

**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN
ESTUDIANTES DEL PRIMER Y SEGUNDO SEMESTRE DE PSICOLOGÍA DE LA
UNIVERSIDAD POPULAR DEL CESAR.**

**DANIVER MINDIOLA REALES
MARYURIS SEGUANES ESPAÑA**

**UNIVERSIDAD POPULAR DEL CESAR
FACULTAD DE DERECHO, CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA
VALLEDUPAR-CESAR**

2021

**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN
ESTUDIANTES DEL PRIMER Y SEGUNDO SEMESTRE DE PSICOLOGÍA DE LA
UNIVERSIDAD POPULAR DEL CESAR.**

**DANIVER MINDIOLA REALES
MARYURIS SEGUANES ESPAÑA**

Trabajo presentado como requisito para optar al grado de Psicólogo(s)

Director. Dra. Luz Angelica Torres.

**UNIVERSIDAD POPULAR DEL CESAR
FACULTAD DE DERECHO, CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA
VALLEDUPAR-CESAR**

2021

Nota de aceptación

Jurado

Jurado

Valledupar, _____

DEDICATORIA

Este trabajo lo dedico principalmente a Dios por haberme permitido culminar satisfactoriamente mi carrera, a mis padres Uberto Seguanes – Edilse María España, su apoyo, cariño y comprensión han sido mi motor en esta etapa de mi vida, gracias por su infinito amor, a mis hermanos Albert Seguanes- Jaider Seguanes, mi tía Margarita España, amigos y familiares por siempre estar ahí para mí, a mi amado novio Wilson Palencia por su apoyo y comprensión, por ser mi más bonita bendición de Dios.

Maryuris Seguanes España.

Este trabajo lo dedico en primer lugar a mis padres Erismeldo Mindiola – Raquel Reales y mi hermana Danitza Mindiola por que han sido mi mayor motivación para superarme cada día, esforzarme para cumplir mis metas y quienes me han hecho la persona que soy hoy,, a mi tía Carmen Montero quien fue un pilar durante todo mi proceso de formación y un gran apoyo durante toda mi vida, a mi amiga incondicional Angelys Rodriguez quien ha estado presente en todas las etapas de mi formación profesional, a mis amigos más cercanos de toda la vida y a mis familiares que han aportado su granito de arena para verme crecer personal y profesionalmente.

Daniver Mindiola Reales

AGRADECIMIENTOS

Los autores expresan sus agradecimientos a la directora de proyecto de grado Luz Torres quien estuvo siempre al tanto y presta para ayudar durante el proceso de realización de este trabajo investigativo; del mismo modo se agradece a las asesoras temática y metodológica Rosaura Guerra y Doris Colina, quienes estuvieron presentes desde el inicio de la creación de este proyecto y estuvieron en todo momento dispuestas a ayudar; del mismo modo se agradece a todos los profesores que de una u otra manera aportaron al desarrollo de esta investigación especialmente a los docentes Cristian Concha y la docente Lisbeth Pumarejo, quienes desde el primer momento no dudaron en brindarnos su apoyo y espacio para la aplicación de los diferentes instrumentos de medición, por último se les agradece a todos y cada uno de los participantes de este estudio ya que sin ellos no hubiera sido posible el desarrollo del mismo y no hubiera sido posible alcanzar lo propuesto.

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN	11
CAPÍTULO I EL PROBLEMA	13
1.1.Planteamiento del Problema	13
1.2. Objetivos	16
1.2.1. Objetivo general.....	16
1.2.2. Objetivos específicos.	16
1.3. Justificación	17
1.4. Delimitación.....	18
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO REFERENCIAL.....	19
2.1. Antecedentes de la Investigación.....	19
2.2 Bases Teóricas.	31
Estrategias de afrontamiento.	31
Estrés académico.	35
2.3 Definición de términos básicos.....	39
CAPÍTULO III MARCO METODOLÓGICO.....	40
3.1 Enfoque de la investigación.....	40
3.2 Diseño y Corte.	40
3.3 Tipo de investigación.....	40
3.4 Población, muestra y muestreo.	40
3.5 Técnica e instrumentos de recolección de datos.	41
3.6 Consideraciones Éticas de la investigación.	43
3.7 Operacionalización de Variable.....	43
CAPÍTULO IV RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN.	58
4.1 Análisis de los datos.....	58
4.1.1 Resultados características sociodemográficas.....	58
4.1.2 Resultados Estrategias de Afrontamiento.	62
4.1.3. Resultados Estrés Académico.	64
4.1.4 Correlación de las variables.	66
4.2 Discusión de los resultados	92
V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	96

VI. REFERENCIAS	99
VII. ANEXOS	102

LISTA DE TABLAS

Tabla 1	43
Tabla 2	44
Tabla 3	48
Tabla 4	62
Tabla 5	63
Tabla 6	63
Tabla 7	64
Tabla 8	64
Tabla 9	66
Tabla 10	66
Tabla 11	67
Tabla 12	68
Tabla 13	68
Tabla 14	69
Tabla 15	69
Tabla 16	70
Tabla 17	70
Tabla 18	71
Tabla 19	71
Tabla 20	72
Tabla 21	72
Tabla 22	73
Tabla 23	73
Tabla 24	74
Tabla 25	74
Tabla 26	75
Tabla 27	75
Tabla 28	76
Tabla 29	76
Tabla 30	77
Tabla 31	77
Tabla 32	78
Tabla 33	78
Tabla 34	79
Tabla 35	79
Tabla 36	80
Tabla 37	80
Tabla 38	81
Tabla 39	81
Tabla 40	82

Tabla 41	82
Tabla 42	83
Tabla 43	83
Tabla 44	84
Tabla 45	84
Tabla 46	85
Tabla 47	86
Tabla 48	86
Tabla 49	87
Tabla 50	87
Tabla 51	88
Tabla 52	88
Tabla 53	89
Tabla 54	89
Tabla 55	90
Tabla 56	90

TABLA DE GRÁFICAS

Figura 1	58
Figura 2	59
Figura 3	59
Figura 4	60
Figura 5	61
Figura 6	61

TABLA DE ANEXOS

Anexo 1 Escala de Estrategias de Coping – Modificada (EEC-M).....	101
Anexo 2 Inventario SISCO del Estrés Académico.....	104
Anexo 3 Ficha Sociodemográfica.....	108
Anexo 4 Consentimiento Informado.....	109
Anexo 5 Constancia solicitud de permisos para aplicación de instrumentos.....	111

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo analizar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés académico en los estudiantes de primer y segundo semestre de psicología de la Universidad Popular del Cesar, 2020, se llevó a cabo desde un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental de tipo correlacional, se tomó una muestra de 112 estudiantes a los que se les aplicaron la Escala de Estrategias de Coping-Modificada, el Inventario SISCO del Estrés Académico y una Ficha Sociodemográfica con el fin de recolectar la información pertinente para el estudio. Los resultados revelaron que el 18% de los participantes presentan altos niveles de estrés y las estrategias de afrontamiento más empleadas por los estudiantes fueron: Expresión de la dificultad (36%) y Evitación emocional (32%).

Palabras claves: Estrés, Estrategias de Afrontamiento, Estrés Académico, Estresores, Síntomas de estrés.

ABSTRACT

The present research aimed to analyze the relationship between coping strategies and academic stress in first and second semester students of psychology at the Popular University of Cesar, 2020, it was carried out from a quantitative approach, With a non-experimental design of correlational type, a sample of 112 students was taken to whom the Coping-Modified Strategies Scale, the SISCO Inventory of Academic Stress and a Sociodemographic File were applied in order to collect the pertinent information for the study. The results revealed that 18% of the participants present high levels of stress and the coping strategies

most used by the students are: Expression of difficulty (36%) and Emotional avoidance (32%).

Keywords: Stress, Coping Strategies, Academic Stress, Stressors, Symptoms of stress.

CAPÍTULO I. EL PROBLEMA

1.1.Planteamiento del Problema

A nivel mundial, los casos de estrés en la población universitaria han ido en aumento a través de los años, esto debido a la carga académica y actividades diarias que tienen que realizar, teniendo en cuenta también el nivel de exigencia que establecen los estándares de calidad profesional. Caldera, et al; (2007) citados en Domínguez et al., (2015) Mencionan que los casos de estrés se pueden caracterizar como cualquier tipo de amenaza que afecte directamente a un individuo y, además, afirman que están presentes en todos los ambientes y entornos, como en el familiar, laboral, escolar, relaciones sociales, etc.

El estrés es una respuesta del organismo ante los cambios que se generan en su entorno; cuando éstas se originan en el contexto educativo, es frecuente referirse a los mecanismos de adaptación del sujeto en términos de estrés académico. Ningún individuo está exento de experimentar reacciones de estrés en algún momento de su vida, pero cuando esto se prolonga puede provocar una serie de problemas psicológicos y físicos en el organismo (Pulido et al., 2011).

Teniendo en cuenta lo anterior, el ser humano se mantiene expuesto a factores estresantes en su diario vivir, sobre todo cuando enfrenta nuevas metas y retos. Según Polo, Hernández y Pozar (2006), citado en Rosales (2016), el estrés académico es la respuesta general del organismo (cognitiva, emocional, fisiológica y conductual) ante cualquier estímulo estresante relacionado con el ámbito educativo, es generado cuando el sujeto se enfrenta a situaciones que a su parecer son complicadas y le resulta difícil encontrar

posibles soluciones. Por lo tanto, la universidad representa un período de cambios a los cuales todo individuo debe adaptarse, van desde la variación en los horarios de sueño-vigía o de alimentación, hasta los niveles de dificultad de los aprendizajes obtenidos o por adquirir, así como el nivel de exigencia de los docentes, cabe resaltar que esta etapa de la vida implica muchas veces el habitar en pensiones e incluso el empezar a vivir solo o con algún familiar (tíos, primos, abuelos, etc.), es decir, que el individuo debe trasladarse o cambiar de lugar de residencia y por ende también involucra la separación del sujeto con su núcleo familiar.

Todo esto podría generar en el individuo un grado de estrés, el cual puede llegar a ser positivo o negativo, como lo plantea Reina (2004) citado en Rosales (2016), quien define el estrés como algo que está presente en la vida diaria del ser humano. El estrés de tipo positivo permite que la persona lleve a cabo sus actividades o tareas planificadas mientras que el negativo se enfoca más en el cansancio y agotamiento que la persona pueda llegar a presentar.

Matilde, et al. (2016) citados en Álvarez Luis et al. (2018), indican que actualmente las circunstancias a las que está expuesta la persona tienen diversas características. El sujeto se desarrolla en una realidad social que está influenciada por diversos eventos. Las personas cumplen facetas y roles en entornos familiares, educativos y profesionales a lo largo de su vida. En las últimas décadas, las condiciones han cambiado de una manera más competitiva, con mucho énfasis en el conocimiento y el trabajo.

El estrés académico puede estar presente en la vida del estudiante desde la escuela, pero sin lugar a dudas, es en la universidad donde alcanza un grado mayor porque como se menciona anteriormente, es aquí donde las exigencias implicadas en la vida universitaria

son cada vez mayores, pues la necesidad de adquirir destrezas para facilitar el proceso de aprendizaje requiere una mayor rapidez, además de que los conocimientos adquiridos serán más complejos que en la escuela. Se podría decir que estos factores inciden en el fracaso o éxito que pueda llegar a tener el individuo en el paso por la universidad.

El aprendizaje y la educación son facetas muy importantes del desarrollo humano. Sin embargo, atravesar estas facetas requiere tiempo, esfuerzo y dedicación por parte de las personas. Pasar por estos niveles, especialmente la educación superior, es una situación estresante para muchas personas, ya que define la capacidad de dominar una forma de aprendizaje diferente a los niveles de formación anteriores, ejemplo de ello es la autonomía, las redes de apoyo académico, el nuevo entorno, los modelos de enseñanza y el desarrollo de habilidades técnicas (García et al. 2012 citados por Álvarez Luis et al. (2018).

Para tratar de que esto no suceda, se puede sugerir que el estudiante desarrolle y ponga en práctica ciertas estrategias o estilos de afrontamiento hacia el estrés para de esta manera poder enfrentar y adaptarse a los cambios que el entorno le demanden, dado que el afrontamiento hace referencia a una serie de esfuerzos conductuales y cognitivos que el individuo lleva a cabo para hacer frente al estrés generado por algún estímulo o situación que el sujeto percibe como amenazante y que pone en peligro su estabilidad y bienestar físico, así como también el psicológico, de esta manera modificar la situación para que esta no sea tan problemática.

Esto en concordancia con lo planteado por Lazarus y Folkman (1984) citados por Morales (2018), quienes afirman que las estrategias de afrontamiento se definen como un proceso dinámico que intenta reducir o eliminar los factores estresantes a través de las respuestas cognitivas o conductuales. De acuerdo con un modelo de afrontamiento

transaccional planteado por Lazarus (1991) citado en Morales (2018), la evaluación primaria de un evento o situación como amenazante, dañina o desafiante, junto con su evaluación secundaria de si tienen los recursos para lidiar con el evento estresante, influye en el tipo de afrontamiento o estrategia que se implementa.

En este sentido Orlandini (1999) y Barraza (2007) citados en Gonzales (2016), afirman que afrontar el estrés podría ser positivo, y cumplir la función de factor protector para la salud, lo que significa que un adecuado afrontamiento de las demandas puede evitar experiencias intensas de estrés y protegernos del sufrimiento de enfermedades tanto físicas como mentales.

Teniendo en cuenta el planteamiento descrito anteriormente se formuló la siguiente pregunta problema.

¿Cuál es la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés académico en los estudiantes de psicología de primer y segundo semestre de la Universidad Popular del Cesar?

1.2. Objetivos

1.2.1. Objetivo general.

Analizar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés académico en los estudiantes de primer y segundo semestre de psicología de la Universidad Popular del Cesar, 2020

1.2.2. Objetivos específicos.

Categorizar socio demográficamente los estudiantes de primer y segundo semestre de psicología de la Universidad Popular del Cesar, 2020

Explorar las estrategias de afrontamiento y los niveles de estrés académico de los estudiantes de primer y segundo semestre de psicología de la Universidad Popular del Cesar, 2020

Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y los niveles de estrés académico de los estudiantes de primer y segundo semestre de psicología de la Universidad Popular de Cesar, 2020

1.3. Justificación

Dentro del proceso de aprendizaje integral que se genera de forma activa en psicología, donde la investigación es una herramienta fundamental para toda la formación y además primordial en el campo aplicativo de la profesión, se torna necesario el realizar el ejercicio práctico de búsqueda de información, de integración de saberes, de análisis, interpretación, de adquirir destrezas en redacción y desarrollar un pensamiento crítico.

Por consiguiente, realizar una investigación revisando algunas de las teorías, modelos o temas más relevantes relacionadas a las estrategias de afrontamiento y su relación con el estrés académico, favorece al proceso de aprendizaje como estudiantes en lo que tiene que ver con habilidades de búsqueda de información, lectura y escritura científica, así como la capacidad de relacionar e integrar diversas temáticas en lo que se investiga.

En ese orden de ideas, esta investigación tiene como meta principal hacer un aporte teórico y práctico al estudio de las estrategias de afrontamiento ante el estrés académico, dado que, aunque ha sido tratado en múltiples espacios y tiempos, aún son pocas las investigaciones existentes enfocadas en las estrategias de afrontamiento y su relación con el estrés académico. En ese sentido, otro de sus fines, es dar a conocer las características y

tipos de estrategias de afrontamiento que se han planteado a lo largo de la literatura, así como los múltiples factores estresores presentes en el estrés académico, y del mismo modo los diferentes tipos existentes, pese a lo cual, es necesario abordar este tema de manera general, y así, realizar un trabajo con sentido y coherencia, si bien por un lado puede servir como apoyo teórico en relación a la bibliografía ya existente sobre el tema, también puede servir como fundamento, base y antecedente para trabajos similares.

En lo que a la sociedad concierne, este estudio es beneficioso en el sentido de dar explicación a las estrategias de afrontamiento ante el estrés académico, para buscar por parte de toda la sociedad un entendimiento más completo sobre el tema en cuestión.

1.4. Delimitación

La población de estudio de esta investigación son los estudiantes de primer y segundo semestre de la carrera de psicología de la Universidad Popular del Cesar (UPC), en la ciudad de Valledupar, con una muestra representativa de 112 estudiantes. Esta investigación se realizó en el año 2020 centrándose principalmente en el estudio de las variables estrategias de afrontamiento y estrés académico.

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

2.1. Antecedentes de la Investigación.

En la revisión de los estudios a nivel internacional, Gil y Fernández (2021), indagaron sobre “el estrés académico, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en residentes de Estomatología General Integral”, los cuales plantearon como objetivo determinar el nivel de estrés académico y el comportamiento de sus tres componentes en residentes de primer y segundo año de Estomatología General Integral. Para el desarrollo de este estudio utilizaron el método observacional, descriptiva y transversal, el instrumento que aplicaron fue el inventario SISCO de estrés académico, la muestra estuvo compuesta por 80 estudiantes residentes de la institución divididos en partes iguales entre los que cursaban primer y segundo año a través de un muestreo aleatorio simple.

Los principales resultados de este estudio demostraron que existían niveles de estrés severos en el 76% de los participantes de primer año y de 68% en los de segundo año, los estresores mayormente manifestados por los estudiantes se asociaron especialmente a la participación en clases, evaluación de los docentes, seguido por el tiempo limitado para entregar los trabajos, tipos de trabajos que piden los profesores y la sobrecarga de trabajos. En la dimensión de síntomas asociados al estrés manifestados por los estudiantes se evidenciaron los trastornos en el sueño y desgano por realizar los trabajos que se les piden.

Por último, las estrategias de afrontamiento que más utilizaban los estudiantes fueron principalmente ventilación o confidencias, seguido por habilidades asertivas, y en menor medida la búsqueda de información sobre la situación que les preocupaba. El aporte que genera este estudio se especifica en el uso similar del instrumento de medición, además un enriquecimiento teórico para el desarrollo de las discusiones.

Similares fueron los resultados obtenidos en la investigación de Castillo, et al; (2021), en la que realizaron un sondeo sobre los niveles de estrés académico en estudiantes de Educación, quienes propusieron identificar el nivel de estrés en los estudiantes de X ciclo de la carrera de Educación en una universidad privada de Lima (Perú). Para cumplir con esto, utilizaron un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, transversal, descriptivo simple, el instrumento que aplicaron para la recolección de los datos fue el inventario SISCO SV-21, el cual fue aplicado a una muestra de 62 estudiantes, del décimo ciclo de las carreras de Educación Inicial, Primaria o Secundaria en una universidad privada de Lima.

Los resultados que se obtuvieron de esta investigación permitieron observar que el 54% de los estudiantes presentaban niveles moderados en la dimensión “Manifestación de reacciones y síntomas” y en la dimensión “Estrategias de afrontamiento” presentaron un nivel severo con 66%, concluyendo que la prevalencia del estrés en los estudiantes fue de un nivel moderado. Aportando una similitud del instrumento de medición utilizado, así como los datos obtenidos para el desarrollo de las discusiones.

Contrario a los resultados obtenidos en las investigaciones anteriores fueron los resultados que obtuvieron Vigo y Chávez (2020), quienes indagaron sobre los niveles de estrés académico en estudiantes universitarios de Chachapoyas (Perú) en el año 2019. Propusieron determinar los niveles de estrés académico en estudiantes universitarios, para tal fin utilizaron un método descriptivo de corte transversal, contaron con una muestra de 92 estudiantes de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, quienes cursaban el primer, tercer, quinto y séptimo año de formación profesional, a los que se les aplicó una encuesta para medir los niveles de estrés académico, las dimensiones de las estrategias de afrontamiento, síntomas y estresores. Esta investigación mostró que el 44.56%, contaban con estrategias de afrontamiento al estrés medianamente bajas y el 4.34% medianamente alto, así mismo se obtuvo que el 36.95% presentan niveles de estrés medianamente bajo y el 1.08% mostraban altos síntomas de estrés. Además, el 35.86%, presentaban dimensiones de estresores medianamente bajo y el 2.17% manifestaban altos índices de

estresores. Concluyendo así, que el estrés académico en la dimensión de afrontamiento y síntomas presentaban niveles medianamente bajos y en la dimensión de estresores un nivel medio. Los aportes que brinda esta investigación se muestran en el abordaje de la variable “estrategias de afrontamiento”.

Sin embargo, Alva y Talledo (2020), obtuvieron resultados similares a los de Vigo y Chávez (2020) en cuanto al estrés, en su investigación buscaron describir el nivel de estrés académico y las estrategias de afrontamiento más usadas en los estudiantes de la carrera profesional de Psicología y de Nutrición de un centro de formación superior privada de Lima-Norte (Perú). Para esto realizaron un estudio de tipo descriptivo con un diseño experimental y transversal. A fin de recolectar la información requerida por la investigación aplicaron el inventario SISCO del estrés académico a una muestra de 401 estudiantes de las carreras de psicología y nutrición matriculados en los 4 primeros ciclos de formación, con los datos obtenidos interpretaron que el 52,8% de los estudiantes presentaron bajos niveles de estrés académico, el 8,2% niveles medio y el 39% niveles altos.

Además, se pudo identificar que la estrategia de afrontamiento más empleada por los estudiantes fue “Habilidades asertivas” con un 55,8% en la carrera de psicología y un 56,3% en la de nutrición. Los aportes otorgados por esta investigación se reflejan en la semejanza abordada con las variables estudiadas, así como el instrumento de medición empleado.

Por otra parte, Rodríguez, et al, (2020) investigaron acerca del estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de carreras de la salud de una universidad privada de Santiago de Chile, a través de un método transversal-analítico. Para lo cual se tomó una muestra probabilística de 236 mujeres y 162 hombres.

Con el fin de recolectar información pertinente a la investigación se les aplicó una encuesta sociodemográfica para conocer características como sexo, edad, nivel socioeconómico, variables académicas, entre otros, además se utilizó el Inventario de Estrés Académico modificado (IEA) y la Escala de Afrontamiento del Estrés Académico (A-CEA), obteniendo así que más del 70% de los

participantes contaban con nivel socioeconómico bajo y el 94% de los estudiantes manifestó haber sentido preocupación o nerviosismo durante el año académico.

En cuanto a las situaciones generadoras de estrés se encontraron principalmente la competencia con los compañeros, tiempo limitado para entrega de los trabajos/actividades, la personalidad de los docentes, evaluaciones y sobrecarga de trabajos y por último, en la dimensión de estrategias de afrontamiento encontraron que las más utilizadas por los alumnos son la reevaluación positiva, búsqueda de apoyo y planificación. El aporte que otorga esta investigación se ve reflejado en el abordaje dado a la variable “estrategias de afrontamiento”.

Paredes; et al, (2020) investigaron sobre las estrategias de afrontamiento ante el estrés y el bienestar psicológico en estudiantes del primer año académico de psicología, de una universidad estatal de Arequipa. Utilizaron un método cuantitativo, de tipo descriptivo con diseño no experimental, correlacional y transversal, tomaron una muestra de 70 estudiantes de ambos sexos, con rango de edades entre 16 a 25 años.

Para la recolección de los datos aplicaron el cuestionario de estrategias de afrontamiento ante el estrés COPE y la escala de Bienestar Psicológico RYFF, los resultados obtenidos permitieron observar que había 46 mujeres que corresponden a un 66% y 24 varones equivalentes al 34% del total de la muestra. En la dimensión de estrategias de afrontamiento enfocadas en el problema, descubrieron que los participantes utilizaban el afrontamiento directo activo en un 67.1%, la planificación un 72.9% y la búsqueda de apoyo social 70%; mientras que en menor medida usaban la supresión de otras actividades 10% y la postergación del afrontamiento 18.6%.

Por otra parte, en la dimensión de estrategias dirigidas a la emoción se observó que la mayoría utilizaban la búsqueda de soporte emocional con un 67.1%, reinterpretación positiva y crecimiento 81.4%, aceptación un 72.9% y acudir a la religión 51.4% y la estrategia que menos implementaban fue el análisis de la emoción con un 38.6%. Como otras estrategias de afrontamiento se encontraron que la

que menos usaban los evaluados era la negación con un 17.1% y las conductas inadecuadas en un 15.7%, aunque se pudo observar que el 54.3% de estudiantes utilizaban la distracción. Destaca que el 32.9% de los estudiantes presentaban Bienestar Psicológico bajo, mientras que un 24.3% evidenciaron un nivel de Bienestar Psicológico normal alto y el 12.9%, mostraron un nivel de Bienestar Psicológico alto.

Concluyendo así que existía una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento al estrés centradas en el problema, la emoción y otros estilos con las dimensiones de bienestar psicológico, resaltando que las estrategias que más utilizaban son: el afrontamiento activo, planificación, búsqueda de soporte emocional, acudir a la religión, crecimiento, aceptación y reinterpretación positiva y en contraposición las menos utilizadas eran las relacionadas a otros estilos como conductas inadecuadas, negación, distracción. Por último, se evidenció que en términos generales los estudiantes presentaban bajos niveles de bienestar psicológico. Los aportes dados por esta investigación se vislumbran en la caracterización sociodemográfica realizada, así como el abordaje con respecto a la variable “estrategias de afrontamiento”.

Por otra parte, Coavoy (2019), en su investigación obtuvo resultados semejantes en la dimensión de estrés con los de Gil y Fernández (2021) y a su vez con los de Castillo, et al; (2021); indagó acerca del estrés académico y afrontamiento en estudiantes de enfermería, planteó determinar la relación entre el nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión - Filial Juliaca. Esta investigación tuvo un diseño experimental de tipo correlacional con enfoque cuantitativo, en la cual a través de un muestreo no probabilístico se seleccionó una muestra de 82 estudiantes. Para recopilar la información requerida para este estudio se aplicó el cuestionario SISCO de escala tipo Likert.

Los resultados de esta investigación mostraron que existe una relación baja con una correlación significativa entre las variables estudiadas, sin embargo, en cuanto al estrés académico, los participantes

alcanzaron niveles moderados con una significancia del 68.3%, con una utilización de estrategias de afrontamiento del 59.8%, lo que permite concluir que los estudiantes padecían de estrés moderado debido a que no utilizaban las estrategias de afrontamiento hacia este. Los aportes que brinda esta investigación se evidencian en la semejanza con el tipo de investigación utilizado y el estudio de las variables “estrés académico” y “estrategias de afrontamiento” y la relación que se dio entre estas.

Por otra parte, en cuanto a la dimensión estrategias de afrontamiento se encuentra una similitud con los resultados obtenidos por Coavoy (2019) en la investigación de Crisólogo; et al, (2019), quienes estudiaron las estrategias de afrontamiento al estrés utilizadas en estudiantes de un instituto de educación superior de la ciudad de Cajamarca. Para ello utilizaron un método cuantitativo, de diseño descriptivo, no experimental y de corte transversal, a través de un muestreo compuesto se tomaron 307 estudiantes de educación superior, a quienes les aplicaron La escala de afrontamiento BriefCope con el fin de obtener la información concerniente a la investigación, los datos obtenidos permitieron observar que el 60% de los participantes, empleaban estrategias de afrontamiento centradas en el problema y el 40% las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción.

De igual manera, se mostró que el 40% de los participantes de sexo masculino implementaban las estrategias de afrontamiento centradas en el problema y el 38% del sexo femenino usaban las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción. Finalmente, se indicó que, con respecto a la edad, el grupo de 22 años eran los que más utilizaban las estrategias de afrontamiento centradas en el problema en un 48% y el 40% las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción. Esta investigación aporta una similitud con el método investigativo implementado, además del abordaje que se le dio a la variable “estrategias de afrontamiento al estrés”.

Morales (2018), investigó sobre las estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes universitarios. Buscó examinar las estrategias de afrontamiento empleadas por una muestra de estudiantes universitarios españoles. Para tal fin, la muestra fue conformada por 169 estudiantes de

grado pertenecientes a la Facultad de Ciencias de la Educación. A fin de recopilar información de los participantes se aplicó la Escala de Afrontamiento para Adolescentes ACS, los resultados conseguidos permitieron establecer que las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los estudiantes participantes fueron las centradas en la solución de problemas y en la emoción. Similar a los resultados que obtuvieron Paredes; et al, (2020) en su investigación.

Piergiovanni y De paula (2018), realizaron un estudio descriptivo de la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios argentinos, propusieron analizar las relaciones entre autoeficacia y estrategias de afrontamiento al estrés utilizadas por estudiantes universitarios argentinos para enfrentar demandas académicas tanto internas como externas. La muestra seleccionada fue no probabilística e intencional de 126 estudiantes de grado en licenciatura psicológica, con edades entre los 18 y 60 años, de los cuales el 19,8% eran hombres y el 80,2% eran mujeres; a quienes se les aplicó una encuesta sociodemográfica, la Escala de Autosuficiencia General y el Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento al Estrés.

Los resultados obtenidos mostraron que en términos generales los participantes de sexo masculino eran más auto eficientes que las mujeres y, por otra parte, las participantes femeninas se diferenciaron por afrontar el estrés con estrategias enfocadas a la búsqueda de apoyo social. Los aportes brindados por esta investigación se muestran en la caracterización por sexo y edad de los participantes, así como el acercamiento con respecto a la variable “estrategias de afrontamiento ante el estrés”.

Así mismo, Hurtado y Wynnona (2018), investigaron la relación entre creencias académicas y afrontamiento ante el estrés en estudiantes de una universidad privada de Lima metropolitana. Propusieron determinar si existe relación entre creencias racionales/irracionalidades académicas y afrontamiento ante el estrés en estudiantes. Para ello utilizaron un método de tipo asociativo; mediante una muestra de carácter intencional obtenida por métodos no probabilísticos tomaron una muestra de 266 estudiantes con edades comprendidas entre los 17 y 46 años de edad a quienes les aplicaron la

Escala de Creencias Racionales Académicas (ECRA) y el Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE).

De esta investigación se encontraron resultados tales como que la evaluación de las creencias “racionales/irracionales” tuvo una asociación significativa con las estrategias de afrontamiento centradas en la evitación (negación, drogas, desentendimiento conductual) y en la emoción (aceptación, liberar emociones, religión y enfocar); la dimensión de hábitos de trabajo de la creencia racional/irracional tuvo una relación significativa con la estrategia de afrontamiento al estrés centrado en el problema (planificación), con el estilo enfocado en la emoción (religión, reinterpretación) y con el estilo centrado en la evitación (drogas y desentendimiento conductual).

Por último, la dimensión de soporte de creencias Racional/irracional se asoció significativamente con estrategias de afrontamiento dirigidas a la emoción (liberar emociones, enfocar y religión) y con el estilo centrado en la evitación (desentendimiento mental). Esta investigación brinda aportes que se ratifican en el abordaje de la variable “estrategias de afrontamiento”.

Del mismo modo Álvarez; et al. (2018) indagaron acerca del estrés académico en estudiantes de Tecnología Superior. Plantearon identificar el nivel de estrés académico al que están expuestos los estudiantes de Tecnología Superior en Finanzas de una entidad de educación superior pública de la ciudad de Guayaquil-Ecuador. Para alcanzar este objetivo se escogió una muestra no probabilística de 210 estudiantes, quienes tenían una permanencia en la institución superior a seis meses.

Para la recolección de los datos se utilizó el inventario SISCO permitiendo observar que el 97.14% afirmaban haber presentado preocupación en el último semestre, el 28.94% percibían las situaciones en el aula de clases como estímulos estresores predominando la sobrecarga de tareas, la evaluación de los docentes, no entender los temas abordados en clases y el tiempo limitado para la entrega de los trabajos, en cuanto a la dimensión de las reacciones físicas, psicológicas y

comportamentales se encontró que predominaban las reacciones psicológicas con un 34.90%, seguido por las reacciones físicas con un 32.19% y por último, las comportamentales con un 31.44%.

Por otra parte, en la dimensión de las estrategias de afrontamiento, el 31.60% de los estudiantes ponían en práctica dichas estrategias sobresaliendo la ejecución de un plan de estudio y la asertividad como las más utilizadas. Los aportes que brinda esta investigación se pueden observar en el estudio de las variables “estrés académico” y “estrategias de afrontamiento”, así como la similitud con el instrumento utilizado y el enriquecimiento teórico para el desarrollo de las discusiones.

Así pues, en la búsqueda de antecedentes a nivel nacional, se encontraron investigaciones realizadas entre los años 2018 y 2020, siendo la más reciente la de Restrepo et al., (2020) quienes indagaron acerca del estrés académico en estudiantes universitarios. Para este fin se desarrolló una investigación con enfoque cuantitativo, transversal y de nivel descriptivo, mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia donde se seleccionaron 450 estudiantes de tres universidades de Medellín y el Valle de Aburrá. Para la recopilación de la información de los participantes utilizaron el Inventario SISCO del Estrés Académico.

Los resultados de esta investigación mostraron que en cuanto las situaciones y condiciones estresantes mayormente expresadas por los estudiantes fueron “Sobrecarga de tareas y trabajos escolares”, mientras que la menos puntuada fue “La competencia con los compañeros del grupo”, para la categoría Reacciones físicas, el ítem con mayor porcentaje fue “Inquietud”, en contraparte el ítem con más porcentaje en bajo fue “Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad”. En la dimensión de reacciones psicológicas que más manifestaron los participantes fueron “Somnolencia o mayor necesidad de dormir” y el que menos presentaba “Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea”.

En la categoría “Reacciones comportamentales”, el ítem que presentó mayor porcentaje fue “Aumento o reducción del consumo de alimentos”, mientras que el que presentó menor porcentaje fue “Conflictos o tendencia a polemizar o discutir”. Obteniendo de esta manera resultados similares a los

que obtuvieron también Álvarez; et al, (2018). En la dimensión “Estrategias de afrontamiento”, la más utilizada por los participantes fue “Habilidad asertiva” y la menos usada fue “Uso de psicofármacos”. Los aportes que brinda esta investigación se vislumbran en la semejanza con el instrumento utilizado, así como el enfoque de la investigación, además del estudio de las variables “estrés académico” y “estrategias de afrontamiento”.

Del mismo modo, Trujillo y González (2019) obtuvieron resultados similares a los de Álvarez; et al, (2018) en cuanto a la presencia de estrés; realizaron un sondeo sobre los niveles de estrés académico en estudiantes de postgrado de la facultad de educación en la universidad Cooperativa de Colombia, sede Bogotá. Plantearon determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de posgrado de la Facultad de Educación, y proponer una estrategia educativa para técnicas y manejo del estrés en la Universidad Cooperativa de Colombia sede Bogotá, para cumplir con esto, utilizaron un enfoque cuantitativo con alcance de tipo descriptivo y diseño no experimental, se tomó una muestra de 216 estudiantes de posgrado, a quienes se les aplicó el instrumento SISCO SV-21.

Con los resultados obtenidos se pudo observar que el 98% de los participantes presentaron síntomas de estrés en algún momento del semestre, de los cuales el 37% manifestaron nivel de estrés 4 que se pudo clasificar como medianamente alto, el 32% consideraron su nivel de estrés en 3, el 17% mostraron tener un nivel de estrés 5, es decir alto y el 18% afirmaron que su nivel de estrés se clasifica en 1 y 2, es decir bajo. Los aportes que brinda esta investigación se ven reflejados en la similitud con el instrumento de medición empleado, así como en la metodología de la investigación.

Cabanach et al., (2018) investigaron sobre el afrontamiento y regulación emocional en estudiantes de fisioterapia, propusieron identificar los distintos perfiles de regulación emocional y la comprobación de si estos perfiles se diferenciaban en el uso de estrategias de afrontamiento ante el estrés académico. La muestra utilizada estaba integrada por 487 estudiantes seleccionados a partir de un muestreo probabilístico por conglomerados de una etapa, a fin de recolectar información de importancia

para la investigación se aplicaron los instrumentos Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS) y Escala de Afrontamiento (ACEA) del Cuestionario de Estrés Académico (CEA).

Los resultados ponen de manifiesto la existencia de perfiles con diferentes combinaciones de las dimensiones experiencial y estratégica de la regulación emocional. En concreto, se identificaron tres grupos: el primero caracterizado por una baja regulación emocional (bajas puntuaciones en las cuatro dimensiones medidas), el segundo con una alta atención emocional y bajas puntuaciones en aceptación y control emocional (grupo mixto) y finalmente, el tercero, que engloba alrededor de las dos terceras partes del total de los estudiantes de la muestra, caracterizado por una alta regulación emocional. Por tanto, se puede afirmar que, como grupo, los estudiantes universitarios de fisioterapia estudiados presentan un elevado nivel de regulación emocional. El aporte que brinda esta investigación se vislumbra en el abordaje de la variable “estrés académico”.

Así pues, con la respectiva búsqueda de antecedentes realizada a nivel regional se encontraron algunos referentes de años comprendidos entre 2018 y 2020; la investigación más reciente encontrada fue la de Llorente; et al., (2020), quienes investigaron acerca del estrés académico durante las prácticas formativas en estudiantes de un programa de enfermería de la Ciudad de Montería, Colombia. Para este fin emplearon un enfoque cuantitativo, con diseño descriptivo de corte transversal, tuvieron una muestra de 245 estudiantes, calculada a través de un muestreo intencional, a quienes se les aplicó el instrumento SISCO SV-21 y una encuesta sociodemográfica.

Obteniendo que el 96.32% de quienes participaron presentaron niveles de estrés, similar a los resultados obtenidos por Trujillo y González (2019). Clasificándose como moderado un 66.94% y como medio un 47.04%, el agente estresor más frecuente fue la forma de evaluación de los profesores, lo que generaba síntomas de depresión y tristeza, por otra parte, la estrategia de afrontamiento más utilizada fue el control sobre las emociones. Los aportes que brinda esta investigación se evidencian en la

similitud con los instrumentos utilizados, además del estudio dado a las variables “estrés académico” y “estrategias de afrontamiento al estrés”.

Similar a los resultados obtenidos en las investigaciones de Trujillo y González (2019) y a su vez en la de Álvarez; et al, (2018); se encuentran los obtenidos por Castillo; et al, (2018), quienes llevaron a cabo una investigación sobre estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia, matriculados en tres universidades de la ciudad, una de carácter privado y dos de carácter público. Para esto tomaron una muestra de 587 estudiantes de enfermería que contaran con las características requeridas por la investigación a través de un muestreo probabilístico, a los que se les aplicó una encuesta sociodemográfica y el instrumento SISCO del estrés académico para recolectar los datos necesarios, obteniendo que, del total de los participantes, el 89,6% eran mujeres de edades promedio de 20,2 años y el 43,4% pertenecían al estrato 2.

En la dimensión de estrés, el 90,8% manifestó haber tenido momentos de preocupación durante el semestre, el 42% mostró un nivel de estrés medio, asociado a la sobrecarga académica, y el 48,2% la asoció con la demanda de tareas de asignaturas teóricas y prácticas. Las estrategias de afrontamiento más empleadas fueron las asociadas a la religión con un 48,2%. Lo que permite concluir que los estudiantes de enfermería de la ciudad de Cartagena tienen niveles de estrés heterogéneos, derivado de la carga académica de los semestres. Esta investigación brinda aportes en cuanto a la caracterización sociodemográfica realizada, así como la similitud con el instrumento de medición empleado.

Por otro parte, Montalvo y Simancas (2019), indagaron acerca del estrés y estrategias de afrontamiento en educación superior, propusieron asociar la presencia de estrés académico y las estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes universitarios matriculados en una Institución de Educación Superior en Cartagena de Indias (Colombia). Para tal fin realizaron un estudio analítico de corte transversal en el que participaron 1947 estudiantes matriculados en el primer período 2018.

Como método de recolección de información aplicaron tres instrumentos: la encuesta sobre aspectos sociodemográficos, la escala de afrontamiento del estrés académico (A-CEA) y la escala de estrés académico percibido (EEAP). Los resultados obtenidos en esta investigación fueron: ante situaciones de estrés los estudiantes utilizaron como estrategias de afrontamiento la reevaluación positiva, el apoyo social y la planificación, ante estímulos como: competencia por las calificaciones, debilidad de carácter, cantidad de trabajos y profesores críticos. Los aportes que brinda esta investigación se ven reflejados en el abordaje de la variable “estrategias de afrontamiento”.

2.2 Bases Teóricas.

Estrategias de afrontamiento.

Autores como Lazarus y Folkman (1984) citados por Gonzales (2002), en su modelo de afrontamiento transaccional definen a las estrategias de afrontamiento como los esfuerzos cognitivo-conductuales en constante cambio del sujeto para hacer frente a los requisitos internos y/o externos que se califican como exhaustivos o excesivos. El afrontamiento vendría determinado por la persona, el entorno y su interacción.

Estos propusieron dos estilos de afrontamiento, uno centrado en la solución del problema, el cual consistía en modificar la situación problemática para volverla menos estresante y otro dirigido a la emoción el cual consistía en disminuir la tensión, las respuestas fisiológicas, así como las respuestas emocionales producidas por la situación estresante.

Desde el enfoque de la psicopatología y la salud mental suele abordarse el concepto de estrategias de afrontamiento relacionándolas directamente con el estrés. Las estrategias de afrontamiento o de Coping son una amalgama de recursos que van desde lo comportamental hasta la cognitivo, dirigidos principalmente a la solución de problemas, así como la minimización o eliminación de las reacciones emocionales. En concordancia con lo referenciado por Lazarus y Folkman (1986); Fernández y Palmero, (1999), citados en Londoño et al., (2006), los cuales afirman y conciernen que

Las estrategias de afrontamiento o estrategias coping, con relación al estrés son consideradas como conjunto de recursos y esfuerzos tanto cognitivos como comportamentales orientados a resolver el problema, a reducir o eliminar la respuesta emocional o a modificar la evaluación inicial de la situación” (Londoño et al, 2006, p. 328)

En este orden de ideas, según Londoño et al., (2006), el uso de las estrategias de afrontamiento ante el estrés depende del estímulo estresor, así como la evaluación cognitiva de cada sujeto. La predisposición a sobregeneralizar el uso de estas, lo convierte en estilos o formas estables que las personas utilizan para encarar las situaciones estresantes. Así pues, los estilos de afrontamiento pueden categorizarse en 12 factores de acuerdo a lo establecido en la Escala de Estrategias Coping Modificada (EEC-M) estos son:

Solución de Problemas: es la sucesión de actos dirigidos a solucionar el problema, tomando en cuenta el momento adecuado para evaluar e intervenir, lo cual lleva a una planificación focalizada a resolver el problema, en la que se movilizan recursos cognitivos, analíticas y racionales. (Londoño et al, 2006)

Búsqueda de Apoyo Social: el apoyo social cumple la función de un freno de emergencias ante el estrés, así como de sus síntomas negativos, este puede ser útil para prevenir y combatir las experiencias estresantes al reducir la ocurrencia de estas o al proporcionar valiosos recursos para tratarlas una vez que se ha producido el estrés. Esta estrategia requiere el apoyo de un grupo de amigos, familiares u otras personas con énfasis en revelar vínculos, obteniendo apoyo emocional e informativo para soportar o afrontar situaciones, problemas o emociones resultantes del estrés.

La integración social es esencial para la percepción y la salud de las personas, La integración con las redes sociales de apoyo puede proporcionar beneficios directos relacionados con la autoestima, las experiencias de control, las experiencias de compasión, el desarrollo personal, el empleo en el sistema de atención médica y, en última instancia, la mejora de la salud física y mental. (Londoño et al, 2006)

Espera: esta se ha definido como la conciencia conductual porque es progresiva con la creencia de que tal situación cambiará con el tiempo. Este factor muestra que el problema es una solución optimista a largo plazo, lo que representa una esperanza positiva de la solución. (Londoño et al, 2006)

Religión: Las prácticas religiosas como la oración están destinadas a ser una estrategia para resolver o minimizar la sensación de malestar ante los problemas. La creencia en dios permite que una persona evalúe las intervenciones de este en situaciones estresantes y puede intervenir en la capacidad de afrontamiento, así como la orientación y la intensidad de estas. (Londoño et al, 2006)

Evitación Emocional: esta se refiere a la movilización de recursos para ocultar o reprimir las propias emociones. El propósito de esta es evitar reacciones emocionales que son consideradas negativas por los individuos cuando se expresan debido a angustia emocional, consecuencias o creencias de desaprobación social. Este factor se refiere a la movilización de recursos destinados a coordinar y disimular sus emociones. (Londoño et al, 2006)

Búsqueda de Apoyo Profesional: esta estrategia utiliza recursos de expertos para aprender más sobre el problema y las alternativas para enfrentarlo. Se considera una forma de apoyo social. Conocer y utilizar los recursos sociales disponibles brinda una mejor percepción de control sobre la situación. Existen diferencias en la capacidad y la estrategia del individuo para gestionar las demandas sociales y observar los recursos existentes. (Londoño et al, 2006)

Reacción Agresiva: se refiere a expresar tu enojo emocionalmente hacia sí mismo o hacia otra persona, o hacer algo que pueda reducir la culpa emocional que una persona percibe en algún momento determinado. Estas estrategias buscan aumentar el nivel de malestar emocional. Algunas personas necesitan estar realmente mal antes de sentirse mejor. Para esto se culpan a sí mismos o utilizan otras formas de autocastigo. En otros casos, las personas aumentan intencionalmente el grado de malestar emocional, para predisponerse a la situación que les genera malestar, como cuando un atleta se auto desafía en una competencia. (Londoño et al, 2006)

Evitación Cognitiva: esta intenta neutralizar los pensamientos que se perciben como negativos o perturbadores a través de la distracción y la actividad, evitando los pensamientos sobre el problema o poniendo en prácticas otros ejercicios que eviten focalizarse en el problema. (Londoño et al, 2006)

Reevaluación Positiva: con esta se busca aprender de las dificultades e identificar los aspectos positivos del problema. Es una estrategia de optimismo que ayuda a tolerar problemas y generar pensamientos que te ayuden a lidiar con situaciones desagradables. Se ve como una forma de enfocarse tanto en las emociones como en los problemas y lidiar con ellos de tal manera que se pueda cambiar la situación sin necesariamente distorsionar o modificar objetivamente la realidad. Este componente se relaciona con una estrategia cognitiva orientada a aprender de las dificultades, identificando aspectos positivos del problema, posibilitando y generando ideas que apoyen la forma en que se vive la situación. (Londoño et al, 2006)

Expresión de la Dificultad de Afrontamiento: describe la tendencia a expresar dificultades, hacer frente a las emociones desencadenadas por una situación determinada, expresar emociones y resolver un problema. Esta estrategia se manifiesta como una expresión de control emocional y desesperación por los problemas existentes. Esto implica un proceso de autoevaluación y seguimiento en el que la autoeficacia no es deseable para aliviar tensiones complejas, esta puede verse como una estrategia preliminar, como “buscar apoyo social y profesional”, este componente busca identificar el problema, así como soluciones a través de otros recursos no propios. (Londoño et al, 2006)

Negación: se describe como la falta de aceptación del problema y su evitación debido a un sesgo o distorsión en el momento de su evaluación. Esta estrategia tiene como objetivo actuar como si el problema no existiera, se trata de no pensar en él y alejarse temporalmente de situaciones relacionadas con el problema como medida de paciencia o apoyo al estado emocional que se está creando. (Londoño et al, 2006)

Autonomía: se refiere a la tendencia a responder a un problema buscando soluciones de forma independiente sin el apoyo de otros, como amigos, familiares o profesionales (Londoño et al., 2006).

En este orden de ideas, las estrategias de afrontamiento ante el estrés se pueden clasificar en categorías activas (aquellas que se focalizan en encarar el problema y darle una solución) o en pasivas (aquellas que se centran en evitar o ignorar el problema, con la completa o parcial ausencia de enfrentamiento a estas situaciones), lo cual corresponde a lo que plantea Krzemien (2007) citado en Navarro y Trujillo (2020): “las estrategias de afrontamiento activo, orientadas a confrontar la situación son adaptativas; mientras que aquellas denominadas pasivas, consisten en la ausencia de enfrentamiento o conductas de evitación y son consideradas desadaptativas.” (p.3). Sin embargo, el uso de unas u otras dependerá en primera medida de los recursos y la predisposición de cada persona para analizar, evaluar y considerar alternativas para darle una posible solución a una situación puntual que le esté provocando algún tipo de malestar, físico o emocional (Navarro & Trujillo, 2020).

Estrés académico.

El estrés académico se entiende como un proceso ordenado, el cual tiene un carácter adaptativo y principalmente psicológico y de manera descriptiva tiene tres momentos. Así pues, el estrés académico cuenta con un inicio, un nudo y un desenlace, de esta manera lo plantean Trujillo y González (2019):

Primer momento: en el contexto escolar, el alumno se ve expuesto a una serie de exigencias que, en su opinión, se consideran factores estresantes. (Trujillo y González, 2019)

Segundo momento: estos factores estresantes provocan un desequilibrio general, que se manifiesta por muchos síntomas. (Trujillo y González, 2019)

Tercer momento: este desequilibrio obliga al alumno a tomar medidas para superar las dificultades con el fin de restablecer el equilibrio sistémico. (Trujillo y González, 2019).

En este orden de ideas, encontramos los conceptos de diversos autores citados por Rosales (2016), por ejemplo, Peiro (2005), afirma que el estrés académico es una forma de adaptación de un

estudiante según su capacidad, lo cual afecta su desempeño académico. Además, García y Muñoz (2004), indican que el estrés académico es provocado por procesos cognitivos y afectivos que agravan la condición del alumno debido a los factores de estrés académico que se le presentan. Por otra parte, Muñoz (2003), señala que el estrés académico surge de demandas, conflictos, acciones y eventos en la vida académica que estresan a los estudiantes y afectan de manera negativa el desempeño académico, el bienestar y la salud.

Rosales (2005), propuso al modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico, basado en teorías de sistemas y un modelo de estrés transaccional construido de manera exclusiva para el estrés académico. Estas teorías ofrecen dos supuestos, el primero de los cuales es un supuesto sistémico, que se refiere al hecho de que las personas se relacionan con su entorno utilizando un círculo continuo de entrada y salida para conseguir el equilibrio óptimo. Y el segundo es un supuesto cognitivo, que se refiere a la relación existente de una persona con el entorno, en la que existe un intermediario entre el proceso de evaluación de los requerimientos ambientales y los recursos necesarios para atender esta demanda, así como los tipos y formas para hacer frente a esto.

En el modelo sistémico, el estrés académico se manifiesta de esta manera: primero, el entorno que se le presenta a una persona junto con un conjunto de requisitos y demandas. En el sujeto se da un proceso de valoración en el que un ser evalúa si afectan sus recursos, en este caso, se denominan factores estresantes. Estos estresores aparecen en el individuo y provocan desequilibrios indebidos. (Rosales, 2005)

Dando lugar a un segundo proceso de evaluación que compromete la capacidad de afrontar de la mejor manera posible diferentes situaciones estresantes, gestionado de la mejor manera para que la persona pueda actuar posteriormente de acuerdo con las estrategias de afrontamiento para atender las demandas que se le presenten en el entorno. Esto se puede hacer de manera adecuada para lograr un

equilibrio razonable, o de manera inadecuada, cuando el sistema debe realizar un tercer proceso de evaluación para lograr el adecuado ajuste de estrategias. (Rosales, 2005)

Principales estresores.

García y Muñoz (2004), citados por Escajadillo (2019), afirman que las causas del estrés académico están relacionadas con una variedad de factores o estímulos que aparecen en el entorno educativo y que crean una gran carga académica en el alumno. Los factores estresantes son situaciones que provocan una reacción en el alumno que puede aceptarse positiva o negativamente. así pues, Barraza (2018), citado en Trujillo y Gonzalez (2019, p.30-31), plantean una lista de estresores que pueden ser considerados como los principales en el entorno académico:

- La competencia con los compañeros del grupo.
- La sobrecarga de tareas y trabajos escolares.
- La personalidad y el carácter de los profesores que imparten clases.
- La forma de evaluación de los profesores.
- El nivel de exigencia de los profesores.
- El tipo de trabajo que piden los profesores.
- Profesores muy teóricos.
- Participación en clase.
- Tener tiempo limitado para hacer los trabajos que encargan los profesores.
- La realización de un examen.
- Exposición de un tema ante los compañeros de grupo.
- La poca claridad sobre lo que quieren los profesores.
- Que los profesores estén mal preparados.
- Asistir a clases aburridas o monótonas.
- No entender los temas que se abordan en la clase.

Síntomas del estrés académico.

En la universidad o en el aula, luego de percibirse los factores o situaciones que pueden generar estrés, aparecen ciertas manifestaciones o síntomas que llevan a predecir o pensar si un estudiante está bajo estrés, e incluso a hacer una introspección y determinar si este presenta síntomas de estrés. Algunos de los síntomas que se presentan con mayor frecuencia en estos casos según Barraza (2018), citado por Trujillo y González (2019, p.31-32) son:

Trastornos en el sueño, insomnio o pesadillas.

Fatiga crónica.

Dolores de cabeza o migraña.

Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.

Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.

Somnolencia o mayor necesidad de dormir.

Inquietud.

Sentimientos de depresión y tristeza.

Ansiedad, angustia o desesperación.

Problemas de concentración.

Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.

Conflictos o tendencia a polemizar.

Aislamiento de los demás.

Desgano para realizar las labores escolares.

Aumento o reducción del consumo de alimentos.

Consecuencias del estrés académico.

Mendiola (2017), citado por Palacios et al. (2020), manifiesta que existen consecuencias tanto psicológicas como fisiológicas asociadas directamente con el estrés académico.

Fisiológicas: niveles de presión arterial elevados, dificultades respiratorias y alteraciones en el patrón de sueño.

Psicológicas: ansiedad, depresión, aumento de irritabilidad, pérdida del interés por las cosas que antes sentía, motivación, preocupación, deterioro en la memoria a corto o largo plazo; lo cual coincide con lo mencionado por Naranjo (2014), que afirma que existen consecuencias del estrés académico a largo plazo las cuales son: malestar, tristeza, falta de habilidades sociales y disminución de la autoestima, haciendo difícil la vida académica, aunque, quien logre poder afrontar circunstancias estresantes, siempre mantendrá un adecuado equilibrio.

2.3 Definición de términos básicos.

Con respecto a los términos básicos utilizados en esta investigación se encontró que el diccionario de la RAE (2021) los define de la siguiente manera:

Edad: tiempo que ha vivido una persona o ciertos animales o vegetales.

Sexo: condición orgánica, masculina o femenina, de los animales y las plantas.

Beca: subvención para realizar estudios o investigaciones.

Religión: conjunto de creencias o dogmas acerca de la divinidad, de sentimientos de veneración y temor hacia ella, de normas morales para la conducta individual y social y de prácticas rituales, principalmente la oración y el sacrificio para darle culto.

Por otra parte, con respecto al término “estrato” encontramos que el DANE, (2021) lo define como:

Estrato: “una clasificación en estratos de los inmuebles residenciales que deben recibir servicios públicos.”

CAPÍTULO III MARCO METODOLÓGICO.

3.1 Enfoque de la investigación.

Esta investigación es de enfoque cuantitativo, de acuerdo con Hernández et al., (2014), este es de carácter secuencial y probatorio, se encuentra determinado por una serie de pasos que deben ser seguidos de manera precisa, es decir, que cada uno de estos pasos o fases antecede a la siguiente, en este tipo de estudio se parte de una idea que luego es delimitada, de la cual se derivan objetivos y preguntas de investigación, posteriormente se hace una revisión bibliográfica para la construcción de un marco teórico.

3.2 Diseño y Corte.

El diseño es no experimental, porque no se pretende manipular de manera intencional las variables que se buscan investigar, por el contrario, busca observar la manera en que se desarrollan los fenómenos a estudiar en su contexto natural y posteriormente analizarlo. Así mismo, como parte del diseño de este estudio tendrá un corte transversal debido a que esta investigación partirá de la recogida de información en un tiempo único para la posterior descripción de las variables analizadas y sus coincidencias en un momento dado (Hernández, et al.;2014).

3.3 Tipo de investigación.

Esta investigación es de tipo correlacional debido a que se pretende asociar las variables estudiadas e identificar la forma en que se relacionan entre ellas en concordancia con lo que afirman Hernández, et al. (2014), quienes postulan que la finalidad de las investigaciones de este tipo es dar a conocer la relación existente entre dos o más variables en un contexto o población específica y del mismo modo la manera en que una influye en la otra.

3.4 Población, muestra y muestreo.

La población para este estudio son los estudiantes de psicología matriculados en primer y segundo semestre durante el periodo 2020-2, a través de un muestreo aleatorio simple probabilístico se

tomó una muestra de 112 estudiantes. Esto en concordancia con lo que plantean Hernández, et al. (2014), acerca de que en las muestras probabilísticas todos los sujetos que forman parte de la población tienen posibilidades iguales de ser escogidos para la muestra y los mismos se obtienen definiendo las características de la población y el tamaño de la muestra, así como mediante la selección aleatoria o mecánica de las unidades de muestreo/análisis.

Para obtener el tamaño de la muestra se utilizó la siguiente fórmula:

Muestra Aleatoria Simple (M.A.S)

N: Número total de estudiantes pertenecientes a primero y segundo semestre de psicología= 158

n: Total de estudiantes con los cuales se realizará la investigación = 112 estudiantes.

e: Margen de error en la investigación = 5 (0,05).

α : Nivel de confianza = 95% (1,96).

$$n = \frac{N}{1 + \frac{4(e)^2(N-1)}{Z\alpha^2}}$$

$$n = \frac{158}{1 + \frac{4(0,0025)(158-1)}{3,8416}}$$

$$n = \frac{158}{1 + \frac{(0,01)(157)}{3,8416}}$$

$$n = \frac{158}{1 + \frac{1,57}{3,8416}}$$

$$n = \frac{158}{1 + 0,408046574}$$

$$n = \frac{158}{1,408046574}$$

$$n = 112$$

3.5 Técnica e instrumentos de recolección de datos.

Los instrumentos utilizados para la recolección de la información son la ficha sociodemográfica, el inventario SISCO del estrés académico y la Escala de estrategias de Coping modificada (EEC-M).

Ficha sociodemográfica: se refiere al tamaño y características generales de un grupo poblacional específico. En esta se recolectarán datos como edad, género, estrato socioeconómico, disponibilidad de beca, semestre académico y religión. (Anexo 3)

Inventario SISCO de estrés académico: está constituido por 31 ítems que se distribuyen de la siguiente manera: un ítem filtro que en términos dicotómicos (Si-No) permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario, un ítem en escala tipo likert (del 1 a 5, donde uno es poco y cinco es mucho) que permite identificar el nivel de intensidad del estrés académico, ocho ítems de escala tipo likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) que permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulo estresor.

Del mismo modo, quince ítems que en una escala de tipo likert de cinco valores categoriales que permiten identificar la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor, por último, seis ítems que en escalamiento tipo likert de cinco valores categoriales permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamiento. El tiempo requerido para la resolución de esta prueba no sobrepasa los 15 minutos y puede ser aplicada tanto de manera grupal como individual. Este instrumento tiene una confiabilidad por mitades de .87 y una confiabilidad en alfa de Cronbach de .90. (Anexo 2)

Escala de estrategias de Coping-Modificada (EEC-M): fue construida con 69 ítems, con opciones de respuesta tipo likert, en un rango de frecuencia de 1 a 6 desde Nunca hasta Siempre, cuenta con 12 dimensiones o escalas las cuales son: solución de problemas, apoyo social, espera, religión, evitación emocional, apoyo profesional, reacción agresiva, evitación cognitiva, reevaluación positiva, expresión de la dificultad de afrontamiento, negación y autonomía. Esta prueba requiere un tiempo de respuesta de 30 minutos y su ámbito de aplicación puede ser grupal o individual. Este instrumento cuenta con una confiabilidad en alfa de Cronbach de .84. (Anexo 1)

3.6 Consideraciones Éticas de la investigación.

En la presente investigación se les dio a conocer a los participantes el consentimiento informado (Anexo 4), exponiendo que la información recolectada en la misma se utilizaría con fines estrictamente académicos, no se les solicitó información personal con el fin de salvaguardar la identidad de los voluntarios, esto en concordancia con lo establecido en la ley 1090 del 2006 la cual en su capítulo VII, Art 49 estipula que

Los profesionales de la psicología dedicados a la investigación son responsables de los temas de estudio, la metodología usada en la investigación y los materiales empleados en la misma, del análisis de sus conclusiones y resultados, así como de su divulgación y pautas para su correcta utilización. Ley 1090 del 2006, p.13)

Del mismo modo, el Art 50. de esta misma Ley que decreta que “los profesionales de la psicología al planear o llevar a cabo investigaciones científicas, deberán basarse en principios éticos de respeto y dignidad, lo mismo que salvaguardar el bienestar y los derechos de los participantes.” (p.13)

3.7 Operacionalización de Variable.

Tabla 1

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Valoraciones
Datos Sociodemográficos	Sexo	Identidad	1. Femenino	Ninguno
			2. Masculino	Ninguno
	Edad	Rangos de Edad	16 a 20 años	Ninguno
			21 a 25 años	Ninguno
			26 a 30 años	Ninguno
	Estrato	Zona Residencial	1. Estrato 0	
			2. Estrato 1	
			3. Estrato 2	Ninguno
4. estrato 3				

Beca	Icetex	Si (1)
	Fedecesar	No (0)
	Drummond	
Estado civil	Soltero	
	Casado	
	Unión libre	Ninguno
	Divorciado	
Semestre académico	Primer semestre	
	Segundo semestre	Ninguno

Tabla 2

Variable	Dimensión	Indicadores	Ítem	Valoración
Estrés académico	Estresores académicos	Recarga de labores escolares	3.2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	Nunca (1) Rara vez (2)
			3.4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)	Algunas veces (3) Casi siempre (4)
			3.5. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	Siempre (5)
		Evaluación de los		

	docentes	3.7. Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)
	Clases poco entendibles	3.6. No entender los temas que se abordan en la clase
	La personalidad del profesor	3.3. La personalidad y el carácter del profesor
	Tiempo para realizar las tareas.	3.8. Tiempo limitado para hacer el trabajo
	competencia con los compañeros	3.1 La competencia con los compañeros del grupo.
Síntomas/reacciones del estrés académico	Dolor de cabeza y/o espalda	4.3. Dolores de cabeza o migrañas
	Cansancio, fatiga crónica	4.2. Fatiga crónica (cansancio permanente)
		4.6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir
	Disfunciones gástricas	4.4. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea

Dificultad para dormir o sueño irregular	4.1. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	Nunca (1) Rara vez (2)
Ansiedad e indecisión	4.5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	Algunas veces (3)
	4.9. Ansiedad, angustia o desesperación.	Casi siempre (4) Siempre (5)
Tono de humor depresivo y/o Tristeza	4.8. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	
Irritabilidad y/o preocupación excesiva	4.7. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	
	4.11. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.	
Aislamiento y/o absentismo.	4.13. Aislamiento de los demás	
Desgano	4.14. Desgano para realizar las labores escolares	
Conflictos frecuentes y Tendencia a polemizar o discutir	4.12. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.	

	Aumento o reducción de consumo de alimento.	4.15. Aumento o reducción del consumo de alimentos	
	Dificultad para concentrarse	4.10. Problemas de concentración	
Estrategias de afrontamiento del estrés académico	Asertividad	5.1. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)	
	búsqueda de información	5.5. Búsqueda de información sobre la situación	
	Verbalización del problema	5.6. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)	
	Elaboración y ejecución de un plan	5.2. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	Nunca (1)
	Religión	5.4. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	Rara vez (2) Algunas

Reafirmación positiva	5.3. Elogios a sí mismo	veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
--------------------------	-------------------------	--

Tabla 3

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítem	Valoración
Estrategias de afrontamiento.	Solución de problemas	Estilo de afrontamiento activo	10. Trato de solucionar el problema siguiendo unos pasos concretos bien pensados	(1) Nunca (2) Casi nunca (3) A veces (4) Frecuentemente
			17. Espero el momento oportuno para resolver el problema	(5) Casi siempre (6) Siempre
			19. Establezco un plan de actuación y procuro llevarlo a cabo	
			26. Pienso que hay un momento oportuno para analizar la situación	

Autonomía

28. Hago
frente al
problema
poniendo en
marcha varias
soluciones

37. Hasta que
no tenga
claridad frente
a la situación,
no puedo
darles la
mejor
solución a los
problemas

39. Pienso
detenidament
e los pasos a
seguir para
enfrentarme al
problema

51. Analizo lo
positivo y
negativo de
las diferentes
alternativas

68. Frente a
un problema,
espero
conocer bien
la situación
antes de
actuar

		65. Considero que mis problemas los puedo solucionar sin la ayuda de los demás
		66. Pienso que no necesito la ayuda de nadie y menos de un profesional
Apoyo social	Estilo de afrontamiento o dirigido a la búsqueda de apoyo	6. Le cuento a familiares o amigos cómo me siento
Apoyo profesional		14. Pido consejo u orientación a algún pariente o amigo para poder afrontar mejor el problema
		23. Pido a parientes o amigos que me ayuden a pensar acerca del problema
		24. Procuro hablar con personas responsables para encontrar

una solución
al problema

34. Hablo con
amigos o
familiares
para que me
animen o
tranquilicen
cuando me
encuentro mal

47. Pido a
algún amigo o
familiar que
me indique
cuál sería el
mejor camino
para seguir

57. Procuro
que algún
familiar o
amigo me
escuche
cuando
necesito
manifestar
mis
sentimientos

7. Procuro
conocer mejor
el problema
con la ayuda
de un
profesional

		15. Busco ayuda profesional para que me guíen y orienten
		35. Busco la ayuda de algún profesional para reducir mi ansiedad o malestar
		48. Pido ayuda a algún médico o psicólogo para aliviar mi tensión
		58. Intento conseguir más información sobre el problema acudiendo a profesionales
Espera	Estilo de afrontamiento pasivo	9. Espero a que la solución llegue sola
		18. Pienso que con el paso del tiempo el problema se soluciona

27. No hago nada porque el tiempo todo lo dice

29. Dejo que las cosas sigan su curso

38. Pienso que lo mejor es esperar a ver qué puede pasar

40. Me resigno y dejo que las cosas pasen

50. Considero que las cosas por sí solas se solucionan

60. Espero que las cosas se vayan dando

69. Dejo que pase el tiempo

Religión

Estilo de afrontamiento dirigido a la religiosidad

8. Asisto a la iglesia

16. Tengo fe en que puede ocurrir algún milagro

		25. Tengo fe en que Dios remedie la situación
		36. Rezo
		49. Acudo a la iglesia para poner velas o rezar
		59. Dejo todo en manos de Dios
		67. Busco tranquilizarme a través de la oración
Evitación emocional	Estilo de afrontamiento de evitación	11. Procuro guardar para mí los sentimientos
		20. Procuro que los otros no se den cuenta de lo que siento
		21. Evado las conversaciones o temas que tienen que ver con el problema
		30. Trato de ocultar mi malestar
		41. Inhibo mis propias emociones

Evitación
cognitiva

43. Niego que
tengo
problemas

53. Hago todo
lo posible
para ocultar
mis
sentimientos a
los otros

62. Trato de
evitar mis
emociones

31. Salgo al
cine, a dar
una vuelta,
etc., para
olvidarme del
problema

32. Evito
pensar en el
problema

42. Busco
actividades
que me
distrayan

54. Me ocupo
de muchas
actividades
para no
pensar en el
problema

63. Dejo a un
lado los
problemas y
pienso en
otras cosas

Reacción agresiva	Estilo de Afrontamiento Dirigido a la respuesta emocional	4. Descargo mi mal humor con los demás 12. Me comporto de forma hostil con los demás 22. Expreso mi rabia sin calcular las consecuencias 33. Me dejo llevar por mi mal humor 44. Me salgo de casillas
Reevaluación positiva	Estilo de afrontamiento focalizado en modificar la evaluación inicial	5. Intento ver los aspectos positivos del problema 13. Intento sacar algo positivo del problema 46. A pesar de la magnitud de la situación tiendo a sacar algo positivo 56. Tengo muy presente el dicho "al mal tiempo buena cara"

		64. Trato de identificar las ventajas del problema
Expresión de la dificultad de Afrontamiento	Estilo de afrontamiento o dirigido a la verbalización de la situación problemática	45. Por más que quiera no soy capaz de expresar abiertamente lo que siento 52. Me es difícil relajarme 55. Así lo quiera, no soy capaz de llorar 61. Me es difícil pensar en posibles soluciones a mis problemas
Negación	Estilo de afrontamiento o focalizado en negar la situación estresante.	1. Trato de comportarme como si nada hubiera pasado 2. Me alejo del problema temporalmente (tomando unas vacaciones, descansando, etc.)

3. Procuero no
pensar en el
problema

CAPÍTULO IV RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN.

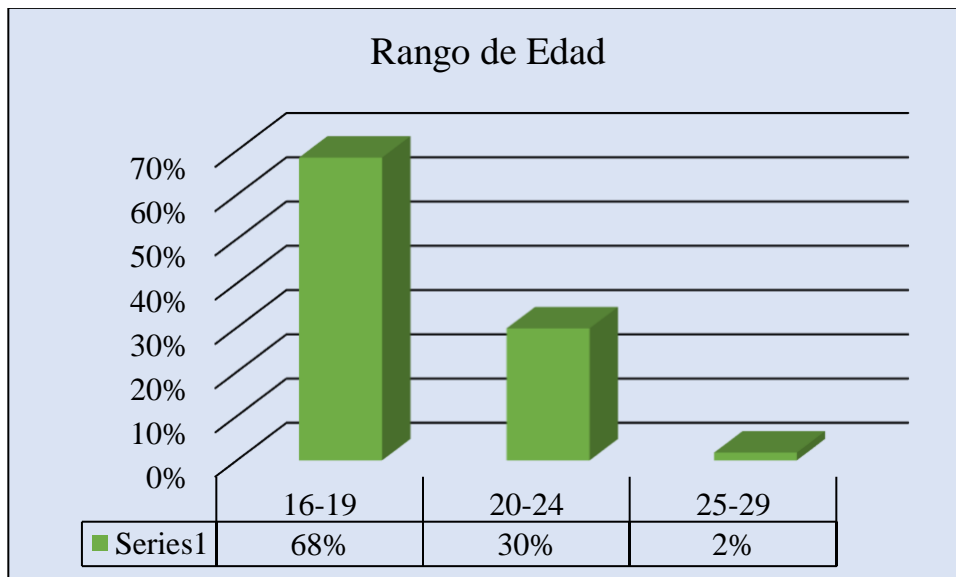
4.1 Análisis de los datos.

En este capítulo se mostrarán los resultados obtenidos en esta investigación luego de la aplicación de instrumentos con el fin de recolectar la información pertinente para el estudio. Estos resultados serán representados en gráficas y tablas con el fin de tener una mayor claridad de estos, así pues, con respecto a las características sociodemográficas se encontró lo siguiente:

4.1.1 Resultados características sociodemográficas.

Figura 1

Rango de Edad.



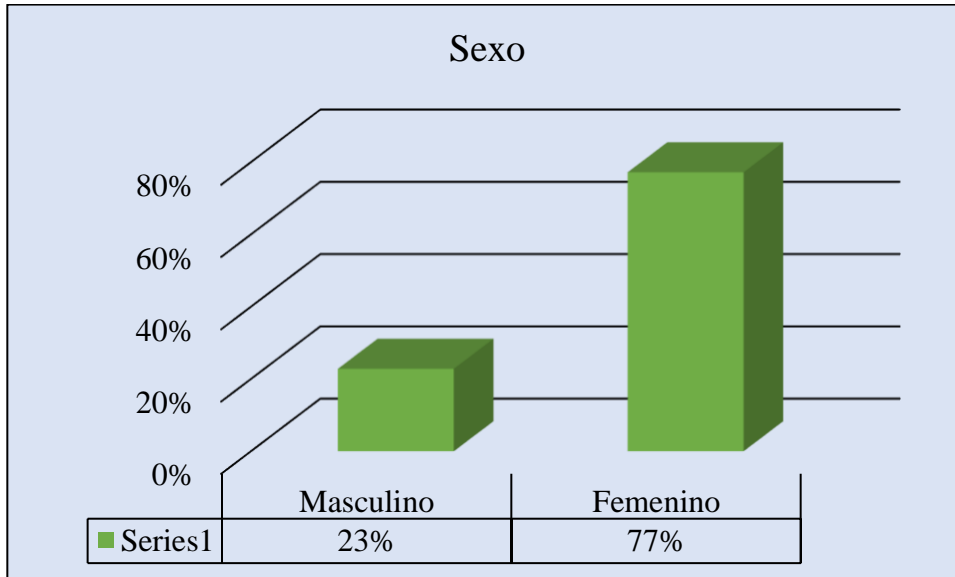
Fuente: Elaboración Propia (2021)

En la figura 1 se pueden ver los rangos de edades de los participantes, aquí se observa que el mayor porcentaje se encuentran en los rangos de edad entre 16 y 19 años con un 68%, seguido por el

30% en el rango entre 20 y 24 y por último un 2% en las edades entre 25 y 29 años, lo que indica que el rango de edad con mayor incidencia es el de 16 a 19 años.

Figura 2

Sexo.

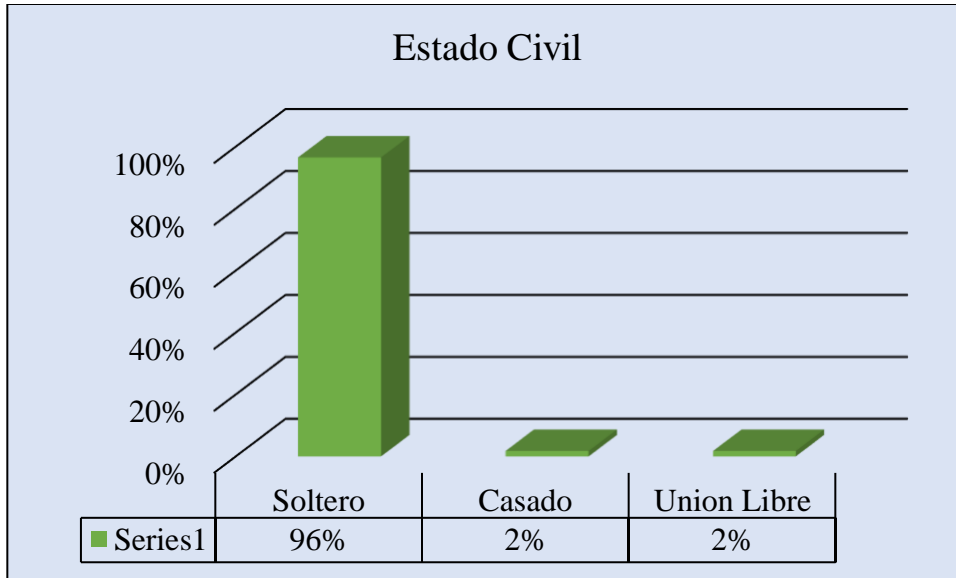


Fuente: Elaboración Propia (2021)

En la figura 2, se observa que en cuanto al sexo de los participantes existe una predominancia del sexo femenino con un 77%, mientras que el sexo masculino tiene un 23%.

Figura 3

Estado Civil.

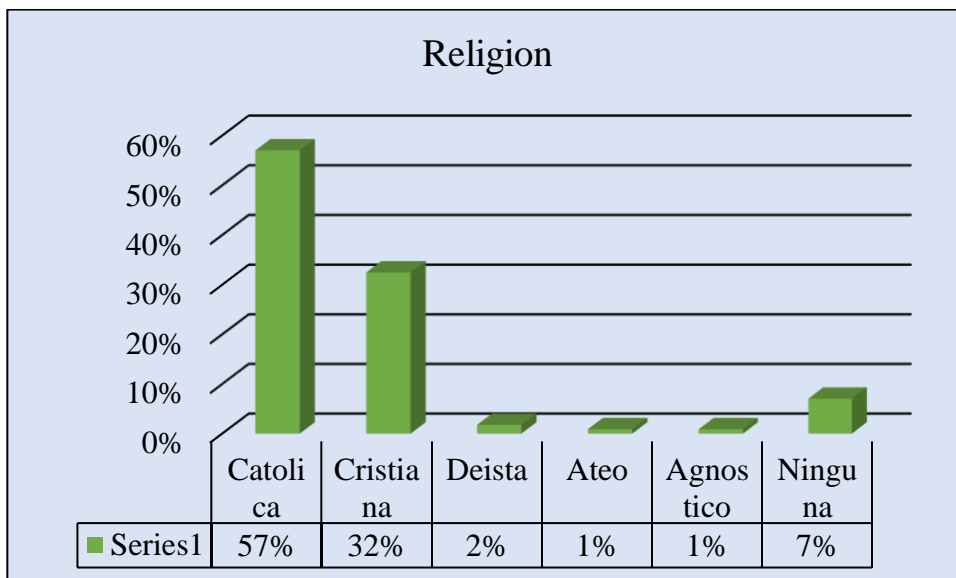


Fuente: Elaboración Propia (2021)

En la figura 3, se describe el estado civil de los participantes, se observa que existe prevalencia de la opción “soltero” con un 96% de los participantes, ante un 4% distribuido en partes iguales en las opciones “casado” y “unión libre”.

Figura 4

Religión.

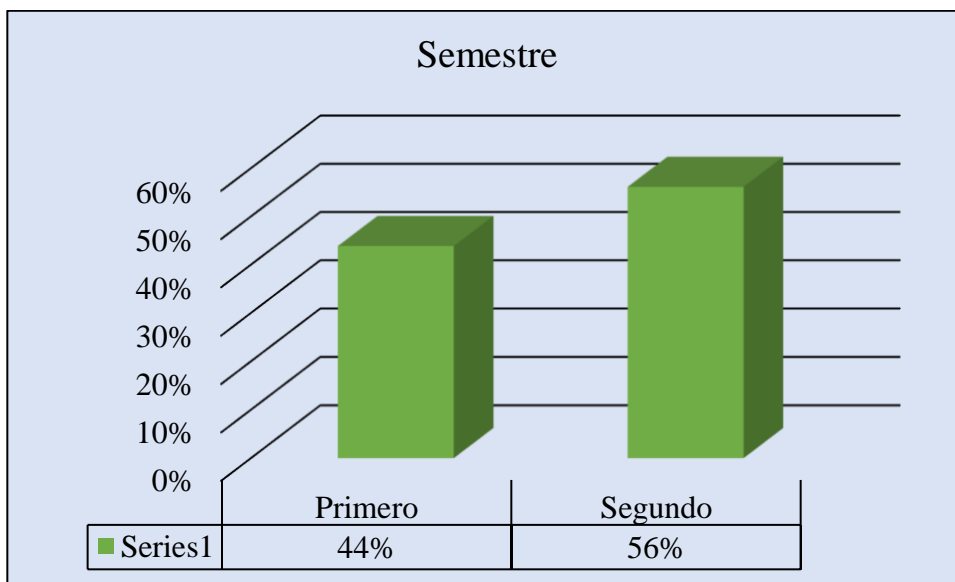


Fuente: Elaboración Propia (2021)

Con respecto a la figura 4 “Religión” de los participantes se observa que la religión católica es la de mayor representación con un 57%, seguida por la cristiana con 32%, por otra parte, se encuentra una minoría representada en un 4% por la deísta con un 2%, ateo con un 1%, al igual que agnóstico, y, por otra parte, se observa que el 7% indicó no pertenecer a ninguna religión.

Figura 5

Semestre.

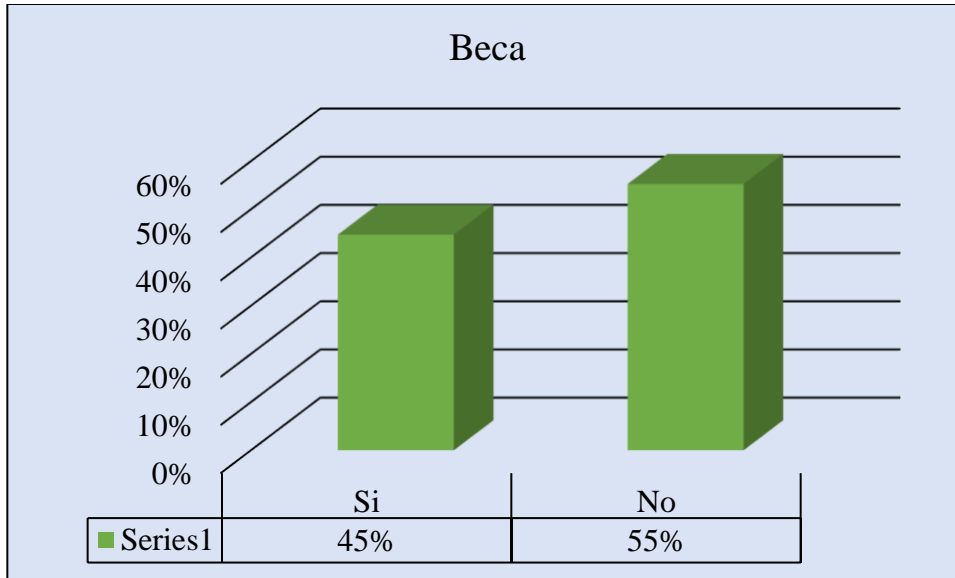


Fuente: Elaboración Propia (2021)

En la figura 5 “semestre” encontramos una mayoría de 56% en el segundo semestre y un 44% en primer semestre.

Figura 6

Beca.



Fuente: Elaboración Propia (2021)

En la figura 6 con respecto a la disponibilidad de beca se encontró que el 55% de los participantes no cuentan con beca, mientras que el 45% de ellos sí.

4.1.2 Resultados Estrategias de Afrontamiento.

Por otra parte, en cuanto a la dimensión Estrategias de Afrontamiento se encontró lo siguiente.

Tabla 4

Solución de problemas, apoyo social, espera

Solución del problema		Apoyo Social		Espera	
Bajo	27%	Bajo	30%	Bajo	30%
Medio	54%	Medio	49%	Medio	49%
Alto	18%	Alto	21%	Alto	21%

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se puede observar que en cuanto a la solución de problemas, el 18% presenta niveles altos, mientras que el 27% muestra un bajo porcentaje en esta, en la estrategia de afrontamiento apoyo social se aprecia que el 21% tiene niveles altos, mientras que el 30% deja observar bajos niveles, en espera se vislumbra un 30% de los participantes con niveles bajos de esta mientras que el 21% de ellos tiene altos niveles.

Tabla 5

Reacción agresiva, Evitación Cognitiva y Reevaluación positiva.

	Reacción Agresiva	Evitación Cognitiva	Reevaluación positiva
Bajo	64%	Bajo 61%	Bajo 15%
Medio	25%	Medio 35%	Medio 65%
Alto	11%	Alto 4%	Alto 20%

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Con respecto a la categoría Reacción agresiva se observa que solo el 11% de los participantes tienen altos niveles en esta mientras que el 64% muestra bajos niveles, en cuanto a la evitación cognitiva se muestra que el 4% tiene altos niveles en esta variable mientras que el 61% presenta niveles bajos, por otra parte, en cuanto a la reevaluación positiva se puede ver que el 20% de los participantes tienen altos niveles en esta categoría mientras que el 15% cuenta con bajos niveles.

Tabla 6

Religión, Evitación Emocional y Apoyo Profesional.

Religión	Evitación emocional	Apoyo Profesional
-----------------	----------------------------	--------------------------

Bajo	52%	Bajo	28%	Bajo	24%
Medio	42%	Medio	39%	Medio	63%
Alto	6%	Alto	32%	Alto	13%

Fuente: Elaboración Propia (2021)

En cuanto a las estrategias de afrontamiento Religión, se observa que solo el 6% de los participantes muestran altos niveles en la implementación de esta mientras que el 52% muestran bajos niveles, en la de evitación emocional se muestra un 32% con altos niveles y un 28% con bajos niveles, y en apoyo profesional un 13% con niveles altos mientras hay un 24% con niveles bajos.

Tabla 7

Expresión de la Dificultad, Negación y Autonomía.

<i>Expresión de la dificultad de Afrontamiento</i>		<i>Negación</i>		<i>Autonomía</i>	
Bajo	11%	Bajo	32%	Bajo	23%
Medio	53%	Medio	52%	Medio	64%
Alto	36%	Alto	16%	Alto	13%

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Con respecto a la dimensión Expresión de la dificultad de afrontamiento, se muestra que el 36% de la población estudiada muestra altos niveles, frente a un 11% con niveles bajos, en cuanto a la negación se observa un 16% con altos niveles y un 32% con bajos niveles, por último, en autonomía se observa que el 13% de los participantes puntúan con altos niveles y el 23% con niveles bajos.

4.1.3. Resultados Estrés Académico.

En relación con la variable Estrés académico se encontró lo siguiente.

Tabla 8

Niveles de estrés, Estresores académicos, síntomas/reacciones del estrés académico y Estrategias de afrontamiento.

<i>Niveles de estrés</i>		<i>Estresores Académicos</i>		<i>Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico</i>		<i>Estrategias de afrontamiento del estrés académico</i>
Bajo	12%	Bajo	12%	Bajo	19%	1%
Medio	69%	Medio	86%	Medio	80%	73%
Alto	18%	Alto	2%	Alto	1%	26%

Fuente: Elaboración Propia (2021)

En cuanto a los niveles de estrés se observa que el 12% de los participantes muestran bajos niveles, frente a un 18% con altos niveles, con relación a los estresores académicos se muestran niveles bajos con un 12% frente a niveles altos de 2%, por otra parte se observa que el 19% muestra bajos niveles de síntomas o reacciones por el estrés académico mientras que el 1% tiene niveles altos, por último se observa que el 1% tiene bajos niveles en la implementación de las estrategias de afrontamiento ante el estrés académico mientras que el 26% las utiliza con niveles de frecuencia altos.

De esta manera basándose en los resultados obtenidos de esta investigación se puede intuir que los estudiantes de psicología participantes en esta investigación se encuentran en el rango de edad de 16 a 19 años de edad con un 68%, en su mayoría de sexo femenino con una incidencia del 77%, con una prevalencia mayoritaria de solteros (as) en un 96%, en su mayoría pertenecientes a la religión católica con un 57%, los participantes en esta investigación pertenecen en su mayoría al segundo semestre de la carrera de psicología en un 56% y el 55% del total de la muestra no cuentan con beca estudiantil.

En cuanto a la presencia de estrés se encontró que el 18% de los estudiantes participantes presentan altos niveles de estrés, mientras el 12% presentan niveles bajos de estrés, con presencia de

síntomas o reacciones al estrés de niveles altos en un 1% de ellos, mientras el 18% afirman tener bajos niveles en cuanto a los síntomas o reacciones al estrés académico.

Con respecto a las estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes participantes de la investigación se encontró que las más utilizadas son: Expresión de la dificultad de afrontamiento (36%), seguida por evitación emocional (32%) y búsqueda de apoyo social y espera con un 21% presente en cada una de ellas. Por otra parte, se halló que las estrategias de afrontamiento ante el estrés académico menos utilizadas fueron: Reacción agresiva (64%), seguida por evitación cognitiva (61%) y Religión (52%).

4.1.4 Correlación de las variables.

Tabla 9

Correlación de las Dimensiones Solución del Problema y Niveles de estrés

		Solución del problema	Niveles de estrés
Rho de Spearman	Solución del problema	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	.
		N	114
	Niveles de estrés	Coefficiente de correlación	,032
		Sig. (bilateral)	,737
		N	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se evidencia que la correlación de las Dimensiones Solución del Problema y Niveles de estrés arrojó un resultado de 0,032 con un nivel de significancia de 0,737 lo que indica una correlación directa positiva muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra también lo hace.

Tabla 10

Correlación de las Dimensiones Solución del Problema y Estresores académicos

			Solución del problema	Estresores Académicos
Rho de Spearman	Solución del problema	Coefficiente de correlación	1,000	,066
		Sig. (bilateral)	.	,486
		N	114	114
Estresores Académicos	Estresores Académicos	Coefficiente de correlación	,066	1,000
		Sig. (bilateral)	,486	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se evidencia que la correlación de las Dimensiones Solución del Problema y Estresores Académicos arrojó un resultado de 0,066 con un nivel de significancia de 0,486 lo que indica una correlación directa positiva muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra también lo hace.

Tabla 11

Correlación de las Dimensiones Solución del Problema y Síntomas/Reacciones del Estrés Académico.

			Solución del problema	Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico
Rho de Spearman	Solución del problema	Coefficiente de correlación	1,000	-,120
		Sig. (bilateral)	.	,205
		N	114	114
Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico	Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico	Coefficiente de correlación	-,120	1,000
		Sig. (bilateral)	,205	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Solución del Problema y Síntomas/Reacciones del Estrés Académico arrojó un resultado de -0,120 con un nivel de significancia de 0,205 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 12

Correlación de las Dimensiones Solución del Problema y Estrategias de Afrontamiento al Estrés.

			Solución del problema	Estrategias de afrontamiento del estrés académico
Rho de Spearman	Solución del problema	Coefficiente de correlación	1,000	-,195*
		Sig. (bilateral)	.	,037
		N	114	114
	Estrategias de afrontamiento del estrés académico	Coefficiente de correlación	-,195*	1,000
		Sig. (bilateral)	,037	.
		N	114	114

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

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Solución del Problema y Estrategias de Afrontamiento del Estrés Académico arrojó un resultado de -0,195 con un nivel de significancia de 0,037 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye

Tabla 13

Correlación de las Dimensiones Apoyo Social y Niveles de Estrés.

			Apoyo Social	Niveles de estrés
Rho de Spearman	Apoyo Social	Coefficiente de correlación	1,000	,165
		Sig. (bilateral)	.	,080
		N	114	114
	Niveles de estrés	Coefficiente de correlación	,165	1,000
		Sig. (bilateral)	,080	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones de Apoyo Social y Niveles de Estrés arrojó un resultado de 0,165 con un nivel de significancia de 0,080 lo que indica una correlación positiva directa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra también lo hace.

Tabla 14

Correlación de las Dimensiones Apoyo Social y Estresores Académicos.

			Apoyo Social	Estresores Académicos
Rho de Spearman	Apoyo Social	Coefficiente de correlación	1,000	-,074
		Sig. (bilateral)	.	,433
		N	114	114
	Estresores Académicos	Coefficiente de correlación	-,074	1,000
		Sig. (bilateral)	,433	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Apoyo social y Estrategias de Estresores Académicos arrojó un resultado de -0,074 con un nivel de significancia de 0,433 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 15

Correlación de las Dimensiones Apoyo Social y Síntomas/Reacciones del Estrés Académico.

			Apoyo Social	Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico
Rho de Spearman	Apoyo Social	Coefficiente de correlación	1,000	,035
		Sig. (bilateral)	.	,711
		N	114	114
	Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico	Coefficiente de correlación	,035	1,000
		Sig. (bilateral)	,711	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones de Apoyo Social y Síntomas/Reacciones del Estrés Académico. arrojó un resultado de 0,035 con un nivel de significancia de 0,711 lo que indica una correlación positiva directa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra también lo hace.

Tabla 16

Correlación de las Dimensiones Apoyo Social y Estrategias de Afrontamiento del Estrés Académico.

			Apoyo Social	Estrategias de afrontamiento del estrés académico
Rho de Spearman	Apoyo Social	Coefficiente de correlación	1,000	-,078
		Sig. (bilateral)	.	,412
		N	114	114
	Estrategias de afrontamiento del estrés académico	Coefficiente de correlación	-,078	1,000
		Sig. (bilateral)	,412	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Apoyo Social y Estrategias de Afrontamiento del Estrés Académico arrojó un resultado de -0,078 con un nivel de significancia de 0,412 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 17

Correlación de las Dimensiones Espera y Niveles de Estrés.

			Espera	Niveles de estrés
Rho de Spearman	Espera	Coefficiente de correlación	1,000	-,163
		Sig. (bilateral)	.	,082
		N	114	114
	Niveles de estrés	Coefficiente de correlación	-,163	1,000
		Sig. (bilateral)	,082	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Espera y Niveles de Estrés arrojó un resultado de -0,163 con un nivel de significancia de 0,082 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 18

Correlación de las Dimensiones Espera y Estresores Académicos.

			Espera	Estresores Académicos
Rho de Spearman	Espera	Coefficiente de correlación	1,000	,139
		Sig. (bilateral)	.	,140
		N	114	114
	Estresores Académicos	Coefficiente de correlación	,139	1,000
		Sig. (bilateral)	,140	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Espera y Estresores Académicos arrojó un resultado de 0,139 con un nivel de significancia de 0,140 lo que indica una correlación positiva directa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra también aumenta.

Tabla 19

Correlación de las Dimensiones Espera y Síntomas/Reacciones del Estrés Académico

			Espera	Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico
Rho de Spearman	Espera	Coefficiente de correlación	1,000	,006
		Sig. (bilateral)	.	,946
		N	114	114
	Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico	Coefficiente de correlación	,006	1,000
		Sig. (bilateral)	,946	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Espera y Síntomas/Reacciones del Estrés Académico arrojó un resultado de 0,006 con un nivel de significancia de 0,946 lo que indica una correlación positiva directa nula, lo que significa que cuando una aumenta la otra también aumenta.

Tabla 20

Correlación de las Dimensiones Espera y Síntomas/Reacciones del Estrés Académico

		Espera	Estrategias de afrontamiento del estrés académico
Rho de Spearman	Espera	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	.
		N	114
Estrategias de afrontamiento del estrés académico	Estrategias de afrontamiento del estrés académico	Coeficiente de correlación	-,019
		Sig. (bilateral)	,843
		N	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Espera y Estrategias de Afrontamiento del Estrés Académico arrojó un resultado de -0,019 con un nivel de significancia de 0,843 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 21

Correlación de las Dimensiones Religión y Niveles de Estrés.

		Religión	Niveles de estrés
Rho de Spearman	Religión	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	.
		N	114
Niveles de estrés	Niveles de estrés	Coeficiente de correlación	,020
		Sig. (bilateral)	,832
		N	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Religión y Niveles de Estrés arrojó un resultado de 0,020 con un nivel de significancia de 0,832 lo que indica una correlación positiva directa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra también aumenta.

Tabla 22

Correlación de las Dimensiones Religión y Estresores Académicos.

			Religión	Estresores Académicos
Rho de Spearman	Religión	Coefficiente de correlación	1,000	-,106
		Sig. (bilateral)	.	,263
		N	114	114
	Estresores Académicos	Coefficiente de correlación	-,106	1,000
		Sig. (bilateral)	,263	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Religión y Estresores Académicos arrojó un resultado de -0,106 con un nivel de significancia de 0,263 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 23

Correlación de las Dimensiones Religión y Síntomas/Reacciones del Estrés Académico.

			Religión	Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico
Rho de Spearman	Religión	Coefficiente de correlación	1,000	-,257**
		Sig. (bilateral)	.	,006
		N	114	114
	Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico	Coefficiente de correlación	-,257**	1,000
		Sig. (bilateral)	,006	.
		N	114	114

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

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Religión y Síntomas/Reacciones del Estrés Académico arrojó un resultado de -0,257 con un nivel de significancia de 0,006 lo que indica una correlación negativa inversa baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 24

Correlación de las Dimensiones Religión y Estrategias de Afrontamiento del Estrés Académico.

		Religión	Estrategias de afrontamiento o del estrés académico
Rho de Spearman	Religión	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	.
		N	114
	Estrategias de afrontamiento del estrés académico	Coeficiente de correlación	-,080
		Sig. (bilateral)	,396
		N	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Religión y Estrategias de Afrontamiento del Estrés Académico arrojó un resultado de -0,080 con un nivel de significancia de 0,396 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 25

Correlación de las Dimensiones Evitación Emocional y Niveles de Estrés.

		Evitación emocional	Niveles de estrés
Rho de Spearman	Evitación emocional	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	.
		N	114
	Niveles de estrés	Coeficiente de correlación	-,066
		Sig. (bilateral)	,486
		N	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Evitación Emocional y Niveles de Estrés arrojó un resultado de -0,066 con un nivel de significancia de 0,486 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 26

Correlación de las Dimensiones Evitación Emocional y Estresores Académicos.

			Evitación emocional	Estresores Académicos
Rho de Spearman	Evitación emocional	Coefficiente de correlación	1,000	-,015
		Sig. (bilateral)	.	,873
		N	114	114
	Estresores Académicos	Coefficiente de correlación	-,015	1,000
		Sig. (bilateral)	,873	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Evitación Emocional y Estresores Académicos arrojó un resultado de -0,015 con un nivel de significancia de 0,873 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 27

Correlación de las Dimensiones Evitación Emocional y Síntomas/Reacciones del Estrés Académico.

			Evitación emocional	Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico
Rho de Spearman	Evitación emocional	Coefficiente de correlación	1,000	,135
		Sig. (bilateral)	.	,152
		N	114	114
	Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico	Coefficiente de correlación	,135	1,000
		Sig. (bilateral)	,152	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Evitación Emocional y Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico arrojó un resultado de 0,135 con un nivel de significancia de 0,152 lo que indica una correlación positiva directa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra también aumenta.

Tabla 28

Correlación de las Dimensiones Evitación Emocional y Estrategias de Afrontamiento del Estrés Académico.

			Evitación emocional	Estrategias de afrontamiento del estrés académico
Rho de Spearman	Evitación emocional	Coefficiente de correlación	1,000	,028
		Sig. (bilateral)	.	,771
		N	114	114
	Estrategias de afrontamiento del estrés académico	Coefficiente de correlación	,028	1,000
		Sig. (bilateral)	,771	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Evitación Emocional y Estrategias de afrontamiento del estrés académico arrojó un resultado de 0,028 con un nivel de significancia de 0,771 lo que indica una correlación positiva directa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra también aumenta.

Tabla 29

Correlación de las Dimensiones Apoyo Profesional y Niveles de Estrés.

			Apoyo Profesional	Niveles de estrés
Rho de Spearman	Apoyo Profesional	Coefficiente de correlación	1,000	,113
		Sig. (bilateral)	.	,232
		N	114	114
	Niveles de estrés	Coefficiente de correlación	,113	1,000
		Sig. (bilateral)	,232	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Apoyo Profesional y Niveles de Estrés arrojó un resultado de 0,113 con un nivel de significancia de 0,232 lo que indica una correlación positiva directa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra también aumenta.

Tabla 30

Correlación de las Dimensiones Apoyo Profesional y Estresores Académicos.

			Apoyo Profesional	Estresores Académicos
Rho de Spearman	Apoyo Profesional	Coeficiente de correlación	1,000	-,072
		Sig. (bilateral)	.	,444
		N	114	114
	Estresores Académicos	Coeficiente de correlación	-,072	1,000
		Sig. (bilateral)	,444	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Apoyo Profesional y Estresores Académicos arrojó un resultado de -0,072 con un nivel de significancia de 0,444 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 31

Correlación de las Dimensiones Apoyo Profesional y Síntomas/Reacciones del Estrés Académico.

			Apoyo Profesional	Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico
Rho de Spearman	Apoyo Profesional	Coeficiente de correlación	1,000	-,130
		Sig. (bilateral)	.	,168
		N	114	114
	Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico	Coeficiente de correlación	-,130	1,000
		Sig. (bilateral)	,168	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Apoyo Profesional y Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico arrojó un resultado de $-0,130$ con un nivel de significancia de $0,168$ lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 32

Correlación de las Dimensiones Apoyo Profesional y estrategias de Afrontamiento del Estrés Académico.

			Apoyo Profesional	Estrategias de afrontamiento del estrés académico
Rho de Spearman	Apoyo Profesional	Coefficiente de correlación	1,000	-,005
		Sig. (bilateral)	.	,954
		N	114	114
	Estrategias de afrontamiento del estrés académico	Coefficiente de correlación	-,005	1,000
		Sig. (bilateral)	,954	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Apoyo Profesional y Estrategias de afrontamiento del estrés académico arrojó un resultado de $-0,005$ con un nivel de significancia de $0,954$ lo que indica una correlación negativa inversa nula, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 33

Correlación de las Dimensiones Reacción Agresiva y Niveles de Estrés.

			Reacción Agresiva	Niveles de estrés
Rho de Spearman	Reacción Agresiva	Coefficiente de correlación	1,000	-,045
		Sig. (bilateral)	.	,631
		N	114	114
	Niveles de estrés	Coefficiente de correlación	-,045	1,000

	Sig. (bilateral)	,631	.
	N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Reacción Agresiva y Niveles de Estrés arrojó un resultado de -0,045 con un nivel de significancia de 0,631 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 34

Correlación de las Dimensiones Reacción Agresiva y Estresores Académicos.

			Reacción Agresiva	Estresores Académicos
Rho de Spearman	Reacción Agresiva	Coefficiente de correlación	1,000	,138
		Sig. (bilateral)	.	,142
		N	114	114
	Estresores Académicos	Coefficiente de correlación	,138	1,000
		Sig. (bilateral)	,142	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Reacción Agresiva y Estresores Académicos arrojó un resultado de 0,138 con un nivel de significancia de 0,142 lo que indica una correlación positiva directa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra también aumenta.

Tabla 35

Correlación de las Dimensiones Reacción Agresiva y Síntomas/Reacciones del Estrés Académico.

			Reacción Agresiva	Síntomas/Reacciones del Estrés Académico
Rho de Spearman	Reacción Agresiva	Coefficiente de correlación	1,000	-,028
		Sig. (bilateral)	.	,769
		N	114	114

Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico	Coefficiente de correlación	-,028	1,000
	Sig. (bilateral)	,769	.
	N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Reacción Agresiva y Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico arrojó un resultado de -0,028 con un nivel de significancia de 0,769 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 36

Correlación de las Dimensiones Reacción Agresiva y Estrategias de Afrontamiento del Estrés Académico.

			Reacción Agresiva	Estrategias de afrontamiento del estrés académico
Rho de Spearman	Reacción Agresiva	Coefficiente de correlación	1,000	,104
		Sig. (bilateral)	.	,273
		N	114	114
	Estrategias de afrontamiento del estrés académico	Coefficiente de correlación	,104	1,000
		Sig. (bilateral)	,273	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Reacción Agresiva y Estrategias de afrontamiento del estrés académico arrojó un resultado de 0,138 con un nivel de significancia de 0,142 lo que indica una correlación positiva directa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra también aumenta.

Tabla 37

Correlación de las Dimensiones Evitación Cognitiva y Niveles de Estrés.

			Evitación Cognitiva	Niveles de estrés
Rho de Spearman	Evitación Cognitiva	Coefficiente de correlación	1,000	-,167

	Sig. (bilateral)	.	,076
	N	114	114
Niveles de estrés	Coefficiente de correlación	-,167	1,000
	Sig. (bilateral)	,076	.
	N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Evitación Cognitiva y Niveles de Estrés académico arrojó un resultado de -0,167 con un nivel de significancia de 0,076 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 38

Correlación de las Dimensiones Evitación Cognitiva y Estresores Académicos.

		Evitación Cognitiva	Estresores Académicos
Rho de Spearman	Evitación Cognitiva	1,000	,034
	Coefficiente de correlación		
	Sig. (bilateral)	.	,717
	N	114	114
	Estresores Académicos	,034	1,000
	Coefficiente de correlación		
	Sig. (bilateral)	,717	.
	N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Evitación Cognitiva y Estresores Académicos arrojó un resultado de 0,034 con un nivel de significancia de 0,717 lo que indica una correlación positiva directa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra también aumenta.

Tabla 39

Correlación de las Dimensiones Evitación Cognitiva y Síntomas/Reacciones del Estrés Académico.

		Evitación Cognitiva	Síntomas/Reacciones del Estrés Académico
Rho de Spearman	Evitación Cognitiva	1,000	-,033
	Coefficiente de correlación		
	Sig. (bilateral)	.	,727

	N	114	114
Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico	Coefficiente de correlación	-,033	1,000
	Sig. (bilateral)	,727	.
	N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Evitación Cognitiva y Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico arrojó un resultado de -0,033 con un nivel de significancia de 0,727 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 40

Correlación de las Dimensiones Evitación Cognitiva y Estrategias de afrontamiento del estrés académico

			Evitación Cognitiva	Estrategias de afrontamiento del estrés académico
Rho de Spearman	Evitación Cognitiva	Coefficiente de correlación	1,000	-,177
		Sig. (bilateral)	.	,060
		N	114	114
	Estrategias de afrontamiento del estrés académico	Coefficiente de correlación	-,177	1,000
		Sig. (bilateral)	,060	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Evitación Cognitiva y Estrategias de afrontamiento del estrés académico arrojó un resultado de -0,177 con un nivel de significancia de 0,060 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 41

Correlación de las Dimensiones Reevaluación positiva y Niveles de Estrés.

			Reevaluación positiva	Niveles de estrés
Rho de Spearman	Reevaluación positiva	Coefficiente de correlación	1,000	,100

	Sig. (bilateral)	.	,289
	N	114	114
Niveles de estrés	Coefficiente de correlación	,100	1,000
	Sig. (bilateral)	,289	.
	N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Reevaluación positiva y Niveles de Estrés arrojó un resultado de 0,100 con un nivel de significancia de 0,060 lo que indica una correlación positiva directa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra también aumenta.

Tabla 42

Correlación de las Dimensiones Reevaluación positiva y Estresores Académicos

		Reevaluación positiva	Estresores Académicos
Rho de Spearman	Reevaluación positiva	1,000	-,039
	Coefficiente de correlación		
	Sig. (bilateral)	.	,680
	N	114	114
	Estresores Académicos	-,039	1,000
	Coefficiente de correlación		
	Sig. (bilateral)	,680	.
	N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Reevaluación positiva y Estresores Académicos arrojó un resultado de -0,039 con un nivel de significancia de 0,680 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 43

Correlación de las Dimensiones Reevaluación positiva y Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico

		Reevaluación positiva	Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico
Rho de Spearman	Reevaluación positiva	1,000	-,200*
	Coefficiente de correlación		

	Sig. (bilateral)	.	,033
	N	114	114
Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico	Coefficiente de correlación	-,200*	1,000
	Sig. (bilateral)	,033	.
	N	114	114

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

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Reevaluación positiva y Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico arrojó un resultado de -0,200 con un nivel de significancia de 0,033 lo que indica una correlación negativa inversa baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 44

Correlación de las Dimensiones Reevaluación positiva y Estrategias de afrontamiento del estrés académico

		Reevaluación positiva	Estrategias de afrontamiento del estrés académico
Rho de Spearman	Reevaluación positiva	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	-,073
		N	,441
			114
	Estrategias de afrontamiento del estrés académico	Coefficiente de correlación	-,073
		Sig. (bilateral)	,441
		N	114
			114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Reevaluación positiva y Estrategias de afrontamiento del estrés académico arrojó un resultado de -0,073 con un nivel de significancia de 0,441 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 45

Correlación de las Dimensiones Expresión de la dificultad de Afrontamiento y Niveles de Estrés.

			Expresión de la dificultad de Afrontamiento	Niveles de estrés
Rho de Spearman	Expresión de la dificultad de Afrontamiento	Coefficiente de correlación	1,000	-,137
		Sig. (bilateral)	.	,145
		N	114	114
	Niveles de estrés	Coefficiente de correlación	-,137	1,000
		Sig. (bilateral)	,145	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Expresión de la dificultad de Afrontamiento y Niveles de Estrés arrojó un resultado de -0,137 con un nivel de significancia de 0,145 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 46

Correlación de las Dimensiones Expresión de la dificultad de Afrontamiento y Estresores Académicos

			Expresión de la dificultad de Afrontamiento	Estresores Académicos
Rho de Spearman	Expresión de la dificultad de Afrontamiento	Coefficiente de correlación	1,000	,068
		Sig. (bilateral)	.	,475
		N	114	114
	Estresores Académicos	Coefficiente de correlación	,068	1,000
		Sig. (bilateral)	,475	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Expresión de la dificultad de Afrontamiento y Estresores Académicos arrojó un resultado de 0,068 con un nivel de significancia de 0,475 lo que indica

una correlación positiva directa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra también aumenta.

Tabla 47

Correlación de las Dimensiones Expresión de la dificultad de Afrontamiento y Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico

			Expresión de la dificultad de Afrontamiento	Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico
Rho de Spearman	Expresión de la dificultad de Afrontamiento	Coeficiente de correlación	1,000	,153
		Sig. (bilateral)	.	,104
		N	114	114
	Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico	Coeficiente de correlación	,153	1,000
		Sig. (bilateral)	,104	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Expresión de la dificultad de Afrontamiento y Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico arrojó un resultado de 0,153 con un nivel de significancia de 0,104 lo que indica una correlación positiva directa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra también aumenta.

Tabla 48

Correlación de las Dimensiones Expresión de la dificultad de Afrontamiento y Estrategias de afrontamiento del estrés académico.

			Expresión de la dificultad de Afrontamiento	Estrategias de afrontamiento del estrés académico
Rho de Spearman	Expresión de la dificultad de Afrontamiento	Coeficiente de correlación	1,000	-,002
		Sig. (bilateral)	.	,984
		N	114	114

Estrategias de afrontamiento del estrés académico	Coefficiente de correlación	-,002	1,000
	Sig. (bilateral)	,984	.
	N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Expresión de la dificultad de Afrontamiento y Estrategias de afrontamiento del estrés académico arrojó un resultado de -0,002 con un nivel de significancia de 0,984 lo que indica una correlación negativa inversa nula, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 49

Correlación de las Dimensiones Negación y Niveles de Estrés.

		Negación	Niveles de estrés
Rho de Spearman	Negación	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	.
		N	114
Niveles de estrés	Negación	Coefficiente de correlación	-,175
		Sig. (bilateral)	,063
		N	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Negación y Niveles de Estrés arrojó un resultado de -0,175 con un nivel de significancia de 0,063 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 50

Correlación de las Dimensiones Negación y Estresores Académicos

		Negación	Estresores Académicos
Rho de Spearman	Negación	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	.
		N	114
Estresores Académicos	Negación	Coefficiente de correlación	-,006
		Sig. (bilateral)	,950
		N	114

	Estresores Académicos	Coefficiente de correlación	-,006	1,000
		Sig. (bilateral)	,950	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Negación y Estresores Académicos arrojó un resultado de -0,006 con un nivel de significancia de 0,950 lo que indica una correlación negativa inversa nula, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 51

Correlación de las Dimensiones Negación y Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico

			Negación	Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico
Rho de Spearman	Negación	Coefficiente de correlación	1,000	,072
		Sig. (bilateral)	.	,450
		N	114	114
	Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico	Coefficiente de correlación	,072	1,000
		Sig. (bilateral)	,450	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Negación y Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico arrojó un resultado de 0,072 con un nivel de significancia de 0,450 lo que indica una correlación positiva directa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra también aumenta.

Tabla 52

Correlación de las Dimensiones Negación y Estrategias de afrontamiento del estrés académico

			Negación	Estrategias de afrontamiento del estrés académico
Rho de Spearman	Negación	Coefficiente de correlación	1,000	-,068
		Sig. (bilateral)	.	,472

	N	114	114
Estrategias de afrontamiento del estrés académico	Coefficiente de correlación	-,068	1,000
	Sig. (bilateral)	,472	.
	N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Negación y Estrategias de afrontamiento del estrés académico arrojó un resultado de -0,068 con un nivel de significancia de 0,472 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 53

Correlación de las Dimensiones Autonomía y Niveles de Estrés.

		Autonomía	Niveles de estrés
Rho de Spearman	Autonomía	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	-,253**
		N	.
			,007
			114
			114
	Niveles de estrés	Coefficiente de correlación	-,253**
		Sig. (bilateral)	1,000
		N	,007
			.
			114
			114

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

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Autonomía y Niveles de Estrés arrojó un resultado de -0,253 con un nivel de significancia de 0,007 lo que indica una correlación negativa inversa baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 54

Correlación de las Dimensiones Autonomía y Estresores Académicos.

		Autonomía	Estresores Académicos
Rho de Spearman	Autonomía	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	-,030
		N	.
			,754

	N	114	114
Estresores Académicos	Coefficiente de correlación	-,030	1,000
	Sig. (bilateral)	,754	.
	N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Autonomía y Estresores Académicos arrojó un resultado de -0,030 con un nivel de significancia de 0,754 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 55

Correlación de las Dimensiones Autonomía y Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico.

		Autonomía	Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico
Rho de Spearman	Autonomía	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	-,021
		N	.
		N	,828
	Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico	Coefficiente de correlación	114
		Sig. (bilateral)	114
		N	-,021
		N	,828
		N	.
		N	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Autonomía y Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico arrojó un resultado de -0,021 con un nivel de significancia de 0,828 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Tabla 56

Correlación de las Dimensiones Autonomía y Estrategias de afrontamiento del estrés académico

		Autonomía	Estrategias de afrontamiento del estrés académico

Rho de Spearman	Autonomía	Coeficiente de correlación	1,000	-,176
		Sig. (bilateral)	.	,061
		N	114	114
	Estrategias de afrontamiento del estrés académico	Coeficiente de correlación	-,176	1,000
		Sig. (bilateral)	,061	.
		N	114	114

Fuente: Elaboración Propia (2021)

Se observa que la correlación de las Dimensiones Autonomía y Estrategias de afrontamiento del estrés académico arrojó un resultado de -0,176 con un nivel de significancia de 0,061 lo que indica una correlación negativa inversa muy baja, lo que significa que cuando una aumenta la otra disminuye.

Una vez realizadas las correlaciones de las variables Estrategias de Afrontamiento y Estrés Académico en todas sus dimensiones planteadas se pudo observar que en su mayoría muestran correlaciones negativas inversas bajas o muy baja, sin embargo, se pueden resaltar algunas en las que existe una correlación significativa como es el caso de la Tabla 12. De las dimensiones Solución del Problema y Estrategias de Afrontamiento al Estrés en la cual se observa un coeficiente de correlación de -,195 lo cual demuestra una correlación negativa inversa baja. Así mismo en la Tabla 23, de las dimensiones Religión y Síntomas/Reacciones del Estrés Académico las cuales presentan un coeficiente de correlación de -,257 siendo el coeficiente de correlación más significativo entre las dimensiones de las variables, pero manteniéndose aun en un rango de correlación negativa inversa baja. Del mismo modo se encontró que en la tabla 43 de las dimensiones Reevaluación positiva y Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico se vio una correlación negativa inversa baja, con un coeficiente de correlación de -,200. Por último, en la Tabla 53 de las dimensiones Autonomía y Niveles de Estrés se observó un coeficiente de correlación de -,253 siendo uno de los más significativos, pero al igual que los anteriores sigue manteniendo una correlación negativa inversa baja.

Así pues, al encontrar correlaciones negativas inversas en estas dimensiones que mostraron resultados significativos, se puede intuir que al momento de implementar estrategias de afrontamiento al Estrés como son: Solución del problema, Religión, Reevaluación positiva y Autonomía los niveles de estrés y los síntomas o reacciones que estos generan tienden a disminuir. Lo cual concuerda con lo planteado por Lazarus y Folkman (1984) citados por Gonzales (2002), y a su vez coincide con lo que afirman Fernández y Palmero, (1999), citados en Londoño et al., (2006) quienes afirman que las estrategias de afrontamiento al estrés son un conjunto de esfuerzos cognitivo-conductuales con los cuales cuenta el sujeto y que son utilizados con el fin de hacer frente a los distintos estímulos internos y externos del individuo, así como del entorno y su interacción con este, que son percibidos como estresantes y de esta manera minimizar el malestar que estos generan.

4.2 Discusión de los Resultados.

Este estudio tuvo como principal objetivo analizar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés académico en los estudiantes de primer y segundo semestre de psicología de la Universidad Popular del Cesar, 2020. Los principales hallazgos obtenidos de esta investigación fueron los siguientes: Los estudiantes de psicología participantes en esta investigación se encuentran en el rango de edad de 16 a 19 años de edad con un 68%, de los cuales el 77% son mujeres, en su mayoría son solteros con un 98% de prevalencia, pertenecientes a la religión católica 57%, y el 55% del total de la muestra estudiada cuentan con algún tipo de Beca estudiantil.

En las Dimensiones de estrategias de afrontamiento se encontró que las que más emplean los participantes de esta investigación son: Expresión de la dificultad de afrontamiento (36%), seguida por evitación emocional (32%) y búsqueda de apoyo social y espera con un 21% presente en cada una de ellas. Contrario a esto, se pudo observar que las estrategias de afrontamiento ante el estrés académico menos utilizadas fueron: Reacción agresiva (64%), seguida por evitación cognitiva (61%) y Religión (52%).

Así pues, en las dimensiones de estrés académico se halló que existe una presencia de estrés entre los participantes de 18% con altos niveles de estrés, mientras el 12% presentan niveles bajos de estrés, con presencia de síntomas o reacciones al estrés de niveles altos en un 1% de ellos, mientras el 18% afirman tener bajos niveles en cuanto a los síntomas o reacciones al estrés académico.

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos al realizar esta investigación se encontraron similitudes en cuanto a la población estudiada así como en las características sociodemográficas con las investigaciones de Piergiovanni y De paula (2018), los cuales recurrieron a población de estudiantes de una licenciatura en psicología de los cuales el 80,2% de estos eran mujeres, por otra parte en esta investigación hallaron que la estrategia de afrontamiento que más empleaban los estudiantes fueron: Reevaluación positiva, lo cual coincide con los resultados obtenidos en la investigación de Rodríguez, et al, (2020) donde encontraron que las estrategias de afrontamiento más empleadas por los participantes de su población fueron: la reevaluación positiva, búsqueda de apoyo y planificación, a diferencia de los hallazgos de nuestra investigación donde la más utilizada por los estudiantes fue la expresión de la dificultad de afrontamiento, sin embargo guarda relación con Piergiovanni y De paula (2018) ya que estos encontraron que la Religión es una de las estrategias de afrontamiento menos utilizadas por los estudiantes lo que concuerda con lo observado también en nuestra investigación donde la religión es una de las estrategias de afrontamiento menos utilizadas con un 52%.

Del mismo modo Hurtado y Wynnona (2018), en su investigación trabajaron con una población similar a la estudiada en esta investigación, tomaron como población a estudiantes universitarios con edades entre los 17 y 46 años de edad de los cuales el 74,8% eran mujeres, lo que a su vez coincide con los hallazgos de Castillo, et al. (2018), quienes también trabajaron con estudiantes universitarios donde la prevalencia de participantes de sexo femenino destacó notoriamente con un 89,6%, aunque esta se diferencia a los resultados de nuestro estudio en la dimensión de estrés académico ya que encontraron que el 11,4% de sus participantes manifestaron tener altos niveles de estrés frente al 1% manifestado en la nuestra, así pues, también encontraron que la estrategia de afrontamiento más empleada por sus

participantes fue la Religión, contrario a lo obtenido en los resultados de nuestra investigación en donde la Religión fue la estrategia de afrontamiento menos utilizada por los estudiantes.

En otra investigación realizada por Gil y Fernández (2021) encontraron que aunque los participantes de su investigación al igual que en esta manifestaron tener presencia de estrés en la gran mayoría de los estudiantes, no coinciden las estrategias de afrontamiento más utilizadas por estos, en los resultados obtenidos por Gil y Fernández (2021) se observa que las más implementadas por los sujetos estudiados fueron ventilación o confidencias, seguido por habilidades asertivas, y en menor medida la búsqueda de información sobre la situación preocupante.

Así mismo en la investigación de Álvarez, et al. (2018) al igual que en la de Restrepo, et al. (2020), quienes a fin de recolectar información relevante para sus estudios aplicaron el Inventario SISCO del estrés académico sobresalieron la ejecución de un plan de estudio y la asertividad como las estrategias de afrontamiento más utilizadas; mientras que en esta investigación se encontró que las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los participantes son: expresión de las dificultades de afrontamiento, seguido de evitación emocional y en igual medida se encontraron la búsqueda de apoyo social y la espera.

Por otra parte, en cuanto a la dimensión de estrategias de afrontamiento se encontró similitud con Paredes, et al. (2020), quienes encontraron que una de las estrategias de afrontamiento más utilizadas por sus participantes al igual que en este estudio aunque en distintos porcentajes fue la búsqueda de apoyo social (70%), lo que a su vez coincide con los hallazgos obtenidos por Rodríguez, et al. (2020) sin embargo a su vez difieren en la estrategia de afrontamiento “Religión” debido a que Paredes; et al, (2020) la encontraron como una de las más implementadas con un 51,4%, mientras que en los resultados obtenidos de esta investigación se encontró que es una de las utilizadas en menor medida por los participantes.

En este orden de ideas, en la dimensión de estrés académico se observan similitudes con los hallazgos de Castillo, et al. (2021), quienes a fin de recolectar información relevante para su investigación aplicaron el inventario SISCO del estrés académico y encontraron que el 98,4% de los participantes manifestaron haber sentido estrés o preocupación, con un 36% de participantes que puntuaron en nivel alto o severo de síntomas de estrés frente al 18% obtenido en este puntaje en nuestra investigación, sin embargo se observa una gran diferencia en cuanto a los porcentajes obtenidos en las dimensiones de estresores y síntomas del estrés académico; Castillo, et al. (2021) observaron que el 28% de sus participantes manifestaron percibir las diversas situaciones del ambiente académico como estresores en nivel alto, frente a un 2% manifestados por los estudiantes que participaron en nuestra investigación, del mismo modo en la dimensión síntomas/reacciones del estrés académico encontraron un 10% con altos niveles, a diferencia de nuestros resultados donde solo el 1% puntuaron en este nivel.

Del mismo modo, en el estudio de Coavoy (2019), se observan porcentajes distintos en cuanto a los niveles de estrés presentados por los participantes de dicha investigación encontrando que el 22% puntuaron en niveles altos/severos de estrés, sin embargo, se obtuvieron resultados similares a los de nuestra investigación en la dimensión de estrategias de afrontamiento, con un 29,3% en niveles altos de utilización de estas, similar al 26% en alto nivel de utilización hallado en la nuestra.

Por otra parte, se encontró mucha similitud en cuanto a los niveles altos de estrés presentados por los participantes de esta investigación con los observados en la investigación de Trujillo y González (2019) quienes hallaron que dentro de sus participantes el 17% de ellos puntuaron en niveles altos de estrés; a diferencia de los resultados que obtuvieron Llorente, et al. (2020) en esta dimensión donde sus participantes solo puntuaron en nivel alto o severo de estrés el 2,11% de ellos.

Por último, en la investigación de Vigo y Chávez (2020) los resultados obtenidos en cuanto a los Síntomas del estrés tienen gran semejanza con los obtenidos en esta investigación donde se encontró que

al igual que en la investigación de Vigo y Chávez (2020) el 1% de los participantes presentan altos niveles de síntomas o reacciones al estrés académico.

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

El proceso de investigación llevado a cabo para la realización de este estudio permitió concluir luego de la aplicación de los instrumentos de recogida de información que el 77% de los estudiantes matriculados en el primer y segundo semestre del programa de psicología de la universidad Popular del Cesar en el periodo 2020-2 son mujeres, con edades predominantes entre los 16 y 19 años de edad, mayoritariamente solteros y de religión católica, cabe resaltar además que el porcentaje de estudiantes que cuentan con algún tipo de beca es de 45%.

Luego de la aplicación del inventario SISCO de estrés académico el 18% de los participantes de esta investigación manifestaron presentar altos niveles de estrés, aunque solo el 1% de ellos manifestó tener síntomas y reacciones en un nivel alto, así pues, el 26% de los participantes mostraron altos niveles en la utilización de estrategias de afrontamiento ante el estrés, mientras el 1% presento niveles bajos en la utilización de estas.

Por otra parte, los datos obtenidos de la aplicación de la Escala de estrategias de Coping Modificada (EEC-M) permitieron observar que las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los participantes de esta investigación fueron: Expresión de la dificultad de afrontamiento, seguida por evitación emocional, búsqueda de apoyo social y espera. Contrario a esto, se halló que las estrategias de afrontamiento ante el estrés académico menos utilizadas fueron: Reacción agresiva, seguida por evitación cognitiva y Religión.

Una vez realizadas las correlaciones de las distintas dimensiones de las dos variables estudiadas se encontró que en su mayoría se presentan correlaciones negativas inversas muy bajas (Cuando una aumenta la otra disminuye), sin embargo, se resaltan algunas como la correlación de las dimensiones

Solución del Problema y Estrategias de Afrontamiento al Estrés, religión y Síntomas/Reacciones del Estrés Académico y Reevaluación positiva y Síntomas/ Reacciones del Estrés Académico, las cuales presentan correlaciones significativas negativas inversas bajas, lo que significa que a pesar de ser un rango bajo existe una relación significativa entre estas dimensiones.

Así pues, se puede concluir que, aunque no es en todos los casos, ni en todas las dimensiones de las variables existe una relación significativa entre estas, lo cual indica que si los estudiantes implementan estrategias de afrontamiento ante el estrés académico este tiende a disminuir al igual que sus síntomas y reacciones.

A partir de los resultados y conocimientos obtenidos a lo largo del desarrollo y realización de esta investigación respecto a la relación existente entre las estrategias de afrontamiento y el estrés académico en estudiantes de psicología, es importante realizar una serie de recomendaciones para tener en cuenta dentro de la institución de educación superior donde se realizó el estudio, así como para futuros investigadores interesados en estudiar las variables aquí abarcadas.

- Incentivar la investigación con respecto al estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los distintos programas académicos existentes y futuros que ofrezca la Universidad Popular del Cesar e impulsarlo en todas las sedes de la misma, además, pretendiendo tomar en casos futuros una población más amplia.
- Realizar campañas de prevención frente al estrés académico donde se les enseñe a los estudiantes las diversas estrategias de afrontamiento que pueden utilizar para disminuir los síntomas del estrés, así como minimizar los síntomas provocados por este.
- Teniendo en cuenta que este estudio se desarrolló durante la pandemia por Covid-19, lo cual obligó a los estudiantes a tomar sus clases en modalidad virtual, es recomendable realizar una investigación posterior a la pandemia, cuando se hayan

retomado las clases presenciales, para así evaluar si existen diferencias en la prevalencia de estrés académico, y así mismo, de las estrategias de afrontamiento utilizadas en este caso.

- La temática abordada también puede llevar al desarrollo de futuras investigaciones, esta vez dirigidas, por ejemplo, a los docentes universitarios, quienes ante sus distintas responsabilidades también pueden presentar períodos arduos de estrés laboral, por lo que resultaría muy interesante y de gran valor para las instituciones educativas, conocer también, en este caso, cuáles serían las estrategias de afrontamiento que prevalecen ante la situación descrita.

6. REFERENCIAS.

Alva Alexis y Talledo Karim. (2020). *Nivel de estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de psicología y nutrición de un centro de formación superior privada de lima norte.*

Álvarez Luis; Gallegos Roberto; Herrera Pablo. (2018). Estrés académico en estudiantes de Tecnología Superior. *Universitas, Revista de Ciencias Sociales y Humanas de La Universidad Politécnica Salesiana Del Ecuador*, 28, 193–209. <https://doi.org/10.17163/uni.n28.2018.10>

Cabanach Ramón, Souto Antonio, González Luz, & Corrás Tania. (2018). Afrontamiento y regulación emocional en estudiantes de fisioterapia. *Universitas Psychologica*, 17(2), 1–13. https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/20689/Cbnach_Afrmtto.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Castillo Irma; Barrios Arleth y Alvis Luis. (2018). *Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia**. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?>

Castillo Rubén; Gómez Kaína y Ortiz Sheyla. (2021). *Nivel de estrés académico en estudiantes de Educación.* https://repositorio.umch.edu.pe/bitstream/handle/UMCH/3222/182.Castillo%20G%20y%20Ortiz%20Trabajo%20de%20Investigaci%20n_Bachiller_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Coavoy Lady. (2019). Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de enfermería *Universidad peruana unión facultad de ciencias de la salud Escuela Profesional de Enfermería.*

Crisólogo Génesis; Idrogo Kelly y Mg. Calderón Gianina. (2019). *Estrategias de afrontamiento al estrés utilizadas en estudiantes de un instituto de educación superior de la ciudad de Cajamarca.*

Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE) (2021). <https://www.dane.gov.co/>

Domínguez Rodrigo, Guerrero Gladys, & Domínguez José. (2015). Influencia del estrés en el rendimiento académico de un grupo de estudiantes universitarios. *Educación y Ciencia*, 4(43). http://educacionyciencia.org/index.php/educacionyciencia/article/view/313/pdf_12

Escajadillo, A. V. P. (2019). Estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto año de secundaria de la Institución educativa 2095 Herman Busse de la Guerra los Olivos, 2018 (Universidad Cesar Vallejo, Escuela de Posgrado). Retrieved from http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/31690/Escajadillo_PAV.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Francisco morales. (2018). Estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes universitarios. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1–6.

Gil Julio Alberto y Fernández Caridad Odalis. (2021). El estrés académico, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en residentes de Estomatología General Integral. *EDUMECENTRO*, 1–16.

Gonzales Elizabeth. (2016). *Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 1.º y 5.º grado de secundaria de una institución educativa estatal de Lima Este, 2015.*

González Remedios, Montoya Inmaculada, Casullo María, & Bernabéu Jordi. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema*, 14, 363–368. <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/8028/7892>

Hernandez Roberto, Fernandez Carlos, & Maria del Pilar Baptista. (2014). *Metodología de la investigación* (6th ed.). Mc Graw Hill Education. <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>

Hurtado Rosa y Wynnona Merlyna. (2018). *Relación entre creencias académicas y afrontamiento al estrés en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana*. http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/8475/2/2018_Hurtado-Diaz.pdf

LEY 1090 de 2006, (2006) (testimony of Republica de Colombia). <https://www.colpsic.org.co/wp-content/uploads/2021/03/Ley-1090-de-2006-anotaciones-jurisprudencia.pdf>

Londoño, N., Henao, G., Puerta, I., Posada, S., Arango, D., & Aguirre, D. (2006). Propiedades psicométricas y validación de la escala de estrategias de coping modificada (EEC-M) en una muestra colombiana. *Universitas Psychologica*, 5(2), 327–349. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64750210>

Llorente Yolima; Herrera Jorge; Hernández Diana; Padilla Maite; & Padilla Candelaria. (2020). Estrés académico en estudiantes de un programa de Enfermería - Montería 2019. *Revista Cuidarte*, 11(3). <https://doi.org/10.15649/cuidarte.11108>

Montalvo Amparo y Simancas Miguel. (2019). Estrés y estrategias de afrontamiento en educación superior. *Panorama Económico*, 27, 655–674.

Morales Francisco. (2018). Estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes universitarios. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1–6.

Naranjo, M. (2014). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2), 171-190.

Navarro Lizeth, & Trujillo Laura. (2020). *Estrategias de Afrontamiento en Estudiantes de Psicología de la Universidad Cooperativa de Colombia, Villavicencio*. https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/18238/1/2020_estrategias_afrontamiento_psicologia.pdf

Palacios Jessica, Yangali Judith, & Córdova Ulises. (2020). Condiciones personales asociadas al estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Varela*, 20(57), 350–365. <http://revistavarela.uclv.edu.cu/index.php/rv/article/view/7/9>

Paredes Lucy; Hacha Mirian y Roldán José. (2020). *Estrategias de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes del primer año académico de psicología, de una universidad estatal de Arequipa*.

Piergiovanni Lucía; De paula Pablo. (2018). Estudio descriptivo de la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios argentinos. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 23, 01–20.

Pulido Marco Antonio, Serrano María Luisa, Valdés Estefanía, Chávez María Teresa, Hidalgo Pamela, & Vera Fernando. (2011). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicología y Salud*, 21, 31–37.

Real Academia de la Lengua Española. (2021) <https://dle.rae.es/>

Restrepo Jorge, Amador Omar, & Castañeda Tatiana. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Psicoespacios*, 14, 23–47.
<http://revistas.iue.edu.co/revistas/iue/index.php/Psicoespacios/article/view/1331/1482>

Rodríguez Alejandra; Maury Eduard; Troncoso Claudia; Morales Mónica, & Parra Julio. (2020). Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de carreras de salud de Santiago de Chile. *EDUMECENTRO*, 1–16.

Rosales (2005). capítulo_del_estudio_técnico.pdf.
http://www.ucipfg.com/Repositorio/MIA/MIA-01/BLOQUE-ACADEMICO/Unidad2/lecturas/Capitulo_del_Estudio_Tecnico.pdf

Rosales, J. G. (2016). Estrés Académico y Hábitos de Estudio en Universitarios de la Carrera de Psicología de un Centro de Formación Superior Privada de Lima - Sur. Universidad Autónoma del Perú. Retrieved from http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/124/1/ROSALES_FERNANDEZ.pdf

Trujillo Anyerla y González Nelly. (2019). *Nivel de estrés académico en estudiantes de postgrado de la facultad de educación en la universidad Cooperativa de Colombia, sede Bogotá.*

Vigo Yoselin y Chávez Julio. (2020). *Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios, Chachapoyas, Perú, 2019.* 3(2), 61–65. <https://doi.org/10.25127/rcsh.20203.584>

Villa Jaime. (2018). *Estrés académico, estilos y estrategias de afrontamiento de los estudiantes de la universidad del magdalena de la facultad de ciencias de la educación con riesgo de FBRA.*

62. Trato de evitar mis emociones	5 6	1 2 3 4																
63. Dejo a un lado los problemas y pienso en otras cosas	5 6	1 2 3 4																
64. Trato de identificar las ventajas del problema	5 6	1 2 3 4																
65. Considero que mis problemas los puedo solucionar sin la ayuda de los demás	5 6	1 2 3 4																
66. Pienso que no necesito la ayuda de nadie y menos de un profesional	5 6	1 2 3 4																
67. Busco tranquilizarme a través de la oración	5 6	1 2 3 4																
68. Frente a un problema, espero conocer bien la situación antes de actuar	5 6	1 2 3 4																
69. Dejo que pase el tiempo	5 6	1 2 3 4																

2. Inventario SISCO del Estrés Académico.

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.

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 que 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
----------	-----------	-----------	-----------	-----------	----------

¿Con que frecuencia te estresas?

Est resores		N	V	V	S	
3.1 La competencia con mis compañeros del grupo						
3.2 La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días.						
3.3 La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases.						

3.4 La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)						
3.5 El nivel de exigencia de mis profesores/as						
3.6 El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)						
3.7 Que me toquen profesores/as muy teóricos/as.						
3.8 Mi participación en clase (responder a preguntas, hacer comentarios, etc.)						
3.9 Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as						
3.10 La realización de un examen						
3.11 Exposición de un tema ante los compañeros de mi grupo.						
3.12 La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as.						
3.13 Que mis profesores/as estén mal preparados/as.						
3.14 Asistir a clases aburridas o monótonas.						
3.15 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 que 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	V	V	S	
4.1 Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)						
4.2 Fatiga crónica (cansancio permanente)						
4.3 Dolores de cabeza o migraña						

4.4 Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea						
4.5 Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.						

4.6 Somnolencia o mayor necesidad de dormir						
4.7 Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)						
4.8 Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)						
4.9 Ansiedad, angustia o desesperación.						
4.10 Problemas de concentración						
4.11 Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad						
4.12 Conflictos o tendencia a polemizar o discutir						
4.13 Aislamiento de los demás						
4.14 Desgano para realizar las labores escolares						
4.15 Aumento o reducción del consumo de alimentos						

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 qué frecuencia para enfrentar tu estrés te orientas?

Estrategias	N	V	V	S		
5.1 Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)						
5.2 Escuchar música o distraerme viendo televisión						
5.3 Concentrarse en resolver la situación que me preocupa						
5.4 Elogiar mi forma de actuar para enfrentar la situación que me preocupa (echarme porras)						
5.5 La religiosidad (hacer oraciones o asistir a misa)						
5.6 Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa						
5.7 Solicitar el apoyo de mi familia o de mis amigos						
5.8 Ventilación y confidencias (verbalización o plática de la situación que preocupa).						
5.9 Establecer soluciones concretas para resolver la						

situación que						
---------------	--	--	--	--	--	--

me preocupa						
5.10 Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa						
5.11 Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa						
5.12 Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione						
5.13 Salir a caminar o hacer algún deporte						
5.14 Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas						
5.15 Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa						

3. **Ficha sociodemográfica.**

1. ¿Edad?

2. ¿Sexo?

Femenino

Masculino

3. ¿Semestre?

Primero Segundo

4. ¿Estado civil?

Soltero (a)

Casado (a)

Unión Libre

Divorciado (a)

Viudo (a)

5. ¿Religión?

6. ¿Beneficiario de Beca estudiantil?

Si No

4. Consentimiento Informado Para la Participación en Investigación

Fecha: Dia: Mes: Año:

Título de la Investigación:

Estrategias de Afrontamiento y Estrés Académico en Estudiantes de Primer y Segundo Semestre de Psicología de la Universidad Popular del Cesar 2020.

Duración Estimada y Procedimiento:

La aplicación de los instrumentos de recolección de información será llevada a cabo en un tiempo estimado una (1) hora y tendrá las consideraciones éticas de la investigación con personas.

Institución Donde se Realizará el Estudio:

Universidad Popular del Cesar.

Con este documento, se le invita a participar en la investigación mencionada anteriormente. Antes de decidirse a participar, debe comprender cada una de las siguientes secciones. No dude en hacer cualquier pregunta con respecto al objetivo de este trabajo de investigación. Una vez que se entienda la información otorgada por los investigadores y en el presente documento se le pedirá que firme este acuerdo si decide participar.

Objetivo de la Investigación:

Analizar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés académico en los estudiantes de primer y segundo semestre de psicología de la Universidad Popular del Cesar, 2020.

Beneficios de la Investigación:

Contribuir al campo investigativo asociado a las estrategias de afrontamiento y al estrés académico en estudiantes universitarios de la región.

Aclaraciones:

1. Su participación en el estudio es voluntaria.
2. En caso de aceptar la participación en la investigación usted se podrá retirar en el momento que desee, Solo se le pedirá que proporcione información sobre la razón de su decisión, la cual será respetada plenamente.
3. La información obtenida en este estudio acerca de los participantes será estrictamente confidencial y será compartida con los asesores, los espacios académicos y tutorías diseñadas para avanzar en el trabajo de generación de conocimiento.
4. Los resultados de este estudio se utilizarán con fines académicos y podrán publicarse para difundir el interés científico manteniendo la confidencialidad de los participantes.
5. No habrá ningún tipo de compensación económica por la participación en esta investigación.

Si cree que sus dudas se han resuelto y no tiene preguntas sobre la participación en el estudio, puede firmar el presente consentimiento informado, si así lo desea.

Yo, _____
identificado con numero de documento _____ Leí y entendí la información anterior, mis preguntas fueron respondidas satisfactoriamente. Tengo claridad sobre el procedimiento esta investigación y entiendo que la información obtenida puede ser publicada o distribuida con fines académicos y científicos manteniendo mi anonimato.

Firma del participante

No. de Identificación

5. Constancias solicitud de permisos para aplicación de



Daniver Mindiola Reales <danivermindiola@gmail.com>
para libiaalvis ▾

jue, 30 de abr. de 2020 15:14



Cordial saludo.

Por medio de la presente me dirijo a la Dr. Libia Alvis, jefa del departamento del programa de psicología de la universidad popular del cesar. Mi nombre es Daniver Mindiola y junto a mi compañera Maryuris Seguanes, estamos llevando a cabo el proyecto de investigación de título: Estrategias de afrontamiento y estrés académico en estudiantes de 1er y 2do semestre del programa de psicología de la Universidad Popular del Cesar (UPC), encontrándonos ya en la fase de aplicación de instrumentos, pero por motivos de la actual situación sanitaria por la que está pasando el país y el mundo en general no ha sido posible culminar con esta etapa, ya que nuestros instrumentos son de tipo encuesta; dado esto queríamos saber si existe la posibilidad de aplicar dichos instrumentos de manera digital, ya que en charlas con nuestras asesoras temática y metodológica decidimos consultar con ud la posibilidad y viabilidad de esta opción.

De ante mano agradecemos su atención y pronta respuesta.

Daniver Mindiola Reales
Maryuris Seguanes España
(Estudiantes egresados del programa de psicología de la UPC)

Aplicación de instrumento para proyecto de grado >



Daniver Mindiola Reales <danivermindiola@gmail.com>
para jonattanpumarejos ▾

vie, 16 de oct. de 2020 16:21



buenas tardes profesor Jhonatan Pumarejo, mi nombre es Daniver Mindiola y junto a mi compañera Maryuris Seguanes estamos llevando a cabo nuestro proyecto de grado el cual tiene por título: Estrategias de afrontamiento y estrés académico en estudiantes de 1er y 2do semestre de psicología de la Universidad Popular del Cesar.

Me dirijo a ud para solicitarle en la medida de lo posible nos brinde un espacio con sus estudiantes de 2do semestre para la aplicación de nuestros instrumentos los cuales son:

-Escala de Estrategias de Coping-Modificada (EECM).

-inventario SISCO del estrés académico.

-Ficha sociodemográfica.

Agradezco su atención y pronta respuesta.

ATT: Daniver Mindiola

