

UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE PSICOLOGÍA



**Afrontamiento al estrés y autoeficacia académica en estudiantes del nivel
secundario de una institución educativa pública de Chiclayo, 2023**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

AUTOR

Maly Elizabeth Reyes Guerrero

ASESOR

Jaime Leon Pareja Pareja
<https://orcid.org/0009-0000-0249-5658>

Chiclayo, 2024

**Afrontamiento al estrés y autoeficacia académica en estudiantes del
nivel secundario de una institución educativa pública de Chiclayo,
2023**

PRESENTADA POR
Maly Elizabeth Reyes Guerrero

A la Facultad de Medicina de la
Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo
para optar el título de

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

APROBADA POR

Blanca Mariana Rojas Jiménez
PRESIDENTE

Marilia Sibebe Cortez Vidal
SECRETARIO

Jaime Leon Pareja Pareja
VOCAL

Dedicatoria

Este proyecto se lo dedico con mucho amor a mi madre, hermanos, a mi pareja y mi pequeña hija, quienes han sido mi red de apoyo para no dejarme rendir por nada ni por nadie. A mi abuelita Chelita que desde el cielo me cuida y me guía mis pasos.

Agradecimientos

A Dios, por la fortaleza de seguir y continuar adelante a pesar de las distintas dificultades de la vida. A mis buenos amigos quienes sin su ayuda nunca hubiera podido llegar a este momento y culminar esta linda etapa. Por último, agradezco a cada uno de mis docentes quienes fueron el pilar de mi enseñanza y que aportaron en mi crecimiento personal y profesional inculcándome valores, enseñándome lo primordial para ser una mejor profesional.

TURNITIN

Afrontamiento al estrés y Autoeficacia académica en estudiantes del nivel secundaria de una institución educativa pública de Chiclayo, 2023

INFORME DE ORIGINALIDAD

18%	17%	3%	5%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	7%
2	tesis.usat.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
4	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	cybertesis.unmsm.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola Trabajo del estudiante	<1%
7	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1%
8	revistas.usil.edu.pe Fuente de Internet	<1%

Índice

Resumen.....	6
Abstract.....	7
Introducción	8
Revisión de Literatura	10
Materiales y Métodos.....	17
Resultados y Discusión.....	21
Conclusiones	24
Recomendaciones	25
Referencias.....	26
ANEXO A.....	28

Resumen

El objetivo de la investigación es determinar la correlación entre afrontamiento al estrés y autoeficacia académica, así como determinar los niveles de autoeficacia y uso de estrategias de afrontamiento en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública de Chiclayo, 2023. La investigación responde a un tipo de estudio no experimental, descriptivo y la muestra estuvo conformada por 120 alumnos de una institución pública del nivel secundario de Chiclayo. Para la recogida de datos se utilizó el Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento al Estrés (COPE), cuyos creadores fueron Carver, Scheier y Weintraub y fue adaptado al contexto peruano por Cassareto y Chau (2016), cuenta con un alfa de Cronbach de 0.73, lo cual hace pertinente su uso. También en la Escala de Autoeficacia de los Escolares (ACAES) de Galeguillos y Olmedo (2018) adaptado a la población escolar de secundaria en el contexto peruano que cuenta con una confiabilidad alta de Cronbach de 0.887, siendo fiable para su utilización. Los resultados demuestran que existe una correlación altamente significativa ($p=.003$), positiva baja entre las variables de estrategias de afrontamiento y autoeficacia académica. Se sugiere, realizar investigaciones longitudinales con las mismas variables.

Palabras clave: afrontamiento al estrés, autoeficacia académica, estrategias, escolares

Abstract

The objective of the research will be to determine the consequence between coping with stress and academic self -efficacy, as well as to determine the levels of self -efficacy and use of coping strategies in secondary level students of a public educational institution in Chiclayo, 2023. The research will respond to a non-experimental, descriptive type of study and the sample will be made up of 120 students from a public institution of the secondary level of Chiclayo. For data collection, the Stress Coping Strategies Questionnaire (COPE) was obtained, whose creators were Carver, Scheier and Weintraub and was adapted to the Peruvian context by Cassareto and Chau (2016), it has a Cronbach's alpha of 0.73, which makes it relevant. The School Self -Efficacy Scale (ACAES) by Galeguillos and Olmedo (2018) is also adapted to the secondary school population in the Peruvian context, which has a high Cronbach reliability of 0.887, being reliable for its use.

Keywords: coping with stress, academic self -efficacy, strategies, schoolchildren

Introducción

La autopercepción de cada persona sobre las cualidades y capacidades que poseen, configuran de modo significativo el desarrollo de alguna actividad que desarrolle o desee realizar. De hecho, Bandura (Pereyra et al., 2018) menciona que, en la emisión de la conducta humana, tiene gran influencia aspectos como el contexto y las creencias sobre sí mismo, por tanto, la confianza en las destrezas individuales favorece la apreciación idiosincrásica de la capacidad propia, produciendo una motivación notoria, consecución de objetivos y bienestar personal (Bandura, 1999, como se citó en Da Cunha & Ambiel, 2018).

Asimismo, la autoeficacia académica hace referencia al disfrute, goce y bienestar de un individuo que forma parte de una casa de estudios (Insunza et al., 2015). Por ello, la evaluación individual del alumno de las experiencias escolares y resultados producto de la enseñanza, configuran su autopercepción, afectividad y confianza en sí mismo (Da Chunha & Ambiel, 2018). Del mismo modo, la autoeficacia académica se percibe como una etapa placentera que se produce tras la interacción Estudiante – Profesor- escuela, facilitando el desarrollo y el mantenimiento favorable en esta interacción (Arias & Flores, 2015). Ello surge como una necesidad que condiciona el comportamiento del estudiante. Cabe mencionar que la satisfacción está influenciada por la calidad de servicio percibida, el prestigio, la atención, el sentido estricto y enseñanza personalizada (Tessena, 2012).

La prevalencia de estrés es un factor consecuente por un estado de diversas preocupaciones o tensiones mentales que es generado por una situación difícil, por ende, es un fenómeno que perturba a toda la población. De hecho, en una investigación realizada por Jianyin Qiu (2020, tal se citó en Lozano, 2020) indica que la susceptibilidad psicológica y emocional producidas por el estrés, suelen ser más comunes en individuos que se localizan en el ámbito escolar siendo la población afectada. No obstante, es necesario mencionar que no todos los seres humanos responden de manera similar ante las diversas situaciones que se muestran en la cotidianidad de la vida, la diferencia de ello radica en las estrategias de afrontamiento que posee cada persona (Fluharty & Fancourt, 2020).

Se entiende como estrategias de afrontamiento a una serie de técnicas o estrategias que siguen una secuencia organizada cuya meta es la resolución de un problema o un conjunto de estas (Florian, 2018). Además, se entiende como estrategias, a las herramientas que utilizan los individuos en intento de disminuir, manejar o mitigar aquellas situaciones que generan estados emocionales desagradables. Dichas estrategias pueden estar vinculadas en las emociones o en situaciones conflictivas o problemáticas; en la primera destaca el ajuste emocional y la

respuesta emitida frente a la situación o estímulo, mientras que, en la segunda, se centra en el origen del estrés y va modificando su relación.

En efecto, la transición académica en la secundaria es un suceso muy significativo en la vida de muchos adolescentes. De hecho, esta transición, genera sugerencias de índole emocional, social y cognitivo que son consecuentes de las exigencias escolares que produce mucha desesperación e incertidumbre en los escolares, por lo que, suele verse afectada la satisfacción con su entorno escolar, su autoeficacia en el rendimiento académico y se generan mayor carga de estrés (Aquiye, 2018).

Ante ello, los adolescentes en etapa escolar secundaria suelen utilizar mecanismos poco saludables para hacer frente a estas sensaciones que produce la poca autoeficacia académica, entre las que destacan el consumo de sustancias psicoactivas, deserción escolar, conflictos interpersonales, bajo control de impulsos y en casos más graves, suicidios (Chong & Sáenz, 2021; Encinas, 2019 & Piergiovanni & Depaula, 2018).

En consecuencia, la autoeficacia académica y el afrontamiento al estrés son factores importantes en la valoración que tenga el estudiante consigo mismo, ya que ello merma de forma significativa en su estabilidad emocional. Por lo tanto, si la valoración académica que se auto-adjudica es negativa, los niveles de estrés incrementan y de no poseerse estrategias para hacerle frente, probablemente se genere alguna molestia a nivel psicológico.

Ante esta situación descrita con anterioridad, se plantea la siguiente interrogante:

¿Cuál es la correlación existente entre afrontamiento al estrés y autoeficacia académica en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública de Chiclayo, 2023?

Además, se espera encontrar una correlación positiva entre las dimensiones de estrategias de afrontamiento como las dirigidas al problema, planificación de actividades, afrontamiento activo, reinterpretación positiva y liberar tensiones con la autoeficacia académica.

En calidad de objetivo general se planteó determinar la correlación entre afrontamiento al estrés y autoeficacia académica, además como objetivos específicos se plantea identificar el nivel de autoeficacia académica, e identificar las estrategias de afrontamiento más utilizadas y, por último, identificar la relación entre las estrategias del afrontamiento al estrés y dimensiones autoeficacia académica en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública de Chiclayo, 2023.

Por lo tanto, la presente investigación resultará importante puesto contribuye desde el ámbito académico a contextos prácticos, informando sobre las variables de estudio a fin de

contribuir una mejoría en la praxis de la psicología educativa, la cual tiene un rol activo y significativo en el desarrollo académico, personal, social y emocional del estudiante. En cuanto a la perspectiva teórica, aportará significativamente al constructo, aunando datos actuales y relevantes en el contexto nacional, resultando fundamental para investigaciones futuras. En cuanto a la práctica, los datos que se obtengan servirán como apoyo a una mejoría en el planteamiento de programas preventivos para disminuir o mitigar la insatisfacción académica y los problemas de afrontamiento que traen consigo.

Revisión de Literatura

Antecedentes

Algunas investigaciones sugieren que el afrontamiento al estrés es una estrategia operativa que ejecuta acciones viables que tienen como objetivo contrarrestar el malestar emocional que se produce cuando un individuo se enfrenta a algún conflicto o situación complicada; todo esto se agrava cuando un adolescente se enfrenta a circunstancias problemáticas, puesto que, carece de estrategias y habilidades necesarias para solucionarlas. Por tanto, a continuación, se presentan una serie de investigaciones realizadas en el marco nacional e internacional, en donde exploran el afrontamiento al estrés en escolares de nivel secundario.

Un grupo de 1072 estudiantes universitarios, de ambos géneros, con edades percibidas entre los 18 y los 48 años participaron en un estudio realizado por Freire y Ferradás (2020) en España. Encontrar la conexión entre el manejo del estrés y la autoeficacia académica era el objetivo principal del estudio. La Escala de Estrategias Aproximadas de Afrontamiento al Estrés (Approximate Coping Strategies for Stress), que constituye de 23 ítems y evalúa tres estrategias aproximadas de afrontamiento del estrés (revalorización positiva, búsqueda de apoyo y planificación), tuvo una consistencia interna de .86 cuando se utilizó en este estudio. También se manejó la Escala de Autoeficacia General (Baessler & Schwarzer, 1996), que figura de 10 ítems y tiene una consistencia interna de 0,91. Según los resultados, la autoeficacia académica estaba fuertemente conectada con las dimensiones de revalorización positiva ($r = 0,63$), búsqueda de apoyo ($r = 0,21$) y planificación ($r = 0,45$), lo que implica a mayor afrontamiento al estrés, mayor autoeficacia académica.

En un estudio descriptivo que realizaron en 2020, Sandoval et al. examinaron los mecanismos de afrontamiento utilizados por adolescentes de escuelas mexicanas que habían sido víctimas de ciberacoso. La muestra estaba desarrollada por 992 adolescentes, cuyas edades oscilaban entre los 12 y los 20 años. El instrumento manejado en el estudio fue el Inventario de Estrategias de Afrontamiento del Ciberacoso desde la Perspectiva de la Víctima (IEAC-V). Evalúa siete tipos diferentes de mecanismos de afrontamiento utilizados por los adolescentes para hacer frente a situaciones de ciberacoso (denuncia, agresividad, desviar la preocupación, ignorar, buscar apoyo, reunir pruebas, desconectar o evitar al agresor). Los resultados indican que, mientras que los varones suelen emplear mecanismos de afrontamiento violentos para hacer frente al ciberacoso, las mujeres suelen denunciar, reunir pruebas y buscar apoyo.

Galeguillos y Olmedo (2017), investigaron la autoeficacia académica en adolescentes escolares y su relación con el rendimiento escolar. Se contó con la participación de 802 estudiantes de ambos géneros, de una institución educativa de Chile. Utilizaron la Escala de Autoeficacia en los Escolares (ACAES), cuyo alfa de Cronbach fue de .89, lo cual evidencia sus adecuados índices psicométricos. Los resultados indicaron que el 50% de los estudiantes, mostraron niveles altos de autoeficacia académica, lo cual indica que auto perciben su capacidad para desenvolverse en el ámbito escolar, muy adecuadamente. Asimismo, se halló que la autoeficacia académica y el rendimiento escolar, se correlacionaron positivamente (.39), por lo que, se aquellos alumnos que tienen niveles elevados de autoeficacia muestran promedios altos en el rendimiento escolar.

Salazar (2021) investigó las estrategias de afrontamiento al estrés en 321 adolescentes escolares en tres instituciones educativas de Lima, cuyas edades se encontraba en la categoría de 12 a 17 años de edad. La investigación fue de tipo cuantitativa, no experimental descriptiva. En cuanto al instrumento utilizado fue el Adolescent Coping Scale (ACS) elaborada por Frydenberg y Lewis (1994); cuya adaptación al contexto peruano, fue realizada por Caycho, Castilla, y Shimabukuro (2014). Los resultados indican que las estrategias de afrontamiento más utilizados por los escolares fueron la focalización al problema (M=14,40), apoyo emocional (M=13,60) y apoyo emocional (M=13,60).

Por su parte, Sulca y Quiroz (2021), efectuó una investigación con el propósito de establecer el nivel de autoeficacia académica y su correlación con el rendimiento escolar, con 263 alumnos del nivel secundario de una institución educativa en Lima. El 55% de los participantes fueron de sexo masculino y el 45% de sexo femenino. Los instrumentos utilizados para dicha investigación fue la Escala de Autoeficacia de los Escolares (ACAES), cuyo nivel de confiabilidad fue de .89. Los resultados indicaron que el 16% de los escolares, obtuvieron un nivel alto de autoeficacia académica, el 67% nivel regular y el 17% nivel bajo. Cabe mencionar que se obtuvo una correlación positiva entre las variables (.40). Además, los varones fueron quienes obtuvieron mayor puntuación en los puntajes de autoeficacia académica.

Domínguez (2018) efectuó un estudio en Lima con el objetivo de establecer un vínculo entre la capacidad de los escolares de ciencias de la salud para manejar su ansiedad y su autoeficacia académica. La muestra fue conformada por 208 estudiantes, de edades 16 y 35 años. La escala de afrontamiento de la ansiedad previa al examen (COPEAU), que consta de 20 ítems y evalúa la orientación y preparación para la tarea, la búsqueda de apoyo social instrumental, la búsqueda de apoyo emocional y la evitación, fue uno de los instrumentos utilizados. Para evaluar la autoeficacia académica se utilizó la Escala de Autoeficacia Percibida en Situaciones Académicas Específicas (AEPESA), una escala unidimensional acondicionada al contexto peruano. Los resultados revelaron que las dimensiones orientación a la tarea (0,344) y evitación (0,217) tenían una conexión estadísticamente significativa con la variable autoeficacia académica. Sin embargo, no existen relaciones.

Froi (2018) realizó una investigación descriptiva cuyo objetivo era determinar el nivel de autoeficacia académica en 99 escolares de escuelas peruanas. Para la investigación se utilizó un cuestionario de satisfacción de los estudiantes que evaluaba diez dimensiones de satisfacción académica. Estos incluían los servicios de la institución, las condiciones de seguridad, las condiciones básicas de infraestructura, la situación económica, la seguridad emocional en el trato cordial, el sentimiento de pertenencia, el proceso de enseñanza, los logros personales, el reconocimiento del éxito y la satisfacción propia. Además, cuenta con un nivel confiabilidad es de .965, siendo altamente confiable. Los resultados revelan que el 3% de los estudiantes se sienten muy insatisfechos; el 34% se sienten insatisfechos; el 50% se sienten poco satisfechos, el 11% se sienten satisfechos y el 1% muy satisfechos. Ello indica que las interacciones que tienen los estudiantes con el entorno escolar, no se perciben agradables.

Bases teóricas

Estrés

El estrés es una reacción natural que se produce en todos los seres humanos; ello como consecuencia de diversos factores, internos como externos, que generan mucha tensión emocional o física en la persona. Usualmente, procede de circunstancias o pensamientos que producen sensación de frustración o ira. Además, es una reacción corpórea y mental que conecta al individuo con el contexto o situación estresora (Lazarus & Folkman, 1986).

Además, es una respuesta natural que se produce de forma contingente cuando nos enfrentamos a una situación conflictiva o intensa. No obstante, ello nos permite advertir amenazas que se encuentran en nuestro entorno. También, el estrés suele ser un factor de beneficio, puesto que, ante situaciones de gran ansiedad y estrés, las personas solemos idear modos creativos y efectivos para poder mitigarlos y evitar sentirnos mal (Florian, 2018).

Afrontamiento al estrés

Las personas evitan estas situaciones que pueden generar malestar o sugestionar las emociones; regularmente, las personas estamos expuestas a elementos o peripecias estresantes, que desregulan nuestro bienestar. No obstante, las personas recurrimos a diversas estrategias para contrarrestar estas sensaciones y hacerles frente con la finalidad de superarlas y evitar el malestar. A este proceso, los autores lo denominan afrontamiento al estrés (Florian, 2018), que son una serie de procesos específicos que se utilizan en diferentes contextos y que varían de acuerdo a los efectos que estos producen. Cabe mencionar, que estas estrategias no obedecen a una estructura fija, ya que varían según los recursos psicológicos que posea cada individuo. Por tanto, dependen en gran medida de la habilidad y creatividad del ser humano y que están condicionadas el análisis de situación que éste realice en un momento determinado.

El afrontamiento al estrés abarca un conjunto de procesos cognitivos y ejecuciones conductuales, se utilizan para resguardar nuestro organismo e integridad (Macía et al., 2012). Además, acuña capacidad, recursos, tácticas, estratégicas y conductas que la persona ha ido adquiriendo en el transcurso de su vida para solucionar conflictos. Cabe señalar que estos esfuerzos cognitivos y conductuales son utilizados en momentos determinados para disminuir o mitigar el malestar producido por alguna situación caótica. Por ende, es un recurso protector que genera mayor autoconfianza en las personas y genera mayor dominio sobre los problemas.

Por lo tanto, el afrontamiento al estrés se entiende como las estrategias que utilizan los individuos en un intento de disminuir, manejar o mitigar aquellas situaciones que generan estados emocionales desagradables. Dichas estrategias pueden estar vinculadas en las emociones o en situaciones conflictivas o problemáticas; en la primera destaca el ajuste emocional y la respuesta emitida frente a la situación o estímulo, mientras que, en la segunda, se centra en el origen del estrés y va modificando su relación.

Estrategias de afrontamiento al estrés

Según Carver et al (1989), las estrategias de afrontamiento son un conjunto de respuestas a nivel cognitivo, emocional y conductual para hacer frente a problemas cotidianos a fin de reducir el malestar y tensión. Cabe resaltar que cada estrategia de afrontamiento pertenece a un modo específico, entre estos modos encontramos a:

Dirigidos al problema. Se hace evidente en situaciones en las que el individuo busca activamente modificar el problema que existe, ya sea distanciándose o reduciendo el impacto de la amenaza. Dentro de este encontramos:

Planificación de actividades. Se trata de una estructuración, organización y planificación de las estrategias con las que se accionará. De hecho, es una evaluación previa para manejar un problema.

Afrontamiento activo. Son una serie de conductas que se orienta a la reducción de efectos negativos que se producen frente a conflictos generadores de estrés.

Supresión de otras actividades. Es un estado pasivo en el que se obvian las ejecuciones de actividades beneficiosas, esto como una manera centrarse enteramente en el estímulo estresor.

Búsqueda de apoyo social por razones instrumentales.

Se concentra en la petición de ayuda o información sobre competencias para afrontar un problema con personas que son vistas como guías.

Modo de afrontamiento dirigido a la emoción. La finalidad de estos es mitigar las reacciones emocionales que se desencadenan tras la interacción con la fuente de estrés. Comprende:

Reinterpretación positiva y crecimiento. Busca calcular positivamente el problema, asumiendo que es una experiencia favorable dentro del crecimiento personal.

Búsqueda de apoyo emocional por razones emocionales. En esta, las personas suelen buscar apoyo empático y comprensión de otros; a fin de sentirse protegidos o acompañados en momentos de mucha tensión emocional.

Acudir a la religión. Es una tendencia de buscar apoyo espiritual en un ser divino (Con frecuencia Dios o acudir a la iglesia).

Aceptación. Se centra el acto de aceptar que existe un situación conflictiva o estresante en principio, pero que, poco a poco se irá desvaneciendo o no tendrá mayor importancia con el tiempo.

Enfocar y liberar tensiones. Otorga mayor importancia en la expresión abierta de las emociones que se producen tras atravesar situaciones desagradables.

Modos de afrontamiento dirigidos a la conducta. Hace referencia la modificación comportamental emitido a fin de aminorar las consecuencias que se generan por un estímulo estresor específico. En este modo, encontramos las estrategias de:

Desentendimiento mental. Consiste en el cambio de actividad con la finalidad de distraer o alejarnos mentalmente de la situación estresora, cuya finalidad es evitar su afrontamiento.

Negación. Es un rehúso o rechazo a la creencia de que un problema existe, pasando desapercibido, voluntariamente.

Desentendimiento conductual. Es el retiro o abandono de esfuerzos conductuales que se emiten para conseguir un objetivo, esto como consecuencia de que se percibe un estímulo estresor como muy amenazante.

Autoeficacia

El término se refiere a las creencias sobre el control que posee un ser humano interna y externamente. En la autoeficacia, resaltan algunas cualidades comportamentales de los individuos, ya que, cuando es elevada, los sujetos sienten que sus capacidades, habilidades, motivaciones,

destrezas y posibilidades son las adecuadas para desarrollarse óptimamente en la vida. Asimismo, se convierte en un factor necesario en la consecución de objetivos, ya que, con autoeficacia, la dirección de metas y el esfuerzo dentro de esa consecución serán influenciados por las valoraciones positivas que se hacen consigo mismo (Bandura, 1977).

Del mismo modo, la autoeficacia es un factor que puede ser desarrollado a través del trascurso de la vida, por ello, Blanco et al. (2016), comenta que el fortalecimiento de ésta se debe a las experiencias propias, ya que la interacción con situaciones de éxito o viceversas, generan un feedback directo y con ello, un mejor autoanálisis sobre las propias capacidades; a la observación directa de modelos, con lo cual, algunas conductas o patrones comportamentales, serán replicados de modo similar o se hará un intento para superar con lo observado; la motivación, puesto que sin ella, sería difícil que una persona intente superar sus propias limitaciones.

Factores asociados a la autoeficacia

De acuerdo con Bandura (1986), existen tres factores importantes que se asocian a la autoeficacia, las cuales son:

Experiencia previa. Ello hace referencia a recuerdos pasados que están mediados o vinculados a éxitos que se obtuvieron, lo cual aumentará las expectativas.

Del mismo modo, sucede con los fracasos pasados, qué dependiendo de qué tan dañino fue, adoptamos nuevos conocimientos que aumentarán o reducirán nuestras expectativas ante cualquier situación.

Estado fisiológico general. Eso infiere que, si nos encontramos con fatiga, estrés, perturbaciones y faltos de energía, evitamos empezar la ejecución de cualquier actividad.

La experiencia vicaria. Es decir, adoptamos las experiencias de quienes nos rodean como parte de nosotros; funciona como un mecanismo de defensa que ayuda a sentirnos capaces de realizar alguna actividad. Asimismo, los comentarios del resto también pueden influir en la confianza que poseamos al momento de ejecutar una acción.

En efecto, factores pasados, presentes y circunstancias en la que nos encontremos merman de modo directo en la percepción que tengamos en relación a nuestras capacidades, habilidades y destrezas. Además, las experiencias ajenas pueden ser tomadas como propias, a fin de utilizarlas como un recurso, una fuente de motivación que haga viable nuestro éxito.

Autoeficacia académica

Los entornos escolares contribuyen en la percepción subjetiva que poseen los estuantes en relación al contexto escolar que cohabitan. Ello produce sensaciones internas que puede ser favorables o desfavorables, mermando de modo importante en el estado psicológico de los mismos. Cabe mencionar que los contextos son importaciones para el perfeccionamiento de las personas, puesto que, las escuelas acogen por largo tiempo a los alumnos; además, es aquí, en donde se configuran roles sociales de los escolares, experiencias significativas en el curso de su vida y en gran medida, la personalidad (Baker et al., 2003).

La autoeficacia académica representa un estado mental que perciben los estudiantes por atender una demanda o necesidad; ésta se ve influenciada por la calidad de servicio en la formación que el alumno reciba. Por lo que, las actividades educativas se direccionan por la consecución de la excelencia y logros, lo cual, afecta positivamente en el bienestar del alumnado. Para Mejías y Martínez (2009), la autoeficacia académica es un estado de ánimo que el alumno posee respecto a su institución educativa, cuya influencia proviene de lo que perciba dentro del entorno académico y que atiende a sus necesidades, expectativas y demandas.

De acuerdo con Álvarez (2015), la autoeficacia académica contribuye en la valoración que se da a la calidad educativa, debido a que manifiesta la eficacia de los servicios brindados en las instituciones educativas. Añade que, también revelan el agrado con los métodos de enseñanza y,

en consecuencia, de aprendizaje; la interacción con los docentes y compañeros de clase y con los ambientes y recursos de estudio. Todo ello evoca en la perspectiva del alumno en cuanto a sus expectativas, anhelos y necesidades. Además, que sirve como indicador para el continuo mejoramiento del entorno escolar.

En consecuencia, el alumno y la institución educativa conforman una interacción fundamental en el continuo mejoramiento de los espacios educativos. Por lo que, se hace evidente la importancia de la calidad de servicio que se brinde a los estudiantes, ya que es la escuela un ente relevante en el desarrollo mental, físico y espiritual del ser humano (Mejías y Martínez, 2009).

Dimensiones de autoeficacia académica

Según Galeguillos y Olmedo (2017), en el ámbito académico destacan 3 dimensiones en la autoeficacia:

Confianza en el desempeño de la tarea. Se refiere al sentido intrínseco y coherente que se posee respecto a las capacidades propias para realizar alguna actividad relacionada al ámbito académico. Esto confiere mayor seguridad en los estudiantes, ya que otorga expectativas elevadas que se vinculan a un mayor grado de desarrollo, desempeño y rendimiento cognitivo.

Esfuerzo en la realización de la tarea. Hace referencia al vigor, fuerza o energía que se pone en manifiesto para realizar alguna actividad establecida. Asimismo, se vincula al empeño con el que se hace frente a la situación académica que se afronta. Del mismo modo, se asocia con la voluntad para lograr metas complicadas, ya que se requiere de mucha paciencia para ello.

Comprensión de la tarea. Es la capacidad intrínseca que posee un individuo para comprender, entender e interiorizar la dificultad que conlleva la realización de una actividad a través de la razón.

Definición de Términos.

Afrontamiento al estrés. Hace referencia a las capacidades que posee una persona para hacer frente a situaciones conflictivas o que demanden de gran capacidad resolutive para superarlas (Florian, 2018).

Autoeficacia académica. Se refiere a la creencia que posee un ser humano respecto a sus propias capacidades que garanticen el éxito dentro del ámbito académico y en las actividades escolares referentes a esfuerzos cognitivos (Mejías & Martínez, 2009).

Materiales y Métodos

Diseño de investigación.

Dicha investigación fue no experimental, descriptiva y correlacional, cuyo propósito es explorar sobre el nivel que se encuentra una variable y su correlación con otra u otras (Sampieri & Mendoza, 2018).

Participantes.

En esta investigación, se manipuló una muestra no probabilística que se caracteriza como aquella que es seleccionada debido a las características de la investigación y no a través de una fórmula estadística de generalización (Hernández et al. 2014), siendo un tipo de muestreo intencional y estuvo constituida por 120 estudiantes del sexo masculino y femenino de la institución “Nuestra Señora de la Paz” de la ciudad de Chiclayo, 2023.

Dentro de los criterios de inclusión se consideró estudiantes de nivel educativo secundario de una institución educativa pública “Nuestra Señora de la Paz, Chiclayo, 2023” que se encuentren inscritos en la base de datos institucionales en dicho año.

En cuanto a los criterios de exclusión, se encuentran aquellos estudiantes que no firmaron.

Para concluir como criterios de eliminación, no se incluyó aquellos cuestionarios que estaban vacíos o incompletos.

Técnicas e instrumentos.

En el estudio se obtuvo la técnica de la encuesta, por medio del Cuestionario de Afrontamiento al estrés (COPE) desarrollado en el año 1989 por Carver y colaboradores (ANEXO A). Teniendo como finalidad identificar las estrategias de afrontamiento ante situaciones estresantes. Este test contiene 13 escalas que corresponden a las estrategias de afrontamiento, las cuales son afrontamiento activo, planificación, contención del afrontamiento, supresión de actividades competentes, búsqueda de soporte por motivos instrumentales, búsqueda de soporte por motivos emocionales, reinterpretación positiva y crecimiento, uso del humor, acudir a la religión, negación, aceptación, liberación de emociones, uso de drogas y alcohol, desentendimiento mental y desentendimiento conductual, contando con un total de 52 ítems (Cassaretto & Chau, 2015)., cuya validación al contexto peruano, fue realizada por Cassaretto y Chau (2016) en donde obtuvieron una consistencia interna de 0.73, siendo estadísticamente confiable para su aplicación.

Para evaluar la validez de la prueba las investigadoras realizaron un análisis factorial exploratorio, tal como el desarrollado por Carver y colaboradores en 1989, utilizando un análisis con rotación oblicua y extracción de componentes principales, técnicas que permitieron corroborar la validez de la prueba pues alcanzó valores adecuados, [KMO=0.798, $p=0.01$; $\chi^2=8529.48$; $gl=1770$, $p<0.01$].

Además, sobre la confiabilidad, los índices alfa de Cronbach de las escalas en la mencionada investigación oscilan entre .53 a .91, siendo 5 las escalas que no superan el 0.7, estas son desentendimiento mental, afrontamiento activo, restricción del afrontamiento, supresión de

actividades en competencia y reinterpretación; siendo desentendimiento mental la que obtiene el índice más bajo con 0.53.

En cuanto a la evaluación de la autoeficacia académica se utilizó la Escala de Autoeficacia de los Escolares (ACAES) de Galeguillos y Olmedo (2018) adaptado a la población escolar de secundaria en el contexto peruano (Anexo B). El instrumento cuenta con 18 reactivos que evalúan tres dimensiones: confianza en el desempeño de la tarea, esfuerzo en la realización de la tarea y comprensión de la tarea. El instrumento cuenta con una confiabilidad alta de Cronbach de 0.887, siendo fiable para su utilización.

Procedimientos.

Inicialmente, se recibió una carta de autorización emitida por la Escuela de Psicología de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo (ANEXO C), a fin de ser entregada con las autoridades correspondientes de la institución educativa. En este documento, se especificó, en nombre de la investigadora, los objetivos de la investigación, los beneficios y riesgos del mismo.

Del mismo modo, emitió un consentimiento informado a los padres de los alumnos (ANEXO D), a fin de que acepten voluntariamente por la participación de su menor hijo en la investigación; asimismo, se hará entrega del asentimiento informado a los alumnos (ANEXO E), con la finalidad de que acepten, a través de una firma, la participación en la investigación.

Posteriormente, se les explicó de forma detallada y pertinente el modo de resolver el cuestionario a los estudiantes, así mismo, sobre los objetivos del mismo, se les detalló los principios de confidencialidad que se toman en cuenta y de autonomía, por lo que se les indicó que pueden dejar de participar y retirarse en el momento que crean convenientes. Asimismo, se absolvió dudas por parte de los participantes y se procederá a verificar que todos los ítems sean marcados respectivamente.

Aspectos éticos.

La investigación contó con la conformidad del Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo (ANEXO F). Asimismo, el estudio fue evaluado por el programa antiplagio de Turnitin, en donde se obtuvo un porcentaje de 18%.

Se investigó desempeñar con los principios de beneficencia, autonomía y justicia, estipulados por la American Psychological Association (2010), por lo que antes de aplicar el instrumento, se entregó a los apoderados un consentimiento informado, y asentimiento informado a los participantes, en donde se detallan los objetivos de la investigación y sus derechos como participantes, además, este documento fue firmado por ellos mismos, otorgando, de ese modo, la autorización para su participación voluntaria.

Se tomo el respeto a las personas y su trato digno, permitiéndoles tomar decisiones autónomas en el momento que crean convenientes, asimismo, la investigación no presentará

ningún riesgo para la integridad física y psicológica de los participantes. Del mismo modo, se garantizó que los fines investigativos sean comprendidos totalmente, por lo que se brindó información sobre el instrumento que se usó, el uso de los resultados que se obtengan y la divulgación confidencial de los mismos. Cabe destacar que ante cualquier duda que pueda surgir en el transcurso de la investigación, los participantes podrán comunicarse con la investigadora por mensajes de texto o llamadas, en el número telefónico que está descrito en el asentimiento y consentimiento informado.

Procesamiento y análisis de datos.

Se utilizó una hoja de cálculo creada con el programa Microsoft Excel 2019 como base de datos para organizar los resultados del instrumento. También se utilizó la distribución de frecuencias para emplear la estadística descriptiva.

Posteriormente, se analizaron los datos de acuerdo a los objetivos establecidos, realizando la sumatoria y cualificación de las dimensiones de los instrumentos; luego, serán relacionadas con los baremos a fin de identificar la frecuencia de uso de cada estrategia de afrontamiento y niveles de autoeficacia de los participantes. La baremación fue creada a través del programa de cálculo Jamovi con la función de valores percentiles.

Para el procesamiento de los datos, se procedió a calcular la confiabilidad de los instrumentos por cada una de sus dimensiones, y de manera general, y a determinar los baremos respectivos para los niveles designados por los autores, asignándose la categoría Alto, Medio y Bajo, para la variable de autoeficacia académica, respectivamente. Posteriormente, los resultados fueron presentados en tablas.

Resultados y Discusión

Relación entre afrontamiento al estrés y autoeficacia académica

Se evidencia que existe una correlación altamente significativa positiva baja entre las variables de estrategias de afrontamiento y autoeficacia académica (Ver tabla 1).

Tabla 1

Correlación entre afrontamiento al estrés y autoeficacia académica

		Autoeficacia académica
Estrategias de afrontamiento	Rho de Spearman	0.269
	valor p	0.003

Esto sugiere que los estados de ánimo que los alumnos influenciados por las expectativas, percepción y bienestar en su entorno escolar se vinculan con las respuestas a nivel cognitivo, conductual y emocional que se suscitan en la cotidianidad de la vida para resolver los conflictos que se presentan. Estos hallazgos, concuerdan con los encontrados por Freire y Ferradás (2020), quienes encontraron que las dimensiones de las estrategias de afrontamiento se correlacionaron con la autoeficacia académica (Revalorización positiva, $r = 0,63$; búsqueda de apoyo $r = 0,21$ y planificación $r = 0,45$). Asimismo, Domínguez (2018), encontró que las estrategias de afrontamiento de orientación a la tarea ($r=0,344$) y evitación ($r=0,217$) se correlacionan con la variable de autoeficacia académica.

Nivel de autoeficacia académica

Se halló que existe predominancia del nivel bajo para la dimensión de autoeficacia académica (Ver tabla 2).

Tabla 2

Nivel de autoeficacia académica

Nivel	%
Bajo	35.8 %
Medio	53.3 %
Alto	10.8 %

La alta frecuencia del nivel medio indica que la valoración que se da a la calidad educativa, a los servicios brindados en las instituciones educativas, los métodos de enseñanza, la interacción con los docentes, la satisfacción con el entorno escolar y los recursos de estudio, no son completamente satisfactorias para los alumnos. Además, estos hallazgos difieren de los encontrados por Galeguillos y Olmedo (2017), quienes refieren que, en una población de adolescentes escolares chilenos, la mayoría obtuvieron puntajes que los ubicaron en un nivel alto

de autoeficacia académica. Por otra parte, Sulca y Quiroz (2021), concuerdan con los hallazgos de esta investigación, ya que indican en su investigación que la mayor parte de los estudiantes de nivel secundario de una institución educativa de Perú, obtuvieron un nivel medio de autoeficacia académica y el un porcentaje reducido, obtuvieron un nivel alto.

Estrategias de afrontamiento más utilizadas

Respeto a la frecuencia del uso de estrategias de afrontamiento, se denota una prevalencia en las estrategias de aceptación, negación y desentendimiento cognitivo (Ver tabla 3).

Tabla 3

Estrategias de afrontamiento más utilizadas por estudiantes del nivel secundario de una Institución Educativa Pública de Chiclayo, 2023

Estrategias de afrontamiento	Niveles		
	Poco frecuente	Frecuente	Muy frecuente
Afrontamiento activo	30.8 %	52.5 %	16.7 %
Planificación de actividades	36.7 %	41.7 %	21.7 %
Supresión de otras actividades	48.3 %	16.7 %	35.0 %
Postergación del afrontamiento	57.5 %	18.3 %	24.2 %
La búsqueda de apoyo social por razones instrumentales	30.0 %	34.2 %	35.8 %
La búsqueda de apoyo social por razones emocional	30.8 %	42.5 %	26.7 %
Reinterpretación positiva y crecimiento	29.2 %	45.0 %	25.8 %
La aceptación	26.7 %	31.7 %	41.7 %
Negación	36.7 %	22.5 %	40.8 %
Acudir a la religión	26.7 %	42.5 %	30.8 %
Enfocar y liberar emociones	35.0 %	27.5 %	37.5 %
Desentendimiento conductual	39.2 %	33.3 %	27.5 %
Desentendimiento cognitivo	40.0 %	20.0 %	40.0 %

La alta frecuencia de uso de la estrategia de aceptación, indica que existe una tendencia en el acto de aceptar que existe un situación conflictiva o estresante en principio, pero que, poco a poco se irá desvaneciendo o no tendrá mayor importancia con el tiempo. Este hallazgo difiere por el encontrado por Salazar (2021) quién encontró en una población de escolares de tres instituciones educativa de Perú, que la estrategia más frecuente fue la focalización al problema.

En cuanto a la prevalencia del poco uso de la estrategia de postergación de afrontamiento, se denota que los estudiantes de nivel secundario tienden a esperar el momento indicado para tomar acción, desligando cuando activación resolutiva en el momento que se percibe un problemao se capta un conflicto. Ello incorpora un rol pasivo en la resolución de problemas inmediata queposeen los estudiantes (Caver et al, 1989).

Por otro lado, respecto al afrontamiento activo, los hallazgos revelan que tiene una prevalencia frecuente en la población, ello indica que algunos de los sujetos participantes, manifiestan una serie de conductas que se orienta a la reducción de efectos negativos que se

producen frente a conflictos generadores de estrés (Cassareto et al, 2003), lo que puede manifestar con los resultados conseguidos en otras investigaciones (Sandoval et al, 2020) que identifican esta estrategia como la más utilizadas, debido a que otorga un rol activo en la resolución de conflictos ante la evaluación primaria de un estímulo o situación estresante.

Relación entre las estrategias de afrontamiento y dimensiones de autoeficacia académica

Se encontró que existen correlación altamente significativa entre la estrategia de búsqueda de apoyo social por razones instrumentales con las dimensiones de esfuerzo en el desarrollo de la tarea y comprensión de la tarea de autoeficacia académica; también entre la estrategia de reinterpretación positiva y crecimiento con la dimensión de comprensión de la tarea (ver tabla 4).

Tabla 4

Correlación entre las estrategias de afrontamiento y las dimensiones de la variable de autoeficacia académica

		Confianza en el desempeño de la tarea	Esfuerzo en el desarrollo de la tarea	Comprensión de la tarea
Afrontamiento activo	Rho de Spearman	-0.004	-0.028	-0.088
	valor p	0.962	0.759	0.341
Planificación de actividades	Rho de Spearman	-0.009	-0.01	0.218
	valor p	0.923	0.918	0.017
Supresión de otras actividades	Rho de Spearman	0.09	-0.066	0.044
	valor p	0.326	0.473	0.633
Postergación del afrontamiento	Rho de Spearman	-0.016	-0.01	0.069
	valor p	0.866	0.912	0.454
La búsqueda de apoyo social por razones instrumentales	Rho de Spearman	0.045	-0.082	0.001
	valor p	0.628	0.371	0.995
La búsqueda de apoyo social por razones emocionales	Rho de Spearman	0.203	0.25	0.331
	valor p	0.026	0.006	< .001
Reinterpretación positiva y crecimiento	Rho de Spearman	0.201	0.141	0.266
	valor p	0.027	0.123	0.003
La aceptación	Rho de Spearman	0.154	0.129	0.136
	valor p	0.093	0.16	0.139
Negación	Rho de Spearman	0.106	0.172	0.197
	valor p	0.249	0.061	0.031
Acudir a la religión	Rho de Spearman	0.118	0.107	0.174
	valor p	0.198	0.246	0.057
Enfocar y liberar emociones	Rho de Spearman	0.131	0.102	0.011
	valor p	0.153	0.269	0.903
Desentendimiento conductual	Rho de Spearman	0.097	0.141	0.145
	valor p			

	valor p	0.291	0.125	0.115
Desentendimiento cognitivo	Rho de Spearman	0.176	0.212	0.212
	valor p	0.054	0.02	0.02

Los resultados muestran que la estrategia de búsqueda de apoyo social por razones emocional tiene una correlación altamente significativa positiva baja con la dimensión de esfuerzo en el desarrollo de la tarea ($p < .01$) y comprensión de la tarea ($p < .001$), ello indica que las peticiones de ayuda o información sobre competencias para afrontar un problema con personas que son vistas como guías, otorgan mayor vigor, fuerza o energía que se pone en manifiesto para realizar alguna actividad establecida y mayor comprensión, entendimiento e interiorización de las dificultades que conlleva la realización de una actividad a través de la razón (Caver et al, 1989; Galeguillos & Olmedo, 2017). Estos descubrimientos concuerdan con los encontrados por Freire y Ferradás (2020), quienes encontraron en su investigación con estudiantes universitarios que las dimensiones de búsqueda de apoyo y revalorización positiva estaban correlacionadas con la variable de autoeficacia académica. Asimismo, la estrategia de búsqueda de apoyo social por razones emocionales se correlaciona significativamente con la dimensión de confianza en el desempeño de la tarea ($p = .026$), esto indica que la tendencia de buscar fortaleza ayuda y comprensión en los demás, favorece en el preámbulo al desarrollo de las actividades escolares, lo cual, genera mayor satisfacción en los estudiantes.

Asimismo, la estrategia de desentendimiento cognitivo se correlaciona significativamente con las dimensiones de esfuerzo en el desarrollo de la tarea ($p = .02$) y comprensión de la tarea ($p = .02$), esto sugiere que el cambio de actividades para distraerse de una actividad estresora, es una medida que puede garantizar la mejor comprensión de aquellas situaciones conflictivas o que demanden de alto esfuerzo cognitivo en el entorno escolar. Del mismo modo, las estrategias de negación y planificación de actividades se correlacionan significativamente con la dimensión de desarrollo de la tarea ($p = .031$; $p = .017$) lo que evidencia que el rechazo o la creencia de que un problema no existe e idear un plan de acción inmediato para afrontar situaciones conflictivas, son una alternativa para lograr desarrollar, ejecutar o finalizar alguna actividad impuesta en el medio escolar (Galeguillos & Olmedo, 2017).

Por otro lado, la estrategia de reinterpretación positiva e incremento posee una correlación altamente significativa con la dimensión de comprensión de la tarea ($p = .003$), lo que hace evidente que la evaluación positiva de un problema con una postura de aprendizaje del mismo genera mayor entendimiento de una actividad específica (Caver et al, 1989; Galeguillos & Olmedo, 2017).

Conclusiones

Existe una correlación altamente significativa, positiva baja entre las variables de estrategias de afrontamiento y autoeficacia académica.

Por otro lado, en el nivel de autoeficacia académica se encontró que la mayor parte de los partícipes de la investigación, se ubican en un nivel medio. Asimismo, se halló que el nivel alto de autoeficacia académica es el menos prevalente.

Asimismo, las estrategias de afrontamiento más manipuladas son la aceptación, la negación y el desentendimiento cognitivo. Además, se halló que las estrategias de afrontamiento menos manejadas por los individuos inmersos en la investigación son supresión de otras actividades y postergación del afrontamiento.

Recomendaciones

Para futuras investigaciones, se sugiere llevar a cabo investigaciones longitudinales que analicen las variaciones existentes en las estrategias de afrontamiento en los estudiantes y su autoeficacia académica, ya que, la presente investigación se centra en una población escolar adolescente y, durante la etapa universitaria, suelen existir cambios a nivel cognitivo, comportamental y académico, lo cual puede modificar, en gran o menor medida, la percepción y connotación sobre el ámbito de desarrollo académico y satisfacción con el mismo.

Referencias

- Alarcón, M. A., Cond orí, F. E. y Vera, L. (2022). Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria. *Investigaciones, ensayos y experiencias*, 5, 106-118. <https://ies7-juj.infed .edu.ar/sitio/publicaciones/>
- Aguirre, M. (2016). Resiliencia y estrategias de afrontamiento en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública de Trujillo. (Tesis de Licenciatura). <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/10708/Aguirre%20V%c3%a1squez%20Mar%c3%ad a%20Soled ad .pdfsequence=1&isAllowed =y>
- Aquije Casafranca, D.R. (2018). Estilos de afrontamiento en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria en un colegio nacional del distrito de Barranco en el año 2017. (Tesis de pregrado). Universidad Inca Garcilaso de la Vega. Recuperado de <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/2700?show=full>
- Cardona, J., Villamil, M., Henao, E. & Quintero, A. (2011). El afrontamiento de la soledad en la población adulta. *Medicina UPB*, 30(2), 150-162. <https://www.redalyc.org/comocitar.oa?id =159022496006>
- Castillo, Y. & Prada, N. (2022). Afrontamiento de estrés en adolescentes escolares víctimas de violencia: Una revisión sistemática de literatura en el periodo 2016-2021. (Tesis de Licenciatura). Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/83423/Castillo_YA-Prada_GNA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed =y
- Cond ori, J. (2020). Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Perú, Lima. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/1030>
- Galleguillos Herrera, P. y Olmedo Moreno, E. (2017). Autoeficacia académica y rendimiento escolar: un estudio metodológico y correlacional en escolares. *ReiDoCrea*, 6, 156-169. <https://www.ugr.es/~reid ocrea/6-14.pdf>
- Lozano-Vargas, A. (2020). Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID – 19) en la salud mental del personal de salud y en la población en general de China. *Revistade Neuropsiquiatría*, 83 (1). doi: <https://doi.org/10.20453/rnp.v83i1.3687>
- Macías, M., Orozco, C., Valle, M. & Zambrano, J. (2012). Estrategias de Afrontamiento Individual y Familiar Frente a Situaciones de Estrés Psicológico. *Psicología desde el Caribe*. 30 (1). Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oaid =21328600007>

- Ochoa, A. (2018). Estrategias de afrontamiento ante el estrés académico en adolescentes que inician la vida universitaria. *UCP*, 3. <https://repositorio.ucp.o/bitstream/10785/5/1/DDMPS1185.pdf>
- Pereyra, C., Ronchieri, C., Rivas, A., Trueba, D., Mur, J., & Páez, N. (2018). Autoeficacia: una revisión aplicada a diversas áreas de la psicología. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBS*, 16(2), 299-325. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612018000200004
- Sulca & Quiroz (2021). Autoeficacia académica y rendimiento escolar en adolescentes. *Balance's*, 9 (13), 55-59. <https://revistas.unas.edu.pe/index.php/Balances/article/view/250/227>

ANEXO A

CUESTIONARIO ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS

Nuestro interés es conocer cómo las personas responden cuando enfrentan situaciones difíciles eso estresantes. Con este propósito en el presente cuestionario se pide indicar qué cosas hace, piensa o siente con más frecuencia cuando se encuentra en tal situación.

No olvide responder todas las preguntas teniendo en cuenta las siguientes alternativas:

Casi nunca hago esto, a veces hago esto, usualmente hago esto, hago esto con mucha frecuencia.

ENUNCIADO	Casi nunca hago esto	A veces hago esto	Usualmente hago esto	Hago esto con mucha frecuencia
1. Hago actividades adicionales para quitarme de encima el problema				
2. Trato de idear una estrategia sobre lo que debo de hacer				
3. Dejo de lado otras actividades para poder concentrarme en el problema				
4. Me fuerzo a mí mismo (a) a esperar el momento apropiado para hacer algo				
5. Le pregunto a personas que han tenido experiencias similares, qué hicieron				
6. Hablo de mis sentimientos con alguien				
7. Busco el lado bueno en lo que está sucediendo				
8. Aprendo a vivir con el problema				
9. Busco la ayuda de Dios				
10. Me molesto y doy rienda suelta a mis emociones				
11. Me rehúso a creer que eso ha sucedido				
12. Dejo de realizar intentos para conseguir lo que quiero				
13. Me dedico al trabajo o a otras actividades para no pensar en la situación estresante				
14. Concentro mis esfuerzos en hacer algo con respecto al problema.				
15. Hago un plan de acción				
16. Me concentro en tratar este problema y, si es necesario, dejo de lado otras cosas				
17. No hago nada hasta que la situación lo permita				
18. Trato de conseguir el consejo de alguien sobre qué hacer				
19. Trato de conseguir apoyo de amigos o parientes				
20. Intento ver el problema desde un punto de vista diferente, para hacerlo parecer más positivo				
21. Acepto que el hecho ha ocurrido y que no puede ser cambiado				
22. Pongo mi confianza en Dios				

23. Dejo salir mis sentimientos				
24. Me hago la idea de que nada ha ocurrido				
25. Dejo de intentar alcanzar mi meta				
26. Me voy al cine o veo televisión para pensar menos en eso				
27. Hago paso a paso lo que debe hacerse				
28. Pienso bastante sobre los pasos que debo seguir				
29. No me dejo distraer por otros pensamientos o actividades				
30. Me aseguro de no empeorar las cosas por actuar demasiado rápido				
31. Hablo con alguien que pueda saber más de la situación				
32. Hablo con alguien sobre cómo me siento				
33. Aprendo algo de la experiencia				
34. Me acostumbro a la idea de que el hecho sucedió				
35. Intento encontrar consuelo en mi religión				
36. Siento que me altero mucho y expreso demasiado todo lo que siento				
37. Actúo como si no hubiese ocurrido				
38. Admito que no puedo lidiar con el problema, y dejo de intentar resolverlo				
39. Sueño despierto (a) con cosas distintas al problema				
40. Realizo acciones dirigidas a enfrentar el problema				
41. Pienso en cómo podría manejar mejor el problema				
42. Trato de evitar que otras cosas interfieran con mis esfuerzos para enfrentar la situación				
43. Me controlo para no hacer las cosas apresuradamente				
44. Hablo con alguien que pueda hacer algo concreto sobre el problema				
45. Busco la simpatía y la comprensión de alguien				
46. Trato que mi experiencia me haga, o me lleve a madurar				
47. Acepto la realidad de lo sucedido				
48. Rezo más que de costumbre				

49. Me molesto y soy consciente de ello				
50. Me digo a mí mismo (a) "esto no es real"				
51. Reduzco la cantidad de esfuerzo que pongo en solucionar un problema				
52. Duermo más de lo usual				

ANEXO B

ESCALA DE AUTOEFICACIA ACADÉMICA DE LOS ESCOLARES (ACAES)

Este instrumento tiene el objetivo de conocer los niveles de autoeficacia académica de los estudiantes. Para responder este instrumento, deberás leer cada una de las afirmaciones ante poniendo un “YO PUEDO”. Posteriormente, deberás marcar con una “X” (sobre el número) solo en aquel valor que más se acerca a tu realidad, siguiendo esta escala:

Nunca = 1
 Casi nunca =2
 Regularmente
 =3
 Casi siempre =4
 Siempre =5

YO PUEDO...	1	2	3	4	5
1. Trabajar con cualquier compañero y lograr buenas notas	1	2	3	4	5
2. Trabajar en cualquier tarea y lograr buenas notas	1	2	3	4	5
3. Realizar bien cualquier tarea que me den	1	2	3	4	5
4. Aportar buenas ideas para hacer mis tareas en todas las áreas	1	2	3	4	5
5. Esforzarme mucho más que mis compañeros para que me vaya bien en todos los ramos	1	2	3	4	5
6. Cooperar muy bien en los trabajos que realizo en grupo.	1	2	3	4	5
7. Estudiar solo/a y rendir muy bien en cualquier actividad académica	1	2	3	4	5
8. Expresar mi opinión, aunque no esté de acuerdo con lo que dice el profesor	1	2	3	4	5
9. Realizar cualquier tipo de tarea o trabajo que los profesores den, aunque sean difíciles.	1	2	3	4	5
10. Organizar mi tiempo para cumplir con todo lo que los profesores piden	1	2	3	4	5
11. Estudiar más horas cuando tengo pruebas difíciles	1	2	3	4	5
12. Esforzarme mucho más para resolver tareas difíciles	1	2	3	4	5
13. Repetir una tarea hasta lograr hacerlo bien	1	2	3	4	5
14. Estudiar primero, y luego hacer otras cosas (jugar, ver tv)	1	2	3	4	5
15. Entender lo que enseña cualquier profesor	1	2	3	4	5
16. Sacarme buenas notas en las pruebas que creo difíciles	1	2	3	4	5
17. Entender bien la idea central que está explicando el profesor o lo que dice un libro	1	2	3	4	5
18. Entender lo que explica un profesor, aunque exista desorden en la sala.	1	2	3	4	5

ANEXO C



Chiclayo, 27 de junio de 2023

Carta N°157-2023-USAT-EPSI

Mg. Ana María Domínguez Tejada
Directora del I.E. N°11124 "Nuestra Señora de la Paz"
Presente.-

Asunto: Investigación

Es grato dirigirme a usted para expresarle mi cordial saludo y a la vez presentarle a la **Srta. MALY ELIZABETH REYES GUERRERO**, con documento de identidad N° **75389852**, estudiante del IX Ciclo Académico, quien actualmente cursa la asignatura Seminario de Tesis I cuyo docente es el **Dr. Rony Edinson Prada Chapoñan** del programa de estudios de **Psicología**.

Por tal motivo recorro a usted para que le brinde las facilidades, permitiéndole la recolección de información necesaria para realizar su investigación denominada: **Afrontamiento al estrés y autoeficacia académica en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública de Chiclayo, 2023**.

Agradeciéndole por la deferencia que se sirva brindar a la presente le anticipo los sentimientos de mi consideración y estima.

Atentamente,



A handwritten signature in black ink, appearing to read "Becerra E".

Mgtr. Nelly Patricia Becerra Escate
Directora
Escuela de Psicología

ANEXO D

Consentimiento para participar en un estudio de investigación Padres de familia

Datos informativos:

Institución: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo

Investigadores: Reyes Guerrero Maly Elizabeth

Título : Afrontamiento al estrés y Autoeficacia académica en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública de Chiclayo, 2023

Señor padre de familia: A través del presente documento se solicita la participación de su menor hijo/a en la investigación de Afrontamiento al estrés y autoeficacia académica en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa pública de Chiclayo, 2023.

Fines del Estudio: El estudio es desarrollado por investigadores de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. Estamos realizando este estudio para medir el nivel de autoeficacia académica en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública de Chiclayo, 2023

Procedimientos: Si usted acepta la participación de su hijo en este estudio, se le pedirá a este que responda a las preguntas de dos cuestionarios, con aproximadamente 30 minutos de duración cada uno.

Riesgos: No existen riesgos por participar en este estudio.

Beneficios: Su hijo se beneficiará de una evaluación Psicológica de Afrontamiento al estrés y autoeficacia académica. Se le informará de manera personal y confidencial los resultados que se obtengan de los test realizados. Los costos de todos los test serán cubiertos por el estudio y no le ocasionarán gasto alguno.

Costos e incentivos: Usted no deberá pagar nada por la participación de su hijo/a en el estudio. Así mismo, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

Confidencialidad: La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Las respuestas serán codificadas usando un número de identificación que garantiza la confidencialidad. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de las personas que participaron. Los archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio sin su consentimiento.

Uso futuro de la información obtenida: Deseamos conservar la información de las encuestas guardadas en archivos por un periodo de 2 años, con la finalidad de que sirvan como fuente de verificación de nuestra investigación, luego del cual será eliminada.

Autorizo guardar la base de datos:

SI NO

Derechos del participante: Si usted decide que su menor hijo/a participe en el estudio, y por algún hijo/a desiste, puede retirarse de éste en cualquier momento, sin perjuicio alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte al personal del estudio, o llamar a Maly Elizabeth Reyes Guerrero al celular 926687464.

Si usted tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que su hijo/a ha sido tratado injustamente, puede contactar al Comité de Ética en investigación de la Facultad de Medicina de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, al correo: comiteetica.medicina@usat.edu.pe

CONSENTIMIENTO: Acepto que mi menor hijo/a participe voluntariamente en este estudio, comprendo en qué consiste su participación en el proyecto, también entiendo que puede decidir no participar y que puede retirarse del estudio en cualquier momento, sin perjuicio alguno de su persona.

Padres de familia

Nombre:

D.N.I:

Investigadora

Nombre: Maly Reyes Guerrero

D.N.I: 7538985

ANEXO E**Asentimiento para participar en un estudio de investigación****Datos informativos:**

Institución: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo

Investigador: Maly Elizabeth Reyes Guerrero

Título: Afrontamiento al estrés y Autoeficacia académica en estudiantes de una institución educativa pública de Chiclayo, 2023.

Propósito del Estudio: Te estoy invitando a participar en un estudio para terminar si existe asociación entre estilos de crianza y agresividad. Este es un estudio desarrollado por la investigadora de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo.

Afrontamiento al estrés significa diferentes respuestas emocionales empleadas para manejar y tolerar al mismo, permitiendo reducir la tensión y restablecer el equilibrio

Procedimientos: Si decides participar en este estudio tendrás que responder a dos instrumentos con duración de 25 minutos cada uno.

Riesgos: No existen riesgos por participar en este estudio.

Beneficios: Te beneficiarán con los resultados de una evaluación psicológica de Afrontamiento o al estrés y Autoeficacia académica que podrás acceder si lo deseas, conectándose con la investigadora de manera personal y confidencial. Los costos de todos los tests serán cubiertos por el estudio y no ocasionaron gasto alguno.

Costos e incentivos: No deberás pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no recibirás dinero por tu participación. Todos los gastos generados en este estudio serán asumidos por el investigador.

Confidencialidad: No se guardará tu información con tus datos. Si los resultados son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de los participantes. Tu información no será mostrada a ninguna persona ajena al estudio sin tu consentimiento.

Uso de la información obtenida: La información una vez procesada será eliminada.

Derechos del participante: Si decides participar en el estudio, y si por algún motivo deseas retirarte, puedes hacerlo en cualquier momento sin perjuicio alguno. Si tienes alguna duda adicional, por favor pregunta al personal del estudio, o llama a Maly Elizabeth Reyes Guerrero al celular 926687464, investigador principal. Si tienes preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o crees que has sido tratado injustamente puedes contactar al Comité de Ética en investigación de la Facultad de Medicina de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, al correo: comiteetica.medicina@usat.edu.pe

Asentimiento:

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo en qué consiste mi participación en el proyecto, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento sin ningún problema en mi casa o en mi colegio.

Participante

Nombre:

DNI:

Investigadora:

Nombre: Maly Reyes Guerrero

DNI: 75389852

ANEXO F



CONSEJO DE FACULTAD
RESOLUCIÓN N° 277-2023-USAT-FMED
Chiclayo, 03 de octubre de 2023

Vista la solicitud virtual N° TRL-2023-12130 en virtud de la aprobación con fecha 27 de setiembre de 2023 por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina del Proyecto de Investigación de la estudiante REYES GUERRERO MALY ELIZABETH, de la Escuela de Psicología. Asesor: Mgtr. Jaime Leon Pareja Pareja.

CONSIDERANDO:

Que esta investigación forma parte de las áreas y líneas de investigación de la Escuela de Psicología.

Que el proyecto de Investigación denominado: **AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS Y AUTOEFICACIA ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE CHICLAYO, 2023**, fue aprobado por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina.

En uso de las atribuciones conferidas por la Ley Universitaria N° 30220 y el Estatuto de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo;


SE RESUELVE:

Artículo 1º.- Declarar aprobado el Proyecto de Investigación para continuar con el proceso de recolección de datos y finalización del mismo.

Artículo 2º.- Dar a conocer la presente resolución a la interesada.

Regístrese, comuníquese y archívese.




Mtro. Jorge Luis Limo Liza
Secretario Académico (e)
Facultad de Medicina




Mtro. Luis Enrique Jara Romero
Decano (e)
Facultad de Medicina