó la emergencia sanitaria y el aislamiento domiciliario desde el lunes 16 de marzo del 2020.

El consejo directivo de la superintendencia nacional de educación superior universitaria (Sunedu) aprobó criterios para la adaptación de la educación no presencial, con carácter excepcional de las asignaturas por parte de universidades y escuelas de posgrado, en el marco de las medidas para prevenir y controlar la expansión de casos del Coronavirus (COVID - 19) en el Perú (Gestión.pe, 2020).

Los centros de educación superior han tendido que migrar de las clases presenciales a clases a distancia o no presencial ante el estado de emergencia por el Covid-19, situación que afectado a casi un millón y medio de estudiantes. Ante esta situación Sunedu se ha visto obligado a hacer cambios a las normas para garantizar una educación de calidad para los alumnos (Navarro, 2020).

Por esa razón la aplicación o evaluación de los instrumentos se realizó de manera virtual, para salvaguardar la salud de los evaluados y del investigador.

## **IV. METODOLOGÍA**

### **4.1. Tipo de Investigación**

La investigación que vamos utilizar es de tipo Cuantitativo de corte transversal

El enfoque cuantitativo utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadísticos, con el fin establecer pautas de comportamientos y probar teorías. (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2014, pág. 4). Los estudios transversales se caracterizan por la recopilación de datos en un momento, en un tiempo único. El propósito es describir las variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. Es como tomar una fotografía de algo que sucede (Fernández Collado, Hernández Sampieri, & Baptista Lucio, 2010, pág. 151).

### **4.2. Nivel de Investigación**

La investigación es de nivel Correlacional, por que los estudios correlacionales es saber cómo se puede comportar una variable al conocer el comportamiento de otras variables relacionadas. Es decir intentan predecir el valor aproximado que tendrá una variable en un grupo de personas o casos en una variable, a partir del valor que obtiene en las variables relacionadas. (Fernández Collado, Hernández Sampieri, & Baptista Lucio, 2010, pág. 82)

### **4.3. Diseño de Investigación**

Es No experimental por que los estudios que se realizan sin la manipulación deliberada de las variables de estudio y solo se observan los fenómenos en su ambiente natural para después analizarlo (Fernández Collado, Hernández Sampieri, & Baptista Lucio, 2010, pág. 149).

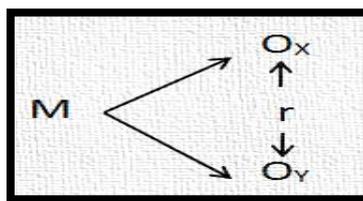


Figura 2: Fórmula del diseño

M = Muestra, estudiantes de una Universidad Privada de Ica.

O x = Observación de las variable (X) Resiliencia.

O y = Observación de las variable (Y) Estrés Académico.

r = Grado de relación existencial.

#### 4.4. Hipótesis General y Específicos

##### 4.4.1. Hipótesis General

Existe relación entre Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

##### 4.4.2. Hipótesis Específicas

Hipótesis Específica 1:

Existe relación entre la Dimensión Confianza en sí mismo de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

Hipótesis Especifica 2:

Existe relación entre la Dimensión Ecuanimidad de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

Hipótesis Especifica 3:

Existe relación entre la Dimensión Perseverancia de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

Hipótesis Específica 4:

Existe relación entre la Dimensión Satisfacción personal de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

Hipótesis Específica 5:

Existe relación entre la Dimensión sentirse bien solo de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

#### 4.5. Variables

##### 4.5.1. Identificación de la Variable

Variable 1: Resiliencia

Wagnild y Young (1993) nos dice que la Resiliencia sería una de las características de la personalidad que calma los efectos negativos del estrés y fomentar la adaptación. Ello connota la fibra emocional y se ha utilizado para describir a los individuos que muestran el coraje o la valentía y adaptación ante la desdicha de la vida.

La Resiliencia es la aptitud para resistir, tolerar la presión, las dificultades y pese a ello hacer las cosas correctamente, cuando todo parece caer en nuestra contra. Puede entenderse a la psicología como la habilidad de un individuo de hacer las cosas bien pese a las condiciones de la vida, a las frustraciones, superarlas y salir de ellas fortalecido y transformado (Wagnild & Young, 1993, pág. 6).

Variable 2: Estrés Académico

Barraza Macías (2006) nos dice que el Estrés Académico es un proceso sistemático de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, se presenta cuando el estudiante se ve obligado a

las exigencias de una serie de contexto escolar, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores. Estos estresores provocan un desequilibrio sistémico que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio); este desequilibrio obliga al estudiante a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico (Barraza Macías, 2006).

#### 4.6. Operacionalización de Variables

Tabla 1: Operacionalización de las Variables del estudio

Variables	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems – Niveles	Escala de medición
Resiliencia	La variable se operacionaliza mediante las Dimensiones; Confianza en sí mismo, Ecuanimidad, Perseverancia, Satisfacción personal y Sentirse bien (Wagnild & Young, 1993), para las cuales se plantearon indicadores e ítems los cuales conformaron el instrumento de	Dimensión 1: Confianza en sí mismo	6. Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	07 a 32	Ordinal
			9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	Baja	
			10. Soy decidida.		
			13. Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	33 a 38	146 a 175
			17. El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	Media	Resiliencia Alta
			18. En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	39 a 49	126 a 145
			24. Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	Alta	Resiliencia
		Dimensión 2: Ecuanimidad	7. Usualmente veo las cosas a largo plazo.	04 a 19	Media
			8. Soy amigo de mí mismo.	Baja	
			11. Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	20 a 23	25 a 125
			12. Tomo las cosas una por una.	Media	Resiliencia
				24 a 28	Baja
				Alta	
		Dimensión 3: Perseverancia	1. Cuando planteo algo lo realizo.	07 a 32	
			2. Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	Baja	
			4. Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.		
			14. Tengo autodisciplina.	33 a 38	

medición documental denominado Escala de Resiliencia.		15. Me mantengo interesado en las cosas.	Media		
		20. Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	39 a 49		
		23. Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	Alta		
	Dimensión 4: Satisfacción personal		16. Por lo general, encuentro algo de que reírme.	04-19	
			21. Mi vida tiene significado.	Baja	
			22. No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	20-23	
			25. Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	Media	
				24-28	
	Dimensión 5: Sentirse bien solo		5. Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	Alta	
			3. Dependo más de mí mismo que de otras personas.	03 a 13	
		19. Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.	Baja		
			14 a 16		
La variable Estrés Académico se operacionaliza mediante las		Permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario.	1 ítems	Ordinal	
		Permite identificar el nivel de intensidad del Estrés Académico.	1 ítems		

Estrés Académico	Dimensiones; Estresores, Síntomas y Afrontamiento (Barraza 2007), para cuales se plantearon indicadores e ítems los cuales conformaron el instrumento de medición documental denominado Inventario SISCO para el Estrés Académico.	Dimensión 1: Estímulos estresores	3.1. La competencia con los compañeros del grupo.	0-22	0-73
			3.2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares.	Bajo Nivel	Bajo Nivel
			3.3. La personalidad y el carácter del profesor.		
			3.4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.).	23-27	74-90
			3.5. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.).	Promedio	Promedio
			3.6. No entender los temas que se abordan en la clase.	Bajo	Bajo
			3.7. Participación en clase (responder a preguntas exposiciones, etc.).	28-32	91-106
			3.8. Tiempo limitado para hacer el trabajo	Promedio	Promedio
				Alto	Alto
				32- más	107- más
				Alto Nivel	Alto Nivel
			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reacciones físicas</li> </ul>		
		Dimensión 2: Síntomas	4.1. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).	0 - 32	
			4.2. Fatiga crónica (cansancio permanente).	Bajo Nivel	
			4.3. Dolor de cabeza o migrañas.	33 - 43	
			4.4. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.	Promedio	
			4.5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	Bajo	
			4.6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir.	44 - 55	
			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reacciones Psicológicas</li> </ul>	Promedio	
			4.7. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).	Alto	
			4.8. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).		
			4.9. Ansiedad, angustia o desesperación.	56 – más	
			4.10. Problemas de concentración.	Alto Nivel	
			4.11. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.		

---

- Reacciones Comportamentales

4.12. Conflictos o tendencias a polemizar o discutir.

4.13. Aislamiento de los demás

4.14. Desgano para realizar las labores escolares.

4.15. Aumento o reducción del consumo de alimentos.

---

		0-15
	5.1. Habilidades asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros).	Bajo Nivel
Dimensión 3:		
Estrategias de	5.2. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	16 -19
afrontamiento	5.3. Elogios a si mismo.	Promedio
	5.4. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).	Bajo
	5.5. Búsqueda de información sobre la situación.	20 - 23
	5.6. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).	Promedio
		Alto
		24 – más
		Alto Nivel

---

*Fuente: Elaboración Propia usando tablas de Word.*

## 4.7. Población – Muestra

### 4.7.1. Población

La población estuvo conformado por 250 estudiantes de la Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, de la facultad de Obstetricia, Contabilidad y Derecho, de diferentes ciclos y edades.

### 4.7.2. Muestra

Para el estudio se utilizó la técnica de estadística no probabilístico, intencionado y por conveniencia, por lo tanto se eligió a los estudiantes de la facultad de Obstetricia, Contabilidad y Derecho conformado por 85 estudiantes como el tamaño de la muestra.

*Tabla 2: Muestra de Participantes del Estudio*

Carreras	Ciclos										Total	
	Cuarto Ciclo		Quinto Ciclo		Sexto Ciclo		Octavo Ciclo		Decimo Ciclo			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Obstetricia	9	11%	10	12%	11	13%	23	27%			53	62%
Contabilidad	5	6%			4	5%					9	11%
Derecho	3	4%	4	5%	6	7%			10	12%	23	27%
Total	17	20%	14	16%	21	25%	23	27%	10	12%	85	100%

*Nota: Según la prueba aplicada en los estudiantes Universitarios.*

## 4.8. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

### 4.8.1. Técnicas

En esta investigación se utilizó la siguiente técnica:

- Técnica Psicométrica

Por qué nos permite analizar de forma cuantitativa y objetiva, para medir los aspectos conductuales del individuo. Ya que son autoadministrables y autocalificables y se puede aplicar por distintos medios.

Para desarrollar la investigación se solicitó la autorización del Rector de la Universidad Privada de Ica para poder realizar el estudio.

En vista de la situación que está pasando el Perú por el Covid-19, el cuestionario tuvo que ser modificado a un formato virtual, donde las reuniones fueron por medio de la herramienta virtual Zoom, para poder explicarles a los estudiantes el motivo de la investigación y poder aplicar el cuestionario de Resiliencia y el inventario de SISCO de Estrés Académico.

#### 4.8.2. Instrumentos

Para la investigación se utilizó dos Instrumentos de recolección de datos:

##### a) Ficha Técnica de Resiliencia

*Tabla 3: Ficha Técnica de Escala de Resiliencia*

Título Original:	Resilience Scale
Título en Español:	Escala de Resiliencia
Autores:	Wagnild, Gail y Young, Heather
Año:	1993
Procedencia:	Estado Unidos (EE.UU)
Adaptación peruana:	Angelina Novella (2002)
Aplicación:	Adolescentes y Adultos
Administración:	Colectiva o Individual
Duración:	Alrededor de 25 a 30 minutos

---

Significación:	La escala evalúa las siguientes dimensiones de la Resiliencia: a. Ecuanimidad b. Sentirse bien solo c. Confianza en sí mismo d. Perseverancia e. Satisfacción Así mismo, considera una Escala Total.
----------------	--

---

*Fuente: Elaboración Propia usando tablas de Word.*

- La Confiabilidad del Instrumento: El instrumento citados por Wagnild y Young tuvo una confiabilidad de 0.85 en una muestra de cuidadores de enfermos de Alzheimer, 0.86 y 0.85 en dos muestras de estudiantes femeninas graduadas, 0.90 en madres primerizas post parto y 0.76 en residentes de alojamientos públicos.
- La Validez del Instrumento: La validez que se utilizó en esta investigación el análisis factorial para valorar la estructura interna del cuestionario, con la técnica de elementos principales y rotación oblimin, que nos mostró 5 factores que no están correlacionados entre sí.
- En el Perú, la Escala original fue adaptada y traducida del inglés y analizada psicométricamente por Novella (2002), quien utilizó una muestra de 324 alumnas entre 11 a 17 años del colegio Nacional de Mujeres “Tereza Gonzales de Fanning” en Lima, utilizando la misma técnica de factorización y de rotación halla 2 Factores el 1° con 20 Items y 2° con 5 Items. Obteniendo un coeficiente alfa un consistencia interna global de 0.873, y correlaciones ítems – Test que fluctúan entre 0.18 a 0.63, obtuvo una confiabilidad calculada por el método de la consistencia interna con el Coeficiente alfa de Cronbach de 0.89.

- El Instrumento está compuesto por 25 ítems, en una escala de formato tipo Likert de 7 puntos donde: 1 es máximo desacuerdo y 7 es máximo de acuerdo.

Los participantes indicaran el grado de conformidad, ya que todos los ítems son calificados positivamente entre 25 y 175 puntos, serán indicadores de mayor Resiliencia.

El inventario se divide en 5 dimensiones, cada una de ellas cuenta con:

- Confianza en sí mismo: ítems 6,9,19,13,17,18 y 24
- Ecuanimidad: ítems 7,8,11 y 12
- Perseverancia: ítems 1,2,4,14,15,20 y 23
- Satisfacción personal: ítems 16,21,22 y 25
- Sentirse bien solo: ítems 5,3 y 19

Este instrumento permite establecer el nivel de Resiliencia del evaluado, como: Resiliencia Baja, Moderado y Alta.

*Tabla 4: Niveles de Resiliencia*

Categorías	Puntajes
Resiliencia Baja	25 a 125
Resiliencia Moderado	126 a 145
Resiliencia Alta	145 a 175

*Fuente: Elaboración Propia usando tablas de Word.*

#### b) Ficha Técnica de Estrés Académico

*Tabla 5: Ficha Técnica del Inventario SISCO*

Nombre:	Inventario SISCO del Estrés Académico
Autor:	Dr. Arturo Barraza Macías
Año:	2007
Procedencia:	México
Adaptada:	Lic. Ancajima Carranza, Lourdes del Pilar (2017)
Objetivo:	Evaluar el nivel de Estrés Académico
Administración:	Colectiva o Individual

Duración:	Sin tiempo limitado, su aplicación dura entre 10 y 20 minutos
Aplicación:	Adolescentes y Adultos
Significación:	conduce a reconocer tres componentes sistémico - procesuales del Estrés Académico: <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Estímulos estresores</li> <li>b. Síntomas</li> <li>c. Estrategias de afrontamiento</li> </ul>

*Fuente: Elaboración Propia usando tablas de Word.*

- Confiabilidad del Instrumento: se obtuvo una confiabilidad por la mitad de 0.87 y una confiabilidad de Alfa de Cronbach de 0.90. Estos niveles de confiabilidad puede ser valorados como muy buenos según De Vellis citado por García, 2006 o elevados por Murphy y Davishofer, citado por Hogan, 2004.
- Validez del Instrumento: se recogió evidencia basada en la estructura interna de 3 procedimientos: análisis factorial, análisis de consistencia interna y análisis de grupos contrastados. Los resultados afirman la constitución tridimensional del Inventario SISCO del Estrés Académico a través de la estructura factorial obtenida en el análisis correspondiente, en lo cual coinciden con el modelo conceptual elaborado para la investigación del Estrés Académico desde una perspectiva sistémico-cognoscitivista (Barraza, 2006). Se confirmó la homogeneidad y direccionalidad única de los ítems que componen el inventario a través del análisis de consistencia interna y de grupos contrastados. Estos resultados se centra en la relación entre los ítems y el puntaje general o universal del inventario que permiten afirmar que todos los ítems forman parte del constructo

establecido en el modelo conceptual construido, en este caso el Estrés Académico.

- En el Perú, fue adaptada y analizada psicométricamente por Ancajima Carranza (2017) quien realizó un análisis factorial confirmatorio, reportando valores de ajuste más robustos tanto en el ajuste absoluto (GFI = 0.98, RMR = 0.05) como en el ajuste comparativo (NFI = 0.97). La consistencia interna por medio del coeficiente Omega donde las dimensiones obtuvo un valor, Estrategias de afrontamiento con 6 ítems obtuvo un valor de 0.74, en los síntomas obtuvo un valor de 0.94 y en estímulos estresantes con 8 ítems obtuvo un valor de 0.85.
  
- Está compuesto por 31 ítems (en la segunda versión) están divididos de la siguiente manera:
  - Un ítem de filtro que, en términos dicotómicos (sí-no) permite determinar si el encuestado es candidato para responder la prueba.
  - Un ítem que permite identificar el nivel de intensidad del Estrés Académico, mediante las alternativas con escalamiento de tipo Likert, al igual que los ítems restantes.
  - Ocho ítems que permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como Estímulos estresores.
  - Quince ítems que permiten identificar la frecuencia con que se presentan los Síntomas o reacciones al Estímulo estresor, en un escalamiento de tipo Likert de cinco valores categoriales.
  - Seis ítems que permiten identificar la frecuencia de uso de las Estrategias de afrontamientos, en un escalamiento de tipo Likert de cinco valores categoriales (Barraza Macias, 2007).

El Instrumento evalúa es Estrés Académico enfocándose en 3 dimensiones principales:

- Estresores académico: 8 ítems
- Síntomas del estrés académico: 15 ítems
- Estrategias de afrontamiento: 6 ítems

La interpretación se obtiene a través del baremo con el puntaje obtenido:

*Tabla 6: Niveles del Estrés Académico*

Nivel	Puntaje
Bajo Nivel	0-73
Promedio Bajo	74-90
Promedio Alto	91-106
Alto Nivel	107- mas

*Fuente: Elaboración propia usando tablas de Word y obtenido de la Adaptación peruana por Ancajima Carranza (2017).*

#### 4.9. Técnicas de Análisis e Interpretación de Datos

##### 4.9.1. Técnicas de análisis de datos

En el estudio se utilizó la técnica de análisis estadístico no paramétrico debido a que las variables de estudio fueron categóricas de tipo ordinal, empleando el estadístico Rho de Spearman en virtud a lograr la correlación entre las variables. Mediante el Microsoft Excel donde se diseñó la base de datos de las variables de estudio con sus respectivas dimensiones e indicadores, logrando calcular mediante funciones y fórmulas de los niveles. Asimismo para la prueba de hipótesis se utilizó la Rho de Spearman utilizando el Software estadístico IBM-SPSS V 24, en una versión de prueba.

*Tabla 7: Niveles de Correlación*

Niveles de medición de las variables	
-1.00	<i>Correlación negativa perfecta.</i> (“A mayor X, menor Y”, de manera proporcional. Es decir, cada vez que X aumenta una unidad, Y disminuye siempre una cantidad constante). Esto también se aplica “a menor X, mayor Y”.
-0.90	Correlación negativa muy fuerte.
-0.75	Correlación negativa considerable.
-0.50	Correlación negativa media.
-0.25	Correlación negativa débil.
-0.10	Correlación negativa muy débil.
0.00	No existe correlación alguna entre las variables.
+0.10	Correlación positiva muy débil.
+0.25	Correlación positiva débil.
+0.50	Correlación positiva media.
+0.75	Correlación positiva considerable.
+0.90	Correlación positiva muy fuerte.
+1.00	<i>Correlación positiva perfecta</i> (“A mayor X, mayor Y” o “a menor X, menor Y”, de manera proporcional. Cada vez que X aumenta, Y aumenta siempre una cantidad constante).

*Fuente: Tomado del libro de Metodología de la Investigación (pág. 305) de Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio (2014).*

#### 4.9.2. Técnicas de interpretación de datos

Se utilizó el Paquete Estadístico Microsoft Excel para clasificar a cada evaluado dándole un número respectivo de esta manera se creó a una base de datos con el fin de poder organizar los cuestionarios y dividirlos por Edades, Sexo, Carreras, Ciclo. También se utilizó el manual de Resiliencia y de Estrés Académico para la interpretación de los resultados teniendo en cuenta los niveles que indica el manual, con sus respectivas puntuaciones y el análisis del investigador. Asimismo se utilizó los cuadros y gráficos para poder explicar de manera detallada los resultados obtenidos en la muestra utilizada.

## V. RESULTADOS

### 5.1. Presentación de Participantes

*Tabla 8: Participantes por Edades*

Edad	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
18	2	2%	2.4	2.4
19	11	13%	12.9	15.3
20	21	25%	24.7	40.0
21	12	14%	14.1	54.1
22	7	8%	8.2	62.4
23	6	7%	7.1	69.4
24	2	2%	2.4	71.8
25	4	5%	4.7	76.5
26	5	6%	5.9	82.4
28	2	2%	2.4	84.7
30	3	4%	3.5	88.2
33	1	1%	1.2	89.4
34	2	2%	2.4	91.8
35	4	5%	4.7	96.5
40	1	1%	1.2	97.6
47	2	2%	2.4	100.0
Total	85	100%	100.0	

*Nota: Edades obtenido de la evaluación de los estudiantes de la Universidad Privada de Ica, elaborado en IBM SPSS V24*

En la tabla 8 se aprecia las edades correspondientes de los estudiantes de la Universidad Privada de Ica, donde la mayoría de los alumnos son de 20 años y el mínimo es de 33 y 47 años.

*Tabla 9: Participantes por Sexo*

Sexo	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
H	16	19%	18.8	18.8
M	69	81%	81.2	100.0
Total	85	100%	100.0	

*Nota: Sexo obtenido de la relación de los estudiantes de la Universidad Privada de Ica, elaborado en IBM SPSS V24.*

En la Tabla 9 se observa que el 81% de los estudiantes esta conformado por Mujeres y el 19% por Hombres.

*Tabla 10: Participantes por Carrera*

Carrera	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Contabilidad	9	11%	10.6	10.6
Derecho	23	27%	27.1	37.6
Obstetricia	53	62%	62.4	100.0
Total	85	100%	100.0	

*Nota: Elaborado en Software IBM SPSS V24.*

En la Tabla 10 se observa que la muestra está constituida por 3 carrera donde el 62% son estudiantes de Obstetricia, seguido por el 27% estudiantes de Derecho y por último el 11% estudiantes de Contabilidad.

## 5.2. Presentación e Interpretación de los Resultados

*Tabla 11: Nivel de Resiliencia*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Baja	3	3.5	3.5	3.5
Moderado	32	37.6	37.6	41.2
Alta	50	58.8	58.8	100.0
Total	85	100.0	100.0	

*Nota: Aplicación de la Escala de Resiliencia en los estudiantes de la Universidad Privada de Ica, elaborado en Software IBM SPSS V24.*

En la tabla 11 en los niveles de Resiliencia podemos ver los resultados obtenidos que el 58.8% de los alumnos tienen un Resiliencia Alta, mientras que el 37.6% tienen una Resiliencia Moderado y por ultimo 3.5% tienen una Resiliencia Baja.

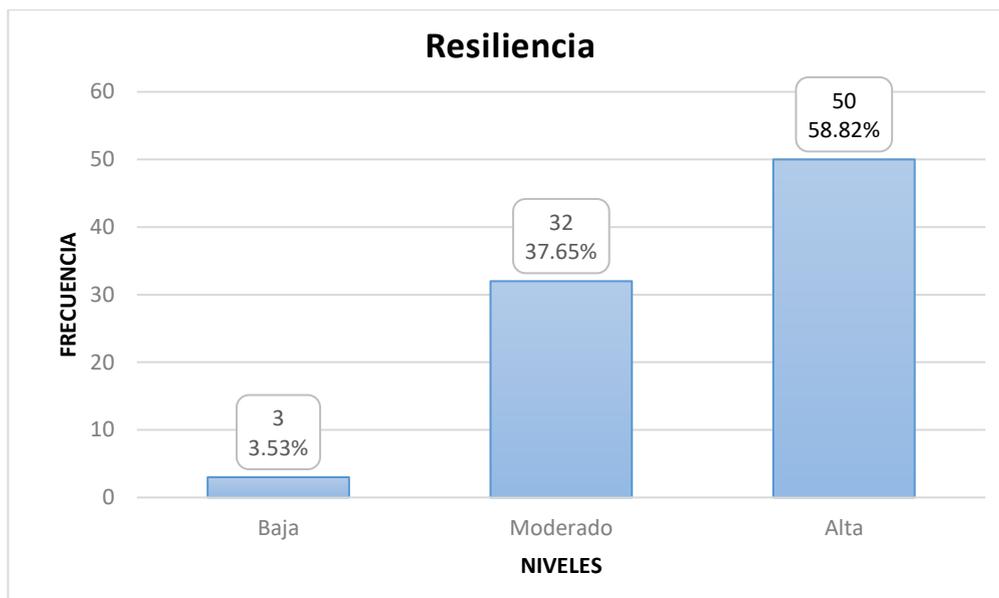


Figura 3: Nivel de la variable Resiliencia en los estudiantes de la Universidad Privada de Ica

Fuente: Elaboración propia utilizando el Software IBM-SPSS V24

Tabla 12: Nivel de Estrés Académico

Niveles	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo	22	25.9	25.9	25.9
Promedio Bajo	23	27.1	27.1	52.9
Promedio Alto	23	27.1	27.1	80.0
Alto	17	20.0	20.0	100.0
Total	85	100.0	100.0	

Nota: Aplicación del Inventario de Estrés Académico en los estudiantes de la Universidad Privada de Ica, elaborado en el Software IBM SPSS V24.

En la tabla 12 en los niveles de Estrés Académico podemos ver los resultados obtenidos que el 27.1% de los alumnos tienen un estrés Académico Promedio Bajo y Promedio Alto, mientras que el 25.9% tienen su Estrés Académico Bajo y por último 20.0% de los alumnos tienen un Estrés Académico Alto.

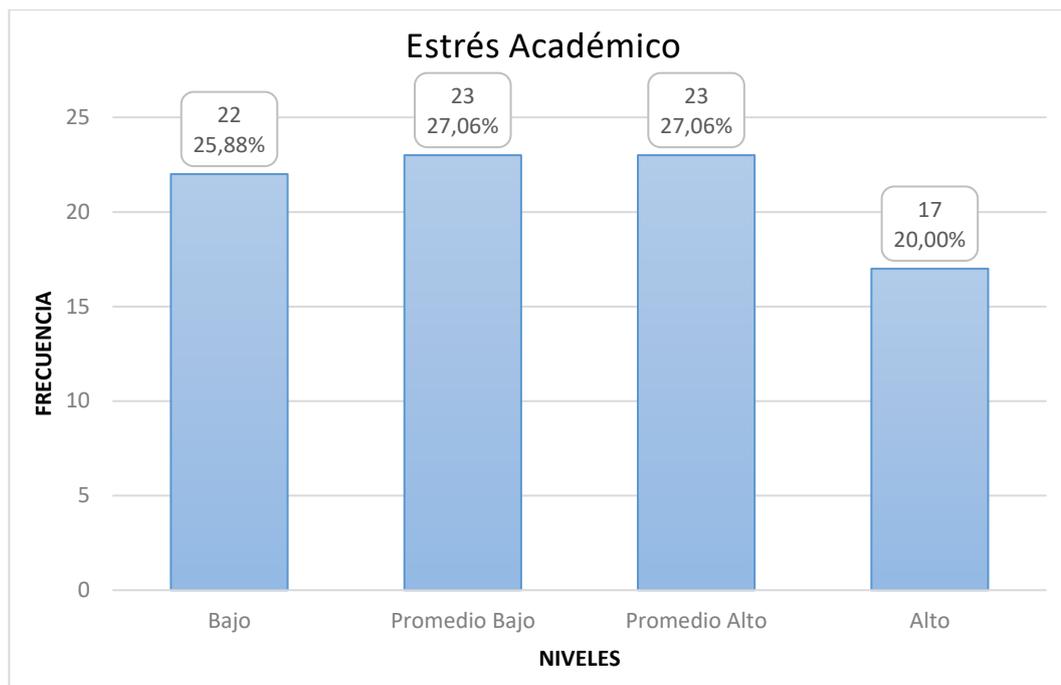


Figura 4: Nivel de la variable Estrés Académico en los estudiantes de la Universidad Privada de Ica.

Fuente: Elaboración propia utilizando el Software IBM-SPSS V24

### 5.2.1. Prueba de Hipótesis

#### Hipótesis General

H<sub>0</sub>: No Existe relación entre Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

H<sub>i</sub>: Existe relación significativa entre Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

Tabla 13: Prueba de correlación entre las Variables

		Correlaciones		
			Resiliencia	Estrés Académico
Rho de Spearman	Resiliencia	Coefficiente de correlación	1.000	-,358**
		Sig. (bilateral)		0.001
		N	85	85
		Coefficiente de correlación	-,358**	1.000

Estrés Académico	Sig. (bilateral)	0.001
N		85

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

*Nota: Elaboración Propia utilizando el Software IBM-SPSS V24.*

En la Tabla 13, se muestra una correlación negativa débil de  $-0,358$  y una significancia de  $0,001$  donde se rechaza la hipótesis nula y se evidencia que existe una relación significativa entre Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020. Según este resultado hay evidencia estadística que afirma que existe relación entre la dos variables es decir a mayor Resiliencia menor Estrés Académico.

*Tabla 14: Tabla cruzada Resiliencia y Estrés Académico*

		Tabla cruzada Resiliencia*Estrés Académico				Total	
		Estrés Académico					
Resiliencia	Baja	Recuento	Bajo	Promedio Bajo	Promedio Alto	Alto	
				0	0	2	1
		% del total	0.0%	0.0%	2.4%	1.2%	3.5%
Moderado		Recuento	7	2	13	10	32
		% del total	8.2%	2.4%	15.3%	11.8%	37.6%
Alta		Recuento	15	21	8	6	50
		% del total	17.6%	24.7%	9.4%	7.1%	58.8%
Total		Recuento	22	23	23	17	85
		% del total	25.9%	27.1%	27.1%	20.0%	100.0%

*Nota: Elaboración propia utilizando el Software IBM-SPSS V24.*

En la tabla 14, se evidencia la información obtenida por los estudiantes sobre Resiliencia y Estrés Académico, en esta tabla se evidencia que el 24.7% de 21 estudiantes de una Universidad Privada de Ica tienen un nivel de Estrés Académico promedio bajo con un nivel de Resiliencia Alta, al mismo tiempo el 17.6% de 15 estudiantes tiene un nivel de Estrés Académico Bajo y a la vez un nivel de Resiliencia Alta, el 15.3% de 13 estudiantes tienen un Estrés Académico Promedio Alto y a la vez una

Resiliencia Moderado, y por último el 11.8% de 10 estudiantes presenta un nivel de Estrés Académico alto con un nivel de Resiliencia Moderado.

Hipótesis Especifica 1:

H<sub>0</sub>: No Existe relación entre la Dimensión Confianza en sí mismo de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

H<sub>i</sub>: Existe relación entre la Dimensión Confianza en sí mismo de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

*Tabla 15: Correlación entre Dimensión Confianza en sí mismo y Estrés Académico*

		Correlaciones		
Rho de Spearman	Confianza en si mismo	Coeficiente de correlación	Confianza en si mismo	Estrés Académico
			1.000	-,281**
		Sig. (bilateral)		0.009
		N	85	85
	Estrés Académico	Coeficiente de correlación	-,281**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.009	
		N	85	85

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

*Nota: Elaboración propia utilizando el Software IBM-SPSS V24.*

En la tabla 15, se muestra una correlación negativa débil de -,281 y una significancia de 0,009 donde se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna donde se evidencia que existe una relación entre la Dimensión Confianza en si mismo de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020. Según este resultado indica que existe una relación, es decir a mayor Confianza en si mismo menor Estrés Académico.

Tabla 16: Tabla cruzada de la Dimensión Confianza en si mismo y Estrés Académico

			Estrés Académico				Total
			Bajo	Promedio Bajo	Promedio Alto	Alto	
Confianza en si mismo	Baja	Recuento	0	0	1	1	2
		% del total	0.0%	0.0%	1.2%	1.2%	2.4%
	Moderado	Recuento	1	0	5	3	9
		% del total	1.2%	0.0%	5.9%	3.5%	10.6%
	Alta	Recuento	21	23	17	13	74
		% del total	24.7%	27.1%	20.0%	15.3%	87.1%
Total		Recuento	22	23	23	17	85
		% del total	25.9%	27.1%	27.1%	20.0%	100.0%

Nota: Elaboración Propia utilizando el Software IBM-SPSS V24.

En la tabla 16, se evidencia la información obtenida por los estudiantes sobre Confianza en si mismo de Resiliencia y Estrés Académico en esta tabla se evidencia que el 27.1% de 23 estudiantes de una Universidad Privada de Ica tienen un nivel de Estrés Académico Promedio Bajo con un nivel de Confianza en si mismo Alta, siguiendo con el 24.7% de 21 estudiantes tienen un nivel de Estrés Académico Bajo con un nivel de Confianza en si mismo Alta, el 20.0% de 17 estudiantes pose un nivel de Estrés Académico Promedio Alto con un nivel de Confianza en si mismo Alto, y por ultimo 15.3% de 13 estudiantes presentan un nivel de Estrés Académico Alto con un nivel de Confianza en si mismo Alta.

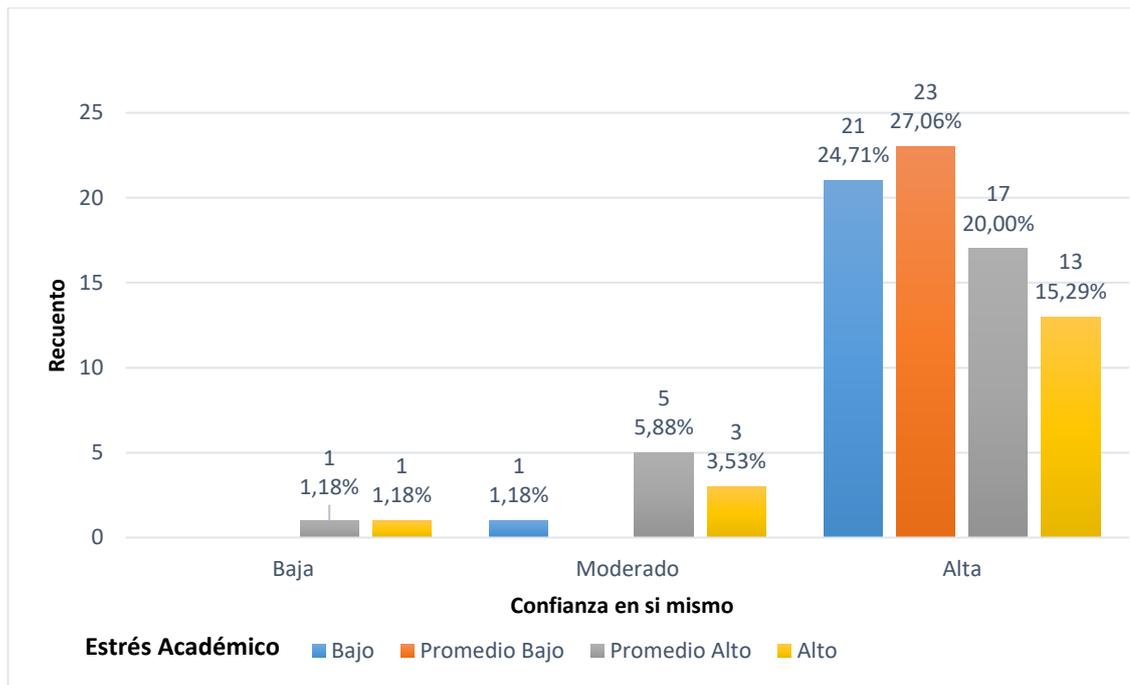


Figura 5: Niveles entre Dimensión Confianza en si mismo y Estrés Académico

Fuente: Elaboración propia utilizando el Software IBM-SPSS V24

Hipótesis Especifica 2:

H<sub>0</sub>: No Existe relación entre la Dimensión Ecuanimidad de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

H<sub>i</sub>: Existe relación entre la Dimensión Ecuanimidad de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

Tabla 17: Correlación entre Dimensión Ecuanimidad y Estrés Académico

		Correlaciones		
			Ecuanimidad	Estrés Académico
Rho de Spearman	Ecuanimidad	Coeficiente de correlación	1.000	-,333**
		Sig. (bilateral)		0.002
		N	85	85
	Estrés Académico	Coeficiente de correlación	-,333**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.002	

N	85	85
---	----	----

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

*Nota: Elaboración propia utilizando el Software IBM-SPSS V24.*

En la tabla 17 se muestra una correlación negativa débil de  $-.333$  y una significancia de  $0,002$  donde se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna donde se evidencia que existe una relación entre la Dimensión Ecuanimidad de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020. Según este resultado lo indica que existe una relación, es decir a mayor Ecuanimidad menor Estrés Académico.

*Tabla 18: Tabla cruzada de la Dimensión Ecuanimidad y Estrés Académico*

		Estrés Académico				Total	
		Bajo	Promedio Bajo	Promedio Alto	Alto		
Ecuanimidad	Baja	Recuento	3	2	5	2	12
		% del total	3.5%	2.4%	5.9%	2.4%	14.1%
	Moderado	Recuento	0	2	9	7	18
		% del total	0.0%	2.4%	10.6%	8.2%	21.2%
	Alta	Recuento	19	19	9	8	55
		% del total	22.4%	22.4%	10.6%	9.4%	64.7%
Total		Recuento	22	23	23	17	85
		% del total	25.9%	27.1%	27.1%	20.0%	100.0%

*Nota: Elaboración propia utilizando el Software IBM-SPSS V24.*

En la tabla 18, se evidencia la información obtenida por los estudiantes sobre Dimensión Ecuanimidad de Resiliencia y Estrés Académico en esta tabla se evidencia que el 22.4% de 19 estudiantes de una Universidad Privada de Ica tienen un nivel de Estrés Académico Bajo con un nivel de Ecuanimidad Alta, al mismo tiempo 22.4% de 19 estudiantes tienen un nivel de Estrés Académico Promedio bajo con un nivel de Ecuanimidad Alta, el 10.6% de 9 estudiantes tienen un nivel de Estrés Académico Promedio alto con un nivel de Ecuanimidad Alta, a la vez se encontró 10.6% de 9 estudiantes tienen un Estrés Académico Promedio alto con Ecuanimidad

Moderado y por ultimo el 9.4% de 8 estudiantes tiene un estrés académico Alto con un nivel de Ecuanimidad Alta.

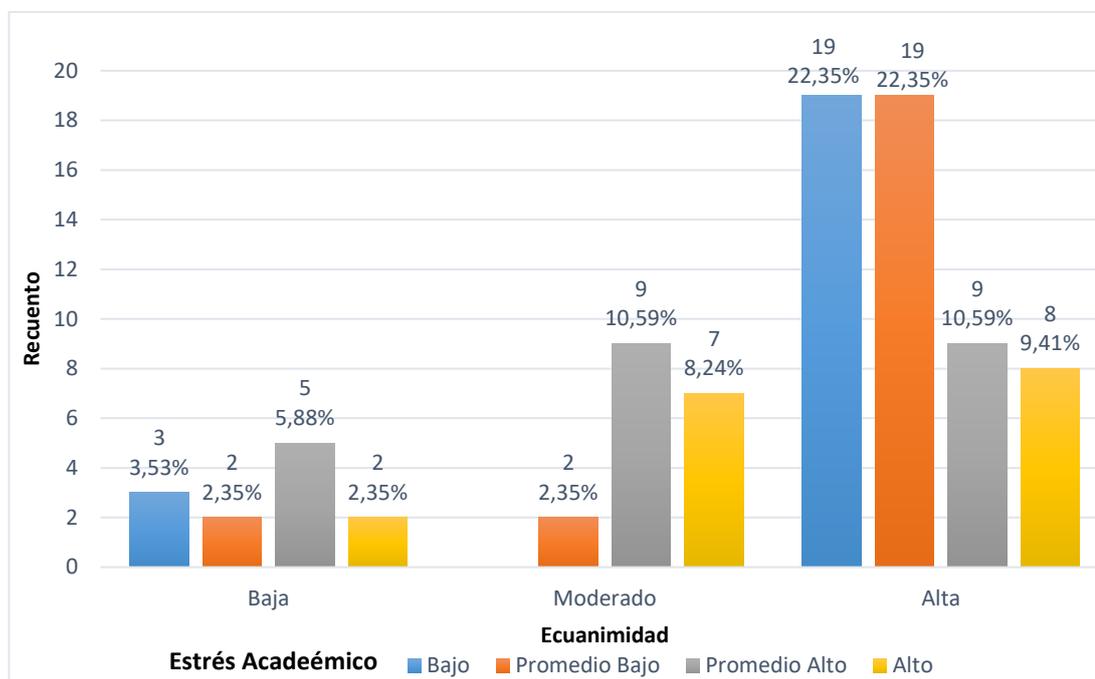


Figura 6: Niveles de Dimensión Ecuanimidad y Estrés Académico

Fuente: Elaboración propia utilizando el Software IBM-SPSS V24

Hipótesis Especifica 3:

H<sub>0</sub>: No Existe relación entre la Dimensión Perseverancia de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

H<sub>i</sub>: Existe relación entre la Dimensión Perseverancia de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

Tabla 19: Correlación entre Dimensión Perseverancia y Estrés Académico

		Correlaciones	
		Perseverancia	Estrés Académico
Rho de Spearman	Perseverancia	Coficiente de correlación	1.000
		Sig. (bilateral)	-,345**
		N	0.001
			85
			85

Estrés Académico	Coefficiente de correlación	-,345**	1.000
	Sig. (bilateral)	0.001	
	N	85	85

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

*Nota: Elaboración propia utilizando el Software IBM-SPSS V24.*

En la tabla 19, se muestra una correlación negativa débil de -,345 y una significancia de 0.001 donde se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna donde se evidencia que existe una relación entre la Dimensión Perseverancia de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020. Según este resultado indica que existe una relación, es decir a mayor Perseverancia menor Estrés Académico.

*Tabla 20: Tabla cruzada de la Dimensión Perseverancia y Estrés Académico*

		Tabla cruzada Perseverancia*Estrés Académico					Total
			Estrés Académico				
			Bajo	Promedio Bajo	Promedio Alto	Alto	
Perseverancia	Baja	Recuento	0	0	4	1	5
		% del total	0.0%	0.0%	4.7%	1.2%	5.9%
	Moderado	Recuento	5	0	5	9	19
		% del total	5.9%	0.0%	5.9%	10.6%	22.4%
	Alta	Recuento	17	23	14	7	61
		% del total	20.0%	27.1%	16.5%	8.2%	71.8%
Total		Recuento	22	23	23	17	85
		% del total	25.9%	27.1%	27.1%	20.0%	100.0%

*Nota: Elaboración Propia utilizando el Software IBM-SPSS V24*

En la tabla 20, se evidencia la información obtenida por los estudiantes sobre Perseverancia de Resiliencia y Estrés Académico en esta tabla se evidencia que el 27.1% de 23 estudiantes de una Universidad Privada de Ica tienen un nivel de Estrés Académico Promedio Bajo con un nivel de Perseverancia Alta, siguiendo con el 20.0% de 17 estudiantes tienen un nivel de Estrés Académico Bajo con un nivel de Perseverancia Alta, el

16.5% de 14 estudiantes pose un nivel de Estrés Académico Promedio Alto con un nivel de Perseverancia Alta y por ultimo 10.6% de 9 estudiantes presentan un nivel de Estrés Académico Alto con un nivel de Perseverancia Moderado.

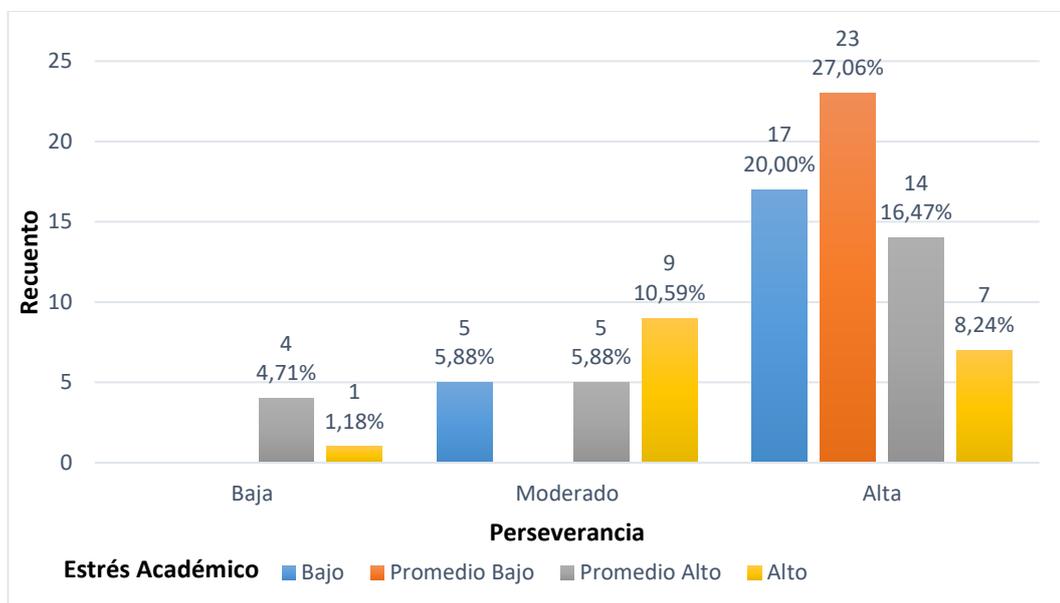


Figura 7: Nivel entre la Dimensión Perseverancia y Estrés Académico

Fuente: Elaboración propia utilizando el Software IBM-SPSS V24

Hipótesis Especifica 4:

H<sub>0</sub>: No Existe relación entre la Dimensión Satisfacción personal de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

H<sub>i</sub>: Existe relación entre la Dimensión Satisfacción personal de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

Tabla 21: Correlación entre Dimensión Satisfacción personal y Estrés Académico

		Correlaciones		
			Satisfacción personal	Estrés Académico
Rho de Spearman	Satisfacción personal	Coeficiente de correlación	1.000	-,265*
		Sig. (bilateral)		0.014
		N	85	85
	Estrés Académico	Coeficiente de correlación	-,265*	1.000

	Sig. (bilateral)	0.014	
	N	85	85

\*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

*Nota: Elaboración propia utilizando el Software IBM-SPSS V24.*

En la tabla 21, se muestra una correlación negativa débil de  $-.265$  y una significancia de  $0.014$  donde se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna donde se evidencia que existe una relación entre la Dimensión Satisfacción personal de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020. Según este resultado indica que existe una relación, es decir a mayor Satisfacción personal menor Estrés Académico.

*Tabla 22: Tabla cruzada de la Dimensión Satisfacción personal y Estrés Académico*

			Estrés Académico				Total
			Bajo	Promedio Bajo	Promedio Alto	Alto	
Satisfacción personal	Baja	Recuento	0	0	1	1	2
		% del total	0.0%	0.0%	1.2%	1.2%	2.4%
	Moderado	Recuento	4	4	8	7	23
		% del total	4.7%	4.7%	9.4%	8.2%	27.1%
	Alta	Recuento	18	19	14	9	60
		% del total	21.2%	22.4%	16.5%	10.6%	70.6%
Total	Recuento	22	23	23	17	85	
	% del total	25.9%	27.1%	27.1%	20.0%	100.0%	

*Nota: Elaboración propia utilizando el Software IBM-SPSS V24.*

En la tabla 22, se evidencia la información obtenida por los estudiantes sobre Satisfacción personal de Resiliencia y Estrés Académico en esta tabla se evidencia que el 22.4% de 19 estudiantes de una Universidad Privada de Ica tienen un nivel de Estrés Académico Promedio Bajo con un nivel de Satisfacción personal Alta, siguiendo con el 21.2% de 18 estudiantes tienen un nivel de Estrés Académico Bajo con un nivel de Satisfacción personal Alta, el 16.5% de 14 estudiantes pose un nivel de

Estrés Académico Promedio Alto con un nivel de Satisfacción personal Alta y por ultimo 10.6% de 9 estudiantes presentan un nivel de Estrés Académico Alto con un nivel de Satisfacción personal Alta.

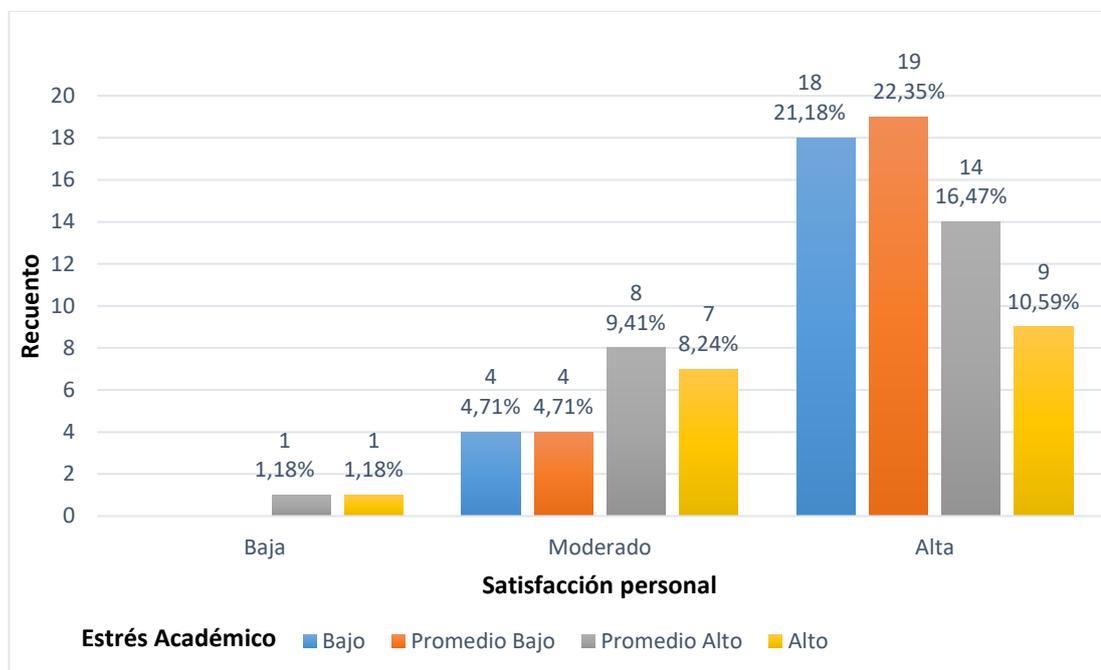


Figura 8: Niveles de Dimensión Satisfacción personal y Estrés Académico

Fuente: Elaboración propia utilizando el Software IBM-SPSS V24

Hipótesis Específica 5:

H<sub>0</sub>: No Existe una relación entre la Dimensión sentirse bien sólo de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

H<sub>i</sub>: Existe una relación entre la Dimensión sentirse bien sólo de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

Tabla 23: Correlaciones entre Dimensión Sentirse bien sólo y Estrés Académico

		Correlaciones		
			Sentirse bien sólo	Estrés Académico
Rho de Spearman	Sentirse bien sólo	Coficiente de correlación	1.000	-,291**
		Sig. (bilateral)		0.007
		N	85	85

Estrés Académico	Coeficiente de correlación	-,291**	1.000
	Sig. (bilateral)	0.007	
N		85	85

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

*Nota: Elaboración propia utilizando el Software IBM-SPSS V24.*

En la tabla 23, se muestra una correlación negativa débil de -,291 y una significancia de 0.007 donde se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna donde se evidencia que existe una relación entre la Dimensión Sentirse bien sólo de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020. Según este resultado indica que existe una relación, es decir a mayor Sentirse bien sólo menor Estrés Académico.

*Tabla 24: Tabla cruzada de la Dimensión Satisfacción personal y Estrés Académico*

		Tabla cruzada Sentirse bien sólo*Estrés Académico				Total	
		Estrés Académico					
			Bajo	Promedio Bajo	Promedio Alto	Alto	
Sentirse bien sólo	Baja	Recuento	1	0	1	4	6
		% del total	1.2%	0.0%	1.2%	4.7%	7.1%
	Moderado	Recuento	2	1	6	3	12
		% del total	2.4%	1.2%	7.1%	3.5%	14.1%
	Alta	Recuento	19	22	16	10	67
		% del total	22.4%	25.9%	18.8%	11.8%	78.8%
Total	Recuento	22	23	23	17	85	
	% del total	25.9%	27.1%	27.1%	20.0%	100.0%	

*Nota: Elaboración propia utilizando el Software IBM-SPSS V24.*

En la tabla 24, se evidencia la información obtenida por los estudiantes sobre Sentirse bien sólo de Resiliencia y Estrés Académico en esta tabla se evidencia que el 25.9% de 22 estudiantes de una Universidad Privada de Ica tienen un nivel de Estrés Académico Promedio Bajo con un nivel de Sentirse bien sólo Alta, siguiendo con el 22.4% de 19 estudiantes tienen un nivel de Estrés Académico Bajo con un nivel de Sentirse bien sólo Alta, el 18.8% de 16 estudiantes pose un nivel de Estrés Académico Promedio Alto

con un nivel de Sentirse bien sólo Alta y por ultimo 11.8% de 10 estudiantes presentan un nivel de Estrés Académico Alto con un nivel de Sentirse bien sólo Alta.

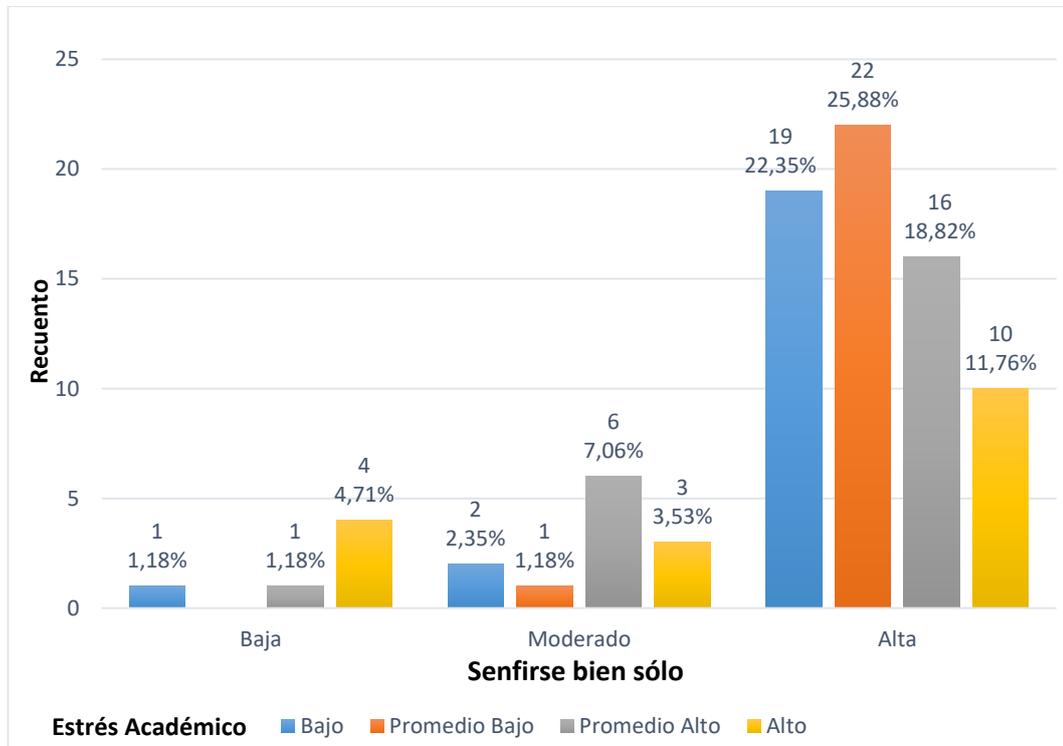


Figura 9: Niveles de Dimensión Sentirse bien sólo y Estrés Académico

Fuente: Elaboración propia utilizando el Software IBM-SPSS V24

## VI. DISCUSION DE RESULTADOS

### 6.1. Análisis descriptivos de los resultados

Según el resultado obtenido se logró determinar que el 58.8% de 50 estudiantes de la Universidad Privada de Ica tienen una Alta Resiliencia, el 37.6% de 32 estudiantes tienen un nivel Moderado y por último el 3.5% de 3 estudiantes tiene un nivel bajo en Resiliencia. En relación al Estrés Académico se encontró que el 27.1% de 23 estudiantes tienen un nivel de Estrés Académico Promedio bajo y Promedio alto, el 25.9% de 22 estudiantes tiene un nivel de Estrés Académico Bajo y por último el 20.0% de 17 estudiantes tienen un nivel de Estrés Académico Alto.

Se logró determinar la relación que existe entre Resiliencia y Estrés Académico mediante el estadístico Rho de Spearman, obteniendo una significancia bilateral 0,001 ( $p < 0,05$ ) con la cual se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis principal, además se determina la coeficiente de correlación de -0,358, de acuerdo a la tabla de correlación de (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2014, pág. 304) significa que existe una Correlación negativa débil eso quiere decir que a mayor Resiliencia menor Estrés Académico.

Se logró determinar la relación entre la Dimensión Confianza en si mismo de Resiliencia y Estrés Académico, mediante el estadístico Rho de Spearman donde se obtuvo una significancia bilateral 0,009 ( $p < 0,05$ ) donde se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis principal, también se determinó la coeficiente de correlacional -0,028 de acuerdo a la tabla de correlación de (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2014, pág. 304) se evidencia que existe una correlación negativa débil esto quiere decir que a mayor Confianza en si mismo menor Estrés Académico. El 87.1% de 74 estudiantes tienen una buena habilidad para creer en si mismo y en sus propias capacidades.

Se logró determinar la relación entre la Dimensión Ecuanimidad de Resiliencia y Estrés Académico, mediante el estadístico Rho de Spearman donde se obtuvo una significancia bilateral 0,002 ( $p < 0.05$ ) donde se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis principal, también se determinó la coeficiente de correlacional -0,333 de acuerdo a la tabla de correlación de (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2014, pág. 304) se evidencia que existe una correlación negativa débil esto quiere decir que a mayor Ecuanimidad menor Estrés Académico. El 64.7% de 55 estudiantes manifiestan una perspectiva equilibrada de sus propia vida y experiencia, tomando las cosas con tranquilidad y moderada.

Se logró determinar la relación entre la Dimensión Perseverancia de Resiliencia y Estrés Académico, mediante el estadístico Rho de Spearman donde se obtuvo una significancia bilateral 0,001 ( $p < 0.05$ ) donde se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis principal, también se determinó la coeficiente de correlacional -0,345 de acuerdo a la tabla de correlación de (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2014, pág. 304) se evidencia que existe una correlación negativa débil esto quiere decir que a mayor Perseverancia menor Estrés Académico. El 64.7% de 55 estudiantes manifiestan una perspectiva equilibrada de sus propia vida y experiencia, tomando las cosas con tranquilidad y moderada.

Se logró determinar la relación entre la Dimensión Satisfacción personal de Resiliencia y Estrés Académico, mediante el estadístico Rho de Spearman donde se obtuvo una significancia bilateral 0,014 ( $p < 0.05$ ) donde se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis principal, también se determinó la coeficiente de correlacional -0,265 de acuerdo a la tabla de correlación de (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2014, pág. 304) se evidencia que existe una correlación negativa débil esto quiere decir que a mayor Satisfacción personal menor Estrés Académico. El 70.6% de

60 estudiantes tienen una buena capacidad para comprender el significado de la vida y colaborar a ella.

Se logró determinar la relación entre la Dimensión Sentirse bien sólo de Resiliencia y Estrés Académico, mediante el estadístico Rho de Spearman donde se obtuvo una significancia bilateral 0,007 ( $p < 0.05$ ) donde se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis principal, también se determinó la coeficiente de correlacional -0,291 de acuerdo a la tabla de correlación de (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2014, pág. 304) se evidencia que existe una correlación negativa débil esto quiere decir que a mayor Sentirse bien sólo menor Estrés Académico. El 78.8% de 67 estudiantes tienen la capacidad para comportarse de una manera independiente y de ser único y el más importante en su vida.

## 6.2. Comparación de resultados con marcos teóricos

a) En este estudio dio un resultado que prevalece la Resiliencia en los estudiantes de la Universidad Privada de Ica, es de 58.8% tienen un nivel Alto en Resiliencia al igual que el estudio de Caldera Montes, Aceves Lupercio, & Reynoso Gonzales (2016) Mexico en su estudio titulado Resiliencia en estudiantes universitarios. Un estudio comparado entre carreras, donde refiere que sus resultados muestran un nivel alto de Resiliencia de 91.5%. Por otra lado en mi estudio la variable Estrés Académico dio un resultado de 27.1% de Estrés Académico Promedio bajo y Promedio alto. Ante ello el estudio de Alvares Silva, Gallegos Luna , & Herrera López (2018) Ecuador en su estudio titulado Estrés Académico en estudiantes de Tecnologías Superior donde su principal coeficiente de correlación fue 0.894 según Alfa de Cronbach, obtuvieron un nivel de Estrés Académico Medio.

b) De acuerdo al estudio de Salvatierra Mendocilla (2019) Trujillo, para obtener el título de Maestría en Psicología Educativa, en la Universidad César Vallejo, en su investigación titulada Resiliencia

y Estrés Académico en estudiantes de un Conservatorio de música pública de Trujillo, donde los resultados permiten apreciar que existe una correlación inversa (-) de magnitud pequeña ( $r=-.22$ ) y estadísticamente significativa ( $p=.004<.05$ ), en relación a los niveles que se aprecia una predominancia de Resiliencia con 49% en nivel Alto, en relación al Estrés Académico que se evidencia que el 84% de la mayoría de los estudiantes del conservatorio de música tienen un nivel Medio bajo. Comparando el resultado anterior con la presente investigación se puede indicar que se usaron las mismas variables de estudio con poblaciones y muestras diferentes, lo que ha generado obtener un resultado diferente debido se utilizó estadísticos diferentes ya que esta investigación se utilizó el estadístico Rho de Spearman obteniendo un resultado bilateral de 0,001 ( $p<0,05$ ) y una correlación -0,358, obteniendo un resultado de 58.8% de nivel alta en resiliencia y en relación al Estrés Académico se evidencia un 27.1% en nivel Promedio bajo y Promedio alto en estudiantes de la Universidad Privada de Ica.

- c) De acuerdo al estudio de Almeya de Mejía (2019) Chincha, para optar el título en Licenciada en Psicología, en la Universidad Autónoma de Ica, en su investigación titulada Resiliencia en los estudiantes del Quinto ciclo de Enfermería y Psicología de la Universidad Autónoma de Ica, donde utilizó la Estadística descriptiva como análisis de frecuencia y de porcentaje a fin de conocer el comportamiento de la variable de estudio, donde su principal resultado obtuvo los alumnos de enfermería un nivel medio, mientras que los estudiantes de psicología un nivel bajo, así como en sus dimensiones se evidencia que los estudiantes de enfermería con mayor nivel de satisfacción personal, ecuanimidad y sentirse bien solo, mientras que en psicología muestra mayor puntuación en sentirse bien sólo y confianza en si mismo. Comparando el resultado anterior con la presente investigación se puede indicar que se usó la misma variable de estudio, con el mismo cuestionario, poblaciones y muestras diferentes, lo que ha

generado obtener un resultado diferente, se utilizó estadísticos diferentes ya que esta investigación se utilizó el estadístico Rho de Spearman obteniendo un resultado bilateral de 0,001 ( $p < 0,05$ ) y una correlación -0,358, obteniendo un resultado de 58.8% de nivel alta en resiliencia en estudiantes de la Universidad Privada de Ica. Donde sus dimensiones tienen diferentes resultados en esta investigación encontramos que la dimensión Confianza en si mismo tiene un nivel alta de 87.1%, Ecuanimidad tiene un nivel alta de 64.7%, Perseverancia tiene un nivel alto de 71.8%, Satisfacción personal tiene un nivel alto de 70.6% y por ultimo Sentirse bien sólo tiene un nivel alto de 78.8%.

## VII. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### 7.1. Conclusiones

En la presente investigación llegó a las siguientes conclusiones:

1. El estudio determinó que existe una correlación negativa débil entre las variables de Resiliencia y Estrés Académico en estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.
2. Se concluye que el nivel de Resiliencia en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, es de nivel Alto, al determinarse que presenta el porcentaje más alto es de 58.8%.
3. Se concluye que el nivel del Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, es de nivel promedio bajo y promedio alto, al determinarse que presentan los porcentajes más alto es de 27.1%.
4. El estudio determinó que existe una correlación negativa débil entre la Dimensión Confianza en si mismo de Resiliencia y Estrés Académico en estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.
5. El estudio determinó que existe una correlación negativa débil entre la Dimensión Ecuanimidad de Resiliencia y Estrés Académico en estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.
6. El estudio determinó que existe una correlación negativa débil entre la Dimensión Perseverancia de Resiliencia y Estrés Académico en estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.
7. El estudio determinó que existe una correlación negativa débil entre la Dimensión Satisfacción personal de Resiliencia y Estrés Académico en estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.
8. El estudio determinó que existe una correlación negativa débil entre la Dimensión Sentirse bien sólo de Resiliencia y Estrés

Académico en estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.

## 7.2. Recomendaciones

- Se recomienda realizar o implementar programas y actividades para mejorar la Resiliencia y Estrés Académico de los estudiantes universitarios.
- Se recomienda a las autoridades de la universidad a desarrollar programas de intervenciones para que los estudiantes practiquen más sobre la resiliencia y poder alcanzar un nivel más alto, en la cual permitirá a los estudiantes a tener un mayor desenvolvimiento en su vida personal y profesional.
- Se recomienda implementar técnicas de estudios para que los alumnos puedan aprender a sobre llevar el Estrés Académico y poder alcanzar un nivel bajo de estrés, en la cual permitirá a los estudiante a tener mayor rendimiento en sus estudios y en su vida profesional.
- Se recomienda a los estudiantes de la Universidad Privada de Ica, a fortalecer la confianza en si mismos y a la vez creer en sus propias capacidades y talentos para no poder caer en el Estrés Académico.
- Incentivar a los alumnos a tomar las cosas con tranquilidad y moderando las actitudes ante cualquier situación de estrés académico, como por ejemplo en los parciales, en las exposiciones, en la acumulación de trabajos entre otros, para poder disminuir los factores de estrés. Y a la vez se le recomienda a los docentes que sean un poco comprensivos con los alumnos que trabajan y estudian.
- Se recomienda a los alumnos a fomentar la perseverancia a pesar de las adversidades o problemas para poder construir una mejor vida.
- Se le recomienda a los docentes a poder guiar a los alumnos a entender el significado de la vida y como contribuir a ella.

- Realizar intervenciones psicológicas personalizadas para poder fortalecer, el sentirse bien solo y poder facilitar a que sean mejor personas y más conscientes en sus comportamientos y hacerles entender que son importantes y únicos.
- Se recomienda a desarrollar otras investigaciones acerca de resiliencia con otras variables de estudio como por ejemplo: clima familiar, depresión, rendimiento académico entre otros.

## VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aguayo Conteras, L., & López Concha, C. (2016). *Estrés académico en estudiantes de cuarto año de educación diferencial de la Universidad de Concepción*. Tesis para optar el grado académico, Universidad de Concepción, Facultad de Educación, Chile. Recuperado el 20 de Agosto de 2020, de [http://repositorio.udec.cl/bitstream/11594/2996/4/Tesis\\_Estres\\_Academico\\_en\\_estudiante\\_de\\_cuarto\\_a%c3%b1o\\_de\\_educacion\\_diferencial.Image.Marked.pdf](http://repositorio.udec.cl/bitstream/11594/2996/4/Tesis_Estres_Academico_en_estudiante_de_cuarto_a%c3%b1o_de_educacion_diferencial.Image.Marked.pdf)

Almeida de Mejía, J. (2019). *Resiliencia en los estudiantes del quinto ciclo de enfermería y psicología de la Universidad Autónoma de Ica, 2018*. Tesis para optar el Título de Licenciada en Psicología, Universidad Autónoma de Ica, Facultad de Psicología, Ica - PERU. Obtenido de <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/531>

Alonso Aldana, R., Beltrán Márquez, Y., Mafara Dúrate, R., & Gaytán Martínez, Z. (Junio de 2016). Relación entre Rendimiento Académico y Resiliencia en una Universidad Tecnológica. *Revista de Investigación Social*, 2(39), 38-49. Recuperado el 2 de Agosto de 2020, de [http://www.ecorfan.org/republicofnicaragua/researchjournal/investigacion\\_essociales/journal/vol2num4/Revista\\_de\\_Investigaciones\\_Sociales\\_V2\\_N4\\_5.pdf](http://www.ecorfan.org/republicofnicaragua/researchjournal/investigacion_essociales/journal/vol2num4/Revista_de_Investigaciones_Sociales_V2_N4_5.pdf)

Alvares Silva, L., Gallegos Luna, R., & Herrera López, P. (01 de marzo de 2018). Estrés académico en estudiantes de tecnología superior. *Revista de Ciencias Sociales y Humanas*(28), 193-209. Obtenido de Readalyc.org: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/4761/476154745010/index.html>

Amoroto Ochoa, F. (2017). *Características de Estrés Académico y Mecanismos de afrontamiento en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería, Universidad San Juan Bautista-Ica.2017*. Tesis para optar el título de Licenciada en Enfermería, Universidad San Juan Bautista,

Facultad de Enfermería, Ica - PERU. Recuperado el 2020, de <http://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/upsjb/1659/T-TPLE-Fabiola%20Stefany%20Amoroto%20Ochoa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ancajima Carranza, L. (2017). *Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico en univestarios de la ciudad de Trujillo*. Universidad Cesar Vallejo. Trujillo . Perú: Escuela Profesional de Psicología. Obtenido de [http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/650/ancajima\\_cl.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/650/ancajima_cl.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Arribas Marín, J. (26 de Abril de 2013). Hacia un modelo causal de las dimensiones del estrés académico en estudiantes de Enfermería. *Revista Educativa Hekademas*, 533-556. doi:10-4438/1988-592X-RE-2011-360-126

Barraza Macia, A. (9 de Enero de 2007). Estrés académico: Un estado de la cuestión. *Revista Psicologia Cientifica.com*. Recuperado el 16 de Agosto de 2020, de <https://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-2/>

Barraza Macías, A. (21 de Noviembre de 2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Psicologia Cientifica.com*. Recuperado el 30 de Julio de 2020, de <https://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-modelo-conceptual/>

Becoña Iglesias , E. (14 de Octubre de 2006). Resiliencia: Definición, características y utilidad del concepto. *Revista de psicología y psicología clínica*, 11(03), 125-146,2006. Recuperado el 14 de Setiembre de 2020, de [https://aepcp.net/arc/01.2006\(3\).Becona.pdf](https://aepcp.net/arc/01.2006(3).Becona.pdf)

Berzosa Honrado, R. (2017). *Estrés académico, engagement y resiliencia en estudiantes de enfermería*. Tesis para optar grado en Enfermería, Universidad de Valladolid, Facultad de Enfermería, Valladolid - España. Obtenido de <https://core.ac.uk/download/pdf/211107633.pdf>

Caldera Montes, J., Aceves Lupercio, B., & Reynoso Gonzales, O. (11 de mayo de 2016). Resiliencia en estudiantes universitarios. un Estado comparado entre carreras. *Redalyc.org*, 19(36), 227-239. Recuperado el 15 de Julio de 2020, de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=497555221009>

Capacute Chambilla, T. (27 de Setiembre de 2019). Relación entre la Resiliencia y el Rendimiento Académico de los estudiantes de la E.P. de Enfermería de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann Tacna 2018. *Revista Médica Hospital Hipólito Unanue de Tacna*, 12(2). Recuperado el 15 de Octubre de 2020, de <https://revista.hospitaltacna.gob.pe/index.php/revista2018/article/view/120/94>

Castillo Pimienta, C., Chacón de la Cruz, T., & Díaz Veliz, G. (10 de Marzo de 2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigacion en educacion medica*, 5(20), 230-237. Obtenido de <https://www.redalyc.org/jatsRepo/3497/349747925004/index.html>

Chust Hernández, P., & Tortajada Blanco, F. (01 de Agosto de 2012). Estrés Académico en estudiantes universitarios de nuevo ingreso y su relacion con la vida de acceso a la universidad. *Researchgate*. Recuperado el 11 de Octubre de 2020, de [https://www.researchgate.net/publication/336077054\\_Estres\\_academico\\_en\\_estudiantes\\_universitarios\\_de\\_nuevo\\_ingreso\\_y\\_su\\_relacion\\_con\\_la\\_via\\_de\\_acceso\\_a\\_la\\_universidad](https://www.researchgate.net/publication/336077054_Estres_academico_en_estudiantes_universitarios_de_nuevo_ingreso_y_su_relacion_con_la_via_de_acceso_a_la_universidad)

Colman, A. (2015). *Diccionario de Psicología* (cuarta ed.). Previous Editorial.

Consejo General de la Psicología de España. (27 de Abril de 2016). *INFOCOP Online*. Recuperado el Octubre07 de 2020, de [http://www.infocop.es/view\\_article.asp?id=6179&cat=](http://www.infocop.es/view_article.asp?id=6179&cat=)

Consuegra Anaya, N. (2010). *Diccionario de Psicología* (segunda ed.). (A. ACOSTA QUINTERO, & Y. MADERO T., Edits.) Bogotá - Colombia: Ecoe Ediciones.

Correa Prieto, F. (06 de Enero de 2015). Estrés Académico en estudiantes de medicina de la Universidad Cesar Vallejo, de Piura 2013. *Revista del Cuerpo Medico del HNAA*, 8(2). Recuperado el 14 de Octubre de 2020, de [http://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/03/1051778/rcm-v8-n2-2015\\_pag80-84.pdf](http://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/03/1051778/rcm-v8-n2-2015_pag80-84.pdf)

Cosacov, E. (2007). *Diccionario de terminos tecnicos de la Psicología* (Tercera ed.). (E. G. Editor, Ed.) Argentina: Editorial Brujas.

Fernández Collado, C., Hernández Sampieri, R., & Baptista Lucio, M. (2010). *Metodología de la investigacion* (5ta ed.). MEXICO: McGraw- Hill/interamericano editores S.A. DE C.V. Obtenido de [https://www.esup.edu.pe/descargas/dep\\_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf](https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf)

Galimberti, U. (2002). *Diccionario de Psicología* (Primera en español 2002 ed.). (M. E. Quevedo, Trad.) Argentina: Siglo XXI Editores, s.a. de c.v.

Gestión.pe. (29 de 03 de 2020). Sunedu aprueba criterios para educacion no presencial en universidades y escuelas de posgrado. *Gestión*. Recuperado el 18 de Agosto de 2020, de <https://gestion.pe/peru/politica/coronavirus-en-peru-sunedu-aprueba-criterios-para-educacion-no-presencial-en-universidades-y-escuelas-de-posgrado-nndc-noticia/?ref=gesr>

Gonzáles Medina, M., & Gonzáles Martinez, S. (2012). Estré Académico en Nivel Medio Superior. *Revista electrónica en Ciencias Sociales y Humanidades Apoyadas por Tecnologías*, 1(2), 32-70. Recuperado el 30 de Setiembre de 2020, de <https://chat.iztacala.unam.mx/cshat/index.php/cshat/article/view/51>

Gonzales, R., & Fernández, L. (2010). *Estresores académicos percibidos por estudiantes universitarios de ciencias de la salud*. Recuperado el 13 de Julio de 2020, de [ruc.udc.es](http://ruc.udc.es):

[https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/16929/GonzlaezCabana\\_ch\\_estresores.pdf?sequence=3&isAllowed-y](https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/16929/GonzlaezCabana_ch_estresores.pdf?sequence=3&isAllowed-y)

Gorenstein , A. (2012). *Resiliencia, vidas que enseñan* (Primera ed.). (M. PIACENTINI, T. LAMBRE, & D. GAMARNIK, Edits.) Buenos Aires, Argentina: Editorial del Nuevo Extremo S.A. Obtenido de <https://ebookcentral.proquest.com/lib/autonomadeicasp/reader.action?docID=3226045&ppg=1&query=resiliencia>

Granados Ospina, L. F., Alvarado Salgado, S. V., & Carmona Parra, J. (01 de Diciembre de 2017). El camino a la Resiliencia: del sujeto individual al sujeto político. *Magis. Revista Internacional de Investigacion en Educación*, 10(20), 49-68. Recuperado el 07 de Octubre de 2020, de <https://www.redalyc.org/pdf/2810/281056021004.pdf>

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. (2014). *Metodología de la investigacion* (sexta ed.). Mexico: McGrawHill Educacion. Recuperado el 25 de Julio de 2020

Jaureguizar, J., & Espina, A. (2008). *Estrés: Enfermedad física y emocional* (2° ed.). Mexico: Harpercollins pub. Recuperado el 14 de Agosto de 2020, de <https://www.harpercollins.com/>

Jerez Mendoza, M., & Oyarzo Barría, C. (13 de Agosto de 2015). Estrés Académico en estudiantes del departamento de Salud de la Universidad de los Lagos Osorno. *Revista Chilena de neuro-psiquiatria*, 53(3), 149-157. Recuperado el 09 de Octubre de 2020, de Revista Chilena de neuro-psiquiatria:

[https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-92272015000300002](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272015000300002)

Jiménez Yllahuman, D. (2017). *Resiliencia en adolescentes y jóvenes del programa de formación y empleo de la fundación forge LIMANORTE, 2017*. Tesis para optar el Título de licenciado en Psicología en mencion en PSICOLOGIA CLINICA, Universidad Nacional Federico Villarreal, LIMA-PERU. Obtenido de <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/2624?locale-attribute=es>

Melillo, A. (2004). Resiliencia. "*Psicoanálisis: ayer y hoy*", Internet. Recuperado el 07 de Agosto de 2020, de <https://www.elpsicoanalisis.org.ar/old/impnumero1/resiliencia1-doc.htm>

Merani, A. (s.f.). *DICCIONARIO DE PSICOLOGIA* (Segunda ed.). MEXICO: EDITORIAL GRIJALBO, S.A.

Morales Martínez, J. (2017). *Resiliencia y estres academico en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Ciencias y Humanidades*. Para optar el grado academico de Maestro en Ciencias de la Educacion con mención en Docencia Universitaria, Universidad Nacional de Educacion Enrique Guzman y Valle, Ciencia de Educacion, LIMA- PERU. Obtenido de <http://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/1854/TM%20CE-Du%203644%20M1%20-%20Morales%20Martinez.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Naranjo Pereira, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunas aspectos relevantes de este en el ambito educativo. *Revista Educación*, 33(2), 171-190. Recuperado el 19 de Agosto de 2020, de <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>

Navarro, D. (03 de Julio de 2020). Sunedu realizara ajustes a normativa sobre educacion superior a distancia. (F. Rafo, Entrevistador) Perú. Recuperado el 19 de Agosto de 2020, de <https://rpp.pe/peru/actualidad/sunedu-realizara-ajustes-a-normativa-sobre-educacion-superior-a-distancia-noticia-1277647?ref=rpp>

Pérez Blasco, J., García Ros, R., & Pérez Gonzales , F. (2012). *Guia para el manejo del Estrés Académico*. (U. d. Facultad de Psicología, Ed.) Valencia: Gráficas LITOLEMA. Recuperado el 14 de Agosto de 2020, de <https://ayuda-psicologica-en-linea.com/psicologia-pdf/estres-pdf/>

Picasso Pozo, M., Lizano Amado, C., & Anduaga Lescano, S. (Setiembre de 2016). Estrés Académico e Inteligencia emocional en estudiantes de Odontología de una Universidad Peruana. *Kiru*, 13(2), 155-164.

Recuperado el 16 de Octubre de 2020, de <https://www.usmp.edu.pe/odonto/servicio/2016/02/1020-3490-1-PB.pdf>

Pozos Radillo, B., Preciado Serrano, M., Plasencia Campos, A., Acosta Fernández, M., & Aguilera V., M. (Enero de 2015). Estrés Académico y Síntomas Físicos, Psicológicos y Comportamentales en Estudiantes Mexicanos de una Universidad Pública. *ResearchGate*(21), 35-42. Recuperado el 11 de Agosto de 2020, de [https://www.researchgate.net/publication/311605177\\_Academic\\_stress\\_and\\_physical\\_psychological\\_and\\_behavioural\\_factors\\_in\\_Mexican\\_public\\_university\\_students](https://www.researchgate.net/publication/311605177_Academic_stress_and_physical_psychological_and_behavioural_factors_in_Mexican_public_university_students)

Quintana, C. (10 de Julio de 2020). Psicología Positiva y RESILIENCIA: comprendiendo las fortalezas del ser humano. *Dando mas*. Recuperado el 07 de Agosto de 2020, de <https://dandomas.org/2020/07/10/psicologia-positiva-y-resiliencia-comprendiendo-las-fortalezas-del-ser-humano/>

Ramón Collazo, C., Ortiz Rodríguez, F., & Hernández Rodríguez, Y. (25 de Julio de 2008). El Estrés Académico en estudiantes Latinoamericanos de la carrera de Medicina. *Revista Iberoamericana de Educación*, 46/7. Recuperado el 21 de Setiembre de 2020, de <https://rieoei.org/historico/deloslectores/2371Collazo.pdf>

Real Academia Española. (2014). *Diccionario de la lengua española*, versión 23.3 en línea. Recuperado el 27 de Julio de 2020, de <https://dle.rae.es>

Rojas Castro, Y. (2016). *Resiliencia y afrontamiento del estrés en estudiantes de una Institución Educativa secundaria Chiclayo-2016*. Para optar el Título Profesional de Licenciada en PSICOLOGÍA, Universidad Señor de Sipán, CHICLAYO - PERU. Obtenido de [http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/3241/ROJAS\\_CASTRO\\_YASARI.pdf?sequence=7&isAllowed=y](http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/3241/ROJAS_CASTRO_YASARI.pdf?sequence=7&isAllowed=y)

Rousseau, S. (2012). *Resiliencia* (Primera ed.). (P. Guerrero, Trad.) Canadá: Ediciones Obelisco, S.L.

Salvatierra Mendocilla, L. (2019). *Resiliencia y estrés académico en estudiantes de un conservatorio de musica publico de Trujillo*. Tesis para obtener el grado de Maestria en Psicologia Educativa, Universidad César Vallejo, TRUJILLO- PERU. Obtenido de [http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37985/salvatierra\\_ml.pdf?sequence=2&isAllowed=y](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37985/salvatierra_ml.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

Serrano Rojas, C. (2018). *Relacion entre resiliencia y estrés academico en los estudiantes de la Unidad Muncipal Eugenio Espejo, Pusuqui*. Universidad Central del Ecuador. Quito - ECUADOR: Quito: UCE.

Vásquez Bonilla, I. (2016). *Procrastinación y Estrés Académico en Estudiantes de Institución Educativa*. Tesis para optar el Titulo Profesional de Licenciada en Psicología, Universidad Señor de Sipán, Facultad de Psicología, Chiclayo- PERU. Obtenido de <http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/4243/Vasquez%20Bonilla.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Villalobos Otayza, A., Vela Alfaro, F., Wiegering Gianoli, D., & Robles Alfaro, R. (2018). Nivel de Resiliencia y sintomas depresivos en el Interado médico en el Perú. *Educación Médica*, 6. Recuperado el 14 de Octubre de 2020, de <https://www.elsevier.es/es-revista-educacion-medica-71-pdf-S1575181318303528>

Villegas Morcillo , A. (2017). Resiliencia Educativa. *II CONGRESO INTERNACIONAL VIRTUAL SOBRE La Educacion en el Siglo XXI*. España. Recuperado el 02 de Agosto de 2020, de <https://eumed.net/libros-gratis/actas/2017/educacion/59-resiliencia-educativa.pdf>

Viveros Fuentes, S. (2010). *APA Diccionario Conciso de Psicologia*. (J. NUÑEZ HERREJON, & S. ORTIZ SALINA, Trads.) Colombia - Bogota: El Manual Moderno.

Wagnild, G., & Young, H. (1993). *Escala de Resiliencia (E.R.)*. Instrumento de Evaluación , Estados Unidos.

## ANEXOS

### Anexo 01: Ficha Técnica del Instrumento de Resiliencia con Validez y Confiabilidad

#### *Ficha Técnica de Escala de Resiliencia*

Título Original:	Resilience Scale
Título en Español:	Escala de Resiliencia
Autores:	Wagnild, Gail y Young, Heather
Año:	1993
Procedencia:	Estado Unidos (EE.UU)
Adaptación peruana:	Novella (2002)
Aplicación:	Adolescentes y Adultos
Administración:	Colectiva o Individual
Duración:	Alrededor de 25 a 30 minutos
Significación:	La escala evalúa las siguientes dimensiones de la Resiliencia: a. Ecuanimidad b. Sentirse bien solo c. Confianza en sí mismo d. Perseverancia e. Satisfacción Así mismo, considera una Escala Total.

*Fuente: Elaboración Propia usando tablas de Word.*

- La Confiabilidad del Instrumento: El instrumento citados por Wagnild y Young tuvo una confiabilidad de 0.85 en una muestra de cuidadores de enfermos de Alzheimer, 0.86 y 0.85 en dos muestras de estudiantes femeninas graduadas, 0.90 en madres primerizas post parto y 0.76 en residentes de alojamientos públicos.
- La Validez del Instrumento: La validez que se utilizó en esta investigación el análisis factorial para valorar la estructura interna del cuestionario, con la técnica de elementos principales y rotación oblmin, que nos mostró 5 factores que no están correlacionados entre sí.

- En el Perú, la Escala original fue adaptada y traducida del inglés y analizada psicométricamente por Novella (2002), quien utilizó una muestra de 324 alumnas entre 11 a 17 años del colegio Nacional de Mujeres “Tereza Gonzales de Fanning” en Lima, utilizando la misma técnica de factorización y de rotación halla 2 Factores el 1° con 20 Ítems y 2° con 5 Ítems. Obteniendo un coeficiente alfa un consistencia interna global de 0.873, y correlaciones ítems –Test que fluctúan entre 0.18 a 0.63, obtuvo una confiabilidad calculada por el método de la consistencia interna con el Coeficiente alfa de Cronbach de 0.89.
- El Instrumento está compuesto por 25 ítems, en una escala de formato tipo Likert de 7 puntos donde: 1 es máximo desacuerdo y 7 es máximo de acuerdo.

Los participantes indicaran el grado de conformidad, ya que todos los ítems son calificados positivamente entre 25 y 175 puntos, serán indicadores de mayor Resiliencia.

El inventario se divide en 5 dimensiones, cada una de ellas cuenta con:

- Confianza en sí mismo: ítems 6,9,19,13,17,18 y 24
- Ecuanimidad: ítems 7,8,11 y 12
- Perseverancia: ítems 1,2,4,14,15,20 y 23
- Satisfacción personal: ítems 16,21,22 y 25
- Sentirse bien solo: ítems 5,3 y 19

Este instrumento permite establecer el nivel de Resiliencia del evaluado, como: Resiliencia Baja, Moderado y Alta.

Categorías	Puntajes
Resiliencia Baja	25 a 125
Resiliencia Moderado	126 a 145
Resiliencia Alta	146 a 175

*Fuente: Elaboración Propia usando tablas de Word.*

## Anexo 02: Instrumento de Investigación A (formato impreso)

### Escala de Resiliencia de Wagnild y Young

Nombres y apellidos: \_\_\_\_\_

Carrera: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Instrucciones: a continuación te vamos a presentar unas frases que te permitirán pensar acerca de tu forma de ser. Deseamos que contestes cada una de las siguientes preguntas, marca con una X en el casillero que mejor represente la frecuencia con la que actúas.

La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial. Recuerda que no existen respuestas buenas o malas.

N°	ITEMS	Estar en desacuerdo				Estar de acuerdo		
		1	2	3	4	5	6	7
1.	Cuando planteo algo lo realizo.							
2.	Generalmente me las arreglo de una manera u otra.							
3.	Dependo más de mí mismo que de otras personas.							
4.	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.							
5.	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.							
6.	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.							
7.	Usualmente veo las cosas a largo plazo.							
8.	Soy amigo de mí mismo.							
9.	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.							
10.	Soy decidida.							
11.	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.							
12.	Tomo las cosas una por una							
13.	Puedo enfrentar las dificultades por que las he experimentado anteriormente.							
14.	Tengo autodisciplina.							
15.	Me mantengo interesado en las cosas.							

16.	Por lo general, encuentro algo de que reírme.								
17.	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.								
18.	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.								
19.	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.								
20.	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.								
21.	Mi vida tiene significado.								
22.	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.								
23.	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.								
24.	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.								
25.	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.								

## Anexo 03: Instrumento de Investigación A (formato web)



### Universidad Autónoma de Ica

\*Obligatorio

#### Escala de Resiliencia de Wagnild y Young

Adaptada por Novella (2002)

Instrucciones: a continuación te vamos a presentar unas frases que te permitirán pensar acerca de tu forma de ser. Deseamos que contestes cada una de las siguientes preguntas, marcando un Clic en el casillero que mejor represente la frecuencia con la que actúas. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial. Recuerda que no existen respuestas buenas o malas.



Marca según corresponde donde: 1 Total de desacuerdo, 2 Desacuerdo, 3 Algo de desacuerdo, 4 Ni en desacuerdo ni de acuerdo 5 Algo de acuerdo, 6 Acuerdo, 7 Totalmente de Acuerdo. \*

	1	2	3	4	5	6	7
1. Cuando planteo algo lo realizo.	<input type="radio"/>						
2. Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	<input type="radio"/>						
3. Dependo más de mí mismo que de otras personas.	<input type="radio"/>						
4. Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	<input type="radio"/>						
5. Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	<input type="radio"/>						
6. Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	<input type="radio"/>						
7. Usualmente veo las cosas a largo plazo.	<input type="radio"/>						



8. Soy amigo de mí mismo.

9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.

10. Soy decidida.

11. Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.

12. Tomo las cosas una por una

13. Puedo enfrentar las dificultades por que las he experimentado anteriormente.

14. Tengo autodisciplina.

15. Me mantengo interesado en las cosas.

16. Por lo general, encuentro algo de que reírme.

17. El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.

18. En una emergencia soy una persona en



quien se puede confiar.

19. Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.

20. Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.

21. Mi vida tiene significado.

22. No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.

23. Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.

24. Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.

25. Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.

## Anexo 04: Autorización del Uso del Instrumento por parte del Autor

Solicitud de autorización del Instrumento de Resiliencia adaptado al Perú

**AN** angelina Novella <angelinanovella@hotmail.com>  
Mar 29/09/2020 10:21  
Para: Ramos Calderon Roxana Elizabeth

Roxana, te autorizo al uso de la Escala de Resiliencia que adapte, espero sigas los pasos que toda investigación seria debe tener.

Angelina Novella

...

---

**De:** Ramos Calderon Roxana Elizabeth <roxana.ramos@autonomadeica.edu.pe>  
**Enviado:** lunes, 28 de setiembre de 2020 18:06  
**Para:** angelinanovella@hotmail.com <angelinanovella@hotmail.com>  
**Asunto:** Solicitud de autorización del Instrumento de Resiliencia adaptado al Perú

Buenas Tardes Mg. Angelina Novella

Es grato dirigirme a usted, para expresarle mi cordial saludo, me presento, soy Roxana Ramos Calderón egresada de la Carrera de Psicología de la Universidad Autónoma de Ica, quien viene realizando una investigación para optar el grado de licenciada en psicología, quisiera contar con su permiso correspondiente para poder aplicar su Instrumento de medición a la escala de Resiliencia que usted adapto en la población peruana, para poder aplicarlo en mi población, en la cual serán estudiantes universitarios.

Mi asesor me a pedido que tengo que contar con su autorización para poder aplicar su Instrumento en mi Investigación.

De ser factible mi solicitud le agradecería que me indique cuales son los requisitos para utilizar su Prueba.  
Estaré a la espera de su respuesta, muchas Gracias.

Saludos cordiales  
Roxana Ramos Calderón

Anexo 05: Ficha Técnica del Instrumento de Estrés Académico con Validez y Confiabilidad

*Ficha Técnica Inventario SISCO del Estrés Académico.*

Nombre:	Inventario SISCO del Estrés Académico
Autor:	Dr. Arturo Barraza Macías
Año:	2007
Procedencia:	México
Adaptada:	Lic. Ancajima Carranza, Lourdes del Pilar (2017)
Objetivo:	Evaluar el nivel de Estrés Académico
Administración:	Colectiva o Individual
Duración:	Sin tiempo limitado, su aplicación dura entre 10 y 20 minutos
Aplicación:	Adolescentes y Adultos
Significación:	conduce a reconocer tres componentes sistémico - procesuales del Estrés Académico: b. Estímulos estresores c. Síntomas d. Estrategias de afrontamiento

*Fuente: Elaboración Propia usando tablas de Word.*

Confiabilidad del Instrumento: se obtuvo una confiabilidad por la mitad de 0.87 y una confiabilidad de Alfa de Cronbach de 0.90. Estos niveles de confiabilidad puede ser valorados como muy buenos según De Vellis citado por García, 2006 o elevados por Murphy y Davishofer, citado por Hogan, 2004.

Validez del Instrumento: se recogió evidencia basada en la estructura interna de 3 procedimientos: análisis factorial, análisis de consistencia interna y análisis de grupos contrastados. Los resultados afirman la constitución tridimensional del Inventario SISCO del Estrés Académico a través de la estructura factorial obtenida en el análisis correspondiente, en lo cual coinciden con el modelo conceptual elaborado para la investigación del Estrés Académico desde una

perspectiva sistémico-cognoscitivista (Barraza, 2006). Se confirmó la homogeneidad y direccionalidad única de los ítems que componen el inventario a través del análisis de consistencia interna y de grupos contrastados. Estos resultados se centra en la relación entre los ítems y el puntaje general o universal del inventario que permiten afirmar que todos los ítems forman parte del constructo establecido en el modelo conceptual construido, en este caso el Estrés Académico.

En el Perú, fue adaptada y analizada psicométricamente por Ancajima Carranza (2017) quien realizó un análisis factorial confirmatorio, reportando valores de ajuste más robustos tanto en el ajuste absoluto (GFI = 0.98, RMR = 0.05) como en el ajuste comparativo (NFI = 0.97). La consistencia interna por medio del coeficiente Omega donde las dimensiones obtuvo un valor, Estrategias de afrontamiento con 6 ítems obtuvo un valor de 0.74, en los síntomas obtuvo un valor de 0.94 y en estímulos estresantes con 8 ítems obtuvo un valor de 0.85.

Está compuesto por 31 ítems (en la segunda versión) están divididos de la siguiente manera:

Un ítem de filtro que, en términos dicotómicos (sí-no) permite determinar si el encuestado es candidato para responder la prueba.

Un ítem que permite identificar el nivel de intensidad del Estrés Académico, mediante las alternativas con escalamiento de tipo Likert, al igual que los ítems restantes.

Ocho ítems que permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como Estímulos estresores.

Quince ítems que permiten identificar la frecuencia con que se presentan los Síntomas o reacciones al Estímulo estresor, en un escalamiento de tipo Likert de cinco valores categoriales.

Seis ítems que permiten identificar la frecuencia de uso de las Estrategias de afrontamientos, en un escalamiento de tipo Likert de cinco valores categoriales (Barraza Macias, 2007).

El Instrumento evalúa el Estrés Académico enfocándose en 3 dimensiones principales:

Estresores académico:	8 ítems
Síntomas del estrés académico:	15 ítems
Estrategias de afrontamiento:	6 ítems

La interpretación se obtiene a través del baremo con el puntaje obtenido:

Nivel	Puntaje Porcentual
Bajo Nivel	0-73
Promedio Bajo	74-90
Promedio Alto	91-106
Alto Nivel	107- mas

*Fuente: Elaboración propia usando tablas de Word y obtenido de la Adaptación peruana por Ancajima Carranza (2017).*

## Anexo 06: Instrumento de Investigación B (formato impreso)

### Inventario SISCO del Estrés Académico

del Dr. Arturo Barraza Macías

Nombres y apellidos: \_\_\_\_\_

Carrera: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Instrucciones: a continuación te vamos a presentar una serie de enunciados, donde las cuales debes responder con total sinceridad. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. Recuerda que no existen respuestas buenas o malas.

Marca con una X en los casilleros correspondiente.

1. Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

SI  NO

**En caso de seleccionar la alternativa "No", el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa "Si", pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.**

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala Tu Nivel de Preocupación o Nerviosismo, donde 1 es poco y 5 mucho.

1	2	3	4	5

3. En una escala del 1 al 5 donde:

1 nunca                      2 rara vez                      3 algunas veces  
4 casi siempre              5 siempre

Señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones.

	1	2	3	4	5
La competencia con los compañeros del grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
La personalidad y el carácter del profesor					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
No entender los temas que se abordan en la clase					

Participación en clase (responder a preguntas exposiciones, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ Especifique)					

4. Señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y campamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

Reacciones Físicas					
	1	2	3	4	5
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolor de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Reacciones Psicológicas					
	1	2	3	4	5
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Reacciones comportamentales					
	1	2	3	4	5
Conflictos o tendencias a polemizar o discutir					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Otras : _____					
Especifique					

5. Señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

	1	2	3	4	5
Habilidades asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
Elogios a si mismo					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
Otra: _____					
Especifique					

## Anexo 07: Instrumento de Investigación B (formato web)



### Universidad Autónoma de Ica

\*Obligatorio

#### Inventario SISCO del Estrés Académico (Arturo Barraza Macías, 2007)

Instrucciones: a continuación te vamos a presentar una serie de enunciados, donde las cuales debes responder con total sinceridad. La sinceridad con que respondan a cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. Recuerda que no existen respuestas buenas o malas.

Marca con un Clic en los casilleros correspondiente.

1. Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo? \*

SI

NO

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala Tu Nivel de Preocupación o Nerviosismo, donde 1 es poco y 5 mucho. \*

1

2

3

4

5

Tu Nivel de Preocupación o Nerviosismo es:



3. Señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones \*

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
3.1. La competencia con los compañeros del grupo la 1	<input type="radio"/>				
3.2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	<input type="radio"/>				
3.3. La personalidad y el carácter del profesor	<input type="radio"/>				
3.4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)	<input type="radio"/>				
3.5. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	<input type="radio"/>				



3.6. No entender los temas que se abordan en la clase

3.7. Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)

3.8. Tiempo limitado para hacer el trabajo

Otra (Especifique)

Tu respuesta \_\_\_\_\_

4. Señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y campamentales cuando estabas preocupado o nervioso

Reacciones Físicas \*

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
4.1. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	<input type="radio"/>				
4.2. Fatiga crónica (cansancio permanente)	<input type="radio"/>				
4.3. Dolor de cabeza o migrañas	<input type="radio"/>				
4.4. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	<input type="radio"/>				

4.5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.

4.6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir

Reacciones Psicológicas \*

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
4.7. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	<input type="radio"/>				
4.8. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	<input type="radio"/>				
4.9. Ansiedad, angustia o desesperación	<input type="radio"/>				
4.10. Problemas de concentración	<input type="radio"/>				
4.11. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	<input type="radio"/>				

Reacciones Comportamentales \*

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
4.12. Conflictos o tendencias a polemizar o discutir	<input type="radio"/>				
4.13. Aislamiento de los demás	<input type="radio"/>				
4.14. Desgano para realizar las labores escolares	<input type="radio"/>				
4.15. Aumento o reducción del consumo de alimentos	<input type="radio"/>				

Otra (Especifique)

Tu respuesta \_\_\_\_\_

5. Señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo. \*

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
5.1. Habilidades asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)	<input type="radio"/>				
5.2. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	<input type="radio"/>				
5.3. Elogios a si mismo	<input type="radio"/>				
5.4. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	<input type="radio"/>				
5.5. Búsqueda de información sobre la situación	<input type="radio"/>				
5.6. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)	<input type="radio"/>				

Otra (Especifique)

Tu respuesta \_\_\_\_\_

Gracias por su Colaboración

Atrás

¡guien

## Anexo 08: Autorización del Uso del Instrumento por parte del Autor

**Asunto:** Autorización

Victoria de Durango, a 01 de octubre de 2020

Roxana Ramos Calderón  
Egresada de la Carrera de Psicología de la Universidad Autónoma de Ica - Perú,  
Presente

Por medio de la presente me permito autorizarle el uso del Inventario SISCO para el estudio el Estrés Académico. Dicho inventario es de mi autoría y su validación fue reportada en el artículo "Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico" disponible en <http://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas/>

Esta autorización es para su uso con fines exclusivamente académicos y otorgando los créditos correspondientes de autoría a un servidor.

Sin otro particular por el momento me despido reiterándole las seguridades de mi atenta consideración.



---

Dr. Arturo Barraza Macías

c.c.p. archivo

Dr. Arturo Barraza Macías  
E-mail: [praxisredie2@gmail.com](mailto:praxisredie2@gmail.com) Tel. (618) 817-6990 Cel. (618)132-1782  
Josefa Ortiz de Domínguez #104. Fracc. Francisco Sarabia, Durango, Dgo., México, C.P. 34214

**AM** Arturo Barraza Macías <rplica@yahoo.com.mx>  
 Vie 25/09/2020 18:12  
 Para: Ramos Calderon Roxana Elizabeth

 Clave de corrección del Inven...  
 193 KB

Roxana  
 Puedes usarlo.  
 Te envío la clave de corrección

Dr. Arturo Barraza Macías  
 Profesor Investigador de la Universidad Pedagógica de Durango  
 Director de la revista Investigación Educativa Duranguense

El jueves, 24 de septiembre de 2020 16:49:07 GMT-5, Ramos Calderon Roxana Elizabeth <roxana.ramos@autonomadeica.edu.pe> escribió:

Buenas Tardes Dr. Arturo Barraza Macías  
 Es grato dirigirme a usted, para expresarle mi cordial saludo, y a la vez felicitarlo por su trabajo realizado en el Inventario SISCO del Estrés Académico, ya que me ha parecido un material muy interesante para la aplicación de mi Trabajo de Investigación. Me presento, soy Roxana Ramos Calderón egresada de la Carrera de Psicología de la Universidad Autónoma de Ica - Perú, quisiera solicitar de su permiso correspondiente para poder aplicar su Instrumento en mi población, en la cual serán estudiantes universitarios.

De ser factible mi solicitud le agradecería que me indique cuales son los requisitos para utilizar su Prueba.  
 Estaré a la espera de su respuesta, muchas Gracias

Saludos cordiales  
 Roxana Ramos Calderón

Adaptado al Perú por Lic. Ancajima Carranza, Lourdes

 **Lourdes Ancajima**

5 NOV 2020 17:25

Buenas tardes licenciada Lourdes Ancajima Carranza  
 Es un grato dirigirme a usted, para expresarle mi cordial saludo, y a la vez felicitarla por su trabajo realizado en la adaptación del inventario SISCO de estrés académico, ya que me parece un material muy interesante para la aplicación de mi trabajo de investigación. Me presento, soy Roxana Ramos Calderón egresada de la carrera de psicología de la Universidad Autónoma de Ica, quisiera solicitar de su permiso correspondiente para poder aplicar su instrumento adaptado en mi población en la cual serán estudiantes universitarios. Mi asesor me pidió que me comunicara con usted para pedirle permiso para utilizar su instrumento adaptado y preguntarle si se puedo aplicar en la población de Ica, ya que en su investigación sale que es validado para la población de Trujillo.

5 NOV 2020 19:25

 Claro que si

Ahora pueden llamarse y ver su estado activo y cuándo leen los mensajes.

    Escribe un mensaje...  

## Anexo 09: Oficio de Aplicación de Investigación



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

Resolución N°045-2020-SUNEDU/CD

"Año de la universalización de la salud"

Chincha Alta, 03 de Noviembre de 2020

### **OFICIO N°049-2020-UAI-FCS**

Universidad Privada de Ica  
Campos Martínez José Jorge Rector  
Av. Túpac Amaru N°1336 Ica - Perú

### PRESENTE.-

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarlo 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 formación académica, y trabajando transversalmente con nuestros pilares como son la **investigación**, proyección y extensión universitaria y bienestar universitario.

En tal sentido, nuestros estudiantes de los últimos semestres académicos se encuentran en el desarrollo de su Trabajo de Investigación, que le permitirán obtener el Título Profesional anhelado, de acuerdo con las líneas de investigación de nuestra Facultad, para los programas académicos de Enfermería y Psicología. Los estudiantes han tenido a bien seleccionar temas de estudio de interés con la realidad local y regional, tomando en cuenta a la institución.

Como parte de la exigencia del proceso de investigación, se debe contar con la **AUTORIZACIÓN** de la Institución elegida, para que los estudiantes puedan poder 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 los estudiantes con el tema de investigación propuesto y quedamos a la espera de su aprobación que será de gran utilidad para su institución.

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



*Mariana A. Campos Sobrino*  
**Mg. Mariana A. Campos Sobrino**  
**DECANA (e)**  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

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

☎ 056 269176

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



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

Resolución N°045-2020-SUNEDU/CD

## CARTA DE PRESENTACIÓN

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

### Hace Constar:

Que, Ramos Calderón Roxana Elizabeth, identificada con DNI: 72713717, del Programa Académico de Psicología, quien viene desarrollando la Tesis Profesional: **“Resiliencia y Estrés Académico en los Estudiantes de una Universidad Privada De Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020”**.

Se expide el presente documento, a fin de que el responsable de la Institución, tenga a bien autorizar a los interesados en mención, aplicar su instrumento de 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, 03 de Noviembre de 2020



  
**Mg. Mariana A. Campos Sobrino**  
**DECANA (e)**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA**

## Anexo 10: Constancia de Aplicación de los Instrumentos



**UNIVERSIDAD  
PRIVADA DE ICA**

Resolución N° 009-2007-CONAFU    Resolución N° 269-2009-CONAFU

# CONSTANCIA

El que suscribe, Dr. José Jorge Campos Martínez, Rector de la Universidad Privada de Ica.

### HACE CONSTAR

Que, la Bach. Roxana Ramos Calderón, identificada con DNI N° 72713717, bachiller del Programa Académico de Psicología de la Universidad Autónoma de Ica, ha ejecutado el proyecto de Tesis titulado “ Resiliencia y Estrés Académico en estudiantes de una Universidad Privada”, desde el 04-11-2020 hasta el 07-12-2020, asignándosele el 4, 5, 6 y 8 Ciclo de obstetricia, 4, 5, 6, 10 Ciclo de derecho, 4, 6, de Ciclo de Contabilidad, cumpliendo eficientemente con ello.

Se expide el presente documento, solicitud escrita de la interesada para los usos y fines que viere por conveniente.

Ica, 30 de diciembre del 2020



*J. Campos*  
DR. JOSÉ JORGE CAMPOS MARTÍNEZ  
RECTOR

---

GRUPO EDUCATIVO UNIVERSIDAD PRIVADA DE ICA S.A.C.  
Av. Túpac Amaru N° 1336 – Ica      Teléfono: 056 221834  
[www.upica.edu.pe](http://www.upica.edu.pe)

## Anexo 11: Informe de Turnitin al 28% de similitud

### RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE ICA, EN EL CONTEXTO DE EMERGENCIA SANITARIA, 2020

#### INFORME DE ORIGINALIDAD



#### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>repositorio.ucv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>3%</b>
<b>2</b>	<b>docs.google.com</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>3</b>	<b>Submitted to Universidad Cesar Vallejo</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>repositorio.unheval.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>repositorio.uigv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>www.dspace.uce.edu.ec</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>www.researchgate.net</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>repositorio.autonoma.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>

## Anexo 12: Base de Datos de Consistencia

### a) Base de datos de Resiliencia

N° de Participantes	CÓDIGO	D1							Punt. D-1	Nivel	D2				Punt. D-2	Nivel	D3							Punt. D-3	Nivel
		Confianza en si mismo									Ecuanimidad						Perseverancia								
		6	9	10	13	17	18	24			7	8	11	12			1	2	4	14	15	20	23		
Col. 1	A001	7	6	7	7	7	7	7	48	3	7	6	7	6	26	3	6	7	7	7	6	6	6	45	3
Col. 2	A002	7	6	7	7	7	7	6	47	3	6	7	6	5	24	3	6	6	7	7	6	5	6	43	3
Col. 3	A003	4	5	5	5	5	5	5	34	2	6	5	7	5	23	2	6	5	5	5	6	6	5	38	2
Col. 4	A004	5	7	6	6	7	7	6	44	3	7	6	7	7	27	3	5	5	6	6	6	3	6	37	2
Col. 5	A005	7	7	7	7	7	6	7	48	3	7	7	5	6	25	3	7	6	6	6	6	6	7	44	3
Col. 6	A006	7	6	6	7	7	7	7	47	3	7	7	5	6	25	3	7	6	6	6	6	6	6	43	3
Col. 7	A007	5	6	5	5	6	6	5	38	2	6	6	7	5	24	3	5	6	6	5	6	6	5	39	3
Col. 8	A008	7	5	5	7	3	7	6	40	3	5	7	7	5	24	3	6	7	7	6	6	2	6	40	3
Col. 9	A009	7	5	6	6	7	7	7	45	3	2	7	6	6	21	2	6	6	7	6	7	6	7	45	3
Col. 10	B001	7	6	7	5	7	6	6	44	3	7	7	7	6	27	3	6	7	6	6	6	2	5	38	2
Col. 11	B002	7	6	6	6	7	7	7	46	3	7	7	6	6	26	3	6	6	6	6	7	6	7	44	3
Col. 12	B003	6	6	7	7	7	7	7	47	3	5	5	7	7	24	3	7	6	7	5	7	6	7	45	3
Col. 13	B004	7	5	6	6	6	7	5	42	3	7	7	7	5	26	3	6	6	6	6	6	5	5	40	3
Col. 14	B005	7	6	6	7	7	7	5	45	3	6	6	6	7	25	3	6	5	6	5	6	5	6	39	3
Col. 15	B006	7	6	6	7	7	7	5	45	3	7	7	6	7	27	3	6	6	6	7	7	5	6	43	3
Col. 16	B007	6	6	6	6	6	6	6	42	3	6	6	6	6	24	3	6	6	6	6	6	6	6	42	3
Col. 17	B008	5	5	5	6	6	6	1	34	2	5	7	6	7	25	3	5	5	6	5	6	3	5	35	2
Col. 18	B009	7	5	5	7	6	5	4	39	3	5	6	6	7	24	3	5	6	4	3	3	4	4	29	1
Col. 19	B010	6	4	5	5	6	6	5	37	2	6	6	6	5	23	2	5	5	5	4	6	3	4	32	1
Col. 20	C001	7	7	3	7	7	7	7	45	3	7	7	5	5	24	3	7	7	7	7	5	7	7	47	3

Col. 21	C002	7 5 6 6 7 7 6	44 3	6 7 5 6	24 3	6 7 5 4 6 7 5	40 3
Col. 22	C003	7 3 6 6 6 6 6	40 3	6 6 5 6	23 2	6 5 5 5 5 2 5	33 2
Col. 23	C004	6 4 5 5 6 6 6	38 2	5 6 4 5	20 2	4 5 5 5 5 6 5	35 2
Col. 24	C005	7 7 5 7 7 6 7	46 3	6 7 6 5	24 3	6 7 6 6 6 5 6	42 3
Col. 25	C006	7 5 6 6 6 7 6	43 3	6 6 6 6	24 3	6 6 6 6 6 5 6	41 3
Col. 26	C007	7 5 6 6 6 7 6	43 3	5 6 6 7	24 3	6 6 6 6 6 5 6	41 3
Col. 27	C008	7 7 6 7 7 7 7	48 3	4 7 7 7	25 3	7 7 6 6 6 6 7	45 3
Col. 28	C009	1 4 1 4 1 1 1	13 1	1 1 1 3	6 1	5 5 6 1 1 4 1	23 1
Col. 29	C010	7 7 6 7 6 7 6	46 3	5 6 7 6	24 3	6 6 6 6 6 5 6	41 3
Col. 30	C011	6 5 6 6 7 6 7	43 3	3 6 5 2	16 1	6 5 4 6 5 5 6	37 2
Col. 31	D0001	7 5 7 6 6 6 6	43 3	5 6 6 7	24 3	6 6 6 6 5 5 6	40 3
Col. 32	D0002	7 4 6 6 6 6 5	40 3	4 6 3 5	18 1	6 6 6 7 6 5 6	42 3
Col. 33	D0003	7 6 5 6 6 7 6	43 3	6 6 6 7	25 3	6 7 6 5 6 6 5	41 3
Col. 34	D0004	7 5 6 6 7 7 6	44 3	7 7 5 6	25 3	6 7 6 6 6 6 6	43 3
Col. 35	D0005	7 6 6 6 6 6 6	43 3	3 6 5 4	18 1	6 6 6 6 6 4 6	40 3
Col. 36	D0006	7 5 7 6 6 7 6	44 3	6 6 5 7	24 3	7 6 6 6 6 5 6	42 3
Col. 37	D0007	6 6 6 4 5 3 5	35 2	6 6 6 4	22 2	3 3 6 4 4 4 5	29 1
Col. 38	D0008	7 6 6 6 6 6 6	43 3	3 6 5 4	18 1	6 6 6 6 6 4 6	40 3
Col. 39	D0009	7 6 7 7 7 7 7	48 3	7 7 6 7	27 3	6 6 6 7 1 1 7	34 2
Col. 40	D0010	7 6 7 7 7 7 7	48 3	7 7 6 7	27 3	6 6 6 7 1 1 7	34 2
Col. 41	D0011	7 7 7 7 7 7 7	49 3	7 7 7 7	28 3	7 7 7 7 7 1 7	43 3
Col. 42	D0012	5 7 6 6 7 7 7	45 3	7 7 6 6	26 3	5 5 1 6 5 7 6	35 2
Col. 43	D0013	5 7 6 6 7 7 7	45 3	7 7 6 6	26 3	5 5 1 6 5 7 6	35 2
Col. 44	D0014	6 5 7 5 5 6 7	41 3	6 7 5 5	23 2	5 6 5 5 5 5 7	38 2
Col. 45	D0015	7 5 7 7 7 6 5	44 3	6 7 5 6	24 3	5 7 7 6 6 5 5	41 3

Col. 46	D0016	6 4 7 7 7 6 6	43 3	4 7 5 6	22 2	4 5 5 5 7 7 6	39 3
Col. 47	D0017	6 4 7 7 7 6 6	43 3	4 7 5 6	22 2	4 5 5 5 7 7 6	39 3
Col. 48	D0018	7 3 3 3 7 7 4	34 2	7 7 3 4	21 2	6 6 5 4 4 2 7	34 2
Col. 49	D0019	7 7 2 7 6 7 4	40 3	5 6 3 3	17 1	5 6 7 5 6 5 6	40 3
Col. 50	D0020	6 5 6 5 7 7 7	43 3	5 6 4 4	19 1	6 6 6 6 6 4 7	41 3
Col. 51	D0021	6 3 5 5 6 7 5	37 2	5 7 6 4	22 2	5 6 6 6 6 4 5	38 2
Col. 52	D0022	7 6 7 6 7 7 7	47 3	1 7 6 6	20 2	7 7 6 6 7 6 6	45 3
Col. 53	D0023	7 5 6 6 7 7 6	44 3	6 6 5 6	23 2	7 6 6 6 6 4 6	41 3
Col. 54	E001	6 4 6 7 6 6 6	41 3	5 6 5 6	22 2	6 6 6 6 6 1 6	37 2
Col. 55	E002	7 7 7 4 7 7 7	46 3	5 6 4 6	21 2	6 7 6 6 6 4 6	41 3
Col. 56	E003	7 6 7 7 7 6 6	46 3	7 7 3 7	24 3	7 7 7 7 6 2 7	43 3
Col. 57	E004	6 6 6 6 6 6 6	42 3	6 6 6 6	24 3	6 6 6 6 6 6 6	42 3
Col. 58	E005	6 6 6 6 6 6 6	42 3	6 6 6 6	24 3	6 6 6 6 6 6 6	42 3
Col. 59	H001	6 7 6 6 6 7 6	44 3	6 7 5 6	24 3	6 6 6 6 6 5 5	40 3
Col. 60	H002	6 5 7 6 7 7 6	44 3	6 7 1 4	18 1	6 7 6 6 7 1 6	39 3
Col. 61	H003	7 5 6 7 6 7 6	44 3	6 7 2 6	21 2	5 7 6 5 6 4 6	39 3
Col. 62	H004	7 5 6 5 7 6 6	42 3	5 7 5 7	24 3	7 7 6 6 7 2 7	42 3
Col. 63	F001	7 7 7 7 7 7 6	48 3	4 7 6 2	19 1	6 7 7 7 7 2 7	43 3
Col. 64	F002	7 6 6 6 6 7 7	45 3	6 7 1 6	20 2	6 6 6 6 6 1 6	37 2
Col. 65	F003	7 5 5 5 6 7 7	42 3	3 7 3 5	18 1	5 6 5 4 4 6 6	36 2
Col. 66	G001	4 5 6 4 5 7 4	35 2	4 5 6 5	20 2	6 7 6 6 6 7 3	41 3
Col. 67	G002	1 1 1 1 1 1 1	7 1	1 1 1 1	4 1	1 1 1 1 1 1 1	7 1
Col. 68	G003	7 7 7 5 7 7 7	47 3	5 7 6 6	24 3	7 7 7 5 5 7 7	45 3
Col. 69	G004	7 7 7 6 7 6 6	46 3	6 6 5 7	24 3	7 7 6 7 7 7 6	47 3
Col. 70	I001	7 6 6 4 5 7 7	42 3	2 7 4 5	18 1	6 6 6 5 7 5 6	41 3

Col. 71	I002	7	5	5	6	6	7	6	42	3	6	6	6	7	25	3	7	7	6	6	6	6	6	44	3
Col. 72	I003	7	7	1	7	7	7	7	43	3	5	7	6	4	22	2	1	5	7	7	6	1	7	34	2
Col. 73	I004	6	5	4	7	6	7	7	42	3	5	7	6	6	24	3	3	6	6	7	6	7	6	41	3
Col. 74	I005	7	6	5	7	7	7	7	46	3	7	6	7	6	26	3	7	6	6	6	6	6	4	41	3
Col. 75	I006	7	6	6	6	5	7	5	42	3	7	6	6	5	24	3	6	6	6	7	5	5	6	41	3
Col. 76	J001	6	7	7	7	7	6	6	46	3	6	7	7	6	26	3	7	7	6	6	7	6	6	45	3
Col. 77	J002	7	7	6	7	7	7	6	47	3	7	7	7	5	26	3	6	7	6	7	6	5	7	44	3
Col. 78	J003	7	7	7	6	7	6	7	47	3	7	7	6	7	27	3	7	6	6	7	7	7	7	47	3
Col. 79	J004	7	5	5	6	7	7	6	43	3	6	6	7	5	24	3	6	6	6	6	7	4	6	41	3
Col. 80	J005	3	4	5	7	7	7	6	39	3	7	4	7	5	23	2	5	5	5	7	6	4	6	38	2
Col. 81	J006	7	6	7	7	7	7	6	47	3	5	7	7	5	24	3	5	5	7	7	7	7	7	45	3
Col. 82	J007	7	6	7	7	5	7	7	46	3	5	7	6	6	24	3	7	7	6	6	7	6	7	46	3
Col. 83	J008	7	6	6	7	7	7	6	46	3	4	6	7	7	24	3	7	7	6	6	7	5	7	45	3
Col. 84	J009	7	7	7	7	7	7	7	49	3	7	7	7	7	28	3	7	7	7	7	7	7	7	49	3
Col. 85	J010	7	7	6	6	6	7	5	44	3	7	6	6	7	26	3	7	5	5	6	7	4	6	40	3

Continúa la base de datos de Resiliencia

N° de Participantes	CÓDIGO	D4 Satisfacción personal				Punt. D-4	Nivel	D5 Sentirse bien sólo			Punt. D-5	Nivel	P. TOTAL	Niveles
		16	21	22	25			3	5	19				
Col. 1	A001	6	7	6	5	24	3	5	5	6	16	3	159	3
Col. 2	A002	7	7	4	7	25	3	7	6	6	19	3	158	3
Col. 3	A003	4	7	6	7	24	3	4	5	5	14	2	133	2
Col. 4	A004	7	7	7	7	28	3	2	3	3	8	1	144	2
Col. 5	A005	7	7	4	7	25	3	7	7	6	20	3	162	3

Col. 6	A006	6	7	6	7	26	3	6	7	6	19	3	160	3
Col. 7	A007	7	6	5	5	23	2	6	7	6	19	3	143	2
Col. 8	A008	7	7	2	4	20	2	7	6	5	18	3	142	2
Col. 9	A009	7	6	5	7	25	3	5	7	6	18	3	154	3
Col. 10	B001	7	7	6	7	27	3	7	7	6	20	3	156	3
Col. 11	B002	7	7	7	7	28	3	7	7	7	21	3	165	3
Col. 12	B003	7	6	6	7	26	3	7	7	7	21	3	163	3
Col. 13	B004	6	7	6	7	26	3	6	5	6	17	3	151	3
Col. 14	B005	6	7	7	5	25	3	6	6	5	17	3	151	3
Col. 15	B006	6	7	7	5	25	3	6	6	6	18	3	158	3
Col. 16	B007	6	6	6	6	24	3	6	6	6	18	3	150	3
Col. 17	B008	5	7	7	7	26	3	4	4	6	14	2	134	2
Col. 18	B009	6	6	6	5	23	2	3	6	5	14	2	129	2
Col. 19	B010	6	5	6	4	21	2	4	6	6	16	3	129	2
Col. 20	C001	7	7	4	7	25	3	7	7	7	21	3	162	3
Col. 21	C002	7	6	5	7	25	3	5	6	7	18	3	151	3
Col. 22	C003	5	5	4	7	21	2	4	4	5	13	1	130	2
Col. 23	C004	6	5	5	7	23	2	6	4	4	14	2	130	2
Col. 24	C005	6	7	5	7	25	3	7	6	6	19	3	156	3
Col. 25	C006	5	6	6	7	24	3	6	6	6	18	3	150	3
Col. 26	C007	5	6	6	7	24	3	6	6	6	18	3	150	3
Col. 27	C008	6	7	4	7	24	3	7	7	7	21	3	163	3
Col. 28	C009	1	1	1	1	4	1	5	1	1	7	1	53	1
Col. 29	C010	6	7	6	5	24	3	6	6	7	19	3	154	3
Col. 30	C011	6	7	2	5	20	2	7	2	4	13	1	129	2

Col. 31	D0001	6	6	6	6	24	3	7	6	6	19	3	150	3
Col. 32	D0002	6	6	4	6	22	2	6	4	6	16	3	138	2
Col. 33	D0003	7	7	7	7	28	3	7	5	6	18	3	155	3
Col. 34	D0004	6	7	2	6	21	2	7	7	6	20	3	153	3
Col. 35	D0005	6	3	5	6	20	2	5	5	4	14	2	135	2
Col. 36	D0006	7	7	7	7	28	3	1	6	6	13	1	151	3
Col. 37	D0007	5	5	5	5	20	2	4	6	4	14	2	120	1
Col. 38	D0008	6	3	3	6	18	1	6	6	6	18	3	137	2
Col. 39	D0009	7	1	1	7	16	1	7	5	6	18	3	143	2
Col. 40	D0010	7	1	1	7	16	1	7	5	6	18	3	143	2
Col. 41	D0011	7	7	7	7	28	3	7	7	7	21	3	169	3
Col. 42	D0012	7	7	5	5	24	3	1	5	7	13	1	143	2
Col. 43	D0013	7	7	5	5	24	3	1	5	7	13	1	143	2
Col. 44	D0014	5	7	4	5	21	2	5	5	6	16	3	139	2
Col. 45	D0015	6	7	5	6	24	3	7	5	6	18	3	151	3
Col. 46	D0016	6	7	6	6	25	3	4	6	5	15	3	144	2
Col. 47	D0017	6	7	6	6	25	3	4	6	5	15	3	144	2
Col. 48	D0018	4	7	7	7	25	3	5	7	7	19	3	133	2
Col. 49	D0019	7	7	4	7	25	3	5	5	6	16	3	138	2
Col. 50	D0020	6	7	5	7	25	3	6	4	6	16	3	144	2
Col. 51	D0021	6	5	6	7	24	3	5	5	6	16	3	137	2
Col. 52	D0022	7	7	6	6	26	3	6	7	6	19	3	157	3
Col. 53	D0023	6	6	6	6	24	3	6	5	7	18	3	150	3
Col. 54	E001	6	6	6	6	24	3	6	2	6	14	2	138	2
Col. 55	E002	7	6	4	7	24	3	7	7	6	20	3	152	3

Col. 56	E003	7	7	6	7	27	3	7	7	6	20	3	160	3
Col. 57	E004	6	6	6	6	24	3	6	6	6	18	3	150	3
Col. 58	E005	6	6	6	6	24	3	6	6	6	18	3	150	3
Col. 59	H001	6	7	6	5	24	3	7	6	6	19	3	151	3
Col. 60	H002	7	6	5	7	25	3	6	5	7	18	3	144	2
Col. 61	H003	5	6	5	7	23	2	5	4	6	15	3	142	2
Col. 62	H004	5	5	6	7	23	2	7	7	6	20	3	151	3
Col. 63	F001	6	7	7	4	24	3	7	7	7	21	3	155	3
Col. 64	F002	6	7	3	7	23	2	6	6	6	18	3	143	2
Col. 65	F003	7	6	3	6	22	2	6	3	6	15	3	133	2
Col. 66	G001	7	5	4	7	23	2	6	7	7	20	3	139	2
Col. 67	G002	1	1	1	1	4	1	1	1	1	3	1	25	1
Col. 68	G003	7	7	1	7	22	2	7	6	7	20	3	158	3
Col. 69	G004	4	6	6	5	21	2	7	7	7	21	3	159	3
Col. 70	I001	6	7	7	7	27	3	7	6	6	19	3	147	3
Col. 71	I002	7	7	4	7	25	3	6	7	6	19	3	155	3
Col. 72	I003	7	5	1	7	20	2	6	7	7	20	3	139	2
Col. 73	I004	6	7	6	6	25	3	7	6	6	19	3	151	3
Col. 74	I005	7	7	7	6	27	3	6	6	6	18	3	158	3
Col. 75	I006	6	6	5	5	22	2	7	5	6	18	3	147	3
Col. 76	J001	7	6	7	7	27	3	4	4	6	14	2	158	3
Col. 77	J002	5	7	7	7	26	3	7	3	6	16	3	159	3
Col. 78	J003	7	7	7	7	28	3	7	7	7	21	3	170	3
Col. 79	J004	6	6	4	6	22	2	7	7	7	21	3	151	3
Col. 80	J005	6	7	2	7	22	2	2	5	7	14	2	136	2

Col. 81	J006	7	7	6	7	27	3	7	7	7	21	3	164	3
Col. 82	J007	6	7	6	5	24	3	6	6	6	18	3	158	3
Col. 83	J008	7	5	6	6	24	3	7	6	5	18	3	157	3
Col. 84	J009	7	7	7	7	28	3	7	7	7	21	3	175	3
Col. 85	J010	4	6	7	7	24	3	6	6	7	19	3	153	3

Fuente: Elaboración propia utilizando el programa Excel.

Niveles	Confianza en si mismo		Ecuanimidad		Perseverancia		Satisfacción personal		Sentirse bien sólo		Resiliencia	
	Rango	Nivel	Rango	Nivel	Rango	Nivel	Rango	Nivel	Rango	Nivel	Rango	Nivel
Resiliencia Baja	07 – 32	1	04 – 19	1	07 – 32	1	04 – 19	1	03 – 13	1	25 – 125	1
Resiliencia Moderado	33 – 38	2	20 – 23	2	33 – 38	2	20 – 23	2	14 – 16	2	126 – 145	2
Resiliencia Alta	39 – 49	3	24 – 28	3	39 – 49	3	24 – 28	3	17 – 21	3	146 – 175	3

Fuente: Obtenido de Novella (2002) del Manual de Escala de Resiliencia. Elaboración propia utilizando el programa Excel.

b) Base de datos de Estrés Académico

Nº de Part.	CÓDIGO	D1 Estresores								Punt. D-1	Nivel	D2- Síntomas											Punt. D-2	Nivel	D3- Estrategias de afrontamiento					Punt. D-3	Nivel	P. - TOTAL	Nivel						
		1	2	3	4	5	6	7	8			9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19			20	21	22	23	24					25	26	27	28	29	
Col. 1	A001	3	4	3	4	3	2	4	3	26	2	1	4	4	1	3	4	1	3	3	2	2	1	2	2	2	35	2	3	4	5	4	5	3	24	4	85	2	
Col. 2	A002	4	5	5	5	5	4	4	5	37	4	2	5	5	1	4	5	5	5	5	5	5	3	5	3	5	63	4	3	5	3	2	4	4	21	3	121	4	
Col. 3	A003	5	4	3	4	5	3	3	5	32	3	3	3	2	3	4	2	3	4	3	3	2	3	2	3	3	43	2	3	3	2	2	3	3	16	2	91	3	
Col. 4	A004	2	3	1	2	2	3	2	2	17	1	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	40	2	3	3	2	2	3	3	16	2	73	1	
Col. 5	A005	3	5	3	4	4	4	4	5	32	3	4	2	5	2	1	4	3	4	3	1	1	1	4	1	1	37	2	4	5	3	4	3	3	22	3	91	3	
Col. 6	A006	2	4	3	3	3	2	1	2	20	1	1	1	2	1	3	2	2	2	2	3	2	1	3	2	2	29	1	5	5	4	2	4	4	24	4	73	1	
Col. 7	A007	2	3	2	3	3	3	3	2	21	1	1	2	2	1	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	34	2	2	2	3	1	2	2	12	1	67	1	
Col. 8	A008	3	5	2	4	4	3	2	4	27	2	2	4	2	2	1	3	4	2	3	3	1	1	1	2	1	32	1	2	2	5	2	2	2	15	1	74	2	
Col. 9	A009	2	5	2	5	5	2	3	4	28	3	5	2	5	5	2	5	5	5	2	3	3	1	3	1	4	51	3	5	5	5	5	4	1	25	4	104	3	
Col. 10	B001	2	2	2	3	3	1	1	3	17	1	3	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	27	1	2	3	2	1	3	2	13	1	57	1	
Col. 11	B002	4	5	5	5	5	5	5	5	39	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	75	4	4	4	4	4	4	4	24	4	138	4	
Col. 12	B003	2	5	5	4	3	3	2	1	25	2	5	5	2	5	2	5	5	5	5	5	5	3	3	3	5	63	4	3	3	4	4	3	4	21	3	109	4	
Col. 13	B004	3	5	4	5	4	3	3	4	31	3	1	3	3	1	1	3	3	3	2	2	1	2	1	2	3	31	1	4	4	4	3	4	2	21	3	83	2	
Col. 14	B005	3	4	3	4	4	2	4	4	28	3	3	3	1	1	1	3	3	2	3	3	3	1	1	2	2	32	1	1	3	3	3	4	3	17	2	77	2	
Col. 15	B006	3	4	3	4	4	2	4	4	28	3	3	3	1	1	1	3	3	2	3	3	3	1	1	2	2	32	1	1	3	3	3	4	3	17	2	77	2	
Col. 16	B007	5	5	5	5	5	5	5	5	40	4	2	5	5	1	3	5	5	4	5	3	4	5	3	3	5	58	4	5	5	5	3	5	3	26	4	124	4	
Col. 17	B008	3	3	2	3	3	4	3	4	25	2	2	3	3	2	5	3	3	3	3	5	2	1	3	4	5	47	3	4	3	3	3	3	3	19	2	91	3	
Col. 18	B009	3	4	3	4	4	2	2	4	26	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	5	49	3	4	3	4	4	4	4	23	3	98	3	
Col. 19	B010	3	3	4	4	4	3	3	2	26	2	4	3	4	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	47	3	4	4	4	3	4	4	23	3	96	3
Col. 20	C001	3	5	3	5	4	4	5	5	34	4	4	4	3	3	2	4	5	4	3	4	4	4	2	3	3	52	3	4	4	2	3	4	3	20	3	106	3	

Col. 21	C002	3	4	3	4	3	4	3	3	27	2	4	3	5	4	5	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	54	3	4	4	4	2	3	3	20	3	101	3
Col. 22	C003	4	5	4	5	5	4	4	5	36	4	3	4	3	2	5	3	3	2	2	4	2	2	3	2	5	45	3	4	5	4	3	5	5	26	4	107	4
Col. 23	C004	4	4	3	4	4	4	3	4	30	3	3	3	4	3	5	4	4	3	3	5	2	3	2	4	5	53	3	4	4	5	4	3	5	25	4	108	4
Col. 24	C005	3	3	3	4	3	3	2	2	23	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	1	1	1	1	3	31	1	4	4	4	3	3	3	21	3	75	2
Col. 25	C006	1	1	2	1	1	2	1	1	10	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	3	19	1	1	1	1	1	2	1	7	1	36	1
Col. 26	C007	1	1	2	1	1	2	1	1	10	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	18	1	1	1	1	1	2	1	7	1	35	1
Col. 27	C008	2	2	2	2	2	2	5	2	19	1	3	3	3	2	3	5	2	2	2	2	2	1	5	2	2	39	2	5	5	2	4	4	4	24	4	82	2
Col. 28	C009	3	3	3	3	3	3	3	4	25	2	3	2	3	2	5	5	2	2	2	4	2	1	1	4	5	43	2	3	4	5	3	5	5	25	4	93	3
Col. 29	C010	3	3	3	3	3	3	3	2	23	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2	3	2	5	30	1	3	2	3	2	2	3	15	1	68	1
Col. 30	C011	3	2	2	3	2	3	3	2	20	1	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	24	1	3	3	4	3	3	2	18	2	62	1
Col. 31	D001	2	3	3	4	4	4	2	4	26	2	3	3	4	2	2	2	2	2	3	1	1	1	1	2	1	30	1	1	3	1	1	1	2	9	1	65	1
Col. 32	D002	2	4	3	3	4	2	1	2	21	1	4	4	5	4	4	3	4	4	4	2	2	1	2	2	3	48	3	5	4	2	3	4	5	23	3	92	3
Col. 33	D003	2	3	3	4	3	2	2	2	21	1	2	3	3	3	2	1	2	3	2	2	3	2	1	2	2	33	2	2	3	2	2	2	3	14	1	68	1
Col. 34	D004	3	4	2	4	3	3	3	5	27	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	3	3	42	2	4	3	3	3	3	3	19	2	88	2
Col. 35	D005	3	4	3	4	3	2	3	2	24	2	3	3	3	5	5	4	3	2	3	3	2	2	1	5	5	49	3	4	4	4	2	4	3	21	3	94	3
Col. 36	D006	1	3	1	3	1	2	1	2	14	1	3	1	3	3	1	1	1	1	3	2	1	1	1	1	1	24	1	1	3	5	4	1	1	15	1	53	1
Col. 37	D007	3	3	4	4	4	3	3	4	28	3	3	3	2	5	4	3	3	2	2	3	3	3	2	4	3	45	3	3	4	4	2	3	3	19	2	92	3
Col. 38	D008	3	4	3	4	3	2	3	2	24	2	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	2	2	2	4	5	46	3	4	4	4	2	4	3	21	3	91	3
Col. 39	D009	2	3	1	2	2	2	2	1	15	1	2	3	5	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	24	1	4	5	5	3	5	4	26	4	65	1
Col. 40	D010	2	3	1	2	2	2	2	1	15	1	2	3	5	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	24	1	4	5	5	3	5	4	26	4	65	1
Col. 41	D011	2	5	2	3	3	2	2	3	22	1	2	2	4	3	2	2	2	3	3	2	3	2	1	2	3	36	2	3	4	4	2	3	2	18	2	76	2
Col. 42	D012	2	5	5	4	4	4	3	3	30	3	5	3	5	3	5	3	4	5	5	5	2	1	5	2	4	57	4	5	4	4	2	2	3	20	3	107	4
Col. 43	D013	2	5	5	4	4	4	3	3	30	3	5	3	5	3	5	3	4	5	5	5	2	1	5	2	4	57	4	5	4	4	2	2	3	20	3	107	4
Col. 44	D014	3	4	3	4	4	3	5	4	30	3	2	3	3	2	5	3	3	3	4	5	3	2	2	4	5	49	3	2	2	2	2	2	2	12	1	91	3
Col. 45	D015	2	4	5	5	5	2	4	5	32	3	4	3	4	2	1	5	2	3	3	3	2	2	1	2	2	39	2	4	5	4	3	5	5	26	4	97	3

Col. 46	D016	5 4 4 3 5 5 2 2 30 3	5 5 2 5 2 5 3 3 3 3 2 3 5 5 5	56 4 3 4 3 3 3 3 19 2	105 3
Col. 47	D017	5 4 4 3 5 5 2 2 30 3	5 5 2 5 2 5 3 3 3 3 2 3 5 5 5	56 4 3 4 3 3 3 3 19 2	105 3
Col. 48	D018	4 5 4 5 5 5 4 3 35 4	5 5 5 5 5 3 5 3 4 5 1 2 2 3 3	56 4 5 3 4 2 3 3 20 3	111 4
Col. 49	D019	3 4 3 3 3 2 5 4 27 2	3 2 5 1 5 3 3 2 3 4 2 1 2 4 5	45 3 5 2 3 1 4 4 19 2	91 3
Col. 50	D020	2 4 2 4 5 3 4 5 29 3	1 1 2 2 1 1 1 1 2 2 1 2 2 2 2	23 1 1 2 1 2 3 3 12 1	64 1
Col. 51	D021	3 4 3 4 3 3 4 4 28 3	4 4 3 4 4 4 3 4 3 5 5 3 2 4 3	55 3 3 4 3 3 4 3 20 3	103 3
Col. 52	D022	2 3 2 2 2 2 3 2 18 1	3 3 3 3 2 3 3 3 3 3 2 2 1 3 2	39 2 1 3 4 1 3 3 15 1	72 1
Col. 53	D023	3 5 3 4 5 3 5 5 33 4	2 2 2 1 3 3 2 2 2 4 3 2 2 3 3	36 2 4 4 3 3 3 4 21 3	90 2
Col. 54	E001	5 4 3 5 5 3 5 5 35 4	4 3 3 4 5 3 3 3 3 5 2 2 2 4 5	51 3 5 4 5 3 3 1 21 3	107 4
Col. 55	E002	2 2 3 3 2 1 1 1 15 1	1 1 3 1 1 1 1 1 2 2 3 2 1 1 2	23 1 4 5 5 3 4 4 25 4	63 1
Col. 56	E003	1 4 3 3 2 2 2 3 20 1	3 4 3 3 2 3 2 2 2 2 2 1 1 2 2	34 2 5 5 5 4 4 3 26 4	80 2
Col. 57	E004	2 3 3 2 3 3 2 2 20 1	3 3 3 2 1 3 2 1 1 2 2 2 2 2 2	31 1 2 3 1 2 3 3 14 1	65 1
Col. 58	E005	2 3 3 2 3 3 2 2 20 1	3 3 3 2 1 3 2 1 1 2 2 2 2 2 2	31 1 2 3 1 2 3 3 14 1	65 1
Col. 59	H001	3 3 3 4 3 4 3 3 26 2	2 4 3 3 3 4 3 4 4 4 3 3 4 4 4	52 3 3 3 2 3 3 3 17 2	95 3
Col. 60	H002	2 2 1 3 3 3 2 3 19 1	1 2 2 1 2 3 2 1 1 2 1 3 1 3 1	26 1 5 4 4 1 4 4 22 3	67 1
Col. 61	H003	3 4 5 4 3 5 3 3 30 3	3 3 4 2 1 2 3 3 2 3 1 3 2 3 2	37 2 3 5 3 4 4 4 23 3	90 2
Col. 62	H004	2 5 2 3 3 2 1 4 22 1	4 4 4 3 2 4 3 2 3 2 1 2 1 2 3	40 2 4 4 3 2 3 2 18 2	80 2
Col. 63	F001	1 3 1 2 4 2 4 3 20 1	2 3 3 2 4 4 3 3 3 2 5 3 2 2 3	44 3 3 3 4 1 4 2 17 2	81 2
Col. 64	F002	4 5 2 5 4 2 3 3 28 3	3 3 4 2 4 4 4 2 3 3 4 3 3 3 4	49 3 4 4 3 2 4 1 18 2	95 3
Col. 65	F003	2 3 2 3 3 3 1 3 20 1	4 3 3 5 4 4 5 4 4 5 3 2 2 5 5	58 4 4 5 5 5 5 5 29 4	107 4
Col. 66	G001	3 4 5 5 5 4 4 5 35 4	3 4 4 5 4 5 3 5 5 5 3 3 5 5 5	64 4 4 2 4 2 2 3 17 2	116 4
Col. 67	G002	5 4 3 4 4 3 5 5 33 4	3 3 4 4 5 4 3 3 3 5 2 2 2 4 5	52 3 3 4 3 4 4 4 22 3	107 4
Col. 68	G003	2 4 5 3 4 4 4 4 30 3	4 4 4 4 4 4 5 5 5 5 5 5 5 5 5	69 4 5 5 5 5 5 5 30 4	129 4
Col. 69	G004	1 2 2 3 3 3 5 3 22 1	1 2 4 3 3 3 2 3 2 2 4 4 2 2 3	40 2 4 3 3 5 3 3 21 3	83 2
Col. 70	I001	2 3 3 4 3 4 2 4 25 2	3 4 3 2 1 4 3 2 4 2 1 1 1 3 3	37 2 5 3 4 4 4 5 25 4	87 2

Col. 71	I002	3	5	5	5	5	5	5	5	38	4	3	4	3	2	5	4	5	2	5	4	3	2	2	3	2	49	3	4	4	3	4	4	5	24	4	111	4
Col. 72	I003	3	5	4	5	1	5	5	3	31	3	5	5	5	4	1	5	1	4	5	5	5	5	3	3	3	59	4	1	5	3	1	5	5	20	3	110	4
Col. 73	I004	2	3	3	3	3	4	3	3	24	2	3	3	2	3	3	2	4	2	4	2	3	2	3	2	41	2	3	2	3	3	2	3	16	2	81	2	
Col. 74	I005	3	4	3	4	4	2	4	4	28	3	4	4	5	1	1	5	2	3	2	3	1	1	3	2	2	39	2	2	3	4	3	4	3	19	2	86	2
Col. 75	I006	2	4	3	4	3	4	3	5	28	3	2	4	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	38	2	3	4	3	3	3	2	18	2	84	2
Col. 76	J001	4	4	3	3	3	1	2	3	23	2	4	2	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	2	3	4	43	2	3	3	4	3	3	4	20	3	86	2
Col. 77	J002	3	4	3	5	4	4	5	1	29	3	4	4	4	1	4	5	3	4	3	5	1	2	1	4	1	46	3	5	5	3	4	5	4	26	4	101	3
Col. 78	J003	4	5	4	4	3	4	5	5	34	4	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	1	2	3	4	38	2	2	3	3	2	4	4	18	2	90	2
Col. 79	J004	4	4	3	4	4	3	5	4	31	3	3	3	2	1	5	4	4	5	4	3	3	2	1	3	5	48	3	3	4	3	2	4	2	18	2	97	3
Col. 80	J005	5	5	3	3	4	2	4	4	30	3	3	3	4	5	5	4	5	5	4	5	3	2	2	4	5	59	4	2	2	5	3	3	3	18	2	107	4
Col. 81	J006	2	2	2	4	3	2	1	4	20	1	3	3	4	2	1	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	44	3	4	4	4	2	4	4	22	3	86	2
Col. 82	J007	3	4	2	4	4	2	4	4	27	2	3	2	4	1	1	1	2	3	3	3	1	2	1	1	3	31	1	1	2	1	3	2	1	10	1	68	1
Col. 83	J008	5	5	5	5	5	5	5	5	40	4	2	5	5	2	3	5	5	4	5	3	4	5	3	3	2	56	4	5	5	5	3	5	3	26	4	122	4
Col. 84	J009	3	3	2	3	2	2	2	2	19	1	3	3	2	1	3	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	27	1	5	4	5	3	5	5	27	4	73	1
Col. 85	J010	3	3	2	3	2	2	2	2	19	1	3	3	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	26	1	5	4	5	3	5	5	27	4	72	1

Fuente: Elaboración propia utilizando el programa Excel.

Niveles	Estimulos estresores		Síntomas		Estrategias de afrontamiento		Estrés Académico	
	Rango	Nivel	Rango	Nivel	Rango	Nivel	Rango	Nivel
Bajo nivel	00 – 22	1	00 – 32	1	00 – 15	1	0 – 73	1
Promedio Bajo	23 – 27	2	33 – 43	2	16 – 19	2	74 – 90	2
Promedio Alta	28 – 32	3	44 – 55	3	20 – 23	3	91 – 106	3
Alto nivel	33 – más	4	56 – más	4	24 – más	4	107 – más	4

Fuente: Obtenido de Ancajima Carranza (2017) del Manual de Estrés Académico. Elaboración propia utilizando el programa Excel.

## Anexo 13: Matriz de consistencia

Título de la Investigación: Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020

Tabla 25: Matriz de Consistencia

Pregunta de investigación	Objetivos (verbos infinitivos)	Hipótesis	Variable	Dimensiones de la variable	Metodología
<p>Pregunta General de Investigación:</p> <p>¿Existe relación entre Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020?</p>	<p>Objetivo General</p> <p>Analizar relación que existe entre Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.</p>	<p>Hipótesis General</p> <p>Existe relación entre Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de la Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.</p>	Resiliencia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ecuanimidad</li> <li>• Perseverancia</li> <li>• Confianza en sí mismo</li> <li>• Satisfacción personal</li> <li>• Sentirse bien solo</li> </ul>	<p><b>Tipo de investigación</b></p> <p>El tipo de investigación que vamos utilizar es de tipo cuantitativo de corte Transversal.</p> <p><b>Nivel de Investigación</b></p> <p>La investigación es de nivel Correlacional.</p> <p><b>Diseño de Investigación</b></p> <p>La investigación es de diseño No experimental.</p> <p><b>Población</b></p> <p>La población estará constituida por 250 estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria en el año 2020.</p> <p><b>Muestra</b></p> <p>El tamaño de la muestra la integraran 85 estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria en el año 2020.</p> <p><b>Técnicas de recolección de datos</b></p> <p>En esta investigación se utilizó la siguiente técnica:</p>
<p>Preguntas Específicas</p> <p>Pregunta Específica 1:</p> <p>¿Qué relación encontramos en la Dimensión Confianza en sí mismo de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020?</p>	<p>Objetivos Específicos</p> <p>Objetivo Especifico 1:</p> <p>Determinar la relación entre la Dimensión Confianza en sí mismo de Resiliencia y el Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.</p>	<p>Hipótesis Específicas</p> <p>Hipótesis Específica 1:</p> <p>Existe relación entre la Dimensión Confianza en sí mismo de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.</p>	Estrés Académico	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estímulos estresores</li> <li>• Síntomas</li> <li>• Estrategias de afrontamiento</li> </ul>	

<p>Pregunta Específica 2: ¿Qué relación encontramos en la Dimensión Ecuanimidad de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020?</p>	<p>Objetivo Especifico 2: Determinar la relación entre la Dimensión Ecuanimidad de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.</p>	<p>Hipótesis Especifica 2: Existe relación entre la Dimensión Ecuanimidad de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica Psicométrica Por que nos permite analizar de froma cualitativa y objetiva, para medir los aspectos conductuales del individuo. Ya que son autoadministrables y autocalificables y se puede aplicar por distintos medios.</li> </ul>
<p>Pregunta Específica 3: ¿Qué relación encontramos en la Dimensión Perseverancia de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020?</p>	<p>Objetivo Especifico 3: Determinar la relación entre la Dimensión Perseverancia de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.</p>	<p>Hipótesis Especifica 3: Existe relación entre la Dimensión Perseverancia de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.</p>	<p>Para desarrollar la investigación se solicito la autorización del Rector de la universidad Privada de Ica para poder realizar el estudio. En vista de la situación que esta pasando el Perú por el Covid-19, el cuestionario tuvo que ser modificado a un formato virtual, donde las reuniones fueron por medio de la herramienta virtual Zoom, para poder explicarles a los estudiantes el motivo de la investigación y poder aplicar el cuestinario de Resiliencia y el inventario de Sisco de Estrés Académico.</p>
<p>Pregunta Específica 4: ¿Qué relación encontramos en la Dimensión Satisfacción personal de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de Emergencia Sanitaria, 2020?</p>	<p>Objetivo Especifico 4: Determinar la relación entre la Dimensión Satisfacción personal de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.</p>	<p>Hipótesis Especifica 4: Existe relación entre la Dimensión Satisfacción personal de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.</p>	<p><b>Instrumentos</b> Para la investigación se aplicaran dos instrumentos de recolección de datos:  Primer Instrumento: Escala de Resiliencia de Wagnild y Young  Segundo Instrumento: Inventario SISCO del Estrés Académico</p>
<p>Pregunta Específica 5: ¿Qué relación encontramos en la</p>	<p>Objetivo Especifico 5: Determinar la relación entre la Dimensión</p>	<p>Hipótesis Especifica 5: Existe relación entre la Dimensión sentirse bien solo de Resiliencia y Estrés Académico en los</p>	<p><b>Técnicas de análisis e interpretación de datos</b>  <b>Técnicas de Análisis de datos</b> En el estudio se utilizó la técnica de análisis estadístico no paramétrico debido a que las variables de de estudio fueron categóricas de tipo ordinal, empleando el estadístico Rho de Spearman en virtud a lograr la correlción entre las variables. Mediante el Microsoft Excel donde se diseño la base de datos de las variables de estudio</p>

<p>Dimensión Sentirse bien solo de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el contexto de emergencia sanitaria, 2020?</p>	<p>Sentirse bien solo de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.</p>	<p>estudiantes de una Universidad Privada de Ica, en el Contexto de Emergencia Sanitaria, 2020.</p>		<p>con sus respectivas dimensiones e indicadores, logrando calcular mediante funciones y formulas de los niveles. Asimismo para la prueba de hipótesis se utilizó la Rho de Spearman utilizando el Software estadístico IBM-SPSS V 24, en una versión de prueba.</p> <p><b>Técnicas de Interpretación de datos</b></p> <p>Se utilizó el Paquete Estadístico Microsoft Excel para clasificar a cada evaluado dándole un número respectivo de esta manera se creo a una base de datos con el fin de poder organizar los cuestionarios y dividirlos por Edades, Sexo, Carreras, Ciclo. Tambien se utilizo el manual de Resiliencia y de Estrés Académico para la interpretación de los resultados teniendo en cuenta los niveles que indica el manual, con sus respectivas puntuaciones y el análisis del investigador. Asimismo se utilizó los cuadros y gráficos para poder explicar de manera detallada los resultados obtenidos en la muestra utilizada.</p>
---	---	---	--	---

*Fuente: Elaboración propia utilizando tablas de Word.*