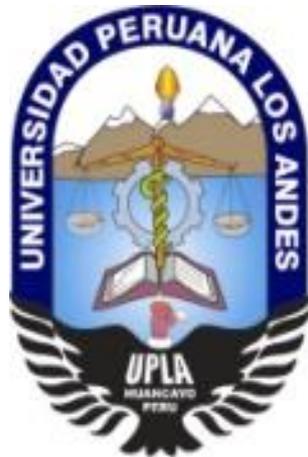


# UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

Facultad de Ciencias de la Salud

Escuela Profesional de Psicología



## TESIS

### **AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO- 2020.**

Para Optar : Título Profesional de Psicólogo  
Autor : Bach. Miluska La Torre Mendoza  
Asesoras : Dra. Giannina Copelo Cristóbal  
: Mg. Madeleine Paredes Gutarra  
Línea de Investigación : Salud y gestión en salud  
Fecha de Inicio y Termino : Octubre 2020 a Marzo del 2021

**Huancayo – Perú**

**2021**

## **DEDICATORIA**

En primer lugar, a diosito por siempre acompañarme y guiarme, a mis padres por su apoyo total, a mi amado hijo por ser el motivo de lucha y las ganas de salir adelante, a mi novio por su amor y apoyo incondicional para poder lograr esta meta trazada.

La Autora

### **AGRADECIMIENTO**

A mis padres por el apoyo incondicional por su amor a mi hijo por la fortaleza que me dio, a la Upla por haberme formado profesionalmente.

A mis asesoras Dra. Giannina Copelo Cristóbal y Mg. Madeleine Paredes Gutarra, quienes me guiaron durante todo este proceso, con mucha paciencia y empeño.

Miluska

## INTRODUCCIÓN

En la actualidad, la averiguación sobre el estrés ha llevado a la conceptualización de diversos tipos de magnitudes de la personalidad, dichos se denominan estilos y tácticas.

El procedimiento de afrontamiento, es la tendencia de un sujeto, a afrontar diferentes situaciones, este decidió usar ciertas tácticas para enfrentar las situaciones anteriores y su seguridad en la época y situación. Sin embargo, las tácticas de afrontamiento son los procesos específicos usados en cada procedimiento y tiene la posibilidad de variar mucho, según las condiciones en las que se generan.

Según Castro (portal RPP, 30 de enero 2009), muestra que el 58% de los de Perú muestran estrés debido a que, permanecen presionados por inconvenientes económicos., de acuerdo con la última encuesta desarrollada, por el Instituto de Incorporación, de cada 10 habitantes del Perú 6 mencionaron haberse sentido bastante estresados el pasado año, el grado de estrés de las féminas (63%) es preeminente al de los hombres (52%). En dosis moderadas, el estrés estimula y motiva a los individuos, empero si permanecen nerviosos o persistentes, amenazará su salud psicológica y física.

Con respecto al objetivo general de esta indagación fue comparar el nivel de afrontamiento al estrés en alumnos del III y VIII ciclos de la escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo- 2020.

Por otro parte, se usó el método científico, como método general, el tipo de investigación fue básico, mientras que el nivel de investigación fue descriptivo y el diseño comparativo transversal no experimental, mientras que la muestra conto con 130 estudiantes de psicología pertenecientes al III y VIII ciclo.

Por tanto, el primer capítulo se centra en describir la realidad del problema a escala global, dando prioridad a nivel nacional y local describiendo la ubicación del proyecto de investigación, las razones y el establecimiento del objetivo general y metas específicas.

El segundo capítulo incluye el marco teórico, partiendo de los precedentes a nivel internacional, nacional y local el fundamento teórico que sienta las bases del tema a tratar, así como el concepto y las definiciones operativas.

En cuanto al tercer capítulo, se formularon las hipótesis generales y específicas, de la misma forma, se reconoce a la variable y sus dimensiones determinándose la operacionalización de esta.

El cuarto capítulo tiene la metodología, procedimiento de averiguación, tipo de averiguación, nivel de averiguación, diseño de averiguación, identifica la población con base a criterios de integración y exclusión y explica las muestras, las técnicas y aparatos de recolección de datos y las consideraciones éticas.

En cuanto al quinto capítulo, está comprendido por: discusión de los resultados, así como conclusiones, recomendaciones y referencias bibliográficas.

**CONTENIDO**

<b>Caratula</b>	<b>i</b>
<b>DEDICATORIA</b>	<b>ii</b>
<b>AGRADECIMIENTO</b>	<b>iii</b>
<b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>iv</b>
<b>CONTENIDO</b>	<b>vi</b>
<b>CONTENIDO DE TABLAS</b>	<b>x</b>
<b>CONTENIDO DE FIGURAS</b>	<b>xii</b>
<b>RESUMEN</b>	<b>xiii</b>
<b>ABSTRACT</b>	<b>xiv</b>
<b>CAPITULO I</b>	<b>15</b>
<b>PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b>	<b>15</b>
<b>1.1. Descripción de la realidad problemática</b>	<b>15</b>
<b>1.2. Delimitación del problema</b>	<b>18</b>
<b>1.2.1. Delimitación temporal</b>	<b>18</b>
<b>1.2.2. Delimitación espacial</b>	<b>18</b>
<b>1.2.3. Delimitación teórica</b>	<b>18</b>
<b>1.3. Formulación del problema</b>	<b>19</b>
<b>1.3.1. Problema General</b>	<b>19</b>
<b>1.3.2. Problemas Específicos</b>	<b>19</b>
<b>1.4. Justificación</b>	<b>20</b>

<b>1.4.1. Social</b>	20
<b>1.4.2. Teórica</b>	20
<b>1.4.3. Metodológica</b>	20
<b>1.5. Objetivos</b>	21
<b>1.5.1. Objetivo General</b>	21
<b>1.5.2. Objetivos Específicos</b>	21
<b>CAPÍTULO II</b>	<b>23</b>
<b>MARCO TEÓRICO</b>	<b>23</b>
<b>2.1. Antecedentes</b>	23
<b>Antecedentes Internacionales</b>	23
<b>Antecedentes Nacionales</b>	25
<b>Antecedentes Locales</b>	31
<b>2.2. Bases Teóricas o científicas</b>	31
<b>2.3. Marco Conceptual</b>	36
<b>Afrontamiento al estrés</b>	36
<b>CAPITULO III</b>	<b>39</b>
<b>HIPÓTESIS</b>	<b>39</b>
<b>3.1. Hipótesis General</b>	39
<b>3.2. Hipótesis Específicas</b>	39
<b>3.3. Variable</b>	40
<b>Afrontamiento al estrés</b>	40
<b>Definición conceptual</b>	40

<b>CAPITULO IV</b>	<b>42</b>
<b>METODOLOGIA</b>	<b>42</b>
<b>4.1. Método de investigación</b>	42
<b>4.2. Tipo de investigación</b>	43
<b>4.3. Nivel de investigación</b>	43
<b>4.4. Diseño de investigación</b>	43
<b>4.5. Población y Muestra</b>	44
<b>4.5.1. Población</b>	44
<b>4.5.2. Muestra</b>	44
<b>4.5.3. Tipo de muestreo</b>	44
<b>4.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos</b>	45
<b>Técnicas</b>	45
<b>4.6.1. Instrumentos</b>	46
<b>4.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos</b>	48
<b>4.8. Aspectos éticos de la investigación</b>	48
<b>CAPITULO V</b>	<b>50</b>
<b>RESULTADOS</b>	<b>50</b>
<b>5.1. Descripción de resultados</b>	50
<b>5.2. Contraste Estadístico de Hipótesis</b>	65
<b>5.3. Contraste Estadístico de la Primera Hipótesis Específica</b>	67
<b>5.4. Contraste Estadístico de la Segunda Hipótesis Específica</b>	70
<b>5.5. Contraste Estadístico de la Tercera Hipótesis Específica</b>	72

<b>5.6. Contraste Estadístico de la Cuarta Hipótesis Específica</b>	74
<b>5.7. Contraste Estadístico de la Quinta Hipótesis Específica</b>	77
<b>5.8. Contraste Estadístico de la Sexta Hipótesis Específica</b>	79
<b>5.9. Contraste Estadístico de la Séptima Hipótesis Específica</b>	81
<b>ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS</b>	84
<b>CONCLUSIONES</b>	89
<b>RECOMENDACIONES</b>	91
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	92
<b>ANEXOS</b>	<b>95</b>
<b>Anexo N° 01</b>	¡Error! Marcador no definido.
<b>Matriz de consistencia</b>	¡Error! Marcador no definido.
<b>Anexo N.º 02</b>	<b>97</b>
<b>Matriz de Operacionalización de variables</b>	¡Error! Marcador no definido.
<b>Anexo N° 03</b>	<b>102</b>
<b>Matriz de Operacionalización de Instrumentos</b>	¡Error! Marcador no definido.
<b>Anexo N.º 04</b>	<b>108</b>
<b>Confiabilidad y validez del instrumento</b>	<b>108</b>
<b>PRUEBA PILOTO</b>	<b>114</b>
<b>Anexo N.º 05</b>	<b>115</b>
<b>Evaluación de confiabilidad</b>	<b>115</b>
<b>Anexo N.º 06</b>	<b>117</b>
<b>Declaración de confidencialidad</b>	<b>117</b>

## CONTENIDO DE TABLAS

<i>Tabla 1 Nivel de estrés según género y edad en jóvenes</i>	<b>¡Error!</b>
<b>Marcador no definido.</b>	
<i>Tabla 2 Sexo, edad y ciclo</i>	52
<i>Tabla 3 Nivel del afrontamiento al estrés por ciclo de estudios</i>	52
<i>Tabla 4 Respuestas a los ítems de la búsqueda de apoyo social</i>	53
<i>Tabla 5 Nivel de la búsqueda de apoyo social por ciclo de estudios</i>	54
<i>Tabla 6 Respuestas a los ítems de la expresión emocional abierta</i>	55
<i>Tabla 7 Nivel de la expresión emocional abierta por ciclo de estudios</i>	55
<i>Tabla 8 Respuestas a los ítems de la religión</i>	56
<i>Tabla 9 Nivel de la religión por ciclo de estudios</i>	56
<i>Tabla 10 Respuestas a los ítems de la focalización en la solución de problemas</i>	
57	
<i>Tabla 11 Nivel de la focalización en la solución de problemas por ciclo de estudios</i>	
	<b>¡Error! Marcador</b>
<b>no definido.8</b>	
<i>Tabla 12 Respuestas a los ítems de la evitación</i>	599
<i>Tabla 13 Nivel de la evitación por ciclo de estudios</i>	599
<i>Tabla 14 Respuestas a los ítems de la autofocalización negativa</i>	60
<i>Tabla 15 Nivel de la autofocalización negativa por ciclo de estudios</i>	60
<i>Tabla 16 Respuestas a los ítems de la reevaluación positiva</i>	61
<i>Tabla 17 Nivel de la reevaluación positiva por ciclo de estudios</i>	61
<i>Tabla 18 Prueba chi-cuadrado de la homogeneidad del nivel de afrontamiento al estrés por ciclo de estudios</i>	64

**Tabla 19** Prueba chi-cuadrado de la homogeneidad del nivel de la dimensión búsqueda de apoyo social del afrontamiento al estrés por ciclo de estudios  
67

**Tabla 20** Prueba chi-cuadrado de la homogeneidad del nivel de la dimensión expresión emocional abierta del afrontamiento al estrés por ciclo de estudios  
69

**Tabla 21** Prueba chi-cuadrado de la homogeneidad del nivel de la dimensión religión del afrontamiento al estrés por ciclo de estudios 72

**Tabla 22** Prueba chi-cuadrado de la homogeneidad del nivel de la dimensión focalización en la solución de problemas del afrontamiento al estrés por ciclo de estudios 74

**Tabla 23** Prueba chi-cuadrado de la homogeneidad del nivel de la dimensión evitación del afrontamiento al estrés por ciclo de estudios 77

**Tabla 24** Prueba chi-cuadrado de la homogeneidad del nivel de la dimensión autofocalización negativa del afrontamiento al estrés por ciclo de estudios  
79

**Tabla 25** Prueba chi-cuadrado de la homogeneidad del nivel de la dimensión reevaluación positiva del afrontamiento al estrés por ciclo de estudios  
82

**CONTENIDO DE FIGURAS**

<b>Figura 1</b> Nivel del afrontamiento al estrés	53
<b>Figura 2</b> Nivel de la búsqueda de apoyo social por ciclo de estudios	54
<b>Figura 3</b> Nivel de la expresión emocional abierta por ciclo de estudio	56
<b>Figura 4</b> Nivel de la religión por ciclo de estudios	57
<b>Figura 5</b> Nivel de la focalización en la solución de problemas por ciclo de estudios	58
<b>Figura 6</b> Nivel de la evitación por ciclo de estudios	60
<b>Figura 7</b> Nivel de la autofocalización negativa por ciclo de estudios	60
<b>Figura 8</b> Nivel de la reevaluación positiva por ciclo de estudios	62

## RESUMEN

El siguiente trabajo de investigación presento, el problema general ¿Cuál es la diferencia entre el nivel de afrontamiento al estrés en los alumnos del III y VIII ciclo de psicología de una Universidad Privada de Huancayo-2020?, teniendo el, objetivo general, comparar el nivel de afrontamiento al estrés en alumnos del III y VIII ciclo de psicología de una Universidad Privada de Huancayo- 2020. La investigación, se dio de nivel descriptivo, con un plan descriptivo-comparativo, siendo básico el nivel, estableciendo así el nivel de afrontamiento de la variable descrita, el estudio se realizó con 130 estudiantes universitarios de la escuela profesional de psicología de la Universidad Peruana los Andes del distrito de Huancayo, se utilizó el cuestionario de estrategias de afrontamiento al estrés (CAE), esta a su vez, paso el proceso de validación y confiabilidad, los resultados evidenciaron que presentan desigualdades significativas en el nivel de afrontamiento al estrés entre, los alumnos del III como del VIII ciclo, debido a que el nivel de afrontamiento al estrés de los estudiantes fue predominantemente el nivel medio (87,7%), con niveles alto y bajo inferiores a 10%, los estudiantes del VIII ciclo poseen mayor afrontamiento al estrés que los estudiantes del III ciclo, se concluye, que los estudiantes del VIII ciclo presentan, un nivel más alto de afrontamiento al estrés, que los estudiantes del III ciclo. Como recomendación a causa de los resultados se sugiere, brindar talleres, para distinguir la variable afrontamiento al estrés, en los estudiantes de pregrado, con sumo cuidado y con personal capacitado para ello.

**Palabras clave:** Afrontamiento, estrés, estudiantes, universidad.

## ABSTRACT

The following research work I present, the general problem: What is the difference between the level of coping with stress in the students of the III and VIII cycle of psychology of a Private University of Huancayo-2020?, Having the general objective, to compare the level of coping with stress in students of the III and VIII cycle of psychology of a Private University of Huancayo- 2020. The research was at a descriptive level, with a descriptive-comparative plan, the level being basic, thus establishing the level of coping of the described variable, the study was carried out with 130 university students from the professional school of psychology of the Universidad Peruana los Andes in the district of Huancayo, the questionnaire on stress coping strategies (CAE) was used, this in turn, step the validation and reliability process, the results showed that they present significant inequalities in the level of coping with stress among the students From the III to the VIII cycle, because the level of coping with stress of the students was predominantly the medium level (87.7%), with high and low levels lower than 10%, the students of the VIII cycle have greater coping to the stress that the students of the III cycle, it is concluded that the students of the VIII cycle present a higher level of coping with stress than the students of the III cycle. As a recommendation due to the results, it is suggested to offer workshops to distinguish the variable coping with stress in undergraduate students, with great care and with trained personnel.

Keywords: Coping, stress, students, university.

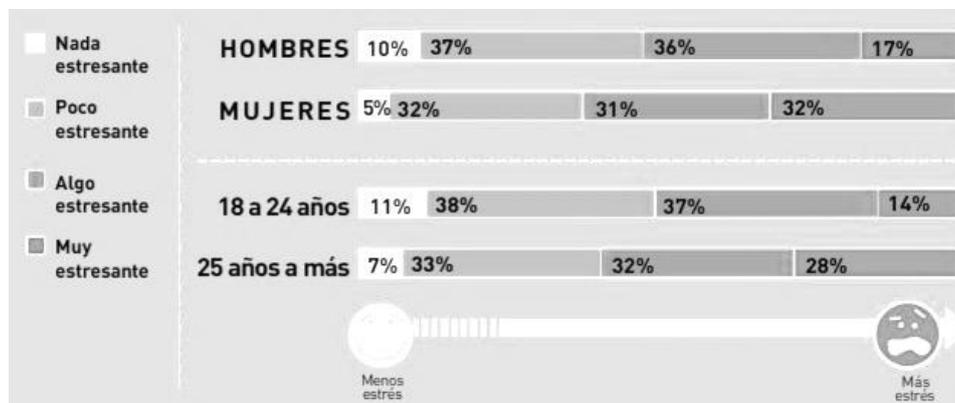
## **CAPITULO I**

### **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

#### **1.1. Descripción de la realidad problemática**

De acuerdo con Javier Saavedra Castillo, psiquiatra del Instituto especialista en salud Psicológica Honorio Delgado - Hideyo Noguchi del ministerio de salud MINSA (2004), muestra que, el estrés no es una patología, sin embargo, puede tornarse en un trastorno de la mente una vez que el individuo estresado muestra principios de depresión y de ansiedad.

Según la OMS (2009), Es uno de los principales problemas de salud (el estrés), en América Latina, los porcentajes de estrés crecen cada vez más, cada año, siendo Argentina uno de los países más afectados, a diferencia de Perú. El 28% de la población mundial, sufre de estrés o han padecido de estrés por diferentes razones, cifras que ahora por la realidad, que vivimos se han ido incrementando.



*Figura N° 01: Nivel de estrés según género y edad en jóvenes.*

*Fuente: Instituto de Integración 2015.*

La vida universitaria, es el lapso que la gente, hace frente a grandes necesidades, externas e internas, condiciones relativas a el desarrollo profesional y personal, en especial el funcionamiento de los papeles sociales futuros, que le van a permitir conservar su historia (Amaris, Valle y Zambrano, 2013).

El universitario está en una fase fundamental de su historia, explora algunas maneras y forma su propia identidad desde los resultados de estas exploraciones. En esta situación, el estrés es causado por la resistencia al estrés físico, de la mente o emocional causado por el ámbito, situación o presión y necesidades individuales, comparado con los hechos vividos por la persona, el estrés es impredecible e incontenible (Cruz, 2011).

Según Moos y Billings (1982), evaluaron cómo afrontar el estrés, categorizando las dimensiones generales de la respuesta (evaluación de la atención de respuesta, preguntas de atención de respuesta, emociones de atención de respuesta).

Lazarus y Folkman (1986), discutieron 2 maneras de valoración psicológica en su teoría: Valoración primaria: en un jefe de contestación, en la cual la persona

evalúa el entorno con base a 4 posibilidades: a) valoración de la amenaza; se una vez que la persona anticipa un factible peligro, b) valoración de reto; se muestra frente a una valoración de amenaza en la existe una probabilidad de ganancia; c) evaluación de pérdida, una vez que cualquier perjuicio o mal como una patología incapacitante, un deterioro o haber perdido a una persona amada; y d) valoración de beneficio, esta no produce actitudes de estrés.

Valoración secundaria: se indaga implantar las ocupaciones a llevar a cabo para combatir el estresor y la percepción de las capacidades de afrontamiento.

Para Challa (2018); estudio la relación entre el pensamiento constructivo y el afrontamiento del estrés, en el cual el autor estableció una fuerte relación entre las dos variables de investigación, siendo la respuesta conductual la más relevante para la respuesta al problema.

Para Lazarus y Folkman (1986), quienes propusieron 13 dimensiones, divididas en dos categorías clásicas de Lazarus: estrategias para expresar problemas a través de la respuesta activa, planeación, revocación de acciones eficaces, respuesta tardía y averiguación de soporte social. Por causas pertrechos, las tácticas emocionales se dividen por los siguientes aspectos: buscar apoyo social por razones emocionales, reinterpretar y crecer activamente, aceptar, rechazar y volver a la creencia, los creadores antes mencionados hallaron que las 3 escalas de afrontamiento no se encuadran en los 2 primeros rangos, sino que los agregan al 3er rango denominado las otros grados, esta última se refiere a la cantidad que generalmente se considera insuficiente para controlar el estrés, concentrar y liberar emociones.

Los estudiantes se enfrentan a situaciones severas, que les permiten consolidar sus propios métodos de afrontar el estrés, ya sean exitosos o no, razón por la cual el comportamiento seguro y el bienestar subjetivo son importantes.

Las habilidades intermitentes, pueden manejar las relaciones interpersonales de manera apropiada, mientras que la felicidad puede proporcionar suficiente calma y optimismo para desarrollar estrategias para lidiar con los problemas diarios Cruz y Chávez (2014).

## **1.2. Delimitación del problema**

### **1.2.1. Delimitación temporal**

En cuanto a la duración de la investigación, este fue de seis meses, comenzando en octubre de 2020 y terminando en marzo de 2021.

### **1.2.2. Delimitación espacial**

El estudio fue realizado con los alumnos de psicología de III y VIII ciclo de la Universidad Peruana Los Andes; ubicado en el distrito de Huancayo, Provincia de Huancayo, departamento de Junín.

### **1.2.3. Delimitación teórica**

Para la siguiente investigación uso como base a la Teoría Transaccional de Lazarus y Folkman (1987), postulan que el estrés es desarrollado ya que la persona distingue de modo subjetivo una inestabilidad en medio de las solicitudes, que se realiza y los medios que se calcula para disponer estas solicitudes, los que denota una solicitud intransigente para el individuo podrá ser la misma para otro o no, puesto que, todos presentamos fragilidades diferentes ante el estrés. Así mismo, puede que el individuo sea más o menos vulnerable al estrés en diferentes momentos en su vida o frente a diversas situaciones. En el progreso, el suceso del contexto se ve modificado por el trabajo que desarrolla.

### **1.3. Formulación del problema**

#### **1.3.1. Problema General**

- ¿Cuál es la diferencia entre el nivel de afrontamiento al estrés en los alumnos del III y VIII ciclo de psicología de una Universidad Privada de Huancayo-2020?

#### **1.3.2. Problemas Específicos**

- ¿Cuál es la diferencia entre el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión búsqueda de apoyo social en alumnos del III y VIII ciclo de psicología de una Universidad Privada de Huancayo- 2020?
- ¿Cuál es la diferencia entre el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión expresión emocional abierta en alumnos del III y VIII ciclo de psicología de una Universidad Privada de Huancayo- 2020?
- ¿Cuál es la diferencia entre el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión religión en alumnos del III y VIII ciclo de psicología de una Universidad Privada de Huancayo- 2020?
- ¿Cuál es la diferencia entre el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión focalización en la solución de problemas en alumnos del III y VIII ciclo de psicología de una Universidad Privada de Huancayo- 2020?
- ¿Cuál es la diferencia entre el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión evitación en alumnos del III y VIII ciclo de psicología de una Universidad Privada de Huancayo- 2020?
- ¿Cuál es la diferencia entre el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión auto focalización negativa en alumnos del III y VIII ciclo de psicología de una Universidad Privada de Huancayo- 2020?

- ¿Cuál es la diferencia entre el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión re evaluación positiva en alumnos del III y VIII ciclo de psicología de una universidad privada de Huancayo- 2020?

## **1.4. Justificación**

### **1.4.1. Social**

El rendimiento logrado del estudio, benefician a la carrera profesional de psicología de la Universidad Peruana Los Andes, ya que con ello tendrán información, sobre el nivel de afrontamiento al estrés en los alumnos de los ciclos III y VIII y con estos resultados, poder generar estrategias y talleres, para lo cual podrán tener una vida universitaria más llevadera con un buen nivel de afrontamiento al estrés.

### **1.4.2. Teórica**

El afrontamiento al estrés es todo aquello que las personas realizan para solucionar una situación estresante independientemente si funciona o no. Con esta investigación se pretende reunir versiones en investigaciones que se realizaron durante los últimos años sobre el afrontamiento al estrés. Tales como teorías además que el presente trabajo de investigación servirá como un referente para futuras investigaciones.

### **1.4.3. Metodológica**

El siguiente trabajo de investigación científica fue sometida a un proceso de validez y confiabilidad para el instrumento Cuestionario de estrategias al afrontamiento del estrés CAE el cual después de ser adaptado será de utilidad para uso a investigaciones futuras.

## **1.5. Objetivos**

### **1.5.1. Objetivo General**

- Comparar el nivel de afrontamiento al estrés en alumnos del III y VIII ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Huancayo- 2020.

### **1.5.2. Objetivos Específicos**

- Comparar el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión búsqueda de apoyo social en alumnos del III y VIII ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Huancayo- 2020.
- Comparar el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión expresión emocional abierta en alumnos del III y VIII ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Huancayo- 2020.
- Comparar el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión religión en alumnos del III y VIII ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Huancayo- 2020.
- Comparar el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión focalización en la solución de problemas en alumnos del III y VIII ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Huancayo- 2020.
- Comparar el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión evitación en alumnos del III y VIII ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Huancayo- 2020.
- Comparar el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión auto focalización negativa en alumnos del III y VIII ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Huancayo- 2020.

- Comparar el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión re evaluación positiva en alumnos del III y VIII ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Huancayo- 2020.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1. Antecedentes

##### **Antecedentes Internacionales**

Canales, Pardo & Solís (2021), en su investigación titulada *“Afrontamiento al estrés en enfermeras que trabajan en el servicio público de salud, en contexto covid -19”* realizado en Chile, los autores plantearon, como objetivo: Conozca las estrategias de afrontamiento que las enfermeras trabajan en el departamento de emergencias del hospital para manejar el estrés causado por la afección del coronavirus. Se realizó análisis, diseño no experimental 15, y se utilizaron medidas estándar de manejo de estrés y una escala de estrés conocida (EEP-10). El análisis estadístico reconoce que las estrategias más comunes que utilizan los pacientes son la resolución de problemas, la espera, la evitación emocional, las actitudes positivas y el autocontrol. Esto muestra la diligencia de los expertos. A pesar de estar en un entorno potencialmente mortal mientras se opera en un entorno Covid-19.

Gonzales & Torres, (2017), en su estudio "*Estrategias de afrontamiento del estrés de tres grupos de estudiantes de universidades chilenas: deportistas seleccionados, deportistas amateurs y estudiantes inactivos*" los autores refieren que el afrontamiento del estrés entre los estudiantes universitarios de las universidades chilenas depende de diferentes niveles de demanda relacionados con el grado de participación en actividades deportivas para lograr el objetivo propuesto se adoptó la Lista de Estrategias de Afrontamiento (CSI), con una muestra de 60 estudiantes, teniendo como resultados, la variable de reconstrucción cognitiva (REC) se refiere a la modulación de la representación que las personas construyen y el uso del estresor, lo que marcará una diferencia significativa entre los grupos de análisis.

Ospina. (2015), en su tesis titulada "*Síntomas, Niveles de Estrés y Estrategias de Afrontamiento en una muestra de Estudiantes Masculinos y Femeninos de una Institución de Educación Superior Militar*" , se llevó a cabo en Colombia, el creador, realizo un estudio ,comparativo, tuvo como muestra a 261 alumnos en general, 43 damas y 218 varones, entre 18 y 24 años, siendo valorados con el "Cuestionario para la evaluación del estrés, en cuanto a la Bateria de Instrumentos de evaluación de peligro psicosocial y la Escala de estilos y tácticas de afrontamiento. El examinador aseguro que los indicios fisiológicos fueron los que obtuvieron mayor puntaje, referente a las estrategias de afrontamiento, la magnitud auto focalización negativa obtuvo un puntaje elevado, a grado comparativo concluyo, que las damas presentaban grados e indicios de estrés más elevados a diferencia de los varones, concluyendo que los puntajes de los estilos de afrontamiento eran significativos para los dos sexos.

### **Antecedentes Nacionales**

Asto (2019), en su investigación "*Afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la universidad Norbert Wiener, Lima. 2019*". Realizado en Perú, la autora planteó como objetivo general determinar el nivel de afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener, la investigación es de enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo, el diseño metodológico es descriptivo y transversal. La población está conformada por 133 internos de enfermería de la UPNW y la muestra es de 101, el instrumento que se usó consta de 42 cuestiones que permanecen diseñadas para ver 7 tácticas de afrontamiento. El grado de afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la UPNW, referente a la magnitud problema el 67.3% muestran un afrontamiento regular, el 17.8% inadecuado y el 14.9% conveniente; en la magnitud reevaluación positiva el 72.3% tienen un afrontamiento regular; en la dimensión búsqueda de apoyo social el 56.4% muestra un afrontamiento regular, el 25.7% inadecuado; en la dimensión expresión emocional abierta muestra en un 70.3% presentan afrontamiento regular, en un 14.9% están adecuados e inadecuados, en la magnitud auto focalización negativa muestra el 54.4% tienen afrontamiento regular, el 30.7% inadecuado en la magnitud religión presenta en un 56.4% afrontamiento regular, 24.8% inadecuado; y finalmente la magnitud evitación muestra que el 54.5% presentan un afrontamiento regular, el 23.8% inadecuado y solo el 21.8% poseen afrontamiento correcto. Conclusiones: El grado de afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener se evidencio que muestran un afrontamiento regular.

Encimas (2019), en su investigación "*Afrontamiento del estrés, revisión teórica*" realizado en Chiclayo la autora planteó como objetivo general brindar una

revisión teórica de los estilos de afrontamiento del estrés y otras variables relacionadas, de manera que el afrontamiento del estrés sea un intento de reducir o eliminar los estresores. Durante los años ha surgido un grupo de actuaciones de perturbaciones, herramientas para valorar y evaluar las habilidades de afrontamiento (COPE) y al final, han surgido varias tácticas de afrontamiento positivas, tácticas cognitivas y de afrontamiento, emoción y satisfacción con la vida muestran una interacción positiva.

Crisologo & Idrogo (2019), en su investigación *“Estrategias de afrontamiento al estrés utilizadas en estudiantes de un instituto de educación superior de la ciudad de Cajamarca”* los autores propusieron la finalidad general decidir las magnitudes de las tácticas de afrontamiento más usadas por los alumnos de un Instituto de enseñanza preminente de la localidad de Cajamarca; asimismo, se identificó los niveles de las magnitudes de las tácticas de afrontamiento según sexo, edad y al final se identificó las magnitudes de las sub dimensiones: afrontamiento activo, planeación, renuncia y negación, el análisis ha sido de tipo básico y cuantitativo, de diseño descriptivo, no experimental y de corte transversal con una muestra compuesta por 307 alumnos de enseñanza superior. Los primordiales presentan que el 60% de los valorados usan las tácticas de afrontamiento centradas en el problema y el 40% las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción; con respecto al sexo se indica que el 40% del sexo masculino utilizan las estrategias de afrontamiento centradas en el problema y el 38% del género femenino usan las tácticas de afrontamiento centradas en la emoción. Finalmente, se indica que, con respecto a la edad se indica que el grupo de edad de 22 años a más utiliza en un 48% las estrategias de afrontamiento

centradas en el problema y en un 40% las tácticas de afrontamiento centradas en el sentimiento.

Chávez & Amado (2017), en su trabajo titulado *“Estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios trabajadores y no trabajadores de la universidad católica de Santa María”* realizado en Lima, las autoras plantearon como, objetivo general Aprenda estrategias para resolver problemas empleados por 361 estudiantes trabajadores y desempleados matriculados en el tercer año de la Universidad Católica de Santa María. Esta encuesta se realizó para recopilar datos de muestras de muestra, así como una encuesta COPE. La mayoría de los estudiantes que trabajan emplean estrategias de resolución de problemas. Nuestro plan lo demostró. Todos los equipos universitarios utilizan una variedad de técnicas de afrontamiento sin utilizar la evasión como estrategia de manejo del estrés, y las alumnas utilizan estrategias de manejo del estrés relacionadas con el estrés.

Delgado & Ulloa (2017), en su investigación titulada *“Afrontamiento del estrés generado durante el internado hospitalario en estudiantes de enfermería de la universidad Señor de Sipán 2016”* las autoras plantearon como fin general caracterizar y entender el afrontamiento al estrés llevado a cabo a lo largo realizado del internado hospitalario, el abordaje metodológico usado en la averiguación La muestra estuvo conformada por una muestra de personal de enfermería, 14 estudiantes, y el método utilizado fue una discusión estructurada y análisis de datos por Isaura Porto, que resultó en tres grupos. Y la innovación tiene un subgrupo: Conocimiento-resiliencia como motivación para mejorar los procesos de

aprendizaje y el estrés como motivación para la mejora. La segunda categoría es: trabajar con el estrés a través de la comunicación. Obtenga el estatus de grupo pequeño: comunicarse con otros prisioneros como apoyo, profesionales de la salud como apoyo, antecedentes familiares como apoyo. Y finalmente, como tercer grupo, utilizamos técnicas de relajación para lidiar con el estrés. Encontrado como un área pequeña: la respiración profunda como una estrategia de manejo del estrés como una herramienta para lidiar con el estrés.

Kaccallaca (2017) en su tesis titulada “*Afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la universidad nacional del altiplano Puno, 2016*” la creadora propuso como objetivo general Universidad Nacional del Altiplano Puno 2016 identifica pasos para superar el estrés de enfermería. Este estudio es similar a un discurso o un conainterrogatorio, pero con un diseño simple. La población de la muestra fue de 28, ya que se utilizaron cuestionarios para ver cómo se abordaron los hechos relacionados con los juicios de Lazarus y Folkman, y los resultados se respondieron según criterios predeterminados. Para el autocuidado se evaluaron 20 ítems del 100% encuestados del Hospital General Honorio Delgado Espinosa y Goyeneche Arequipa, y se evaluó el 78,6% de los resultados más importantes recibidos varias veces. El 71,4% busca una solución del pasado por el problema que intenta entender. Ocasionalmente, el 57,1% dijo que el tiempo cambiaría significativamente, por lo que tuvieron que esperar, y el 46,4% intentaba disfrutar, comer, beber, fumar o tomar medicamentos. Sobre la base de las trampas grupales, se evaluaron 10 factores y, en algunos casos, de manera regular, el 75% habló de ocultar algunos de los malos sentimientos que

sentían y expresó enojo con la persona responsable del problema., El 60,7% fueron arrojados por otros. Con respecto a la consistencia del grupo, se estimaron 10 factores, el 96,4% informó que no había apoyo para el trabajo de estrés y el 89,3% dijo que no había un programa antiestrés proporcionado por la organización. En el grupo de frecuencias, el 46,4% dijo estar satisfecho con el servicio. Por lo tanto, se decidió que las carreras más utilizadas eran las titulaciones individuales.

Matamoros & Paquiyauri (2016), realizaron la tesis “*Nivel de estrés y mecanismo de afrontamiento de los Estudiantes de la Facultad de Enfermería UNH - Huancavelica*” las autoras plantearon como objetivo general Determinar la interacción entre los niveles de estrés y las estrategias de tratamiento, el nivel de estudios adaptativos y una muestra de 91 estudiantes. Puntos finales de conclusión: 49,5% es presión moderada, 29,7% es presión leve, 20,9% es presión moderada. En cuanto al proceso de tratamiento, el 44,0% utilizó el autocontrol para el pensamiento positivo. El 36,3% empleó tratamientos a través de apoyo social y el 19,8% empleó tratamientos a través de la justicia y la gestión de recursos. Los niveles de estrés están asociados con el uso de métodos de manejo del estrés, y los estudiantes con estrés moderado a severo utilizan un sistema de manejo del estrés (45%), lo que indica que los niveles de estrés usan métodos de manejo del estrés. Los jóvenes de 25 años que mostraron manejo de recursos (67%) y estrés severo utilizaron terapias alternativas en busca de apoyo social

(36%) y concluyeron que existía un vínculo entre los niveles de estrés y las estrategias de resolución de problemas.

Soto & Menacho (2016), en su investigación *“Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico en practicantes del centro materno infantil Tahuantinsuyo Bajo, Lima – 2016”* las autoras plantearon como objetivo general Establecer el nivel de estrategia para poder contar con las necesidades mentales y conductuales para afrontar el estrés de los estudios presentados por los expertos en el Centro de Formación Materno infantil de Lima-2016. En el censo, la población consistió en 47 profesionales de la salud, incluidos farmacéuticos, enfermeras, dentistas, farmacéuticos y obstetras, la muestra no fue un censo de población y la pregunta CRIA: Respuestas al habla de adultos. 40,4% de las madres completaron - en el pediatra principal bajo Tantan Tayo mostró un alto nivel de manejo del estrés.

De La Rosa, Chang & Delgado et al (2015), realizaron la tesis *“Niveles de estrés y formas de afrontamiento en estudiantes de Medicina en comparación con estudiantes de otras escuelas 2015”*, los autores plantearon como objetivo general evaluar los niveles de estrés y las opciones de tratamiento para médicos, estudiantes y psicólogos en universidades privadas de Lima. Materiales y métodos: Se utilizó un estudio transversal de estudiantes de tercera universidad, el sistema SISCO de preguntas del test de estrés y ansiedad académicos (CAE). Resultados: Edad media  $19,5 \pm 2,5$ , 33,9% estudió medicación y 92,4% del total presentó ansiedad o depresión, insatisfacción y ansiedad. Los estudiantes de medicina tienen un mayor nivel de ansiedad (media = 46,7) ( $p < 0,05$ ) que los psicólogos (media = 39,1) y los estudiantes de derecho

(mediana = 40,2). La forma más eficaz de lidiar con esto es concentrarse en la resolución de problemas, las revisiones positivas y la búsqueda de apoyo social. La forma menos común de lidiar con él es mediante creencias religiosas.

### **Antecedentes Locales**

Matalinares, Diaz & Arenas (2016), en su investigación “*Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima y Huancayo*” los autores plantearon como objetivo general Establecer un vínculo entre las estrategias de afrontamiento y la calidad de vida. Un total de 934 estudiantes de Lima y Huancayo entre las edades de 16 y 25 años fueron evaluados y utilizados en características peruanas de ambiente adaptable a presión (COPE) y escala de felicidad natural (SPWB). Las interacciones entre los problemas sociales y las estrategias de manejo de la empatía, mientras que otras estrategias de afrontamiento son importantes, pero están directamente relacionadas.

## **2.2. Bases Teóricas o científicas**

### **Afrontamiento al estrés**

#### **Estrés**

Según Lumsden (1985), siendo quien uso el termino estrés por primera ocasión y, por consiguiente, tiene relación con los predicamentos o problemas que una persona puede descubrir en su ámbito social. (Estrés y emoción, página 43).

A partir del punto de vista conceptual se relaciona el termino de estrés al grado de tipo de vida de los individuos los refieren los autores Gaviara, Vinaccia, Riveros, & Quiceño (2007). Por ello Sandín & Chorot (2003) proyectaron enfoques opuestos, cada uno planteo que el término a partir de diversas perspectivas.

Renovación como motivador: describe el estrés como una adaptación a los problemas ambientales que afectan directamente al individuo y se basa, por ejemplo, en las experiencias adquiridas en la gestión diaria y todo lo necesario para su implementación. Mantener relaciones y relaciones con otras personas.

Respuesta al estrés: se dice que el estrés es causado por el comportamiento que una persona crea frente al estrés, tan pronto como experimenta una situación que representa un riesgo emocional y / o físico, como la depresión. O una amenaza para toda su vida.

La estimulación como transacción: depende de los grupos colaborativos que se forman entre personas y eventos, de tal forma que el estrés se pueda cambiar. Por ejemplo, las interacciones entre personas indican un conflicto con otras personas, y al buscar estas soluciones, queda claro que las personas pueden controlar el estrés y cambiar los eventos en los niveles de estrés. Dos o más proyectos que requieren un beneficio mutuo suelen ser diferentes entre sí, y en el proceso se ponen sobre la mesa ideas importantes y, como cualquier proyecto, se llega a un acuerdo satisfactorio sobre los dos proyectos. Se puede hacer.

En esta indagación se tomó como base teórica a la teoría transaccional del afrontamiento al estrés planteada por Lazarus y Folkman, por lo que se revisaran varias teorías de afrontamiento a estrés para lograr conocer otros aspectos.

### **Afrontamiento al estrés**

Teoría Transaccional de afrontamiento del estrés según Lazarus & Folkman (1986), refieren: afrontamiento del estrés como todo lo que el individuo desarrolla para solucionar una situación estresante libremente de si funcionara o no.

Los autores lo determinan en 3 elementos que ofrecen un valor:

- a) Observación: son las observaciones y percepciones que la persona contempla o la ejecuta.
- b) Ámbito específico: es la estimación de los resultados obtenidos por el sujeto o de su gestionar en su ámbito.
- c) Proceso de pensamiento: Es una alteración de la manera de idear y su forma de comportamiento; siendo así, el afrontamiento se fundamenta en que, toda la persona cuenta con mecanismos o estrategias de defensa, esto a medida interactúa con su entorno.

Este proceso se entrelaza, como resultado de interacciones entre sujeto y su entorno. Las formas de lidiar con la angustia causada por Lazarus, implican por tres pasos.

- Primera fase: A lo largo de la antelación, lo denominan como la fase en que los hechos no se realizaron aun, estudiando la posibilidad que ocurra o no, la época y gracias a que se derivó el caso, asimismo, involucra el análisis que ejecuta el individuo de si va poder o no manipular el entorno, además hasta qué punto lo desarrollará y de qué forma. Los entornos de peligro están afectando en la conducta frente el estrés y la forma de cómo enfrentarlo.

- Segunda fase: Se presenta en el momento del efecto, consecuencias y actividades con respecto al estrés, desperdiciando todo clase de costo una vez que este entorno se dio comienzo o si ya culminó, ya que el individuo valora el avance y prueba si ha sido parecido o malo a eso que se pensaba al igual que en cómo se otorgó. Hay instantes en que el individuo demora en ser consciente lo cual pasa, ya que su capacidad de la mente permanece destinada al comportamiento frente al acontecimiento estresante.
- Tercera fase: Pasa a lo largo del post impacto, estando el último de la lucha en oposición al estrés, donde el individuo enfrenta una situación estresante que contiene el estadio psicológico.

Según Lazarus & Lurnier (1978), citado por Frydenberg & Lewis (2000), refieren que: El estrés es una parte normal de la existencia del cual promueve la ambivalencia en el individuo que experimenta sobre la evaluación de su entorno y su enfrentamiento.

Para Lazarus y Folkman (1984), citado por Smith, E. Nolen-Hoeksema, S. & Fredrickson, B. (2003), el estilo de afrontamiento centrado en el problema, buscar soluciones, tomando las desventajas y ventajas, ultimadamente, eligen una opción y proponen el hecho. La opción elegida podrá tener una perspectiva autodirigido con la capacidad de cambiar el interior de la persona en lugar de cambiar el marco.

De otro lado, el objetivo podría cambiarse, es decir podría informar sobre la subvención o preguntar sobre las capacidades incluidas en el uso de una nueva metodología como auto dominio, en la sensación de Lazarus (1984), mencionado por Smith, E. Nolen-Hoeksema, S. & Fredrickson, B. (2003), afirman que: El afrontamiento centrado en la sensación se usa para percatarse sobre las sensaciones negativas que incomodan al individuo y no permiten que la acción resuelva el o

cuando el escenario no es manejable, a la gente preferida esta peculiaridad tiende a afrontar sus sensaciones negativas es decir, ciertos autores han dividido estas técnicas entre métodos conductuales y destrezas cognitivas.

Según Carver (1989), dicho por Janscht (2012), dispone formas de manejo de afrontamiento del estrés como contestación a situaciones de estrés, siendo cada individuo distinto, en ciertos gracias a las situaciones vividas o re valorarse con respecto de sus incentivos y/o habilidades, influir en la habitación, más del término “coping”, haciendo frente para enfrentar al estrés y controlarlo, para hacer así que la reacción sea directa borrando lo que produce y el indirecto mitigando cuando se manifiesta se reduce el riesgo.

Carver (1989), realiza una tercera magnitud denominado otros métodos de combate a situaciones estresantes o estilo centrado en la evasión, presentando como 3 estilos el creador fabrica una herramienta para contar el estilo de adaptación predominante del individuo a partir de trece estrategias.

Carver (1989), citado por Janscht (2012), Dice: El estilo impulsado por la sensación se enfoca en examinar las sensaciones mostradas como resultado a las situaciones estresantes, es un proceso cognitivo en que el individuo está motivada para manejar sus emociones y para dejar el episodio del contexto, este estilo se realiza con cinco estrategias de afrontamiento:

- Buscar apoyo emocional, implica encontrar un contexto honesto, utilizando la empatía y la comprensión de las emociones negativas para el individuo.
- Reinterpretación positiva de la experiencia, se estima el problema, el aspecto positivo de la experiencia y se define su enseñanza.

- Aceptación, este método conduce al primero y segundo, ya que que en la primera parte el individuo acepta la situación que ha ocurrido y el segundo es cuando es el consciente de que la situación es real y se debe a la convivencia frente a este escenario.
- El retorno a la religión, involucra la parte que tiene como objetivo reducir la rigidez provocada por la presencia de un escenario estresante.
- Análisis de las emociones, la persona define claramente el generador de estrés y del mismo modo sus posibles reacciones en el individuo.

Estilo de afrontamiento centrados en otros modos adicionales: Hay tres estrategias para afrontar el estrés, teniendo en cuenta que solo determinadas personas lo utilizan. (Carver, 1989).

- Negación, que se presenta en el individuo cuando niega o ante la situación estresante que no existe o no ocurre, también tiende a tener un episodio como si no sucediera.
- Conductas inapropiadas, son conductas que desarrolla pero que no colabora en el proceso resolución de problemas, aumentando así su nivel de ansiedad.
- La distracción, es la habilidad donde el ser humano se enfoca en escenarios no relacionados, con el problema para dejar de lado la situación que ha sido y así reducir los niveles estrés.

### **2.3. Marco Conceptual**

#### **Afrontamiento al estrés**

Lazarus y Folkman (1986) determinan la contestación son cognitivos y conductuales es consistente en evolución cuando se realizan en respuesta a

necesidades externas y / o internas, que se evalúan como excesivo o desperdicios de medios personales.

### **Dimensiones:**

#### **Búsqueda de apoyo social**

Se refiere al apoyo brindado por amistades, familia y otras personas, evocándose en la tendencia a obtener apoyo emocional e información para lidiar con situaciones problemáticas. Arnoso y Pérez (2013).

#### **Expresión emocional abierta**

Indica la tendencia a expresar dificultades ante a dificultades, para expresar emociones y resolver problemas. Jiménez y Fernández, (2005).

#### **Religión**

Las estrategias cognitivo conductuales expresadas a través de la oración, son para tolerar o resolver problemas o emociones generadas por problemas. Lázaro y Folkman (1986).

#### **Focalización en la solución de problemas**

Intente esperar a que esta situación resuelva su estrategia cognitivo conductual. Lazarus y Folkman (1986).

#### **Evitación**

Estrategias de comportamiento que pueden tomar pasos para tolerar problemas o eliminar emociones. Martínez (2008).

#### **Auto localización negativa**

Es la expresión impulsiva de ira hacia uno mismo, donde las cosas pueden reducir el impulso emocional de las personas en un momento dado. Martínez (2008).

**Re evaluación positiva**

Buque estrategias cognitivas para tolerar la presión y adaptarse a la situación. Beck, (1976).

## **CAPITULO III**

### **HIPÓTESIS**

#### **3.1. Hipótesis General**

Existe diferencias significativas entre el nivel de afrontamiento al estrés en alumnos del III y VIII ciclo de psicología de una Universidad Privada de Huancayo - 2020

#### **3.2. Hipótesis Específicas**

- Existe diferencias significativas entre el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión búsqueda de apoyo social en alumnos del III y VIII ciclo de psicología de una Universidad Privada de Huancayo – 2020.
- Existe diferencias significativas entre el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión expresión emocional abierta en alumnos del III y VIII ciclo de psicología de una Universidad Privada de Huancayo - 2020
- Existe diferencias significativas entre el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión religión en alumnos del III y VIII ciclo de psicología de una Universidad Privada de Huancayo - 2020

- Existe diferencias significativas entre el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión focalización en la solución de problemas en alumnos del III y VIII ciclo de psicología de una Universidad Privada de Huancayo - 2020
- Existe diferencias significativas entre el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión evitación en alumnos del III y VIII ciclo de psicología de una Universidad Privada de Huancayo - 2020
- Existe diferencias significativas entre el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión auto focalización negativa en alumnos del III y VIII ciclo de psicología de una Universidad Privada de Huancayo – 2020.
- Existe diferencias significativas entre el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión re evaluación positiva en alumnos del III y VIII ciclo de psicología de una Universidad Privada de Huancayo – 2020.

### **3.3. Variable**

#### **Afrontamiento al estrés**

##### **Definición conceptual**

Lazarus (1919) Se refiere: afrontar el estrés es aquel proceso en el cual las personas tendrán voluntad para con sus conocimientos y su conducta para afrontar a situaciones consideradas altas en estrés, se tomarán medidas.

##### **Definición operacional**

El instrumento que se utilizó para medir, afrontamiento al estrés es, el cuestionario de afrontamiento de estrés CAE (Sadin & Chorot, 2002).

El cuestionario se puede aplicar individualmente o colectivamente a personas de entre 15 y 54 años, la prueba dura unos 30 a 40 minutos.

El cuestionario consta de ítems contruidos según la escala tipo Likert con cinco opciones: casi siempre; a menudo; a veces; rara vez nunca, y presenta siete

dimensiones; búsqueda de apoyo social, expresión emocional abierta, expresión emocional abierta, creencia religiosa, enfoque en la resolución de problemas, evitación.

## **CAPITULO IV**

### **METODOLOGIA**

#### **4.1. Método de investigación**

En esta averiguación se usó un procedimiento científico como procedimiento general, citado por Hernández, Fernández y Baptista (2014), el método científico, siendo el proceso estructurado y sistemático de investigación cuantitativa que utiliza el acopio de datos, su medición y el estudio estadístico permitirá obtener puntos.

En cuanto al método específico, se utilizó el método descriptivo, el cual se define realizando una de las características y de las propiedades de la comunidad, un grupo de personas del proceso, así como buscando describir tendencias de fenómenos y situaciones (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).

#### 4.2. Tipo de investigación

Esta indagación no fue experimental, debido a que las variables no fueron manipuladas limitándose a la observación para su respectivo análisis (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).

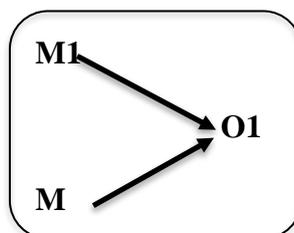
#### 4.3. Nivel de investigación

El nivel fue descriptivo el cual se define por la búsqueda de detallar “propiedades, características y rasgos” de alguna situación o contexto que se esté investigando para describir su tendencia Hernández, Fernández & Baptista, (2014).

#### 4.4. Diseño de investigación

El diseño de investigación fue descriptivo comparativo ya que se recogió información y datos de la variable afrontamiento al estrés entre los alumnos de los ciclos III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología. Vara, (2015) nos dice que el objetivo de este diseño era comparar el nivel de una variable observada en dos o más poblaciones de estudio.

##### Esquema de la investigación



Leyenda:

M1 = Alumnos del III ciclo.

M2 = Alumnos del VIII ciclo.

O1 = Afrontamiento al estrés.

## **4.5. Población y Muestra**

### **4.5.1. Población**

Hernández, Fernández y Baptista (2006, p.239) señalaron que la población es la integridad del fenómeno a aprender, donde las unidades tienen propiedades en común, las cuales se estudian y proporcionan a los datos de la averiguación.

En la presente averiguación la población fue de 1.200 alumnos de psicología de los 2 sexos pertenecientes a la Universidad Peruana Los Andes, entre las edades de 18 a 30 años, residentes en la ciudad de Huancayo.

### **4.5.2. Muestra**

la siguiente indagación tuvo como muestra a 130 alumnos del III y VIII ciclo de psicología de la Universidad Peruana los Andes de Huancayo- 2020.

Hernández, Fernández, & Baptista, (2014), “Es un subconjunto de individuos extraídos de la población que se utilizará para la recopilación de datos.” (p. 175).

### **4.5.3. Tipo de muestreo**

En esta investigación se usó el tipo de muestreo no probabilístico intencional, porque la elección de muestras no depende de la probabilidad, sino de los criterios relacionados con el contexto de probabilidad para ganar interés en establecer y recolectar datos muestrales. Hernández, Fernández y Baptista (2014, p.189).

#### **Criterios de Inclusión**

- Alumnos que pertenezcan a la escuela profesional de psicología de la Universidad Peruana Los Andes.

- Alumnos de psicología del III ciclo de la Universidad Peruana Los Andes.
- Alumnos de psicología del VIII ciclo de la Universidad Peruana Los Andes.
- Los Alumnos de psicología que autoricen su colaboración por medio del consentimiento informado.

#### **Criterios de Exclusión**

- Alumnos que no pertenezcan a la escuela profesional de psicología de la Universidad Peruana Los Andes.
- Alumnos de psicología que no pertenezcan a III ciclo de la Universidad Peruana Los Andes.
- Alumnos de psicología que no pertenezcan a VIII ciclo de la Universidad Peruana Los Andes.
- Alumnos que no firmen el consentimiento informado

#### **4.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

##### **Técnicas**

Fue dispuesto un plan de trabajo para la recolección de datos que consistió, una solicitud dirigida a la directora de la escuela Profesional de Psicología, para esto se estableció contacto con los tutores de aula de tercer y octavo ciclo de psicología con el fin de coordinar sobre el total de estudiantes, los horarios de clases. La técnica aplicada fue la observación indirecta. Se les explico sobre el

Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE) y su finalidad de aplicación, luego de unas semanas se ingresó a las aulas virtuales de clases para luego enviarles el link de la prueba. Por último, se les dio el agradecimiento por la colaboración brindada.

#### **4.6.1. Instrumentos**

Según Hernández, Fernández, & Baptista, (2014), "Se refiere a una herramienta de medición" que se utiliza para recolectar datos de la variable a estudiar.

Para reunir la información se hizo uso del Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE) de Sandin, B. y Chorot, P.

### **CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS**

#### **FICHA TÉCNICA**

Nombre del instrumento: Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE)

Autor: Sadin & Chorot, (2002)

Origen: Estados Unidos

Adaptada al Perú: Casuso, L. (1996) Pontificia Universidad Católica del Perú.

Aplicación: Individual

Total, de Ítem: 52 ítems

Dirigido: personas de entre 16 años a más

Escala: Likert

Dimensiones: 7 dimensiones

- ✓ Búsqueda de apoyo social
- ✓ Expresión emocional abierta
- ✓ Religión

- ✓ Focalización en la solución de problemas
- ✓ Evitación
- ✓ Auto focalización negativa
- ✓ Reevaluación positiva

**Descripción:**

Sandin, B. y Chorot, P. Cuestionario de respuesta al estrés; adaptado en Trujillo por Calderón & Quijano (2014), este cuestionario puede ejercer personal de forma individual o colectivamente a personas de 15 a 54 años, y el tiempo del cuestionario es de 30 a 40 minutos, el cuestionario de respuesta al estrés consta de ítems fabricados a partir de la escala tipo Likert.

**Validez y confiabilidad**

La validez se realizó mediante la prueba de criterio de jueces por 5 psicólogos expertos en el tema con una orientación a la psicología educativa, clínica y social, Se les solicito su valoración del Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE) de, el cual categorizado por tres formatos (adecuado, mediamente adecuado e inadecuado) los jueces fueron:

- Mg. Miriam Jacqueline Doza Damián
- Mg. Nelly Angela Diaz Correa
- Mg. Daisy Gelene Vidalón Salazar
- Dra. Denci Casqui Molina
- Mg. Javier Santiago Rojas Carbajal

**Estadísticas de fiabilidad del Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento al Estrés (CAE)**

Alfa de Cronbach	N° de elementos
0.923	42

*Figura: procesamiento de datos*

*Fuente. Elaboración propia*

En cuanto a la confiabilidad se tomó como muestra a 30 estudiantes para la realización de prueba piloto. Se empleó el Alfa de Cronbach utilizando el programa SPSS versión 2. Los resultados arrojan que el alfa de Cronbach es 0,923 el cual demuestra que la confiabilidad adecuada para su aplicabilidad.

**Resumen de procesamiento de casos**

		N	%
Casos	Válido	30	100,0
	Excluido <sup>a</sup>	0	,0
	Total	30	100,0

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

El siguiente cuestionario utiliza al software SPSS, Excel y Microsoft Word, también utilizó la función X2 de Pearson como estadístico de prueba, recolecta datos a través de la distribución chi-cuadrado de Pearson, los organiza y finalmente reduce sus valores descriptivos para obtener frecuencias y columnas en las tablas.

#### **4.8. Aspectos éticos de la investigación**

Se consideraron los aspectos éticos de la investigación definidos en los artículos 27 y 28 del Reglamento General de Investigaciones de la Universidad Peruana Los Andes.

Se respetaron los derechos morales de los estudiantes evaluados, así como la privacidad y confidencialidad de la investigación relacionada con los participantes.

Se proporcionó información sobre el propósito del proyecto de investigación y elaboró un formulario de consentimiento informado, firmado por los participantes que participaron en la investigación. A fin de proteger la dignidad personal, identidad, libertad y la diversidad de los participantes, los datos obtenidos fueron procesados de forma anónima, durante el proceso de investigación, no se produjo ningún daño físico o psicológico a los estudiantes. Así mismo, se respetaron las definiciones, conceptos, herramientas y teorías de los autores citados, evitando todo tipos de plagio, manteniendo la originalidad de las fuentes de referencia.

## CAPITULO V

### RESULTADOS

#### 5.1.Descripción de resultados

**Tabla 1.**

*Sexo, edad y ciclo (n = 130)*

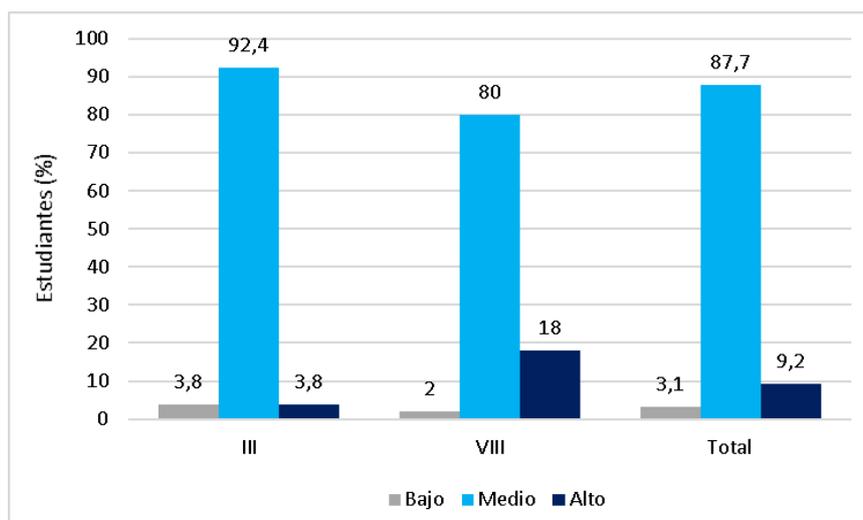
Variable	Categorías	Estudiantes	%
Ciclo de estudios	III	80	61,5
	VIII	50	38,5
Sexo	Femenino	73	56,2
	Masculino	57	43,8
Edad (años)	Menos de 20 años	51	39,2
	De 20 a 22 años	44	33,8
	Más de 22 años	35	26,9

*Fuente. Elaboración propia.*

**Descripción:** De la tabla 1, se puede apreciar a la mayor parte de los alumnos de Psicología cursaban el III ciclo con un porcentaje de (61,5%) y fueron mujeres (56,2%); el 39,2% con respecto a las edades eran de menos de 20 años, el 33,8% de 20 a 22 años y el 26,9% más de 22 años.

**Tabla 2.***Nivel del afrontamiento al estrés por ciclo de estudios.*

Nivel	III Ciclo (n = 80)		VIII Ciclo (n = 50)		Total (n = 130)	
	Estudiantes	%	Estudiantes	%	Estudiantes	%
Bajo	3	3,8	1	2	4	3,1
Medio	74	92,4	40	80	114	87,7
Alto	3	3,8	9	18	12	9,2

*Fuente. Elaboración propia***Figura 2.***Nivel del afrontamiento al estrés**Fuente. Elaboración propia*

**Descripción:** La tabla 2, figura 2, se puede apreciar que el nivel de afrontamiento al estrés de los alumnos fue predominantemente medio (87,7%), con niveles alto y bajo inferiores a 10%. Por ciclo, los alumnos del VIII ciclo poseen

**Tabla 3.***Nivel de la búsqueda de apoyo social.*

Ítems	Respuestas (%)				
	<del>Nc</del>	<del>Px</del>	<del>Ax</del>	Cs	<del>Sp</del>
1. Le conté a familiares o amigos cómo me sentía [6]	10,0	30,0	31,5	18,5	10,0
2. Pedí consejo a algún pariente o amigo para afrontar mejor el problema [13]	9,2	25,4	29,2	28,5	7,7
3. Pedí a parientes o amigos que me ayudaran a pensar acerca del problema [20]	16,2	20,8	37,7	16,2	9,2
4. Hablé con amigo o familiares para que me tranquilizaran cuando me encontraba mal [27]	10,8	24,6	29,2	27,7	7,7
5. Pedí a algún amigo o familiar que me indicaran cuál sería el mejor camino a seguir [34]	12,3	25,4	28,5	26,9	6,9
6. Procuré que algún familiar o amigo me escuchase cuando necesité manifestar mis sentimientos [41]	8,5	22,3	34,6	26,2	8,4

*Respuestas a los ítems de la búsqueda de apoyo social (n = 130)*

~~Nc~~: Nunca, ~~Px~~: Pocas veces, ~~Ax~~: A veces, Cs: Casi siempre, ~~Sp~~: Siempre

mayor afrontamiento al estrés que los estudiantes del III ciclo, pues el 18% de los primeros y el 3,8% de los segundos presentan afrontamiento al estrés alto.

La respuesta predominante de los ítems de la búsqueda de apoyo social es “a veces”, entre 28,5% [ítem 34] y 37,7% [ítem 20]. La percepción “baja” recae en los

ítems 6 y 34, la percepción “neutral” en los ítems 20 y 41, y la percepción “alta” en los ítems 13 y 27.

**Tabla 4.**

*Nivel de la búsqueda de apoyo social por ciclo de estudios.*

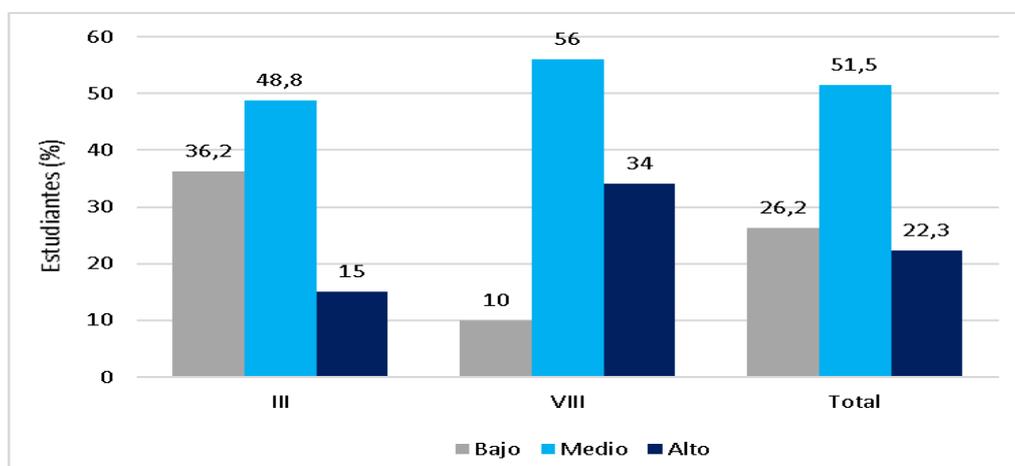
Nivel	III Ciclo (n = 80)		VIII Ciclo (n = 50)		Total (n = 130)	
	Estudiantes	%	Estudiantes	%	Estudiantes	%
Bajo	29	36,2	5	10	34	26,2
Medio	39	48,8	28	56	67	51,5
Alto	12	15,0	17	34	29	22,3

*Fuente elaboración propia*

**Descripción:** La tabla 4, figura 2, se puede apreciar a la dimensión búsqueda de apoyo social en la muestra total en estudiantes fue media con el 51,5% de las opiniones, seguida de la búsqueda baja (26,2%) y la búsqueda alta (22,3%). Por ciclo de estudios, se apreció que los estudiantes del VIII ciclo buscan apoyo social en mayor proporción que los estudiantes del III ciclo, pues el 34% de los primeros frente al 15% de los segundos tienen nivel alto de búsqueda de apoyo social.

**Figura 3.**

*Nivel de búsqueda de apoyo social por ciclo de estudios*



*Fuente elaboración propia*

**Tabla 5.***Nivel de la expresión emocional abierta.*

Ítems	Respuestas (%)				
	Nc	Px	Ax	Cs	Sp
7. Descargué mi mal humor con los demás [4]	6,2	39,2	36,2	13,8	4,6
8. Insulté a ciertas personas [11]	19,2	30,8	36,2	13,1	0,8
9. Me comporté de forma hostil con los demás [18]	8,5	27,7	43,8	16,2	3,8
10. Agredí a algunas personas [25]	40,0	25,4	24,6	9,2	0,8
11. Me irrité con alguna gente [32]	3,8	33,1	35,4	23,8	3,8
12. Luché y me desahogué expresando mis sentimientos [39]	5,4	23,1	31,5	26,9	13,1

*Respuestas a los ítems de la expresión emocional abierta (n = 130)**Nc: Nunca, Px: Pocas veces, Ax: A veces, Cs: Casi siempre, Sp: Siempre*

Los ítems 11, 18, 32 y 39 tienen como respuesta más frecuente a “a veces”, entre 31,5% [ítem 39] y 43,8% [ítem 18]; el ítem 4 a “pocas veces” (38,5%) y el ítem 25 a “nunca” (40%). La percepción “baja” se presenta en los ítems 4, 11, 25 y

**Tabla 6.***Nivel de la expresión emocional abierta por ciclo de estudios.*

Nivel	III Ciclo (n = 80)		VIII Ciclo (n = 50)		Total (n = 130)	
	Estudiantes	%	Estudiantes	%	Estudiantes	%
Baja	1	1,2	5	10	6	4,6
Media	50	62,5	34	68	84	64,6
Alta	29	36,3	11	22	40	30,8

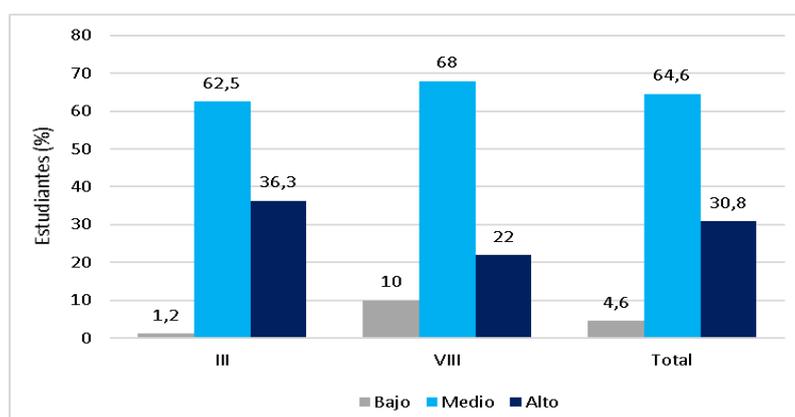
*Fuente. Elaboración propia*

32, la percepción “media” en el ítem 18, y la percepción “alta” en el ítem 39 (tabla 5).

**Descripción:** se puede apreciar que la expresión emocional abierta de la muestra total de estudiantes fue media (64,6%), seguida de la expresión alta (30,8%) y baja (4,6%). Por ciclo, los estudiantes del III ciclo poseen mayor expresión emocional abierta que los estudiantes del VIII ciclo, ya que el 36,3% de los primeros y el 22% de los segundos tienen expresión emocional abierta alta.

**Figura 4**

*Nivel de la expresión emocional abierta por ciclo de estudios*



Fuente. Elaboración propia

**Tabla 7.**

*Nivel de religión*



**Respuestas a los ítems de la religión (n = 130)**

Ítems	Respuestas (%)				
	<del>Nc</del>	<del>Px</del>	<del>Ax</del>	Cs	<del>Sp</del>
13. Asistí a la Iglesia [7]	23,1	27,7	24,6	16,9	7,7
14. Pedí ayuda espiritual a algún religioso [sacerdote] [14]	40,0	26,9	16,2	13,8	3,1

15. Acudí a la Iglesia para rogar que se solucionase el problema [21]	31,5	23,1	29,2	11,5	4,6
16. Tuve fe en que Dios remediara la situación [28]	8,5	20,8	34,6	20,0	16,2
17. Recé [35]	16,2	25,4	28,5	17,7	12,3
18. Acudí a la Iglesia para poner velas o rezar [42]	39,2	20,0	26,9	9,2	4,6

*Nc: Nunca, Pv: Pocas veces, Av: A veces, Cs: Casi siempre, Sp: Siempre*

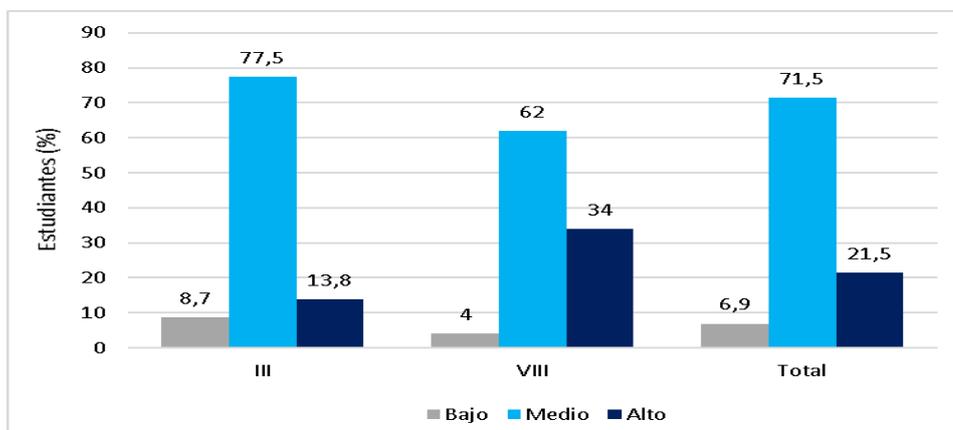
La respuesta más frecuente a los ítems 14, 21 y 42 es “nunca”, desde 31,5% [ítem 21] hasta 40% [ítem 14]; la respuesta “pocas veces” al ítem 7 (28,5%); la respuesta “a veces” a los ítems 28 (34,6%) y 35 (28,5%). La percepción “baja” la reciben los ítems 7, 14, 21, 35 y 42; la percepción “alta”, el ítem 28 (tabla 8).

**Tabla 8.**

*Nivel de la religión por ciclo de estudios*

Nivel	III Ciclo (n = 80)		VIII Ciclo (n = 50)		Total (n = 130)	
	Estudiantes	%	Estudiantes	%	Estudiantes	%
Baja	45	56,2	16	32	61	46,9
Media	31	38,8	25	50	56	43,1
Alta	4	5,0	9	18	13	10,0

**Descripción:** En la tabla 8 figura 5, se puede apreciar que el nivel de religión de los estudiantes fue predominantemente bajo (46,9%), seguido de los niveles medio (43,1%) y alto (10%). Por ciclo, los estudiantes del VIII ciclo valoran más a la religión en mayor proporción que los estudiantes del III ciclo, ya que el 18% de los 1eros y el 5% de los 2dos presentan un nivel alto en la religión.

**Figura 5.***Nivel de religión por ciclo de estudios***Tabla 11.***Nivel de la focalización en la solución de problemas*

Ítem	Respuestas (%)				
	Nc	Pv	Ax	Cs	Sp
19. Traté de analizar las causas del problema para poder hacerle frente [1]	3,1	11,5	40,0	30,8	14,6
20. Traté de solucionar el problema siguiendo unos pasos bien pensados [8]	4,6	18,5	31,5	32,3	13,1
21. Establecí un plan de actuación y procuré llevarlo a cabo [15]	7,7	19,2	43,8	19,2	10,0
22. Hablé con las personas implicadas para encontrar una solución al problema [22]	5,4	16,2	46,9	25,4	6,2
23. Hice frente al problema poniendo en marcha varias soluciones concretas [29]	1,5	18,5	40,8	29,2	10,0
24. Me di cuenta de que por mí mismo no podía hacer nada para resolver el problema [30]	14,6	32,3	30,0	18,5	4,6

*Respuestas a los ítems de la focalización en la solución de problemas (n = 130)**Nc: Nunca, Pv: Pocas veces, Ax: A veces, Cs: Casi siempre, Sp: Siempre*

La respuesta a la mayoría de los ítems (4 de 6) de la focalización en la solución de problemas es “a veces”, desde 40% [ítem 1] hasta 46,9% [ítem 22]; la respuesta más frecuente al ítem 8 es “casi siempre” (32,3%) y al ítem 30, “pocas veces” (32,3%). La percepción “alta” alcanza los ítems 1 y 8, la percepción “media”, los ítems 15, 22 y 29; la “percepción baja”, el ítem 30.

**Tabla 12.**

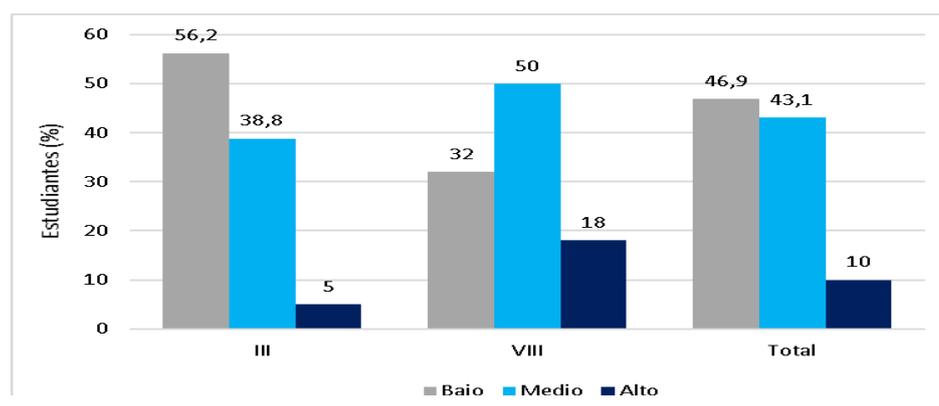
*Nivel de la focalización en la solución de problemas por ciclo de estudios*

Nivel	III Ciclo (n = 80)		VIII Ciclo (n = 50)		Total (n = 130)	
	Estudiantes	%	Estudiantes	%	Estudiantes	%
Baja	7	8,7	2	4	9	6,9
Media	62	77,5	31	62	93	71,5
Alta	11	13,8	17	34	28	21,5

*Fuente. Elaboración propia*

**Figura 6**

*Nivel de la focalización en la solución de problemas por ciclo de estudios*



*Fuente elaboración propia*

**Descripción:** La tabla 12, figura 6 se aprecia a, la focalización en la solución de problemas de los estudiantes fue predominantemente media (71,5%), continuada por la focalización alta (21,5%) y baja (6,9%). Por ciclo, los estudiantes del VIII ciclo poseen mayor focalización en la solución de problemas que los alumnos del

III ciclo, ya que el 34% de los 1eros y el 13,8% de los 2dos tienen focalización en la solución de problemas alta.

**Tabla 13.**

*Nivel de evitación*

Ítems	Respuestas (%)				
	<del>Nr</del>	<del>Pv</del>	<del>Ax</del>	Cs	<del>Sp</del>
25. Cuando me venía a la cabeza el problema, trataba de concentrarme en otras cosas [5]	2,3	24,6	36,9	25,4	10,8
26. Me enfoqué en el trabajo o en otra actividad para olvidarme del problema [12]	1,5	20,0	37,7	25,4	15,4
27. Salí al cine, a cenar, a dar una vuelta, etc. para olvidarme del problema [19]	6,2	21,5	32,3	26,2	13,8
28. Procuré no pensar en el problema [26]	5,4	22,3	40,8	25,4	6,2
29. Practiqué algún deporte para olvidarme del problema [33]	6,9	20,8	36,9	25,4	10,0
30. Intenté olvidarme de todo [40]	6,9	18,5	36,2	23,1	15,4

*Respuestas a los ítems de la evitación (n = 130)*

~~Nr~~: Nunca, ~~Pv~~: Pocas veces, ~~Ax~~: A veces, Cs: Casi siempre, ~~Sp~~: Siempre

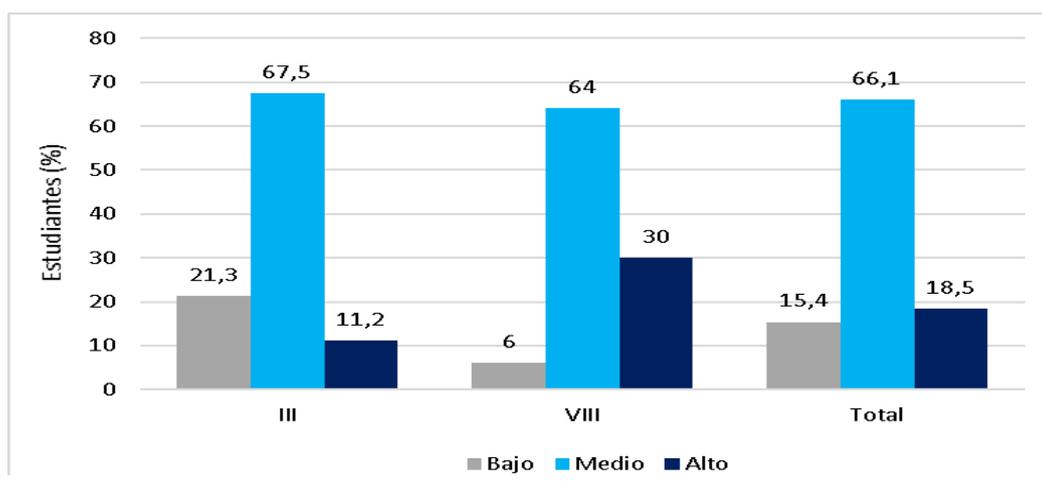
Nivel de evitación, Los ítems de la evitación reciben como respuesta más frecuente a “a veces”, entre 32,3% [ítem 19] y 40,8% [ítem 26]. La percepción “media” recae en los ítems 5, 26 y 33; la percepción “alta” en los ítems 12, 19 y 40.

**Tabla 14.***Nivel de la evitación por ciclo de estudios*

Nivel	III Ciclo (n = 80)		VIII Ciclo (n = 50)		Total (n = 130)	
	Estudiantes	%	Estudiantes	%	Estudiantes	%
Baja	17	21,3	3	6	20	15,4
Media	54	67,5	32	64	86	66,1
Alta	9	11,2	15	30	24	18,5

*Fuente. Elaboración propia*

**Descripción:** En la tabla 12, figura 7 se evidencia a la evitación de los alumnos es media (66,1%), seguida de la evitación alta (18,5%) y baja (15,4%). Por ciclo, los estudiantes del VIII ciclo poseen mayor evitación que los estudiantes del III ciclo, ya que el 30% de los 1eros y el 11,2% de los 2dos presentan evitación alta.

**Figura 7.***Nivel de la evitación por ciclo de estudios**Fuente. Elaboración propia*

**Tabla 13.***Nivel de auto focalización negativa*

Respuestas a los ítems de la autofocalización negativa (n = 130)

Ítems	Respuestas (%)				
	Nc	Pv	Av	Cs	Sp
31. Me convencí de que hiciese lo que hiciese las cosas siempre me saldrían mal [2]	20,0	39,2	26,9	10,8	3,1
32. No hice nada concreto puesto que las cosas suelen ser malas [9]	16,9	32,3	35,4	12,3	3,1
33. Comprendí que yo fui el principal causante del problema [16]	9,2	29,2	30,8	20,8	10,0
34. Me sentí indefenso/a e incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación [23]	11,5	30,8	40,0	13,8	3,8
35. Pensé detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme al problema [36]	1,5	17,7	38,5	28,5	13,8
36. Me resigné a aceptar las cosas como eran [37]	9,2	23,8	35,4	23,1	8,5

Nc: Nunca, Pv: Pocas veces, Av: A veces, Cs: Casi siempre, Sp: Siempre

La respuesta más recurrente a la mayoría de los ítems (5 de 6) de la autofocalización negativa es “a veces”, entre 30,8% [ítem 16] y 40% [ítem 23]; la

respuesta más frecuente al ítem 2 es “pocas veces” (39,2%). La percepción “baja” se presenta en los ítems 2, 9, 16 y 23; la percepción “media” en el ítem 37 y la

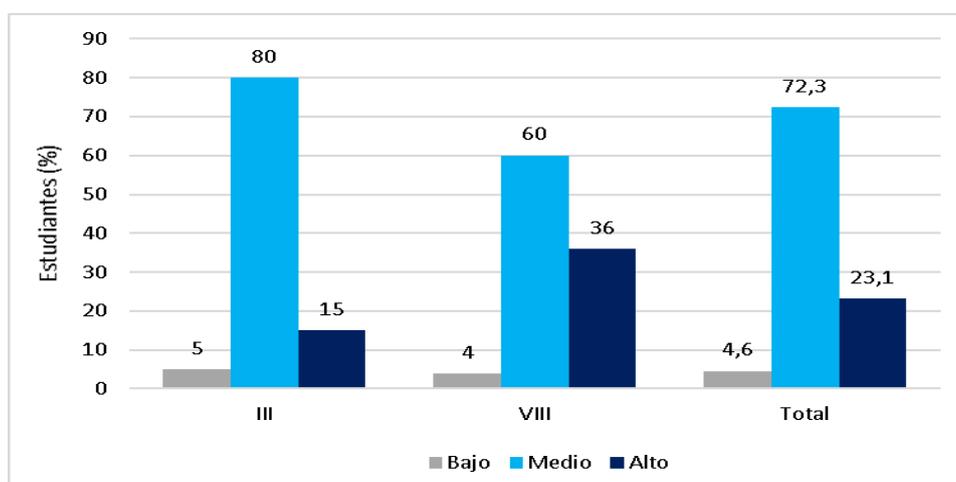
**Tabla 14.**

*Nivel de la autofocalización negativa por ciclo de estudios*

Nivel	III Ciclo (n = 80)		VIII Ciclo (n = 50)		Total (n = 130)	
	Estudiantes	%	Estudiantes	%	Estudiantes	%
Baja	4	5	2	4	6	4,6
Media	64	80	30	60	94	72,3
					30	23,1

*Fuente. Elaboración propia*

percepción “alta” en el ítem 36.



**Descripción:** En la tabla 14, figura 8, se evidencia a la autofocalización negativa de los alumnos fue fuertemente media (72,3%), seguida por la autofocalización alta (23,1%) y baja (4,6%). Por ciclo, los estudiantes del VIII ciclo poseen mayor autofocalización negativa que los estudiantes del III ciclo, ya que el

36% de los primeros y el 15% de los segundos presentan auto focalización negativa alta.

**Tabla 15.**

*Nivel de reevaluación positiva*

Ítems	Respuestas (%)				
	<del>Nc</del>	<del>Px</del>	<del>Ax</del>	Cs	<del>Sp</del>
37. Intenté centrarme en los aspectos positivos del problema [3]	2,3	13,1	36,9	41,5	6,2
38. Intenté sacar algo positivo del problema [10]	1,5	14,6	35,4	38,5	10,0
39. Descubrí que en la vida hay cosas buenas y gente que se preocupa por los demás [17]	2,3	16,9	33,8	34,6	12,3
40. Comprendí que otras cosas, diferentes del problema, eran para mi más importantes [24]	6,9	21,5	43,1	24,6	3,8
41. Experimenté personalmente eso de que “no hay mal que por bien no venga” [31]	2,3	18,5	39,2	30,8	9,2
42. Comprobé que, después de todo, las cosas podían haber ocurrido peor [38]	3,1	23,1	40,8	22,3	10,8

*Respuestas a los ítems de la reevaluación positiva (n = 130)*

~~Nc~~: Nunca, ~~Px~~: Pocas veces, ~~Ax~~: A veces, Cs: Casi siempre, ~~Sp~~: Siempre

La respuesta de mayor frecuencia a los ítems 24, 31 y 38 es “a veces”, desde 39,2% [ítem 31] y 43,1% [ítem 24]; la respuesta más frecuente a los ítems 3, 10 y 17 es “casi siempre”, entre 34,6% [ítem 17] y 41,5% [ítem 3]. La percepción “alta”

destaca en los ítems 3, 10, 17 y 31; la percepción “media” en los ítems 24 y 38 (tabla 15).

**Tabla 16.**

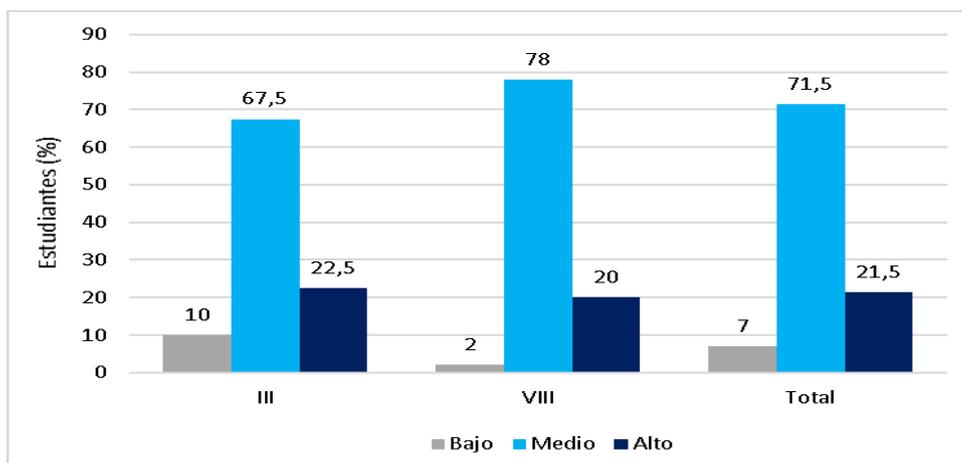
*Nivel de la reevaluación positiva por ciclo de estudios*

Nivel	III Ciclo (n = 80)		VIII Ciclo (n = 50)		Total (n = 130)	
	Estudiantes	%	Estudiantes	%	Estudiantes	%
Baja	8	10,0	1	2	9	7,0
Media	54	67,5	39	78	93	71,5
Alta	18	22,5	10	20	28	21,5

**Descripción:** La tabla 16, figura 9 se puede apreciar a la reevaluación positiva de los alumnos fue predominantemente media (71,5%), seguida de la reevaluación alta (21,5%) y baja (7%). No se aprecian diferencias significativas en el nivel de la reevaluación positiva por ciclo, pues las proporciones de los niveles de la reevaluación positiva de los estudiantes de ambos ciclos son idénticas.

**Figura 9.**

*Nivel de la reevaluación positiva por ciclo de estudios*



## 5.2. Contraste Estadístico de Hipótesis

### Contraste Estadístico de la Hipótesis General

#### Hipótesis de investigación:

Existen diferencias significativas en el nivel de afrontamiento al estrés en los alumnos del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

Esta prueba de proyección matemática se realiza utilizando la función chi cuadrado de Pearson y se correlaciona con un umbral matemático del 95%.

El sistema diferencial se actualizará mediante:

#### 1) Hipótesis estadísticas

H0: No existen diferencias en el nivel de afrontamiento al estrés en los alumnos del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

H1: Existen diferencias significativas en el nivel de afrontamiento al estrés en los alumnos del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

#### 2) Estadística de prueba

El estadístico de la prueba es la función  $\chi^2$  con distribución de chi cuadrada de Pearson, definido como:

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^F \sum_{j=1}^C \frac{(O_{ij} - E_{ij})^2}{E_{ij}}$$

Esta función se divide por  $GL = (F - 1) * (C - 1)$  grados de libertad. Donde F es el número de filas y C es el número de columnas en la tabla combinado con la fila F y la columna C. Combina rangos variables y niveles de tolerancia y tensión.

$O_{ij}$  y  $E_{ij}$  son las frecuencias observadas y esperadas que corresponden a las categorías i y j de las cambiantes filas y columnas, respectivamente.

### 3) Regla de decisión

Para cálculos estadísticos y estadísticos, la hipótesis  $H_0$  no se acepta si el cálculo de chi-cuadrado es mayor que el cálculo teórico. De lo contrario, se acepta  $H_0$ . Para el valor p, la predicción de  $H_0$  no se acepta si el valor p no alcanza el valor de 0.05. De lo contrario, se acepta  $H_0$ .

### 4) Valores calculados

El programa estadístico SPSS v\_26 reporta el valor calculado de la chi cuadrada de Pearson de 7,623 con un valor p [Significación asintótica (bilateral)] de 0,022 (tabla 17).

#### *Tabla 17.*

*Prueba chi-cuadrado de la homogeneidad del nivel de afrontamiento al estrés por ciclo de estudios*

Estadísticas	Valor		Grados de libertad	Significación asintótica (bilateral)
	Muestral	Teórico		
Chi-cuadrado de Pearson	7,623	5,991	2	0,022
Número de casos válidos	130			

### 5) Decisión estadística

Dado que el cálculo de la inflación chi-cuadrado (7,623) es mayor que la estimación teórica (5,991), no se acepta la hipótesis  $H_0$  y se acepta la alternativa  $H_1$ . Del mismo modo, el valor de  $p$  (0,022) no es inferior a 0,05 y la opción ya ha sido aprobada.

## 6) Conclusión

Se sabe que existe una diferencia significativa en los niveles de tolerancia y estrés entre los Estudiantes III y VIII de Psicología de la Universidad Independiente de Huancayo, quienes reciben un 95% de conocimiento en matemáticas y son aptos para estudiantes del Ciclo VIII (Tabla 14). Este resultado aceptó la idea general del estudio.

### 5.3. Contraste Estadístico de la Primera Hipótesis Específica

#### Hipótesis de investigación:

Existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión búsqueda de apoyo social del afrontamiento al estrés en estudiantes del III y VIII ciclo de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

Esta prueba de proyección matemática se realizó utilizando la función chi-cuadrado de Pearson para la precisión del modelo con una significancia estadística del 95%. Las diferencias son las siguientes:

#### 1) Hipótesis estadísticas

$H_0$ : No existen diferencias en el nivel de la dimensión búsqueda de apoyo social del afrontamiento al estrés en los alumnos del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

H1: Existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión búsqueda de apoyo social del afrontamiento al estrés en los estudiantes del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

## 2) Estadística de prueba

La estadística de prueba es la función  $\chi^2$  de Pearson, con distribución chi cuadrada de Pearson, definida como:

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^F \sum_{j=1}^C \frac{(O_{ij} - E_{ij})^2}{E_{ij}}$$

Esta función se divide con el grado de independencia de GL = (F - 1) \* (C - 1). Donde F es el número de filas y C es el número de columnas en las filas de la tabla de las filas F y la página C. Resume el cambio de tamaño y mide el tamaño de la búsqueda. Ayuda pública para afrontar el estrés.

O<sub>ij</sub> y E<sub>ij</sub> son las frecuencias observadas y esperadas correspondientes a las categorías i y j de las variables filas y columnas, respectivamente.

## 3) Regla de decisión

Desde un punto de vista estadístico y regulatorio, H<sub>0</sub> no será rechazado si el campo de juego excede el costo de la condición. De lo contrario, se aceptará H<sub>0</sub>. Dependiendo del valor p, H<sub>0</sub> no se rechazará si el valor p es menor que 0.05. De lo contrario, se aceptará H<sub>0</sub>.

#### 4) Valores calculados

El programa estadístico SPSS v\_26 reporta el valor calculado de la chi cuadrada de Pearson de 7,623 con un valor p [Significación asintótica (bilateral)] de 0,022 (tabla 17).

#### 5) Decisión estadística

El puntaje de deficiencia de Chi (13.4) es más alto que el estándar (5,991), por lo que no se acepta H0 virtual y se acepta la alternativa H1. Del mismo modo, el valor de p (0,001) fue inferior a 0,05, que se aplicó a la decisión anterior.

#### Tabla 18.

*Prueba chi-cuadrado de la homogeneidad del nivel de la dimensión búsqueda de apoyo social del afrontamiento al estrés por ciclo de estudios*

Estadísticas	Valor		Grados de libertad	Significación asintótica (bilateral)
	Muestral	Teórico		
Chi-cuadrado de Pearson	13,400	5,991	2	0,001
Número de casos válidos	130			

*Fuente. Elaboración propia*

#### 6) Conclusión

Aceptando el 95% de las estadísticas, se reconoce que existe una diferencia significativa en el nivel de apoyo social para afrontar el estrés de los estudiantes de la Ronda VIII en los Estudiantes III y VIII de Psicología de la Universidad Estatal de Wankayo. (Ver Tabla 2). Estos resultados aceptan los resultados de la primera serie de estudios.

#### 5.4. Contraste Estadístico de la Segunda Hipótesis Específica

##### Hipótesis de investigación:

Existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión expresión emocional abierta del afrontamiento al estrés en alumnos del III y VIII ciclo de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

La variación matemática de esta predicción se realizó utilizando el chi cuadrada de Pearson para obtener la precisión del producto con una precisión estadística del 95%. Posteriormente se utilizará un método diferente.

##### 1) Hipótesis estadísticas

H<sub>0</sub>: No existen diferencias en el nivel de la dimensión expresión emocional abierta del afrontamiento al estrés en los alumnos del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

H<sub>1</sub>: Existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión expresión emocional abierta del afrontamiento al estrés en los estudiantes del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

##### 2) Estadística de prueba

La estadística de prueba es la función  $\chi^2$  de Pearson, con distribución chi cuadrada de Pearson, definida como:

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^F \sum_{j=1}^C \frac{(O_{ij} - E_{ij})^2}{E_{ij}}$$

Esta función se divide por GL = (F - 1) \* (C - 1) grados de libertad. Donde F es el número de filas y C es el número de columnas en la

tabla de conflicto de filas F y C. Los círculos y el cambio climático deben encapsular el área de apertura para lidiar con el estrés.

$O_{ij}$  y  $E_{ij}$  son las frecuencias observadas y esperadas correspondientes a las categorías  $i$  y  $j$  de las variables filas y columnas, respectivamente.

### 3) Regla de decisión

Para cálculos estadísticos y teóricos, la hipótesis  $H_0$  no se rechaza si el valor de la segunda ecuación es mayor que el segundo estadístico. De lo contrario, se recibirá  $H_0$ . Para los valores  $p$ ,  $H_0$  no se rechaza si el valor  $p$  no alcanza el valor crítico de 0,05. De lo contrario, se recibirá  $H_0$ .

### 4) Valores calculados

El programa estadístico SPSS v\_26 informa que el valor calculado de la chi cuadrada de Pearson de 7,279 con un valor  $p$  [Significación asintótica (bilateral)] de 0,026 (tabla 18).

#### Tabla 19.

*Prueba chi-cuadrado de la homogeneidad del nivel de la dimensión expresión emocional abierta del afrontamiento al estrés por ciclo de estudios*

Estadísticas	Valor		Grados de libertad	Significación asintótica (bilateral)
	Muestral	Teórico		
Chi-cuadrado de Pearson	7,279	5,991	2	0,026
Número de casos válidos	130			

*Fuente. Elaboración propia*

### 5) Decisión estadística

El valor de chi-cuadrado (7,279) es mayor que el valor teórico (5,991), por lo que no se acepta  $H_0$  virtual y se aceptan valores alternativos para  $H_1$ . De igual forma, el

valor de  $p$  (0.026) fue menor a 0.05, que se utilizó para realizar la decisión anterior.

## 6) Conclusión

Al 95% de confianza estadística, se acepta que existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión expresión emocional abierta del afrontamiento al estrés en los alumnos del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo, favorables a los estudiantes del III ciclo (ver tabla 4). Con estos resultados se acepta la segunda hipótesis específica de investigación.

### 5.5. Contraste Estadístico de la Tercera Hipótesis Específica

#### Hipótesis de investigación:

Existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión religión del afrontamiento al estrés en estudiantes del III y VIII ciclo de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

Esta prueba matemática de proyección se realizó utilizando la función chi-cuadrado de Pearson para la precisión del modelo con una significancia estadística del 95%. Las diferencias son las siguientes:

#### 1) Hipótesis estadísticas

$H_0$ : No existen diferencias en el nivel de la dimensión religión del afrontamiento al estrés en los estudiantes del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

$H_1$ : Existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión religión del afrontamiento al estrés en los estudiantes del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

## 2) Estadística de prueba

La estadística de prueba es la función  $\chi^2$  de Pearson, con distribución chi cuadrada de Pearson, definida como:

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^F \sum_{j=1}^C \frac{(O_{ij} - E_{ij})^2}{E_{ij}}$$

Esta función se divide por GL = (F-1) \* (C-1) grados de libertad. Donde F es el número de filas, C es el número de columnas en las tablas de conflicto de filas F y C, y esta columna C resume las claves. Cambio y equilibrio entre la tolerancia religiosa y el estrés.

$O_{ij}$  y  $E_{ij}$  son las frecuencias observadas y esperadas correspondientes a las categorías i y j de las variables filas y columnas, respectivamente.

## 3) Regla de decisión

H0 no se rechaza si el valor de la estadística es menor que el valor nominal en términos del valor nominal y la medición. Si no es así, reciba H0. Para los valores p, la proyección H0 no se rechaza si el valor p no alcanza el valor 0,05. Si no es así, reciba H0.

## 4) Valores calculados

El programa estadístico SPSS v\_26 reporta el valor calculado de la chi cuadrada de Pearson de 9,96 con un valor p [Significación asintótica (bilateral)] de 0,007 (tabla 20).

**Tabla 20.**

*Prueba chi-cuadrado de la homogeneidad del nivel de la dimensión religión del afrontamiento al estrés por ciclo de estudios*

Estadísticas	Valor		Grados de libertad	Significación asintótica (bilateral)
	Muestral	Teórico		
Chi-cuadrado de Pearson	9,960	5,991	2	0,007
Número de casos válidos	130			

### 5) Decisión estadística

El cálculo de chi-cuadrado (9,96) es superior al cálculo del consumidor (5,991), por lo que no se aceptan la hipótesis H0 y la alternativa H1. Asimismo, el valor de p (0,007) es menor que 0,05 con lo que concluye la decisión anterior.

### 6) Conclusión

Al 95% de confianza estadística, se acepta que existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión religión del afrontamiento al estrés en los alumnos del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo, favorables a los estudiantes del III ciclo (ver tabla 6). Con estos resultados se acepta la segunda hipótesis específica de investigación.

## 5.6. Contraste Estadístico de la Cuarta Hipótesis Específica

### Hipótesis de investigación:

Existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión focalización en la solución de problemas del afrontamiento al estrés en alumnos del III y VIII ciclo de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

La contrastación estadística de esta hipótesis se realiza con la función chi cuadrada de Pearson para la homogeneidad de muestras, al 95% de confianza estadística. El procedimiento de contraste se desarrolla a continuación.

### 1) Hipótesis estadísticas

H<sub>0</sub>: No existen diferencias en el nivel de la dimensión focalización en la solución de problemas del afrontamiento al estrés en los estudiantes del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

H<sub>1</sub>: Existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión focalización en la solución de problemas del afrontamiento al estrés en los estudiantes del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

### 2) Estadística de prueba

La estadística de prueba es la función  $\chi^2$  de Pearson, con distribución chi cuadrada de Pearson, definida como:

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^F \sum_{j=1}^C \frac{(O_{ij} - E_{ij})^2}{E_{ij}}$$

Esta función se diferencia con GL = (F - 1) \* (C - 1) de libertad. Donde F es el número de filas y C es el número de columnas en una tabla F y columna C. Las variables y los niveles de volumen se enfocan en resolver problemas de voltaje.

$O_{ij}$  y  $E_{ij}$  son las frecuencias observadas y esperadas correspondientes a las categorías i y j de las variables filas y columnas, respectivamente.

### 3) Regla de decisión

Para la cuantificación y cuantificación, la estimación de H<sub>0</sub> no se acepta si el valor de cálculo de chi-cuadrado es mayor

que los valores normalizados. De lo contrario, se recibe  $H_0$ . Para el valor  $p$ , la predicción  $H_0$  no se acepta si el valor  $p$  no alcanza el nivel crítico de 0.05. De lo contrario, se recibe  $H_0$ .

#### 4) Valores calculados

El programa estadístico SPSS v\_26 reporta el valor calculado de la chi cuadrada de Pearson de 7,894 con un valor  $p$  [Significación asintótica (bilateral)] de 0,019 (tabla 21).

#### Tabla 21.

*Prueba chi-cuadrado de la homogeneidad del nivel de la dimensión focalización en la solución de problemas del afrontamiento al estrés por ciclo de estudios*

Estadísticas	Valor		Grados de libertad	Significación asintótica (bilateral)
	Muestral	Teórico		
Chi-cuadrado de Pearson	7,894	5,991	2	0,019
Número de casos válidos	130			

*Fuente. Elaboración propia*

#### 5) Decisión estadística

El chi-cuadrado (7,894) es mayor que la desviación estándar (5,991), por lo que no se acepta la  $H_0$  virtual y se acepta una alternativa a  $H_1$ . Asimismo, el valor de  $p$  (0.019) es menor que 0.05, lo que confirma la decisión anterior.

#### 6) Conclusión

Con un intervalo de confianza del 95%, se encontró que existía una diferencia significativa en el nivel de enfoque en el abordaje de los trastornos de ansiedad entre los estudiantes de

la Facultad de Psicología III y VIII de la Universidad Privada de Huancayo. Para alumnos del ciclo VIII (ver Tabla 9). Estos resultados concuerdan con los hallazgos específicos del cuarto estudio.

## 5.7. Contraste Estadístico de la Quinta Hipótesis Específica

### Hipótesis de investigación:

Existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión evitación del afrontamiento al estrés en alumnos del III y VIII ciclo de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

La contrastación estadística de esta hipótesis se realiza con la función chi cuadrada de Pearson para la homogeneidad de muestras, al 95% de confianza estadística. El procedimiento de contraste se desarrolla a continuación.

#### 1) Hipótesis estadísticas

H<sub>0</sub>: No existen diferencias en el nivel de la dimensión evitación del afrontamiento al estrés en los estudiantes del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

H<sub>1</sub>: Existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión evitación del afrontamiento al estrés en los estudiantes del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

#### 2) Estadística de prueba

La estadística de prueba es la función  $\chi^2$  de Pearson, con distribución Chi cuadrada de Pearson, definida como:

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^F \sum_{j=1}^C \frac{(O_{ij} - E_{ij})^2}{E_{ij}}$$

Esta función tiene una distribución de chi cuadrado con  $GL = (F - 1) * (C - 1)$  grado de libertad. Donde F es el número de filas y C es el número

de columnas en la tabla de conflictos con las filas F y la columna C. El ciclo y las variables resumen las formas de evitar el problema del estrés.

$O_{ij}$  y  $E_{ij}$  son las frecuencias observadas y esperadas correspondientes a las categorías  $i$  y  $j$  de las variables filas y columnas, respectivamente.

### 3) Regla de decisión

Para las condiciones de cálculo y cálculo, no se aceptará la previsión  $H_0$  si el precio por metro cuadrado supera la norma. De lo contrario, se aceptará  $H_0$ . Para los valores  $p$ , una expresión  $H_0$  negativa se rechaza si el valor  $p$  no alcanza un valor de 0,05. De lo contrario, se aceptará  $H_0$ .

### 4) Valores calculados

El programa estadístico SPSS v\_26 reporta el valor calculado de la chi cuadrada de Pearson de 10,568 con un valor  $p$  [Significación asintótica (bilateral)] de 0,005 (tabla 22).

#### Tabla 22.

*Prueba chi-cuadrado de la homogeneidad del nivel de la dimensión evitación del afrontamiento al estrés por ciclo de estudios*

Estadísticas	Valor		Grados de libertad	Significación asintótica (bilateral)
	Muestral	Teórico		
Chi-cuadrado de Pearson	10,568	5,991	2	0,005
Número de casos válidos	130			

### 5) Decisión estadística

Si el chi cuadrado (10,568) se calcula más que la norma (5,991), no se acepta la hipótesis  $H_0$  y se acepta la alternativa  $H_1$ . Asimismo, el valor de  $p$  (0,005) es inferior a 0,05, lo que está en línea con la recomendación anterior.

### 6) Conclusión

La aceptación del 95% de las estadísticas muestra que existe una diferencia significativa en el nivel de evitación de la ansiedad entre el estudiante III y el estudiante VIII del departamento de antropología de la Universidad Autónoma de Huancayo, lo que beneficia a los estudiantes de la ronda VIII. Estos resultados aprobaron la predicción del quinto estudio.

## 5.8. Contraste Estadístico de la Sexta Hipótesis Específica

### Hipótesis de investigación:

Existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión autofocalización negativa del afrontamiento al estrés en alumnos del III y VIII ciclo de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Privada de Huancayo.

Esta prueba matemática de proyección se realiza utilizando la función chi-cuadrado de Pearson para la precisión del modelo con intervalos de confianza del 95%. El sistema diferencial se actualizará mediante:

### 1) Hipótesis estadísticas

$H_0$ : No existen diferencias en el nivel de la dimensión autofocalización negativa del afrontamiento al estrés en los alumnos del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

$H_1$ : Existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión autofocalización negativa del afrontamiento al estrés en los alumnos del III y VIII

ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

## 2) Estadística de prueba

La estadística de prueba es la función  $\chi^2$  de Pearson, con distribución chi cuadrada de Pearson, definida como:

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^F \sum_{j=1}^C \frac{(O_{ij} - E_{ij})^2}{E_{ij}}$$

Esta función se divide además por GL = (F - 1) \* (C - 1) grados de libertad. Donde F es el número de columnas en las tablas de conflicto de filas F y C columna C donde el ciclo y sus variables se resumen como negativos. Medidas. Autoeficacia de los estresores.

$O_{ij}$  y  $E_{ij}$  son las frecuencias observadas y esperadas correspondientes a las categorías i y j de las variables filas y columnas, respectivamente.

## 3) Regla de decisión

En términos de los valores calculado y teórico, la hipótesis nula  $H_0$  va a ser rechazada si el costo calculado de la chi cuadrada es superior que su costo teórico respectivo; en caso opuesto,  $H_0$  va a ser aceptada. En términos del costo p, la hipótesis nula  $H_0$  va a ser rechazada si el costo p es inferior que el nivel de significación de 0,05; en caso opuesto,  $H_0$  va a ser aceptada.

## 4) Valores calculados

El programa estadístico SPSS v\_26 reporta el valor calculado de la chi cuadrada de Pearson de 7,649 con un valor p [Significación asintótica (bilateral)] de 0,022 (tabla 23).

**Tabla 23.**

*Prueba Chi-cuadrado de la homogeneidad del nivel de la dimensión autofocalización negativa del afrontamiento al estrés por ciclo de estudios*

Estadísticas	Valor		Grados de libertad	Significación asintótica (bilateral)
	Muestral	Teórico		
Chi-cuadrado de Pearson	7,649	5,991	2	0,022
Número de casos válidos	130			

### 5) Decisión estadística

Dado que el chi-cuadrado (10,568) calculado es mayor que el valor teórico (5,991), no se acepta la hipótesis H0 y se acepta la alternativa H1. Asimismo, el valor de p (0,005) es menor que 0,05, por lo que se aceptó la recomendación anterior.

### 6) Conclusión

Con un 95% de conocimiento estadístico, se sabe que existe una diferencia significativa en el nivel de efectos secundarios del afrontamiento del estrés en ambos alumnos del Ciclo VIII de la Facultad de Psicología de la Universidad de Huancayo (Tabla. Ver) 13). Estos resultados aceptaron la aplicación de seis estudios específicos.

### 5.9. Contraste Estadístico de la Séptima Hipótesis Específica

#### **Hipótesis de investigación:**

Existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión reevaluación positiva del afrontamiento al estrés en alumnos del III y VIII ciclo de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

La contrastación estadística de esta hipótesis se realiza con la función chi cuadrada de Pearson para la homogeneidad de muestras, al 95% de confianza estadística. El procedimiento de contraste se desarrolla a continuación.

### 1) Hipótesis estadísticas

H<sub>0</sub>: No existen diferencias en el nivel de la dimensión reevaluación positiva del afrontamiento al estrés en los estudiantes del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

H<sub>1</sub>: Existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión reevaluación positiva del afrontamiento al estrés en los alumnos del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo.

### 2) Estadística de prueba

La estadística de prueba es la función  $\chi^2$  de Pearson, con distribución Chi cuadrada de Pearson, definida como:

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^F \sum_{j=1}^C \frac{(O_{ij} - E_{ij})^2}{E_{ij}}$$

Esta función se divide por un cuadrado con  $GL = (F - 1) * (C - 1)$  grados de libertad. Donde F es el número de filas y C es el número de columnas en la tabla de conflictos entre la fila F y la página C. Qué ciclo y moneda resume el tamaño de la curva positiva de la solución del problema de estrés.

$O_{ij}$  y  $E_{ij}$  son las frecuencias observadas y esperadas correspondientes a las categorías i y j de las variables filas y columnas, respectivamente.

### 3) Regla de decisión

Para cuantificación y cuantificación, H<sub>0</sub> no se rechaza si el valor de chi-cuadrado es mayor que el valor estándar. De lo contrario, se recibirá H<sub>0</sub>.

Para los valores  $p$ ,  $H_0$  no se rechaza si el valor  $p$  no alcanza el nivel crítico de 0,05. De lo contrario, se recibirá  $H_0$ .

#### 4) Valores calculados

El programa estadístico SPSS v\_26 reporta el valor calculado del chi cuadrada de Pearson de 3,408 con un valor  $p$  [Significación asintótica (bilateral)] de 0,182 (tabla 24).

#### Tabla 24.

*Prueba chi-cuadrado de la homogeneidad del nivel de la dimensión reevaluación positiva del afrontamiento al estrés por ciclo de estudios*

Estadísticas	Valor		Grados de libertad	Significación asintótica (bilateral)
	Muestral	Teórico		
Chi-cuadrado de Pearson	3,408	5,991	2	0,182
Número de casos válidos	130			

#### 5) Decisión estadística

Considerando que el valor de los pies cuadrados (3,408) es mayor que el valor estándar (5,991), acepta la alternativa de  $H_0$  y rechaza la alternativa de  $H_1$ . Asimismo, el valor de  $p$  (0,182) fue superior a 0,05, donde se aprobó la recomendación anterior.

#### 6) Conclusión

Con la confianza del 95% de los estadísticos, se encontró que no hubo diferencias significativas en el nivel de retroalimentación positiva sobre la magnitud de la intensidad del estrés entre los estudiantes de la Facultad de Psicología Huancayo en los Ciclos III y VIII (tabla. Ver 15)). Estos resultados contradicen los hallazgos específicos del séptimo estudio.

## ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

La siguiente indagación tuvo como objetivo general Comparar el nivel de afrontamiento al estrés en los alumnos del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo- 2020.

enseguida, se muestra la discusión sobre los resultados conseguidos del estudio, contrastando dichos resultados con los argumentos y postulados de los autores citados en los precedentes, así como el marco teórico predeterminado previamente.

Después de realizar una prueba de visión usando una variación matemática de estas proyecciones, usando la función chi-cuadrado de Pearson para un modelo similar, se calculó el 95% con variables controlando la relación de estrés de una muestra de 130 estudiantes. Se obtuvo un valor de -7.626 que es superior al valor estándar de 5.991, por lo que no se acepta la hipótesis H0 y se acepta la hipótesis H1. Asimismo, el valor p (0.022) es menor que 0.05 y se acepta el valor anterior.

Determinando que existen diferencias significativas en el nivel de afrontamiento al estrés en los alumnos del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo, favorables a los estudiantes del VIII ciclo.

Coincidiendo con la investigación realizada por Gonzales & Torres (2017) titulado *"Estrategias de afrontamiento del estrés de tres grupos de estudiantes de universidades chilenas: deportistas seleccionados, deportistas amateurs y estudiantes inactivos"* quienes presentaron como resultados que la modulación de la representación que las personas construyen y el uso del estresor, lo que marcará una diferencia significativa, entre los grupos de análisis.

En relación al objetivo específico 1: Comparar el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión búsqueda de apoyo social en estudiantes del III y VIII ciclo de Psicología

de una Universidad Privada de Huancayo- 2020. Después de aplicar el instrumento de investigación se tiene los siguientes resultados, se puede apreciar que la dimensión búsqueda de apoyo social en la muestra total de estudiantes fue media con el 51,5%, seguida de la búsqueda baja (26,2%) y la búsqueda alta (22,3%). De acuerdo a los ciclos de estudios, se apreció que los alumnos del VIII ciclo obtuvieron 34% por lo cual buscan apoyo social en mayor proporción que los estudiantes del III ciclo obtuvieron 15%.

Coincidiendo con los autores Matamoros & Paquiyaury (2016) titulada *Nivel de estrés y mecanismo de afrontamiento de los Estudiantes de la Facultad de Enfermería UNH - Huancavelica*” hacen uso de los mecanismos de afrontamiento mediante la búsqueda de apoyo social (36%), concluyendo que hay relación entre el nivel de estrés y los mecanismos de afrontamiento.

Con respecto al objetivo específico 2: Comparar el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión expresión emocional abierta en estudiantes del III y VIII ciclo de Psicología de una Universidad Privada Huancayo- 2020. Después de aplicar el instrumento de investigación se tiene los siguientes resultados: se puede apreciar que la expresión emocional abierta de la muestra total de estudiantes fue media (64,6%), seguida de la expresión alta (30,8%) y baja (4,6%). Por ciclo, los estudiantes del III ciclo obtuvieron 36,3% con ello se evidencia que poseen mayor expresión emocional abierta que los estudiantes del VIII obtuvieron 22%.

Mostrando similitud con los autores Crisologo & Idrogo (2019) en su investigación” *Estrategias de afrontamiento al estrés utilizadas en estudiantes de un instituto de educación superior de la ciudad de Cajamarca*” concluyeron que el 60% de los evaluados utilizan las estrategias de afrontamiento centradas en el problema y el 40% las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción.

En cuanto al objetivo específico 3 Comparar el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión Religión en estudiantes del III y VIII ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Huancayo- 2020. Después de aplicar el instrumento de investigación se tiene los siguientes resultados: se puede apreciar que el nivel de religión de los estudiantes fue predominantemente bajo (46,9%), seguido de los niveles medio (43,1%) y alto (10%). Por ciclo, los estudiantes del VIII ciclo obtuvieron 18% por lo cual valoran más a la religión en mayor proporción que los estudiantes del III ciclo con un 5%.

Concordando con el autor Asto (2019), en su investigación titulada: “Afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2019” quien concluyo, que en la dimensión religión presenta en un 56.4% afrontamiento regular, 24.8% inadecuado; El nivel de afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener se evidencio que presentan un afrontamiento regular.

En referencia al objetivo específico 4 Comparar el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión focalización en la resolución de problemas en alumnos del III y VIII ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Huancayo- 2020. Después de aplicar el instrumento de investigación se tiene los siguientes resultados: se puede apreciar que, la focalización en la solución de problemas de los estudiantes fue predominantemente media (71,5%), continuada por la focalización alta (21,5%) y baja (6,9%). Por ciclo, los estudiantes del VIII ciclo obtuvieron 34% por lo cual poseen mayor focalización en la solución de problemas que los estudiantes del III ciclo con un 13,8%.

Coincidiendo con los autores Canales, Pardo & Solís (2021) en su investigación titulada “*Afrontamiento al estrés en enfermeras que trabajan en el servicio público de salud, en contexto covid -19*” quienes concluyeron que los métodos de evaluación coinciden, en que las estrategias más utilizadas por las enfermas son: solución de

problema. Esto refleja, el compromiso de las profesionales. a pesar de estar en una situación, de alta carga emocional en sus lugares de trabajo en contexto Covid-19.

En cuanto al objetivo específico 5 Comparar el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión evitación en estudiantes del III y VIII ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Huancayo- 2020. Después de aplicar el instrumento de investigación se tiene los siguientes resultados: se puede apreciar que la evitación de los estudiantes es media (66,1%), seguida de la evitación alta (18,5%) y baja (15,4%). Por ciclo, los estudiantes del VIII ciclo obtuvieron 30% por lo cual poseen mayor evitación que los estudiantes del III ciclo que obtuvieron 11,2%.

Se discrepa con la investigación de los autores Chávez & Amado (2017) titulada *“Estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios trabajadores y no trabajadores de la universidad católica de Santa María”* “sus resultados indican la gran mayoría de estudiantes universitarios que trabajan, utilizan estrategias de afrontamiento al estrés, ambos grupos de universitarios usan alguna técnica de afrontamiento, sin recurrir a la evitación como estrategia de afrontamiento al estrés.

Con relación al objetivo específico 6, Comparar el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión auto focalización negativa en alumnos del III y VIII ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Huancayo- 2020. Después de aplicar el instrumento de investigación se tiene los siguientes resultados: se aprecia que la autofocalización negativa de los estudiantes fue fuertemente media (72,3%), seguida por la autofocalización alta (23,1%) y baja (4,6%). Por ciclo, los estudiantes del VIII ciclo obtuvieron 36% por lo cual poseen mayor autofocalización negativa que los estudiantes del III que obtuvieron 15%.

Mostrando similitud con la investigación del autor Ospina (2015) en su tesis titulada *“Síntomas, Niveles de Estrés y Estrategias de Afrontamiento en una muestra de*

*Estudiantes Masculinos y Femeninos de una Institución de Educación Superior Militar*” afirmó que los síntomas fisiológicos fueron los que obtuvieron mayor puntuación, en cuanto a las estrategias de afrontamiento, la dimensión auto focalización negativa obtuvo un puntaje alto.

Por último, con respecto al objetivo específico 7 Comparar el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión re evaluación positiva en alumnos del III y VIII ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Huancayo- 2020. Después de aplicar el instrumento de investigación se tiene los siguientes resultados:

Se puede apreciar que la reevaluación positiva de los estudiantes fue predominantemente media (71,5%), seguida de la reevaluación alta (21,5%) y baja (7%). No se aprecian diferencias significativas en el nivel de la reevaluación positiva por ciclo, pues las proporciones de los niveles de la reevaluación positiva de los estudiantes de ambos ciclos son idénticas.

Finalmente, como consecuencia de este estudio podrán ayudar en enfatizar el valor que tiene el afrontamiento al estrés en una región donde no toman la importancia que amerita este tema ya que con ello se conseguiría tener un mayor afronte al estrés en la población, ayudando a futuros investigadores a poder ampliar a otras poblaciones dentro de Huancayo esta variable que ya cuenta con una prueba validada a su contexto.

## CONCLUSIONES

1. Se concluye que existen diferencias significativas en el nivel de afrontamiento al estrés en los alumnos del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo, se obtuvo un p valor de 7,623 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.
2. Se concluye que existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión búsqueda de apoyo social del afrontamiento al estrés en los estudiantes del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo, se obtuvo un p valor de 13,4 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.
3. Se concluye que existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión expresión emocional abierta del afrontamiento al estrés en los estudiantes del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo, se obtuvo un p valor de 7,279 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.
4. Se concluye que existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión religión del afrontamiento al estrés en los estudiantes del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo, se obtuvo un p valor de 9,96 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.
5. Se concluye que existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión focalización en la solución de problemas del afrontamiento al estrés en los estudiantes del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo, se obtuvo un p valor de 7,894 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

6. Se concluye que existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión evitación del afrontamiento al estrés en los estudiantes del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo, se obtuvo un p valor de 10,568 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.
7. Se concluye que existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión autofocalización negativa del afrontamiento al estrés en los estudiantes del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo, se obtuvo un p valor de 7, 649 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.
8. Se concluye que no existen diferencias significativas en el nivel de la dimensión reevaluación positiva del afrontamiento al estrés en los estudiantes del III y VIII ciclos de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada de Huancayo, se obtuvo un p valor de 3,408 por lo que se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula.

## RECOMENDACIONES

- Recomiendo a la Universidad Peruana Los Andes, realizar la publicación de los resultados obtenidos en esta indagación para beneficio, de la sociedad.
- Al departamento psicopedagógico de la Escuela profesional de Psicología de la Universidad Peruana Los Andes, se le sugiere llevar a cabo charlas sobre el afrontamiento al estrés para beneficio de los estudiantes.
- Se aconseja mejorar los métodos de investigación para los futuros investigadores, sobre este estudio para la obtención de mejores resultados.
- Se sugiere tener cuidado con la aplicación de resultados utilizados en forma incorrecta.
- Finalmente, se recomienda promover la investigación sobre afrontamiento al estrés como fuente para realizar futuros estudios, en muestra como estudiantes de universidades y distintas carreras profesionales.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Amarís, M., Valle, M., & Zambrano, J. (2013). *Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. Psicología desde el caribe* (Vol. 30 (1)).
- Arnosó, M. Arnosó, A. & Pérez, P. (2013). *Impacto y afrontamiento psicosocial. España.* Recuperado de <http://www.revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/5258/0>.
- Asto, M. (2019). *Afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la universidad Norbert Wiener.* Lima, Peru.
- Canales, S., Pardo, M., & Solis, L. (2021). *Chile “Afrontamiento al estrés en enfermeras que trabajan en el servicio público de salud, en contexto covid -19.*
- Carver, L. (1989). *Prevalencia de Ansiedad y Depresión.*
- Castro. (2009). *portal web de Radio Programas del Peru (RPP).* Obtenido de <https://rpp.pe/>
- Carver, C., Scheier, M., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing Coping Strategies: A Afrontamiento al Estrés 107 Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica. RIDEP · N°42 · Vol.2 · 95-109 · 2016. theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283.
- Chávez, G., & Amado, R. (2017). *Estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios trabajadores y no trabajadores de la universidad católica de Santa María .* Tesis.
- Crisologo, G., & Idrogo, K. (2019). *Estrategias de afrontamiento al estrés utilizadas en estudiantes de un instituto de educación superior de la ciudad de Cajamarca.* Tesis.
- Cruz. (2011). *Hábitos de estudio y rendimiento académico.* Revista Redalyc, 42 (2), 1-10.
- Cruz, M. & Chávez, E. (2014). *La percepción de afrontamiento al estrés en México,* 2014. México 14 A.

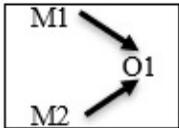
- De La Rosa, G., Chang, S., Delgado, L., Oliveros, L., Murillo, D., Ortiz, R., & Yhuri, N. (2015). *Niveles de estrés y formas de afrontamiento en estudiantes de Medicina en comparación con estudiantes de otras escuelas*.
- Delgado, M., & Ulloa, T. (2017). *Afrontamiento del estrés generado durante el internado hospitalario en estudiantes de enfermería de la universidad señor de sipan.2016*. Tesis.
- Encinas,, M. (2019). *Afrontamiento al estrés, una revisión teórica*. Tesis.
- Frydenberg, E. & Lewis R. (2000) *Escala de Afrontamiento para adolescentes. 3ra edición*. Madrid: TEA ediciones, S. A.
- Gonzáles,, M., & Torres, J. (2017). *Las estrategias de afrontamiento del estrés de tres grupos de estudiantes de la Universidad de Chile: deportistas seleccionados, deportistas amateurs y estudiantes no deportivos*. Chile.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de Investigación Científica* (Vol. Vol. 6ta Ed). México: McGraw Hill.
- Janscht. (2012). *“Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar .*
- Jimenez, & Fernandez. (2005). *Educación familiar y alumnos con alto rendimiento. Revista Española de Pedagogía, 273-299*.
- Kaccallaca, M. (2017). *Afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la universidad nacional del altiplano Puno, 2016*. Tesis.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. (M. Roca, Ed.) Barcelona, España.
- Lazarus, R. y Launier, R. (1978). *Stress-related transactions between person and environment*. en L. A. Pervin y M. Lewis (Eds.), *Perspectives in Interactional Psychology* (pp. 287-327). New York.
- Lumsden. (1985). El estrés académico: una revisión crítica del. *Rev Electron Psicol Iztacala*. Obtenido de <http://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/26023/24499>.
- Martinez. (2008). *Aprendizaje, servicio y responsabilidad social de las universidades*. Barcelona, España: MEPSYD.
- Matalinares, M., Diaz, G., & Arenas, C. (2016). *Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima y Huancayo*. Tesis.

- Matamoros, E., & Paquiyaui, R. (2016). *Nivel de estrés y mecanismo de afrontamiento de los Estudiantes de la Facultad de Enfermería UNH - Huancavelica*. Tesis.
- Mochales, S., & Gutiérrez, M. (2005). *Estrategias para afrontar la presión de un grupo de personas en proceso de reintegración social*. Obtenido de <http://www.cop.es/colegiados/ca00088/pag10.htm>.
- Moos, R., & Billings, A. (1982). *ceptualizing and measuring coping resource and processes*. En L. Goldberger y S. Breznitz (Eds.), *Handbook of Stress: Theoretical and Clinical Aspects*. New York: Free Press.
- Nolen-Hoeksema, S. (2003). *An interactive model for the emergence of gender differences in depression in adolescence*. Journal of Research on Adolescence.
- Organización Mundial de la Salud. Estadísticas mundiales 2009. Extraído de [http://www.who.int/8f7a6e16-079e-414b-bb3fd9c5cae69fbd/finaldownload/downloadid4c4cc72448f8b3232490bb3484e395f8/8f76e16-079e-414bb3fd9c5cae69fbd/gho/publications/world\\_health\\_statistics/pdf\\_es\\_whs08\\_full.pdf](http://www.who.int/8f7a6e16-079e-414b-bb3fd9c5cae69fbd/finaldownload/downloadid4c4cc72448f8b3232490bb3484e395f8/8f76e16-079e-414bb3fd9c5cae69fbd/gho/publications/world_health_statistics/pdf_es_whs08_full.pdf)
- Ospina, A. (2015). *Síntomas, Niveles de Estrés y Estrategias de Afrontamiento en una muestra de Estudiantes Masculinos y Femeninos de una Institución de Educación Superior Militar*.
- Sadin, B., & Chorot, R. (2002). *Cuestionario de afrontamiento al estrés*. Recuperado de: <https://www.miespacioresiliente.wordpress.com/2015/11/05/cuestionario-de-afrontamiento>.
- Soto, M. (2016). *Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico en practicantes del centro materno infantil Tahuantinsuyo Bajo, Lima – 2016*. Tesis.

**ANEXOS**

## Anexo N.º 01

## Matriz de consistencia

TÍTULO	PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE DE ESTUDIO	METODOLOGÍA
Afrontamiento al estrés en estudiantes de psicología de una universidad de Huancayo 2020	<p><b>PROBLEMA GENERAL:</b> ¿Cuál es la diferencia entre el nivel de afrontamiento al estrés en los estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de una universidad privada Huancayo-2020?</p> <p><b>PROBLEMAS ESPECÍFICOS:</b> ¿Cuál es la diferencia entre el nivel de afrontamiento de la dimensión búsqueda de apoyo social en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo-2020?</p>	<p><b>OBJETIVO GENERAL:</b> Comparar el nivel de afrontamiento al estrés en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo-2020.</p> <p><b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS:</b> Comparar el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión búsqueda de apoyo social en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo-2020. Comparar el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión expresión emocional abierta en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela</p>	<p><b>HIPÓTESIS GENERAL:</b> Existen diferencias significativas entre el nivel de afrontamiento al estrés en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo - 2020</p> <p><b>HIPÓTESIS ESPECÍFICAS:</b> Hi. Existen diferencias significativas entre el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión búsqueda de apoyo social en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de</p>	<p><b>Variable:</b> Afrontamiento al estrés</p> <p><b>Dimensiones:</b> -Búsqueda de apoyo social. -Expresión emocional abierta. -Religión. -Focalización en la solución de problemas. -Evitación. -Auto focalización negativa. -Re evaluación positiva.</p>	<p><b>TIPO DE INVESTIGACIÓN</b> No experimental</p> <p><b>NIVEL DE INVESTIGACIÓN</b> Descriptivo</p> <p><b>DISEÑO DE INVESTIGACIÓN</b> Descriptivo- comparativo</p>  <p><b>POBLACIÓN</b> La población a investigar estará constituida aproximadamente por 1200 estudiantes de</p>

<p>¿Cuál es la diferencia entre el nivel de afrontamiento de la dimensión expresión emocional abierta en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo- 2020?</p> <p>¿Cuál es la diferencia entre el nivel de afrontamiento de la dimensión religión en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo- 2020?</p> <p>¿Cuál es la diferencia entre el nivel de afrontamiento de la dimensión focalización en la solución de problemas en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de</p>	<p>profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo- 2020.</p> <p>Comparar el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión religión en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo- 2020.</p> <p>Comparar el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión focalización en la solución de problemas en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo- 2020.</p> <p>Comparar el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión evitación en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de</p>	<p>psicología de una universidad privada de Huancayo - 2020</p> <p>Hi. Existe diferencias significativas entre el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión expresión emocional abierta en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo - 2020</p> <p>Hi. Existe diferencias significativas entre el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión religión en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de</p>	<p>psicología de la universidad peruana los andes de Huancayo- 2020.</p> <p><b><u>MUESTRA</u></b></p> <p>Para la siguiente investigación la muestra estará conformada por 130 estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de la universidad peruana los andes de Huancayo- 2020</p> <p><b><u>TÉCNICA DE MUESTREO</u></b></p> <p>No probabilístico intencional</p>
--	---	---	--

<p>psicología de una universidad privada de Huancayo- 2020?</p> <p>¿Cuál es la diferencia entre el nivel de afrontamiento de la dimensión evitación en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo- 2020?</p> <p>¿Cuál es la diferencia entre el nivel de afrontamiento de la dimensión auto focalización negativa en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo- 2020?</p> <p>¿Cuál es la diferencia entre el nivel de afrontamiento de la dimensión re evaluación positiva</p>	<p>una universidad privada de Huancayo- 2020.</p> <p>Comparar el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión auto focalización negativa en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo- 2020.</p> <p>Comparar el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión re evaluación positiva en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo- 2020.</p>	<p>una universidad privada de Huancayo - 2020</p> <p>Hi. Existe diferencias significativas entre el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión focalización en la solución de problemas en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo - 2020</p> <p>Hi. Existe diferencias significativas entre el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión evitación en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo - 2020</p>	<p><b><u>TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS</u></b></p> <p><b>INSTRUMENTO:</b> Cuestionario de estrategias de afrontamiento al estrés (CAE)</p> <p><b>ESCALA DE MEDICIÓN:</b> Escala ordinal tipo Likert.</p>
---	---	--	--

en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo- 2020?

Hi. Existe diferencias significativas entre el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión auto focalización negativa en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo - 2020

Hi. Existe diferencias significativas entre el nivel de afrontamiento al estrés de la dimensión re evaluación positiva en estudiantes del III y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo - 2020

## Anexo N.º 02

## Matriz de Operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Ítems	Naturaleza de la variable	Escala de medición
VARIABLE Afrontamiento al estrés	El afrontamiento es el proceso de respuesta a un evento, la gente piensa que el evento es una amenaza, en el proceso que involucra la parte cognitiva, su desarrollo es imparale e inestable, de manera que se evalúe y controle el ambiente estresante. Y el	Las herramientas para que los estudiantes de psicología de una universidad privada en 2020 puedan afrontar el estrés serán: <u>Sandin, B. y Chorot, P.'s stress coping questionnaire</u> ; adaptado de Calderón & Quijano (2014) en Trujillo.	Búsqueda de apoyo social	6,13,20,27,34,41,	ordinal	<u>likert</u>
			Expresión emocional abierta	4,11,18,25,32,39		
			Religión	28,35		
			Focalización en la solución de problemas	1,8,15,22,29,30		
			Evitación	5,12,19,26,33,40		
			Auto focalización negativa	2,9,16,23,36,37 3,10,17,24,31,38		

	comportamiento resultante en respuesta. Folkman y Lazarus, (1982)		Re evaluación positiva			
--	--	--	---------------------------	--	--	--

## Anexo N.º 03

## Matriz de Operacionalización de Instrumentos

## TITULO: Cuestionario de estrategias al afrontamiento del estrés CAE

VARIABLE	DIMENSIONES	ITEMS	ESCALA VALORATIVA	INSTRUMENTO
Afrontamiento al estrés	Búsqueda de apoyo social	1. Intenté analizar la causa del problema para solucionarlo. 2. Me convencí de que hiciese lo que hiciese las cosas siempre me saldrían mal 3. Intenté centrarme en los aspectos positivos del problema 4. Descargué mi mal humor con los demás 5. Cuando la pregunta me viene a la mente, trato de concentrarme en otras cosas 6. Le digo a mi familia o amigos como me siento 7. Asistí a la Iglesia 8. Intento seguir algunos pasos reflexivos para resolver el problema. 9. No hice nada concreto puesto que las cosas suelen ser malas 10. Intenté sacar algo positivo del problema 11. Insulté a ciertas personas 12. Me enfoqué en el trabajo o en otra actividad para olvidarme del problema 13. Pedí consejo a algún pariente o amigo para afrontar mejor el problema 14. Busco ayuda espiritual de personas religiosas (sacerdotes, etc.) 15. Hice un plan de acción e intenté ejecutar 16. Comprendí que yo fui el principal causante del problema 17. Encuentro que hay cosas buenas en la vida, la gente se preocupa por los demás. 18. Me comporté de forma hostil con los demás 19. Salí al cine, a cenar, a dar una vuelta, etc. para olvidarme del problema.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Baja</li> <li>● Media</li> <li>● Alta</li> </ul>	Cuestionario de estrategias de afrontamiento al estrés. (CAE)
	Expresión emocional abierta	20. Pedí a parientes o amigos que me ayudaran a pensar acerca del problema 21. Fui a la iglesia a rogar pidiendo soluciones 22. Hablé con personas relevantes para encontrar una solución al problema 23. Me siento impotente e incapaz de hacer cambios positivos		
	Religión	24. Sé que otras cosas diferentes a la pregunta son más importantes para mí. 25. Agredí a algunas personas		

	<p>Focalización en la solución de problemas</p> <p>Evitación</p> <p>Auto focalización negativa</p> <p>Re- evaluación positiva</p>	<p>26.Procuré no pensar en el problema</p> <p>27. Me siento incómodo cuando hablo con amigos o familiares.</p> <p>28.Tuve fe en que Dios remediaría la situación</p> <p>29 resolví este problema implementando algunas soluciones específicas</p> <p>30 me di cuenta de que no podía resolver el problema</p> <p>31.Experimenté personalmente eso de que “no hay mal que por bien no venga</p> <p>32.Me irrité con alguna gente</p> <p>33.Practiqué algún deporte para olvidarme del problema</p> <p>34 le pedí a un amigo o familiar que me dijera la mejor manera</p> <p>35 yo rezo</p> <p>36 consideré cuidadosamente los pasos a seguir para resolver el problema.</p> <p>37.Me resigné a aceptar las cosas como eran</p> <p>38.Comprobé que, después de todo, las cosas podían haber ocurrido peor</p> <p>39.Luché y me desahogué expresando mis sentimientos</p> <p>40.Intenté olvidarme de todo</p> <p>41. Cuando necesito expresar mis sentimientos, trato de que mi familia o amigos me escuchen</p> <p>42.Acudí a la Iglesia para poner velas o rezar</p>		
--	---	---	--	--

## Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE)

Marque la opción que mejor represente el grado en que empleó cada una de las formas de afrontamiento del estrés. Aunque este cuestionario a veces hace referencia a una situación o problema, tenga en cuenta que esto no quiere decir que Ud. piense en un único acontecimiento, sino más bien en las situaciones más estresantes vividas recientemente.

- (0) Nunca
- (1) Pocas veces
- (2) A veces
- (3) Frecuentemente
- (4) Casi siempre

¿Cómo se ha comportado ante situaciones de estrés?

\*Obligatorio

Dirección de correo electrónico \*

Tu dirección de correo electrónico \_\_\_\_\_

5. Cuando me venía a la cabeza el problema, trataba desconcentrarme en otras cosas \*

- 0
- 1
- 2
- 3
- 4

6. Le conté a familiares o amigos cómo me sentía \*

- 0
- 1
- 2
- 3
- 4

1. Traté de analizar las causas del problema para poder hacerle frente \*

- 0
- 1
- 2
- 3
- 4

2. Me convencí de que hiciese lo que hiciese las cosas siempre me saldrían mal \*

- 0
- 1
- 2
- 3
- 4

7. Asistí a la Iglesia \*

- 0
- 1
- 2
- 3
- 4

8. Traté de solucionar el problema siguiendo unos pasos bien pensados \*

- 0
- 1
- 2
- 3
- 4

3. Intenté centrarme en los aspectos positivos del problema \*

- 0
- 1
- 2
- 3
- 4

4. Descargué mi mal humor con los demás \*

- 0
- 1
- 2
- 3
- 4

9. No hice nada concreto puesto que las cosas suelen ser malas \*

- 0
- 1
- 2
- 3
- 4

10. Intenté sacar algo positivo del problema \*

- 0
- 1
- 2
- 3
- 4

11. Insulté a ciertas personas \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

12. Me enfoqué en el trabajo o en otra actividad para olvidarme del problema \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

13. Pedí consejo a algún pariente o amigo para afrontar mejor el problema \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

14. Pedí ayuda espiritual a algún religioso (sacerdote, etc.) \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

15. Establecí un plan de actuación y procuré llevarlo a cabo \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

16. Comprendí que yo fui el principal causante del problema \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

17. Descubrí que en la vida hay cosas buenas y gente que se preocupa por los demás \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

19. Salí al cine, a cenar, a dar una vuelta, etc. para olvidarme del problema \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

21. Acudí a la Iglesia para rogar que se solucionase el problema \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

18. Me comporté de forma hostil con los demás \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

20. Pedí a parientes o amigos que me ayudaran a pensar acerca del problema \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

22. Hablé con las personas implicadas para encontrar una solución al problema \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

23.Me senti indefenso/a e incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

24.Comprendí que otras cosas, diferentes del problema, eran para mí más importantes \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

25.Agredí a algunas personas \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

27.Hablé con amigos o familiares para que me tranquilizaran cuando me encontraba mal \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

26.Procuré no pensar en el problema \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

28.Tuve fe en que Dios remediaría la situación \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

29.Hice frente al problema poniendo en marcha varias soluciones concretas \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

31.Experimenté personalmente eso de que "no hay mal que por bien no venga" \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

33.Practiqué algún deporte para olvidarme del problema \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

30.Me di cuenta de que por mí mismo no podía hacer nada para resolver el problema \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

32.Me irrité con alguna gente \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

34.Pedí a algún amigo o familiar que me indicaran cuál sería el mejor camino a seguir \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

35. Recé \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

36. Pensé detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme al problema \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

37. Me resigné a aceptar las cosas como eran \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

39. Luché y me desahogué expresando mis sentimientos \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

38. Comprobé que, después de todo, las cosas podían haber ocurrido peor \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

40. Intenté olvidarme de todo \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

41. Procuré que algún familiar o amigo me escuchase cuando necesite manifestar mis sentimientos \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

42. Acudí a la Iglesia para poner velas o rezar \*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4

Enviar

Página 1 de 1

## Anexo N.º 04

### Confiabilidad y validez del instrumento

La herramienta de medición es el Cuestionario de estrategias de afrontamiento (CAE). La efectividad de la herramienta se evalúa en base a las opiniones de expertos (validez de contenido) y los resultados de aplicarla a una muestra piloto de 30 estudiantes de psicología de la UPLA (validez constructiva).

La validez de contenido usa el coeficiente de consistencia  $V$  de Aiken para evaluar el índice, mientras que la validez objetiva usa el coeficiente de correlación  $r$  de Pearson para representar la herramienta completa (ítem-total).

La confiabilidad de la herramienta se evaluó aplicándola a los resultados de una muestra piloto de 30 estudiantes de psicología de la UPLA y el coeficiente alfa de consistencia interna de Cronbach.

### Evaluación de la validez

#### Validez de contenido (con juicio de expertos)

El coeficiente de concordancia  $V$  de Aiken es:

$$V = \frac{S}{n(c-1)}$$

donde:

$V$  es el coeficiente de Aiken,

$S$  es la suma de las puntuaciones asignadas por los expertos,

$n$  es el número de expertos,

$c$  es el número de respuestas posibles de cada pregunta en cada criterio

Las opciones de opinión de los expertos o jueces a cada pregunta en cada criterio son: 0 = No y 1 = Si,  $c = 2$ .

Este coeficiente toma valores entre 0 y 1, y el instrumento es válido si todos los criterios son válidos.

Los expertos son consultados sobre cada una de las preguntas en los siguientes criterios:

1. ¿La pregunta permitirá alcanzar el objetivo planteado en el estudio?
2. ¿La pregunta está formulada en forma clara y precisa?
3. ¿El orden de la pregunta es el adecuado?
4. ¿La redacción de la pregunta es entendible o coherente con el propósito del estudio?
5. ¿El contenido de la pregunta corresponde con el propósito del estudio?

6. ¿El vocabulario de la pregunta es el adecuado?

a) Validez de contenido del Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento al Estrés (CAE)

Se consultó a dos expertos sobre la validez de contenido del Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento del Estrés (CAE), quienes dieron dos respuestas para que eligieran: sí y no. Los coeficientes Aiken V se enumeran en detalle en la Tabla 2. Los coeficientes de todos los problemas en todas las condiciones son iguales a 1, y el valor p es menor que 0.05 El juicio de expertos muestra que el instrumento tiene validez de contenido.

Con los resultados de la sección 1.1 (tablas 1 y 2) se deduce que los instrumentos presentan validez de contenido.

Tabla 2

Coeficiente de concordancia V de Aiken para el Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento al Estrés (CAE)

Item	Coeficiente V de Aiken						Valor p	Validez
	Criterio1	Criterio2	Criterio3	Criterio4	Criterio5	Criterio6		
Foc1	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Aut2	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Red3	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Exp4	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Evi5	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Bus6	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Rel7	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Foc8	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Aut9	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Red10	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Exp11	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Evi12	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Bus13	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Rel14	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Foc15	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Aut16	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Red17	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Exp18	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Evi19	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Bus20	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Rel21	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Foc22	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Aut23	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Red24	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Exp25	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Evi26	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Bus27	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Rel28	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Foc29	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Foc30	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Red31	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Exp32	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Evi33	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Bus34	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Rel35	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Aut36	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Aut37	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Red38	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Exp39	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Evi40	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Bus41	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si
Rel42	1	1	1	1	1	1	0,031*	Si

(\*) Significativa al 5% ( $p < 0,05$ )

### Validez de constructo (con muestra piloto)

La validez con muestra piloto se determina con el coeficiente de correlación corregida  $r$  de Pearson, definido como:

$$r_{j,tot-j} = \frac{r_{jt} S_x - S_j}{\sqrt{S_x^2 + S_j^2 - 2r_{jt} S_x S_j}}$$

Donde:

$r_{j,tot-j}$  es el coeficiente de correlación corregida o reajustada ítem-total,

$r_{jt}$  es el coeficiente de correlación ítem-total,

$S_x$  es la desviación estándar del puntaje total,

$S_j$  es la desviación estándar del puntaje del  $j$ -ésimo ítem.

Este coeficiente toma valores entre  $-1$  y  $1$ , y los ítems cuyas correlaciones ítem-total arrojen valores de  $0,2$  a más son válidos, eliminando aquellos ítems con coeficientes menores de  $0,2$ . El instrumento de medición es válido si todos sus ítems son válidos.

#### a) Validez de constructo del Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento al Estrés (CAE)

El término  $r$  de Pearson del instrumento de medición - el total (correlación total de elementos corregidos, la cuarta columna de la Tabla 4) tiene un coeficiente de correlación mayor que  $0,2$ , entre  $0,212$  (ítem Aut2) y  $0,751$  (ítem Bus27), por lo tanto, la herramienta es eficaz, por lo que la herramienta tiene eficacia constitutiva.

Coeficientes de correlación corregida  $r$  de Pearson del Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento al Estrés (CAE) (n = 35)

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
Foc1	79,83	385,385	0,499	0,921
Aut2	80,77	393,357	0,212	0,924
Red3	79,80	388,855	0,466	0,921
Exp4	80,47	385,430	0,545	0,921
Evi5	79,80	382,717	0,528	0,921
Bus6	80,17	374,902	0,606	0,920
Rel7	80,77	383,220	0,425	0,922
Foc8	79,97	389,964	0,384	0,922
Aut9	80,70	389,321	0,477	0,921
Red10	79,97	390,102	0,380	0,922
Exp11	80,60	395,559	0,231	0,923
Evi12	79,87	381,154	0,553	0,920
Bus13	80,17	382,626	0,526	0,921
Rel14	81,33	389,609	0,355	0,922
Foc15	80,33	382,023	0,483	0,921
Aut16	80,17	383,592	0,483	0,921
Red17	79,73	388,685	0,498	0,921
Exp18	80,37	394,723	0,265	0,923
Evi19	79,90	386,300	0,396	0,922
Bus20	80,30	375,872	0,678	0,919
Rel21	80,90	381,541	0,454	0,922
Foc22	80,27	389,444	0,428	0,922
Aut23	80,20	386,993	0,438	0,922
Red24	80,27	389,444	0,428	0,922
Exp25	81,07	386,271	0,414	0,922

Evi26	79,97	388,792	0,417	0,922
Bus27	80,13	372,602	0,751	0,918
Rel28	80,27	390,064	0,328	0,923
Foc29	80,00	390,966	0,343	0,922
Foc30	80,63	389,620	0,382	0,922
Red31	79,97	388,378	0,535	0,921
Exp32	80,47	395,154	0,285	0,923
Evi33	80,20	386,717	0,465	0,921
Bus34	80,27	379,375	0,645	0,919
Rel35	80,37	388,033	0,329	0,923
Aut36	79,77	384,185	0,613	0,920
Aut37	80,57	394,116	0,289	0,923
Red38	80,00	384,828	0,537	0,921
Exp39	79,93	383,651	0,514	0,921
Evi40	79,90	380,300	0,599	0,920
Bus41	80,17	383,178	0,493	0,921
Rel42	81,27	384,133	0,477	0,921

Con los resultados de la sección 1.2 (tablas 3 y 4) se colige que los instrumentos presentan validez de constructo.

|

De los resultados de la sección S I, se deriva que los instrumentos son válidos.

## PRUEBA PILOTO

ILOT0.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
B	Cadena	8	0	AFRONTAMIE...	Ninguno	Ninguno	8	Izquierda	Nominal	Entrada
Foc1	Númérico	8	0	Focalización en...	{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Aut2N	Númérico	8	0	Autofocalizació...	{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Red3	Númérico	8	0	Reevaluación p...	{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Exp4N	Númérico	8	0	Expresión emo...	{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Evi5	Númérico	8	0	Evitación	{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Bus6	Númérico	8	0	Búsqueda de a...	{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Rel7	Númérico	8	0	Religión	{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Foc8	Númérico	8	0		{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Aut9N	Númérico	8	0		{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Red10	Númérico	8	0		{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Exp11N	Númérico	8	0		{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Evi12	Númérico	8	0		{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Bus13	Númérico	8	0		{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Rel14	Númérico	8	0		{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Foc15	Númérico	8	0		{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Aut16N	Númérico	8	0		{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Red17	Númérico	8	0		{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Exp18N	Númérico	8	0		{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Evi19	Númérico	8	0		{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Bus20	Númérico	8	0		{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Rel21	Númérico	8	0		{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Foc22	Númérico	8	0		{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Aut23N	Númérico	8	0		{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
Red24	Númérico	8	0		{0, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada

**Anexo N.º 05**  
**Evaluación de confiabilidad**



UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD



"AÑO DE LA UNIVERSALIZACIÓN DE LA SALUD"  
**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**  
"Excelencia en Salud.... De los Andes al Mundo"

15 de noviembre del 2020

**OFICIO MULTIPLE N° 004-EPPs-FCS-UPLA-2020**

**Señores**

**Copelo Cristóbal Gianina - Tutor III Ciclo de la E.P de Psicología**  
**Noreña Estrada David - Tutor VIII ciclo de la E.P de Psicología**

**Presente.** -

**ASUNTO: AUTORIZACIÓN PARA REALIZAR INVESTIGACIÓN**  
**REFERENCIA: SOLICITUD DE ASESORA**

Es grato dirigirme a usted, para saludarlo cordialmente y en mérito al documento de la referencia solicitarle tenga a bien otorgar las facilidades para la realización del proyecto de investigación titulado: **“AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGIA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO- 2020”**, a cargo de la Bachiller MILUSKA LA TORRE MENDOZA, contando como asesora a la Mg. Paredes Gutarra Madeleine. Asimismo, tener en consideración que la participación del estudiante es voluntaria y previa disposición del horario.

Agradeciendo su gentil atención al presente aprovecho a esta para expresarle las muestras de mi especial diferencia.



**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES**  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

**DRA. MARIBEL RUIZ BALVIN**  
Directora de la Escuela Profesional

C/c Archivo  
MRB/cvmt

**MISIÓN:**

Somos una unidad académica formadora de profesionales científicos, técnicos y humanistas competitivos en el campo de Ciencias de la Salud, con docentes altamente calificados que promueven la labor interdisciplinaria, aprovechando la infraestructura, equipamiento y ubicación geográfica, para promover el desarrollo sostenible de la región y del país.



## I. Evaluación de la confiabilidad

La confiabilidad de los instrumentos se determina con el coeficiente de consistencia interna alfa de Cronbach, definido como:

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left( 1 - \frac{\sum S_i^2}{S^2} \right)$$

Donde:

$\alpha$  es el coeficiente alfa de Cronbach,

$S_i^2$  es la varianza de los resultados del ítem,

$S^2$  es la varianza del resultado total del instrumento,

$k$  es el número de ítems

El coeficiente toma valores entre 0 y 1, y un valor mayor a 0,7 indica que el instrumento es confiable.

### a) Confiabilidad del Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento al Estrés (CAE)

El coeficiente alfa de Cronbach del cuestionario de Estrategias de Afrontamiento al Estrés (CAE) es de 0.923, mayor que 0,7; por lo que el instrumento es confiable.

Estadísticas de fiabilidad del Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento al Estrés (CAE)	
Alfa de Cronbach	Ni de elementos
0.923	42

De los resultados de la sección II, se establece que los instrumentos son confiables.

Con los resultados de las secciones I y II, se afirma que el Cuestionario Estrategias de Afrontamiento al Estrés (CAE) es válido y confiables.

## Anexo N.º 06

## Declaración de confidencialidad



UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

---

## DECLARACIÓN DE CONFIDENCIALIDAD

Yo, La Torre Mendoza, Miluska identificada con DNI N° 42754470, Bachiller de la Escuela Académico Profesional de Psicología, vengo implementando el proyecto de tesis titulado: **AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS Y PERCEPCION DE LA INSEGURIDAD CIUDADANA EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO – 2020**, en ese contexto declaro bajo juramento que los datos que se generen como producto de la investigación, así como la identidad de los participantes serán preservados y serán usados únicamente con fines de investigación de acuerdo a lo especificado en los artículos 27 y 28 del Reglamento General de Investigación y en los artículos 4 y 5 del Código de Ética para la Investigación Científica de la Universidad Peruana “Los Andes”, salvo con autorización expresa y documentada de alguno de ellos.

Huancayo, 10 Diciembre de 2020.



---

La Torre Mendoza, Miluska  
Responsable de la Investigación



UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD



“AÑO DE LA UNIVERSALIZACIÓN DE LA SALUD”  
**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**  
“Excelencia en Salud.... De los Andes al Mundo”

**LA QUE SUSCRIBE, LA DIRECTORA DE LA ESCUELA  
PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD  
PERUANA LOS ANDES, DEJA:**

# CONSTANCIA

Que la bachiller LA TORRE MENDOZA MILUSKA han aplicado el instrumento de evaluación ***Cuestionario de estrategias de afrontamiento al estrés (CAE)*** a los estudiantes del tercer y octavo ciclo de la Escuela Profesional de Psicología, dentro del proceso de realización de la investigación “AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO-2020”.”, para obtener el título de psicólogo, remitiendo el respectivo informe de los resultados a esta Dirección

Se expide le presente a solicitud de los interesados

Huancayo, 15 de enero de 2021



**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES**  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

**DRA. MARIBEL RUIZ BALVIN**  
Directora de la Escuela Profesional  
de Psicología

C/c Archivo  
MRB/cvmt  
Folios (o2)  
MISIÓN:

Somos una unidad académica formadora de profesionales científicos, técnicos y humanistas competitivos en el campo de Ciencias de la Salud, con docentes altamente calificados que promueven la labor interdisciplinaria, aprovechando la infraestructura, equipamiento y ubicación geográfica, para promover el desarrollo sostenible de la región y del país.



## “AÑO DE LA UNIVERSALIZACIÓN DE LA SALUD”

Huancayo, 19 de octubre del 2020

Estimado (a) señor (a) (rita):

Miriam Jacqueline Doza Damián

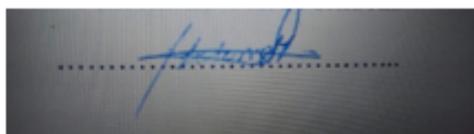
Presente.

Le saludo cordialmente y a la vez solicito su valiosa colaboración en la revisión del instrumento anexo, el cual tiene como objetivo recolectar datos necesarios para el desarrollo de nuestra investigación titulada “AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGIA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO-2020”

Acudo a usted debido a sus conocimientos y experiencias en la materia, los cuales aportarían una útil y completa información para la culminación exitosa de este trabajo de investigación, y de aporte a la comunidad psicológica de la provincia de Huancayo.

Se le agradece por anticipado por su valioso aporte y participación.

Atentamente,



## CRITERIO DE JUECES

**NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO:** Miriam Jacqueline ~~Doza~~ <sup>Doza</sup> Damián

**TÍTULO PROFESIONAL:** Licenciada en Psicología

**GRADO OBTENIDO (PREGRADO)** Bachiller en Psicología

**CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN:** UNIFE

**GRADO OBTENIDO (POSGRADO):** Magister en Gerencia Social

**CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN:** PUCP

**ESPECIALIDAD:** Psicología Social Comunitaria

**AÑOS DE EXPERIENCIA:** 17 años

**INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA:** Centro Emergencia Mujer

**CARGO LABORAL/ RESPONSABLE:** Psicóloga

**EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO**

**“CUESTIONARIO DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS (CAE)”**

ADECUADO 1  MEDIANAMENTE ADECUADO 2  INADECUADO 3

**OBSERVACIONES:**.....

.....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....

Huancayo, 19 de octubre del 2020



.....  
 Psic. Miriam Doza Damián  
 C.P.S. 09381

# Constancia

Juicio de experto

Yo, Doza Damián, Miriam Jacqueline, con Documento Nacional de Identidad N° 21139134 certifico que realicé el juicio de experto del instrumento CUESTIONARIO DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS (CAE) visto, cuya responsable La Torre Mendoza Miluska, la cual solicita el apoyo a fin de realizar la investigación: AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGIA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO – 2020. En la provincia de Huancayo 2020.

Huancayo, 19 de octubre del 2020



.....  
Psic. Miriam Doza Damian  
C.Ps.P. 09381

## “AÑO DE LA UNIVERSALIZACIÓN DE LA SALUD”

Huancayo, 16 de octubre del 2020

Estimado (a) señor (a) (rita):

Nelly Angela Diaz Correa

Presente.

Le saludo cordialmente y a la vez solicito su valiosa colaboración en la revisión del instrumento anexo, el cual tiene como objetivo recolectar datos necesarios para el desarrollo de nuestra investigación titulada “AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGIA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO-2020”

Acudo a usted debido a sus conocimientos y experiencias en la materia, los cuales aportarían una útil y completa información para la culminación exitosa de este trabajo de investigación, y de aporte a la comunidad psicológica de la provincia de Huancayo.

Se le agradece por anticipado por su valioso aporte y participación.

Atentamente,



---

La Torre Mendoza Miluska  
DNI N° 42754470

**CRITERIO DE JUECES****NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO: NELLY ANGELA DIAZ CORREA****TÍTULO PROFESIONAL: LIC. EN PSICOLOGIA****GRADO OBTENIDO (PREGRADO): BACHILLER****CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN: UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS****GRADO OBTENIDO (POSGRADO): MAGISTER****CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN: PONTIFICIA UNIVERSIDAD  
CATOLICA DEL PERU****ESPECIALIDAD: FONOAUDIOLOGIA: TRASTORNOS DEL LENGUAJE****AÑOS DE EXPERIENCIA: 6****INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA: CENTRO DE SALUD MENTAL  
COMUNITARIO - CHILCA****CARGO LABORAL/ RESPONSABLE: TERAPEUTA DEL LENGUAJE****EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO****“CUESTIONARIO DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS (CAE)”**ADECUADO 1  MEDIANAMENTE ADECUADO 2  INADECUADO 3 

**OBSERVACIONES:** Tener en cuenta lo consignado en observaciones para que la redacción sea mucho más entendible para las personas evaluadas y también evitar preguntas que podrían tomarse repetitivas.

Huancayo, 16 de octubre del 2020



Firma

Nombre y Apellidos: Nelly Angela Diaz Correa  
DNI N°42890034

# Constancia

## Juicio de experto

Yo, Nelly Angela Diaz Correa, con Documento Nacional de Identidad N°42890034, certifico que realicé el juicio de experto del instrumento CUESTIONARIO DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS (CAE) visto, cuya responsable La Torre Mendoza Miluska, la cual solicita el apoyo a fin de realizar la investigación: AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGIA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO – 2020. En la provincia de Huancayo 2020.

Huancayo, 16 de octubre del 2020



Firma

Nombre y Apellidos: Nelly Angela Diaz Correa  
DNI N°42890034

## “AÑO DE LA UNIVERSALIZACIÓN DE LA SALUD”

Huancayo, 30 de octubre del 2020

Estimado (a) señor (a) (rita):

Daisy Gelene Vidalón Salazar

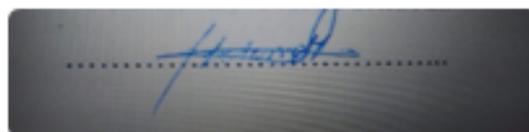
Presente.

Le saludo cordialmente y a la vez solicito su valiosa colaboración en la revisión del instrumento anexo, el cual tiene como objetivo recolectar datos necesarios para el desarrollo de nuestra investigación titulada “AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGIA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO-2020”

Acudo a usted debido a sus conocimientos y experiencias en la materia, los cuales aportarían una útil y completa información para la culminación exitosa de este trabajo de investigación, y de aporte a la comunidad psicológica de la provincia de Huancayo.

Se le agradece por anticipado por su valioso aporte y participación.

Atentamente,



La Torre Mendoza Miluska  
DNI N° 42754470

### CRITERIO DE JUECES

**NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO:** Daisy Gelene Vidalón Salazar

**TÍTULO PROFESIONAL :** Psicóloga

**GRADO OBTENIDO (PREGRADO):** Bachiller en Psicología

**CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN:** UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

**GRADO OBTENIDO (POSGRADO):** Magister en intervención en niños y adolescentes

**CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN:** UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

**ESPECIALIDAD :** Psicología clínica

**AÑOS DE EXPERIENCIA :** 6 años

**INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA :** centro de salud mental comunitario

**CARGO LABORAL/ RESPONSABLE :** jefa

**TRABAJOS PUBLICADOS :** "Asertividad en adolescentes embarazadas"

**EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO**

**"CUESTIONARIO DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS (CAE)"**

ADECUADO 1  MEDIANAMENTE ADECUADO 2  INADECUADO 3

**OBSERVACIONES:**.....

.....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....

Huancayo, 30 de octubre del 2020

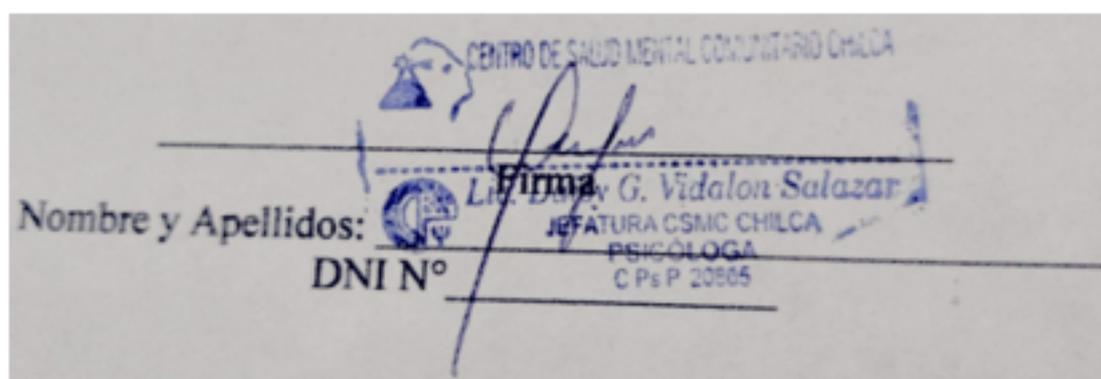

  
 Nombre y Apellidos: \_\_\_\_\_  
 DNI N° \_\_\_\_\_

# Constancia

## Juicio de experto

Yo, Daisy ~~Gelene~~ ~~Vidalón~~ Salazar, con Documento Nacional de Identidad N° 44141179 certifico que realicé el juicio de experto del instrumento CUESTIONARIO DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS (CAE) visto, cuya responsable La Torre Mendoza Miluska, la cual solicita el apoyo a fin de realizar la investigación: AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGIA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO – 2020. En la provincia de Huancayo 2020.

Huancayo, 30 de octubre del 2020



## “AÑO DE LA UNIVERSALIZACIÓN DE LA SALUD”

Huancayo, 22 de octubre del 2020

Estimado (a) señor (a) (rita):

Denci Casqui Molina

Presente.

Le saludo cordialmente y a la vez solicito su valiosa colaboración en la revisión del instrumento anexo, el cual tiene como objetivo recolectar datos necesarios para el desarrollo de nuestra investigación titulada “AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGIA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO-2020”

Acudo a usted debido a sus conocimientos y experiencias en la materia, los cuales aportarían una útil y completa información para la culminación exitosa de este trabajo de investigación, y de aporte a la comunidad psicológica de la provincia de Huancayo.

Se le agradece por anticipado por su valioso aporte y participación.

Atentamente,



La Torre Mendoza Miluska

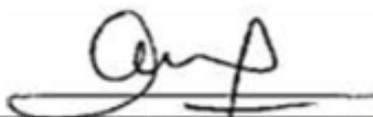
**CRITERIO DE JUECES****NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO:** ~~Denci Casqui Molina~~**TÍTULO PROFESIONAL:** Psicóloga.**GRADO OBTENIDO (PREGRADO):** Psicóloga.**CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN:** Universidad Peruana los Andes**GRADO OBTENIDO (POSGRADO):** Doctora**CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN:** Universidad Cesar Vallejo**ESPECIALIDAD:** Psicóloga Clínica Comunitaria**AÑOS DE EXPERIENCIA :** 9 años**INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA:** CEM - Huancayo**CARGO LABORAL/ RESPONSABLE:** Psicóloga**TRABAJOS PUBLICADOS:** asesora de Artículos revisados**EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO****“CUESTIONARIO DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS (CAE)”**

ADECUADO 1  MEDIANAMENTE ADECUADO 2  INADECUADO 3

**OBSERVACIONES:**

**Modificar algunos términos con un sinónimo más sencillo, con la finalidad que sea más entendido a la muestra donde se va aplicar.**

Huancayo, 22 de octubre del 2020



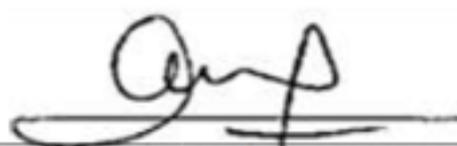
Dra. Denci Casqui Molina  
DNI N° 42713851  
C.Ps.P. 16494

# Constancia

## Juicio de experto

Yo, Denci Casqui Molina, con Documento Nacional de Identidad N°42713851 certifico que realicé el juicio de experto del instrumento CUESTIONARIO DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS (CAE) visto, cuya responsable La Torre Mendoza Miluska, la cual solicita el apoyo a fin de realizar la investigación: AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGIA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO – 2020. En la provincia de Huancayo 2020.

Huancayo, 22 de octubre del 2020



---

Dra. Denci Casqui Molina  
DNI N° 42713851  
C.Ps.P. 16494

## “AÑO DE LA UNIVERSALIZACIÓN DE LA SALUD”

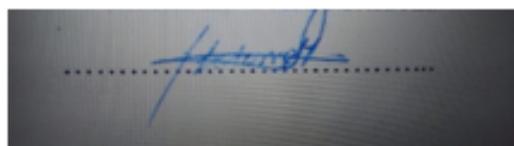
Huancayo, 26 de octubre del 2020

Estimado (a) señor (a) ~~(rita)~~:  
Rojas Carbajal Javier Santiago  
Presente.

Le saludo cordialmente y a la vez solicito su valiosa colaboración en la revisión del instrumento anexo, el cual tiene como objetivo recolectar datos necesarios para el desarrollo de nuestra investigación titulada “AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGIA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO-2020”

Acudo a usted debido a sus conocimientos y experiencias en la materia, los cuales aportarían una útil y completa información para la culminación exitosa de este trabajo de investigación, y de aporte a la comunidad psicológica de la provincia de Huancayo.

Se le agradece por anticipado por su valioso aporte y participación.



Atentamente,

---

La Torre Mendoza Miluska  
DNI N° 42754470

## CRITERIO DE JUECES

**NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO:** Javier Santiago Rojas Carbajal

**TÍTULO PROFESIONAL:** Licenciada en Psicología

**GRADO OBTENIDO (PREGRADO):** Bachiller en Psicología

**CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN:** UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

**GRADO OBTENIDO (POSGRADO):** Magister en prevención e intervención en niños y adolescentes.

**CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN:** UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

**ESPECIALIDAD** : psicólogo educativo

**AÑOS DE EXPERIENCIA** : 4 años

**INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA** : Ugel Churcampa- Huancavelica

**CARGO LABORAL/ RESPONSABLE** : Psicólogo

**EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO**

**“CUESTIONARIO DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS (CAE)”**

ADECUADO 1       MEDIANAMENTE ADECUADO 2       INADECUADO 3

**OBSERVACIONES:**.....

.....  
 .....  
 .....

Huancayo, 26 de octubre del 2020



  
 Javier Santiago Rojas Carbajal  
 PSICÓLOGO  
 C.Ps.P. 31369

# Constancia

## Juicio de experto

Yo, Rojas Carbajal Javier Santiago, con Documento Nacional de Identidad N° 45196576 certifico que realicé el juicio de experto del instrumento CUESTIONARIO DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS (CAE) visto, cuya responsable La Torre Mendoza Miluska, la cual solicita el apoyo a fin de realizar la investigación: AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGIA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO – 2020. En la provincia de Huancayo 2020.

Huancayo, 26 de octubre del 2020



  
Javier Santiago Rojas Carbajal  
PSICÓLOGO  
C.Ps.P. 31369

Muestra ESTUDIO Afrontamiento al Estrés - Excel

Inicio | Insertar | Disposición de página | Fórmulas | Datos | Revisar | Vista | Ayuda | ¿Qué desea hacer?

Calibri 11 | Fuente | Alineación | Número | Estilos | Celdas | Edición

Portapapeles | Pegar | Ajustar texto | Combinar y centrar | Formato condicional | Dar formato como tabla | Estilos de celda | Insertar | Eliminar | Formato | Ordenar y filtrar | Buscar y seleccionar

A1 | nEst

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U
1	nEst	Sexo	Edad	Ciclo	A	Foc1	Aut2N	Red3	Exp4N	Evi5	Bus6	Rel7	Foc8	Aut9N	Red10	Exp11N	Evi12	Bus13	Rel14	Foc15	Aut16
2	1	2	19	3		3	1	3	2	3	1	1	2	2	3	3	3	3	3	3	2
3	2	1	19	3		1	3	2	3	3	3	1	2	2	3	3	4	2	0	3	
4	3	1	20	3		3	1	1	1	3	4	4	3	0	1	0	3	3	3	1	
5	4	1	18	3		3	2	2	2	3	2	1	2	1	3	2	3	2	0	2	
6	5	1	19	3		2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	
7	6	1	25	8		4	1	4	1	4	3	1	3	1	3	0	4	3	0	3	
8	7	1	19	3		3	0	3	1	1	1	1	1	1	3	1	3	1	0	1	
9	8	1	18	3		2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
10	9	1	18	3		2	1	1	1	2	2	0	1	1	1	1	1	2	0	1	
11	10	1	20	3		2	0	3	2	3	1	1	2	1	2	1	3	2	0	1	
12	11	1	18	3		2	1	3	1	2	4	0	2	1	3	1	2	4	0	2	
13	12	1	20	3		2	0	3	2	2	1	1	3	0	3	2	2	2	1	2	
14	13	1	18	3		1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	3	2	1	1	
15	14	1	19	3		2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	
16	15	1	23	8		1	2	3	4	3	4	4	2	2	1	2	3	4	4	1	
17	16	1	21	3		3	1	3	1	2	3	3	3	1	3	1	1	3	1	3	
18	17	1	18	3		3	1	3	1	2	1	0	2	1	3	0	2	2	0	2	
19	18	2	21	3		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
20	19	1	18	3		3	1	2	2	1	0	0	2	1	2	1	1	0	0	3	
21	20	1	19	3		3	0	2	1	1	0	3	3	1	2	1	1	1	0	1	
22	21	1	18	3		3	1	3	1	2	3	1	2	2	3	1	3	3	1	2	
23	22	1	25	8		4	2	2	3	3	2	0	3	2	3	3	4	3	0	3	

Hoja1

Muestra ESTUDIO Afrontamiento al Estrés - Excel

Inicio | Insertar | Disposición de página | Fórmulas | Datos | Revisar | Vista | Ayuda | ¿Qué desea hacer?

Calibri 11 Fuente | Alineación | General | Estilos | Celdas | Edición

A1 nEst

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U
93	92	2	25	8		3	3	3	1	3	3	0	3	3	3	1	3	3	0	2	
94	93	2	21	8		2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	3	3	3	3	
95	94	2	24	8		4	0	4	2	4	4	3	4	0	4	2	4	3	2	4	
96	95	2	25	8		3	0	3	1	1	3	2	4	0	3	0	1	1	0	3	
97	96	2	19	3		2	2	3	2	4	1	0	2	1	3	2	1	3	1	1	
98	97	2	25	8		3	1	2	1	3	2	1	3	2	2	3	2	1	1	1	
99	98	2	23	8		2	1	3	2	1	2	1	0	3	3	2	2	0	0	3	
100	99	1	20	3		1	2	2	2	2	2	3	1	3	4	2	1	2	2	1	
101	100	1	23	8		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
102	101	1	21	3		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	
103	102	1	20	3		1	2	3	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	
104	103	1	21	3		1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	
105	104	2	19	3		2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	3	3	3	3	2	
106	105	2	22	8		2	1	3	3	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	
107	106	2	23	8		2	1	1	2	2	2	1	3	1	3	1	2	3	2	2	
108	107	2	24	8		2	2	2	1	1	1	2	1	3	3	2	1	1	2	3	
109	108	2	24	8		2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	
110	109	2	22	8		2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	
111	110	1	22	8		2	1	2	1	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	
112	111	2	23	8		2	1	2	2	1	2	3	3	1	3	2	1	2	1	2	
113	112	2	19	3		2	1	1	1	2	1	2	3	2	2	1	2	2	2	1	
114	113	1	21	8		1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	1	3	
115	114	2	25	8		2	1	3	2	2	2	2	1	1	2	3	2	2	2	2	

Hoja1

Muestra ESTUDIO Afrontamiento al Estrés - Excel

Inicio

Archivo Inicio Insertar Disposición de página Fórmulas Datos Revisar Vista Ayuda ¿Qué desea hacer? Compartir

Calibri 11 Fuente Ajustar texto General

Formato condicional Dar formato como tabla Estilos de celda Insertar Eliminar Formato Celdas

Ordenar y filtrar Buscar y seleccionar Edición

A1 nEst

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U
24	23	1	18	3		3	1	3	1	2	2	3	2	1	2	1	2	2	1	2	
25	24	2	20	3		2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2
26	25	1	19	3		2	2	2	3	2	1	0	2	2	2	3	1	1	0	2	
27	26	2	18	3		2	2	3	0	2	3	3	2	2	3	0	1	2	1	2	
28	27	1	20	3		3	0	3	1	1	2	0	3	0	3	0	2	3	0	2	
29	28	1	18	3		4	0	3	1	2	0	1	2	3	4	0	4	0	0	0	
30	29	1	20	3		2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
31	30	2	22	8		1	0	2	0	0	2	2	1	0	2	1	3	1	0	0	
32	31	2	24	8		4	0	3	2	1	3	2	3	1	3	1	3	2	1	2	
33	32	1	20	3		2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
34	33	1	21	3		2	2	3	1	3	1	1	3	1	3	1	3	1	0	3	
35	34	1	22	8		4	1	3	1	4	4	4	3	3	4	2	4	3	3	4	
36	35	2	21	3		2	1	3	2	1	2	4	3	2	3	1	1	2	3	2	
37	36	1	19	3		2	2	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1	0	0	
38	37	1	23	8		2	1	2	2	2	1	3	4	3	2	2	2	3	3	2	
39	38	1	21	3		4	0	3	1	3	2	1	3	1	3	2	2	3	0	2	
40	39	2	21	8		4	1	3	0	4	4	1	3	0	3	0	3	4	1	2	
41	40	1	19	3		3	1	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	1	1	
42	41	2	25	8		3	1	3	3	2	4	3	4	2	3	2	3	4	1	4	
43	42	1	18	3		2	2	3	1	3	1	0	2	0	3	0	3	3	0	2	
44	43	1	19	3		2	1	2	3	2	1	1	1	1	2	0	2	1	0	0	
45	44	1	23	8		4	3	3	1	2	3	1	3	1	3	0	1	2	1	4	
46	45	1	20	3		3	1	3	2	3	2	0	2	3	3	2	3	2	0	3	

Hoja1

Muestra ESTUDIO Afrontamiento al Estrés - Excel

Inicio | Insertar | Disposición de página | Fórmulas | Datos | Revisar | Vista | Ayuda | ¿Qué desea hacer?

Archivos | Pegar | Fuente | Alineación | Número | Estilos | Celdas | Edición

Calibri 11 | Ajustar texto | General | Formato condicional | Dar formato como tabla | Estilos de celda | Insertar | Eliminar | Formato | Ordenar y filtrar | Buscar y seleccionar

A1 | nEst

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U
47	46	1	19	3		4	0	3	0	2	1	0	3	0	3	0	2	1	0	3	
48	47	1	19	3		4	0	1	1	4	1	0	4	0	1	0	4	1	0	4	
49	48	2	23	8		4	0	1	3	4	1	3	4	0	1	0	4	1	3	4	
50	49	2	19	3		2	1	2	3	2	2	1	3	2	3	3	3	2	0	0	
51	50	1	19	3		3	1	3	1	3	3	0	2	2	3	2	2	2	2	4	
52	51	2	20	3		3	0	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	0	
53	52	1	23	8		2	4	0	2	2	0	0	2	4	4	4	2	0	0	2	
54	53	1	19	3		3	1	2	3	1	1	0	1	0	1	2	2	1	0	0	
55	54	1	20	3		3	2	3	1	1	0	1	3	2	1	1	1	0	0	1	
56	55	2	21	3		3	2	2	2	1	0	1	2	1	2	2	1	0	0	2	
57	56	1	19	3		4	3	4	1	4	2	1	4	0	4	0	4	3	3	4	
58	57	1	20	3		2	0	2	4	3	0	0	2	2	2	2	4	0	0	2	
59	58	1	21	3		3	2	2	2	3	1	3	3	2	2	2	3	3	1	2	
60	59	1	18	3		2	2	2	3	3	0	0	2	2	2	2	2	1	0	2	
61	60	1	21	3		3	2	3	1	3	2	3	2	3	4	1	3	1	0	0	
62	61	1	26	8		3	0	1	0	3	2	4	4	0	3	0	4	4	4	4	
63	62	1	20	3		2	3	1	2	1	0	0	1	2	2	2	3	0	0	2	
64	63	1	19	3		4	1	3	1	2	4	0	3	1	3	1	2	2	0	3	
65	64	1	18	3		0	0	2	2	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	
66	65	1	19	3		4	0	3	1	4	4	2	2	1	2	1	4	4	1	2	
67	66	1	25	8		2	1	3	1	1	1	1	3	1	3	0	3	1	0	1	
68	67	2	19	3		4	0	4	2	2	2	2	3	0	4	1	0	0	0	1	
69	68	2	23	8		2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	

Hoja1

Muestra ESTUDIO Afrontamiento al Estrés - Excel

Inicio | Insertar | Disposición de página | Fórmulas | Datos | Revisar | Vista | Ayuda | ¿Qué desea hacer?

Calibri 11 | Fuente | Ajustar texto | General | Estilos | Celdas | Edición

Portapapeles | Pegar | Fuente | Alineación | Número | Estilos | Celdas | Edición

A1 | nEst

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U
70	69	1	18	3		2	1	3	2	4	0	3	2	2	3	1	3	0	2	2	
71	70	1	19	3		2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	
72	71	1	18	3		3	0	3	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	
73	72	1	21	3		2	2	2	2	2	2	0	2	2	2	2	2	1	0	2	
74	73	1	18	3		2	3	2	3	2	3	4	4	3	4	1	3	3	4	3	
75	74	1	19	3		2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
76	75	2	28	8		3	0	3	0	3	4	0	4	2	3	3	3	4	0	4	
77	76	1	28	8		3	3	2	1	0	4	1	0	1	2	3	2	3	3	2	
78	77	1	19	3		2	0	2	1	4	2	1	2	1	3	0	4	4	1	2	
79	78	1	18	3		3	1	3	1	2	1	2	2	2	3	0	2	2	1	1	
80	79	1	18	3		3	4	2	3	3	2	0	3	2	2	2	2	3	0	2	
81	80	1	28	8		4	2	4	2	2	2	4	4	2	4	0	4	4	0	4	
82	81	1	20	3		3	0	4	0	3	2	2	4	0	4	0	3	2	0	3	
83	82	2	21	3		3	0	3	3	3	3	3	4	0	4	0	4	4	0	3	
84	83	2	22	8		3	1	3	1	2	2	2	3	1	3	1	2	2	0	2	
85	84	2	19	3		3	3	2	1	2	0	0	3	1	3	3	2	0	0	3	
86	85	2	18	3		2	1	3	0	3	2	3	3	1	3	1	2	2	0	2	
87	86	2	23	8		3	2	3	3	3	2	3	2	3	1	3	1	3	1	3	
88	87	2	25	8		3	2	3	1	2	1	2	3	1	2	1	2	2	3	2	
89	88	2	27	8		3	1	2	1	4	3	0	3	2	2	1	4	3	0	2	
90	89	2	25	8		3	3	2	1	2	1	1	3	2	2	2	2	1	1	2	
91	90	2	24	8		4	1	2	1	1	3	1	3	3	1	2	2	1	1	4	
92	91	2	24	8		2	3	2	1	2	3	0	1	0	2	0	2	3	0	2	

Hoja1





**UNIVERSIDAD PERUNA LOS ANDES**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN**

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Después de estar debidamente informado de mis objetivos, procedimientos y riesgos como parte de la investigación, "Afrontamiento al Estrés y Percepción de la inseguridad ciudadana en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo- 2020", mediante la firma de este documento acepto participar voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por la investigadora responsable: La Torre Mendoza, Miluska.

Me dijeron que mi participación es completamente gratuita y voluntaria, incluso si comienzo a participar, puedo negarme a contestar cualquier pregunta o decidir suspender la participación en cualquier momento sin causarme ningún daño. De manera similar, alguien me dijo que mis respuestas a preguntas y contribuciones se mantendrán confidenciales y solo lo sabrán los profesionales involucrados en la encuesta. Me dijeron que mi identidad estará protegida al obtener, producir y difundir los materiales producidos.

Entiendo que los resultados de la investigación se me proporcionarán a pedido y responderé todas las preguntas sobre la investigación o la participación en la investigación.

Huancayo, .....15..... de .....11..... 2020.



(PARTICIPANTE)

Apellidos y nombres: .....Y. C. S.....

N° DNI: .....70.21.84.16.....

**1. Responsable de investigación**

Apellidos y nombres: La Torre Mendoza, Miluska.

D.N.I. N° 4754470

N° de teléfono/celular: 915954836

Email: valkirias2009@hotmail.com

Firma:

**2. Asesora de investigación**

Apellidos y nombres: Dra. Copelo Cristóbal, Giannina

D.N.I. N° 41430115

N° de teléfono/celular: 920791720

Email: gianni\_4142@hotmail.com

Firma:

**3. Asesora de investigación**

Apellidos y nombres: Mg. Paredes Gutarra, Madeleine

D.N.I. N° 09542857

N° de teléfono/celular: 944967352

Email: maem\_3@hotmail.com

Firma:

## Anexo 5:



UNIVERSIDAD PERUNA LOS ANDES  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Después de estar debidamente informado de mis objetivos, procedimientos y riesgos como parte de la investigación, "Afrontamiento al Estrés y Percepción de la inseguridad ciudadana en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo- 2020", mediante la firma de este documento acepto participar voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por la investigadora responsable: La Torre Mendoza, Miluska.

Me dijeron que mi participación es completamente gratuita y voluntaria, incluso si comienzo a participar, puedo negarme a contestar cualquier pregunta o decidir suspender la participación en cualquier momento sin causarme ningún daño. De manera similar, alguien me dijo que mis respuestas a preguntas y contribuciones se mantendrán confidenciales y solo lo sabrán los profesionales involucrados en la encuesta. Me dijeron que mi identidad estará protegida al obtener, producir y difundir los materiales producidos.

Entiendo que los resultados de la investigación se me proporcionarán a pedido y responderé todas las preguntas sobre la investigación o la participación en la investigación.

Huancayo, .....15..... de.....11..... 2020.



(PARTICIPANTE)

Apellidos y nombres: .....Y. C. S.....

Nº DNI: .....70.21.8416.....

#### 1. Responsable de investigación

Apellidos y nombres: La Torre Mendoza, Miluska.

D.N.I. Nº 4754470

Nº de teléfono/celular: 915954836

Email: valkirias2009@hotmail.com

Firma:

#### 2. Asesora de investigación

Apellidos y nombres: Dra. Copelo Cristóbal, Giannina

D.N.I. Nº 41430115

Nº de teléfono/celular: 920791720

Email: gianni\_4142@hotmail.com

Firma:

#### 3. Asesora de investigación

Apellidos y nombres: Mg. Paredes Gutarra, Madeleine

D.N.I. Nº 09542857

Nº de teléfono/celular: 944967352

Email: maem\_3@hotmail.com

Firma:

## Fotos de la aplicación del instrumento

