

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



**Estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes del primer año de
una universidad privada de Lambayeque, 2023**

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

AUTOR

Linda Katherine Del Maestro Lecca

ASESOR

Oscar Ivan Alfaro Bustamante

<https://orcid.org/0000-0002-0235-4019>

Chiclayo, 2025

**Estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes del primer
año de una universidad privada de Lambayeque, 2023**

PRESENTADA POR

Linda Katherine Del Maestro Lecca

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

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

APROBADA POR

Sonia Jesus Pozada Parra

PRESIDENTE

Jose Rolando Gamarra Moncayo

SECRETARIO

Oscar Ivan Alfaro Bustamante

VOCAL

Dedicatoria

A mi madre, quien estuvo día y noche apoyándome a lo largo de mi carrera universitaria, quien me impulsa a superarme siempre y seguir adelante sin importar qué.

Agradecimientos

A mi madre, por todo. A Ronald, mi enamorado, que continuó alentándome y apoyándome con su paciencia y amor incondicional. A mis amigos que logré conocer gracias a mi carrera universitaria, especialmente a Amy y Alexandra, con quienes compartí incontables horas de trabajo y encontré en ellas amistad real. A mis asesores, quienes estuvieron conmigo desde un principio, guiándome con sus enseñanzas. Por último, a esas siete personas que me apoyan desde lejos, motivándome a confiar en mí misma y nunca darme por vencida.

Estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes del primer año de una universidad privada de Lambayeque, 2023

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	9%
2	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	Submitted to Universidad Católica San Pablo Trabajo del estudiante	1%
5	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	Submitted to Unidad Educativa Particular Bilingue "Principito & Marcel Laniado de Wind" Trabajo del estudiante	1%
7	Submitted to UPAEP: Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla Trabajo del estudiante	1%
8	Submitted to FUNIBER Trabajo del estudiante	1%
9	Zuly Marlene Fernández López, Carmen Siomara López Santos, Alba Luz Zelaya Guardado, Carmen María Zúniga Valle. "Coping strategies and psychological well-being in Psychology students in post	1%

Índice

Resumen.....	6
Abstract.....	7
Introducción	8
Revisión de literatura.....	10
Materiales y métodos.....	13
Resultados y discusión.....	15
Conclusiones	19
Recomendaciones	19
Referencias.....	20
Anexos	24

Resumen

Esta investigación se basó en cómo los estudiantes ingresantes de una universidad deben enfrentar desafíos y nuevos aprendizajes en esta etapa de adaptación, causándoles estrés y un efecto negativo en su bienestar psicológico. Para ello, se tuvo como objetivo general determinar la correlación entre estrés académico y bienestar psicológico. Se hizo uso de una metodología de diseño no experimental, transversal, descriptivo-correlacional, donde se utilizó la muestra de 104 estudiantes del primer año de educación superior de la carrera de psicología, de una universidad privada de Lambayeque. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario SISCO del estrés académico y la escala de bienestar psicológico de Ryff. Se evidenció que ambas variables no guardan relación significativa. Por otro lado, entre los estresores predominantes resaltó la sobrecarga de actividades académicas y el tiempo limitado para realizarlas. Sobre el bienestar psicológico, el nivel más alto fue la dimensión de crecimiento personal, seguido de el propósito en la vida, con un nivel medio, y finalmente, la autoaceptación. Además de ello, entre la relación de las dimensiones de ambas variables, resaltó los estresores académicos y su relación significativa con el dominio del entorno de los estudiantes. Por último, se encontró que los síntomas por estrés académico tienen una relación negativa y significativa con dominio del entorno de universitarios, los estilos de afrontamiento tienen una relación positiva y significativa con la autoaceptación, relaciones positivas, crecimiento personal y propósito en la vida de los estudiantes.

Palabras clave: Estrés académico, bienestar psicológico, universitarios, adaptación, correlación.

Abstract

This research was based on how incoming students of a university must face challenges and new learning in this adaptation stage, causing them stress and a negative effect on their psychological well-being. To this end, the general objective was to determine the correlation between academic stress and psychological well-being. A non-experimental, cross-sectional, descriptive-correlational design methodology was used, where the sample of 104 students of the first year of higher education of the psychology degree, from a private university in Lambayeque, was used. The instruments used were the SISCO Inventory of academic stress and the Ryff psychological well-being scale. It was evident that both variables do not have a significant relationship. On the other hand, among the predominant stressors, the overload of academic activities and the limited time to carry them out stood out. Regarding psychological well-being, the highest level was the dimension of personal growth, followed by purpose in life, with a medium level, and finally, self-acceptance. In addition, among the relationship between the dimensions of both variables, academic stressors and their significant relationship with the mastery of the students' environment stood out. Finally, it was found that academic stress symptoms have a negative and significant relationship with mastery of the university environment, coping styles have a positive and significant relationship with self-acceptance, positive relationships, personal growth and purpose in life of the students.

Keywords: Academic stress, psychological well-being, university students, adaptation, correlation.

Introducción

El inicio de la vida universitaria, sobre todo, el primer año académico es una etapa crucial para el estudiante, la cual influirá significativamente en su rendimiento, determinando en su éxito académico o abandono escolar (Silva, 2011). Que el alumno presente diversas dificultades de adaptación al nuevo entorno, no maneje adecuadamente la mayor carga académica, presente dificultades en su independencia y responsabilidad, problemas de ajuste emocional y vida social, de gestión de tiempo y organización; significará para el sujeto una problemática en su desarrollo, junto con un efecto negativo en su salud.

Ahora, los estudiantes universitarios, en el intento de cumplir las tareas asignadas y objetivos trazados, experimentan estrés debido a las exigencias que tiene cada una. Existen diferentes grados de estrés académico; generándoles ansiedad, además de provocarles una influencia perjudicial en el rendimiento académico, salud y otros ámbitos de vida en los jóvenes.

Es aquí donde su bienestar psicológico se ve comprometido, ya que este no permitirá el alcance de objetivos y obtener el gozo de haber alcanzado lo propuesto durante la etapa (Arroyo, 2020).

Al respecto, autores como Moscoso y Barzallo (2015), muestran cifras bastante preocupantes sobre los universitarios que tienen estrés académico. Ellos señalan que, en general, un 25% de los alumnos estaban pasando por el desarrollo de estrés académico en sus vidas, siendo fundamentalmente aquellos que estudian carreras de salud. Por otro lado, en América, el 64% de alumnos de medicina en los primeros semestres sufren de estrés académico y en Latinoamérica, los datos sobrepasan al 67% del cuerpo estudiantil en el primer año de estudios con estrés académico, demostrando que los universitarios son más propensos a padecer de estrés académico, siendo algunos factores en la época universitaria en donde se encuentra su mayor incidencia.

Por otro lado, Kloster y Perrotta (2019), en su estudio de estrés académico, arrojan cifras elevadas en el nivel moderado de la misma variable. Fueron evaluados 163 estudiantes, donde no se evidenciaron diferencias significativas entre ambos grupos de estudio, siendo que los de 1er año presentaban un nivel de estrés académico mayor, a comparación de los estudiantes del último año, quienes tuvieron un nivel mayor en uso de estrategias de afrontamiento.

El empezar la universidad, es enfrentar cambios y nuevas adaptaciones, sobretodo el en el ámbito social y académico. Rodríguez y Sánchez (2022) ofrecieron una descripción del bienestar psicológico, posibilitando aumentar las fortalezas y oportunidades de mejora para un mejor estudio y desenvolvimiento, trabajando con ciertas debilidades, como la incapacidad de

asumir responsabilidades de propios actos y carencias de metas a corto, mediano y largo plazo, fundamental en el desarrollo estudiantil.

El poder adaptarse de manera adecuada, les permite desarrollarse asertivamente en los diversos ámbitos de su vida, en especial el académico y social, sobre todo si perciben a su salud como un factor fundamental para su desarrollo (Chau y Saravia, 2014). Este ajuste es fundamental en el estudiante, a partir de esto, podrá seguir desenvolviéndose correctamente no solo en lo académico, sino también en el resto de áreas de su desarrollo como persona.

Viendo que ambas variables, tanto el estrés académico como el bienestar psicológico, pueden influir en el progreso del estudiante universitario, siendo los primeros ciclos la etapa crucial de su éxito o fracaso, se plantea: ¿Qué tipo de relación existe entre el estrés académico y el bienestar psicológico en estudiantes de los primeros ciclos académicos de una universidad estatal de Lambayeque, 2023?

De la interrogante, podemos plantear la siguiente hipótesis de investigación (Hi): Existe una relación significativa entre el estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes del primer año de una universidad privada de Lambayeque. Por otro lado, como hipótesis nula (Ho) tenemos: No existe relación significativa entre el estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes del primer año de una universidad privada de Lambayeque.

Para ello, se tuvo como objetivo general: Determinar la relación entre estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes del primer año de una universidad privada de Lambayeque en Chiclayo. Además de ello, se presentaron también objetivos específicos, los cuales son los siguientes: 1). Identificar los estresores más frecuentes del estrés académico en universitarios. 2). Caracterizar los niveles de bienestar psicológico en estudiantes de los primeros ciclos académicos de una universidad privada de Chiclayo. 3). Establecer la relación entre las dimensiones de estrés académico y bienestar psicológico en universitarios.

Por último, la presente investigación es importante, ya que, desde el aporte teórico, se conocen las dificultades que pueden enfrentar los estudiantes universitarios, permitiendo una mejor comprensión del estado de los alumnos y esta etapa de cambio. Además de ello, desde el aspecto práctico, servirá en un futuro, de acuerdo a las conclusiones adquiridas, para el desarrollo de nuevas investigaciones aportando estrategias de afrontamiento e implementación de técnicas frente al estrés académico, específicamente en este grupo poblacional, en busca de su mejora y aumento del nivel de bienestar psicológicos en los estudiantes.

Revisión de literatura

Antecedentes

A nivel internacional, en estudios correlacionales, Yataco (2019), se propuso en determinar la relación del bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de la carrera de Ingeniería de Sistemas de una Universidad privada en El Salvador. Con las respuestas de 496 universitarios, evaluadas a través de la Escala de Bienestar Psicológico de SánchezCánovas y el Inventario SISCO de Estrés Académico de Barraza, encontrando que no hay relación estadísticamente significativa entre las dimensiones de ambas variables, a pesar de ello, sí se evidenció una relación significativa y negativa entre ambos objetos de estudio.

En adición a ello, Pro (2021), también se formuló determinar la relación entre el estrés académico y bienestar psicológico, en escolares y universitarios de Lima, Perú. La revisión realizada arrojó una correlación negativa entre las variables, además de una relación positiva entre los estilos de afrontamiento de solución de problemas y bienestar psicológico, recomendando la ejecución de investigaciones acerca de la influencia de las variables mediadoras entre ambas variables principales, para un mejor análisis.

Cassaretto et al. (2021), describen la prevalencia del estrés académico y sus componentes, examinando el rol de las variables sociodemográficas, académicas y conductuales, con la relación a las dimensiones del estrés. Se aplicó el Inventario SISCO de Estrés Académico y el CEVJU-Perú a 1801 universitarios de ciudades de Lima, Arequipa, Piura, Cajamarca, Puno y Huánuco, Perú, demostrando que el 83% han padecido estrés académico durante el semestre, siendo que los niveles medio y medio alto tuvieron mayor frecuencia.

Por otro lado, Cabanillas (2022) determinó el nivel de estrés académico en estudiantes de la carrera de Estomatología en un estudio realizado en Trujillo, Perú. Haciendo uso de la muestra de 200 estudiantes, se les evaluó la variable a través del Inventario SISCO de 31 ítems. Los resultados obtenidos demostraron que el 79.29% de alumnos presentan estrés académico moderado, el 18.35% estrés profundo, y leve el 2.34%. Respecto al género de la población, el 74.04% de las mujeres y 84.93% de los hombres presentaron un nivel de estrés moderado.

Chuquilín (2021), realizó un estudio en una universidad privada de Lima, Perú, en el mismo año, logrando identificar el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes. Con el estudio de 111 estudiantes, aplicando la Escala de Bienestar Psicológico de Ryf, se obtuvo que 81.1% de los universitarios demostraron tener un nivel bajo de la variable evaluada.

Asimismo, Cuba et al. (2022) realizó un estudio acerca del bienestar psicológico realizado en Lima, Perú, determinando el porcentaje de la variable en estudiantes de una universidad

pública. Haciendo uso de la Escala de Bienestar Psicológico para Jóvenes (BIEPSJ) de Casullo (2000), se obtuvo que, en la muestra de 19 estudiantes de la Facultad de Medicina, el 51,76% presentó de manera adecuada su bienestar psicológico, a diferencia del 48,24% restante, inadecuadamente.

Bases teóricas

Estrés académico

Barraza (2008), conceptualiza al estrés académico como una transformación por el cual un alumno atraviesa, considerando las exigencias del contexto educativo como un factor estresante, generando una inestabilidad sistémica, provocando una sintomatología desagradable, obligándolo a poner en marcha un conjunto de estrategias de afrontamiento para recuperar esa estabilidad. Diez años después, en el 2018, Barraza presenta al estrés académico como el tipo de estrés, en que los alumnos sienten demandas y exigencias de acuerdo a su aprendizaje, ya sean impuestas por el propio profesor o institución.

Dentro del instrumento realizado por Barraza, divide a la variable en tres categorías relacionadas: Los estresores de los estudiantes, síntomas relacionados que puedan presentarse y las estrategias de afrontamiento frente a las situaciones estresantes dadas.

Maturana y Vargas (2015), presentan algunas consecuencias clínicas del “estrés escolar”, mencionando que se pueden desarrollar problemas psicológicos y algunos trastornos mentales. Aquí es donde menciona el acoso escolar; siendo sujetos más débiles y vulnerables a esta situación. Junto a ello, comenta que, al no tener las herramientas necesarias, los jóvenes recurren al consumo de alcohol y/o drogas como medio de salida y alivio al estrés. De igual forma, menciona la ansiedad y depresión, como trastornos recurrentes frente a esta problemática.

Bienestar psicológico

Chuquilín (2019), define al bienestar psicológico como la agrupación de sucesos vividos que se construye en la persona, o experiencias, las cuales se presentan a través de su desarrollo psicológico propio, junto a la facultad de relacionarse de manera práctica con las experiencias de su vida.

Además, el bienestar psicológico es como una construcción del pensamiento que intenta expresar el percibir positivo y pensar constructivo de una persona acerca de la propia persona, en relación a su funcionamiento físico, psíquico y social (Victoria y Gonzales, 2000).

Ryff y Keyes (1995) hablan acerca del bienestar psicológico como un esfuerzo para la perfección y cumplimiento del potencial de una persona, relacionado con un propósito de vida, que ayude a darle significancia, asumiendo retos y esfuerzo para alcanzar metas trazadas.

El bienestar psicológico va a ser fundamental para que se lleve a cabo un desarrollo óptimo en el ciclo vital del ser humano. Su análisis ofrece información clave de las dimensiones utilizadas para distinguir patrones adaptados y mal adaptados, que puedan ocasionar en la persona una mala salud mental (Mayordomo et al., 2016).

Se plantean seis dimensiones del bienestar psicológico (Ryff, 1989), tales son la autoaceptación, dominio del entorno, relaciones positivas con otros, propósito en la vida, crecimiento personal y autonomía.

Materiales y métodos

Diseño de investigación.

Se usó un enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, del tipo descriptivo correlacional (Hernández y Mendoza, 2018).

Participantes.

La población seleccionada fueron los estudiantes pertenecientes programas académicos de ciencias de la salud de una universidad privada de la región Lambayeque, Perú, quienes se encontraban cursando los primeros ciclos académicos. En total, la población está conformada por 265 estudiantes, de ambos sexos y diversas edades.

La muestra se conformó por 158 estudiantes, es un muestreo del tipo probabilístico aleatorio simple, donde todos los participantes tienen la misma oportunidad de ser elegidos. La muestra obtenida fue adquirida de la siguiente fórmula:

$$n = \frac{z^2 \times p \times q \times N}{(N - 1) \times E^2 + (Z^2 \times p \times q)}$$

Donde:

n: Es el tamaño de la muestra

Z: Es el nivel de confianza; en este estudio se consideró una confianza del 95%; por lo tanto Z=1.96.

p: Es la proporción de individuos de la población que tienen las características que se deseen estudiar; p=0.5. q: Es la proporción de individuos de la población que tienen las características que no se deseen estudiar.

Debido a situaciones externas del estudio, se pudo obtener solo respuesta de 104 estudiantes para la recopilación de datos y proceso mismo en el estudio.

Los criterios de inclusión considerados en la población consistieron en que sean estudiantes pertenecientes a Ciencias de la Salud, de ambos sexos, quienes comenten que sí han experimentado estrés académico. Los de exclusión, se tendrá en cuenta a los estudiantes que pertenezcan a otras carreras y estudiantes que no hayan completado el instrumento de manera correcta (falta de información). Por último, el criterio de eliminación son los estudiantes que cursen la carrera actual como segunda carrera profesional.

Técnicas e instrumentos.

Se utilizaron dos instrumentos, los cuales midieron ambas variables estudiadas: Para el estrés académico se hizo uso del Inventario SISCO SV-21 Inventario SISTémico COgnoscitivista. Se realizó el procedimiento de alfa de Cronbach para mostrar la confiabilidad del instrumento, logrando el .9. En la adaptación realizada por Mattos y Taracaya (2020), se pudo obtener una validez de acuerdo a las dimensiones presentadas: Estresores con .832, síntomas con .865, estrategias de afrontamiento con .848. Con respecto a su confiabilidad, se obtuvo un puntaje de .899.

Para el bienestar psicológico se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, adaptada para el contexto peruano de Álvarez (2019), en ella, se obtuvo una confiabilidad de 0.96, y su validez, se obtuvo un puntaje de 0.70 en la V de Aiken.

Procedimientos.

Primero, se realizó el envío de una carta de permiso y solicitud de datos hacia la institución seleccionada. La aplicación de ambos instrumentos planteados, para la medición de ambas variables, fueron aplicados de manera presencial y, con apoyo del programa de Microsoft Excel, se ordenaron los datos. Fueron respondidos de manera individual, con una duración máxima de 20 minutos de desarrollo de ambos tests.

Aspectos éticos.

En cuanto a los principios éticos en esta investigación, se consideró el Informe Belmont según la National Commission for the Protection of Human (1979): El respeto a las personas, donde la población seleccionada participó del estudio de manera autónoma y voluntaria, y sus datos fueron usados netamente para fines investigativos. Junto a ello, se hizo uso del consentimiento y asentimiento informado, presentando al participante los objetivos del estudio, procedimiento, beneficios y riesgos, la confidencialidad y derechos. El principio de beneficencia representa que no hubo riesgo alguno de participar en el estudio, ya que los datos obtenidos se mantuvieron en completa confidencialidad; si se desea saber acerca de los resultados obtenidos, se les comunicará vía email. Por último, por el principio de la justicia, se asegura que la selección de la muestra fue objetiva y equitativa.

Procesamiento y análisis de datos.

Después de la aplicación de instrumentos, se organizaron los resultados obtenidos mediante el software Jamovi, lo cual permitió lograr el cálculo estadístico de los datos, además de ordenarlos de acuerdo a la escala utilizada en ambos instrumentos.

Para la Escala de Bienestar Psicológico (BP) de Ryff, primero se obtuvo la clasificación de bajo, medio y alto en cada una de sus dimensiones correspondientes, y luego se obtuvo el nivel de Bienestar Psicológico, ya sea un BP bajo, BP moderado, BP alto o BP elevado, finalizando con el análisis estadístico total.

Por otro lado, para el Inventario SISCO de Estrés Académico, se logró obtener los puntajes totales de acuerdo a la Escala Likert utilizada y sus dimensiones correspondientes, siguiendo el proceso de datos correspondiente para el cumplimiento de los objetivos.

En cuanto a la correlación, se verificó la distribución de los datos, siendo que, la condición de normalidad no se cumple, se utilizó un estadístico no paramétrico de Spearman, para evaluar ambas variables.

Para finalizar, se registraron los datos obtenidos en una tabla y gráficos, de acuerdo a los objetivos planteados inicialmente.

Resultados y discusión

Relación entre el estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes del primer año de una universidad privada de Lambayeque en Chiclayo.

Respecto a la relación del estrés académico y bienestar psicológico, se observa que existe una relación no significativa entre ambas variables (Ver Tabla 1).

Tabla 1

Correlaciones entre bienestar psicológico y estrés académico

	Bienestar Psicológico	
	rho	p
Inventario SISCO Estrés Académico	-.027	.787

Nota. *= Significativo a nivel $p < .05$

Lo obtenido, puede ser apreciado junto al estudio de Pro (2021), donde se evidencia una correlación negativa entre ambas variables, más no significativa, además de una relación positiva entre los estilos de afrontamiento en solución de problemas y bienestar psicológico.

Los resultados, por otro lado, no concuerdan con lo hallado de Cáceres y Miranda (2022), ya que hay presencia de una relación muy significativa e inversa, siendo que, a mayor nivel de estrés académico experimentado, menor será el nivel de bienestar psicológico en los alumnos. Se hace presente una relación, sin embargo, en la investigación realizada no se evidencia significancia entre ellas. Esto podría ser debido a la diferencia de muestra en los estudios presentados; a comparación de lo realizado, existe una diferencia significativa entre el tamaño de este estudio en contraste con los otros, siendo considerada como una muestra considerablemente menor, a comparación de las otras.

Identificar los estresores predominantes del estrés académico en universitarios.

En la tabla 2, se puede identificar los estresores académicos predominantes en los estudiantes universitarios del primer año. Los datos de la Media muestran al E1 y E6, como los más frecuentes, siendo esto la sobrecarga de tareas y trabajos escolares que se tiene que realizar todos los días, y tener limitado el tiempo para realizar las actividades asignadas.

Tabla 2

Estresores académicos en estudiantes universitarios

	E1	E2	E3	E4	E5	E6	E7
N	104	104	104	104	104	104	104
Media	3.45	2.47	2.83	2.69	2.98	3.35	2.74
Desviación Estándar	1.1	1.31	1.35	1.35	1.31	1.27	1.42

Nota. E1=Sobrecarga de tareas y trabajos escolares, E2=Personalidad y carácter de los profesores, E3=La forma de evaluación de los profesores, E4=El nivel de exigencia de los profesores, E5=El tipo de trabajo que piden los profesores, E6=Tener tiempo limitado para realizar el trabajo encargado, E7=La poca claridad sobre lo que quieren los profesores.

Los resultados obtenidos son respaldados por la investigación realizada de Jerez y Oyarzo (2015), quienes declaran en los resultados de su estudio que el 98,4% de los participantes presentan niveles de estrés académico, y que entre ellos es mayor la frecuencia debido a la sobrecarga de tareas y trabajos (92,3%), además de las evaluaciones de los profesores (95,6%) y el tiempo limitado para la ejecución de los trabajos mismos (86%). Junto a ello, Cassaretto et al. (2021) mencionan, a través de los datos de su población estudiada, uno de los principales estresores reportados es la percepción de sobrecarga académica, junto a las evaluaciones y tiempo limitado de entrega de tareas. Esto demuestra que, tanto la sobrecarga de actividades,

como las evaluaciones y tiempo de entrega ajustado para las actividades de los estudiantes, se les dificulta por cumplir de manera óptima, ocasionándoles así momentos de estrés académico.

Caracterizar los niveles de bienestar psicológico en estudiantes de los primeros ciclos académicos de una universidad privada de Chiclayo.

En la tabla 3, se puede apreciar la caracterización de los diferentes niveles del bienestar psicológico en universitarios, utilizando los baremos, determinando sus niveles. La dimensión con el nivel más alto es la del crecimiento personal, con la 37.5%, del nivel medio con propósito en la vida, con un 48.1%, y del nivel bajo es de la de Autoaceptación, con un 38.5

Tabla 3

Caracterización de los niveles del bienestar psicológico

NIVELES	Dimensiones del Bienestar Psicológico											
	BA	%	BRP	%	BDE	%	BCP	%	BAT	%	BPV	%
ALTO	32	30.8	31	29.8	29	27.9	39	37.5	37	35.5	28	26.9
BAJO	32	30.8	35	33.7	29	27.9	28	26.9	37	26	26	25.0
MEDIO	40	38.5	38	36.5	46	44.2	37	35.6	40	38.5	38.5	48.1

Nota. BA= Autoaceptación, BRP= Relaciones Positivas, BDE= Dominio del Entorno, BCP= Crecimiento personal, BAT= Autonomía, BPV= Propósito en la vida.

Ryff (1989) propone este modelo multidimensional por el alcance de las dimensiones y su repercusión e importancia en la vida de un estudiante universitario. La autoaceptación se basa en los valores personales y limitaciones de cada uno, siendo un eje central de la salud mental. La relación positiva con otros permitirá desarrollar la misma capacidad, basándose en la confianza y la empatía. Estas dos, como las cuatro dimensiones restantes, están basadas en componentes esenciales para el desarrollo de los jóvenes, sobretodo en la etapa de cambios y nuevos retos los cuales se presentan en la universidad.

Establecer la relación entre las dimensiones de estrés académico y bienestar psicológico en universitarios.

Con respecto a la relación entre las dimensiones del estrés académico y el bienestar psicológico en los estudiantes encuestados. Tomando en consideración que una relación significativa es cuando el valor $p < .05$ y una relación no significativa es cuando $p > .05$, se obtiene lo siguiente: Los Estresores Académicos tienen una relación significativa con Dominio del

Entorno de los estudiantes, los Síntomas por estrés académico tienen una relación significativa con dominio del entorno de universitarios, y los estilos de afrontamiento tienen una relación significativa con la autoaceptación, relaciones positivas, crecimiento personal y propósito en la vida de los alumnos (Ver Tabla 4).

Tabla 4

Correlaciones entre las dinámicas de estrés académico y bienestar psicológico

Escala del Bienestar Psicológico	Estrés académico					
	Estresores		Síntomas		Afrontamiento	
	rho	<i>p</i>	rho	<i>p</i>	rho	<i>p</i>
Autoaceptación	-.19	.06	-.285	.00	.243	.01*
Relaciones Positivas	.08	.41	-.01	.94	.29	.00*
Dominio del Entorno	.207	.03*	.237	.02*	.18	.06
Crecimiento Personal	.09	.37	-.04	.73	.193	.05
Autonomía	-.08	.41	-.05	.60	.00	.99
Propósito en la vida	-.09	.36	-.15	.13	.302	.00*

Nota. *= Significativo a nivel $p < .05$

Estos resultados se asemejan a lo encontrado por Cáceres y Miranda (2022), quienes hallaron una relación directa y muy significativa entre estrategias de afrontamiento y dimensiones del bienestar psicológico de autoaceptación, crecimiento personal y propósito de vida. Esto indica que, algunas dimensiones del bienestar psicológico van a ser afectadas, a diferencia de otras, logrando ocasionar dificultades en ciertos aspectos de la vida de estudiantes universitarios. Las variables presentadas se relacionan de manera negativa y comprobada por diferentes estudios: mientras que una aumenta, la otra disminuye. Cuando el bienestar psicológico aumenta, es porque hay un nivel de estrés académico bajo; por el contrario, si el nivel de estrés es alto, el bienestar psicológico baja.

Conclusiones

En relación al objetivo general, se evidencia que las variables estrés académico y bienestar psicológico tienen una relación negativa no significativa.

Con respecto a los estresores predominantes, se presenta la sobrecarga de actividades académicas y el tiempo limitado para realizarlas como los estresores más frecuentes en los estudiantes.

Acercas del bienestar psicológico, el nivel más alto es la dimensión de crecimiento personal, seguido de el propósito en la vida, con un nivel medio, y finalmente, la autoaceptación.

Por último, en la relación entre las dimensiones de ambas variables, resaltan los estresores académicos con su relación significativa con el dominio del entorno de los estudiantes.

Se encontró que los síntomas por estrés académico tienen una relación significativa con dominio del entorno de universitarios. Finalmente, los estilos de afrontamiento tienen una relación significativa con la autoaceptación, relaciones positivas, crecimiento personal y propósito en la vida de los estudiantes.

Recomendaciones

Se recomienda realizar mayores investigaciones que involucren las variables estudiadas, ya que a lo largo de los años se presentan entornos o situaciones que puedan afectarlos, por lo que es idóneo actualizar la información y estudiarlas a profundidad para la elaboración y ejecución de estrategias del cuidado del estudiante universitario.

En futuras investigaciones, es recomendable ampliar el tamaño de la muestra, de manera que exista una mejora de los resultados y visualizar otros contextos similares.

A las instituciones, se recomienda establecer un programa de intervención de estrés académico dirigido a estudiantes del primer año, para el desarrollo de actividades que puedan ayudar en su rendimiento académico y bienestar psicológico.

Además de ello, brindar tutoría especializada a los alumnos con indicadores bajos de desempeño escolar, para que se realice un seguimiento y apliquen estrategias necesarias para su progreso,

Por último, a los estudiantes, se recomienda contar con redes de apoyo para un desarrollo óptimo en la etapa universitaria, junto con la mejora de hábitos saludables.

Referencias

- Álvarez, N. (2019). *Propiedades Psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico*. [Tesis de licenciatura, Universidad de Lima]. Repositorio institucional. <http://doi.org/10.26439/ulima.tesis/10604>
- Arroyo, J. (2020). *Diseño y propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico en estudiantes universitarios de 18 a 30 años de Lima Metropolitana, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/47819>
- Barraza, A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 26(2), 270-289. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1794-47242008000200012&script=sci_arttext
- Barraza, A. (2018). Inventario SISCO SV-21. Inventario Sistemico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico. *Segunda versión de 21 items. ECORFAN* https://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV-21/Inventario_sist%C3%A9mico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estr%C3%A9s.pdf
- Barraza, A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 26(2), 270-289. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1794-47242008000200012&script=sci_arttext
- Cabanillas, S. (2022). *Estrés académico en estudiantes de Estomatología de la Universidad Privada Antenor Orrego. Septiembre, 2020*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio institucional. <https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/10072>
- Cáceres, E. y Miranda, K. (2022). *Estrés Académico y Bienestar Psicológico en Estudiantes Universitarios de la Provincia de Chiclayo*. [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. Recuperado institucional. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/10123/Caceres%2>

[0Montenegro%20Evelyn%20&%20Miranda%20Montalvan%20Keissy.pdf?sequence=6](#)

- Cassaretto, M., Vilela, P y Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: Importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Liberabit*, 27(2), e482. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272021000200005&script=sci_abstract
- Chau, C. y Saravia, J. (2014). Adaptación universitaria y su relación con la salud percibida en una muestra de jóvenes de Perú. *Revista Colombiana de Psicología*, 23(2), 269-284. <http://dx.doi.org/10.15446/rcp.v23n2.41106>
- Chuquillín, D. (2021). *Bienestar Psicológico en estudiantes universitarios de una Universidad Privada de Lima-Perú 2019*. [Trabajo de Investigación de Bachiller, Universidad Católica Los Ángeles Chimbote]. Repositorio institucional. <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/29083>
- Cuba, J., Huamán, N., Vivas, T y Córdova, N. (2022). Bienestar psicológico en estudiantes de una universidad pública de Lima, Perú. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*. 13(26). <https://doi.org/10.23913/ride.v13i26.1380>
- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*, Editorial Mc Graw Hill Education. Numeros de pagina y https://www.academia.edu/download/64312353/Investigacion_Rutas_cualitativa_y_cuantitativa.pdf
- Jerez, M. y Oyarzo, C. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. *Revista Chile Neuro-Psiquiatr* 2015. *Rev, Chil Neuro-Psiquiatr* 2015; 53(3) 149-157. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-92272015000300002&script=sci_arttext
- Kloster, G. & Perrotta, F. (2019). *Estrés Académico en estudiantes universitarios de la Ciudad de Paraná*. [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Argentina]. Repositorio institucional. <https://www.sidalc.net/search/Record/oai:ucacris:123456789-9774/Description>

- Mattos, E. y Taracaya, M. (2020). *Estandarización del Inventario de Estrés Académico Sisco Sv-21 en Estudiantes Universitarios de Lima y Callao, 2020*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional. https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_19edc0e9946fe0c6379f7de2371a202e
- Maturana, A. y Vargas, A. (2015). El Estrés Escolar. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1), 34-41. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864015000073>
- Mayordomo, T.; Sales, A.; Satorres, E. y Melendez, J. (2016). Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción. *Pensamiento Psicológico*, 14(2), 101-112. <https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI14-2.bpfe>
- Moscoso, C. y Barzallo, L. (2019). Estudio Transversal: Prevalencia del Estrés Académico en Estudiantes de Medicina, Asociado al Rendimiento Académico, Universidad de Cuenca, Cuenca - Ecuador, 2015. *REVISTA MÉDICA HJCA*, 10(2), 88–92. <https://revistamedicahjca.iess.gob.ec/ojs/index.php/HJCA/article/view/72>
- National Commission for the Protection of Human Subjects of Biomedical and Behavioral Research. (1979). *The Belmont Report: Ethical Principles and Guidelines for the Protection of Human Subjects of Research*. U.S. Department of Health, Education, and Welfare. <https://www.hhs.gov/ohrp/regulations-and-policy/belmont-report/index.html>
- Pro, Z. (2021). Relación entre Estrés Académico y Bienestar Psicológico en estudiantes. [Tesis de licenciatura, Universidad de Lima]. Repositorio institucional. <https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/13299>
- Rodríguez, E. y Sánchez, M. (2022). Bienestar psicológico en estudiantes de primeros ciclos de una universidad privada de Lima. *Propósitos y Representaciones*, 10(3), e1705. <https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n3.1705>

- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://psycnet.apa.org/buy/1990-12288-001>
- Ryff, C. & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://psycnet.apa.org/buy/1996-08070-001>
- Silva, M (2011). El primer año universitario: Un tramo crítico para el éxito académico. *Perfiles educativos*. 33(spe), 102-114. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-26982011000500010&lng=es&tlng=es
- Victoria, C. y Gonzales, I. (2000). La categoría Bienestar Psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*. 16(6), 586-592. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252000000600010&%3A~%3Atext=El%20bienestar%20psicol%C3%B3gico%20es%20un%20funcionamiento%20f%C3%ADsico%20ps%C3%ADquico%20y%20social
- Yataco, J. (2019). Bienestar Psicológico y Estrés Académico en estudiantes de la carrera de Ingeniería de Sistemas de una Universidad Privada de Lima Sur. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/707>

Anexos

Anexo 1

Carta de presentación para muestra



Chiclayo, 15 de noviembre de
2023

Carta N°230-2023-USAT-EPSI

Mag. Carlos Alberto Chirinos Rios
Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud
Universidad Señor de Sipán
Presente. -

Asunto: Proyecto de Investigación

Es grato dirigirme a usted para expresarle mi cordial saludo y a la vez presentarle a la **Srta. LINDA KATHERINE DEL MAESTRO LECCA**, con documento de identidad N° **72739989**, estudiante del VIII Ciclo Académico, quien actualmente cursa la asignatura Taller de Investigación II cuyo docente es el **Dr. Rony Edinson Prada Chapoñán**, docente del programa de estudios de Psicología.

Estimado doctor, la estudiante se encuentra realizando el proyecto de Tesis, titulado: "**Estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes del primer año de una universidad privada de Lambayeque, 2023**" producto acreditable de la asignatura y requisito del Plan de Estudios. Asimismo, en la presente investigación, se aplicarán los instrumentos a los estudiantes de la Escuela de Medicina, Escuela de Enfermería y Escuela de Estomatología, pertenecientes a los ciclos I y II.

Por tal motivo, recorro a usted para que brinde las facilidades, permitiéndole la recolección de información necesaria para ejecutar su proyecto de Tesis.

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

Atentamente,



Mgtr. Nelly Patricia Becerra Escate
Directora
Escuela de Psicología

Av. San Josemaría Escrivá N°855, Chiclayo-Perú | (074) 606200 - 606217 | www.usat.edu.pe

Anexo 2

Consentimiento informado

Consentimiento informado

Datos informativos:

Institución : Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo
Investigadores : Del Maestro Lecca Linda Katherine
Título : Estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes del primer año de una universidad privada de Lambayeque, 2023

Propósito del Estudio:

El estudio tiene como propósito evaluar la correlación entre el estrés académico y bienestar psicológico en los estudiantes del primer año de la carrera de Psicología, en una universidad privada de Lambayeque. El diseño de la investigación es no experimental.

Procedimientos:

Si usted acepta participar en este estudio, se obtendrá el registro de sus datos adquiridos. Por medio presencial y escrito, se responderán las preguntas de dos instrumentos aplicados.

Las respuestas brindadas son de total confidencialidad y con único uso para el estudio presente. Los participantes son estudiantes del 2do ciclo académico de la carrera de Psicología, quienes hayan sido egresados del 5to de Secundaria el año anterior al presente.

Si usted acepta participar en este estudio, se desarrollarán los siguientes pasos:

1. Se le entregará la ficha del Consentimiento Informado para conocer más acerca del estudio.
2. Al aceptar ser parte de este, contestará los enunciados de ambos instrumentos con la verdad.
3. Sus resultados serán reorganizados en una Matriz de Datos, luego procesados y evaluados de acuerdo a los objetivos de la investigación presente.

Riesgos:

Este estudio no presenta ningún riesgo para el participante.

Beneficios:

Se obtendrán como beneficio el conocimiento del nivel de estrés académico y bienestar psicológico de cada persona. Así, se podrán utilizar los resultados para futuras investigaciones.

Costos e incentivos:

Usted no deberá pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole, nicamente la satisfacción de colaborar a un mejor entendimiento del tema en estudio.

Confidencialidad:

Toda la información brindada, como datos personales y respuestas de los instrumentos se mantendrán en completa confidencialidad, únicamente utilizadas para el desarrollo de este estudio.

Uso futuro de la información obtenida:

Deseamos conservar la información brindada 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 participar en el estudio, y si por algún motivo desiste, puede retirarse de este en cualquier momento, sin perjuicio alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte al personal del estudio, o comunicarse con Del Maestro Lecca Linda Katherine al tel. 968832727, investigador principal.

Si usted tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que 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

Firma del Participante

Nombre:

DNI:

Fecha:

Firma del Investigador

Nombre:

DNI:

Fecha:

Anexo 3

Escala de Bienestar Psicológico

Escalas de Bienestar Psicológico – Díaz et al., 2006

En el estudio del bienestar subjetivo también resulta de especial importancia ahondar en los niveles de bienestar interno o de fortaleza interna. Lee cada ítem y señala en qué medida sientes o experimentas estas emociones de **manera general en tu vida cotidiana**, usando la siguiente escala de respuesta:

1	2	3	4	5	6
Totalmente en desacuerdo					Totalmente de acuerdo

1. Cuando repaso la historia de mi vida, estoy contento con cómo han resultado las cosas.
2. A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.
3. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.
4. Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.
5. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.
6. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.
7. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.
8. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.
9. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.
10. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.
11. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.
12. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.
13. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.
14. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.
15. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.
16. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.
17. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.
18. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.
19. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.
20. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.
21. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.
22. No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza.
23. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.
24. En su mayor parte, me siento orgulloso de quién soy y la vida que llevo.
25. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.
26. Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona.
27. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.
28. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio, y crecimiento.
29. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla.

Anexo 4

Inventario de Estrés académico

Inventario de estrés académico SISCO SV-21

(Modelo Reespecificado)

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

- Si
 No

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

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

1	2	3	4	5

3.-Dimensión estresores

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X, ¿con 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 qué frecuencia te estresa:

Estresores	N	CN	RV	AV	CS	S
1. La personalidad y el carácter de los docentes que me imparten clases						
2. La forma de evaluación de mis docentes (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)						
3. El nivel de exigencia de mis docentes						
4. La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los docentes						

4.- Dimensión síntomas (reacciones)

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

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

Síntomas	N	CN	RV	AV	CS	S
1. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)						
2. Ansiedad, angustia o desesperación						
3. Problemas de concentración						
4. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad						

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 utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés:

Estrategias	N	CN	RV	AV	CS	S
1. Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa						
2. Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa						
3. Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa						
4. Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucioné						
5. Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas						

Anexo 5

Informe de Turnitin

Estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes del primer año de una universidad privada de Lambayeque, 2023

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	9%
2	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	Submitted to Universidad Católica San Pablo Trabajo del estudiante	1%
5	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	Submitted to Unidad Educativa Particular Bilingue "Principito & Marcel Laniado de Wind" Trabajo del estudiante	1%
7	Submitted to UPAEP: Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla Trabajo del estudiante	1%
8	Submitted to FUNIBER Trabajo del estudiante	1%
9	Zuly Marlene Fernández López, Carmen Siomara López Santos, Alba Luz Zelaya Guardado, Carmen María Zúniga Valle. "Coping strategies and psychological well-being in Psychology students in post	1%

pandemic times", Paradigma: Revista de
Investigación Educativa, 2024

Publicación

10	tesis.usat.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
11	archive.org Fuente de Internet	<1 %
12	Submitted to uncedu Trabajo del estudiante	<1 %
13	www.dspace.uce.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
14	Submitted to Universidad Privada del Norte Trabajo del estudiante	<1 %
15	renati.sunedu.gob.pe Fuente de Internet	<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 15 words

Excluir bibliografía

Activo