

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

Facultad de Ciencias de la Salud

Escuela Profesional de Psicología



TESIS

Título	: RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR CRISTIANA DE SANTIAGO DE SURCO – LIMA 2022
Para optar el	: Título profesional de Psicóloga
Autor (es)	: Bach. Olga Natalia Vega Vera
Asesor	: Mg. Osmar Jesus Sapaico Vargas
Línea de Investigación	: Salud y gestión de la Salud
Fecha de inicio y término	: 31 de agosto del 2022 al 30 de agosto del 2023

Huancayo – Perú
2024

DEDICATORIA

A mi Dios las gracias por su guía en esta carrera, y por su sustento para concluirla, a mis padres por su esfuerzo, a mi esposo y mi bebe mi motivación para continuar.

La autora.

AGRADECIMIENTOS

A la Institución Educativa Particular Cristiana “Colegio Cristiano Pionero”, por permitirme desarrollar la investigación y así poder obtener los resultados deseados y así culminar este proceso académico y profesional.

A la Universidad Peruana Los Andes, mi alma mater, por albergarme en sus instalaciones y haberme brindado todos los conocimientos necesarios para poder ser una profesional competente y útil para la sociedad.

A mis asesores y maestros, por ayudarme a terminar este trabajo de investigación y poder así optar el título profesional de psicóloga y formar parte del mundo laboral competente, ético y lleno de valores.

Natalia.

CONSTANCIA DE SIMILITUD

N° 0026-FCS -2024

La Oficina de Propiedad Intelectual y Publicaciones, hace constar mediante la presente, Que la **Tesis** Titulada:

RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR CRISTIANA DE SANTIAGO DE SURCO – LIMA 2022

Con la siguiente información:

Con autor(es) : **BACH. VEGA VERA OLGA NATALIA**
 Facultad : **CIENCIAS DE LA SALUD**
 Escuela profesional : **PSICOLOGÍA**
 Asesor (a) : **Mg. OSMAR JESUS SAPAICO VARGAS**

Fue analizado con fecha **22/01/2024** con **126 pág.**; en el Software de Prevención de Plagio (Turnitin); y con la siguiente configuración:

Excluye Bibliografía.

Excluye Citas.

Excluye Cadenas hasta 20 palabras.

Otro criterio (especificar)

El documento presenta un porcentaje de similitud de **24** %.

En tal sentido, de acuerdo a los criterios de porcentajes establecidos en el artículo N° 15 del Reglamento de Uso de Software de Prevención de Plagio Versión 2.0. Se declara, que el trabajo de investigación: **Si contiene un porcentaje aceptable de similitud.**

Observaciones:

En señal de conformidad y verificación se firma y sella la presente constancia.

Huancayo, 22 de enero de 2024.



MTRA. LIZET DORIELA MANTARI MINCAMI
JEFA

Oficina de Propiedad Intelectual y Publicaciones

INTRODUCCIÓN

Como es sabido, los adolescentes atraviesan cambios físicos, emocionales y sociales que pueden generar crisis e incertidumbre. A pesar de la capacidad de resiliencia que puede surgir ante estos desafíos, existen complicaciones que pueden afectar a los adolescentes, especialmente en América Latina y el Caribe, donde las consecuencias continuas de la pandemia siguen afectando la salud mental de muchos jóvenes. Se ha observado un aumento de la ansiedad y la depresión, así como la pérdida de motivación para participar en actividades que solían disfrutar. Además, muchos tienen una perspectiva pesimista del futuro, lo que puede generar estrés y ansiedad.

La Organización Mundial de la Salud destaca que los trastornos mentales representan el 16% de la carga mundial de enfermedades, y señala la falta de detección y tratamiento de muchos de estos trastornos. Por lo tanto, se considera fundamental fomentar la participación activa de los adolescentes en asuntos relacionados con su salud, invertir en servicios de salud mental de calidad y promover el desarrollo de habilidades como la inteligencia emocional y la resiliencia, entre otras.

Andrés Mascaró define la resiliencia como una capacidad inherente a todos los individuos, que puede ser desarrollada mediante procesos emocionales específicos y relaciones saludables. La Asociación Americana de Psicología sugiere que se puede aprender a desarrollar la resiliencia mediante estrategias como el control y la desconexión frente a adversidades, entre otras. En relación con el estrés académico, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia informó que, durante la pandemia, el 20% de los estudiantes enfrentaron dificultades emocionales en su funcionamiento personal, académico, familiar y social. Además, el Ministerio de Salud señaló que el 21.4% de los estudiantes no disfrutaban de sus clases virtuales, pero no enfrentan dificultades académicas, mientras que el 11.2% no disfrutaba de las clases virtuales y sí presenta dificultades académicas. Este trabajo

de investigación tiene como objetivo determinar la correlación entre la resiliencia y el estrés académico.

El contenido del presente documento es el siguiente: en el capítulo I se muestra el planteamiento del problema, en el capítulo II se muestra el marco teórico, en el capítulo III se muestran las hipótesis, en el capítulo IV se expone la metodología, en el capítulo V se detallan los resultados. Finalmente se presentan las discusiones, conclusiones, recomendaciones, aspectos bibliográficos y anexos.

CONTENIDO

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTOS	iii
INTRODUCCIÓN	v
CONTENIDO DE TABLAS	x
CONTENIDO DE FIGURAS	xi
RESUMEN	xii
ABSTRACT	xiii
CAPITULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	14
1.1. Descripción de la realidad problemática	14
1.2. Delimitación del problema	18
1.3. Formulación del problema.....	18
1.3.1. Problema general	18
1.3.2. Problema específico	18
1.4. Justificación.....	19
1.4.1. Social.....	19
1.4.2. Teórica.....	19
1.4.3. Metodológica.....	20
1.5. Objetivo.....	20
1.5.1. Objetivo general	20
1.5.2. Objetivos específicos.....	20
CAPITULO II MARCO TEÓRIO	21
2.1. Antecedentes	21

2.2. Bases teóricas o científicas	30
2.2.1. Resiliencia.....	30
2.2.2. Estrés académico.....	38
2.3. Marco conceptual	48
CAPITULO III HIPÓTESIS	50
3.1. Hipótesis general.....	50
3.2. Hipótesis específicas.....	50
3.3. Variables	51
CAPITULO IV METODOLOGÍA.....	52
4.1. Método de investigación	52
4.2. Tipo de investigación.....	53
4.3. Nivel de investigación	53
4.4. Diseño de investigación	53
4.5. Población y muestra.....	54
4.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	57
4.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos	59
4.8. Aspectos éticos de la investigación.....	61
CAPITULO V RESULTADOS	63
5.1. Descripción de los resultados	63
5.2. Contrastación de las hipótesis.....	68
ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS.....	73

CONCLUSIONES.....	80
RECOMENDACIONES	81
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICA.....	82
ANEXOS	88
Anexo 1: Matriz de consistencia.....	89
Anexo 2: Matriz de operacionalización de variables.....	91
Anexo 3: Matriz de operacionalización del instrumento.....	92
Anexo 4: El instrumento de investigación.....	93
Anexo 5: Confiabilidad y validez de los instrumentos	98
Anexo 6: Data del procesamiento de datos.....	109
Anexo 7: Carta de autorización de la muestra objetivo	111
Anexo 8: Constancia de evaluación de la muestra objetivo	112
Anexo 9: Consentimiento informado.....	113
Anexo 10: Asentimiento informado.....	118
Anexo 11: Declaración de confidencialidad	123
Anexo 12: Compromiso de autoría	124
Anexo 13: Fotografías de la evaluación de los instrumentos	125

CONTENIDO DE TABLAS

Tabla 1 <i>Población y muestra de la investigación</i>	55
Tabla 2 <i>Resiliencia en los estudiantes</i>	63
Tabla 3 <i>Estrés académico en los estudiantes</i>	63
Tabla 4 <i>Resiliencia y estrés académico en los estudiantes</i>	63
Tabla 5 <i>Resiliencia y estresores del estrés académico de los estudiantes</i>	66
Tabla 6 <i>Resiliencia y síntomas del estrés académico de los estudiantes</i>	67
Tabla 7 <i>Resiliencia y estrategias de afrontamiento al estrés académico de estudiantes</i> ...	68
Tabla 8 <i>Correlación entre resiliencia y estrés académico</i>	69
Tabla 9 <i>Correlación entre resiliencia y estrés académico</i>	70
Tabla 10 <i>Correlación entre resiliencia y síntomas del estrés académico</i>	71
Tabla 11 <i>Correlación entre resiliencia y estrategias de afrontamiento al estrés</i>	72
Tabla 12 <i>Confiabilidad de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Yung</i>	98
Tabla 13 <i>Correlación Ítem-Test de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Yung</i>	98
Tabla 14 <i>Índice de concordancia de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Yung</i>	99
Tabla 15 <i>Confiabilidad del Inventario de Estrés Académico SISCO – SV</i>	100
Tabla 16 <i>Correlación Ítem-Test del Inventario de Estrés Académico SISCO – SV</i>	100
Tabla 17 <i>Índice de concordancia del Inventario de Estrés Académico SISCO – SV</i>	102

CONTENIDO DE FIGURAS

Figura 1 <i>Fases del estrés académico</i>	45
Figura 2 <i>Esquema del diseño de la investigación</i>	54

RESUMEN

El estudio inició con el principal problema de ¿qué relación existe entre la resiliencia y el estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022?; cuyo objetivo fue determinar la relación existe entre la resiliencia y el estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022. El método general de la investigación es el científico, el método específico fue el descriptivo, el tipo fue aplicada, nivel correlacional y diseño descriptivo-correlacional. Para la recolección de los datos se utilizó la Escala de Resiliencia de Wagnild y Yung y el Inventario de Estrés Académico SISCO – SV en 72 estudiantes de secundaria de la institución educativa mencionada. Los resultados indicaron que el 22% posee resiliencia regular y el 78% presenta alta resiliencia. El 29% de los estudiantes presentan estrés académico leve y el 71% moderado. Para la comprobación de las hipótesis se utilizó el coeficiente de Rho de Spearman, cuyo valor rho fue de -0,343 y el p-valor de 0,003 siendo este menor al nivel alfa de 0,05. Se concluye que existe relación inversa y estadísticamente significativa entre las variables, es decir, a mayor presencia de resiliencia, menor será las manifestaciones del estrés académico en los estudiantes. Se recomienda diseñar estrategias de prevención para disminuir en su totalidad los efectos del estrés académico en los estudiantes, previniendo no solo en la vida académica actual, sino también en la universitaria.

Palabras claves: Resiliencia, estrés académico, estudiantes de secundaria.

ABSTRACT

The study began with the main problem of what relationship exists between resilience and academic stress in adolescent students of a Christian Private Educational Institution in Santiago de Surco de Lima - 2022?, whose objective was to determine the relationship between resilience and academic stress in adolescent students of a Christian Private Educational Institution in Santiago de Surco de Lima - 2022. The general method of the investigation is scientific, the specific method was descriptive, the type was applied, correlational level and descriptive-correlational design. For data collection, the Wagnild and Yung Resilience Scale and the SISCO-SV Academic Stress Inventory were used in 72 high school students from the aforementioned educational institution. The results indicated that 22% have regular resilience and 78% have high resilience. 29% of students present mild academic stress and 71% moderate. To test the hypotheses, Spearman's Rho coefficient was used, whose rho value was -0.343 and the p-value of 0.003, this being less than the alpha level of 0.05. It is concluded that there is an inverse and statistically significant relationship between the variables, that is, the greater the presence of resilience, the lower the manifestations of academic stress in students. It is recommended to design prevention strategies to fully reduce the effects of academic stress on students, preventing not only in current academic life, but also in university life.

Keywords: Resilience, academic stress, high school students.

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

La humanidad está expuesta a diversos retos o adversidades, a nivel personal, familiar, laboral, social, económico y político, como convivir en medio de la pandemia por la Covid-19, que ha generado impacto en la salud física y psicológica de las personas, específicamente en la de los adolescentes, dado que se sienten preocupados por la interrupción de su educación, llevar clases virtuales, las dificultades que existen para encontrar trabajo, la violencia familiar, los problemas psicológicos de las comunidades, la nueva forma de interacción social, el miedo al contagio o muerte de algún familiar, entre otros factores que los desestabilizan y son producto de la pandemia (Banco Mundial, 2020). Además, a ello se suma los numerosos cambios físicos, emocionales y sociales que caracterizan a esta etapa y suelen ocasionar crisis e incertidumbre, ello en combinación a la convivencia en contextos desfavorables, los vuelve vulnerables (Organización Mundial de la Salud, 2020). Por lo mismo, la Asociación Americana de Psicología (2010), señala que, a partir de la aptitud para desarrollarse, aunque existan desafíos o retos, surge la capacidad de resiliencia.

Asimismo, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2020) dio a conocer que en América Latina y el Caribe, el contexto de la Covid-19 ha ocasionado efectos en la salud psicológica de los adolescentes, es así que el 27% de estos presentaron ansiedad y el 15% depresión, el 30% indica como causa a la situación económica, el 46% se siente desmotivado para efectuar actividades que anteriormente disfrutaba, el 36% tiene menos motivación para ejecutar tareas habituales, el 74% posee percepción pesimista sobre el futuro, por eso, el 73% solicitó ayuda a familiares y amigos, pero, el 40% no lo hizo. Por otra parte, la Organización Mundial de la Salud (2020) afirma que las personas cuyas edades oscilan entre 10 y 19 años tienen depresión, siendo una de las causas de enfermedad y discapacidad, se suicidan, acción que es la cuarta causa de muerte; y los trastornos mentales constituyen el 16% de la carga mundial de enfermedades; sin embargo, gran parte de estos, no se detectan ni se tratan, lo que ocasiona consecuencias desfavorables en la edad adulta. En efecto, la capacidad de los adolescentes para afrontar los sucesos adversos se presentaría en nivel bajo, puesto que Rutter (1987; como se citó en Wagnild & Young, 1993) mencionó que ante la presencia de dicha capacidad las personas muestran escasos síntomas relacionados a problemas físicos y psicológicos. Por esto, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2020) plantea como alternativa de solución promover la participación de los adolescentes en la orientación de temas relacionados a su salud e invertir en servicios de salud psicológica de calidad.

Respecto al ámbito académico, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2021) sostiene que la mayoría de los países de América Latina y el Caribe han cerrado sus instituciones educativas a causa de la pandemia, como consecuencia alrededor de 114 millones de estudiantes tienen clases virtuales, que han originado efectos desfavorables en los logros de aprendizaje, en los puntos de vista socioeconómicos

sobre el futuro, en la protección, la salud física y psicológica de los estudiantes. Asimismo, González (2020), profesor y director de una institución educativa de Barcelona aplicó una encuesta con la finalidad de saber la opinión de los adolescentes sobre sus clases a distancia, estos revelaron que deberían fomentar la creatividad en la enseñanza, donde exista más interacción entre los estudiantes y docentes, menos tiempo para las explicaciones orales y remplazar la frecuente transcripción de información por otras actividades. En consecuencia, estos eventos funcionarían como estresores, ya que los estudiantes se sentirían sobrecargados, aburridos, es decir, presentarían síntomas físicos y psicológicos al no comprender lo que se les enseña, al obtener calificaciones bajas y percibir exigencias; por ello, las formas de afrontamiento sería no realizar sus tareas, no estudiar y no conectarse a sus plataformas virtuales.

En relación a la capacidad de resiliencia en el Perú, Ángeles y Manrique (2021) realizaron una investigación con 515 adolescentes de Lima Norte, a través de la cual detectaron que el 80% de estos tiene un nivel promedio de resiliencia y el 17.1% alto, estos resultados indican que los participantes tienen ecuanimidad, satisfacción personal, confianza en sí mismos, se sienten bien solos y son perseverantes; características que presentarían en niveles bajos los que formaron parte del estudio del Ministerio de Salud (2021) sobre la salud mental de los niños, niñas y adolescentes en contexto de pandemia por la Covid-19, puesto que el 29.6% de adolescentes corre el riesgo de tener algún problema psicológico, dentro de este grupo el 49.2% a nivel emocional, el 18.8% atencional y el 7.3% de conducta, es decir, 3 de cada 10 adolescentes de 12 a 17 años muestran algún problema psicológico. Como resultado, Andrés Mascaró doctor en Psicología de IMQ AMSA en una entrevista al Diario El Comercio (2020), explicó que la resiliencia es una capacidad que todos los individuos la manifiestan en cierto grado y se puede desarrollar mediante algunos procesos

emocionales que son particulares y relacionales. Además, la Asociación Americana de Psicología (2010) afirma que se puede aprender a desarrollar la resiliencia a través del control y desconexión de las adversidades, al poner las cosas en perspectiva, expresar las emociones, cuidarse, ayudar a los demás, cumplir rutinas planificadas, ser menos exigentes y crear una zona de tranquilidad.

En cuanto al estrés académico en el Perú, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2021) indicó que en el estudio “Salud mental y adolescencia en días de pandemia” se reveló que 2 de cada 10 estudiantes, presentaron dificultades emocionales, las que estarían asociadas a su área de funcionamiento personal, académico, familiar y/o social. Además, el Ministerio de Salud (2021) declaró que al 21.4% de ellos no les agradan sus clases virtuales, pero, no tienen dificultades académicas; por otro lado, al 11.2% no les agrada sus clases virtuales, sin embargo, si presentan dificultades académicas. Adicional es esto, el profesor Juan Baldeón en una entrevista realizada por la BBC Niews (2020) manifestó que los problemas de la enseñanza en línea son la desconexión del vínculo maestro-estudiantes, las escasas respuestas no verbales de los estudiantes para darse cuenta si comprendieron lo enseñado o tienen dudas, la insuficiente motivación de grupo y la falta de un espacio físico para el estudio, lo que dificulta sus niveles de atención, concentración y motivación en esta área. En definitiva, los adolescentes conviven en diversos escenarios que ponen a prueba sus competencias, como la capacidad para afrontar acontecimientos adversos, que se presentan en el ámbito personal, familiar, social y educativo (como el estrés académico), que surgen frente a las exigencias relacionadas al estudio o formación. En tal sentido, por medio de este trabajo de investigación se busca determinar la correlación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana, Santiago de Surco.

1.2. Delimitación del problema

Delimitación temporal: El estudio tuvo una duración de doce meses, inició en setiembre del 2021 y culminó en agosto del 2022.

Delimitación espacial: La investigación se realizó en la Institución Educativa Particular Cristiana “Colegio Cristiano Pionero” ubicada en el Jr. Santiago Antúnez de Mayolo N°505, Vista Alegre, del Distrito Santiago de Surco, de la ciudad de Lima.

Delimitación teórica: El proyecto de investigación se basó en los planteamientos teóricos de la Wagnild y Young (1993) sobre la resiliencia y de Barranza (2006) para el estrés académico, ya que es una característica de la personalidad que regula los efectos negativos de estrés y fomenta la adaptación ante adversidades que se presentan.

1.3. Formulación del problema

1.3.1. Problema general

¿Qué relación existe entre la resiliencia y el estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022?

1.3.2. Problema específico

- ¿Qué relación existe entre la resiliencia y la dimensión estresores del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022?
- ¿Qué relación existe entre la resiliencia y la dimensión síntomas del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022?

- ¿Qué relación existe entre la resiliencia y la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022?

1.4. Justificación

1.4.1. Social

La investigación benefició a la comunidad estudiantil del Colegio Cristiano Pionero de Santiago de Surco, puesto que permitió conocer los niveles de resiliencia que poseen los estudiantes y el nivel de estrés académico que están expuestos, por lo acontecido por la Covid-19, aunque se puede pensar que los estudiantes de una posición socioeconómica alta no llegan a extremos, el objetivo es descubrir el nivel de afección a los que pueden llegar. Posteriormente a esto, las autoridades de la institución puedan crear estrategias o programas psicológicos de prevención y promoción.

1.4.2. Teórica

El estudio ayudó a determinar la generalización de los resultados que puedan responder o resolver algún vacío del conocimiento científico en cuanto a la teoría de Wagnild y Young (1993) sobre la resiliencia y de Barranza (2006) para el estrés académico; para fin de poder contrastar la información con los postulados teóricos para definir alguna concordancia o diferencia. El estudio tiene antecedentes de las variables en otros grupos muestrales lo que ayudó a comprender y generalizar los resultados presentes.

1.4.3. Metodológica

La tesis propuesta, ayudó a proponer nuevas formas de investigación que puedan explicar la causalidad entre las variables. Así mismo, este estudio permitió disponer del uso adecuado de la metodología, la operatividad e instrumentación, realizando una prueba piloto para verificar la validez y confiabilidad de los instrumentos para obtener datos objetivos y veraces, evitando la suposición o especulación que se desprenda de estos, este procedimiento se llevó a cabo de forma virtual por la medida por la covid-19.

1.5. Objetivo

1.5.1. Objetivo general

Determinar la relación existe entre la resiliencia y el estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022.

1.5.2. Objetivos específicos

- Identificar la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión estresores del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022.
- Identificar la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión síntomas del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022.
- Identificar la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco Lima – 2022.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

Antecedentes internacionales

Lasluisa (2020) elaboró un trabajo de investigación titulado *“El estrés académico y su relación con el rendimiento académico en una muestra de adolescentes”*, con el objetivo de establecer correlación entre las variables de estudio en la población ya señalada. La investigación es de enfoque cuantitativo, tipo básica, nivel correlacional, diseño no experimental, de corte transversal, descriptivo correlacional. La muestra fueron 154 estudiantes varones y mujeres, cuyas edades oscilan de 14 a 16 años, que se encuentran en la etapa de desarrollo de la adolescencia, del primer año de bachillerato de una Unidad Educativa particular, ubicada en la Ciudad de Ambato, en Ecuador. El tipo de muestreo fue el no probabilístico intencional. La técnica manejada fue la encuesta y los instrumentos aplicados fueron el Inventario SISCO de Estrés Académico y la Escala de Autoestima en Adolescentes AUD-DAT. Los resultados al aplicar la estadística descriptiva mostraron que los

estudiantes tienen moderado estrés académico con 94.2%, presentan estresores académicos en nivel severo con 51.3%, moderados síntomas con 65.6%, moderadas reacciones físicas con 64.9%, moderadas reacciones psicológicas con 48.1% y en nivel severo con 33.8%, moderadas reacciones comportamentales con 66.8%, y moderadas estrategias de afrontamiento con 68.2%. Por otro lado, tienen alta autoestima académica con 63.6% y alta autoestima social con 58.4%. Además, para comprobar las hipótesis se aplicó la prueba estadística de Pearson, la que indica que existe un coeficiente de correlación de -0.162 entre la dimensión síntomas del estrés académico y rendimiento académico, de -0.162 entre la dimensión reacciones comportamentales del estrés académico y rendimiento académico, y de -0.164 entre la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico y rendimiento académico. Se concluye que, existe relación inversa, significativa y baja (-0.135) entre el estrés académico y el rendimiento académico en los estudiantes del primer año de bachillerato; es decir, a mayor presencia del estrés académico, menor será la presencia de un adecuado rendimiento académico.

Ruvalcaba y otros (2019) elaboraron un trabajo de investigación titulado *“Validez predictiva de las competencias socioemocionales sobre la resiliencia en adolescentes mexicanos”*, con el objetivo identificar el nivel predictivo de los componentes socioemocionales sobre la resiliencia en la población ya señalada. La investigación es de enfoque cuantitativo, tipo básica, nivel explicativo, diseño no experimental, de corte transversal. La muestra fueron 840 estudiantes de secundaria, que se encuentran en la etapa de desarrollo de la adolescencia, cuyas edades oscilan entre 12 a 17 años, su institución educativa se ubica en la Zona Metropolitana, de la Ciudad de Guadalajara, de México. El tipo de muestreo fue el probabilístico aleatorio simple. La técnica manejada fue la encuesta y los instrumentos aplicados fueron el

Inventario de Competencias Socioemocionales (EQi-YV) y la Escala de Resiliencia para Adolescentes (READ). Los resultados según la estadística descriptiva muestran que las estudiantes mujeres tuvieron mayores puntajes en las competencias socioemocionales, como las intrapersonales, interpersonales, el manejo del enojo y las emociones positivas; sin embargo, los varones tuvieron puntajes más altos en la adaptabilidad, optimismo y autoconcepto. Asimismo, las mujeres tuvieron puntajes más elevados en la resiliencia, evidente en sus dimensiones competencia social, recursos sociales y orientación a las metas, pero los varones obtuvieron puntajes más elevados en cohesión familiar y competencia personal. Por otro lado, al aplicar la prueba estadística de Pearson se mostró que existe un nivel de correlación de 0.254 entre competencias interpersonales y cohesión familiar, de 0.470 entre competencias interpersonales y competencia social, de 0.069 entre el manejo del enojo y competencia personal, de 0.279 entre adaptabilidad y recursos sociales, de 0.300 entre emociones positivas y orientación a metas. Se concluye que, existe correlación significativa y directa entre las competencias socioemocionales y la resiliencia en los adolescentes mexicanos, es decir, existe validez predictiva de la primera variable sobre la segunda. Aún más, las diferencias entre el nivel de presencia de las competencias socioemocionales y la resiliencia en los varones y mujeres se deberían a la perspectiva de género, la inteligencia emocional y las competencias individuales.

Rodríguez y otros (2018) elaboraron un trabajo de investigación titulado *“Implicación escolar de estudiantes de secundaria: la influencia de la resiliencia, el autoconcepto y el apoyo social percibido”*, con el objetivo de determinar la relación entre la implicación escolar con la resiliencia, el autoconcepto y el apoyo social en la población ya señalada. La investigación es de enfoque cuantitativo, tipo básica, nivel explicativo, diseño no experimental, de corte transversal. La muestra fueron 1250

estudiantes varones y mujeres, con edades que varían desde 12 a 15 años, de la Comunidad Autónoma del País Vasco. El tipo de muestreo fue el probabilístico aleatorio simple. La técnica manejada fue la encuesta y los instrumentos aplicados fueron el Cuestionario de Implicación Escolar, la Escala de Resiliencia de Connor y Davidson, el Cuestionario de Autoconcepto Dimensional-33 y el Cuestionario de Apoyo Familiar y de amigos. Los resultados obtenidos después de aplicar la estadística inferencial por medio de la prueba Pearson muestran que existe un coeficiente de correlación de 0.232 entre la dimensión implicación conductual y la resiliencia, de 0.345 entre la dimensión implicación emocional y autoconcepto, de 0.260 entre la dimensión implicación cognitiva y la dimensión familiar de la variable apoyo social, de 0.035 entre la dimensión implicación cognitiva y la dimensión amigos de la variable apoyo social. Se concluye que, existe correlación significativa y directa entre la implicación escolar y la resiliencia, el autoconcepto y apoyo social percibido en los estudiantes de la Comunidad Autónoma del País Vasco.

Quito y otros (2018) elaboraron un trabajo de investigación titulado "*Estrés académico en estudiantes de tercero de bachillerato de unidades educativas particulares del Ecuador*", con el objetivo de describir la variable de estudio en la población ya señalada. La investigación es de enfoque cuantitativo, tipo básica, nivel descriptivo, diseño no experimental, de corte transversal, descriptivo simple. La muestra fueron 60 estudiantes varones y mujeres, cuyas edades varían de los 16 a 18 años, matriculadas en el tercer grado de bachillerato, de dos unidades educativas particulares, de Ecuador. El tipo de muestreo fue el no probabilístico por conveniencia. La técnica manejada fue la encuesta y el instrumento aplicado fue el Inventario SISCO de Estrés Académico. Los resultados muestran que los estudiantes del tercer grado de secundaria algunas veces con 45.3% y casi siempre con 45.3% tienen estresores;

más del 50% rara vez tienen reacciones físicas, alrededor del 50% rara vez presentan reacciones psicológicas, y alrededor del 50% rara vez tienen reacciones comportamentales; alrededor del 35% rara vez y del 23% algunas veces tienen estrategias de afrontamiento. Se concluye que los estudiantes de tercero de bachillerato de dos unidades educativas particulares del Ecuador tienen estrés académico, es así como están expuestos a agentes estresores y tienen síntomas propios de dicha dificultad; además, ponen en práctica estrategias de afrontamiento asociadas a la religiosidad y la habilidad asertiva.

Serrano (2018) elaboró un trabajo de investigación titulado *“Relación entre resiliencia y estrés académico en los estudiantes de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, Pusuquí”*, con el objetivo de establecer el grado de relación entre las variables de estudio en la población ya señalada. La investigación es de enfoque cuantitativo, tipo básica, nivel correlacional, diseño no experimental, de corte transversal, descriptivo correlacional. La muestra fueron 150 estudiantes del tercer grado de bachillerato de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, Ubicada en Pusuquí, en la Ciudad de Quito, en Ecuador. El tipo de muestreo fue el probabilístico aleatorio simple. La técnica manejada fue la encuesta y los instrumentos aplicados fueron la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, así como el Inventario SISCO de Estrés Académico. Los resultados son que, los estudiantes del tercer grado de bachillerato presentan nivel moderado de resiliencia con 47% y nivel alto con 35%, alta satisfacción personal con 55%, alta ecuanimidad con 39% y moderada con 38%, se sienten bien solos en un nivel alto con 64%, alta confianza en sí mismo con 52% y alta perseverancia con 31% y moderada con 49%. Por otro lado, muestran moderado estrés académico con 88%, tienen moderadas reacciones físicas con 53%, tienen moderadas reacciones psicológicas con 61% y tienen moderadas reacciones

comportamentales con 57%. Asimismo, al aplicar la estadística inferencial mediante la prueba Chi Cuadrada de Pearson se detectó que existe significancia de 0.392 y entre las variables de estudio. Se concluye que, no existe correlación entre resiliencia y estrés académico en los estudiantes de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, Pusuquí, es decir, sus variaciones no se asocian. Además, ambas variables se presentan en niveles moderados en los estudiantes.

Antecedentes nacionales

Linares (2021) elaboró un trabajo de investigación titulado *“Estrés académico en escolares de quinto de secundaria de dos instituciones educativas públicas en período de pandemia, Lima 2020”*, con el objetivo de examinar las diferencias que existe en el nivel de estrés académico que presenta la población ya señalada. La investigación es de enfoque cuantitativo, tipo básica, nivel descriptivo, diseño no experimental, de corte transversal, descriptivo-comparativo. La muestra fueron 60 estudiantes del quinto grado de secundaria, varones y mujeres, con edades de 16 a 18 años, de dos instituciones educativas públicas. El tipo de muestreo fue el no probabilístico intencional. La técnica manejada fue la encuesta y el instrumento aplicado fue el Inventario de Estrés Académico SISCO. Los resultados después de administrar la estadística descriptiva muestran que el 50% de los estudiantes de la I.E.E. Ramiro Prialé de San Juan de Miraflores presentan estrés académico promedio y el 26.7% alto; por otro lado, los estudiantes de la I.E.E. República de Bolivia presentan estrés académico en nivel promedio con 53.3% y alto con 20%. Se concluye que, no existe diferencias significativas en la presencia de estrés académico entre los estudiantes de la I.E.E. Ramiro Prialé de San Juan de Miraflores y de la I.E.E. República de Bolivia, puesto que, los estudiantes de ambas instituciones tienen estrés académico en nivel alto y promedio.

Salvatierra (2019) elaboró un trabajo de investigación titulado “*Resiliencia y estrés académico en estudiantes de un conservatorio de música público de Trujillo*”, con el objetivo de establecer el nivel de asociación entre las variables de estudio en la población ya señalada. La investigación es de enfoque cuantitativo, tipo básica, nivel correlacional, diseño no experimental, de corte transversal, descriptivo correlacional. La muestra fueron 80 estudiante varones y mujeres de un conservatorio de música de Trujillo. El tipo de muestreo fue el probabilístico aleatorio simple. La técnica manejada fue la encuesta y los instrumentos aplicados fueron el Inventario SISCO de Estrés Académico y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados de acuerdo con la estadística descriptiva muestran que los estudiantes del conservatorio de música de Trujillo tienen alta resiliencia con 49% y media con 11%; respecto al estrés académico presentan un nivel bajo con 84%; por otro lado, a través de la aplicación de la estadística inferencial para la comprobación de hipótesis se detectó que existe un coeficiente de correlación de -0.22 y significancia 0.004 entre las variables de estudio. Se concluye que, existe relación inversa y significativa entre resiliencia y estrés académico en estudiantes de un conservatorio de música público de Trujillo, lo que indica, a mayor presencia de la capacidad de resiliencia, menor será la presencia del estrés académico.

Moya y Cunza (2019) elaboraron un trabajo de investigación titulado “*Clima social familiar y resiliencia en estudiantes de 3°, 4° y 5° año de secundaria*”, con el objetivo de determinar el grado de correspondencia entre las variables del estudio en la población ya señalada. La investigación es de enfoque cuantitativo, tipo básica, nivel correlacional, diseño no experimental, de corte transversal, descriptivo correlacional. La muestra fueron 394 estudiantes matriculados en tercer, cuarto y quinto grado de secundaria de 6 colegios que correspondían a una corporación educativa del norte del

Perú, sus edades estaban dentro del rango de 13 a 19 años. El tipo de muestreo fue el probabilístico estratificado. La técnica manejada fue la encuesta y los instrumentos aplicados fueron la Escala de Clima Social Familiar y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados después de haber aplicado la estadística inferencial a través de la prueba Rho de Spearman muestran que existe un coeficiente de correlación de 0.175 y significancia 0.000 entre las variables de investigación, lo que indica que existe relación significativa y directa entre estas; de modo similar, entre la dimensión relaciones interpersonales familiares y resiliencia el coeficiente de correlación es de 0.123 y significancia 0.015; entre desarrollo personal y resiliencia el coeficiente de correlación es de 0.211 y significancia 0.000; y entre mantenimiento del sistema o estabilidad y resiliencia el coeficiente de correlación es de 0.072 y significancia 0.151. Se concluye que, existe correspondencia significativa entre el Clima social familiar y resiliencia en estudiantes de secundaria. Asimismo, las dimensiones relaciones interpersonales familiares y desarrollo personal se asocian con la resiliencia, mas no con la dimensión estabilidad o mantenimiento del sistema.

Zapata (2019) elaboró un trabajo de investigación titulado “*Resiliencia y Acoso Escolar en adolescentes pertenecientes a una Institución Educativa de Piura – 2018*”, con el objetivo de establecer la asociación significativa entre las variables de estudio en la población ya señalada. La investigación es de enfoque cuantitativo, tipo básica, nivel correlacional, diseño no experimental, de corte transversal, descriptivo correlacional. La muestra fueron 390 adolescentes matriculados en una institución educativa, ubicada en la Ciudad de Piura. El tipo de muestreo manejado fue el probabilístico aleatorio simple. La técnica manejada fue la encuesta y los instrumentos aplicados fueron la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, así como el Auto-Test Cisneros de Acoso Escolar. Los resultados después de aplicar la estadística descriptiva

muestran que los adolescentes participantes de la investigación tienen resiliencia alta con 55.9% y promedio con 22.8%, tienen alta satisfacción personal con 40.3%, alta ecuanimidad con 54.1%, más del 50% se sienten bien solos, más del 50% tienen confianza en sí mismo y tienen alta perseverancia con 42.3%. Asimismo, perciben esporádicamente acoso escolar con 57.4% y en nivel intenso con 32.1%. Por otro lado, luego de administrar la estadística inferencial mediante la prueba Tau_b de Kendall, se identificó que existe un coeficiente de correlación de -0.261 y significancia de 0.00 entre las variables de estudio. Se concluye que, hay correlación significativa, inversa y en nivel bajo entre resiliencia y acoso escolar en los adolescentes pertenecientes a una Institución Educativa de Piura – 2018, lo que indica, a mayor presencia del nivel de resiliencia, menor será el nivel acoso escolar y viceversa.

Idme (2019) elaboró un trabajo de investigación titulado *“Eficacia de la música en la reducción del estrés académico en estudiantes de Secundaria, Hunter- Arequipa 2018”*, con el objetivo de establecer la eficacia de la aplicación de la primera variable en la segunda en la población ya señalada. La investigación es de enfoque cuantitativo, tipo aplicada, nivel explicativo, diseño cuasi experimental, de corte transversal. La muestra fueron 106 estudiantes del primer grado de secundaria de una institución educativa, de este total 53 formaron parte del grupo experimental y otros 53 del grupo control. El tipo de muestreo manejado fue el probabilístico aleatorio simple. La técnica administrada fue la encuesta y el instrumento aplicado fue el Inventario SISCO de Estrés Académico. Los resultados muestran que en el pre-test el grupo control presentó alto estrés académico con 60.4% y el grupo experimental presentó alto estrés académico con 64.2%; por otro lado, en el post-test el grupo control presentó alto estrés académico con 69.8% y el grupo experimental presentó estrés académico en nivel promedio con 58.5%. Por otro lado, al aplicar la estadística inferencial mediante la

prueba de Wilcoxon se detectó que la significancia entre los rangos promedios del pre-test del grupo experimental y control es de 0.798; sin embargo, la significancia entre los rangos promedios del post-test del grupo experimental y control es de 0.000, lo que indica que, en el pre-test no había diferencias significativas entre los grupos, pero, en el post-test había diferencias significativas entre los grupos. Se concluye que, la administración de la música es eficaz para disminuir los niveles de estrés académico en los estudiantes del primer grado de secundaria de una institución educativa.

2.2. Bases teóricas o científicas

2.2.1. Resiliencia

Definiciones

Según Rutter (1987; como se citó en Wagnild y Young, 1993), la resiliencia es conceptualizada como un componente que tiene la función de atenuar los impactos para conservar la salud psicológica, puesto que previene la presencia de trastornos psicóticos. Por lo mismo, describe a los individuos resilientes como los que poseen relaciones interpersonales favorables, un conjunto de capacidades asociadas a la resolución de problemas, la convicción de la autoeficacia y la autoestima.

Desde la perspectiva de Wagnild y Young (1993), la resiliencia es definida como una particularidad de la personalidad que regula los impactos negativos del estrés e impulsa o fomenta a la adaptación. Asimismo, una persona resiliente, es la que hace frente a una adversidad angustiosa es capaz de ajustarse y mostrar coraje para recuperar el equilibrio en sus vidas y prevenir la experimentación de las consecuencias perjudiciales del estrés.

Kotliarenco y otros (1997) señalan que la resiliencia está compuesta por un grupo de procesos sociales e intrapsíquicos que conllevan a las personas a tener un estilo de vida funcional, estando expuestos a un contexto insano o estresante. Asimismo, consideran que esta habilidad surge de un proceso interactivo entre los atributos de las personas y su medio donde se desenvuelve.

Teniendo en cuenta a Gaxiola y otros (2011), se define a la resiliencia como una deducción que consiste en la respuesta frente a sucesos adversos que presentan las personas de manera individual. Es un concepto que puede ser valorada a través de dimensiones e indicadores relacionados a los modos disposicionales, es decir, la manera en que se reacciona frente a situaciones estresantes.

Diferencia entre resiliencia y otros conceptos

Kotliarenco y otros (1997) indican que la resiliencia hace muchos años atrás fue confundida con el término invulnerabilidad, competencia social, adaptación, entre otros. Asimismo, alrededor de los años 70 se consideraba a los(as) niños(as) como invulnerables si mostraban conductas fuertes y resistentes ante situaciones adversas; sin embargo, la condición de resistencia no es estable y varía conforme las personas pasan de una etapa a otra y por los aspectos de los sucesos de vida, por ello, indican que es preferente catalogar a dichas características como resiliencia. Por otra parte, en diversos estudios sobre esta variable se enfocan en su característica social, ya que esta capacidad pone en evidencia habilidades de afrontamiento; pero, investigaciones actuales muestran que las personas que enfrentan sucesos de alto riesgo podrían ser vulnerables ante dificultades físicas y psicológicas, lo cual podría estar asociado a la invulnerabilidad o resistencia al estrés. En consecuencia, Robustez define a la resiliencia como característica de la personalidad que lleva a la adaptación, dado que

la persona tiene compromiso, se siente desafiado, tiene la oportunidad y sensación de control ante hechos estresantes; es así como, al estar inmerso en contextos desfavorables muestran escasos síntomas de dolencias físicas y/psicológicas a comparación con otras que están expuestas al mismo contexto.

Características de la resiliencia

Fonagy y otros (1994) argumentan que la resiliencia está asociada a diversas condiciones a las que están expuestas y presentan las personas, por ello, teniendo como base la revisión bibliográfica de diferentes investigaciones señalan como sus características:

a) A nivel psicológico:

- Facultad para afrontar acontecimientos adversos, ser flexibles con estos, sobreponerse y vivir de manera significativa y beneficiosa.
- Conlleva a enfrentar las dificultades de maneras que son aprobadas por la sociedad.
- Capacidad que posibilita la baja percepción de susceptibilidad ante la presencia de próximos estresores.
- Habilidad que permite transformar la vida de las personas.
- Facilita el resguardo de la integridad personal al estar expuestos a presiones del contexto.
- Tener mayor coeficiente intelectual (en nivel promedio), capacidad para encontrar soluciones a los problemas, tendencia al acercamiento, autoestima, autonomía, empatía, motivación, voluntad, sentido del humor positivo.
- Menor nivel de experimentación de sentimiento de desesperanza.

b) A nivel social:

- Personas que tengan un nivel socioeconómico más alto.
- No presentar algún déficit orgánico.
- No experimentar separaciones o pérdidas tempranas.
- Convivir con padres competentes.
- Tener vínculos afectivos favorables.
- Tener redes de apoyo por medio del ámbito educativo.
- La participación de actividades religiosas.
- Manejo favorable de las interacciones sociales.

Factores que promueven la resiliencia en adolescentes

Fergusson y Lynskey 1996) a través de su investigación detectaron que existen factores que protegen a los adolescentes de presentar problemas físicos y/o psicológicos, así como, generan conductas resilientes. Sin embargo, Grotberg (1995) explica que los factores de manera individual no promueven este tipo de conductas, pero, si de forma conjunta o en interacción con otros. Por otro lado, Luthar (1993) señala que la identificación de los mecanismos que promueven la resiliencia se da a través de dos estrategias, como tener una lista de sucesos negativos que experimenta la apersona y por la utilización de experiencias personales que son estresantes. Entonces, los factores protectores son:

- La presencia de mayores niveles de inteligencia y capacidades para encontrar soluciones a los problemas.
- Ser del género femenino, puesto que se ha percibido más vulnerabilidad al riesgo en las personas del género masculino.
- Tener apego seguro con alguno de los progenitores o con la persona que cumpla

el rol de padre o madre, dado que proporciona protección y genera una relación nutritiva y cálida.

- Convivir con personas significativas externas a la familia, con las que tienen vínculos efectivos favorables y posibilitan la ocurrencia de conductas resilientes.
- Las personas cuyos comportamientos emitidos durante la infancia fueron catalogados como buenos y fáciles de sobrellevar.
- Mantener relaciones interpersonales de calidad con los pares.
- Tener un clima educativo contenedor, en el que haya control y límites claros.
- Haber experimentado la autoconfianza y autoeficacia.
- Contextualizar al estrés y al afrontamiento como características que forman parte del desarrollo.

Teoría del Vínculo

Kotliarenco y otros (1997) sostienen que la teoría del vínculo fue construida por Ainsworth y da a conocer la importancia del vínculo seguro que mantienen los niños(as) con sus cuidadores primarios durante los dos primeros años de existencia, para proporcionar atributos que se reflejarán en posteriores etapas de desarrollo, como las capacidades cognitivas o intelectuales, la habilidad para resistir acontecimientos desafiantes, control afectivo, la conducta social favorable y la orientación hacia los recursos sociales, los cuales son particularidades de los niños resilientes. Por lo mismo, se considera que el vínculo seguro es parte de un proceso que funciona como mediador en las conductas resilientes, esto es, la influencia que ejercen los cuidadores en los hijos durante los dos primeros años es elevadamente adaptativa, determina sus vínculos o relaciones de apego generales. En efecto, la presencia de un modelo estable y consecuente, alrededor de la primera infancia se convierte en un factor protector y

generador de interacciones seguras, de esta manera se coopera a la consolidación o reforzamiento de la resiliencia.

Modelo de resiliencia de Wagnild y Young en la que se basa esta investigación

De acuerdo con el entendimiento de Wagnild y Young (1993), la resiliencia está asociada a la resistencia o fortaleza emocional, el coraje y la adaptabilidad, que muestran las personas principalmente en la esfera del funcionamiento social, en la salud y moral. Asimismo, las mujeres resilientes son socialmente activas y se sienten satisfechas con la vida; en el caso de los niños presentan habilidades sociales. Además, los autores señalan que diversos estudios llegaron a la conclusión que, la resiliencia es una capacidad que se desarrolla o evoluciona con el transcurso del tiempo y que las vivencias de la primera infancia, como estar expuestos a diversos modelos de roles relacionados a la espontaneidad y la autosuficiencia, experimentar relaciones de confianza y tener una dinámica familiar eficaz aportan a su evolución, así como las interacciones seguras que tienen las personas en la actualidad. Por otro lado, la resiliencia da paso a la adaptación a través de la habilidad para detectar estresores, de la examinación realista de la facultad de acción y el modo efectivo de solucionar problemas. En este sentido, identificaron elementos de la resiliencia que se interrelacionan, los cuales son:

- a) **Ecuanimidad:** es la posición equilibrada que tienen las personas respecto a sus experiencias propias y la vida en sí. Por lo mismo, tienen la capacidad de entender que existen diversas experiencias o que están expuestas a diferentes acontecimientos, agradables o desagradables que enfrentarán, por ello regulan sus respuestas. En consecuencia, sus indicadores son tomar las cosas con calma, seguridad sobre las propias competencias, regular las actitudes frente la adversidad y efectuar las cosas ordenadamente (Wagnild y Young, 1993).

- b) Perseverancia:** es la conducta voluntaria relacionada a la continuación de la lucha pese a las adversidades y/o el desánimo, lo cual se ve reflejado en la reconstrucción de la vida que lleva cada persona, se sienten y creen estar involucrados con esta, así como son autodisciplinadas. Además, sus indicadores son las ansias de logro, la necesidad de cumplir con las metas y objetivos establecidos, conocer la importancia de lograr lo que cada uno se plantea y continuar buscando soluciones diferentes (Wagnild y Young, 1993).
- c) Autosuficiencia o confianza en sí mismo:** consiste en la creencia que tiene la persona respecto a sí misma, en el conjunto de competencias que posee, es consciente de cuáles son sus fortalezas y debilidades, por esta razón, existe la habilidad de depender de sí misma. En consecuencia, sus indicadores son la seguridad hacia las competencias individuales y la utilización de medios o recursos ante las adversidades o situaciones que generan estrés, tener aptitud, suficiencia e idoneidad (Wagnild y Young, 1993).
- d) Sentido o satisfacción personal:** es la capacidad de entender que la vida tiene un propósito o finalidad, es así que los individuos valoran los aportes y la colaboración que tienen con esta. Asimismo, las personas el poseer la idea que la vida tiene significado, sienten que existe un motivo para continuar viviendo. Por lo mismo, sus indicadores son la actitud positiva frente a la vida y sus eventos, detectar el lado positivo de los acontecimientos adversos vividos y la aceptación de la vida (Wagnild y Young, 1993).
- e) Soledad existencial o sentirse bien sólo:** hace referencia al entendimiento de que las experiencias de vida de cada persona son únicas, así compartan ciertas vivencias con los demás, existen otras que deben enfrentar de manera individual, por eso, se presenta la sensación de libertad y particularidad. En efecto, sus

indicadores son el agrado que se siente hacia la propia persona, saber que se debe encontrar soluciones a los problemas o dificultades, tener autonomía, independencia y particularidad (Wagnild y Young, 1993).

Modelo de resiliencia de Wolin y Wolin

Este modelo de Wolin y Wolin (1993) explica la resiliencia a través de la metáfora de una mándala, esto es, la persona es la que se ubica en el centro y a su alrededor se encuentran sus características individuales, las que le dan fuerza para afrontar situaciones adversas. En este sentido, la descripción de las características de la persona resiliente es:

- a) **Introspección:** hace referencia a las personas tienen el ingenio de auto cuestionarse y auto responderse de manera sincera.
- b) **Independencia:** es la habilidad que poseen los individuos para poner límites entre su ser individual y los contextos adversos, lo que está asociado a la competencia de conservar distancia emocional y física de las situaciones estresantes, pero, sin aislarse.
- c) **Capacidad para relacionarse:** es la capacidad para mantener interacciones sociales en las que existen vínculos íntimos y agradables, de manera que exista equilibrio entre la necesidad de simpatía y la aptitud para proporcionarlos a los demás.
- d) **Iniciativa:** es la habilidad que tienen las personas para afrontar y controlar los problemas, por ello, busca realizar tareas que son cada vez más estrictas o exigentes, este es el modo de comprobar o poner a prueba sus capacidades.
- e) **Humor:** es la destreza que poseen los sujetos para detectar lo gracioso en la desventura o adversidad; es la combinación entre lo irracional y el espanto.
- f) **Creatividad:** es la habilidad para producir orden, hermosura e intención desde

la desorganización. Adicionalmente, esta habilidad es exteriorizada por los niños a través de sus juegos y creaciones, consideradas como el camino para revertir diversos tipos de emociones y sentimientos desagradables.

- g) Moralidad:** es la destreza para practicar los valores, diferenciar entre lo que es bueno y malo, es decir, tener conciencia moral e informada con la finalidad de llevar una vida con riqueza interior.

Importancia de la resiliencia

Desde la perspectiva de Flores (2021), la resiliencia al ser una capacidad que permite a las personas adaptarse así este de por medio desafíos, adversidades, infortunios, tiempos complicados o situaciones estresantes, impulsa a la realización de acciones de afrontamiento y a la reconstrucción o transformación, en tal sentido, contribuye a diversos procesos humanos, pues se localiza en la esfera transversal e interdisciplinar. Además, la adaptación o adecuación se da a nivel biológico, psicológico y social. En consecuencia, es indispensable desarrollar la capacidad de resiliencia, puesto que el ser humano está expuesto a constantes adversidades, como la pandemia por la Covid-19.

2.2.2. Estrés académico

Definición de estrés

Citando a Barradas (2018) se conoce que el estrés es conceptualizado como un síndrome conformado por un grupo de signos y síntomas que surgen por demandas del contexto. También, señala que es entendido como un conjunto de estímulos, una respuesta o como el resultado de un proceso que incluye a la interacción entre estímulos y respuestas.

Tipos de estrés

Desde la posición de García y otros (2012) el estrés puede impactar de dos maneras distintas en las personas, por ello, se clasifica en:

- c) **Distrés:** llamado también estrés negativo, ya que la persona valora las demandas del ambiente como amenazantes, que sobrepasan los recursos de afronte con los que cuentan, lo cual se convierte en un suceso estresante. En consecuencia, se presentan ideas irracionales, emociones desagradables, la reducción del esfuerzo y el rendimiento. Además, impacta desfavorablemente en la salud física y psicológica (García y otros 2012).
- d) **Eutrés:** designado también estrés positivo, debido a que el individuo a pesar de percibir las demandas del contexto como peligrosas, tiene la seguridad que podrá enfrentarlas, por ello, confía en sus capacidades y presenta ideas y emociones favorables (García y otros 2012).

Origen del término estrés académico

Quito y otro (2018) refieren que el termino estrés académico también denominado estrés escolar o estrés de exámenes, se comenzó a utilizar en el siglo XX, a partir de investigaciones efectuadas sobre estrés en diversos ámbitos, como el educativo, pues en este ambiente los estudiantes son propensos a presentarla, así como frente a otros donde se desenvuelven a diario. Particularmente, los estudiantes están expuestos a frecuentes deberes, obligaciones y responsabilidades propios del contexto académico, lo que tiende a producir la percepción de sobrecarga de tareas, más el juicio que ejercen de sí mismos y escuchar el de sus padres, compañeros y docentes les ocasionaría estrés, que impacta en su desempeño escolar, salud física y psicológica. Por lo mismo, algunos autores comenzaron a señalar la relevancia de los factores

psicosociales que causan estrés en el ámbito académico.

Definiciones

Ajuicio de Orlandini (1999), el estrés académico es conceptualizado como el malestar que el estudiante puede presentar en cualquier nivel académico o formativo, donde está en un periodo o espacio de aprendizaje en el que percibe tensión. Además, este tipo de estrés ocurre cuando el estudio es personal y/o en clase.

Desde la perspectiva de Barranza (2006), el estrés académico es un proceso sistémico, psíquico y adaptativo que se presenta cuando el estudiante valora las demandas del ámbito educativo, a las que se les denomina estresores (inputs), que producen desequilibrio sistémico, lo cual se ve reflejado en una serie de síntomas o indicadores. Por lo tanto, ello se convierte en un contexto estresante que orilla al estudiante a efectuar conductas de afrontamiento con la finalidad de recuperar su equilibrio funcional o sistémico.

Desde la posición de Martínez y Díaz (2007), el estrés académico es la falta de bienestar o molestia que tiene el estudiante a causa de componentes físicos y emocionales, que tienen la particularidad de ser ambientales, intra o interrelacionales que impactarían considerablemente en la capacidad para enfrentar el ambiente escolar, lo que se evidencia en el desempeño escolar, la competencia cognitiva que contribuye a la detección de soluciones ante problemas, la resolución de exámenes, la interacción con los pares y educandos, entre otros.

Alfonso, Calcines, Monteagudo de la Guardia y Nieves (2015), enfatizan que el estrés académico es la condición que poseen los estudiantes, principalmente que se encuentran en el nivel de educación media y superior, los cuales están expuestos a

estresores internos y externos que lo originan, estos están asociadas a las tareas a efectuar en el contexto escolar; además, los síntomas ocasionan impacto en el rendimiento académico.

Teorías del estrés basadas en la respuesta

Las teorías del estrés basadas en la respuesta son explicadas por múltiples autores, quienes comprenden al estrés como el estado que se refleja a través de un síndrome particular que se caracteriza por no tener una causa determinada, pues lo generan un conjunto de estresores que causan impacto en la homeostasis de la persona, además, estos pueden ser clasificados como físicos, emocionales, cognitivo o psicológico, ante ello la persona debe realizar gran esfuerzo para recuperarse. Por tal motivo, en este modelo se comprende al estrés como una respuesta adaptativa, sino impacta desfavorablemente a la persona, además, esta adaptación tiene fases, como la de alarma, resistencia y agotamiento (Berrío y Mazo, 2011).

Teorías del estrés basadas en el estímulo

Las teorías del estrés basadas en el estímulo tienen autores distintivos como Holmes y Rahe, los que mantienen un punto de vista psicosocial, se enfocan en el ambiente o los sucesos contextuales que ocasionan estrés, los que alteran el funcionamiento de las personas; es así que ubican al estrés en el entorno social; aún más, los estímulos ambientales tienen diferente impacto estresante en cada persona. Además, señalaron algunas situaciones estimulantes del estrés, como la frustración, matrimonio, presión grupal, inconvenientes para cumplir una meta, nacimiento de un hijo, encierro, alteración de las funciones fisiológicas, embarazo, contextos nocivos, jubilación, rápido procesamiento de información, muerte de alguna persona próxima, entre otros estímulos (Berrío y Mazo, 2011).

Teorías del estrés basadas en la interacción

Las teorías del estrés basadas en la interacción tienen como máximos representantes a Lazarus y Folkman, quienes señalan que el estrés se produce por la interacción entre la persona y el ambiente, que es estimado como peligroso, por tanto, supone que es complicado enfrentarlo. Asimismo, se da mucha importancia a los componentes psicológicos, específicamente al área cognitivo, ya que interviene entre la relación estímulos y respuestas del estrés, dicha dinámica hace que la persona tenga un papel activo frente a su origen. Además, la evaluación cognitiva es la capacidad para establecer por qué y hasta qué punto es estresante una específica interacción entre el organismo y el ambiente; en tal sentido, se plantea tres tipos de evaluación, la primaria, es cuando la persona está frente a cualquier exigencia interna o externa, la secundaria, consiste en examinar los recursos para enfrentar las exigencias consideradas estresantes, y en la tercera se vuelve a efectuar una evaluación para corregir las anteriores (Berrío y Mazo, 2011).

Modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico en la que se basa esta investigación

Teniendo como base a Barranza (2006), se entiende que el estrés académico es un proceso sistémico, adaptativo y psicológico, el cual se inicia cuando un individuo que se desenvuelve en cierto contexto percibe demandas, que serán evaluadas o valoradas como estresores, si las exigencias ocasionan desequilibrio en la interacción de la persona con el ambiente, de lo contrario, si no ocasionan desequilibrio no serán catalogados como estresores. Asimismo, los factores incitadores ingresan al sistema o la persona generando impacto, el que se refleja en el desequilibrio de su funcionamiento, es decir, en los diversos síntomas que presenta. Seguidamente, se

lleva a cabo una nueva valoración de la destreza para enfrentar las exigencias del contexto y se aplican estrategias de afrontamiento, pero su efectividad dependerá de la recuperación del equilibrio del sistema, por eso, si las estrategias no son efectivas se repite el proceso de valoración para reajustarlas y lograr los fines. Gracias a este modelo el autor construyó un instrumento para valorar el estrés académico, que contiene tres dimensiones, las cuales son:

- a) **Estresores:** esta dimensión surge cuando la persona se relaciona con el contexto, esto es, la dinámica entre sistema y entorno, donde existe un continuo flujo de entrada (input). Además, existen dos tipos de estresores, los mayores que son objetivos, impredecibles, incontrolables, funcionan independientemente de la percepción que tenga la persona sobre estos e impactan de forma negativa; por otro lado, están los menores, que dependen de la valoración que se efectuó sobre estos, por lo mismo, de manera independiente no son estresores. En suma, son como factores que amenazan la integridad vital; sin embargo, no son perjudiciales siempre, pues dependerá de los recursos que posee la persona para enfrentarlos o no. En tal sentido, algunos de los estresores son el exceso de tareas, la competencia grupal, la sobrecarga de responsabilidad, la interrupción del trabajo académico, un contexto físico desagradable, escasos incentivos, intervalos de tiempo corto para efectuar el trabajo, entre otros (Barranza, 2006).
- b) **Síntomas:** esta dimensión hace alusión al conjunto de síntomas o indicadores que aparecen como respuesta a los estresores, es decir, se estaría presentando el distrés o la forma negativa del estrés, ya que ocasiona desequilibrio en la asociación entre el sistema-persona y el contexto, lo que se convierte en el escenario estresante. Además, el individuo al percibir que las exigencias del ambiente no pueden ser afrontadas con sus recursos, surgen los síntomas físicos,

psicológicos y conductuales, el primero atañe a las reacciones del cuerpo a nivel fisiológico, como el insomnio, los temblores musculares, marsearse las unas, las migrañas, entre otros; el segundo consiste en la alteración del funcionamiento cognitivo y emocional de las personas, como el bloqueo mental, bajos niveles de atención y concentración, irritabilidad, inquietud, episodios depresivos, entre otros; y el tercero consta de actos como el aislamiento, faltar a clases, incremento o disminución de la ingesta de alimentos, tener discusiones con los pares o docentes, entre otros (Barranza, 2006).

- c) **Estrategias de afrontamiento:** esta dimensión es un proceso a través del cual las personas comienzan a poner en práctica distintas estrategias que las conlleva a disminuir o eliminar las manifestaciones o síntomas, es decir, a recuperar su equilibrio sistémico; pero, antes de ello el individuo valora su capacidad de afronte (coping) ante la percepción de amenaza. Asimismo, la capacidad de afrontamiento es entendido como los frecuentes esfuerzos cognitivos y conductuales que se emiten para manejar las exigencias internas y externas que son consideradas como excedentes de los medios personales; aún más, existen tácticas que funcionan como defensas y otras para encontrar soluciones a los problemas, que surgen por el aprendizaje, el descubrimiento o la inteligencia; algunos ejemplos de estrategias de afrontamiento son las confidencias, las distracciones evasivas, emitir elogios para uno mismo, la asertividad, entre otros (Barranza, 2006).

Por lo tanto, a través de la conceptualización de las dimensiones del estrés académico (Barranza, 2006), da a conocer las fases en las que se presenta esta, las cuales son:

- a) **Primera fase:** en este periodo de tiempo el estudiante está expuesto a diversos

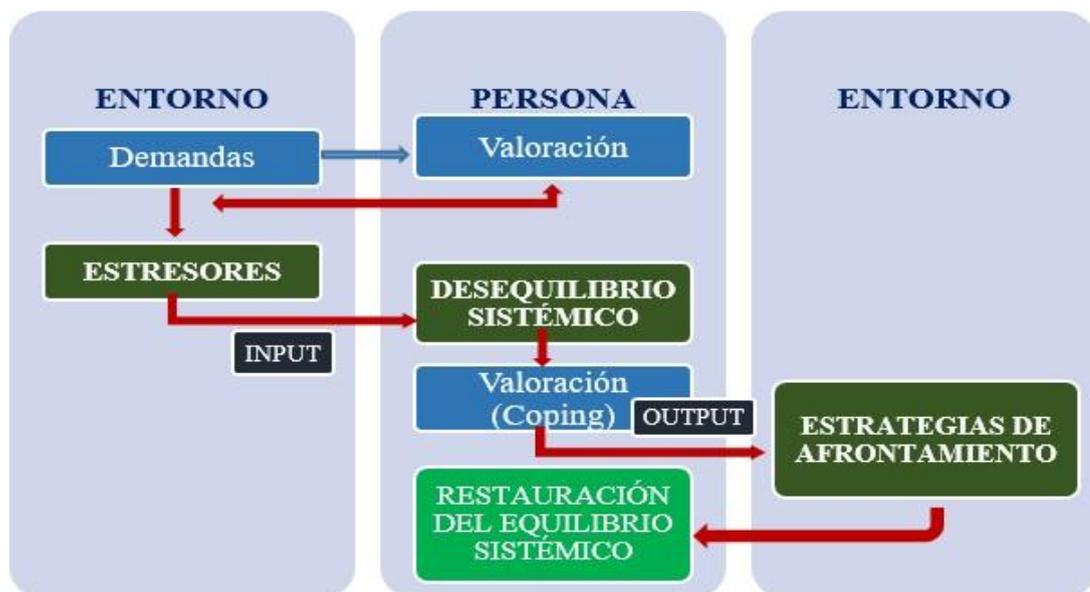
ambientes educativos que generan demandas o exigencias, estimadas por estos como estresores (inputs) (Barranza, 2006).

b) Segunda fase: esta comienza cuando ante la presencia de los estresores se ocasiona desequilibrio en el sistema, es decir, el estudiante al convivir en un ambiente estresante empieza mostrar diversos síntomas o indicadores de la inestabilidad sistémica (Barranza, 2006).

c) Tercera fase: esta es la última fase del estrés académico, en la que el desequilibrio sistémico orilla al estudiante a poner en práctica estrategias de afrontamiento (output) con la finalidad de recuperar la estabilidad sistémica (Barranza, 2006).

Figura 1

Fases del estrés académico



Nota. Obtenido de Extraído de Barranza (2006).

Efectos del estrés académico

Quito y otros (2018) señalan en su estudio, como efectos del estrés académico:

- Desfavorable rendimiento académico.
- Relación inadecuada con profesores y compañeros.

- Dificultad para solucionar conflictos.
- Problemas en la búsqueda de identidad.

Consecuencias del estrés académico

Tal como afirma Moscoso (2009), el estrés académico ocasiona consecuencias en el organismo, en tres niveles, los cuales son:

- a) A nivel psicológico:** las personas presentan diversas condiciones psicológicas como respuesta al estrés, tales como la irritabilidad, ira, desesperanza, ansiedad, baja autoestima, pensamientos desfavorables, problemas de memoria, dificultades para mantener la atención y concentración, bloqueo mental, entre otros indicadores asociados al funcionamiento emocional y cognitivo. En suma, ante la presencia de estímulos percibidos como amenaza, podrían o no mostrarse las consecuencias, ello dependerá de la seguridad en las habilidades, el grado de soporte social y haber experimentado el mismo estímulo (Moscoso, 2009).
- b) A nivel fisiológico:** los individuos muestran diferentes respuestas fisiológicas ante la exposición de los estresores, los que se clasifican en tres fases: la primera es de alarma, inicia al percibir un evento como amenazante, el cual podría desencadenar el incremento del ritmo cardiaco, dolores de cabeza, incremento del nivel de respiración, malestares digestivos, elevada presión arterial, fatiga, hiperhidrosis en ciertas partes del cuerpo, entre otros; la segunda es de adaptación o resistencia, surge cuando existe una extensión temporal de los incitadores estresores, ante ello, el cuerpo responde resistiendo hasta adaptarse; y la tercera es de agotamiento, esta fase se presenta cuando de forma radical se extiende el estado de alerta, es así que las respuestas son propias del estrés crónico (Moscoso, 2009).

c) **A nivel comportamental:** la emisión de conductas es uno de los tipos de respuesta que las personas tienen frente a los eventos o estresores, además, que éstas sean beneficiosas o no dependerá del estilo de vida de las personas y de su interacción con el medio donde convive; en tal sentido, si el estilo de vida es saludable es posible disminuir los niveles de estrés, por lo contrario, si el estilo no es saludable la persona es más propensa a poseer mayores niveles de estrés, lo que se ve reflejado en conductas como el aislamiento, el desganado para efectuar actividades académicas, las faltas a clases, entre otros (Moscoso, 2009).

La adolescencia

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) la adolescencia, que abarca desde los 10 hasta los 19 años, es un período de transición de la niñez a la adultez. Es una etapa única en el desarrollo humano y esencial para establecer las bases de una salud óptima. Durante la adolescencia, los jóvenes experimentan un rápido crecimiento en aspectos físicos, cognitivos y psicosociales. Esto afecta sus emociones, pensamientos, decisiones e interacciones con su entorno.

Aunque la adolescencia se considera generalmente una etapa saludable de la vida, también es un período en el que se producen muertes, enfermedades y lesiones en una proporción considerable. Muchos de estos problemas son prevenibles o tratables. En esta etapa, los adolescentes establecen patrones de comportamiento - como la alimentación, la actividad física, el consumo de sustancias psicoactivas y la actividad sexual - que pueden proteger o poner en riesgo su salud y la de otros, tanto ahora como en el futuro.

Para un crecimiento y desarrollo saludable, los adolescentes necesitan información adecuada para su edad, especialmente una educación integral sobre

sexualidad; oportunidades para adquirir habilidades para la vida; servicios de salud aceptables, equitativos, apropiados y eficientes; y entornos seguros y favorables. También necesitan oportunidades para participar activamente en el diseño e implementación de intervenciones para mejorar y mantener su salud. La expansión de estas oportunidades es crucial para satisfacer las necesidades y derechos específicos de los adolescentes.

2.3. Marco conceptual

Resiliencia: Es una característica de la personalidad que regula los efectos negativos del estrés y fomenta la adaptación, es decir, es la capacidad para afrontar las adversidades, recuperar el equilibrio y prevenir la experimentación de las consecuencias del estrés (Wagnild y Young, 1993).

Ecuanimidad: Es la dimensión de la resiliencia que se basa en la posición equilibrada que poseen las personas sobre sus propias experiencias y la vida en sí (Wagnild y Young, 1993).

Satisfacción personal: Componente de la resiliencia que consiste en entender que la vida tiene una finalidad, por eso las personas valoran los aportes que tienen con esta y creen que existe un motivo para seguir viviendo (Wagnild y Young, 1993).

Sentirse bien solo: Elemento de la resiliencia entendido como la de libertad, autonomía e independencia; además, las personas saben que las experiencias de vida son únicas y pueden enfrentarlas individualmente (Wagnild y Young, 1993).

Confianza en sí mismo: Es la dimensión de la resiliencia que hace alusión a la creencia que tiene la persona sobre sí misma, se siente segura de sus habilidades, conoce cuáles son sus fortalezas y debilidades (Wagnild y Young, 1993).

Perseverancia: Componente de la resiliencia fundamentada en la autodisciplina, en continuar luchando a pesar de las adversidades y el desánimo, la persona reconstruye su vida y siente estar involucrada con esta (Wagnild y Young, 1993)

Estrés académico: Es un procesos sistémico, psíquico y adaptativo que se presenta cuando el estudiante valora las demandas del ámbito educativo, catalogadas como estresores que originan síntomas o indicadores, esto se convierte en un contexto estresante, ante el cual se emiten estrategias de afrontamiento (Barranza, 2006).

Estresores: Son las demandas o exigencias del contexto que son percibidas por el estudiante y son valoradas como amenazantes al interactuar con este; aún más, estos impactan en la integridad vital (Barranza, 2006).

Síntomas: Es el conjunto de síntomas o indicadores resultantes de la interacción de la persona con el contexto académico; además, estos impactan a nivel fisiológico, psicológico y comportamental (Barranza, 2006).

Estrategias de afrontamiento: Es el esfuerzo cognitivo y conductual que las personas aplican para reducir o eliminar los síntomas, es decir, para manejar las exigencias y recuperar el equilibrio (Barranza, 2006).

CAPITULO III

HIPÓTESIS

2.1. Hipótesis general

Existe relación entre la resiliencia y el estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022.

2.2. Hipótesis específicas

- Existe relación entre la resiliencia y la dimensión estresores del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022.
- Existe relación entre la resiliencia y la dimensión síntomas del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022.
- Existe relación entre la resiliencia y la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución

2.3. Variables

Variable 1: Resiliencia

Definición conceptual: Es una característica de la personalidad que regula los efectos negativos del estrés y fomenta la adaptación, es decir, es la capacidad para afrontar las adversidades, recuperar el equilibrio y prevenir complicaciones graves (Wagnild y Young, 1993).

Definición operacional: La variable se mide con la Escala de Resiliencia adaptado por Castilla y otros (2014), cuyo objetivo es medir el nivel de resiliencia tomando en cuenta la ecuanimidad, satisfacción personal sentirse bien solo, perseverancia y la confianza en sí mismo.

Variable 2: Estrés académico

Definición conceptual: Es un proceso sistémico, psíquico y adaptativo que se presenta cuando el estudiante valora las demandas del ámbito educativo, catalogadas como estresores que originan síntomas o indicadores, esto se convierte en un contexto estresante, ante el cual se emiten estrategias de afrontamiento (Barranza, 2006).

Definición operacional: La variable se mide con el Inventario SISCO del Estrés Académico de Quito (2019) cuya finalidad es medir el nivel de estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento al estrés.

CAPITULO IV

METODOLOGÍA

4.1. Método de investigación

El método científico de esta investigación fue el método general, que se fundamenta en el proceso de guía para el investigador, el que está compuesto por un determinado número de etapas que van desde el planteamiento del problema hasta la obtención de resultados, con la finalidad de llegar a conclusiones que sean válidas tanto para la comunidad científica como para la sociedad. Por lo mismo, tiene la particularidad de ser objetivo, comenzar observando sucesos reales para ir más allá de estos (Sánchez y Reyes, 2015).

El método específico de este estudio fue el método descriptivo, sustentado en la indagación de los acontecimientos en periodo de tiempo actual y en su forma natural, con la finalidad de detallar, analizar y descifrar, es decir, conocer qué y cómo se muestran las variables en una población específica; por ello, existe escaso control directo de éstas. Por otro lado, se aplica la observación indirecta mediante el uso de encuestas a través de cuestionarios, escalas, inventarios, entre otros instrumentos; adicionalmente (Sánchez y Reyes, 2015).

4.2. Tipo de investigación

El tipo de investigación que se manejó en este trabajo de indagación es la aplicada, entendida como el estudio que está interesado en poner en práctica los modelos teóricos en una parte de la realidad para obtener derivaciones prácticas, antes que el desarrollo de los conocimientos científicos. Debido a lo cual, con sus resultados aporta a la construcción de investigaciones básicas, esta última también contribuye a la elaboración de estudios de tipo aplicado (Sánchez y Reyes, 2015).

4.3. Nivel de investigación

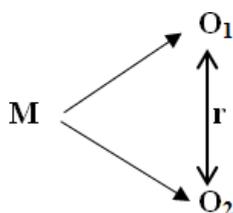
El nivel de esta investigación correspondió al correlacional, conocido también como el alcance que tiene la intención de conocer el grado de correspondencia entre dos o más variables de indagación que se muestran en una porción del universo; para ello es indispensable valorar independientemente las variables que se quiere asociar, después a través de la utilización de la estadística se las relaciona (Hernández y Mendoza, 2019). Como resultado de dicha definición mediante este estudio se determinó la relación entre resiliencia y estrés académico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Cristiana de Santiago de Surco, Lima.

4.4. Diseño de investigación

El diseño de este trabajo de investigación perteneció a la clasificación correlacional, delimitado como el estudio que está centrado en determinar el nivel de asociación entre dos o más conceptos que se manifiestan en una muestra de la población a investigar; en ese marco, el investigador debe medir las variables de manera individual con el propósito de conocer el grado de presencia o su ausencia, posteriormente, valorará el nivel de asociación entre las variaciones de los conceptos por medio de la estadística de correlación (Sánchez y Reyes, 2015).

Figura 2

Esquema del diseño de la investigación



Nota. Obtenido de Sánchez y Reyes (2015)

Dónde:

M = Muestra constituida por estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana, en tiempos de Covid-19, Surco – 2022.

O1 = Observación de la variable resiliencia.

O2 = Observación de la variable estrés académico.

r = Correlación entre ambas variables.

4.5. Población y muestra**Población**

La población hace referencia a cada uno de los integrantes que forman parte de una categoría o clasificación de circunstancias, personas, animales u objetos, además, pertenecen a una clase particular porque comparten características similares (Sánchez y Reyes, 2015). Por consiguiente, la población de esta investigación fueron 72 estudiantes adolescentes cuyas edades oscilan entre 11 a 17 años, que cursan del primer al quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Particular Cristiano Pionero en tiempos de Covid-19; ubicada en el Jr. Santiago Antúnez de Mayolo N°505, Vista Alegre, del distrito Santiago de Surco, de la provincia de Lima.

Muestra

La muestra es conceptualizada como una parte significativa o representativa de todos los componentes de la población, también denominada universo; es decir, es el subgrupo de este, su característica representativa es necesaria para poder generalizar los resultados a otras poblaciones diferentes a la estudiada (Sánchez y Reyes, 2015). Por consiguiente, la muestra de este estudio fueron 72 estudiantes adolescentes cuyas edades oscilan entre 11 a 17 años, que cursan desde el primer grado al quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Particular Cristiano Pionero en tiempos de Covid-19; ubicada en el Jr. Santiago Antúnez de Mayolo N°505, Vista Alegre, del distrito Santiago de Surco, de la provincia de Lima, del departamentode Lima, del Perú.

Tipo de muestreo

El tipo de muestreo que se utilizó en este estudio es el no probabilístico censal, entendido como el muestreo donde la misma población es tomada como muestra, puesto que la cantidad de integrantes que contiene el universo es reducida, por tanto, manejable. Debido a lo cual, no es indispensable aplicar formulas estadísticas (Ramírez, 2010).

Tabla 1

Población y muestra de la investigación

Grados	Número de estudiantes
Primero	17
Segundo	19
Tercero	12
Cuarto	10
Quinto	14
Total	72

Nota. La muestra del estudio será 72 estudiantes.

Criterios de inclusión:

- ✓ Estudiantes adolescentes (11 a 16 años) de la Institución Educativa Particular Cristiano Pionero, en tiempos de Covid-19 que son varones y mujeres.
- ✓ Estudiantes adolescentes de la Institución Educativa Particular Cristiano Pionero, cuyos padres firmen el documento de consentimiento informado.
- ✓ Estudiantes adolescentes de la Institución Educativa Particular Cristiana Pionero, que firmen el documento de asentimiento informado.
- ✓ Estudiantes adolescentes de la Institución Educativa Particular Cristiana Pionero, que respondan correctamente los ítems de la Escala de Resiliencia.
- ✓ Estudiantes adolescentes de la Institución Educativa Particular Cristiana Pionero, que respondan correctamente los ítems del Inventario SISCO del Estrés Académico.

Criterios de exclusión:

- ✓ Estudiantes adolescentes que no sean de la Institución Educativa Particular Cristiana Pionero, en tiempos de Covid-19, Surco – 2022.
- ✓ Estudiantes que no sean adolescentes (menores a 11).
- ✓ Estudiantes adolescentes de la Institución Educativa Particular Cristiana Pionero, cuyos padres no firmen el documento de consentimiento informado.
- ✓ Estudiantes adolescentes de la Institución Educativa Particular Cristiana Pionero, que no firmen el documento de asentimiento informado.
- ✓ Estudiantes adolescentes de la Institución Educativa Particular Cristiana Pionero, que no respondan correctamente los ítems de la Escala de Resiliencia.
- ✓ Estudiantes adolescentes de la Institución Educativa Particular Cristina Pionero, que no respondan correctamente los ítems del Inventario SISCO Estrés Académico.

4.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas

Desde el punto de vista de López y Fachelli (2015), la encuesta es una técnica de recaudación de valores a través de la medición de una o más variables, por eso, se presenta un conjunto de interrogantes que se dependen de las variables y están sistemáticamente organizadas, así como tienen concordancia con el problema y los objetivos de la investigación. En tal sentido, la técnica de recaudación de datos que se utilizará para este estudio la encuesta.

Instrumentos

Los instrumentos que se aplicó en esta investigación para la recolección de datos serán la Escala de Resiliencia y el Inventario SISCO del Estrés Académico. Asimismo, la escala es definida como un instrumento para valorar opiniones y actitudes frente a determinada variable; por otro lado, el inventario es un instrumento que tiene como propósito detectar datos específicos de las variables catalogados como actitudes de acuerdo con la perspectiva de cada individuo (Sánchez y Reyes, 2015).

Ficha Técnica de la Escala de Resiliencia

Autor(a): Wagnild, Gail; Young, Heather Año: 1993

Procedencia: Estado Unidos EE.UU.

Adaptación peruana: Castilla y otros (2014).

Administración: Individual y colectiva.

Área de aplicación: Área clínico, educativo y para elaboración de investigaciones.

Ámbito de aplicación: Adolescentes y adultos.

Duración: 10 a 15 minutos aproximadamente.

Finalidad: Mide el nivel de resiliencia general y de sus dimensiones, tales como

confianza y sentirse bien solo, perseverancia, ecuanimidad y aceptación de uno mismo.

Confiabilidad: La confiabilidad de la escala se estableció mediante la aplicación del estadístico Alpha de Cronbach, es así como se obtuvo un coeficiente de 0.906, que indica alta confiabilidad.

Validez: La validez de la escala se estableció por medio del análisis factorial, por ello se aplicó las medidas de Kaiser Meyer Olkin, dando como resultado un índice de 0.919.

Ficha Técnica del Inventario SISCO del Estrés Académico

Autor(a): Arturo Barraza Macías

Año: 2006

Procedencia: México

Adaptación: Quito (2019)

Administración: Individual y colectiva.

Área de aplicación: Área Educativa.

Ámbito de aplicación: Estudiantes de educación media a superior.

Duración: 10 a 20 minutos aproximadamente.

Finalidad: Mide el nivel de estrés académico.

Dimensiones: Estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento.

Confiabilidad: La confiabilidad se determinó a través de la aplicación del estadístico de coeficiente de correlación de Alpha de Cronbach, es así que se obtuvo un índice de 0.867; también, se manejó el coeficiente de Omega, el que indicó un índice de 0.871; por tanto, ambos estadísticos indican buena confiabilidad.

Validez: La validez se estableció por medio del análisis descriptivo de los ítems y del criterio de V de Aiken, el primer estadístico determinó que los ítems son aceptables y el segundo que presentan adecuada validez con puntajes entre 0.9 y 1.

Verificación de la confiabilidad y validez de los instrumentos

Para la verificación de los instrumentos se utilizó una prueba piloto en 15 estudiantes con similares características, de donde se analiza la confiabilidad y validez interna. El coeficiente de Alpha de Cronbach obtenido fue .915 para el la Escala de Resiliencia de Wagnild y Yung (ER) y .950 para el Inventario de Estrés Académico (SISCO – SV). En cuanto a la validez interna, se utilizó el coeficiente de correlación Ítem-Test, se obtuvieron valores mayores a .30 que varían entre .310 y .767 en la ER y entre .332 y .708 para el SISCO. Asimismo, se realizó la validez de contenido utilizando el método de criterio de expertos, donde se consulto a tres especialistas y se realizó el índice de concordancia de W de Kendall para verificar el grado de acuerdo que existe entre los ellos; se obtuvo .926 para el ER y .918 para el SISCO, es decir, existe alto nivel de concordancia entre los jueces, lo que indica que la validez de contenido es elevada.

4.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Estadística descriptiva

La técnica de procesamiento y análisis de datos que se utilizó en esta investigación fue la estadística descriptiva, que tiene como fin resumir un grupo de datos obtenidos por la técnica de observación. Además, está compuesta por dos clases de estadísticos, las medidas de tendencia central y las medidas de variabilidad, que son utilizadas en función de la naturaleza o escala de medida de las variables, es decir, si son ordinales, nominales o de intervalo (Sánchez & Reyes, 2015). Por consiguiente, al aplicar la estadística descriptiva se obtendrán tablas de contingencia de frecuencias y porcentajes, que muestran categorías y niveles tanto de las variables resiliencia como estrés académico. Asimismo, se administró el método de tablas cruzadas para correlación descriptiva.

Estadística inferencial

Otras de las técnicas de procesamiento y análisis de correlación que se empleó fue la estadística inferencial, también conocida como la inferencia estadística, consiste en comparar dos o más grupos de valores con la finalidad de identificar la significatividad en los resultados, es decir, a través de esta técnica se busca establecer si las probables incompatibilidades a descubrir se deben al azar o son normales, para lo cual se debe tener en cuenta el nivel de probabilidad de 0.05 para las ciencias sociales y conductuales. Además, la inferencia estadística contiene dos conjuntos de estadísticos, los paramétricos y no paramétricos (Sánchez y Reyes, 2015). Por lo tanto, en esta investigación al aplicar la estadística inferencial a través de la prueba no paramétrica Rho de Spearman, se contrastaron las hipótesis; aún más, el uso de este tipo de estadístico se debe a que las variables son de escala de medición ordinal.

Procedimiento de recolección de datos:

- El procesamiento y análisis de los valores inició con la determinación de la validez y la confiabilidad de los instrumentos.
- Se aplicó a la muestra del estudio la Escala de Resiliencia y el Inventario SISCO del Estrés Académico.
- Se trasladaron los datos obtenidos de la evaluación de las variables al Programa Estadístico en Ciencias Sociales (SPSS) versión 25.
- Se aplicó la estadística descriptiva para conseguir tablas de contingencia de frecuencias y porcentajes, que muestran categorías y niveles tanto de la variable resiliencia como estrés académico.
- Se administró el método de tablas cruzadas para la correlación descriptiva de las variables.
- Se manejó la estadística inferencial a través de la prueba no paramétrica Rho de

Spearman para la contrastarán las hipótesis.

- Se tomó la decisión estadística con la finalidad de determinar si se acepta o rechaza la hipótesis de investigación.
- Se utilizó el Programa de Microsoft Excel versión 2019 para el esquema de tablas y gráficos resultantes de la administración de la estadística descriptiva e inferencial.
- Se plasmó los resultados en el informe final, es decir, las tablas y gráficos, así como sus descripciones, con el objetivo de efectuar las discusiones de los resultados.

4.8. Aspectos éticos de la investigación

En este sentido, la investigadora de este estudio se basó en el Reglamento General de Investigación de la UPLA, enfocándose especialmente en el artículo N° 27. Este artículo destaca la protección de los participantes del estudio, reflejada en el respeto a su etnia y nivel sociocultural; por ello, en la investigación presente, se pretende entregar del documento de consentimiento y/o asentimiento informado; la minimización de los posibles impactos negativos del estudio; asimismo se pretendió preservar la responsabilidad sobre los impactos a nivel personal, organizacional y social; y la sinceridad investigativa.

Además, el artículo N°28 establece las normas de ética, como la elaboración de nuevos estudios que estén en línea con las áreas de investigación de la UPLA; por ende, el estudio presente seleccionó adecuadamente los métodos, referencias, información y técnicas confiables; la responsabilidad sobre las consecuencias personales, sociales y académicas; el respeto al anonimato de los participantes; la comunicación clara, completa y relevante de los hallazgos del estudio sin utilizarlos

para beneficio personal; la notificación sobre problemas entre los actores del proceso investigativo; y evitar errores éticos al publicar.

CAPITULO V

RESULTADOS

5.1. Descripción de los resultados

Tabla 2

Resiliencia en los estudiantes

Resiliencia	Frecuencia	Porcentaje
Medio	16	22%
Alto	56	78%
Total	72	100%

Nota. No se presenta el nivel bajo, puesto que nadie obtuvo resultados en ese nivel.

En la tabla 2, se observa que el 22% de los estudiantes evaluados, han presentado resiliencia media, lo que indica regular desarrollo de esta capacidad. El 78% de los estudiantes evaluados, refiere resiliencia en nivel alto, lo que indicaría que estos estudiantes tienen desarrollado la capacidad.

Tabla 3*Estrés académico en los estudiantes*

Estrés académico	Frecuencia	Porcentaje
Leve	21	29%
Moderado	51	71%
Total	72	100%

Nota. No se presenta el nivel severo, puesto que nadie obtuvo resultados en ese nivel.

En la tabla 3, se puede observar que, del total de estudiantes evaluados, el 29% representan un nivel leve de estrés académico, lo que indicaría que los signos o síntomas presentes del estrés, en esta muestra, son bajos. El 71% de los estudiantes evaluados, obtuvieron estrés académico moderado, lo que indicaría que existen algunos síntomas o signos de estrés en los estudiantes evaluados.

Tabla 4*Resiliencia y estrés académico en los estudiantes*

	Resiliencia	Estrés académico		Total
		Leve	Moderado	
Medio	<i>f</i>	0	16	16
	%	0%	22%	22%
Alto	<i>f</i>	21	35	56
	%	29%	49%	78%
Total	<i>f</i>	21	51	72
	%	29%	71%	100%

Nota. La mayoría de los estudiantes presenta resiliencia alta y estrés académico moderado.

En la tabla 2 se pudo visualizar que el 22% de los estudiantes evaluados presentan resiliencia regular y estrés académico moderado, el 78% de los estudiantes presentan resiliencia alta, de los cuales el 29% de los estudiantes manifiesta estrés académico leve y el 49% de estrés académico moderado.

Tabla 5*Resiliencia y estresores del estrés académico de los estudiantes*

Resiliencia		Estresores		Total
		Leve	Moderado	
Medio	<i>f</i>	3	13	16
	%	4%	18%	22%
Alto	<i>f</i>	30	26	56
	%	42%	36%	78%
Total	<i>f</i>	33	39	72
	%	46%	54%	100%

Nota. La mayoría de los estudiantes posee resiliencia alta y estresores leves.

En la tabla 3 se pudo observar que el 22% de los estudiantes evaluados presentan resiliencia regular de los cuales el 4% manifiesta estresores leves y 18 moderados, el 78% de los estudiantes presentan resiliencia alta, de los cuales el 42% de los estresores son leves y el 36% manifiesta estresores moderados.

Tabla 6*Resiliencia y síntomas del estrés académico de los estudiantes*

Resiliencia		Síntomas de estrés			Total
		Leve	Moderado	Severo	
Medio	<i>F</i>	4	11	1	16
	%	6%	15%	1%	22%
Alto	<i>F</i>	43	13	0	56
	%	60%	18%	0%	78%
Total	<i>F</i>	47	24	1	72
	%	65%	33%	1%	100%

Nota. La mayoría de los estudiantes posee resiliencia alta y síntomas de estrés leves.

En la tabla 4 se pudo visualizar que el 22% de los evaluados poseen resiliencia regular, de los cuales, el 6% de los síntomas de estrés manifestado en los evaluados es leve, el 15% posee síntomas de estrés moderado y el 1% presentan síntomas de estrés severo. El 78% de los estudiantes presentan resiliencia alta, de los cuales, el 60% de los síntomas de estrés que presentan son leves y el 18% manifiesta síntomas de estrés moderado.

Tabla 7*Resiliencia y estrategias de afrontamiento al estrés académico de los estudiantes*

Resiliencia		Estrategias de afrontamiento al estrés		Total
		Regular	Alto	
Medio	<i>f</i>	16	0	16
	%	22%	0%	22%
Alto	<i>f</i>	43	13	56
	%	60%	18%	78%
Total	<i>f</i>	59	13	72
	%	82%	18%	100%

Nota. La mayoría de los estudiantes posee resiliencia alta y afrontamiento al estrés regular.

En la tabla 5 se pudo observar que el 22% de los estudiantes evaluados, presentan resiliencia regular y estrategias de afrontamiento al estrés regular. El 78% de los estudiantes presentan resiliencia alta, de los cuales, las estrategias de afrontamiento al estrés presentadas son regulares y el 18% de las estrategias de afrontamiento al estrés son altos.

5.2. Contrastación de las hipótesis

Hipótesis general

H1 Existe relación entre la resiliencia y el estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022.

H0 No existe relación entre la resiliencia y el estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022.

Prueba de Coeficiente de Rho de Spearman – Bivariados

Criterio para determinar la Hipótesis: (criterio para todas las hipótesis)

“**P**-valor $\leq \alpha$ = La **H₁** se aprueba. **Es significativo**”

“**P**-valor $> \alpha$ = La **H₀** se aprueba. **No es significativo**”

Criterio para determinar la intensidad de correlación: (criterio para todas las hipótesis)

“Rho 0,81 - 0,99 = Correlación **muy alta**”

“Rho 0,61 - 0,80 = Correlación **alta**”

“Rho 0,41 - 0,60 = Correlación **moderada**”

“Rho 0,21 - 0,40 = Correlación **baja**”

“Rho 0,00 - 0,20 = Correlación **muy baja o nula**”

Tabla 8

Correlación entre resiliencia y estrés académico

Variable	N°	Rho	P-valor	Val.	Nivel Alfa α
Resiliencia	72	-0,343*	0,003**	<	0,05
Estrés académico					

Nota. Decisión: *El valor de Rho es -0,343. Por lo tanto, la dirección de correlación es inversa con intensidad baja. **El p-valor (0,003) es menor al nivel alfa (0,05) por ello, la correlación es estadísticamente significativa. **Conclusión:** Se rechaza la hipótesis nula, puesto que existe relación inversa y significativa. **Interpretación:** Existe relación entre la resiliencia y el estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022, es decir, a mayor presencia de resiliencia, menor será la manifestación de estrés académico en estos estudiantes.

Hipótesis específica 1

- H1** Existe relación entre la resiliencia y la dimensión estresores del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022.
- H0** No existe relación entre la resiliencia y la dimensión estresores del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022.

Tabla 9

Correlación entre resiliencia y estrés académico

Variable	Nº	Rho	P-valor	Val.	Nivel Alfa α
Resiliencia	72	-0,291*	0,013**	<	0,05
Estresores académicos					

Nota. Decisión: *El valor de Rho es -0,291. Por lo tanto, la dirección de correlación es inversa con intensidad baja. **El p-valor (0,013) es menor al nivel alfa (0,05) por ello, la correlación es estadísticamente significativa. **Conclusión:** Se rechaza la hipótesis nula, puesto que existe relación inversa y significativa. **Interpretación:** Existe relación entre la resiliencia y la dimensión estresores del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022, es decir, a medida que se presenten niveles altos de resiliencia, se manifestarán niveles bajos de estresores académicos en los estudiantes evaluados.

Hipótesis específica 2

- H1** Existe relación entre la resiliencia y la dimensión síntomas del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022.
- H0** No existe relación entre la resiliencia y la dimensión síntomas del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022.

Tabla 10

Correlación entre resiliencia y síntomas del estrés académico

Variable	N°	Rho	P-valor	Val.	Nivel Alfa α
Resiliencia	72	-0,463*	0,000**	<	0,05
Síntomas del estrés					

Nota. Decisión: *El valor de Rho es -0,463. Por lo tanto, la dirección de correlación es inversa con intensidad moderada. **El p-valor (0,000) es menor al nivel alfa (0,05) por ello, la correlación es estadísticamente significativa. **Conclusión:** Se rechaza la hipótesis nula, puesto que existe relación inversa y significativa. **Interpretación:** Existe relación entre la resiliencia y la dimensión síntomas del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022, es decir, a medida que se presenten niveles altos de resiliencia, se manifestarán niveles bajos de síntomas del estrés académicos en los estudiantes evaluados.

Hipótesis específica 3

H1 Existe relación entre la resiliencia y la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022.

H0 No existe relación entre la resiliencia y la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022.

Tabla 11

Correlación entre resiliencia y estrategias de afrontamiento al estrés

Variable	N°	Rho	P-valor	Val.	Nivel Alfa α
Resiliencia Afrontamiento al estrés	72	0,251*	0,034**	<	0,05

Nota. Decisión: *El valor de Rho es 0,251. Por lo tanto, la dirección de correlación es directa con intensidad baja. **El p-valor (0,034) es menor al nivel alfa (0,05) por ello, la correlación es estadísticamente significativa. **Conclusión:** Se rechaza la hipótesis nula, puesto que existe relación directa y significativa. **Interpretación:** Existe relación entre la resiliencia y la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022, es decir, a medida que los niveles de resiliencia sean altos, también serán altas las estrategias de estrés académico en los estudiantes evaluados.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

Como se sabe, los adolescentes están pasando por cambios físicos, emocionales y sociales que pueden generar crisis e incertidumbre. A pesar de que es estos desafíos, puede surgir la capacidad de resiliencia, existen también complicaciones que pueden afectar a los adolescentes. En América Latina y el Caribe, las consecuencias de la pandemia sigue afectando la salud mental de los adolescentes; muchos han experimentado ansiedad y depresión, y algunos han perdido la motivación para realizar actividades que antes disfrutaban. Además, muchos tienen una visión pesimista del futuro, lo que les puede generar estrés o ansiedad. En definitiva, los adolescentes conviven en diversos escenarios que ponen a prueba sus competencias, como la capacidad para afrontar acontecimientos adversos, que se presentan en el ámbito personal, familiar, social y educativo (como el estrés académico), que surgen frente a las exigencias relacionadas al estudio o formación. En tal sentido, por medio de este trabajo de investigación se busca determinar la correlación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana, Santiago de Surco. Los resultados son los siguientes:

En cuanto al objetivo general sobre la relación que existe entre la resiliencia y el estrés académico en los estudiantes se pudo visualizar que el 22% de los estudiantes evaluados presentan resiliencia regular y estrés académico moderado, el 78% de los estudiantes presentan resiliencia alta, de los cuales el 29% de los estudiantes manifiesta estrés académico leve y el 49% de estrés académico moderado (véase tabla 2). Se puede identificar que la mayoría de los estudiantes poseen niveles altos de resiliencia, esto indicaría que los estudiantes evaluados presentan capacidades para afrontar acontecimientos adversos, son flexibles con los problemas, se sobreponen y viven de manera significativa y beneficiosa en relevancia a su forma de percibir la vida;

enfrentan las dificultades de maneras que son aprobadas por la sociedad, posibilitan la baja percepción de susceptibilidad ante la presencia de próximos estresores potenciales que puedan afectar su estabilidad emocional, poseen habilidades que les permiten transformar la vida de las personas, resguardan la integridad personal al estar expuestos a presiones del contexto, poseen intelecto para afrontar los problemas, capacidad para encontrar soluciones a los problemas, tendencias al acercamiento, autoestima, autonomía, empatía, motivación, voluntad, sentido del humor positivo, menor nivel de experimentación de sentimientos de desesperanza, entre otros (Fonagy y otros, 1994) entonces se puede referir que la particularidad de la personalidad de estos estudiantes regulan los impactos negativos del estrés e impulsa o fomenta a la adaptación, haciendo frente a la adversidad angustiosa, siendo capaces de ajustarse y mostrar coraje para recuperar el equilibrio en sus vidas y prevenir la experimentación de las consecuencias perjudiciales del estrés (Wagnild y Young, 1993).

En cuanto al estrés académico, la mayoría de los estudiantes poseen niveles leves y moderados de estrés académico, lo que indicaría que los estudiantes no presentan casos complejos de irritabilidad, desfavorable rendimiento académico, relación inadecuada con profesores y compañeros, dificultad para solucionar conflictos y tampoco presentan problemas en la búsqueda de su identidad (Quito y otros, 2018). Lo que indicaría que estos adolescentes no completan las fases del estrés representativos, es posible que los estudiantes se queden en la primera fase de estar expuestos en ambientes educativos que generan grandes demandas o exigencias, estimadas por estos como estresores (Barraza, 2006), no llegarían a la segunda ni tercera fase, puesto que los estudiantes no generan desequilibrio alguno en sus relaciones y emociones. Entonces, se podría identificar que estos estudiantes no presentan niveles crónicos lo que frenaría el proceso sistémico, psíquico y adaptativo que se presentan cuando los

estudiantes valoran las demandas del ámbito educativo, a las que se les denomina estresores, que puedan producir desequilibrio sistemático, lo cual se ve reflejado en una serie de síntomas indicadores (Barraza, 2006).

Los niveles de resiliencia son elevados y existen niveles moderados de estrés académico, lo que podría indicar que de cierta manera, el estrés estaría impulsando y/o potenciando la resiliencia, se identifica entonces que, los estudiantes presentan niveles considerables de eutrés, llamado también el estrés positivo, debido a que los estudiantes a pesar de percibir las demandas del contexto como peligrosas, tienen la seguridad que podrá enfrentarlas, por ello, confían en sus capacidades y presentan ideas y emociones favorables (García y otros, 2012).

Por lo mencionado anteriormente, se puede identificar que existe relación entre las variables y esto se corrobora en la contrastación de las hipótesis, donde se utilizó el coeficiente de Rho de Spearman, cuyo valor rho fue -0,343 y un p-valor de 0,003 siendo este menor al nivel alfa, lo que indicaría que la relación entre las variables presenta dirección inversa, con intensidad baja, pero es estadísticamente significativa (véase tabla 6). Se concluye entonces que, existe relación entre la resiliencia y el estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022, es decir, a mayor presencia de resiliencia, menor será la manifestación de estrés académico en estos estudiantes.

El estudio se asemeja a lo hallado por Quito y otros (2018) quienes identifican niveles regulares o moderados de estrés académico, que refleja que existen agentes estresores y tienen síntomas propios, sin embargo, no son severos para ser considerados perjudiciales. Salvatierra (2019) identificaron en su investigación que existe relación inversa y significativa entre la resiliencia y el estrés académico en los

estudiantes de secundaria, a mayor presencia de la capacidad de resiliencia, menor será la presencia del estrés académico. Por otro lado, Zapata (2019) estudió la relación entre la resiliencia y el acoso escolar, este último genera niveles potenciales de estrés que pueden perjudicar en el desarrollo personal, social y académico, el autor concluyó que existe relación entre la resiliencia y la percepción de acosos escolar, a menor resiliencia, menor será la presencia de acoso escolar. Por lo contrario, Linares (2021) identificaron que los estudiantes de secundaria pueden presentar estrés académico alto y moderado, lo que se identifican estresores y síntomas potenciales que pueden ser perjudiciales. Asimismo, Serrano (2018) encontró en su estudio que no existe relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de secundaria.

Para poder identificar la relación específica, se identificó la relación entre la resiliencia con los estresores, los síntomas de estrés y las estrategias de afrontamiento a los resultados. Los resultados son los siguientes:

Respecto a la relación entre la resiliencia y los estresores del estrés se pudo observar que el 22% de los estudiantes evaluados presentan resiliencia regular de los cuales el 4% manifiesta estresores leves y 18 moderados, el 78% de los estudiantes presentan resiliencia alta, de los cuales el 42% de los estresores son leves y el 36% manifiesta estresores moderados (véase tabla 3). Se evidencia que la mayoría de los estudiantes presentan estresores moderados y leves, lo que indicaría que la dinámica entre el sistema y el entorno, donde existe el flujo de estrada, presentan dos tipos de estresores, los mayores que son objetivos impredecibles, incontrolables que funcionan independientemente de la percepción que tienen los estudiantes sobre estos y pueden impactar de forma negativa; es decir es posible que los estudiantes perciban negativamente el exceso de tareas, competencia grupal. Sobrecarga de responsabilidades, interrupción del trabajo académico, contexto físico desagradable,

escasos incentivos, intervalos de tiempo corto para efectuar el trabajo, entre otros (Barraza, 2006). En cuanto a la resiliencia como se ha descrito líneas arriba, la mayoría de los estudiantes presentan niveles elevados de resiliencia, lo que podría evidenciar que los estresores funcionan de forma activa para impulsar el incremento de la resiliencia, por ello al contrastar las hipótesis, utilizando el coeficiente de Rho de Spearman, cuyo valor rho fue de -0,291 y el p-valor de 0,013 siendo este menor al nivel alfa, lo que señala que la relación tiene dirección inversa, con intensidad baja, pero es estadísticamente significativa (Véase tabla 7). Se concluye que, existe relación entre la resiliencia y la dimensión estresores del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022, es decir, a medida que se presenten niveles altos de resiliencia, se manifestarán niveles bajos de estresores académicos en los estudiantes evaluados.

Respecto a la relación entre la resiliencia y los síntomas de estrés se pudo visualizar que el 22% de los evaluados poseen resiliencia regular, de los cuales, el 6% de los síntomas de estrés manifestado en los evaluados es leve, el 15% posee síntomas de estrés moderado y el 1% presentan síntomas de estrés severo. El 78% de los estudiantes presentan resiliencia alta, de los cuales, el 60% de los síntomas de estrés que presentan son leves y el 18% manifiesta síntomas de estrés moderado (véase tabla 4). Se evidencia que la mayoría de los estudiantes presenta síntomas leves, lo que indicaría que los estudiantes no presentan síntomas o indicadores que responden a los estresores, como el insomnio, los temblores musculares, onicofagia, migrañas, alteraciones del funcionamiento cognitivo y emocional, bloqueo mental, bajos niveles de atención y concentración, irritabilidad, inquietud, episodios depresivos, aislamiento, faltas a clase, incremento o disminución de la ingesta de alimentos, tener discusiones con los pares o docentes, entre otros (Barraza, 2006). En cuanto a la

resiliencia, como se ha relatado párrafos arriba, la mayoría de los estudiantes poseen altos niveles de resiliencia, lo que podría decirse que a medida que los síntomas de estrés son menores, mayor será la presencia de resiliencia. Esta afirmación se corrobora en la comprobación de hipótesis, utilizando el coeficiente de Rho de Spearman, cuyo valor rho fue de -0,463 y un p-valor de 0,000 siendo este menor al nivel alfa, lo que señala que la relación entre las variables tiene dirección inversa, con intensidad moderada y es estadísticamente significativa (véase tabla 8). Se concluye que, existe relación entre la resiliencia y la dimensión síntomas del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022, es decir, a medida que se presenten niveles altos de resiliencia, se manifestarán niveles bajos de síntomas del estrés académicos en los estudiantes evaluados.

Respecto a la relación entre la resiliencia y las estrategias de afrontamiento al estrés, se pudo observar que el 22% de los estudiantes evaluados, presentan resiliencia regular y estrategias de afrontamiento al estrés regular. El 78% de los estudiantes presentan resiliencia alta, de los cuales, las estrategias de afrontamiento al estrés presentadas son regulares y el 18% de las estrategias de afrontamiento al estrés son altos (véase tabla 5). La mayoría de los estudiantes presentan altos niveles de estrategias de afrontamiento al estrés, es decir, estos estudiantes presentan capacidades para solucionar los conflictos dentro del contexto escolar, distracciones evasivas, emitir elogios para sí mismos, son asertivos, presentan facilidad para el aprendizaje, descubriendo así las capacidades cognitivas y conductuales que les ayudan a crecer y afrontar dentro del ámbito académico (Barraza, 2006). Como se ha referido, la resiliencia en los estudiantes se encuentra en niveles altos, lo que podría evidenciar que existe relación entre estas dos variables. Al contrastar las hipótesis, utilizando el

coeficiente de Rho de Spearman, cuyo valor rho fue de 0,251 y un p-valor de 0,034 siendo este menor al nivel alfa de 0,05 esto indicaría que la relación entre las variables tiene dirección directa, con intensidad baja, pero es estadísticamente significativa (véase tabla 9). Se concluye que, existe relación entre la resiliencia y la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022, es decir, a medida que los niveles de resiliencia sean altos, también serán altas las estrategias de estrés académico en los estudiantes evaluados.

CONCLUSIONES

1. Existe relación entre la resiliencia y el estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022, es decir, a mayor presencia de resiliencia, menor será la manifestación de estrés académico en estos estudiantes.
2. Existe relación entre la resiliencia y la dimensión estresores del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022, es decir, a medida que se presenten niveles altos de resiliencia, se manifestarán niveles bajos de estresores académicos en los estudiantes evaluados.
3. Existe relación entre la resiliencia y la dimensión síntomas del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022, es decir, a medida que se presenten niveles altos de resiliencia, se manifestarán niveles bajos de síntomas del estrés académicos en los estudiantes evaluados.
4. Existe relación entre la resiliencia y la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco de Lima – 2022, es decir, a medida que los niveles de resiliencia sean altos, también serán altas las estrategias de estrés académico en los estudiantes evaluados.

RECOMENDACIONES

1. A las autoridades de la Institución Educativa Particular Cristiano Pionero de Santiago de Surco de Lima, tomar como referencia los resultados de esta investigación, para poder diseñar programas de prevención acerca del estrés académico, ya que aunque la mayoría presenten niveles leves, existen un porcentaje considerable de niveles moderados de estrés académico, que sin precaución estos podrían incrementarse y convertirse en severos, por ello es necesario apoyarse de los altos niveles de resiliencia que presentan los estudiantes, sumados a estrategias de prevención para el estrés académico, lo que podría ayudar con efectividad erradicar los altos niveles del estrés.
2. A las autoridades de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Los Andes, concientizar e incrementar los estudios en esta líneas de investigación, ya que es necesario identificar de qué manera las variables positivas como la resiliencia pueden evitar, prevenir o relacionarse con variables negativas como el estrés académico en estudiantes de secundaria y universitarios, esto ayudaría a complementar con mayor pertinencia los aspectos teóricos y argumentativos en la realidad.
3. A los futuros investigadores, continuar con los resultados, tomando en cuenta que son estudiantes de secundaria que pueden ser propensos a generar mayores niveles de estrés a medida que vaya aumentando su carga académica en su futura vida universitaria. Es posible diseñar programas que complementen a la primera recomendación y facilitar así los instrumentos y tecnologías de prevención que los nuevos investigadores proporcionen al público en general, cumpliendo así con uno de los objetivos de la investigación, que es el servicio eficiente a la sociedad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICA

- Alfonso, B., Calcines, M., Monteagudo de la Guardia, R., & Nieves, Z. (2015). Estrés académico. *Revista Científica Edumecentro*, 7(2), 163-178. Recuperado el 23 de setiembre de 2021, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5023824>
- Angeles, M., & Manrique, C. (enero-julio de 2021). La resiliencia como herramienta decambio para alcanzar la felicidad en adolescentes de Lima Norte. *Psique Mag: Revista Científica Digital de Psicología*, 10(1), 90-97. Recuperado el 2019 de setiembre de 2021, de <http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/psiquemag/article/view/231/221>
- Asociación Americana de Psicología. (2010). *Resiliencia para los adolescentes: ¿Tienencapacidad de recuperación?* Recuperado el 19 de setiembre de 2021, de Asociación Americana de Psicología APA: <https://www.apa.org/topics/resilience/recuperacion>
- Banco Mundial. (7 de agosto de 2020). *Youth On Covid19: la resiliencia de los jóvenes esel impulso que necesitamos justamente ahora*. (P. Pabalan, Ed.) Recuperado el 19 de setiembre de 2021, de Banco Mundial Blogs: <https://blogs.worldbank.org/es/voces/la-resiliencia-de-los-jovenes-es-el-impulso-que-necesitamos-justamente-ahora>
- Barradas, M. (2018). *Estrés y Burnout Enfermedades en la Vida Actual*. Bloomington, Estados Unidos: Palibrio. Recuperado el 23 de setiembre de 2021, de [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=rOBiDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT3&dq=Gonz%C3%A1lez,+J.L.+\(2001\).+Nosolog%C3%ADa+psiqui%C3%A1trica+del+estr%C3%A9s+%5BVersi%C3%B3n+electr%C3%B3nica%5D.+Psiquis,+22,+1-7&ots=xGMCpFiorg&sig=9A6khgv0G4xLUcpIpZQYjb5ezto#v=on](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=rOBiDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT3&dq=Gonz%C3%A1lez,+J.L.+(2001).+Nosolog%C3%ADa+psiqui%C3%A1trica+del+estr%C3%A9s+%5BVersi%C3%B3n+electr%C3%B3nica%5D.+Psiquis,+22,+1-7&ots=xGMCpFiorg&sig=9A6khgv0G4xLUcpIpZQYjb5ezto#v=on)
- Barranza, A. (diciembre de 2006). Un modelo conceptual pra el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110-129. Recuperadoel 21 de setiembre de 2021, de <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol9num3/art6vol9no3.pdf>
- BBC News. (11 de noviembre de 2020). *Clases en Zoom: 4 problemas de la enseñanza enlínea que señala el profesor que anunció su renuncia a sus alumnos en directo*. Obtenido de BBC News: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-54787845>
- Berrío, N., & Mazo, R. (julio-diciembre de 2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología*, 3(2), 65-82. Recuperado el 23 de setiembre de 2021, de

<https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/11369/10646>

- Castilla, H., Caycho, T., Shimabukuro, M., Valdivia, A., & Torres, M. (marzo-abril de 2014). Análisis exploratorio de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young en una muestra de adolescentes, jóvenes y adultos universitarios de Lima Metropolitana. *Revista de Psicología de Arequipa*, 4(1), 80-93. Recuperado el 25 de setiembre de 2021, de https://www.researchgate.net/publication/312092117_Analisis_exploratorio_de_la_Escala_de_Resiliencia_de_Wagnild_y_Young_en_una_muestra_de_adolescentes_jovenes_y_adultos_universitarios_de_Lima_Metropolitana
- Diario El Comercio. (27 de marzo de 2020). *Resiliencia en tiempos de coronavirus*. Recuperado el 19 de setiembre de 2021, de Diario El Comercio: <https://www.elcorreo.com/sociedad/salud/imq/resiliencia-tiempos-coronavirus-20200328123139-nt.html?ref=https%3A%2F%2Fwww.elcorreo.com%2Fsociedad%2Fsalud%2Fimq%2Fresiliencia-tiempos-coronavirus-20200328123139-nt.html>
- Fergusson, D., & Lynskey, M. (1996). Resiliencia de los adolescentes a la adversidad familiar. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 37(3), 281-292. Recuperado el 18 de setiembre de 2021, de <https://ourarchive.otago.ac.nz/bitstream/handle/10523/10338/147.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Flores, N. (marzo de 2021). La importancia de la resiliencia en tiempos de Covid-19. *Conciencia Digital*, 4(1,2), 269-285. Recuperado el 23 de setiembre de 2021, de <https://cienciadigital.org/revistacienciadigital2/index.php/ConcienciaDigital/article/view/1593/4013>
- Fonagy, P., Steele, M., Steele, H., Higgitt, A., & Target, M. (1994). Conferencia en memoria de Emanuel Miller 1992: La teoría y práctica de la resiliencia. *Journal of child psychology and psychiatry*, 35(2), 231- 258. Recuperado el 18 de setiembre de 2021, de https://www.researchgate.net/profile/H-Steele/publication/288526775_The_theory_and_practice_of_resilience/links/56983cf008aea2d74375f0ad/The-theory-and-practice-of-resilience.pdf
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2020). *El impacto del COVID_19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes*. Recuperado el 19 de setiembre de 2021, de UNICEF: <https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-de-adolescentes-y-j%C3%B3venes>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (24 de marzo de 2021). *114 millones de*

- estudiantes ausentes de las aulas de América Latina y el Caribe*. Recuperado el 19 de setiembre de 2021, de UNICEF:
<https://www.unicef.org/peru/comunicados-prensa/114-millones-de-estudiantes-ausentes-de-las-aulas-de-am%C3%A9rica-latina-y-el-caribe>
- García, R., Pérez, F., Pérez, J., & Natividad, L. (2012). Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 44(2), 143-154. Recuperado el 23 de setiembre de 2021, de <https://www.redalyc.org/pdf/805/80524058011.pdf>
- Gaxiola, J., Frías, M., Hurtado, M., Salcido, L., & Fiqueroa, M. (enero-junio de 2011). Validación del Inventario de Resiliencia (IRES) en una Muestra del Noroeste de México. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 16(1), 73-83. Recuperado el 23 de setiembre de 2021, de <https://www.redalyc.org/pdf/292/29215963006.pdf>
- González, E. (16 de junio de 2020). *La Educación on line, vista por adolescentes en tiempos de Covid*. Recuperado el 19 de setiembre de 2021, de Magisterio: <https://www.magisnet.com/2020/06/la-educacion-on-line-vista-por-adolescentes-en-tiempos-de-covid/>
- Grotberg, E. (1995). *The Internacional Resilience Project: Promoting Resilience in Children*. Informes de Investigación, Universidad de Alabama, Civitan Internacional Centro de Investigación, Estados Unidos. Recuperado el 18 de setiembre de 2021, de <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED383424.pdf>
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2019). *Metodología de la Investigación*. Mexico: McGRAW-HILL INTERAMERICANA EDITORES, S.A. de C.V.
- Idme, H. (2019). *Eficacia de la música en la reducción del estrés académico en estudiantes de Secundaria, Hunter- Arequipa 2018*. Universidad Cesar Vallejo, Escuela de Posgrado. Repositorio de la Universidad Cesar Vallejo. Recuperado el 14 de setiembre de 2021, de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37786/idme_mh.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Kotliarenco, M., Cáceres, I., & Fontecilla, M. (julio de 1997). *Estado de Arte en Resiliencia*. Recuperado el 17 de setiembre de 2021, de Organización Panamericana de la Salud: <http://www.ugr.es/~javera/pdf/2-3-resiliencia%20libro.pdf>
- Lasluisa, M. (2020). *El estrés académico y su relación con el rendimiento académico en una muestra de adolescentes*. Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Escuela de Psicología. Ambato: Repositorio de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador. Recuperado el 14 de setiembre de 2021, de <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3076/1/77248.pdf>

- Linares, C. (2021). *Estrés académico en escolares de quinto de secundaria de dos instituciones educativas públicas en período de pandemia, Lima 2020*. Universidad César Vallejo, Escuela de Posgrado. Lima: Repositorio de la Universidad César Vallejo. Recuperado el 14 de setiembre de 2021, de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/59967/Linares_RC-E-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- López, P., & Fachelli, S. (2015). *Metodología de la Investigación Social Cuantitativa*. Barcelona: creative commons. Obtenido de https://ddd.uab.cat/pub/caplli/2016/163567/metinvsocua_a2016_ca_p2-3.pdf?fbclid=IwAR3AuAccsJbubVrHo6mePp-mRIOflVsbeCuiDj5REB30Ew7XxW93Mik6zQ8
- Luthar, S. (1993). Anotation: Methodological and Conceptual Issues in Research on Childhood Resilience. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 34(4), 441-453. Recuperado el 2018 de setiembre de 2021, de https://www.researchgate.net/profile/Suniya-Luthar/publication/240269322_Methodological_and_Conceptual_Issues_in_Research_on_Childhood_Resilience/links/5a19d6d9a6fdcc50adeae8b0/Methodological-and-Conceptual-Issues-in-Research-on-Childhood-Resilience.pdf
- Martínez, E., & Díaz, D. (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educación y Educadores*, 10(2), 11-22. Recuperado el 23 de setiembre de 2021, de <https://educacionyeducadores.unisabana.edu.co/index.php/eye/article/view/687/770>
- Ministerio de Salud. (abril de 2021). *La salud mental de niñas, niños y adolescentes en el contexto de la Covid-19*. Recuperado el 19 de setiembre de 2021, de Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia UNICEF: <https://www.unicef.org/peru/media/10616/file/Salud%20menta%20en%20contexto%20COVID19.pdf>
- Moscoso, M. (setiembre-octubre de 2009). De la mente a la célula: impacto del estrés en psiconeuroinmunoendocrinología. *Liberabit*, 15(2), 143-152. Recuperado el 23 de setiembre de 2021, de <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v15n2/a08v15n2.pdf>
- Moya, M., & Cunza, D. (junio-agosto de 2019). Clima social familiar y resiliencia en estudiantes de 3°, 4° y 5° año de secundaria. *Revista de Investigación Apuntes Universitarios*, 9(2), 73-81. Recuperado el 14 de setiembre de 2021, de <https://www.redalyc.org/jatsRepo/4676/467663352006/467663352006.pdf>

- Organización Mundial de la Salud. (28 de setiembre de 2020). *Salud Mental del Adolescente*. Recuperado el 19 de setiembre de 2021, de Organización Mundial de la Salud OMS: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Organización Mundial de la Salud. (29 de setiembre de 2022). *Salud del Adolescente*. Recuperado de Organización Mundial de la Salud OMS: Salud del adolescente (who.int)
- Orlandini, A. (1999). *El estrés: qué es y cómo evitarlo* (Segunda ed.). Ciudad de México, México: Fondo de Cultura Económica. Recuperado el 23 de setiembre de 2021, de [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=d8-KuiJAOXIC&oi=fnd&pg=PT3&dq=Orlandini+\(1999&ots=-bK8qBktA&sig=FMx5HiVGJSQAq1DAZwDGan2QCU#v=onepage&q=Orlandini%20\(1999&f=true](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=d8-KuiJAOXIC&oi=fnd&pg=PT3&dq=Orlandini+(1999&ots=-bK8qBktA&sig=FMx5HiVGJSQAq1DAZwDGan2QCU#v=onepage&q=Orlandini%20(1999&f=true)
- Quito, J., Tamayo, M. d., Buñay, D., & Neira, O. (2018). Estrés académico en estudiantes de tercero de bachillerato de unidades educativas particulares del Ecuador. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(3), 253-276. Recuperado el 14 de setiembre de 2021, de <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2017/epi173o.pdf>
- Quito, N. (2019). *Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico en estudiantes del nivel secundaria de una institución educativa del distrito de Breña - 2019*. Universidad César Vallejo, Escuela Académico Profesional de Psicología. Lima: Repositorio de la Universidad César Vallejo. Recuperado el 25 de setiembre de 2021, de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/36627/Quito_RNJE.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Rodríguez, A., Ramos, E., Ros, I., & Zuazagoita, A. (2018). Implicación escolar de estudiantes de secundaria: la influencia de la resiliencia, el autoconcepto y el apoyo social percibido. *Educación XXI*, 21(1), 87-108. Recuperado el 14 de setiembre de 2021, de <https://www.redalyc.org/pdf/706/70653466005.pdf>
- Ruvalcaba, N., Gallegos, J., Orozco, M., & Bravo, H. (enero-junio de 2019). Validez predictiva de las competencias socioemocionales sobre la resiliencia en adolescentes mexicanos. *Diversitas: Perspectivas Psicológicas*, 15(1), 89-101. Recuperado el 14 de setiembre de 2021, de <http://www.scielo.org.co/pdf/dpp/v15n1/1794-99-98-dpp-15-01-89-101.pdf>
- Salvatierra, L. (2019). *Resiliencia y estrés académico en estudiantes de un conservatorio de música público de Trujillo*. Universidad César Vallejo, Escuela de Posgrado. Trujillo: Repositorio de la Universidad César Vallejo. Recuperado el 14 de setiembre de 2021, de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37985/salvatierra_

ml.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Sánchez, C. H., & Reyes, M. C. (2015). *Metodología y diseños en la Investigación Científica*. Lima: Business Support Aneth.

Serrano, C. (2018). *Relación entre resiliencia y estrés académico en los estudiantes de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, Pusuquí*. Universidad Central del Ecuador, Carrera de Psicología Clínica. Quito: Repositorio de la Universidad Central del Ecuador. Recuperado el 14 de setiembre de 2021, de <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/16515/1/T-UCE-0007-CPS-028.pdf>

Wagnild, G., & Young, H. (1993). Desarrollo y evaluación psicométrica de la Escala de Resiliencia. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178. Recuperado el 15 de setiembre de 2021, de <https://asset-pdf.scinapse.io/prod/31456746/31456746.pdf>

Wolin, S., & Wolin, S. (1993). *Yo resiliente: Cómo los sobrevivientes de familias con problemas superan la adversidad* (59479th ed.). Villard Books. Recuperado el 2018 de setiembre de 2021, de https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=7UF3-Wjg4SoC&oi=fnd&pg=PR9&dq=Wolin,+SJ,+%26+Wolin,+S.+&ots=k8KlHWt_m1&sig=lynbFXk6XtC9cXuXqZsbmMBfHK4#v=onepage&q&f=true

Zapata, O. (2019). *Resiliencia y Acoso Escolar en adolescentes pertenecientes a una Institución Educativa de Piura - 2018*. Universidad César Vallejo, Escuela Académico Profesional de Psicología. Piura: Repositorio de la Universidad César Vallejo. Recuperado el 14 de setiembre de 2021, de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/41675/Zapata_IOB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia.

Título: RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR CRISTIANA DE SANTIAGO DE SURCO, LIMA – 2021.

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>Problema General:</p> <p>¿Qué relación existe entre la resiliencia y el estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco, Lima – 2022?</p>	<p>Objetivo General:</p> <p>Establecer la relación que existe entre la resiliencia y el estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco, Lima – 2022.</p>	<p>Hipótesis General:</p> <p>Existe relación directa entre la resiliencia y el estrés académico en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco, Lima – 2022.</p>	<p>Variable 1: Resiliencia</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Ecuanimidad – Perseverancia – Confianza en sí mismo – Satisfacción personal – Sentirse bien solo <p>Variable 2: Estrés académico</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Estrés – Síntomas – Estrategias de afrontamiento 	<p>Método de Investigación: General: Científica Específica: Descriptiva</p> <p>Tipo de Investigación: Básica</p> <p>Nivel de Investigación: Correlacional</p> <p>Diseño de Investigación: No experimental de corte transversal, descriptivo - correlacional</p> <p>Población 103 estudiantes adolescentes de la I.E.P Cristiano Pionero – Surco</p> <p>Muestra 103 estudiantes adolescentes de la I.E.P Cristiano Pionero – Surco</p>
<p>Problemas Específicos:</p> <p>¿Qué relación existe entre la resiliencia y la dimensión estresores en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco, Lima – 2022?</p>	<p>Objetivos Específicos:</p> <p>Identificar la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión estresores en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco, Lima – 2022.</p>	<p>Hipótesis Específicas:</p> <p>Existe relación directa entre la resiliencia y la dimensión estresores en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco, Lima – 2022.</p>	<p>Variable 1: Resiliencia</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Ecuanimidad – Perseverancia – Confianza en sí mismo – Satisfacción personal – Sentirse bien solo <p>Variable 2: Estrés académico</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Estrés – Síntomas – Estrategias de afrontamiento 	<p>Método de Investigación: General: Científica Específica: Descriptiva</p> <p>Tipo de Investigación: Básica</p> <p>Nivel de Investigación: Correlacional</p> <p>Diseño de Investigación: No experimental de corte transversal, descriptivo - correlacional</p> <p>Población 103 estudiantes adolescentes de la I.E.P Cristiano Pionero – Surco</p> <p>Muestra 103 estudiantes adolescentes de la I.E.P Cristiano Pionero – Surco</p>

¿Qué relación existe entre la resiliencia y la dimensión síntomas en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco, Lima – 2022?

Identificar la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión síntomas en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco, Lima – 2022.

Existe relación directa entre la resiliencia y la dimensión síntomas en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco, Lima – 2022.

Técnica de muestreo

No probabilístico – censal

Instrumentos:

Escala de Resiliencia de Wagnil y Young

Inventario de Estrés Académico – SISCO

¿Qué relación existe entre la resiliencia y la dimensión de estrategias de afrontamiento en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco, Lima – 2022?

Identificar la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión de estrategias de afrontamiento en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco, Lima – 2022.

Existe relación directa entre la resiliencia y la dimensión de estrategias de afrontamiento en los estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Particular Cristiana de Santiago de Surco, Lima – 2022.

Anexo 2: Matriz de operacionalización de variables.

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicador	Ítem	Escala
Resiliencia	Es una característica de la personalidad que regula los efectos negativos del estrés y fomenta la adaptación, es decir, es la capacidad para afrontar las adversidades, recuperar el equilibrio y prevenir (Wagnild & Young, 1993).	La variable se mide con la Escala de Resiliencia de Castilla (2014), cuyo objetivo es medir el nivel de resiliencia tomando en cuenta la ecuanimidad, satisfacción personal sentirse bien solo, perseverancia y la confianza en sí mismo.	Confianza y sentirse bien solo	Cree en las propias capacidades. Confía en lo que hace. Percibe la importancia de ser único e importante.	2, 3, 4, 5, 6, 8, 15, 16, 17, 18	Ordinal
			Perseverancia	Persistente ante la adversidad. Insiste en sus ideales.	1, 10, 21, 23, 24	
			Ecuanimidad	Moderación de las actitudes ante la adversidad.	7, 9, 11, 12, 13, 14	
			Aceptación de uno mismo	Comprende el significado de la vida.	19, 20, 22, 25	
Estrés Académico	Es un proceso sistémico, psíquico y adaptativo que se presenta cuando el estudiante valora las demandas del ámbito educativo, catalogadas como estresores que originan síntomas o indicadores (Barranza, 2006).	La variable se mide con el Inventario SISCO del Estrés Académico de Quito (2019) cuya finalidad es medir el nivel de estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento al estrés.	Estímulos estresores	Actividades escolares que no pueden afrontar con sus propios recursos. Situaciones que generan un valor de pérdida, una amenaza o desafío	3 - 10	Ordinal
			Síntomas	Físicos: insomnio, cansancio, dolor de cabeza, temblores y onicofagia Psicológicos: inquietud, problemas de concentración, bloqueo mental, Comportamentales: conflictos, aislamiento y alteración conductuales	11 - 25	
			Estrategias de afrontamiento	Recuperar el equilibrio sistémico, como la planificación, elogios, búsqueda de información.	26 - 31	

Anexo 3: Matriz de operacionalización del instrumento.

Variable	Dimensión	Indicador	Ítem	Escala	Calificación parcial	Calificación total
Resiliencia	Confianza y sentirse bien solo	Cree en las propias capacidades. Confía en lo que hace. Sentirse único e importante.	2, 3, 4, 5, 6, 8, 15, 16, 17, 18	Ordinal	10 – 30 = Bajo 31 – 50 = Medio 51 – 70 = Alto	25 – 75 = Bajo 76 – 125 = Medio 126 – 175 = Alto
	Perseverancia	Persistente ante la adversidad. Insiste en sus ideales.	1, 10, 21, 23, 24		05 – 15 = Bajo 16 – 23 = Medio 24 – 35 = Alto	
	Ecuanimidad	Moderación de las actitudes ante la adversidad.	7, 9, 11, 12, 13, 14		06 – 18 = Bajo 19 – 30 = Medio 31 – 42 = Alto	
	Aceptación de uno mismo	Comprende el significado de la vida.	19, 20, 22, 25		04 – 12 = Bajo 13 – 20 = Medio 21 – 28 = Alto	
Estrés Académico	Estímulos estresores	Actividades escolares que no pueden afrontar con sus propios recursos. Situaciones que generan un valor de pérdida, una amenaza o desafío	1 – 15	Ordinal	15 – 45 = Leve 46 – 75 = Moderado 76 – 105 = Severo	47 – 141 = Leve 142 – 235 = Moderado 236 – 329 = Severo
	Síntomas	Físicos: insomnio, cansancio, dolor Psicológicos: inquietud, problemas Comportamentales: conflictos, aislamiento y alteración	1 – 15		15 – 45 = Leve 46 – 75 = Moderado 76 – 105 = Severo	
	Estrategias de afrontamiento	Recuperar el equilibrio sistémico, como la planificación, elogios, búsqueda de información.	1 – 17		17 – 51 = Leve 52 – 85 = Moderado 86 – 119 = Severo	

6.	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	0	0	0	0	0	0	0
7.	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	0	0	0	0	0	0	0
8.	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	0	0	0	0	0	0	0
9.	Mi vida tiene significado.	0	0	0	0	0	0	0
10.	Me siento orgulloso(a) de haber logrado cosas en mi vida.	0	0	0	0	0	0	0
11.	Cuando planeo algo lo realizo.	0	0	0	0	0	0	0
12.	Algunas veces me obligo a hacer cosas, aunque no quiera.	0	0	0	0	0	0	0
13.	Generalmente puedo ver una situación en varias maneras.	0	0	0	0	0	0	0
14.	Soy amigo de mí mismo.	0	0	0	0	0	0	0
15.	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	0	0	0	0	0	0	0
16.	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	0	0	0	0	0	0	0
17.	Tomo las cosas una por una.	0	0	0	0	0	0	0
18.	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	0	0	0	0	0	0	0
19.	Tengo autodisciplina.	0	0	0	0	0	0	0
20.	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	0	0	0	0	0	0	0
21.	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	0	0	0	0	0	0	0
22.	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	0	0	0	0	0	0	0
23.	Soy decidido (a).	0	0	0	0	0	0	0
24.	Por lo general, encuentro algo en que reírme.	0	0	0	0	0	0	0
25.	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	0	0	0	0	0	0	0

Gracias por su colaboración.

INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO SISCO – SV

*Adaptado al contexto de la crisis por COVID-19 por
Alania, Llancari, Rafaele y Révolo 2020, tomado de
Barraza, 2018*

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

Si ()

No ()

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

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

1	2	3	4	5

3. **Dimensión estresores**

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X, ¿Con qué frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
N	CN	RV	AV	CS	S

A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos estudiantes. Responde, tomando en consideración la siguiente escala de valores

¿Con qué frecuencia te estresas?

ESTRESORES	N	CN	RV	AV	CS	S
1. La competitividad con o entre mis compañeros de clases.						
2. La sobrecarga de tareas y trabajos académicos que tengo que realizar todos los días.						
3. La personalidad y el carácter de mis profesores/as que me imparten clases.						
4. La forma de evaluación de los(as) profesores/as de las tareas, foros, proyectos, lecturas, ensayos,						

trabajos de investigación, organizadores, búsquedas en Internet, etc.						
5. El nivel de exigencia de mis profesores/as.						
6. El tipo de trabajo que me piden mis profesores/as (análisis de lecturas, proyectos, ensayos, mapas conceptuales, grabaciones, ejercicios y problemas, búsquedas en Internet etc.)						
7. Que me enseñen profesores/as muy teóricos/as.						
8. Mi participación en clase (conectarme a la clase, responder a preguntas, hacer comentarios, desarrollar argumentaciones, etc.).						
9. Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan mis profesores/as.						
10. La realización de exámenes, prácticas o trabajos de aplicación.						
11. Exposición de un tema ante la clase.						
12. La poca claridad que tengo sobre lo que solicitan mis profesores/as.						
13. Que mis profesores/as están mal preparados/as (contenido de la asignatura y/o manejo de tecnología).						
14. Asistir o conectarme a clases aburridas o monótonas.						
15. No entender los temas que se abordan en la clase.						

4. Dimensión síntomas (reacciones)

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados. Responde, señalando con una X, ¿con qué frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

¿Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado?

SÍNTOMAS	N	CN	RV	AV	CS	S
1. Trastornos del sueño (insomnio o pesadilla).						
2. Fatiga crónica (cansancio permanente).						
3. Dolores de cabeza o migrañas.						
4. Problemas de digestión, dolor de estómago o diarrea.						
5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.						
6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir.						
7. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).						
8. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).						
9. Ansiedad (nerviosismo), angustia o desesperación.						
10. Dificultades para concentrarse.						
11. Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.						

12. Conflictos o tendencia a polemizar, contradecir, discutir o pelear.						
13. Aislamiento de los demás.						
14. Desgano para realizar las labores académicas.						
15. Aumento o reducción del consumo de alimentos.						

5. Dimensión estrategias de afrontamiento

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de acciones que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés. Responde, encerrando en un círculo, ¿con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

Con frecuencia para enfrentar tu estrés te orientas a:

ESTRATEGIAS	N	CN	RV	AV	CS	S
1. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).						
2. Escuchar música o distraerme viendo televisión.						
3. Concentrarse en resolver la situación que me preocupa.						
4. Elogiar mi forma de actuar para enfrentar la situación que me preocupa.						
5. La religiosidad (encomendarse a Dios o asistir a misa).						
6. Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa.						
7. Solicitar el apoyo de mi familia o de mis amigos.						
8. Contar lo que me pasa a otros. (verbalización de la situación que preocupa).						
9. Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.						
10. Evaluar lo positivo y negativo de mis propuestas ante una situación estresante.						
11. Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.						
12. Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucioné.						
13. Hacer ejercicio físico.						
14. Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas.						
15. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa.						
16. Navegar en internet.						
17. Jugar videojuegos.						

Gracias por su colaboración.

Anexo 5: Confiabilidad y validez de los instrumentos**ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YUNG****Confiabilidad mediante la Prueba del Coeficiente de Alfa de Cronbach****Tabla 12***Confiabilidad de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Yung*

Número de Ítems	Coeficiente del Alfa de Cronbach	Valoración	Nivel Permitido
25	0,915	>	0,50

Nota. El valor de alfa de Cronbach (0,915) es mayor al nivel mínimo permitido (0,50). Por lo tanto, es confiable. La “Escala de Resiliencia de Wagnild y Yung” tiene un coeficiente de 0,915. Representando así, confiabilidad excelente con un 91,5% a favor.

Validez Interna en modalidad de Correlación Ítem - Test**Tabla 13***Correlación Ítem-Test de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Yung*

Ítem	Correlación Ítem – Test	α si el Ítem es eliminado
Ítem 01	,569	,911
Ítem 02	,734	,908
Ítem 03	,595	,911
Ítem 04	,369	,914
Ítem 05	,399	,914
Ítem 06	,567	,911
Ítem 07	,567	,911
Ítem 08	,651	,910
Ítem 09	,567	,911
Ítem 10	,567	,911
Ítem 11	,744	,908

Ítem 12	,767	,908
Ítem 13	,621	,910
Ítem 14	,446	,913
Ítem 15	,567	,911
Ítem 16	,428	,913
Ítem 17	,354	,915
Ítem 18	,463	,913
Ítem 19	,400	,914
Ítem 20	,541	,911
Ítem 21	,559	,911
Ítem 22	,310	,916
Ítem 23	,442	,913
Ítem 24	,541	,911
Ítem 25	,452	,913

Nota. Se aprueban todos los ítems por criterio de correlación ítem-test.

Validez de contenido mediante el Coeficiente de concordancia de W de Kendall

Tabla 14

Índice de concordancia de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Yung

Expertos	Coeficiente de W – Kendall	Valoración	Nivel permitido
Mg. Karina R. Rafael Pucuhuaranga			
Mg. Rafael Omar Ballena Descalzo	0,926	>	0,50
Mg. Gian Carlos Rafael Pucuhuaranga			

Nota. El índice de concordancia (0,926) es mayor al nivel mínimo permitido (0,50). Por lo tanto, existe concordancia elevada entre los expertos. La “Escala de Resiliencia de Wagnild y Yung” tiene coeficiente de concordancia de w - Kendall de 0,926. Es decir, la validez de contenido es elevada con 92,6%.

INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO SISCO – SV

Confiabilidad mediante el Coeficiente de Alfa de Cronbach

Tabla 15

Confiabilidad del Inventario de Estrés Académico SISCO – SV

Número de Ítems	Coeficiente del Alfa de Cronbach	Valoración	Nivel Permitido
47	0,950	>	0,50

Nota. El valor de alfa de Cronbach (0,950) es mayor al nivel mínimo permitido (0,50). Por lo tanto, es confiable. El “*Inventario de Estrés Académico SISCO - SV*” tiene un coeficiente de 0,950. Representando así, confiabilidad excelente con un 95,0% a favor.

Validez Interna en modalidad de Correlación Ítem - Test

Tabla 16

Correlación Ítem-Test del Inventario de Estrés Académico SISCO – SV

Ítem	Correlación Ítem – Test	α si el Ítem es eliminado
Ítem 01	,435	,950
Ítem 02	,708	,948
Ítem 03	,590	,949
Ítem 04	,615	,949
Ítem 05	,576	,949
Ítem 06	,590	,949
Ítem 07	,339	,950
Ítem 08	,482	,949
Ítem 09	,477	,949
Ítem 10	,501	,949
Ítem 11	,473	,949
Ítem 12	,588	,949
Ítem 13	,481	,949

Ítem 14	,372	,950
Ítem 15	,675	,948
Ítem 16	,305	,951
Ítem 17	,332	,950
Ítem 18	,579	,949
Ítem 19	,556	,949
Ítem 20	,544	,949
Ítem 21	,556	,949
Ítem 22	,527	,949
Ítem 23	,509	,949
Ítem 24	,422	,950
Ítem 25	,474	,949
Ítem 26	,459	,950
Ítem 27	,432	,950
Ítem 28	,425	,950
Ítem 29	,345	,951
Ítem 30	,311	,950
Ítem 31	,329	,950
Ítem 32	,304	,950
Ítem 33	,686	,948
Ítem 34	,630	,949
Ítem 35	,622	,949
Ítem 36	,649	,949
Ítem 37	,669	,948
Ítem 38	,698	,948
Ítem 39	,662	,948
Ítem 40	,654	,949
Ítem 41	,664	,948
Ítem 42	,737	,948
Ítem 43	,704	,948
Ítem 44	,501	,949
Ítem 45	,684	,948
Ítem 46	,694	,948

Ítem 47	,675	,948
---------	------	------

Nota. Se aprueban todos los ítems por criterio de correlación ítem-test.

Validez de contenido mediante el Coeficiente de concordancia de W de Kendall

Tabla 17

Índice de concordancia del Inventario de Estrés Académico SISCO – SV

Expertos	Coeficiente de W – Kendall	Valoración	Nivel permitido
Mg. Karina R. Rafael Pucuhuaranga			
Mg. Rafael Omar Ballena Descalzo	0,918	>	0,50
Mg. Gian Carlos Rafael Pucuhuaranga			

Nota. El índice de concordancia (0,918) es mayor al nivel mínimo permitido (0,50). Por lo tanto, existe concordancia elevada entre los expertos. El “*Inventario de Estrés Académico SISCO – SV*” tiene coeficiente de concordancia de w - Kendall de 0,918. Es decir, la validez de contenido es elevada con 91,8%.

Informes del juicio de expertos

INFORME DE JUICIO DE EXPERTOS DE LA ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG

I. DATOS GENERALES:

- 1.1. Apellidos y nombres del experto: Rafael Pucuhuaranga Karina Rosario
 1.2. Grado Académico: Magister
 1.3 Profesión: Psicóloga Número de Colegiatura: 12592
 1.4. Institución donde labora: Instituto de medicina legal de Yauli La Oroya
 1.5. Cargo que desempeña: Psicóloga Forense

II. VALIDACIÓN:

INDICADORES DE EVALUACIÓN	CRETERIO Sobre los ítems del instrumento	Deficiente	Malo	Regular	Bueno	Excelente
		1	2	3	4	5
CLARIDAD	Están formulados con lenguaje apropiado que facilita su comprensión.					X
OBJETIVIDAD	Están expresados en conductas observables, medibles.					X
CONSISTENCIA	Existe una organización lógica en los contenidos y relación con la teoría					X
COHERENCIA	Existe relación de los contenidos con los indicadores de la variable.					X
PERTINENCIA	Las categorías de respuestas y sus valores son apropiados.				X	
SUFICIENCIA	Son suficientes la cantidad y calidad de ítems presentados en el instrumento.					X
SUMATORIA PARCIAL					4	25
SUMATORIA TOTAL		29				

(Sello y Firma)

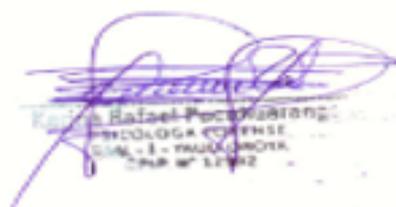
**INFORME DE JUICIO DE EXPERTOS DEL INVENTARIO DE ESTRÉS
ACADÉMICO - SISCO**

I. DATOS GENERALES:

- 1.1. Apellidos y nombres del experto: Rafael Pucuhuaranga Karina Rosario
 1.2. Grado Académico: Magister
 1.3 Profesión: Psicóloga Número de Colegiatura: 12592
 1.4. Institución donde labora: Instituto de medicina legal de Yauli La Oroya
 1.5. Cargo que desempeña: Psicóloga Forense

II. VALIDACIÓN:

INDICADORES DE EVALUACIÓN	CRETERIO Sobre los ítems del instrumento	Deficiente	Malo	Regular	Bueno	Excelente
		1	2	3	4	5
CLARIDAD	Están formulados con lenguaje apropiado que facilita su comprensión.					X
OBJETIVIDAD	Están expresados en conductas observables, medibles.				X	
CONSISTENCIA	Existe una organización lógica en los contenidos y relación con la teoría					X
COHERENCIA	Existe relación de los contenidos con los indicadores de la variable.					X
PERTINENCIA	Las categorías de respuestas y sus valores son apropiados.					X
SUFICIENCIA	Son suficientes la cantidad y calidad de ítems presentados en el instrumento.					X
SUMATORIA PARCIAL					4	25
SUMATORIA TOTAL		29				



Rafael Pucuhuaranga
PSICÓLOGA FORENSE
C.M.L. - E. MAUCABONCA
C.N.P. Nº 12592

(Sello y Firma)

**INFORME DE JUICIO DE EXPERTOS DEL INVENTARIO DE ESTRÉS
ACADÉMICO - SISCO**

I. DATOS GENERALES:

1.1. Apellidos y nombres del experto: Rafael Omar Ballena Descalzo

1.2. Grado Académico: Magister

1.3 Profesión: Psicólogo

Número de Colegiatura: 8754

1.4. Institución donde labora: Universidad San Ignacio de Loyola

1.5. Cargo que desempeña: Docente

II. VALIDACIÓN:

INDICADORES DE EVALUACIÓN	CRETERIO Sobre los ítems del instrumento	Deficiente	Malo	Regular	Bueno	Excelente
		1	2	3	4	5
CLARIDAD	Están formulados con lenguaje apropiado que facilita su comprensión.					X
OBJETIVIDAD	Están expresados en conductas observables, medibles.					X
CONSISTENCIA	Existe una organización lógica en los contenidos y relación con la teoría				X	
COHERENCIA	Existe relación de los contenidos con los indicadores de la variable.					X
PERTINENCIA	Las categorías de respuestas y sus valores son apropiados.					X
SUFICIENCIA	Son suficientes la cantidad y calidad de ítems presentados en el instrumento.					X
SUMATORIA PARCIAL						
SUMATORIA TOTAL						



(Sello y Firma)

**INFORME DE JUICIO DE EXPERTOS DE LA ESCALA DE RESILIENCIA DE
WAGNILD Y YOUNG**

I. DATOS GENERALES:

- 1.1. Apellidos y nombres del experto:Rafael Pucuhuaranga Gian Carlo.....
 1.2. Grado Académico:Magister.....
 1.3 Profesión:Psicólogo Número de Colegiatura:23513
 1.4. Institución donde labora: ... ONG Aldeas Infantiles SOS Perú
 1.5. Cargo que desempeña:Psicologo.....

II. VALIDACIÓN:

INDICADORES DE EVALUACIÓN	CRETERIO Sobre los ítems del instrumento	Deficiente	Malo	Regular	Bueno	Excelente
		1	2	3	4	5
CLARIDAD	Están formulados con lenguaje apropiado que facilita su comprensión.					X
OBJETIVIDAD	Están expresados en conductas observables, medibles.					X
CONSISTENCIA	Existe una organización lógica en los contenidos y relación con la teoría					X
COHERENCIA	Existe relación de los contenidos con los indicadores de la variable.					X
PERTINENCIA	Las categorías de respuestas y sus valores son apropiados.					X
SUFICIENCIA	Son suficientes la cantidad y calidad de ítems presentados en el instrumento.					X
SUMATORIA PARCIAL						30
SUMATORIA TOTAL		30				



(Sello y Firma)

**INFORME DE JUICIO DE EXPERTOS DEL INVENTARIO DE ESTRÉS
ACADÉMICO - SISCO**

I. DATOS GENERALES:

1.1. Apellidos y nombres del experto:Rafael Pucuhuaranga Gian Carlo.....

1.2. Grado Académico:Magister.....

1.3 Profesión:Psicólogo Número de Colegiatura: 23513

1.4. Institución donde labora: ... ONG Aldeas Infantiles SOS Perú

1.5. Cargo que desempeña:Psicologo.....

II. VALIDACIÓN:

INDICADORES DE EVALUACIÓN	CRETERIO Sobre los ítems del instrumento	Deficiente	Malo	Regular	Bueno	Excelente
		1	2	3	4	5
CLARIDAD	Están formulados con lenguaje apropiado que facilita su comprensión.					X
OBJETIVIDAD	Están expresados en conductas observables, medibles.					X
CONSISTENCIA	Existe una organización lógica en los contenidos y relación con la teoría					X
COHERENCIA	Existe relación de los contenidos con los indicadores de la variable.					X
PERTINENCIA	Las categorías de respuestas y sus valores son apropiados.				X	
SUFICIENCIA	Son suficientes la cantidad y calidad de ítems presentados en el instrumento.					X
SUMATORIA PARCIAL					4	25
SUMATORIA TOTAL		29				

(Sello y Firma)

Anexo 6: Data del procesamiento de datos

	Resiliencia	Estresores	Síntomas	Afrontamiento	Estrés académico	Cat_estresores	Cat_síntomas	Cat_afronta	Cat_estrés	Cat_resiliencia
1	143	47	35	66	148	Moderado	Leve	Regular	Moderado	Alto
2	139	53	44	94	191	Moderado	Leve	Alto	Moderado	Alto
3	167	21	17	91	129	Leve	Leve	Alto	Leve	Alto
4	126	40	21	71	132	Leve	Leve	Regular	Leve	Alto
5	147	30	25	79	134	Leve	Leve	Regular	Leve	Alto
6	145	41	43	65	149	Leve	Leve	Regular	Moderado	Alto
7	108	55	42	80	177	Moderado	Leve	Regular	Moderado	Regular
8	102	61	27	62	150	Moderado	Leve	Regular	Moderado	Regular
9	150	32	20	88	140	Leve	Leve	Alto	Leve	Alto
10	131	57	58	65	180	Moderado	Moderado	Regular	Moderado	Alto
11	119	56	51	78	185	Moderado	Moderado	Regular	Moderado	Regular
12	117	41	76	55	172	Leve	Severo	Regular	Moderado	Regular
13	92	49	39	59	147	Moderado	Leve	Regular	Moderado	Regular
14	143	32	45	85	162	Leve	Leve	Regular	Leve	Alto
15	132	57	86	63	206	Leve	Leve	Regular	Leve	Alto
16	132	70	50	49	169	Moderado	Moderado	Alto	Moderado	Alto
17	118	52	65	69	186	Moderado	Moderado	Regular	Moderado	Regular
18	132	50	63	64	177	Moderado	Moderado	Regular	Moderado	Alto
19	151	65	36	72	173	Moderado	Leve	Regular	Moderado	Alto
20	142	45	28	69	142	Leve	Leve	Regular	Moderado	Alto
21	145	50	36	78	164	Moderado	Leve	Regular	Moderado	Alto
22	136	45	45	66	156	Leve	Leve	Regular	Moderado	Alto
23	152	30	50	77	157	Leve	Moderado	Regular	Moderado	Alto
24	145	59	44	89	192	Moderado	Leve	Alto	Moderado	Alto
25	116	15	15	41	71	Leve	Leve	Alto	Leve	Alto
26	137	30	33	78	141	Leve	Leve	Regular	Leve	Alto
27	148	51	30	83	164	Moderado	Leve	Regular	Moderado	Alto
28	160	61	62	83	206	Moderado	Moderado	Regular	Moderado	Alto
29	132	51	32	70	153	Moderado	Leve	Regular	Moderado	Alto
30	154	65	41	88	194	Moderado	Leve	Alto	Moderado	Alto
31	116	28	50	69	147	Leve	Moderado	Regular	Moderado	Regular
32	136	66	40	70	176	Leve	Leve	Regular	Leve	Alto
33	158	18	22	74	114	Leve	Leve	Regular	Leve	Alto
34	162	63	30	62	155	Leve	Leve	Regular	Leve	Alto
35	116	47	58	76	181	Moderado	Moderado	Regular	Moderado	Regular
36	163	40	28	86	154	Leve	Leve	Alto	Moderado	Alto
37	127	40	67	62	169	Leve	Moderado	Regular	Moderado	Alto
38	150	61	32	72	165	Moderado	Leve	Regular	Moderado	Alto
39	144	32	25	88	145	Leve	Leve	Alto	Moderado	Alto
40	147	34	34	55	123	Leve	Leve	Regular	Leve	Alto
41	148	40	38	71	149	Leve	Leve	Regular	Moderado	Alto
42	133	53	41	67	161	Moderado	Leve	Regular	Moderado	Alto
43	113	44	61	53	158	Leve	Moderado	Regular	Moderado	Regular
44	161	36	41	63	140	Leve	Leve	Regular	Leve	Alto
45	130	49	61	72	182	Moderado	Leve	Regular	Leve	Alto
46	99	63	49	57	169	Moderado	Moderado	Regular	Moderado	Regular
47	131	71	58	62	191	Moderado	Moderado	Regular	Moderado	Alto
48	107	42	30	52	124	Leve	Leve	Regular	Leve	Alto
49	115	65	59	67	191	Moderado	Moderado	Regular	Moderado	Regular
50	133	51	35	68	154	Leve	Leve	Regular	Leve	Alto
51	140	34	53	73	160	Leve	Moderado	Regular	Moderado	Alto
52	133	54	38	68	160	Moderado	Leve	Regular	Moderado	Alto
53	138	40	29	72	141	Leve	Leve	Regular	Leve	Alto
54	141	54	52	70	176	Moderado	Moderado	Regular	Moderado	Alto

	 Resiliencia	 Estresores	 Síntomas	 Afrontamiento	 Estrés académico	 Cat_estresores	 Cat_síntomas	 Cat_afronta	 Cat_estrés	 Cat_resiliencia
55	138	61	56	60	177	Moderado	Moderado	Regular	Leve	Alto
56	110	55	19	82	156	Moderado	Leve	Regular	Moderado	Regular
57	142	46	26	53	125	Leve	Leve	Alto	Leve	Alto
58	150	65	32	72	169	Moderado	Leve	Regular	Moderado	Alto
59	129	67	32	71	170	Moderado	Leve	Regular	Moderado	Alto
60	134	36	54	75	165	Leve	Moderado	Regular	Moderado	Alto
61	136	54	60	66	180	Moderado	Moderado	Regular	Moderado	Alto
62	94	64	63	55	182	Moderado	Moderado	Regular	Moderado	Regular
63	155	29	21	76	126	Leve	Leve	Regular	Leve	Alto
64	123	57	54	52	163	Moderado	Moderado	Regular	Moderado	Regular
65	148	60	41	82	183	Moderado	Leve	Regular	Moderado	Alto
66	126	69	50	86	205	Moderado	Moderado	Alto	Moderado	Alto
67	156	60	32	82	174	Moderado	Leve	Regular	Moderado	Alto
68	124	61	53	77	191	Moderado	Moderado	Regular	Moderado	Regular
69	145	71	33	72	176	Moderado	Leve	Regular	Moderado	Alto
70	119	57	69	66	192	Moderado	Moderado	Regular	Moderado	Regular
71	146	48	25	48	121	Leve	Leve	Alto	Leve	Alto
72	129	57	45	95	197	Leve	Leve	Alto	Moderado	Alto
73										
74										

Vista de datos
Vista de variables

Anexo 7: Carta de autorización de la muestra objetivo

Colegio Cristiano Pionero

Iglesia Bautista de Gracia

Antúnez de Mayolo 505 Urb. Vista Alegre Lima33 Perú
R.D. 0000766
RUC: 20381268498

Tel.: (01) 449-1558
Fax: (01) 272-1286
E-mail: colegiocristianopionero@yahoo.com

Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia

EL DIRECTOR GENERAL DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA CRISTIANO PIONERO DEL DISTRITO DE SANTIAGO DE SURCO – UGEL 07 – SAN BORJA, OTORGA LA SIGUIENTE:

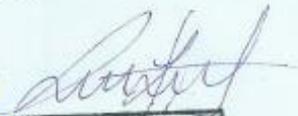
AUTORIZACIÓN

A Olga Natalia Vega Vera identificada con DNI 42476455, egresada de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Peruana "Los Andes" – Facultad de Ciencias de la Salud; para que pueda realizar en nuestra Institución la investigación: RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR CRISTIANA DE SANTIAGO DE SURCO – 2022

Se expide la presente constancia a solicitud de la interesada, para fines que crea conveniente

Surco, enero del 2022




RUBEN ESPINOZA INGA
DIRECTOR

“Instruye al niño en su camino, y aun cuando fuere viejo no se apartará de él”. Proverbios 22:6

Anexo 8: Constancia de evaluación de la muestra objetivo

Colegio Cristiano Pionero

Iglesia Bautista de Gracia

Antúnez de Mayolo 505 Urb. Vista Alegre Lima33 Perú
R.D. 0000766
RUC. 20381268498

Tel.: (01) 449-1558
Fax: (01) 272-1286
E-mail: colegiocristianopionero@yahoo.com

Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia

EL QUE SUSCRIBE, DIRECTOR GENERAL DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA CRISTIANO PIONERO DEL DISTRITO DE SANTIAGO DE SURCO – UGEL 07 – SAN BORJA, OTORGA LA PRESENTE:

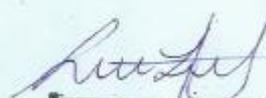
CONSTANCIA

A Olga Natalia Vega Vera identificada con DNI 42476455, egresada de la Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana "Los Andes" – Facultad de Ciencias de la Salud; quien aplicó las pruebas respecto al trabajo de investigación: RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR CRISTIANA DE SANTIAGO DE SURCO – 2022

Se expide la presente constancia a solicitud de la interesada, para fines que crea conveniente

Surco, agosto del 2022




RUBEN ESPINOZA INGA
DIRECTOR

“Instruye al niño en su camino, y aun cuando fuere viejo no se apartará de él”. Proverbios 22:6

Anexo 9: Consentimiento informado.

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

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Luego de haber sido debidamente informada/o de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi persona como parte de la investigación denominada "RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ADLESCENTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR CRISTIANA DE SANTIAGO DE SURCO -LIMA 2022", mediante la firma de este documento acepto participar voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por los investigadores responsables: Bach. Olga Natalia Vega Vera.

Se me ha notificado que mi participación es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puedo rehusarme a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender mi participación en cualquier momento, sin que ello me ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que mis respuestas a las preguntas y aportes serán absolutamente confidenciales y que las conocerá sólo el equipo de profesionales involucradas/os en la investigación; y se me ha informado que se resguardará mi identidad en la obtención, elaboración y divulgación del material producido.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que todas las preguntas acerca del estudio o sobre los derechos a participar en el mismo me serán respondidas.

Lima 06 Agosto del 2022





 Rivera Bocanegra Matías Jafet
 (Apellidos y nombres)
 N° DNI: ...30744147...

1. Responsable de investigación

Apellidos y nombres : Olga Natalia Vega Vera
 D.N.I. N° : 42476455
 N° de teléfono/celular : 945074843
 Email : mafisnaty@gmail.com

Firma : _____







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

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Luego de haber sido debidamente informada/o de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi persona como parte de la investigación denominada "RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADEMICO EN ESTUDIANTES ADLESCENTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR CRISTIANA DE SANTIAGO DE SURCO -LIMA 2022", mediante la firma de este documento acepto participar voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por los investigadores responsables: Bach. Olga Natalia Vega Vera.

Se me ha notificado que mi participación es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puedo rehusarme a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender mi participación en cualquier momento, sin que ello me ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que mis respuestas a las preguntas y aportes serán absolutamente confidenciales y que las conocerá sólo el equipo de profesionales involucradas/os en la investigación; y se me ha informado que se resguardará mi identidad en la obtención, elaboración y divulgación del material producido.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que todas las preguntas acerca del estudio o sobre los derechos a participar en el mismo me serán respondidas.

Lima 06 Agosto del 2022



Kristy
 ESPINOZA CERRANO KRISTY G.M.
 (Apellidos y nombres)
 N° DNI: 74680346

I. Responsable de investigación

Apellidos y nombres : Olga Natalia Vega Vera
 D.N.I. N° : 42476455
 N° de teléfono/celular : 945074843
 Email : mafisnaty@gmail.com

Firma :





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

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Luego de haber sido debidamente informada/o de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi persona como parte de la investigación denominada "RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ADLESCENTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR CRISTIANA DE SANTIAGO DE SURCO -LIMA 2022", mediante la firma de este documento acepto participar voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por los investigadores responsables: Bach. Olga Natalia Vega Vera.

Se me ha notificado que mi participación es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puedo rehusarme a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender mi participación en cualquier momento, sin que ello me ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que mis respuestas a las preguntas y aportes serán absolutamente confidenciales y que las conocerá sólo el equipo de profesionales involucradas/os en la investigación; y se me ha informado que se resguardará mi identidad en la obtención, elaboración y divulgación del material producido.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que todas las preguntas acerca del estudio o sobre los derechos a participar en el mismo me serán respondidas.

Lima 06 Agosto del 2022



Palomino Falconi, Johana Lucía...
(Apellidos y nombres)
N° DNI: 7074.24.71.....

1. Responsable de investigación
Apellidos y nombres : Olga Natalia Vega Vera
D.N.I. N° : 42476455
N° de teléfono/celular : 945074843
Email : mafisnaty@gmail.com
Firma :





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

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Luego de haber sido debidamente informada/o de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi persona como parte de la investigación denominada "RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR CRISTIANA DE SANTIAGO DE SURCO -LIMA 2022", mediante la firma de este documento acepto participar voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por los investigadores responsables: Bach. Olga Natalia Vega Vera.

Se me ha notificado que mi participación es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puedo rehusarme a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender mi participación en cualquier momento, sin que ello me ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que mis respuestas a las preguntas y aportes serán absolutamente confidenciales y que las conocerá sólo el equipo de profesionales involucradas/os en la investigación; y se me ha informado que se resguardará mi identidad en la obtención, elaboración y divulgación del material producido.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que todas las preguntas acerca del estudio o sobre los derechos a participar en el mismo me serán respondidas.

Lima 06 Agosto del 2022



Luis Eduardo Pablete

(Apellidos y nombres)

Nº DNI: 61913201

I. Responsable de investigación

Apellidos y nombres : Olga Natalia Vega Vera

D.N.I. Nº : 42476455

Nº de teléfono/celular : 945074843

Email : mafisnab@gmail.com

Firma : _____





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

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Luego de haber sido debidamente informada/o de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi persona como parte de la investigación denominada "RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR CRISTIANA DE SANTIAGO DE SURCO -LIMA 2022", mediante la firma de este documento acepto participar voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por los investigadores responsables: Bach. Olga Natalia Vega Vera.

Se me ha notificado que mi participación es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puedo rehusarme a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender mi participación en cualquier momento, sin que ello me ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que mis respuestas a las preguntas y aportes serán absolutamente confidenciales y que las conocerá sólo el equipo de profesionales involucradas/os en la investigación; y se me ha informado que se resguardará mi identidad en la obtención, elaboración y divulgación del material producido.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que todas las preguntas acerca del estudio o sobre los derechos a participar en el mismo me serán respondidas.

Lima 06 Agosto del 2022



Jose David Poblete Vilho

(Apellidos y nombres)
N° DNI: 60110714

I. Responsable de investigación

Apellidos y nombres Olga Natalia Vega Vera
DNI N° 42476455
N° de teléfono/celular 945074843
Email maf@unsa.edu.pe

Firma



Anexo 10: Asentimiento informado.



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

ASENTIMIENTO INFORMADO

I. DATOS GENERALES

Título del proyecto : "RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR CRISTIANA DE SANTIAGO DE SURCO –LIMA 2021"

Escuela profesional : Psicología

Asesor(a)(es) : Mg. Osmar Sapaico Vargas

Duración del estudio : Del Setiembre 2021 a Agosto 2022

Institución : Institución Educativa Particular Cristiano El Pionero

Departamento: Lima **Provincia:** Lima **Distrito:** Surco

- Estimado menor, en estricto respeto a su opinión y de sus derechos de libre elección, usted tiene derecho a negarse a participar de esta investigación o a retirarse del estudio en cualquier momento. De todas maneras, agradecemos el tiempo dedicado a conocer este estudio.
- Si crees conveniente recibir información durante el proceso de la investigación o sobre los resultados del estudio, no dudes en consultar y solicitar a los investigadores, cuyos datos se encuentran al final del documento, asimismo, se consigna los datos del(a) asesor(a).

MANIFIESTA

Yo, Nancy Angela Bocanegra Villancencia....., identificado(a) con D.N.I. N° 42160717....., de 27..... años de edad, doy mi consentimiento para la participación en el proyecto de investigación titulado en el estudio de investigación: "RESILIENCIA Y ESTRÉS ACDEMICO EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR CRISTIANA DE SANTIAGO DE SURCO-LIMA 2022", llevado a cabo por el investigador(a) Olga Natalia Vega Vera identificada con el DNI 42476455.

Pongo mi nombre y/o huella digital en señal de aceptación, dos ejemplares; uno de los cuales queda en mi poder y otro en del investigador(a)(es) responsables del estudio.

..... 06..... de Agosto..... De 2022.



Huella y/o nombre

Investigador(a)(es)	Apellidos y nombres	Vega Vera Olga Natalia	
	D.N.I. N°	42476455	
	Teléfono/celular	945074843	
Asesor(a)	Email	mafisnaty@gmail.com	
	Apellidos y nombres	Vargas Sapaico Osmar	
	D.N.I. N°		
	Teléfono/celular	943 131 312	
	Email		



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

ASENTIMIENTO INFORMADO

I. DATOS GENERALES

Título del proyecto : “RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR CRISTIANA DE SANTIAGO DE SURCO –LIMA 2021”

Escuela profesional : Psicología

Asesor(a)(es) : Mg. Osmar Sapaico Vargas

Duración del estudio : Del Setiembre 2021 a Agosto 2022

Institución : Institución Educativa Particular Cristiano El Pionero

Departamento: Lima **Provincia:** Lima **Distrito:** Surco

- Estimado menor, en estricto respeto a su opinión y de sus derechos de libre elección, usted tiene derecho a negarse a participar de esta investigación o a retirarse del estudio en cualquier momento. De todas maneras, agradecemos el tiempo dedicado a conocer este estudio.
- Si crees conveniente recibir información durante el proceso de la investigación o sobre los resultados del estudio, no dudes en consultar y solicitar a los investigadores, cuyos datos se encuentran al final del documento, asimismo, se consigna los datos del(a) asesor(a).

MANIFIESTA

Yo, Ruben Samuel Espinoza Inga....., identificado(a) con D.N.I. N° 10625843..... de 46..... años de edad, doy mi consentimiento para la participación en el proyecto de investigación titulado en el estudio de investigación “RESILIENCIA Y ESTRÉS ACDEMICO EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR CRISTIANA DE SANTIAGO DE SURCO-LIMA 2022”, llevado a cabo por el investigador(a) Olga Natalia Vega Vera identificada con el DNI 42476455.

Pongo mi nombre y/o huella digital en señal de aceptación, dos ejemplares; uno de los cuales queda en mi poder y otro en del investigador(a)(es) responsables del estudio.

Lima 06 de Agosto De 202



[Signature]
 Huella/y/o nombre

Investigador(a)(es)	Apellidos y nombres	Vega Vera Olga Natalia	
	D.N.I. N°	42476455	
	Teléfono/celular	945074843	
	Email	mafisnaty@gmail.com	
Asesor(a)	Apellidos y nombres	Vargas Sapaico Osmar	 Mg. Osmar Sapaico Vargas psicólogo IG-PUN N° 2154
	D.N.I. N°		
	Teléfono/celular	943 131 312	
	Email		



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

ASENTIMIENTO INFORMADO

I. DATOS GENERALES

Título del proyecto : “RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR CRISTIANA DE SANTIAGO DE SURCO –LIMA 2021”

Escuela profesional : Psicología

Asesor(a)(es) : Mg. Osmar Sapaico Vargas

Duración del estudio : Del Setiembre 2021 a Agosto 2022

Institución : Institución Educativa Particular Cristiano El Pionero

Departamento: Lima **Provincia:** Lima **Distrito:** Surco

- Estimado menor, en estricto respeto a su opinión y de sus derechos de libre elección, usted tiene derecho a negarse a participar de esta investigación o a retirarse del estudio en cualquier momento. De todas maneras, agradecemos el tiempo dedicado a conocer este estudio.
- Si crees conveniente recibir información durante el proceso de la investigación o sobre los resultados del estudio, no dudes en consultar y solicitar a los investigadores, cuyos datos se encuentran al final del documento, asimismo, se consigna los datos del(a) asesor(a).

MANIFIESTA

Yo, Soledad Falconi Nuñez, identificado(a) con D.N.I. N° 20033061, de 56, años de edad, doy mi consentimiento para la participación en el proyecto de investigación titulado en el estudio de investigación: “RESILIENCIA Y ESTRÉS ACDEMICO EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR CRISTIANA DE SANTIAGO DE SURCO-LIMA 2022”, llevado a cabo por el investigador(a) Olga Natalia Vega Vera identificada con el DNI 42476455.

Pongo mi nombre y/o huella digital en señal de aceptación, dos ejemplares; uno de los cuales queda en mi poder y otro en del investigador(a)(es) responsables del estudio.

Soledad Falconi, 6. de Agosto De 2022.



Soledad Falconi Nuñez

 Huella y/o nombre

Investigador(a)(es)	Apellidos y nombres	Vega Vera Olga Natalia	
	D.N.I. N°	42476455	
	Teléfono/celular	945074843	
	Email	mafisnaty@gmail.com	
Asesor(a)	Apellidos y nombres	Vargas Sapaico Osmar	
	D.N.I. N°		
	Teléfono/celular	943 131 312	
	Email		



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

ASENTIMIENTO INFORMADO

I. DATOS GENERALES

Título del proyecto : "RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR CRISTIANA DE SANTIAGO DE SURCO -LIMA 2021"

Escuela profesional : Psicología

Asesor(a)(es) : Mg. Osmar Sapaico Vargas

Duración del estudio : Del Setiembre 2021 a Agosto 2022

Institución : Institución Educativa Particular Cristiano El Pionero

Departamento: Lima **Provincia:** Lima **Distrito:** Surco

- Estimado menor, en estricto respeto a su opinión y de sus derechos de libre elección, usted tiene derecho a negarse a participar de esta investigación o a retirarse del estudio en cualquier momento. De todas maneras, agradecemos el tiempo dedicado a conocer este estudio.
- Si crees conveniente recibir información durante el proceso de la investigación o sobre los resultados del estudio, no dudes en consultar y solicitar a los investigadores, cuyos datos se encuentran al final del documento, asimismo, se consigna los datos del(a) asesor(a).

MANIFIESTA

Yo, Akemy Villanueva Herrera, identificado(a) con D.N.I. N° 16.75.774.8, de 49 años de edad, doy mi consentimiento para la participación en el proyecto de investigación titulado en el estudio de investigación: "RESILIENCIA Y ESTRÉS ACDEMICO EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR CRISTIANA DE SANTIAGO DE SURCO-LIMA 2022", llevado a cabo por el investigador(a) Olga Natalia Vega Vera identificada con el DNI 42476455.

Pongo mi nombre y/o huella digital en señal de aceptación, dos ejemplares; uno de los cuales queda en mi poder y otro en del investigador(a)(es) responsables del estudio.

..... Lima, 15 de Diciembre De 2022.



Huella y/o nombre

Investigador(a)(es)	Apellidos y nombres	Vega Vera Olga Natalia	
	D.N.I. N°	42476455	
	Teléfono/celular	945074843	
Asesor(a)	Email	mafisnaty@gmail.com	
	Apellidos y nombres	Vargas Sapaico Osmar	
	D.N.I. N°		
	Teléfono/celular	943 131 312	
	Email	Akemyjanni@hotmail.com	



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

ASENTIMIENTO INFORMADO

I. DATOS GENERALES

Título del proyecto : “RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR CRISTIANA DE SANTIAGO DE SURCO –LIMA 2021”

Escuela profesional : Psicología

Asesor(a)(es) : Mg. Osmar Sapaico Vargas

Duración del estudio : Del Setiembre 2021 a Agosto 2022

Institución : Institución Educativa Particular Cristiano El Pionero

Departamento: Lima **Provincia:** Lima **Distrito:** Surco

- Estimado menor, en estricto respeto a su opinión y de sus derechos de libre elección, usted tiene derecho a negarse a participar de esta investigación o a retirarse del estudio en cualquier momento. De todas maneras, agradecemos el tiempo dedicado a conocer este estudio.
- Si crees conveniente recibir información durante el proceso de la investigación o sobre los resultados del estudio, no dudes en consultar y solicitar a los investigadores, cuyos datos se encuentran al final del documento, asimismo, se consigna los datos del(a) asesor(a).

MANIFIESTA

Yo, Janeth Melo Espinoza....., identificado(a) con D.N.I. N° 40133445, de 43..... años de edad, doy mi consentimiento para la participación en el proyecto de investigación titulado en el estudio de investigación: “RESILIENCIA Y ESTRÉS ACDEMICO EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR CRISTIANA DE SANTIAGO DE SURCO-LIMA 2022”, llevado a cabo por el investigador(a) Olga Natalia Vega Vera identificada con el DNI 42476455.

Pongo mi nombre y/o huella digital en señal de aceptación, dos ejemplares; uno de los cuales queda en mi poder y otro en del investigador(a)(es) responsables del estudio.

....., Lima, 26 de Agosto..... De 2022.



Janeth

 Huella y/o nombre

Investigador(a)(es)	Apellidos y nombres	Vega Vera Olga Natalia	
	D.N.I. N°	42476455	
	Teléfono/celular	945074843	
	Email	mafisnaty@gmail.com	
Asesor(a)	Apellidos y nombres	Vargas Sapaico Osmar	 Mg. Osmar Sapaico Vargas PSICOLOGO C.P.R. N° 2134
	D.N.I. N°		
	Teléfono/celular	943 131 312	
	Email		

Anexo 11: Declaración de confidencialidad

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

DECLARACIÓN DE CONFIDENCIALIDAD

Yo, Olga Natalia Vega Vera, identificada con DNI N° 42476455 egresada de la Escuela Profesional de Psicología vengo implementando el proyecto de investigación titulado “RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ADLESCENTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR CRISTIANA DE SANTIAGO DE SURCO –LIMA 2022”, 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 06 Agosto 2022





Olga Natalia Vega Vera
DNI N° 42476455

Anexo 12: Compromiso de autoría

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

COMPROMISO DE AUTORÍA

Yo, Olga Natalia Vega Vera, identificada con DNI N° 42476455, egresada de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Peruana Los Andes, me **COMPROMETO** a asumir las consecuencias administrativas y/o penales que hubiera lugar si en la elaboración de mi investigación titulada “RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ADLESCENTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR CRISTIANA DE SANTIAGO DE SURCO –LIMA 2022”, se haya considerado datos falsos, falsificación, plagio, autoplagio, etc., y declaro bajo juramento que el trabajo de investigación es de mi **AUTORÍA** y los datos presentados son reales y he respetado las normas internacionales de citas y referencias de las fuentes consultadas.

Huancayo, 06 Agosto 2022



A handwritten signature in blue ink, written over a horizontal line.

Olga Natalia Vega Vera
DNI N° 42476455

Anexo 13: Fotografías de la evaluación de los instrumentos

