



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

TESIS

**AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA
DEL V Y VI SEMESTRE, JULIACA-2021.**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:
CALIDAD DE VIDA, RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO

PRESENTADO POR:
**SONIA AMANDA CHOQUEPATA QUISPE
ROGER WILSON HANCCO CONDORI**

TESIS DESARROLLADA PARA OPTAR EL TÍTULO
DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

DOCENTE ASESOR:
DRA. EVELYN ALINA ANICAMA NAVARRETE
CÓDIGO ORCID N° 0000-0003-11642079

CHINCHA, 2022

ASESOR

Dr. Evelyn Alina ANICAMA NAVARRETE

MIEMBROS DEL JURADO

- **Presidente:** Dr. Giorgio Alexander AQUIJE CÁRDENAS
- **Secretaria :** Mg. Kelly Fara VARGAS PRADO
- **Miembro :** Bertha Esther APOLAYA PAREJA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE TESIS



CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE TESIS

Chincha, 30 de abril del 2022.

DECLARATORIA DE AUTENCIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

DECLARATORIA DE AUTENCIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo, **Sonia Amanda CHOQUEPATA QUISPE** identificada con DNI N° **47187618** y **Roger Wilson HANCCO CONDORI**, identificado con DNI N°**42737555**, en nuestra condición de estudiantes del programa de estudios de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada: **Afrontamiento del Estrés y Bienestar Psicológico**

DEDICATORIA

A mi hijo, como en todos mis logros y en este has estado presente. Eres la razón por lo que me levanto cada día a esforzarme por el presente y el mañana, eres mi principal motivación mi hijito Franco.

Sonia.

Dedico con todo mi corazón a mi esposa Yovana que estuvo en todo momento para apoyarme en mis estudios, por todo el esfuerzo y sacrificio que realizamos juntos, para poder terminar con mis objetivos trazados pese a las dificultades que se nos presento en la vida y seguir adelante.

Roger.

AGRADECIMIENTOS

La presente Tesis lo dedicamos a nuestro creador Dios, quien guía nuestros pasos, por darnos fortalezas para enfrentarnos ante las

adversidades que se presentan en el camino en nuestra vida tanto personal, espiritual y profesionalmente.

A la universidad que me dio la bienvenida al mundo como tal, a las oportunidades que me han brindado y son incomparables, y antes de todo esto ni pensaba que fuera posible que algún día siquiera me topara con una de ellas.

Agradezco mucho por la ayuda de mi maestra Evelyn Alina ANICAMA NAVARRETE por todas su sabiduría y enseñanza, a mis compañeros.

Los autores.

RESUMEN

Objetivo: La presente investigación se realizó con el objetivo de determinar la relación entre el afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en

estudiantes universitarios de la carrera de Psicología del V y VI semestres, Juliaca-2021.

Material y método: Tuvo un enfoque cuantitativo, alcance correlacional y no experimental transversal y correlacional, donde la recopilación de la información se dio mediante la aplicación de 02 encuestas para medir ambas variables. La prueba estadística para determinar el efecto del bienestar psicológico en el afrontamiento del estrés, fue mediante la correlación de Spearman; la población fue de un total de 100 estudiantes y la muestra de 80 estudiantes universitarios.

Resultados: Los resultados evidenciaron que en la variable afrontamiento del estrés el 54% son frecuentes, así mismo un 33% de estudiantes dependen de las circunstancias, finalmente un 13% pocas veces al afrontamiento del estrés. En tanto que en la variable bienestar psicológico un 0% en alto, el 19% en medio y un 81% en bajo.

Conclusión: Finalmente Se determinó que no existe relación entre el afrontamiento del estrés y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología del V y VI semestres, Juliaca-2021. Encontrándose un p valor de 0,482 por lo cual afirmamos que, un mayor bienestar psicológico no está relacionado con un mejor afrontamiento del estrés.

Palabras claves: Estrés, bienestar psicológico.

ABSTRACT

Objective: The present investigation was carried out with the objective of determining the relationship between coping with stress and psychological

well-being in university students of the Psychology career of the V and VI semesters, Juliaca-2021.

Material and method: It had a quantitative approach, correlational and non-experimental cross-sectional and correlational scope, where the information was collected through the application of 02 surveys to measure both variables. The statistical test to determine the effect of psychological well-being on coping with stress was through Spearman's correlation; the population was a total of 100 students and the sample of 80 university students.

Results: The results showed that in the coping with stress variable, 54% are frequent, likewise 33% of students depend on the circumstances, finally 13% rarely coping with stress. While in the variable psychological well-being 0% high, 19% medium and 81% low.

Conclusions: Finally, it was determined that there is no relationship between coping with stress and psychological well-being in university students of the Psychology career of the V and VI semesters, Juliaca-2021. Finding a p value of 0.482, for which we affirm that a greater psychological well-being is not related to a better coping with stress.

Keywords: Stress, psychological well-being.

ÍNDICE GENERAL

| | |
|---|-----|
| CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE TESIS | iii |
| DECLARATORIA DE AUTENCIDAD DE LA INVESTIGACIÓN..... | iii |

| | |
|---|------|
| DEDICATORIA | iv |
| AGRADECIMIENTOS..... | v |
| RESUMEN..... | vi |
| ABSTRACT..... | vii |
| ÍNDICE GENERAL..... | viii |
| I. INTRODUCCIÓN..... | 13 |
| II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA..... | 15 |
| 2.1. Descripción de problema..... | 15 |
| 2.2. Pregunta de investigación general | 16 |
| 2.3. Preguntas de investigación específicas..... | 16 |
| 2.4. Objetivo general | 16 |
| 2.5. Objetivos específicos..... | 17 |
| 2.6. Justificación e importancia..... | 17 |
| 2.7. Alcances y limitaciones..... | 19 |
| III. MARCO TEÓRICO | 20 |
| 3.1. Antecedentes..... | 20 |
| 3.2. Bases Teóricas | 28 |
| 3.3. Marco conceptual | 43 |
| IV. METODOLÓGICA..... | 45 |
| 4.1 Tipo y nivel de investigación..... | 45 |
| 4.2 Diseño de Investigación..... | 45 |
| 4.3 Hipótesis general y específicas | 46 |
| 4.4 Identificación de las Variables | 46 |
| 4.5 Matriz de operacionalización de variables | 47 |
| 4.6 Población – Muestra | 49 |
| 4.7 Técnicas e instrumentos de recolección de información | 50 |
| 4.8 Técnicas de análisis y procesamiento de datos | 52 |
| V. RESULTADOS | 54 |
| 5.1 Presentación de resultados. | 54 |
| 5.2 Interpretación de los Resultados | 66 |
| VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS..... | 69 |
| 6.1 Análisis inferencial..... | 69 |
| VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS..... | 79 |
| 7.1 . Comparación de los resultados con el marco teórico | 79 |
| CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES..... | 82 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... | 85 |

| | |
|--|-----|
| ANEXOS..... | 90 |
| Anexo 01: Matriz de consistencia..... | 91 |
| Anexo 02: Instrumento de recolección de datos..... | 93 |
| Anexo 03: Base de datos | 97 |
| Anexo 04: Informe de turnitin al 28% de similitud..... | 100 |
| Anexo 05: Evidencias fotográficas | 101 |
| Anexo 06: Solicitud de aplicación de los instrumentos..... | 102 |
| Anexo 07: Constancia de aplicación de los instrumentos | 103 |
| Anexo 08: Consentimiento informado | 104 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|---|----|
| Tabla 1. Sexo de los estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021. | 54 |
|---|----|

| | |
|---|----|
| Tabla 2. Semestre de los estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021. | 55 |
| Tabla 3. Resultado de la variable del afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021..... | 56 |
| Tabla 4. Dimensión del afrontamiento enfocado al problema. | 57 |
| Tabla 5. Dimensión del afrontamiento enfocado a la emoción. | 58 |
| Tabla 6. Dimensión otros estilos de afrontamiento. | 59 |
| Tabla 7 Afrontamiento más utilizado..... | 60 |
| Tabla 8. Resultado de la variable del bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca-2021..... | 61 |
| Tabla 9. Dimensión control de situaciones. | 62 |
| Tabla 10. Dimensión vínculos psicosociales..... | 63 |
| Tabla 11. Dimensión proyectos..... | 64 |
| Tabla 12. Dimensión aceptación de sí mismo. | 65 |
| Tabla 13. Prueba de Normalidad: Kolmogórov-Smirnov..... | 70 |
| Tabla 14. Correlaciones entre el afrontamiento de estrés y el bienestar psicológico..... | 72 |
| Tabla 15. Correlaciones entre afrontamiento enfocado al problema y el bienestar psicológico. | 74 |
| Tabla 16. Correlaciones entre afrontamiento enfocado a la emoción y el bienestar psicológico. | 76 |
| Tabla 17. Correlaciones entre otros estilos de afrontamiento y el bienestar psicológico..... | 78 |

ÍNDICE DE FIGURAS

| | |
|--|----|
| Figura 1. Sexo de los estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021. | 54 |
|--|----|

| | |
|--|----|
| Figura 2. Semestre de los estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021. | 55 |
| Figura 3. Resultado de la variable del afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021..... | 56 |
| Figura 4. Dimensión del afrontamiento enfocado al problema..... | 57 |
| Figura 5. Dimensión del afrontamiento enfocado a la emoción. | 58 |
| Figura 6. Dimensión otros estilos de afrontamiento..... | 59 |
| Figura 7. Afrontamiento más utilizado..... | 60 |
| Figura 8. Resultado de la variable del bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca-2021..... | 61 |
| Figura 9. Dimensión control de situaciones. | 62 |
| Figura 10. Dimensión vínculos psicosociales..... | 63 |
| Figura 11. Dimensión proyectos. | 64 |
| Figura 12. Dimensión aceptación de sí mismo. | 65 |

I. INTRODUCCIÓN

El concepto de bienestar psicológico, ha sido insertado en la psicología en épocas recientes. Y es el equilibrio entre expectativas, esperanzas, sueños, realidades conseguidas o posibles, que se expresan en términos de satisfacción y capacidad de afrontar los acontecimientos vitales, con el fin de conseguir adaptación o ajuste (Molina Sena y Meléndez Moral, 2006).

No obstante, a lo anterior, diversas investigaciones muestran que los recursos psicológicos juegan un papel en la mejora del bienestar y/o paz psicológica y la reducción del estrés y/o cansancio académico en las personas y/estudiantes.

El objetivo principal de este estudio se enfocó en investigar la relación entre el estrés académico y el bienestar psicológico de los estudiantes, a través de una revisión sistemática de los estudios cuantitativos realizados sobre estas variables y se presentaran los principales resultados.

Considerando el esquema de investigación de la Universidad Autónoma de Ica, el presente trabajo se desarrolló a través de los siguientes capítulos:

En el capítulo I, desarrollamos la introducción del trabajo en el que se indica el tema y objetivo principal de estudio.

En el capítulo II, desarrollamos el planteamiento del problema sobre la realidad problemática y la formulación de las interrogantes de la investigación general y específicos, también se realiza la justificación e importancia del estudio, el objetivo general y específicos como también sus alcances y limitaciones.

En el capítulo III, desarrollamos el marco teórico, la presentación de los antecedentes internacionales, nacionales y locales respaldados por las bases teóricas y el marco conceptual.

En el capítulo IV, encontramos la metodología donde especificamos el enfoque, tipo, nivel y diseño de investigación utilizado para el estudio, las hipótesis planteadas, las variables así mismo la matriz de operacionalización de las variables, población, muestra y muestreo utilizado, la técnica e instrumentos de recolección e interpretación de datos. En el capítulo V, se desarrolló los resultados, presentación e interpretación de los mismos.

En el capítulo VI, desarrollamos el análisis de los datos obtenidos y la comparación con los antecedentes y teorías.

En el capítulo VII, desarrollamos la discusión de los resultados de la investigación.

Los autores.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1. Descripción de problema

El presente trabajo trata sobre el estrés académico y el bienestar psicológico en universitarios, como una problemática a nivel mundial que se eleva en cifras diariamente, el estrés es la reacción del cuerpo a un desafío o demanda de la sociedad en la que vivimos, influyendo en el bienestar psicológico que implica comportamientos que llevan a las personas a funcionar de un modo positivo.

A nivel internacional se indica que el estrés continuado afecta al 42% de la población a nivel mundial. Así mismo, el 25% de población mundial, es decir, una de cuatro personas (450 millones en el mundo aproximadamente) sufren de al menos un trastorno mental (OMS, 2017). Las zonas donde existe demasiada vulnerabilidad respecto a las desigualdades económicas, violencia doméstica, inseguridad ciudadana, y falta de protección social, son lugares donde sus habitantes tienen una mayor probabilidad de encontrarse en situación de estrés, por lo que es, imperante mencionar, que el estrés está directamente relacionado con la calidad de vida de las personas.

A nivel nacional, la prevalencia del estrés según estudios, han llegado al 51.6% (Runzer, 2018) y en tiempos de pandemia por el Covid 19 el 47,1% de los estudiantes presentan un nivel alto de estrés académico, mientras que el 37,8% un nivel moderado y el 15,1% mostraron un nivel bajo (Estrada, 2021).

A nivel regional otro estudio revelo el estrés en el 55% de estudiantes, donde 6 de cada 10 estudiantes universitarios informaban “nos sentimos tan estresados” (Campos, 2017). Así mismo, uno de los factores más recurrentes en el estrés de los estudiantes, es la pérdida de confianza, en consecuencia, no logran controlar sus emociones por la inseguridad generada por el estrés. De acuerdo con World Bank (2016), las personas con menor nivel de

confianza, tienden a ser menos productivas en el mercado laboral. El estrés y la falta de confianza generan la depresión en las personas, causando, en muchos de los casos, pensamientos de suicidio, y en la minoría de los casos llegar a concretarse el suicidio.

La evidencia empírica encontrada en nuestro estudio, nos permitió conocer el panorama actual y así tomar acciones adecuadas a fin de mejorar el bienestar psicológico en los estudiantes. En contraste con lo mencionado, se plantean las siguientes preguntas y/o problemáticas de investigación.

2.2. Pregunta de investigación general

¿Existe relación entre el afrontamiento del estrés y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021?

2.3. Preguntas de investigación específicas

¿Existe relación entre el afrontamiento enfocado en el problema y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021?

¿Existe relación entre el afrontamiento enfocado en la emoción y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021?

¿Existe relación entre otros estilos de afrontamiento y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021?

2.4. Objetivo general

Determinar la relación entre el afrontamiento del estrés y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

2.5. Objetivos específicos

Determinar la relación entre el afrontamiento enfocado en el problema y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca – 2021.

Determinar la relación entre el afrontamiento enfocado en la emoción y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca – 2021.

Determinar la relación entre otros estilos de afrontamiento y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca – 2021.

2.6. Justificación e importancia

Justificación

La presente investigación se justifica por los siguientes aspectos:

Justificación teórica: El presente documento de investigación, hace referencia a las consecuencias del estrés, dado que, durante los últimos años, fue calificada como una enfermedad. Es imperante mencionar que el estrés afecta principalmente en la calidad de vida y la salud mental, siendo un problema recurrente en la sociedad, por lo que es de vital importancia, conocer lo que lo provoca, conocer el efecto causal que tiene, y sus consecuencias en el corto y mediano plazo, puesto que, muchos de los casos no son atendidos en el tiempo necesario.

Justificación práctica: La prioridad actual en el desarrollo del estudiante, es tener una buena capacidad receptiva, por lo que, surge la obligación de complementar un bienestar psicológico en especial a los estudiantes universitarios, debido a que los estudiantes batallan para cumplir con las expectativas de sus padres, que incluyen expectativas relacionadas con su desempeño académico (Smith y Renk, 2007), entonces el bienestar psicológico tendría beneficios significativos en la población estudiantil universitaria, dado que, se lograría tener una mayor capacidad receptiva en los estudiantes,

disminuyendo el desgaste en el trabajo académico, lo cual provoca resultados desfavorables y fallas en el tema académico. De acuerdo con la literatura analizada, es posible afirmar que, si el estudiante realiza sus actividades en forma cómoda sin estrés, los resultados evidenciarán una mayor productividad en el estudiante, y un mejor medio dentro de su entorno.

Justificación metodológica: Desde el punto de vista metodológico, en concordancia el tipo y diseño de la investigación; se permitirá aplicar los instrumentos de medición de variables y realizar su respectivo análisis de confiabilidad. Es necesario mencionar que, el instrumento está relacionado con los modelos teóricos planteados respecto a las variables de análisis, así como establecer los índices de confiabilidad necesarios para fortalecer sus propiedades psicométricas para futuras investigaciones.

Importancia

Esta investigación es de importancia, ya que el estrés en estudiantes es un padecimiento de alto impacto a nivel mundial y nacional, y a la larga los resultados de dicho estudio servirán para sustentación de futuras acciones que deberían tomar diferentes instituciones con respecto al tema. Los resultados de este estudio también podrían servir para implementar en un futuro, las acciones correctivas correspondientes o la creación de programas que promuevan un manejo adecuado de este padecimiento, los cuales deberían basarse en la identificación de factores de riesgo y el ambiente en donde el individuo se encuentra, es decir, la importancia de tener una buena salud mental debería de reflejarse en todo ámbito, de acuerdo a nuestro estudio, también en los recintos universitarios, será de beneficio el saber reconocer cuando sucede esto, en forma paralela, en el área de estudio, el estudiante, debe tener descansos momentáneos.

2.7. Alcances y limitaciones

Alcance

Alcance espacial: La población de estudio para la presente investigación fueron 100 estudiante del V y VI semestre de la carrera de Psicología, de la Universidad Néstor Cáceres Velázquez de la ciudad de Juliaca.

Alcance social: La investigación se realizó con estudiantes del V y VI semestre de la carrera de Psicología, de la Universidad Néstor Cáceres Velázquez de la ciudad de Juliaca.

Alcance temporal: La investigación se realizó en el periodo de diciembre del año 2021.

Limitaciones

La mayor dificultad para llevar a cabo la investigación fue la suspensión de las clases presenciales por parte del Ministerio de Educación en el contexto de la pandemia del COVID-19, ya que fue un limitante para la ejecución de los instrumentos de recogida de datos. En consecuencia, se formó grupos de estudiantes para realizar el cuestionario presencial en el mes de diciembre.

III. MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes

Internacionales

Millán y Cols (2017). En su investigación titulada: Condiciones de trabajo, estrés laboral, dependencia universitaria y bienestar psicológico en docentes universitarios, plantearon identificar la dependencia universitaria sobre la percepción de estrés laboral, la valoración de las condiciones de trabajo y el bienestar psicológico, a través de la técnica de comparación del grado de arreglo entre dos modelos de diferenciación, de acuerdo a la causalidad entre las variables analizadas y/o mediadoras. La muestra estuvo compuesta por 903 docentes adscritos a 32 instituciones universitarias en Venezuela, dentro de la técnica de recolección de datos, se aplicó la Escala de Bienestar Psicológico (Sánchez-Cánovas, 2007), el Cuestionario de Condiciones de Trabajo (Blanch et al., 2010) y el Inventario de Percepción de Estresores en Docentes Universitarios (Álvarez et al., 2011), como instrumentos. Para los resultados se analizó una ruta de que evidenció 42 causalidades significativas sobre la variable de interés (bienestar psicológico), donde los resultados mostraron que trabajar en una universidad oficial, incrementa los niveles de percepción de estrés laboral considerando el tema económico. La economía, lo material y los asuntos políticos tienen efectos negativos en el bienestar psicológico. De acuerdo con los análisis realizados, los docentes tienen cierta preocupación sobre el desarrollo académico de los estudiantes. El trabajo de investigación concluyó que, los efectos y/impactos de los factores de riesgo sobre el bienestar psicológico de los docentes, podría ayudar a diseñar y priorizar alternativas de intervención en la población estudiantil.

Luna y Cols (2019). En su trabajo titulado: Predictores académicos y sociodemográficos de ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes mexicanos de medicina, el cual fue un estudio de enfoque cuantitativo, diseño no experimental, transversal, mediante

muestreo no probabilístico por conveniencia se tomó como muestra a los estudiantes de primer, tercer y quinto semestre, donde los encuestados fueron 59, 43 y 59 respectivamente. Los resultados de la investigación evidenciaron que las mujeres sufren mayores niveles de ansiedad. Respecto a los varones, los niveles de ansiedad fueron similares en los diferentes semestres evaluados. Las mujeres que cursan el tercer y quinto semestre, tienen mayores niveles de ansiedad que las de primero. De acuerdo con el análisis estadístico, la ansiedad y el bienestar psicológico se asocia negativamente, es decir, a mayor ansiedad, menor bienestar psicológico. De acuerdo a los grupos de análisis, los subgrupos mostraron menor ansiedad, mayor bienestar. La regresión logística (Logit), evidenció en promedio que, ser mujer y no tener un credo, son factores limitantes para tener mayores niveles de ansiedad. Las conclusiones a las que llegó la investigación fueron que, las mujeres estudiantes de medicina tienen mayores probabilidades de adquirir ansiedad, y dado a la relación negativa, tienen un menor nivel bienestar psicológico.

Hanawi, Saat y Zulkafly (2020) Realizó una investigación titulada: Impacto de un estilo de vida saludable en el bienestar psicológico de los universitarios estudiantes, el objetivo de este estudio transversal fue para determinar la relación entre el estilo de vida saludable y el estrés entre los estudiantes. El enfoque investigativo fue el cuantitativo, de diseño no experimental y correlacional, donde se tuvo una muestra de 173 estudiantes de ciencias biomédicas los cuales fueron seleccionados de forma aleatoria; a los cuales se les aplico dos cuestionarios, en el primero se solicitó datos sociodemográficos, y el segundo se midió el nivel de estrés y se estilo de vida es saludable. Se tuvo como resultado que el 71,8% tenían estilo de vida poco saludable y 28,2% estilo de vida intermedio, además que el 50,7% estaba estresado y 46,8% tiene ansiedad. La conclusión es que los estudiantes con malos estilos de vida tienen mayor ansiedad, depresión y estrés. La implicación de este estudio es que las universidades deben ofrecer actividades

saludables para fomentar prácticas de vida saludable hacia los estudiantes. (Hanawi et al., 2020).

Luna y Cols (2020) México, en su investigación denominada: Estrés académico en estudiantes de odontología: asociación con apoyo social, pensamiento positivo y bienestar psicológico, determinó los niveles de estrés académico y sus fuentes en estudiantes de la carrera de odontología, referenciando una asociación con el apoyo social, bienestar psicológico y pensamiento afirmativo. Los autores proponen una investigación de enfoque cuantitativo, con un corte en el tiempo, de diseño descriptivo. El instrumento utilizado fue la encuesta. La muestra se realizó a 146 estudiantes de la carrera profesional de odontología, distribuidos en 104 damas y 42 varones. De acuerdo con los resultados obtenidos, los autores afirmaron que el nivel de estrés en los estudiantes fue moderado, el apoyo social tuvo el mismo comportamiento con el pensamiento positivo, es decir, sus niveles fueron moderados, sin embargo, el nivel de bienestar psicológicos fue elevado. Respecto al género de los estudiantes, los resultados evidenciaron que las mujeres sufren de mayores niveles de estrés que los varones, y gozan de un menor bienestar psicológico. En la regresión lineal realizada, se evidenció que el género del estudiante es predictor de los niveles de estrés académico, es decir, el ser de género femenino, incrementa las probabilidades de tener mayor estrés académico. Respecto al análisis crítico, se evidenció que, la perspectiva del futuro, genera mayores niveles de estrés disminuyendo el desempeño académico. Los autores concluyeron que, cuando se identifican variables salutogénicas predictoras del estrés, ayudan al desenvolvimiento positivo del estudiante.

Ramírez, Martínez y Minchala (2020) en su investigación: Bienestar psicológico y rendimiento académico de estudiantes de pregrado, el objetivo de la presente investigación fue el analizar la relación entre bienestar psicológico y rendimiento académico. La investigación tuvo un enfoque cuantitativo, de método descriptivo y

correlación con un corte en el tiempo (corte transversal); la población fue de un total de 490 estudiantes y se tuvo muestra de 300 estudiantes de los cuales 61 hombre y 239 mujeres. Donde se aplicó una encuesta de bienestar Psicológico constituida de 65 ítems. Donde se tuvo como resultado que el porcentaje más alto de bienestar psicológico es del 49% de los estudiantes tienen un bienestar psicológico medio; mientras que el 39,7% tienen un alto bienestar psicológico y el 10.7% de los estudiantes tienen un bienestar psicológico bajo. Por lo cual se concluye que la universidad debe tomar decisiones para poder intervenir en diferentes caminos en la resolución de problemas psicológicos con el fin de rescatar, mantener o potencializar capacidades que influyen en el correcto desarrollo académico de los alumnos, puesto que los resultados indicaron que a mayor bienestar psicológico mejor será su rendimiento académico. (Ramírez et al., 2020).

Nacionales

Matalinares, et al. (2016) realizaron un estudio titulado: Afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima y Huancayo, el diseño de investigación utilizado en el presente estudio fue no experimental, transeccional–correlacional, donde tuvo como objetivo establecer la relación entre los modos de afrontamiento del estrés y el bienestar psicológico. La muestra estuvo comprendida por 934 estudiantes universitarios de Lima y Huancayo con edades entre 16 y 25 años, a quienes dentro de lo que respecta a la recolección de datos se les aplicó la encuesta y sus instrumentos por los que fueron evaluados fue la Escala de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE), Los resultados mostraron que existe una relación directa y significativa entre el modo de afrontamiento del estrés centrado en el problema y la emoción, y el bienestar psicológico, mientras que otros estilos de afrontamiento guardan una relación significativa, pero indirecta, finalmente concluye que en un nivel descriptivo, ambas poblaciones muestrales (Lima y

Huancayo) mostraron un desempeño promedio en los modos de afrontamiento del estrés y el nivel de bienestar psicológico.

Esteban, et al. (2017) realizaron una investigación denominada: Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de pregrado de psicología, su estudio pretendió determinar la relación que existe entre bienestar psicológico y rendimiento académico en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Tarapoto, Perú. Tuvo un enfoque cualitativo no experimental, el método investigativo fue descriptivo correlacional. La población y muestra de estudio se conformó por 210 estudiantes de psicología. Como técnica de recolección de datos se utilizó la encuesta y como instrumento la escala de bienestar psicológico de Ryff de 39 ítems distribuidos en 6 dimensiones: auto aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. Las propiedades psicométricas indicaron que es válido y confiable. Los resultados evidencian que existe una relación directa y altamente significativa entre bienestar psicológico y rendimiento académico ($r = 0.300$, $p < .01$), por tanto, concluyen que cuan mayor sea el bienestar psicológico mejor será el rendimiento académico.

Ordóñez (2018) realizó un estudio titulado: Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de primer y segundo ciclo de la Universidad María Auxiliadora. Realizó una investigación de carácter cuantitativo, donde la metodología de investigación fue la descriptiva correlacional. La población total de estudio fue de 200 estudiantes, sin embargo, la muestra final fue de 134 estudiantes. Es preciso señalar que el tipo de muestreo fue, probabilístico de aleatoriedad simple. La variable de análisis fue, el bienestar psicológico, la cual fue propuesta por Sánchez-Cánovas (2007). Los instrumentos utilizados fueron las encuestas. De acuerdo con los resultados y conclusiones, se evidenció que existe una asociación negativa significativa del bienestar psicológico y el estrés académico,

de los estudiantes del primer año. Esto debido a las características propias de cada estudiante, sin embargo, la inferencia estadística mostró una relación negativa.

Collas (2019) realizó un estudio titulado: Estrategias de afrontamiento ante el estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de una institución privada de Lima Este, 2018. Realizó su investigación con un enfoque cuantitativo, mostrando un diseño no experimental. Respecto a las unidades de estudio, se tuvo un total de muestra de 295 estudiantes universitarios, dentro de los rangos de edad de 16 a 27 años. Se realizó un corte en el tiempo para realizar los análisis. La fuente de recolección de información fue las encuestas consentidas. Los resultados evidenciaron que el bienestar psicológico, tiene una asociación significativa y sumativa con el estilo de afrontamiento enfocado con el problema, y el mismo comportamiento con el afrontamiento enfocado a la emoción, con lo que es posible afirmar que, los estudiantes un nivel elevado de bienestar psicológico utilizan en mayor medida el afrontamiento enfocado el problema y emoción.

Yataco (2019) en su investigación: Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de la carrera de Ingeniería de Sistemas de una universidad privada de Lima Sur. La cual tuvo como enfoque de investigación el cuantitativo, y como metodología la correlacional, con un corte en el tiempo. La muestra de la investigación estuvo comprendida por 496 estudiantes, de los cuales las edades tenían que estar dentro de los rangos de 16 a 29 años. Respecto a la recolección de datos, la técnica empleada fue, la escala de bienestar psicológico y el inventario de SISCO de estrés académico. Los resultados de la investigación evidenciaron que el 27,4% cuenta con un bienestar psicológico de calificación muy bajo, el 19% como bajo, el 19% de los entrevistados como bienestar psicológico moderado. Respecto a los puntajes elevados el 20,2% tuvo una calificación alto, y el 14,5% de muy alto. Respecto a las

diferencias significativas, se encontró mayores diferencias en torno al ciclo académico. Las calificaciones del estrés académico, se evidenció que el 16,1% tuvo una calificación de muy bajo, el 31% de bajo, el 25,8% de moderado. En contraste con las calificaciones elevadas se tuvo que, el 12,1% fue alto, y el 14,9% fue muy alto. De acuerdo con la inferencia estadística, los resultados muestran una asociación significativa negativa entre el bienestar psicológico y el estrés académico.

Urbano (2019) realizó un estudio titulado: Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en adolescentes de la Escuela de Líderes Escolares de Lima Norte –2017. La investigación tuvo por objetivo estudio, conocer la asociación entre los tipos de afrontamiento al estrés. De acuerdo con la tipología de la investigación, en enfoque fue cualitativo, utilizando la metodología descriptivo correlacional. La muestra analizó a 237 estudiantes del quinto año de educación secundaria, teniendo como rango de edad, los años de 16 y 17. El instrumento de investigación fue la encuesta de estilos de afrontamiento de estrés COPE. De acuerdo con los resultados, el autor menciona que existe relaciones directas entre los estilos de afrontamiento y bienestar psicológico. Del mismo y mostrando el mismo comportamiento, existe relaciones directas entre el afrontamiento enfocado a la emoción y el bienestar psicológico.

Locales

Hernández (2020) en su investigación titulada, Procrastinación académica, estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Chíncha, 2020. Universidad de San Martín de Porres, el diseño de investigación fue asociativo enfoque de correlación, transversal. Utilizando muestreo no probabilístico, la muestra incluyó a 184 estudiantes de psicología de Chíncha. Respecto a la recolección de datos, se realizó a través de las encuestas y los instrumentos utilizados fueron la versión adaptada para Perú de la Escala de procrastinación Académica (1998), por

Domínguez, Villegas y Centeno, (2014), Inventario SISCO de Estrés Académico (Barraza, 2007) y la versión unidimensional de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1989). Los resultados mostraron que las variables se encuentran correlacionadas de forma significativa, al igual que sus dimensiones y solo entre regulación académica y estímulos estresores la correlación no es significativa, pero va en relación a la teoría. Se concluye que, la estadística empleada evidenció que existe relación significativa entre el estrés académico, la procrastinación académica y el bienestar psicológico, teniendo en cuenta que a mayor procrastinación menor bienestar psicológico.

Chacaltana (2019b) en su investigación titulada: Procrastinación académica, vivencias académicas y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de psicología – Ica. La investigación es de diseño descriptivo, de tipo sustantivo y diseño correlacional – causal, donde la muestra la conformaron 162 estudiantes, entre los 16 y 37 años. Investigación a nivel descriptivo, de contenido de tipo y relaciones de causa y efecto en diseño. Como parte de la recolección de datos, se utilizó como herramienta de recolección la encuesta: la Escala de Procrastinación de Busko, el Cuestionario de Experiencia de Aprendizaje (QVAR) y la Escala de Experiencia de Aprendizaje (QVAR). El bienestar psicológico de Ryff. De acuerdo con los resultados, se evidenció que hay una relación significativa del retraso escolar, la experiencia escolar y el bienestar psicológico. Las conclusiones de la investigación muestran que la adaptación a los estudios, la adaptación personas, el desarrollo personal son predictores de la procrastinación académica.

Chacaltana (2019) en su investigación denominada: Bienestar psicológico y adaptación universitaria en estudiantes de psicología, el estudio fue de tipo descriptivo, básico, sustantivo y diseño correlacional. La muestra la conformaron 170 participantes (30 hombres y 140 damas), entre los 16 y 37 años. Se utilizaron las

siguientes herramientas de recolección de datos: el Cuestionario de Experiencia de Aprendizaje (QVAR) y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Los resultados reflejaron el estado psicológico y adaptación universitaria y se relacionan con: género, ciclo de estudio y carrera de alumnos de psicología, sobre adaptabilidad universitaria y salud psicológica; No se encontraron diferencias significativas entre hombres y mujeres. Finalmente, se concluye que la salud psicológica analizada a través de sus factores y la adaptación universitaria, se relacionan significativamente, destacándose los siguientes aspectos: desarrollo personal, grado bajo de autoaceptación y relaciones positivas, tienen relaciones significativas altas, por lo que mejor nivel de crecimiento personal, la adaptación universitaria será mejor.

3.2. Bases Teóricas

3.2.1. Afrontamiento del estrés

3.2.1.1. Definición del afrontamiento del estrés

El afrontamiento del estrés definido por Lazarus y Folkman (1984), es un proceso contextual y orientado que aborda el pensamiento de la persona en su forma real, y se crea situaciones con estrés, y cómo será la variación de éstas a medida que ocurran estos encuentros, la cual está relacionada por las calificaciones de las personas sobre los entornos reales que enfrentan y los recursos con los que deben lidiar con ellos. En este contexto, surge la imposibilidad de determinar cuál es el que constituye un buen afrontamiento y mal afrontamiento, es por ello que se entiende por afrontamiento, como un esfuerzo constante cognitivo y conductual del individuo para manejar requerimientos específicos externos y/o internos, considerando agotado o excesivo de sus propios recursos tengan o no éxito estos esfuerzos.

Para Sandín (1995) el concepto de afrontamiento del estrés se refiere al comportamiento y esfuerzo cognitivo que el individuo hace para manejar el estrés; es decir, lidiar con las demandas externas e internas que generan estrés.

Según Mok y Tam (2001) El afrontamiento implica una serie de procesos cognitivos y conductuales estrechamente relacionados; por una parte, dependen de la evaluación que realiza el sujeto sobre la situación y, por otra, del uso de estrategias conductuales utilizadas para aliviar la carga que supone el estresor sobre el bienestar psicológico.

Después Lazarus (1991) agrega que el afrontamiento implica estrategias que sirven para modificar el problema en sí mismo, y en situaciones estresantes, pueden modular las respuestas emocionales de nuestro. Cada uno tiene una forma diferente de lidiar con el estrés, este dependerá de muchos factores que afectarán cuando el determine qué estrategias de afrontamiento usaremos, este puede estar relacionado con nuestro estado de salud, estado físico, creencias que cada uno tiene, el aspecto de nuestra motivación, así como nuestra capacidad para resolver problemas, incluso nuestras habilidades sociales.

A su vez Carver, et al. (1989) tomando como base el modelo teórico de Lazarus y Folkman (1984) se tomó la clasificación de las dimensiones generales del afrontamiento (afrontamiento centrado en la evaluación, afrontamiento centrado en el problema y afrontamiento centrado en la emoción).

3.2.1.2. Dimensiones del Afrontamiento del estrés.

De acuerdo a Casuso (1996), las dimensiones son las siguientes:

Afrontamiento enfocado en el problema: Su propósito es manejar o conducir el problema que genera el malestar, el afrontamiento juega un papel importante como mediador entre las experiencias estresantes a las que se encuentran sometidas las personas, los recursos personales y sociales con los cuales cuentan para hacerles frente, y las consecuencias que se derivan de las mismas.

El estilo de afrontamiento se ha centrado en el problema. Incluyen actividades adaptativas, es decir, acción para resolver problemas;

planificar cómo desarrollar la estrategia; eliminar actividades autorizadas, es decir, dejar de realizar actividades que no sean para centrarse en el problema; cómo posponer la respuesta para esperar la oportunidad adecuada para actuar; y buscar apoyo social por razones específicas, es decir, buscar la opinión de otros, opiniones o información relevante, etc.

Afrontamiento enfocado en las emociones: Se centra en la emoción, que tiene como objeto regular la respuesta emocional ante el problema, de carácter subjetivo; su dimensión global, ya que se refiere a una evaluación de todos los aspectos que conforman la vida de las personas; y la inclusión de medidas positivas, emociones positivas respecto a las situaciones presentes en la vida, el estrés es una forma necesaria para el desarrollo de la personalidad de un estudiante (Verdugo y cols, 2013) Sin embargo, cuando el estrés está más allá de lo óptimo, agota su energía, obstaculiza su desempeño y puede afectar negativamente su salud, provocan grado de estrés importante el cual se manifiesta generalmente como resultado de las frustraciones originadas por necesidades insatisfechas.

Estos incluyen buscar apoyo social por razones emocionales, es decir, buscar apoyo emocional; reinterpretación y crecimiento positivos, ver lados positivos o positivos del problema, aceptación y asunción de problemas; recurrir a la religión, es decir, negar que exista el problema.

Otros estilos de afrontamiento: Hay diferentes formas de afrontar las dificultades cotidianas. En este sentido, los estudios científicos han demostrado que las estrategias de afrontamiento desarrolladas por el hombre incluyen las siguientes: buscar información sobre un factor estresante, utilizar la acción directa para acabar con el estrés o desarrollar nuevas técnicas de adaptación. a través de la relajación y la respiración. (Vega, 2017) Cuando se expresa en términos de afrontamiento, se refiere principalmente a los esfuerzos externos e internos realizados para adaptar a las personas a situaciones que no pueden manejar.

También conocido como afrontamiento centrado en lo cognitivo, se ha observado: enfoque y liberación emocional, es decir, liberación emocional abierta; mala interpretación de cómo dejar de actuar al para resolver el problema; y desconexión mental, es decir, tratar de distraerse para no pensar en el problema (Flores, 1999). Por otro lado, (Rojas, 1997) identificaron dos nuevos tipos de afrontamiento, a saber: consumo de alcohol y drogas, y uso del humor.

3.2.1.3. Características del afrontamiento del estrés

Aunque existe una diferencia entre la adaptación orientada a las emociones y la orientada a los problemas, los dos afrontamientos a menudo ocurren juntos y pueden interactuar entre sí (Folkman y Lazarus, 1980, 1985). Por lo tanto, lidiar con una situación estresante usando estrategias basadas en la emoción puede reducir el estrés hasta el punto de facilitar el afrontamiento centrado en el problema y, por lo tanto, el manejo centrado en el problema puede reducir el estrés y, por lo tanto, reduce el estrés emocional.

3.2.1.4. Importancia del afrontamiento del estrés

Recae en sus dos funciones: la regulación de las emociones estresantes y la modificación de la relación problemática entre la persona y el ambiente que causa el estrés, los estudiantes universitarios, en particular los de ciencias médicas, están frecuentemente imbuidos en situaciones estresantes por lo que se hace necesario conocer a qué niveles de estrés están sometidos y cómo lo enfrentan (Cabanach et al., 2019).

3.2.1.5. Teorías del estrés basadas en la interacción o transaccionales.

Según Lazarus y Folkman (2016), el modelo transaccional propone una definición de estrés centrada en la interacción de la persona y su medio. Para ello, postula un proceso de evaluación

del organismo que dirige paralelamente 2 direcciones, una al ambiente y otra hacia los recursos propios.

Así mismo, las 2 dirección logran maximizar los factores psicológicos, los cuales miden estímulos (estresores) y las réplicas de estrés. Los factores psicológicos están presentes en cada etapa, por lo que las personas e individuos, tienden a ver en forma pasiva las determinantes del estrés.

La interacción entre los individuos, tiene relaciones particulares entre su entorno de las personas.

Una de las definiciones del estrés hace referencia al conjunto de relaciones interactuales entre la situación actual y la perspectiva de las personas, por lo que los individuos valoran el momento como una amenaza para su bienestar personal.

Respecto a la mediación cognitiva, hace referencia a una evaluación cognitiva, la cual es un proceso universal, que las personas son evaluadas continuamente conforma a lo que está sucediendo en su bienestar personal.

Tipos de evaluación:

Evaluación Primaria: Es producido cuando se presenta un encuentro con alguna exigencia externa o interna. Es el primer mediador del estrés, lo cual, da lugar a diferentes modalidades de evaluación.

-Amenaza: Es referido como una anticipación ante un suceso dañino que aún no se efectuó, pero la probabilidad de ocurrencia en significativamente elevada.

-Daño pérdida: De acuerdo con la tipología de la investigación, es referido al daño que ya se realizó, es irreparable.

-Desafío: Apremiar una situación incluyendo tanto posibles beneficios positivos como amenazas. Es el resultado de peticiones difíciles.

-Beneficio: Este tipo de evaluación no induce una respuesta de estrés. De los primeros tres tipos de evaluación, se pueden inferir tres tipos de estrés (amenaza, pérdida y desafío).

Evaluación Secundaria:

Implica evaluar los recursos para hacer frente a la situación. Esta evaluación determinará si la persona siente miedo, desafío u optimismo.

Los denominados “Recursos de afrontamiento” incluye: habilidades personales de afrontamiento, apoyo social y recursos materiales.

Reevaluación: El proceso de reevaluación requiere una retroalimentación, lo cual permite que ocurran ciertas correcciones sobre las calificaciones previas.

Respecto al modelo teórico, la diferencia es que, es referido a la evaluación cognitiva, la cual es un factor indispensable de que una situación con niveles bajos de estrés pueda producir estrés en una persona. El individuo es considerado como algo activo.

Un modelo de trabajo: De acuerdo con las definiciones del estrés, podemos afirmar que el estrés involucra un conjunto complejo de variables que se relacionan en diferentes grados e interactúan entre sí. Durante el año 1995, se analizó el proceso de estrés para analizar distintas variables que tengan relación y/o asociación directa o indirecta con el estrés. El modelo presentado tuvo mucha aceptación en la comunidad intelectual.

Durante los últimos años, y sobre las investigaciones respecto al estrés, el científico SANDIN analizó el modelo de análisis de estrés. Se realizó algunos cambios que se relacionan con los componentes del modelo, tales como la evaluación cognitiva, las necesidades psicosociales y los factores sociales. Los cambios realizados mostraron respuestas respecto al estrés y al estado de salud.

El modelo en su versión inicial, se separaba la evaluación primaria de la secundaria, como el modelo Lazarus. Con los cambios realizados, y las variantes realizadas, el modelo actual sustituye el concepto de separación, y se aplica el concepto de la integración entre las amenazas y características cognitivas. De acuerdo con la teoría el modelo es desarrollado en 7 etapas.

Demandas psicosociales: Se refiere a patógenos externos principalmente al estrés. Estos pueden ser no solo factores psicosociales, sino también naturales (radiación, electricidad atmosférica, frío, calor, etc.) y antrópicos (ruido, contaminación, etc.). Estos tipos de estresores son estresores ambientales. Cuando hablamos de estrés psicosocial, nos referimos a eventos mayores o eventos vitales (pérdida de trabajo), eventos menores (estrés diario) y estrés crónico (estrés laboral). Un factor importante relacionado con las necesidades psicosociales es el estatus socioeconómico.

Evaluación cognitiva: Valoración cognitiva que realiza el individuo respecto a la situación o demanda psicosocial. Suele ser consciente, aunque puede no serlo. Suele implicar siempre alguna forma de amenaza. Hay dos tipos de aspectos involucrados en la evaluación cognitiva relacionada con el estrés. Uno se presenta por el tipo de amenaza, ya sea una pérdida (muerte de un ser querido), un peligro más o menos inminente (posiblemente dañar la integridad) o un desafío (desafío personal). Estos tres tipos de amenazas pueden depender de la naturaleza de la solicitud en sí, de las características del individuo (variables individuales), o de ambas. Otro factor viene dado por las características de la necesidad, como valor (evaluado como algo negativo o positivo), independencia (independencia o dependencia de las acciones del individuo, multiplicador), previsibilidad o controlabilidad.

Respuesta de estrés: Incluye reacciones fisiológicas: neuroendocrinas (principalmente liberación de catecolaminas y cortisol) y las relacionadas con el SNA (activación simpática e inhibición parasimpática), respuesta psicológica: respuesta emocional (generalmente respuestas ansiosas y/o depresivas), cognitiva y motora (respuestas que son difíciles separarse de las emociones).

Afrontamiento: Hacer frente los esfuerzos conductuales y cognitivos que utiliza el sujeto para hacer frente a las necesidades

y prevenir estados emocionales estresantes. Es la última etapa del proceso de estrés propiamente dicho.

Estas fases interaccionan constantemente en un proceso dinámico. Una relación muy estrecha ocurre entre el afrontamiento y los componentes psicológicos y fisiológicos de la respuesta del estrés. El afrontamiento y la evaluación cognitiva son variables mediadoras de la respuesta. Intervienen por sí solas activando o reduciendo la respuesta de estrés, es decir, median los efectos de los estresores sobre las respuestas; las variables mediadoras o moduladoras actúan sobre las variables mediadoras moderando dichas respuestas. El cuestionario de Sandín y Chorot describe diferentes formas de afrontamiento que las personas utilizan comúnmente. El afrontamiento se utiliza para cambiar la situación de la que surgió el factor estresante, para modificar el significado de la situación con el fin de reducir el nivel de amenaza y reducir los síntomas del estrés. Es un elemento esencial utilizado por las personas para hacer frente al estrés.

Características personales: Las características personales del individuo determinan la situación y su percepción de la realidad, las cuales son consideradas como un conjunto de variables significativas que influyen directamente sobre las cuatro fases anteriores.

Las características personales son invariantes en el individuo, las cuales caracterizan de único al individuo. Tienen influencia en la evaluación de la demanda psicosocial, y sobre las estrategias de afrontamiento.

Características sociales: Todas las acciones frente a los estresores, pueden referirse a un apoyo social que la gente dispone, las cuales son llevadas a favor del individuo, mediante otras personas (amigos, conocidos, familiares, etc.). Las acciones de la sociedad, puede proporcionar una ayuda instrumental, formativa y emocional. Sin embargo, el individuo debe de ser consciente de la percibida, la cual puede considerarla como significativa o de gran apoyo. El apoyo social que percibe el

individuo son los recursos que utiliza, y puede ser de beneficio para su bienestar psicológico.

Estatus de salud: En esta etapa se presentan los resultados, sin embargo, el estado de salud de un individuo, y el bienestar psicológico y fisiológico, tienen relación y dependen de todos los procesos anteriores, dado que, un afrontamiento inadecuado puede ser nocivo para la salud.

3.2.2. Bienestar psicológico

3.2.2.1. Definiciones de la variable bienestar psicológico

El bienestar psicológico definido por Veenhoven (1991), es el grado en que un individuo juzga su vida "como un todo" en términos favorables, se da cuando una persona tiene mucha felicidad si se siente satisfecho en su vida, si su estado de ánimo es bueno a menudo y sólo ocasionalmente, experimenta emociones desagradables como tristeza o enfado. La literatura de investigación indica que la satisfacción es una estructura de tres niveles. Por un lado, tenemos estados emocionales (afecto positivo y afecto negativo) y por otro lado el componente cognitivo. Los estados emocionales suelen ser más inestables y momentáneos y, al mismo tiempo, independientes. Tener un alto nivel de influencia positiva no significa tener un alto nivel de influencia negativa del componente cognitivo de la satisfacción se llama felicidad y es el resultado de la integración cognitiva que personas logran de la forma en que lo han sido (o lo han hecho) durante sus vidas.

Según Barrientos y Domínguez (2014) la definición de bienestar psicológico es muy amplia y subjetiva. Explicó, para tener una buena mentalidad, es necesario tener una salud psicológica estable y buenas relaciones sociales. Es decir, un estudiante que es considerado con bienestar psicológico, debe demostrar relaciones positivas con su familia, amigos, compañeros y jefes. Además, los procesos cognitivos de su, como la memoria, la atención, la concentración y la inteligencia, les permiten mantener estas relaciones sociales estables.

Por otro lado, para Sánchez (2017), el bienestar psicológico implicaría juzgar de forma general la satisfacción por la vida. Significa que el individuo al evaluar sus logros, su contribución con su medio y su desempeño; esto contribuye grandemente en su bienestar general.

En conclusión, se podría indicar que el bienestar psicológico es un estado de equilibrio emocional y conductual por lo que el individuo manifiesta sentirse bien.

3.2.2.2. Dimensiones del bienestar psicológico

De acuerdo a Casullo y Castro (2000) las dimensiones son las siguientes.

Control de Situaciones: Es la habilidad personal para hacer uso de los propios talentos e intereses, así como de las opciones que se vayan presentando. Es la participación activa en el medio ambiente que permite funciones psicológicas positivas (Díaz, 2000).

Vínculos psicosociales: Las relaciones positivas con los demás se refieren a la capacidad del para establecer relaciones cálidas y cercanas, que se relaciona con mostrar empatía, y la capacidad del para experimentar el amor frente a los demás; de la misma forma, muestra madurez en relación a los otros independiente de la cultura a la que pertenezca la persona.

Proyectos: Cuando la persona establece objetivos, tiene sentido de dirección y una intencionalidad en la vida; funciona positivamente y todo esto contribuye al sentimiento de tener una orientación y un lugar en la vida. El objetivo o sentido en la vida es comprender claramente la dirección y los objetivos de la vida de cada persona; se trata de establecer metas y dar sentido a lo que se hace.

Aceptación de sí mismo: Como autoconocimiento o autoevaluación; es tener una idea adaptativa de comportamientos, intereses y sentimientos individuales. La

auto aceptación implica evaluar y aceptar sus propias fortalezas y debilidades.

3.2.2.3 Características del bienestar psicológico

El concepto de bienestar psicológico se ha estudiado en relación aspectos biológicos como los sistemas inmunológico y cardiovascular en mujeres adultas, donde se encontró que niveles altos de bienestar psicológico se correlacionaron con menores probabilidades de problemas cardiovasculares (Ryff et al., 2008). Estudios en estudiantes, informan que el bienestar psicológico se asocia positivamente con sentimientos positivos de afecto, la capacidad de entablar relaciones cálidas con los demás, y la autoestima positiva polar (Meza, 2011). Asimismo, un alto nivel de bienestar psicológico se asoció con un alto nivel de bienestar social y subjetivo.

Ryff (1989) desarrolló bajo el concepto de bienestar psicológico que ha facilitado hacer elaboraciones científicas más rigurosas. Entonces, definió el BP como el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, donde el individuo muestra indicadores de funcionamiento positivo. Dentro de la integración teórica se ha definido seis dimensiones por las cuales se puede evaluar el continuo positivo negativo del bienestar psicológico de una persona.

Auto aceptación: Evaluación positiva presente y pasada, parte de la premisa de que el individuo acepta el pasado como un hecho, lo que pasó, y se mueve a vivir en el aquí y el ahora.

Autonomía: Sentido de autodeterminación. Corresponde a tener la habilidad de resistir las presiones sociales, de pensar o actuar de cierta forma y de guiar y evaluar comportamientos basados en estándares internalizados y valores.

Crecimiento personal: sentirse maduro y crecer como persona, se refiere a la búsqueda continua de las capacidades existentes, talentos y oportunidades para el desarrollo personal y para realizar su potencial.

Propósito de vida: Creer que la vida tiene sentido y propósito, se refiere a las expectativas personales, metas, intenciones y sentido de dirección del individuo. Implica un proceso de desarrollo, maduración y adaptación al cambio.

Relaciones positivas con los demás: Tener o desarrollar relaciones de calidad con los demás. La misma se refiere la habilidad para cultivar y mantener relaciones íntimas con otros. Las personas necesitan mantener relaciones sociales estables y tener amigos en los que puedan confiar, ya que esto promueve la aceptación social y el compromiso (Oramas Viera et al., 2006).

Control Ambiental: La habilidad de manejar efectivamente el ambiente circundante, o dominio del entorno es la habilidad para elegir o crear ambientes favorables para satisfacer los deseos y necesidades propias. Incluye el poseer la sensación de control sobre el mundo y sentirse capaz de influir el contexto que rodea a la persona. Según indica Giménez Hernández (2005).

3.2.2.4. Importancia del bienestar psicológico

En el ámbito universitario peruano es importante conocer el bienestar psicológico, debido a que, a mayores niveles de bienestar, la persona tendrá una alta percepción de poder expresar las emociones mediante la verbalización (permitiendo que la persona sea capaz de regular sus emociones), más emociones positivas y menos emociones negativas. Mientras que, al experimentar menores niveles de bienestar y satisfacción con la vida, el individuo utiliza más la estrategia de supresión de emociones. Asimismo, qué formas o estrategias utilizan al momento de regular sus emociones y cuáles son los niveles de bienestar psicológico. De esta manera el presente estudio podría marcar el inicio de una línea de investigación en regulación emocional y bienestar psicológico. (Liberabit, 2019).

3.2.2.5. Teoría que fundamenta el bienestar psicológico

Esta visión multidimensional del individuo enfatiza más la capacidad de funcionar positivamente a través del desarrollo personal y la madurez (Díaz, et al., 2006). El nivel de desarrollo de cada dominio o dimensión no es necesariamente paralelo en todo momento. Un modelo conceptual de las fluctuaciones y diferencias en la edad adulta, para que la persona pueda identificar fortalezas en cada área mientras se desarrolla en otras.

El modelo hexadimensional propuesto por Ryff facilita la evaluación global del individuo desde una perspectiva de desempeño global. Por ejemplo, el establecimiento de relaciones positivas con los demás puede estar mediado por el nivel de autoaceptación de un individuo. A su vez, el estado saludable de estas relaciones se basa en el grado de autocontrol que tiene cada persona en la relación. Por otro lado, la capacidad de apropiarse del entorno depende muchas veces del estado de autodesarrollo del individuo y éste a su vez con el establecimiento de metas específicas (metas en la vida).

Cuando hablamos de bienestar psicológico, también debemos considerar la perspectiva del desarrollo humano, porque los modelos de desarrollo humano complementan la perspectiva del BP. En términos del desarrollo y su relación con las dimensiones, se ha encontrado que a medida que crece en edad el individuo, éste presenta niveles más bajo las dimensiones de propósito en la vida y crecimiento personal (Ryff y Keyes, 1995; Ryff y Singer, 1998).

En resumen, la mirada multidimensional nos permite ver interacciones entre las dimensiones tal y como ocurre en la vida cotidiana de las personas. De este modo, consideramos como las personas utilizan los recursos que tienen en cada área de formación e interactuando unos con otros. A su vez, la noción de desarrollo permite que el individuo continúe fortaleciendo áreas, sin necesariamente enfocarse en la falta o en un estado disfuncional. Como mencionamos, el BP no puede limitarse a una mirada lineal,

lo que implica un movimiento cíclico impactado por las etapas de desarrollo humano.

Bienestar psicológico y vida universitaria Una de las etapas más importantes en la vida de un individuo es el ingreso a la universidad. En la teoría del desarrollo psicosocial de Erikson (Bordignon, 2005), existe una etapa conocida como cercanía y confusión de roles. Esto sucede durante la adolescencia, cuando los jóvenes se vuelven más independientes y comienzan a mirar hacia el futuro en términos de carreras, relaciones, familia y hogar, entre otros. Durante esta etapa, los jóvenes exploran diversas posibilidades y comienzan a formar sus identidades a partir de los resultados de estos descubrimientos. Su sentido de quiénes son en el mundo puede conducir a un sentido confuso de sí mismos (Bordignon, 2005).

Es por ello que el primer año de universidad es el que constituye un mayor proceso de ajuste para el estudiante. La red de apoyo del estudiante universitario es clave para la buena transición de la escuela a la universidad (T. Smith and Renk, 2007). En un estudio realizado en Argentina, las investigadoras encontraron que las preocupaciones principales de los/as estudiantes de nivel subgraduado y estaban relacionadas a los aspectos personales y de adaptación a una nueva etapa vital (Cornejo and Lucero, 2006).

Estas dos categorías recogen elementos similares a los establecidos por Ryff (1989) en las dimensiones de autoaceptación, relaciones positivas con otros, autonomía y crecimiento personal. Este patrón también lo observaron comparando áreas de estudio, siendo los estudiantes de ciencias los que obtienen puntuaciones más altas de bienestar psicológico. Por otro lado, Bowman (2010), encontró que un grupo de estudiantes Hispánicos de nuevo ingreso exhibían niveles de BP más altos que estudiantes blancos no Hispánicos en cuatro de las seis dimensiones. También identificó varios factores involucrados en el desarrollo de niveles óptimos de PA: ser mujer, hispana o latina, y tener metas y aspiraciones académicas altas antes de ingresar a la universidad.

Smith y Zhang (2009) indican que la adaptación universitaria exitosa se debe en parte al apoyo de los padres, los buenos hábitos de estudio, la guía de estudio, los cursos de orientación y las redes sociales. Sin embargo, algunos obstáculos en la transición de la escuela a la universidad son: falta de apoyo de los profesores, percepción negativa de las carreras, mala orientación en el proceso de admisión, poco apoyo de la escuela, y el ser estudiantes de primera generación (Marsico y Getch, 2009).

En esta etapa de transición, la cual es crítica para algunos estudiantes, el sentido de Bienestar psicológico puede ser clave para el éxito académico y el logro de sus metas personales y profesionales. Por lo tanto, como parte de los ofrecimientos de las universidades, los servicios de salud mental deben ir dirigidos al fortalecimiento y desarrollo integral de los/as estudiantes. Los centros de consejería y salud mental en las universidades, contribuyen a la misión institucional de ofrecer servicios que mejoren el estado físico y mental de los estudiantes (Schwitzer, 2008). Como resultado de esto, en las pasadas décadas, los servicios de salud mental universitarios han evolucionado cónsonos a los cambios en el sistema de salud, la farmacoterapia y nuevos medicamentos, los avances tecnológicos como el Internet y los cambios sociales (Kadison, 2006). Schwartz (2008) reporta un aumento en la utilización de los servicios de consejería y salud mental en las universidades. El mayor uso de los servicios de salud mental se debe en parte a los altos niveles de estrés y las nuevas exigencias académicas que enfrentan los estudiantes universitarios. Estos factores pueden estar relacionados con la insatisfacción de los estudiantes, la baja productividad, el ausentismo y el agotamiento (Gianakos, 2002). En este contexto, los servicios de asesoramiento y salud mental pueden ayudar en la adaptación a la vida universitaria.

3.3. Marco conceptual

Adaptación: Es el proceso por el cual un grupo o un individuo modifican sus patrones de comportamiento para ajustarse a las normas establecidas en el medio social en el que se encuentran (Martín, 1993).

Afrontamiento: Se refiere a aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo (Folkman, 1984).

Cognitivo: Basada en los procesos mediante los cuales el hombre adquiere los conocimientos. Se preocupa del estudio de procesos tales como lenguaje, percepción, memoria, razonamiento y resolución de problema. (Orbegoso, 2010).

Depresión: Es un trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración (OMS, 2017).

Estrés: Es un sentimiento de tensión física o emocional; puede provenir de cualquier situación o pensamiento que nos haga sentir frustrado, furioso o nervioso (Gallardo, 2021).

Eudaimónico: Refiere que el bienestar no solo se logra mediante el placer, sino principalmente a través de la actualización del potencial humano (Flores, Navarro, & Medrano, 2018).

Hedónico: Propone que el bienestar depende principalmente de vivir una vida con experiencias placenteras (Flore, Muñoz, & Medrano, 2018).

Modificación: Define como la aplicación sistemática de principios de aprendizaje y de la psicología experimental con el objetivo de eliminar, disminuir o cambiar conductas que no son adaptativas (Barraca, 2014).

Proceso: Constituyen elementos fundamentales en el estudio de la psicología. Que permiten a la persona tomar conciencia de sí misma y de su entorno, se encuentran en el origen de cualquier manifestación conductual y hacen posible el ajuste del comportamiento a las condiciones y demandas ambientales (Fernández et al., 2001).

Regulación: Es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerar emociones positivas (Bisquerra, 2009).

IV. METODOLÓGICA

La presente investigación se encuentra enmarcada en el enfoque cuantitativo, ya que es objetiva y las variables afrontamiento del estrés y Bienestar psicológico se determinaran mediante la técnica de la encuesta y utilizando métodos estadísticos se probó una hipótesis (Hernández, et al., 2014).

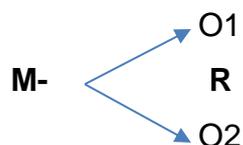
4.1 Tipo y nivel de investigación

El tipo de investigación es Básica, el objetivo de esta investigación es ampliar y profundizar los conocimientos de la realidad (Pimienta, 2017).

Tiene un nivel de investigación correlacional, puesto el objetivo de esta investigación fue el buscar la relación entre el afrontamiento del estrés y bienestar psicológico (Hernández, et al., 2014).

4.2 Diseño de Investigación

Fue de diseño No experimental, puesto que no se realizó la manipulación deliberada de las dos variables (Hernández, et al., 2014). Siendo exactamente un descriptivo correlacional, debido a que se describió y buscó identificar probables relaciones entre las variables (Hernández, et al., 2014). El diagrama de la investigación es la siguiente:



Donde:

M = Estudiante universitarios de psicología.

R = Relación.

O1= Estilos de afrontamiento al estrés.

O2= Bienestar psicológico.

4.3 Hipótesis general y específicas

Hipótesis general

Existe relación significativa entre el afrontamiento del estrés y el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

Hipótesis específicas

Existe relación significativa entre el afrontamiento enfocado en el problema y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

Existe relación significativa entre el afrontamiento enfocado en la emoción y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

Existe relación significativa entre otros estilos de afrontamiento y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

4.4 Identificación de las Variables

Variable 1: Afrontamiento del estrés

Dimensiones:

- D1. Afrontamiento enfocado al problema.
- D2. Afrontamiento enfocado a la emoción.
- D3. Otros estilos de afrontamiento.

Variable 2: bienestar psicológico

Dimensiones:

- D1. Control de situaciones.
- D2. Vínculos psicosociales.
- D3. Proyectos.
- D4. Aceptación de sí mismo.

4.5 Matriz de operacionalización de variables

| VARIABLE | DEFINICIÓN CONCEPTUAL | DEFINICIÓN OPERACIONAL | DIMENSIONES | INDICADORES | ESCALA DE MEDICIÓN |
|---------------------------|---|---|---|---|--------------------|
| Afrontamiento del estrés. | Proceso dinámico que cambia en respuesta a las demandas cambiantes del suceso estresante. (Espina, Marisa Espina, 2023) | La variable fue operacionalizada mediante un cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE). | Afrontamiento enfocado en el problema. | Afrontamiento activo | Ordinal |
| | | | | Planificación | |
| | | | | Supresión de actividades en competencia | |
| | | | | Postergación del afrontamiento | |
| | | | Afrontamientos enfocados en la emoción. | Búsqueda de apoyo social por razones instrumentales | |
| | | | | Búsqueda de apoyo social por razones emocionales | |
| | | | | Reinterpretación positiva y crecimiento | |
| | | | | Aceptación - Resignación | |
| | | | | Acudir a la religión | |
| | | | | Negación | |
| | Enfocar y liberar emociones | | | | |

| | | | | | |
|------------------------|--|--|---------------------------------|---------------------------------|---------|
| | | | Otros estilos de afrontamiento. | Desentendimiento conductual | |
| | | | | Desentendimiento mental | |
| Bienestar Psicológico. | Es la capacidad de conservar buenos lazos, tener control del entorno, tener metas y auto aceptación de sí, el cual se calcula por medio de estados emocionales apropiados (Casullo, 2008). | La variable fue operacionalizada mediante la escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) | Control de situaciones. | Manejo de situaciones difíciles | Ordinal |
| | | | | Aceptación de errores | |
| | | | Vínculos psicosociales. | Cercanos | |
| | | | | Sociales | |
| | | | Proyectos. | Metas | |
| | | | | Pensamiento positivo | |
| | | | Aceptación de sí mismo. | Físico | |
| | Psicológico | | | | |

4.6 Población – Muestra

Población

La población es el conjunto de los casos que concuerdan con una serie de especificaciones (Hernández, et al., 2014).

Por lo cual la población de estudio para la presente investigación fue de 100 estudiante del V y VI semestre de la carrera de Psicología, de la Universidad Néstor Cáceres Velásquez de la ciudad de Juliaca.

Muestra

La muestra es un sub-grupo de la población, el cual se busca que la muestra sea un reflejo fiel del conjunto de la población, puesto que muchas veces es difícil medir toda la población (Hernández, et al., 2014).

Para la presente investigación se tuvo una muestra de 80 estudiantes universitarios.

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

Donde:

N=Tamaño de la población.

Z= Coeficiente de confiabilidad.

p=Probabilidad a favor.

q=Probabilidad en contra.

e=Error absoluto.

$$n = \frac{(100)(1.96)^2(0.5)(1-0.5)}{0.05^2(60-1) + (1.96)^2(0.5)(1-0.5)} = 80$$

La muestra para la presente investigación fue de 80 estudiantes.

Criterios de inclusión

Consideramos lo siguiente:

- Estudiantes del V y VI semestre de la carrera de psicología de la universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez.
- Estudiantes varones y mujeres.

Criterios de exclusión

- Estudiantes sin ganas de ser partícipes.
- Cuestionarios no desarrollados completamente.

Muestreo

El muestro, es una herramienta de investigación científica. Esta técnica empleada para la selección de la muestra, permitiendo inferir acerca de la población (Lerma, 2012). Para la siguiente investigación se usó una un muestro aleatorio probabilístico simple.

4.7 Técnicas e instrumentos de recolección de información

Técnica

Encuesta: En la presente investigación se realizó, mediante la encuesta que es una técnica mediante la cual se recoge la información para obtener de forma sistemática conceptos que derivan de una problemática (López y Fachelli, 2015).

Psicometría: La psicometría es el atributo de la medición en psicología la cual mide las características específicas de los sujetos, sus rasgos y dimensiones que describan sus funciones intelectuales y/o su personalidad (Ramos, 2018).

Instrumento

En esta investigación, se usó como instrumento el cuestionario, que nos ayudará a medir las variables de la investigación (López y Fachelli, 2015).

En la presente investigación se usará un total de dos cuestionarios, uno para medir el afrontamiento del estrés y otro para medir el bienestar psicológico.

Afrontamiento del estrés: El cuestionario para medir el afrontamiento del estrés tiene un total de 52 ítems las cuales se pueden aplicar a personas mayores de 16 años. El cuestionario tiene 03 dimensiones, la primera dimensión es el afrontamiento

enfocado al problema que consta de un total de 20 ítems, la segunda dimensión es el afrontamiento enfocado a la emoción que tiene un total de 20 ítems y la tercera dimensión otros estilos de afrontamiento que cuenta con un total de 12 ítems.

FICHA TÉCNICA DEL INSTRUMENTO

| | |
|--------------------------------------|--|
| Nombre del instrumento | Modos de Afrontamiento del Estrés (COPE). |
| Autor(a): Adaptado: | Carver (1989). Casuso (1996). |
| Objetivo del estudio: | Determinar el afrontamiento al Estrés: Adaptación del Cuestionario COPE en Universitarios de Lima. |
| Procedencia: | Estados Unidos. |
| Administración: | Individual /Físico. |
| Duración: | 20 minutos. |
| Muestra: | 300 estudiantes de una universidad privada de Lima. |
| Dimensiones: | -Afrontamiento enfocado al problema (20 ítems). -Afrontamiento enfocado a la emoción (20 ítems). -Otros estilos de afrontamiento (12 ítems). |
| Escala valorativa: | Si (1 puntos). No (2 puntos). Versión Disposicional. |

Bienestar psicológico: El cuestionario para medir el bienestar psicológico un total de 13 ítems. El cuestionario tiene 04 dimensiones, la primera dimensión es la aceptación de sí mismo que consta de un total de 3 ítems, la segunda dimensión es el control de situaciones que tiene un total de 4 ítems la tercera dimensión es los vínculos psicosociales que tiene 3 ítems y la cuarta dimensión es los proyectos con otros que tiene un total de 3.

FICHA TÉCNICA DEL INSTRUMENTO

| | |
|--------------------------------|---|
| Nombre del instrumento | Escala de bienestar psicológico-BIEPS-J. |
| Autor(a): Adaptado: | Sifuentes (2020). |
| Objetivo del estudio: | Determinar las propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas de gestión privada del distrito del Rímac, 2020. |
| Procedencia: | Perú. |
| Administración: | Individual /Colectiva. |
| Duración: | 5 minutos. |
| Muestra: | 427 escolares de los dos sexos de los grados de 1 ^{ro} al 3 ^{ro} de dos instituciones educativas del distrito del Rímac. |
| Dimensiones: | <ul style="list-style-type: none"> - Aceptación de sí mismo (3 ítems). - Control de situaciones (4 ítems). - Vínculos psicosociales (3 ítems). - Proyectos (3 ítems). |
| Escala valorativa: | Desacuerdo (1 puntos). Ni de acuerdo ni desacuerdo (2 puntos). De acuerdo (3 puntos). |

4.8 Técnicas de análisis y procesamiento de datos

La presente investigación se realizó el uso de estadística descriptiva, con la finalidad de describir las variables afrontamiento del estrés y bienestar psicológico. Así como también describir ciertas características de los estudiantes universitarios.

Para medir el grado de correlación del afrontamiento del estrés y el bienestar psicológico de estudiantes universitarios; se utilizó la prueba de correlación de Spearman, que es utilizada cuando los datos son de característica nominal.

Para realizar el análisis, la información recogida mediante los dos instrumentos se pasará al programa Excel 2016. En este programa se obtendrá la frecuencia, porcentajes y tablas cruzadas. Usaremos también el programa IBM SPSS STATISTICS 25, para realizar la correlación entre las variables afrontamiento del estrés, que es la variable (X) y el bienestar psicológico, que vendría a ser la variable (Y).

Para medir la bondad de ajuste de los instrumentos utilizados, se realizó la prueba de bondad de Kolmogórov- Smirnov.

V. RESULTADOS

5.1 Presentación de resultados.

Presentamos todos los resultados obtenidos en nuestro trabajo de investigación.

Tabla 1.

Sexo de los estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

| CATEGORÍA | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------|------------|------------|
| Mujer | 33 | 41% |
| Varón | 47 | 59% |
| Total | 80 | 100% |

Fuente: Data de resultados.

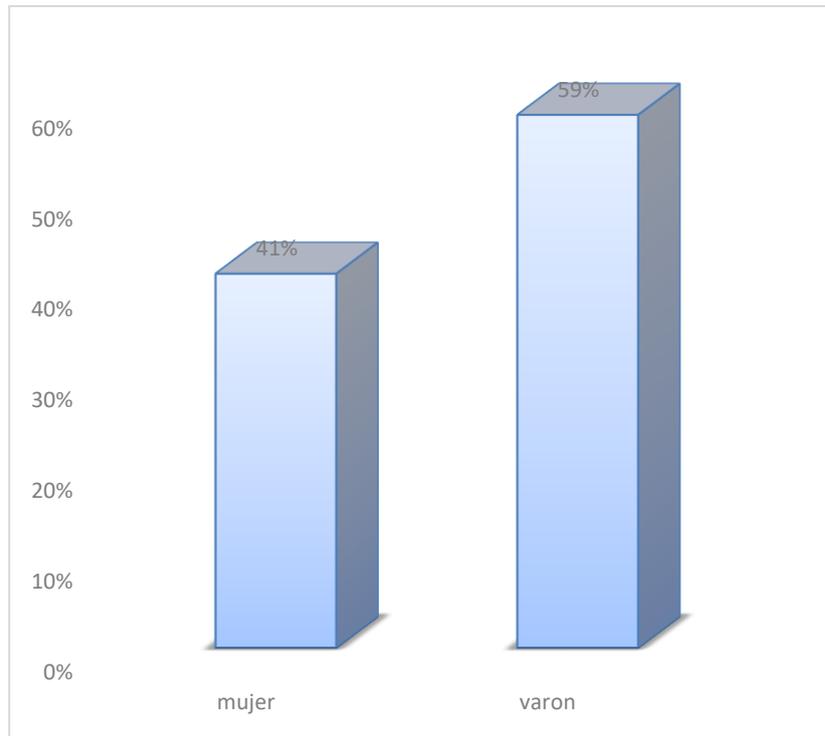


Figura 1. Sexo de los estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

Tabla 2.

Semestre de los estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

| CATEGORÍA | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-------------|------------|------------|
| V Semestre | 47 | 59% |
| VI Semestre | 33 | 41% |
| Total | 80 | 100% |

Fuente: Data de resultados.

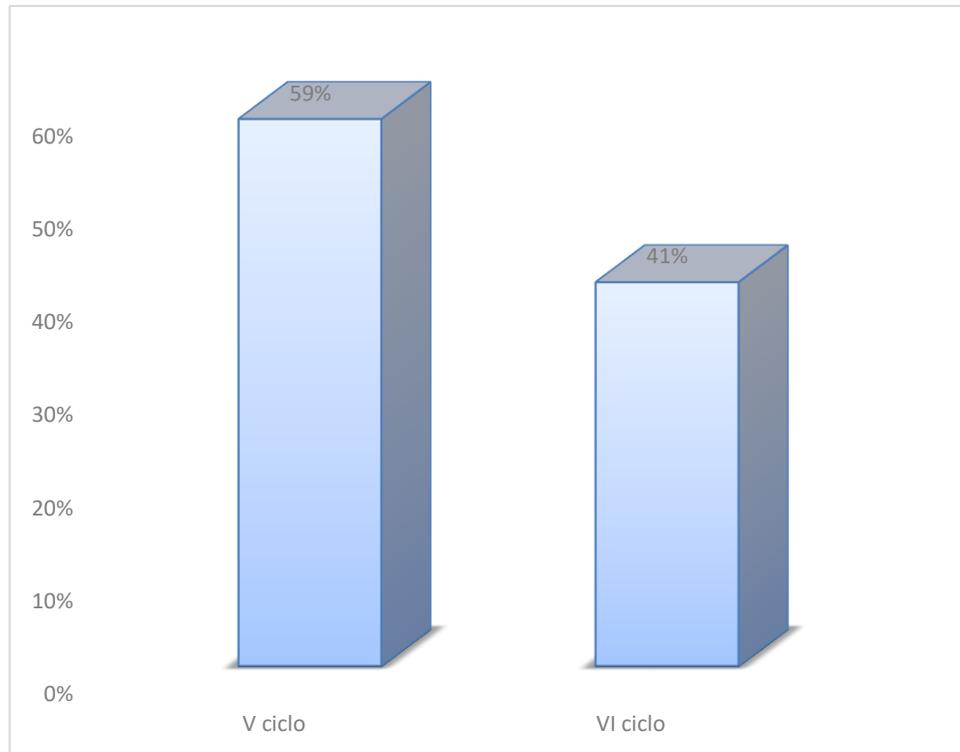


Figura 2. Semestre de los estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

Tabla 3.

Resultado de la variable del afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

| CATEGORÍA | RANGO | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-------------------------------|----------|------------|------------|
| Pocas veces | 52 - 68 | 10 | 13% |
| Depende de las circunstancias | 69 - 86 | 26 | 33% |
| Frecuentemente | 87 - 104 | 44 | 54% |
| Total | | 80 | 100% |

Fuente: Data de resultados.

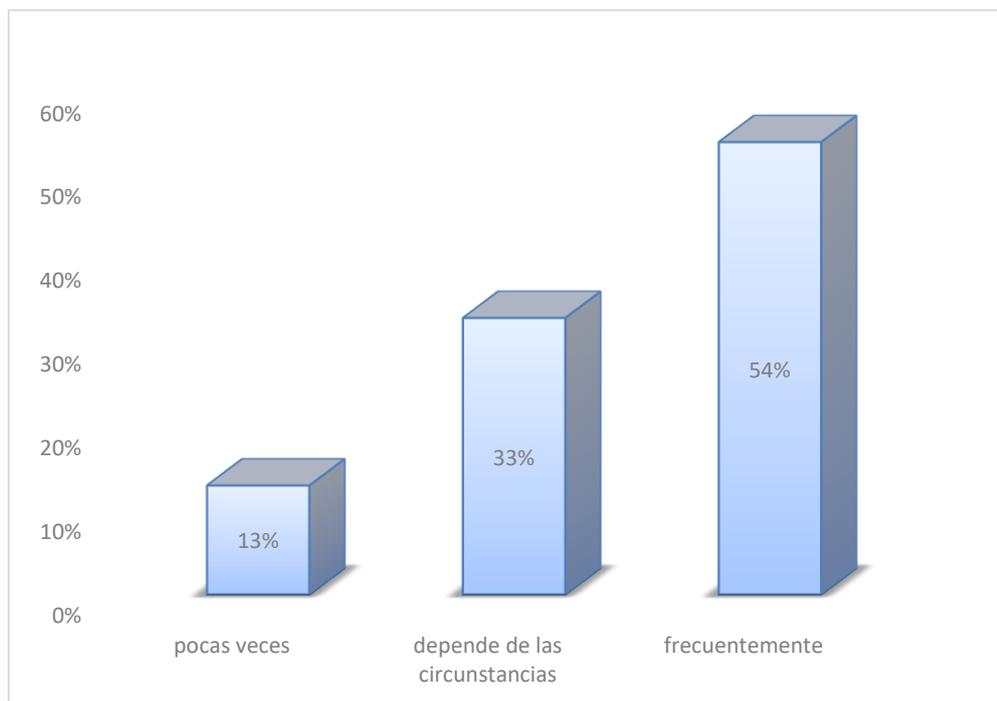


Figura 3. Resultado de la variable del afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

Tabla 4.

Dimensión del afrontamiento enfocado al problema.

| CATEGORÍA | RANGO | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-------------------------------|---------|------------|------------|
| Pocas veces | 20 - 26 | 19 | 24% |
| Depende de las circunstancias | 27 - 33 | 19 | 24% |
| Frecuentemente | 34 - 40 | 42 | 52% |
| Total | | 80 | 100% |

Fuente: Data de resultados.

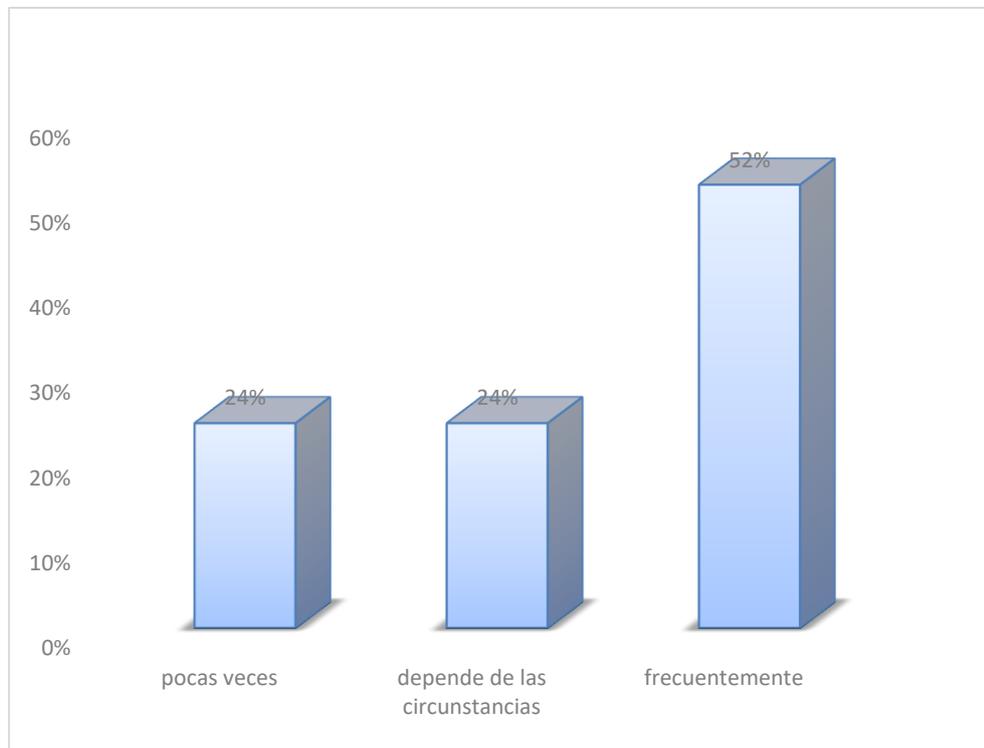


Figura 4. Dimensión del afrontamiento enfocado al problema.

Tabla 5.

Dimensión del afrontamiento enfocado a la emoción.

| CATEGORÍA | RANGO | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|----------------------------------|---------|------------|------------|
| Pocas veces | 20 - 26 | 1 | 1% |
| Depende de las Circunstancias | 27 - 33 | 34 | 43% |
| Frecuentemente | 34 - 40 | 45 | 56% |
| Total | | 80 | 100% |

Fuente: Data de resultados.

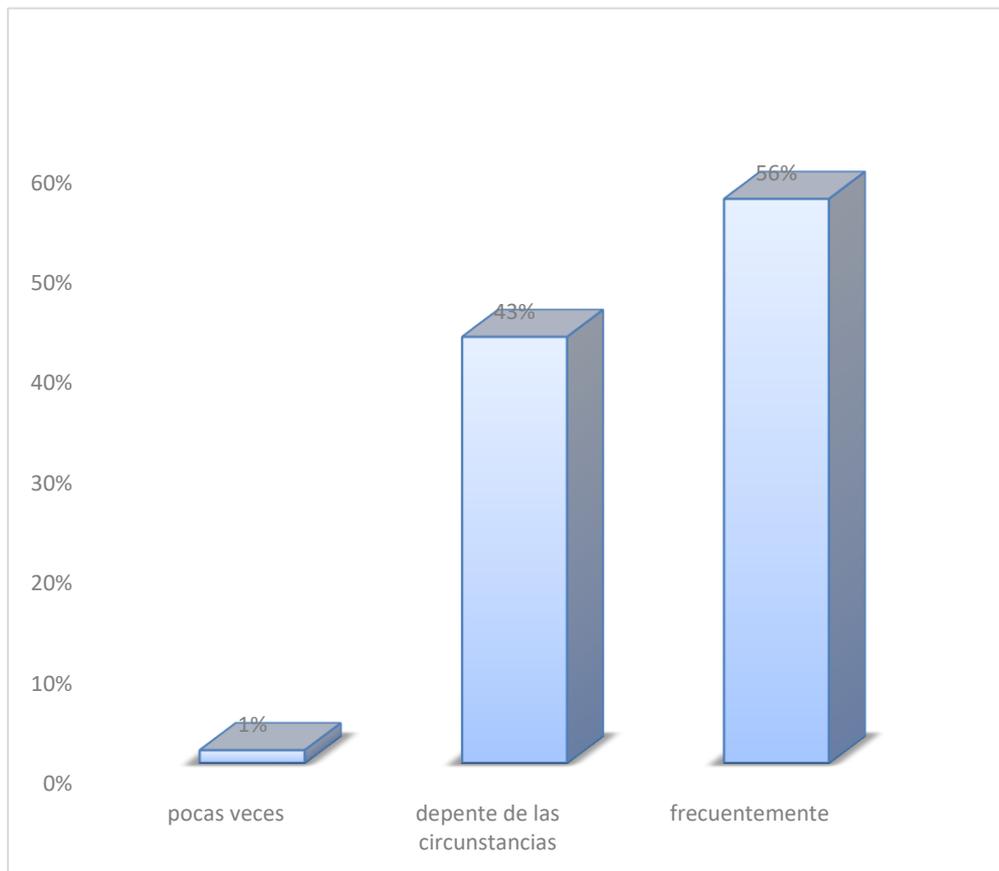


Figura 5. Dimensión del afrontamiento enfocado a la emoción.

Tabla 6.

Dimensión otros estilos de afrontamiento.

| CATEGORÍA | RANGO | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-------------------------------|---------|------------|------------|
| Pocas veces | 12 - 15 | 59 | 74% |
| Depende de las circunstancias | 16 - 19 | 21 | 26% |
| Frecuentemente | 20 - 24 | 0 | 0% |
| Total | | 80 | 100% |

Fuente: Data de resultados.

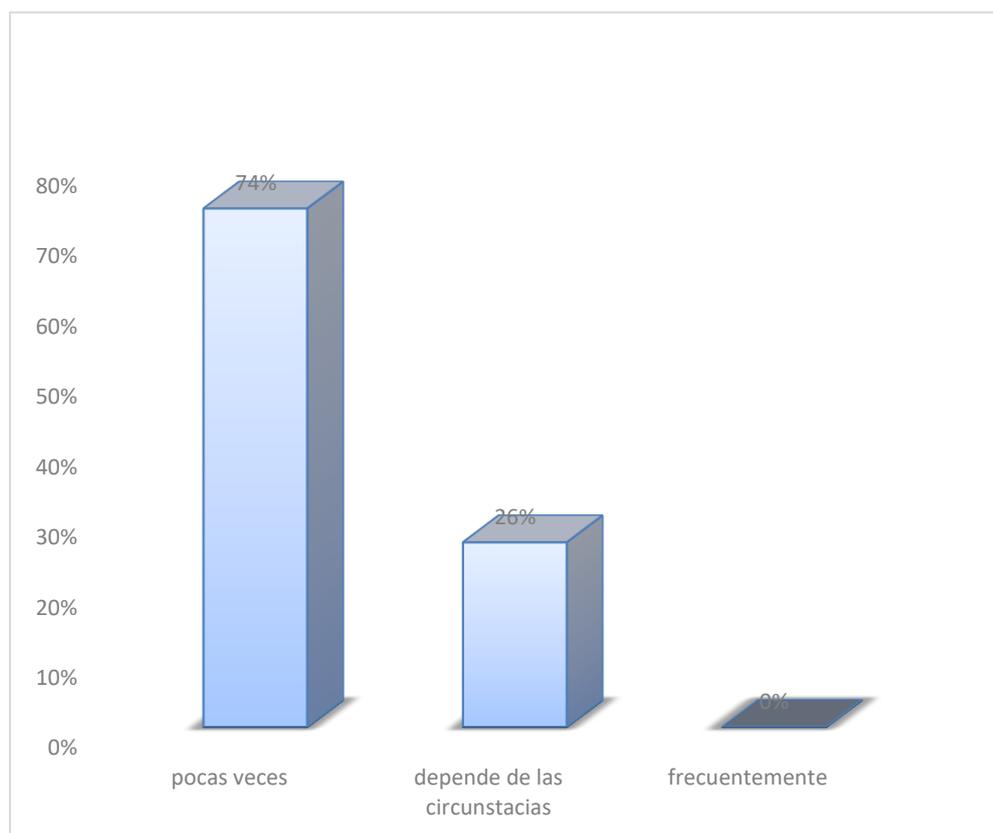


Figura 6. Dimensión otros estilos de afrontamiento.

Tabla 7.

Afrontamiento más utilizado.

| CATEGORÍA | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---|------------|------------|
| D1: Afrontamiento enfocado al problema. | 61 | 38% |
| D2: Afrontamiento enfocado a la emoción. | 79 | 49% |
| D3: Otros estilos de afrontamiento. | 21 | 13% |
| Total | 161 | 100% |

Fuente: Data de resultados.

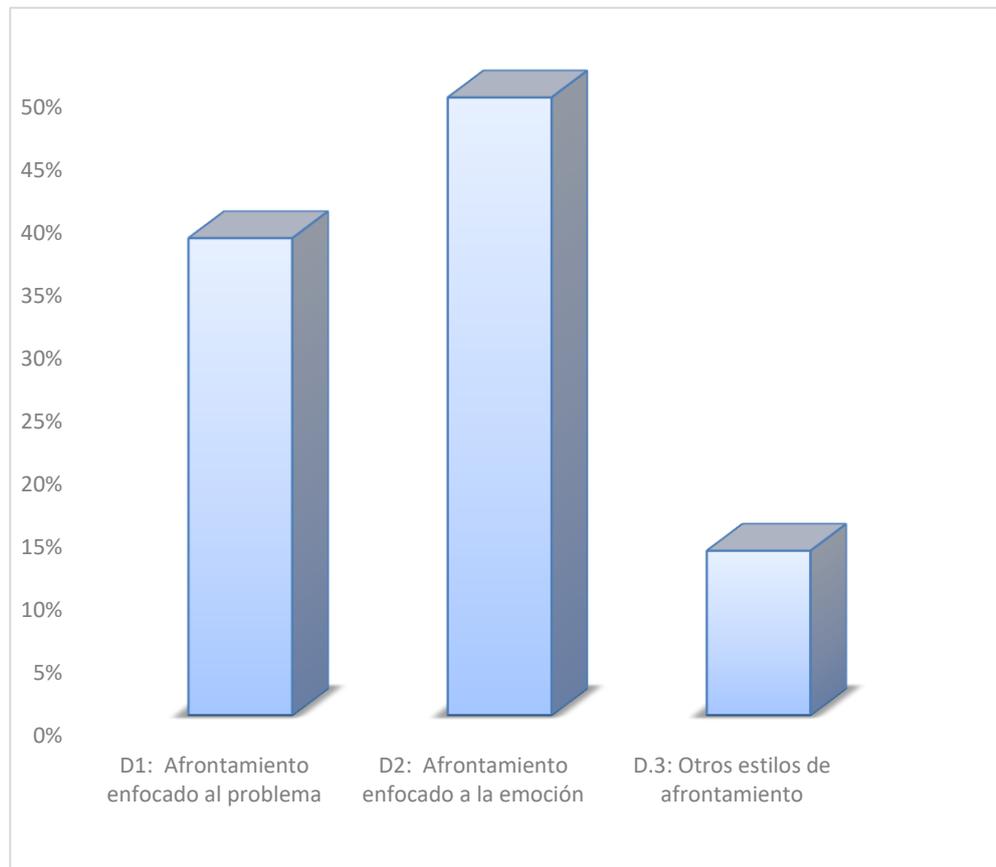


Figura 7. Afrontamiento más utilizado.

Tabla 8.

Resultado de la variable del bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca-2021.

| CATEGORIA | RANGO | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------|---------|------------|------------|
| Bajo | 13 - 21 | 65 | 81% |
| Medio | 22 - 30 | 15 | 19% |
| Alto | 31- 39 | 0 | 0% |
| Total | | 80 | 100% |

Fuente: Data de resultados.

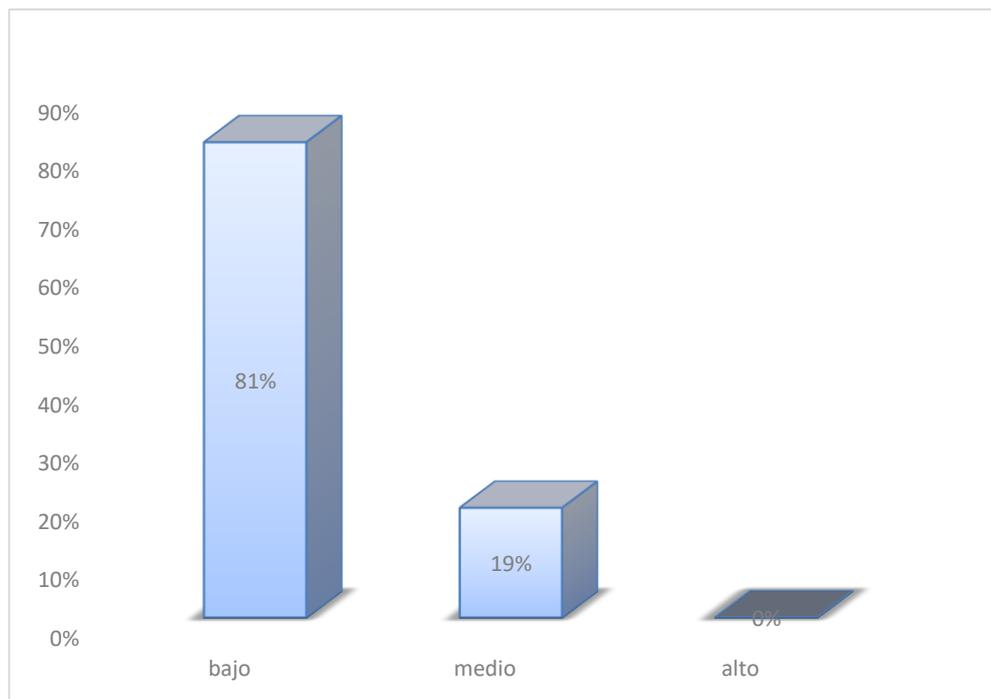


Figura 8. Resultado de la variable del bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca-2021.

Tabla 9.

Dimensión control de situaciones.

| CATEGORIA | RANGO | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|------------------|--------------|-------------------|-------------------|
| Bajo | 4 – 6 | 72 | 90% |
| Medio | 7 – 9 | 8 | 10% |
| Alto | 10 – 12 | 0 | 0% |
| Total | | 80 | 100% |

Fuente: Data de resultados.

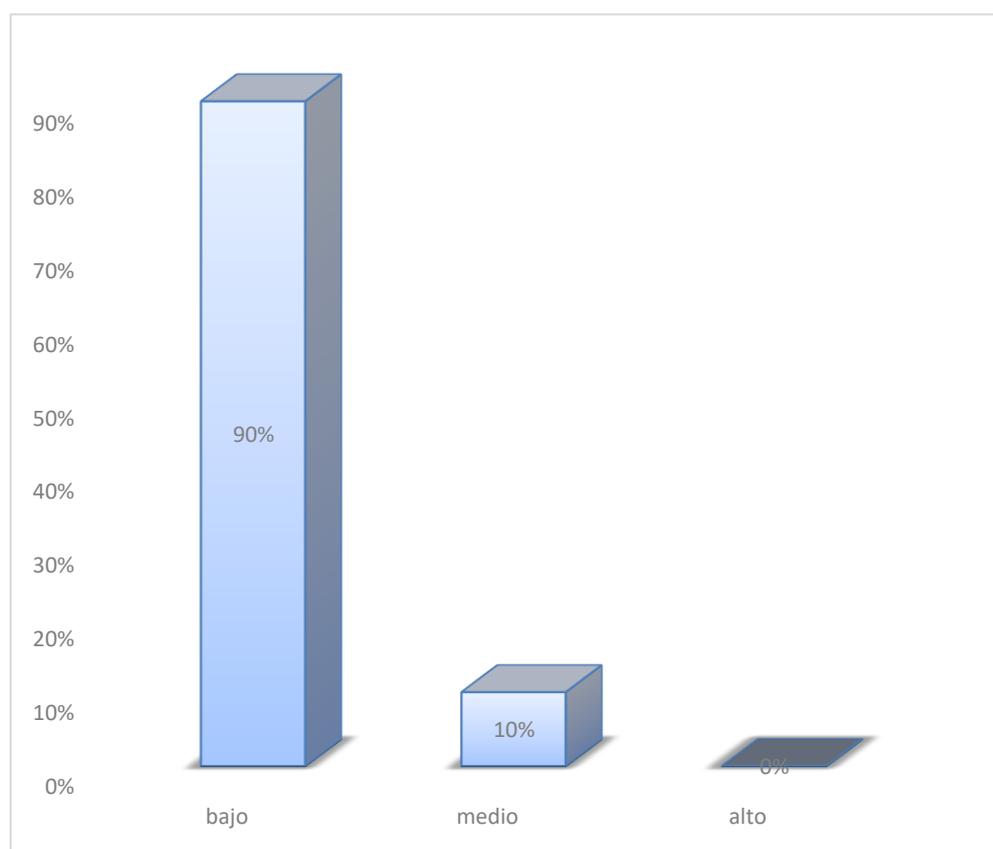


Figura 9. Dimensión control de situaciones.

Tabla 10.

Dimensión vínculos psicosociales.

| CATEGORIA | RANGO | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|------------------|--------------|-------------------|-------------------|
| Bajo | 3 - 4 | 66 | 83% |
| Medio | 5 - 6 | 14 | 17% |
| Alto | 7 - 9 | 0 | 0% |
| Total | | 80 | 100% |

Fuente: Data de resultados.

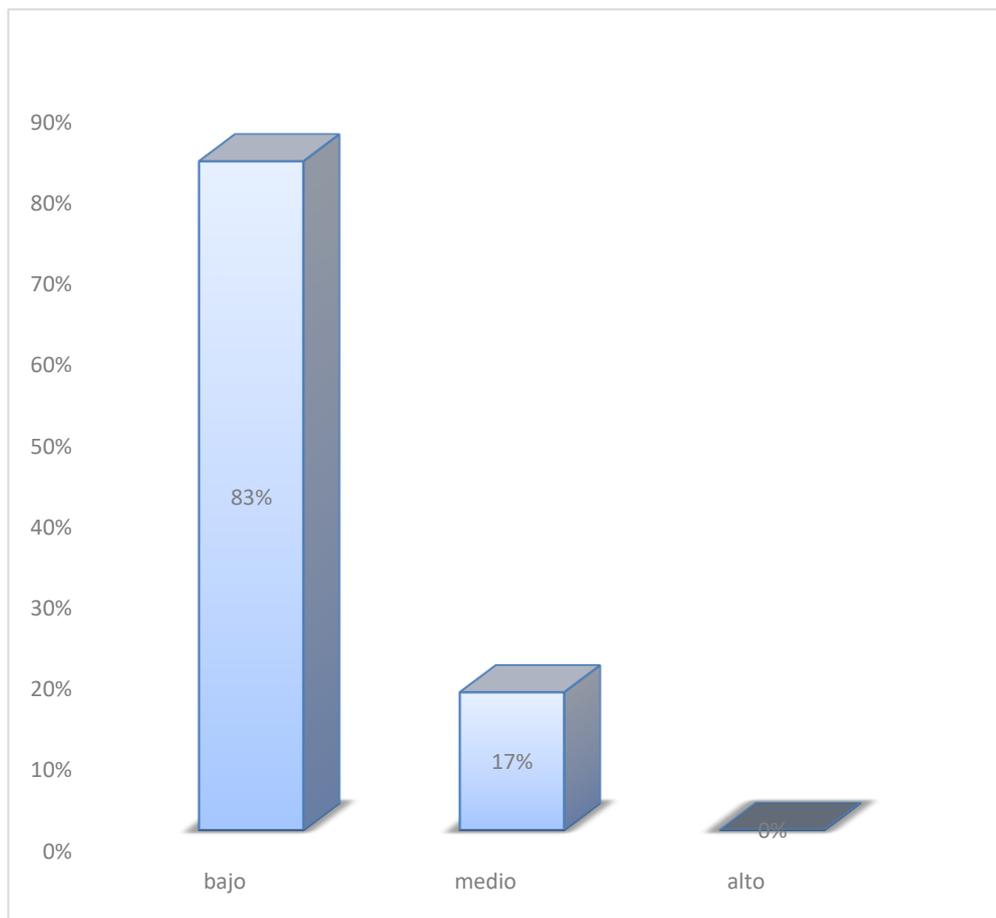


Figura 10. Dimensión vínculos psicosociales.

Tabla 11.

Dimensión proyectos.

| CATEGORIA | RANGO | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|------------------|--------------|-------------------|-------------------|
| Bajo | 3 - 4 | 77 | 96% |
| Medio | 5 - 6 | 3 | 4% |
| Alto | 7 - 9 | 0 | 0% |
| Total | | 80 | 100% |

Fuente: Data de resultados.

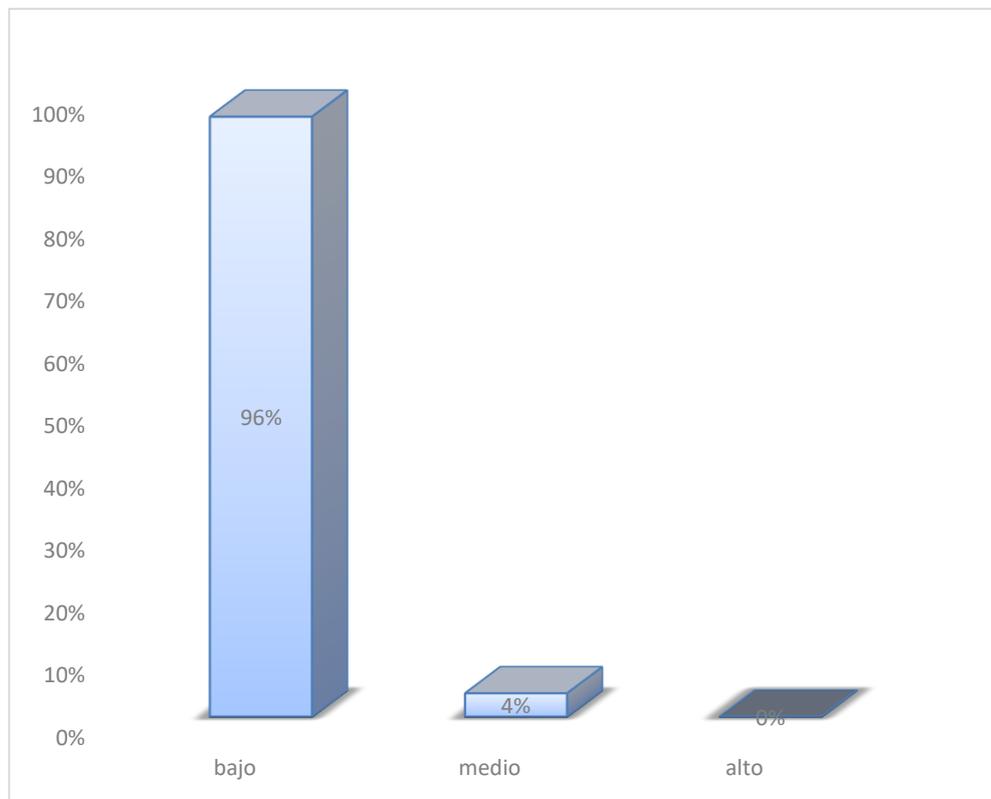


Figura 11. Dimensión proyectos.

Tabla 12.

Dimensión aceptación de sí mismo.

| CATEGORÍA | RANGO | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------|-------|------------|------------|
| Bajo | 3 - 4 | 55 | 69% |
| Medio | 5 - 6 | 25 | 31% |
| Alto | 7 - 9 | 0 | 0% |
| Total | | 80 | 100% |

Fuente: Data de resultados.

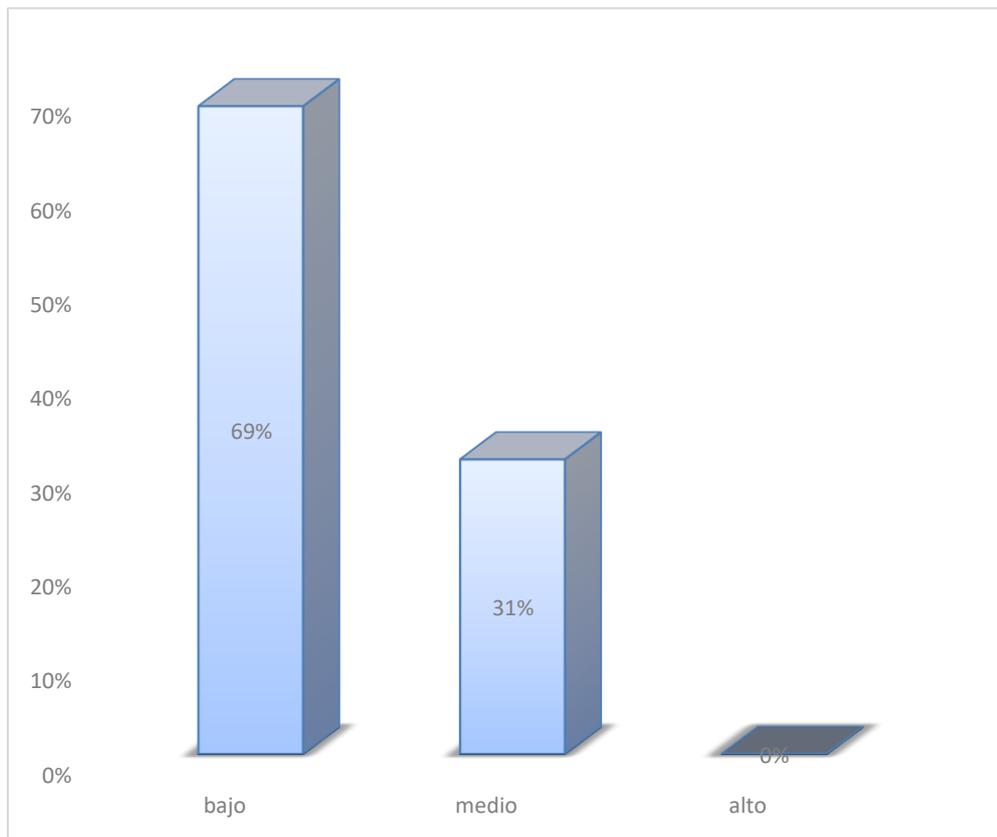


Figura 12. Dimensión aceptación de sí mismo.

5.2 Interpretación de los Resultados

A continuación, se describen los resultados obtenidos luego de la aplicación del instrumento de recolección de datos y expresados en la estadística descriptiva:

En la tabla y figura 01, sobre el Sexo de los estudiantes universitarios de la carrera de Psicología del V y VI semestre, Juliaca-2021 se obtiene que, el 41% (33/80), de los estudiantes universitarios son mujeres y el 59% (47/80) pertenecen a los estudiantes universitarios varones.

En la tabla y figura 02, sobre el Semestre de los estudiantes universitarios de la carrera de Psicología del V y VI semestre, Juliaca-2021 muestra que, el 59% (47/80), de los estudiantes son del V ciclo y el 41% (33/80) pertenecen a los estudiantes del VI ciclo.

En la tabla y figura 03, Resultado de la variable del afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología del V y VI semestre, Juliaca-2021, se obtiene que, el 13% (10/80), de los estudiantes universitarios utilizan pocas veces el afrontamiento enfocado al problema, el 33% (26/80) de los estudiantes universitarios usan depende de las circunstancias, y el 54% (44/80) pertenecen a los estudiantes universitarios que frecuentemente usan el afrontamiento enfocado al problema.

En la tabla y figura 04, de la dimensión del afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología del V y VI semestre, se obtiene que, el 24% (19/80), de los estudiantes universitarios utilizan pocas veces el afrontamiento enfocado al problema, el 24% (19/80) de los estudiantes universitarios usan depende de las circunstancias, y el 52% (42/80) pertenecen a los estudiantes universitarios que frecuentemente usan el afrontamiento enfocado al problema.

En la tabla y figura 05, dimensión del afrontamiento enfocado a la emoción, se obtiene que, el 1% (1/80), de los estudiantes universitarios utilizan pocas veces el afrontamiento enfocado a la emoción, el 43% (34/80) de los estudiantes universitarios usan depende de las circunstancias, y el 56% (45/80) pertenecen a los estudiantes universitarios que frecuentemente usan el afrontamiento enfocado a la emoción.

En la tabla y figura 06, dimensión otros estilos de afrontamiento, se obtiene que el 74% (59/80), de los estudiantes universitarios utilizan pocas veces otros tipos de afrontamiento, el 26% (21/80) de los estudiantes universitarios usan depende de las circunstancias, y el 0% (0/80) pertenecen a los estudiantes universitarios que frecuentemente usan otros tipos de afrontamiento.

En la tabla y figura 07, Según el cuadro, se puede observar que 61 estudiantes utilizan el Afrontamiento enfocado al problema (según a la circunstancia o de forma frecuente), un total de 79 estudiantes utilizan el afrontamiento enfocado a la emoción (según a la circunstancia o de forma frecuente) y 21 de los estudiantes utilizan otros estilos de afrontamiento (según a la circunstancia o de forma frecuente). Por lo cual el afrontamiento más utilizado es el afrontamiento enfocado a la emoción.

En la Tabla y Figura 08, resultado de la variable del bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología del V y VI semestre, Juliaca-2021, nos muestra que el 81% (65/80), de los estudiantes universitarios tienen bajo bienestar psicológico, 19% (15/80) en la categoría medio y 0% (0/80) categoría alto.

En la Tabla y Figura 09, Dimensión control de situaciones, se obtiene que, el 90% (72/80), de los estudiantes universitarios tienen bajo control de situaciones, 10% (8/80) tienen control medio de situaciones y 0% (0/80) categoría alto.

En la Tabla y Figura 10, dimensión vínculos psicosociales, se obtiene que, el 83% (66/80), de los estudiantes universitarios se encuentran en la categoría bajo, 17% (14/80) en la categoría medio de vínculos psicosociales y 0% (0/80) categoría alto.

En la Tabla y Figura 11, dimensión proyectos, se obtiene que, el 96% (77/80), de los estudiantes universitarios se encuentran en la categoría bajo, 4% (3/80) en la categoría medio de Proyectos y 0% (0/80) categoría alto.

En la Tabla y Figura 12, dimensión aceptación de sí mismo, se obtiene que el 69% (55/80), de los estudiantes universitarios tienen bajo aceptación de sí mismo, 31% (25/80) tienen medio y 0% (0/80) en la categoría alto.

VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

6.1 Análisis inferencial

El análisis de los resultados se realizó, mediante la comparación de los resultados obtenidos, con los resultados de los antecedentes citados en el trabajo, los cuales se contrasta con la información de la base teórica que se sitúa en el marco teórico.

Siendo una investigación de tercer nivel y diseño No Experimental, se empleó el estadístico correlacional para la comprobación de las hipótesis.

PRUEBA DE BONDAD O NORMALIDAD

1. Formulación de las hipótesis estadísticas

H_0 : Los datos tienen una distribución normal.

H_a : Los datos No tienen una distribución normal.

2. Elección del nivel de significación (α)

Confianza = 95%

Nivel de significancia (Alfa) es $\alpha = 0.05$ (5%)

3. Prueba estadística empleado

Considerando que, la muestra de estudio es mayor a 50 datos, se ha determinado el uso de la prueba de Kolmogórov-Smirnov. Esta prueba, llamada Kolmogórov-Smirnov, según la Sig. Asintótica también llamado "p-valor", permite conocer si usaremos una prueba paramétrica o no paramétrica.

Tabla 13.

Prueba de Normalidad: Kolmogórov-Smirnov

| Prueba de Kolmogórov-Smirnov | | | | | | | | | | |
|------------------------------|------------|--------------------------|------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------|-----------------------|------------------------|------------------------|-----------|------------------------|
| | | Afrontamiento del estrés | Afrontamiento enfocado al problema | Afrontamiento enfocado en la emoción | Otros estilos de afrontamiento | Bienestar psicológico | Control de situaciones | Vínculos psicosociales | Proyectos | Aceptación de sí mismo |
| N | | 80 | 80 | 80 | 80 | 80 | 80 | 80 | 80 | 80 |
| Parámetros normales | Media | 31.875 | 11.9000 | 13.8500 | 6.1250 | 17.1625 | 5.1250 | 4.0375 | 3.4375 | 4.5625 |
| | Desviación | 9.5802 | 5.74478 | 3.48632 | 2.48222 | 3.40678 | 1.28649 | 1.44471 | 0.8243 | 1.62141 |
| Máximas diferencias extremas | Absoluto | 0.264 | 0.230 | 0.206 | 0.258 | 0.198 | 0.276 | 0.326 | 0.440 | 0.232 |
| | Positivo | 0.132 | 0.144 | 0.131 | 0.258 | 0.186 | 0.276 | 0.326 | 0.440 | 0.232 |
| | Negativo | -0.264 | -0.230 | -0.206 | -0.175 | -0.198 | -0.191 | -0.236 | -0.298 | -0.168 |
| Estadístico de prueba | | 0.264 | 0.230 | 0.206 | 0.258 | 0.198 | 0.276 | 0.326 | 0.440 | 0.232 |
| Sig. asintótica(bilateral) | | 0.000 | 0.000 | 0.000 | 0.000 | 0.000 | 0.000 | 0.000 | 0.000 | 0.000 |

4. Criterio de decisión

Si $p\text{-valor} < 0.05$, se rechaza la H_0 y se acepta la H_a .

Si el $p\text{-valor} \geq 0.05$, se acepta la H_0 y se rechaza la H_a .

5. Decisión y conclusión

Como el $p\text{-valor}$, en la totalidad de los datos obtenidos es < 0.05 , se rechaza la H_0 y se acepta la H_a , es decir los datos No tienen una distribución normal, por lo tanto, se aplicará la prueba No paramétrica de Rho Spearman. Por lo expuesto se rechaza la H_0 y se acepta la H_a .

PRUEBA DE HIPÓTESIS

Hipótesis General

Existe relación significativa entre el afrontamiento del estrés y el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

1. Formulación de las hipótesis estadísticas.

H₀: No existe relación significativa entre el afrontamiento del estrés y el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

$$\rho = 0$$

H_a: Existe relación significativa entre el afrontamiento del estrés y el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

$$\rho \neq 0$$

2. Elección del nivel de significación (α)

Dado que el trabajo corresponde a una investigación de la ciencia de la salud, el nivel de significación elegido es $\alpha = 0.05$, se asume el valor de significancia como una probabilidad de acierto o riesgo por parte del investigador, en razón de aceptar o rechazar la hipótesis alterna, el mismo que se expresa en valores de 0.05, que representa el 5% de error permitido.

3. Selección de la prueba estadística

Considerando que los miembros de la muestra han sido elegidos de manera aleatoria y habiéndose realizado la prueba de normalidad de los datos, se hará uso de la prueba de correlación de Rho Spearman.

4. Lectura del p-valor (sig)

El p-valor o significancia estadística (sig.) encontrado en la ventana de resultados del SPSS versión 25, después de procesar los datos, se muestra en la tabla 13, el cual servirá para decir si se acepta o rechaza la H_a.

Tabla 14.

Correlaciones entre el afrontamiento de estrés y el bienestar psicológico.

| | | | Afrontamiento del estrés | Bienestar psicológico |
|--------------|--------------------------|----------------------------|--------------------------|-----------------------|
| Rho Spearman | Afrontamiento del estrés | Coeficiente de correlación | 1.000 | 0.080 |
| | | Sig. (bilateral) | | 0.482 |
| | | N | 80 | 80 |
| | Bienestar psicológico | Coeficiente de correlación | 0.080 | 1.000 |
| | | Sig. (Bilateral) | 0.482 | |
| | | N | 80 | 80 |

La tabla 14, muestra el valor de sig=0.482.

5. Decisión estadística

Para tomar la decisión estadística de aceptar o rechazar la H_a , se aplica el método del valor de la probabilidad "P" (sig), según el cual si el valor de $0.05 \leq "P"$ (sig), entonces se acepta la H_0 , en caso contrario se rechaza.

Al realizar la correlación de Spearman, se observó que se tiene una significancia bilateral mayor a 0.05, por lo cual aceptamos la hipótesis nula y rechazamos la hipótesis alterna. Podemos afirmar que no existe relación significativa entre el afrontamiento del estrés y el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios.

Hipótesis Específica Nº 1

Existe relación entre el afrontamiento enfocado en el problema y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

1. Formulación de las hipótesis estadísticas.

H₀: No existe relación significativa entre el afrontamiento enfocado en el problema y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

$$\rho = 0$$

H_a: Existe relación significativa entre el afrontamiento enfocado en el problema y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

$$\rho \neq 0$$

2. Elección del nivel de significación (α)

Dado que el trabajo corresponde a una investigación de la ciencia de la salud, el nivel de significación elegido es $\alpha = 0.05$, se asume el valor de significancia como una probabilidad de acierto o riesgo por parte del investigador, en razón de aceptar o rechazar la hipótesis alterna, el mismo que se expresa en valores de 0.05, que representa el 5% de error permitido.

3. Selección de la prueba estadística

Considerando que los miembros de la muestra han sido elegidos de manera aleatoria y habiéndose realizado la prueba de normalidad de los datos, se hará uso de la prueba de correlación de Rho Spearman.

4. Lectura del p-valor (sig)

El p-valor o significancia estadística (sig.) encontrado en la ventana de resultados del SPSS versión 25, después de procesar los datos, se muestra en la tabla 15, el cual servirá para decir si se acepta o rechaza la H_a.

Tabla 15.

Correlaciones entre afrontamiento enfocado al problema y el bienestar psicológico.

| | | | Afrontamiento enfocado al problema | Bienestar psicológico |
|--------------|------------------------------------|----------------------------|------------------------------------|-----------------------|
| Rho Spearman | Afrontamiento enfocado al problema | Coeficiente de correlación | 1.000 | 0.034 |
| | | Sig. (bilateral) | | 0.766 |
| | | N | 80 | 80 |
| | Bienestar psicológico | Coeficiente de correlación | 0.034 | 1.000 |
| | Sig. (Bilateral) | 0.766 | | |
| | N | 80 | 80 | |

La tabla 15, muestra el valor de sig=0.766.

5. Decisión estadística

Para tomar la decisión estadística de aceptar o rechazar la H_a , se aplica el método del valor de la probabilidad "P" (sig), según el cual si el valor de $0.05 \leq "P"$ (sig), entonces se acepta la H_0 , en caso contrario se rechaza.

Al realizar la correlación de Spearman, se observó que se tiene una significancia bilateral mayor a 0.05, por lo cual aceptamos la hipótesis nula y rechazamos la hipótesis alterna. Podemos afirmar que no existe una relación significativa entre el afrontamiento enfocado al problema y el bienestar psicológico.

Hipótesis Especifica Nº 2

Existe relación significativa entre el afrontamiento enfocado en la emoción y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

1. Formulación de las hipótesis estadísticas.

H₀: No existe relación significativa entre el afrontamiento enfocado en la emoción y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

$$\rho = 0$$

H_a: Existe relación significativa entre el afrontamiento enfocado en la emoción y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

$$\rho \neq 0$$

2. Elección del nivel de significación (α)

Dado que el trabajo corresponde a una investigación de la ciencia de la salud, el nivel de significación elegido es $\alpha = 0.05$, se asume el valor de significancia como una probabilidad de acierto o riesgo por parte del investigador, en razón de aceptar o rechazar la hipótesis alterna, el mismo que se expresa en valores de 0.05, que representa el 5% de error permitido.

3. Selección de la prueba estadística

Considerando que los miembros de la muestra han sido elegidos de manera aleatoria y habiéndose realizado la prueba de normalidad de los datos, se hará uso de la prueba de correlación de Rho Spearman.

4. Lectura del p-valor (sig)

El p-valor o significancia estadística (sig.) encontrado en la ventana de resultados del SPSS versión 25, después de procesar los datos, se muestra en la tabla 15, el cual servirá para decir si se acepta o rechaza la H_a.

Tabla 16.

Correlaciones entre afrontamiento enfocado a la emoción y el bienestar psicológico.

| | | Afrontamiento enfocado a la emoción | Bienestar psicológico |
|--------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------|
| Rho Spearman | Afrontamiento enfocado a la emoción | Coeficiente de correlación | 1.000 |
| | | Sig. (bilateral) | -0.058 |
| | | N | 80 |
| | Bienestar psicológico | Coeficiente de correlación | 0.608 |
| | Sig. (Bilateral) | 0.680 | 1.000 |
| | N | 80 | 80 |

La tabla 16, muestra el valor de sig=0.608.

5. Decisión estadística

Para tomar la decisión estadística de aceptar o rechazar la H_a , se aplica el método del valor de la probabilidad "P" (sig), según el cual si el valor de $0.05 \leq "P"$ (sig), entonces se acepta la H_0 , en caso contrario se rechaza.

Al realizar la correlación de Spearman, se observó que se tiene una significancia bilateral mayor a 0.05, por lo cual aceptamos la hipótesis nula y rechazamos la hipótesis alterna. Podemos afirmar que no existe una relación entre el afrontamiento enfocado en la emoción y el bienestar psicológico.

Hipótesis Específica Nº 3

Existe relación significativa entre otros estilos de afrontamiento y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

1. Formulación de las hipótesis estadísticas.

H₀: No existe relación significativa entre otros estilos de afrontamiento y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

$$\rho = 0$$

H_a: Existe relación significativa entre otros estilos de afrontamiento y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

$$\rho \neq 0$$

2. Elección del nivel de significación (α)

Dado que el trabajo corresponde a una investigación de la ciencia de la salud, el nivel de significación elegido es $\alpha = 0.05$, se asume el valor de significancia como una probabilidad de acierto o riesgo por parte del investigador, en razón de aceptar o rechazar la hipótesis alterna, el mismo que se expresa en valores de 0.05, que representa el 5% de error permitido.

3. Selección de la prueba estadística

Considerando que los miembros de la muestra han sido elegidos de manera aleatoria y habiéndose realizado la prueba de normalidad de los datos, se hará uso de la prueba de correlación de Rho Spearman.

4. Lectura del p-valor (sig)

El p-valor o significancia estadística (sig.) encontrado en la ventana de resultados del SPSS versión 25, después de procesar los datos, se muestra en la tabla 16, el cual servirá para decir si se acepta o rechaza la H_a.

Tabla 17.

Correlaciones entre otros estilos de afrontamiento y el bienestar psicológico.

| | | Otros estilos de afrontamiento | Bienestar psicológico |
|--------------|--------------------------------|--------------------------------|-----------------------|
| Rho Spearman | Otros estilos de afrontamiento | Coeficiente de correlación | 1.000 |
| | | Sig. (bilateral) | 0.176 |
| | | N | 80 |
| | Bienestar psicológico | Coeficiente de correlación | 0.176 |
| | | Sig. (Bilateral) | 0.118 |
| | | N | 80 |

La tabla 17, muestra el valor de sig=0.118.

5. Decisión estadística

Para tomar la decisión estadística de aceptar o rechazar la H_a , se aplica el método del valor de la probabilidad "P" (sig), según el cual si el valor de $0.05 \leq "P"$ (sig), entonces se acepta la H_0 , en caso contrario se rechaza.

Al realizar la correlación de Spearman, se observó que se tiene una significancia bilateral mayor a 0.05, por lo cual aceptamos la hipótesis nula y rechazamos la hipótesis alterna. Podemos afirmar que no existe una relación entre otros estilos de afrontamiento y el bienestar psicológico.

VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

7.1. Comparación de los resultados con el marco teórico

Según los resultados obtenidos mediante la correlación de Spearman, se observó que se tiene una significancia bilateral mayor a 0.05, que es de 0.482, por lo cual aceptamos la hipótesis nula y rechazamos la hipótesis alterna. Podemos afirmar que no existe una relación entre el afrontamiento del estrés y el bienestar psicológico.

Estos resultados difieren con los resultados de los antecedentes planteados en el trabajo en el cual tenemos a Urbano (2019) quien nos da a conocer en su investigación que existe una alta correlación entre el estilo de afrontamiento al estrés y en especial en la dimensión enfocado en la emoción y el bienestar psicológico en adolescentes, contrastable con los estudios de Matalinares et al (2016) donde sus resultados mostraron una relación directa y significativa entre los modos de afrontamiento del estrés y el nivel de bienestar psicológico, en una muestra de estudiantes universitarios, en el caso de Collas (2019) que obtuvo de resultados que los estudiantes que presentan un nivel alto de bienestar psicológico a su vez utilizarían en mayor medida un estilo de afrontamiento enfocado en el problema y en la emoción coincidiendo con los resultados que se obtuvieron, en la presente investigación en el caso de Hernández (2020) sus resultados mostraron que las variables se encuentran correlacionadas de forma significativa, al igual que sus dimensiones y solo entre regulación académica y estímulos estresores la correlación no es significativa, pero va en relación a la teoría. Se concluye que hay relación estadísticamente significativa entre el estrés académico, la procrastinación académica y el bienestar psicológico, teniendo en cuenta que a mayor procrastinación menor bienestar psicológico, en el caso de Yataco (2019). En el estudio no se halló relación estadísticamente significativa entre las dimensiones del Bienestar Psicológico con las dimensiones del estrés académico; sin embargo, se halló relación estadísticamente significativa y negativa entre el

bienestar psicológico y el estrés académico. Se concluyó que existe relación estadísticamente significativa y negativa entre el bienestar psicológico y el estrés académico.

Lo señalado guarda relación con la información del marco teórico sustentada por Lazarus y Folkman (1984) que mencionan al afrontamiento como un proceso contextual y orientado que aborda lo que la persona realmente piensa y hace en situaciones estresantes, conceptos que fueron reafirmados en los postulados de Sandin (2005) y Mok Y Tam (2001) quienes también destacaban los procesos cognitivo-conductuales del individuo. Por lo que Carver et al. (1989) en base a lo planteado anteriormente clasifican al afrontamiento; en centrado en el problema, centrado en la emoción y otros estilos de afrontamiento. En cuanto a la otra variable, para Veenhoven (1991) el bienestar psicológico es el nivel en el que el sujeto juzga su vida en términos favorables y se da solo cuando una persona se siente satisfecho con ella, así mismo este concepto fue planteado en base a los aportes de Ryff (1989) con su modelo multidimensional sobre bienestar psicológico, combinando la autoaceptación, relaciones positivas con el entorno, propósito de vida y crecimiento personal, conceptos reforzados aún más por Casullo y Castro Solano (2000; Casullo, 2002) quienes mejoraron la Escala de Salud Psicológica del Adolescente (BIEPSJ) para evaluar la salud psicológica, anteriormente desarrollada por Ryff (1989).

Por otro lado, en relación a las hipótesis específicas se obtuvieron los siguientes resultados:

Hipótesis Especifica Nº 1

En la hipótesis específica N1; se señala que existe relación significativa entre el afrontamiento enfocado en el problema y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre. Debido a que, al realizar la correlación de Spearman, se observó que se tiene una significancia bilateral

mayor a 0.05, que es de 0.766, por lo cual se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna. Podemos afirmar que no existe una relación significativa entre el afrontamiento enfocado en el problema y el bienestar psicológico.

Hipótesis Especifica N° 2

En la hipótesis específica N2; se señala que existe relación significativa entre el afrontamiento enfocado en la emoción y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre. Al realizar la correlación de Spearman, se observó que se tiene una significancia bilateral mayor a 0.05, que es de 0.608, por lo cual aceptamos la hipótesis nula y rechazamos la hipótesis alterna. Podemos afirmar que no existe una relación significativa entre el afrontamiento enfocado a la emoción y el bienestar psicológico.

Hipótesis Especifica N° 3

En la hipótesis específica N3; se señala que existe relación significativa entre otros estilos de afrontamiento y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre. Al realizar la correlación de Spearman, se observó que se tiene una significancia bilateral mayor a 0.05, que es de 0.118, por lo cual aceptamos la hipótesis nula y rechazamos la hipótesis alterna. Podemos afirmar que no existe una relación significativa entre otros estilos de afrontamiento y el bienestar psicológico.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

- **Primera:** Se determinó que no existe relación entre el afrontamiento del estrés y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021. Encontrándose un p valor de 0.482, de manera que se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.
- **Segunda:** Se determinó que no existe relación entre el afrontamiento enfocado en el problema y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021. Habiendo obtenido un p valor de 0.766, de manera que se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.
- **Tercera:** Se determinó que no existe relación entre el afrontamiento enfocado en la emoción y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021. Habiendo obtenido un p valor de 0.608, de manera que se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.
- **Cuarta:** Se determinó que no existe relación entre otros estilos de afrontamiento y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021. Habiendo obtenido un p valor de 0.118, de manera que se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.

Recomendaciones

- **Primera:** A las autoridades de la universidad, tener en cuenta que tanto docentes y alumnos, tengan pleno conocimiento sobre el afrontamiento del estrés y bienestar psicológico, a pesar de que en la presente investigación no se encontró relación. Por lo cual no se debe de desestimar la importancia de estos temas y se debe de, trabajar junto con los docentes y alumnado en general para establecer programas informativos sobre bienestar psicológico de los estudiantes, mejorando de esta manera su nivel de vida. Además, que buscar estrategias para reducir el estrés en los estudiantes de la universidad, para que puedan tomar una mejor decisión y tener un adecuado rendimiento académico.
- **Segunda:** A los docentes universitarios, se le plantea realizar la investigación en relación al afrontamiento del estrés y bienestar psicológico. Puesto que los estudiantes que tengan una mejora en el afrontamiento del estrés pueden generar que mejoren su nivel académico. Así como se debe planificar las diversas actividades que puedan ayudar a fortalecer la parte emocional de los estudiantes, con el propósito de evitar que los estudiantes sufran algún malestar psicológico.
- **Tercera:** A los estudiantes, planificar adecuadamente los horarios de estudio, creando un cronograma el cual les permita estar preparados para los exámenes correspondientes, así como realizar actividades relajantes como: el deporte, la música y el baile para lograr un buen manejo del estrés. En caso de tener un inconveniente es importante buscar la ayuda psicológica de un profesional.
- **Cuarta:** A los futuros investigadores, se les plantea realizar la evaluación entre la relación del afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en todas sus dimensiones en estudiantes universitarios, con una población y muestra más amplia. De esta forma determinar

con una muestra más consistente, si existe la relación entre ambas variables.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Advíncula, C. (2018). *Regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios.*[Tesis para optar el título de Licenciado en Psicología, Pontificia Universidad Católica del Perú]. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/12666>
- Barraca, J. (2014). *Técnicas de modificación de conducta*. Editorial Síntesis.
- Barrientos, M., & Martínez, D. (2021). Reflexiones y controversias sobre salud mental, bienestar y felicidad. En *En Oyanedel, J. & Mella, C (Eds.), Debates sobre el bienestar y la felicidad* (pp. 129–142). RIL editores.
- Bisquerra, R. (2009). *¿Qué es la Regulación Emocional?* Coaching campo. <http://bit.ly/40H2ZAV>
- Bonanno, G. (2007). The other side of sadness. What the new science of bereavement tells us about life after loss. En *Basic Books*. New York. <http://www.sci epub.com/reference/257053>
- Cabanach, R., Fernández, R., Souto, A., & Suárez, J. (2018). Regulación emocional y estrés en estudiantes universitarios de fisioterapia. *Sociedad Mexicana de Psicología A.C*, 35(3), 167–178. <http://bit.ly/3jGe5Wp>
- Calle, J., Piedra, M., Barahona, D., & Cardenas, O. (2017). Estrés académico en estudiantes de tercero de bachillerato de unidades educativas particulares del Ecuador. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 20(3), 253–276. <https://bit.ly/3Xh6tqV>
- Carranza, R., R, H., & Alhuay, J. (2017). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de pregrado de psicología. *Revista internacional de investigación en ciencias sociales*, 13(2), 133–146. <http://bit.ly/3JWtk83>
- Castro, N., Gómez, R., Lindo, W., & Vega, M. (2017). *Estilos de Afrontamiento al Estrés e Inteligencia Emocional en la Mujer Ejecutiva*

en Lima Metropolitana [Tesis para optar el título de Magister en Administración estratégicas de empresas, Pontificia Universidad Católica del Perú]. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/8066>

Casullo, M. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Paidós SAICF. <http://bit.ly/40HRidl>

Casullo, M., & A, C. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología*, 28(1), 35–68.

Chacaltana, K. (2019a). Bienestar Psicológico Y Adaptación Universitaria En Estudiantes De Psicología - Ica. *Acta Psicológica Peruana*, 4(1), 41–62. <http://bit.ly/3RMhfnY>

Chacaltana, K. (2019b). Procrastinación académica, vivencias académicas y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de psicología – Ica. *Temática Psicológica*, 15(1), 35–44. <https://doi.org/10.33539/tematpsicol.2019.n15.2219>

Collas D., & C. (2019). *Estrategias de afrontamiento ante el estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de una institución privada de Lima Este* [Tesis para optar el título de Licenciado en Psicología, Universidad Peruana Unión]. <http://bit.ly/3XmfpeP>

Espina, M. (4 de abril de 2017). *El afrontamiento: ¿Cómo afrontamos el estrés?* Marisa Espina. <http://bit.ly/40C3Ti6>

Estrada, E. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1), 88-93. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.4675923>

Ferraz, M. (2020). *Factores laborales que inciden sobre el estado de bienestar psicológico, satisfacción y estrés en el personal de enfermería dentro del área quirúrgica hospitalaria* [Tesis para optar el título de doctor. Universidad de Murcia]. <http://bit.ly/3laznoi>

Flore, P., Muñoz, R., & Medrano, L. (2018). Concepciones de la Felicidad y

su relación con el Bienestar Subjetivo. *Revista Peruana de Psicología*, 24(1), 115–130.
<https://www.redalyc.org/journal/686/68656777008/html/>

Folkman, S. (1984). Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(4), 839-852. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.46.4.839>

Gallardo, I. (2020). *Estrés. Cuidate plus*. <http://bit.ly/3jRgHk3>

Hernandez, N. (2020). *Procrastinación académica, estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Chincha, 2020* [Tesis para optar el título de maestría en Psicología, Universidad de San Martín de Porres]. <http://bit.ly/3HWqmOC>

Lazarus, R., DeLongis, A., Folkman, S., & Gruen, R. (1985). Stress and adaptational outcomes: The problem of confounded measures. *American Psychologist*, 40(7), 770–785.

Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. Springer Publishing Company.

Luna, D. (2019). Predictores académicos y sociodemográficos de ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes mexicanos de medicina. *Gaceta médica de México*, 156(1), 40–46.
<https://doi.org/10.24875/gmm.19005143>

Luna, D., García, S., Soria, E., Avila, M., Ramírez, V., García, B., & Menése, F. (2020). Estrés académico en estudiantes de odontología: asociación con apoyo social, pensamiento positivo y bienestar psicológico. *Investigación en Educación Médica*, 9(35), 9–17.
<https://doi.org/10.22201/facmed.20075057e.2020.35.20205>

Martín, R. (2013). Adaptación y adaptabilidad de las poblaciones prehistóricas canarias. Una primera aproximación. *Vegueta : Anuario de la Facultad de Geografía e Historia*, 1(1), 9–19.
<http://bit.ly/3YH4WeL>

- Matalinares, M., Diaz, G., Raymundo, O., Baca, D., Uceda, J., & Yaringaño, J. (2016). Afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima y Huancayo. *Persona*, 19, 105–126. <http://bit.ly/3YBNWXq>
- Maturana, A., & Vargas, A. (s. f.). El estrés escolar. *Revista Médica Clínica*, 26(1), 34 – 41.
- Méndez, D. (2021). *Bienestar psicológico y estrés laboral en colaboradores de una empresa De transporte publico de Ica, 2021* [Tesis para optar el título de Licenciado en Psicología, Universidad Autónoma de Ica]. <http://bit.ly/3XkjiAM>
- Millán, A., Calvanese, N., & D'Aubeterre, M. (2017). Condiciones de trabajo, estrés laboral, dependencia universitaria y bienestar psicológico en docentes universitarios. *Revista de docencia universitaria*. Obtenido de, 15(1), 195-218. <https://doi.org/10.4995/redu.2017.6009>
- O.M.S. (2017). *Depresión: hablemos*. Organización Panamericana de la Salud. <http://bit.ly/3YDegAr>
- Orbegoso, P. (4 de febero de 2010). *Teoría congnitiva y sus representantes*. Patricia Orbegoso. <http://bit.ly/3YBplwu>
- Ordóñez, P. (2018). *Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de primer y segundo ciclo de la Universidad María Auxiliadora* [Tesis para optar el título de maestra en educación, Universidad Peruana Unión]. <http://bit.ly/3xcAwFK>
- Orozco, S., Vargas, P., Carvajal, G., & Torres, B. (2020). Bienestar psicológico, estrés y factores psicosociales en trabajadores de instituciones gubernamentales de Jalisco-México. *Revista de ciencias sociales*, 26(1), 25–30. <http://bit.ly/40X9dNt>
- Ryff, C., & B, S. (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13–39. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10902-006-9019-0>

- Urbano, E. (2019). *Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en adolescentes de la Escuela de Líderes Escolares de Lima Norte – 2017* [Tesis para optar el título de maestro en Psicología clínica, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/6441>
- Veenhoven, R. (1991). Is Happiness Relative? *Social Indicators Research*, 24, 1–34. <https://doi.org/10.1007/BF00292648>
- Verdugo, J., León, G., Guardado, R., Meda, R., Uribe, J., & Guzmán, J. (1991). Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar subjetivo en adolescentes y jóvenes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales Niñez y Juventud*, 11(1), 79–91. <http://bit.ly/3RL7sP3>
- 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 para optar el título de Licenciado en Psicología, Universidad Autónoma del Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/707>

ANEXOS

Anexo 01: Matriz de consistencia

Título: Afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.

Responsables: CHOQUEPATA QUISPE, Sonia Amanda

HANCCO CONDORI, Roger Wilson

| PROBLEMA | OBJETIVO | HIPÓTESIS | VARIABLES | METODOLOGÍA |
|---|--|---|---|--|
| <p>Problema general ¿Existe relación entre el afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021?</p> <p>Problemas específicos P.E.1 ¿Existe relación entre el afrontamiento enfocado en el problema y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021?</p> | <p>Objetivo general Determinar la relación entre el afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.</p> <p>Objetivos específicos: O.E.1 Determinar la relación entre el afrontamiento enfocado en el problema y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.</p> | <p>Hipótesis general Existe significativa relación entre el nivel de afrontamiento del estrés y el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.</p> <p>Hipótesis específicas: H.E.1 Existe relación significativa entre el afrontamiento enfocado en el problema y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.</p> | <p>Variable X: Afrontamiento del estrés.</p> <p>DIMENSIONES: - D.1: Afrontamiento enfocado en el problema - D.2: Afrontamientos enfocados en la emoción - D.3: Otros estilos de afrontamiento.</p> <p>Variable Y: Bienestar Psicológico</p> <p>DIMENSIONES: - D.1: Aceptación de sí mismo - D.2: Control de Situaciones - D.3: Vínculo Psicosociales - D.4: Proyectos</p> | <p>Enfoque: Cuantitativo.</p> <p>Tipo de investigación: Básica.</p> <p>Diseño de Investigación: Correlación.</p> <p>Diseño: No Experimental.</p> <p>Población: La población de estudio estará conformada por 100 estudiantes universitarios del V y VI semestre de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Néstor Cáceres Velázquez. Es así que la muestra de estudio quedara conformada por los 80 estudiantes.</p> <p>Muestra: Para el presente estudio la muestra se determinó</p> |

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| <p>P.E.2 ¿Existe relación entre el afrontamiento enfocado en la emoción y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021?</p> <p>P.E.3 ¿Existe relación entre otros estilos de afrontamiento y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021?</p> | <p>O.E.2 Determinar la relación entre el afrontamiento enfocado en la emoción y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.</p> <p>O.E.3 Determinar la relación entre otros estilos de afrontamiento y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.</p> | <p>H.E.2 Existe relación significativa entre el afrontamiento enfocado en la emoción y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.</p> <p>H.E.3 Existe relación significativa entre otros estilos de afrontamiento y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de psicología del V y VI semestre, Juliaca - 2021.</p> | | <p>mediante la fórmula que se aplica en poblaciones finitas, quedando finalmente conformada por 80 estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de la Universidad Andina Néstor Cáceres Velázquez.</p> <p>Técnica e instrumentos: Técnica: La encuesta. La psicometría. Instrumentos: Cuestionario. Métodos de análisis de datos Se utilizará el software SPSS, y para la validación de la hipótesis se utilizará el estadístico de correlación de Spearman, por tener datos no paramétricos.</p> |
|--|--|--|--|---|

Anexo 02: Instrumento de recolección de datos

CUESTIONARIO

Estimado estudiante, este cuestionario es anónimo y tiene el objetivo de reconocer información sobre el afrontamiento del estrés y bienestar psicológico. A continuación, tenga la amabilidad de marcar las preguntas, respondiendo según su criterio y con la verdad cada pregunta formulada en el cuestionario.

I. Datos generales

1. Sexo:

- a) Femenino.
- b) Masculino.

2. Semestre:

- a) V.
- b) VI.

Modos de afrontamiento del estrés (COPE)

Instrucciones:

Responda las todas las preguntas teniendo en cuenta las siguientes alternativas:

NUNCA (NO)

SIEMPRE (SI)

| N° | QUÉ COSAS HACE O SIENTE CON MÁS FRECUENCIA... | SI | NO |
|----|--|----|----|
| 1 | Ejecuto acciones adicionales para deshacerme del problema. | | |
| 2 | Elaboro un plan de acción para deshacerme del problema. | | |
| 3 | Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema. | | |
| 4 | Me esfuerzo esperando el momento apropiado para enfrentar el problema. | | |
| 5 | Pregunto a personas que han tenido experiencias similares sobre lo que hicieron. | | |
| 6 | Hablo con alguien sobre mis sentimientos. | | |
| 7 | Busco algo bueno de lo que está pasando. | | |
| 8 | Aprendo a convivir con el problema. | | |
| 9 | Busco la ayuda de Dios. | | |
| 10 | Emocionalmente me perturbo y libero mis emociones. | | |
| 11 | Me niego a aceptar que el problema ha ocurrido. | | |
| 12 | Dejo de lado mis metas. | | |
| 13 | Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente. | | |
| 14 | Concentro mis esfuerzos para hacer algo sobre el problema. | | |
| 15 | Elaboro un plan de acción. | | |
| 16 | Me dedico a enfrentar el problema, y si es necesario dejo de lado otras actividades. | | |
| 17 | Me mantengo alejado del problema sin hacer nada, hasta que la situación lo permita. | | |
| 18 | Trato de obtener el consejo de otros para saber qué hacer con el problema. | | |
| 19 | Busco el apoyo emocional de amigos o familiares. | | |
| 20 | Trato de ver el problema en forma positiva. | | |
| 21 | Acepto que el problema ha ocurrido y no podrá ser cambiado. | | |
| 22 | Deposito mi confianza en Dios. | | |
| 23 | Libero mis emociones. | | |
| 24 | Actúo como si el problema no hubiera sucedido realmente. | | |
| 25 | Dejo de perseguir mis metas. | | |
| 26 | Voy al cine o miro la TV, para pensar menos en el problema. | | |
| 27 | Hago paso a paso lo que tiene que hacerse. | | |
| 28 | Me pongo a pensar más en los pasos a seguir para solucionar el problema. | | |
| 29 | Me alejo de otras actividades para concentrarme en el problema. | | |
| 30 | Me aseguro de no crear problemas peores por actuar muy pronto. | | |
| 31 | Hablo con alguien para averiguar más sobre el problema. | | |
| 32 | Converso con alguien sobre lo que me está sucediendo. | | |

| | | | |
|-----------|---|-----------|-----------|
| 33 | Aprendo algo de la experiencia. | | |
| 34 | Me acostumbro a la idea de que el problema ya ha sucedido. | | |
| 35 | Trato de encontrar consuelo en mi religión. | | |
| N° | QUÉ COSAS HACE O SIENTE CON MÁS FRECUENCIA... | SI | NO |
| 36 | Siento mucha perturbación emocional y expreso esos sentimientos a otros. | | |
| 37 | Me comporto como si no hubiese ocurrido el problema. | | |
| 38 | Acepto que puedo enfrentar al problema y lo dejo de lado. | | |
| 39 | Sueño despierto con otras cosas que no se relacionen al problema. | | |
| 40 | Actúo directamente para controlar el problema. | | |
| 41 | Pienso en la mejor manera de controlar el problema. | | |
| 42 | Trato que otras cosas no interfieran en los esfuerzos que pongo para enfrentar el problema. | | |
| 43 | Me abstengo de hacer algo demasiado pronto. | | |
| 44 | Hablo con alguien que podría hacer algo concreto sobre el problema. | | |
| 45 | Busco la simpatía y la comprensión de alguien. | | |
| 46 | Trato de desarrollarme como una persona a consecuencia de la experiencia. | | |
| 47 | Acepto que el problema ha sucedido. | | |
| 48 | Rezo más de lo usual. | | |
| 49 | Me perturbo emocionalmente y estoy atento al problema. | | |
| 50 | Me digo a mí mismo: "Esto no es real". | | |
| 51 | Disminuyo los esfuerzos que pongo para solucionar el problema. | | |
| 52 | Duermo más de lo usual. | | |

Fuente: Casuso (1996).

Escala BIEPS-J

Lee con atención las frases siguientes marca tu respuesta en cada una de ellas sobre la base de lo que pensaste y sentiste el último mes. Las alternativas de respuesta son: *Estoy de acuerdo; Ni de acuerdo ni en desacuerdo; Estoy en desacuerdo*. Marca tu respuesta con una cruz (o aspa) en uno de los tres espacios.

| N° | Preguntas | De Acuerdo | Ni de Acuerdo Ni en desacuerdo | En Desacuerdo |
|----|---|------------|--------------------------------------|---------------|
| 01 | Creo que me hago cargo de lo que sigo. | | | |
| 02 | Tengo amigos/as en quienes confiar. | | | |
| 03 | Creo que sé lo que quiero hacer en mi vida. | | | |
| 04 | En general estoy conforme con el cuerpo que tengo. | | | |
| 05 | Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo. | | | |
| 06 | Me importa pensar que haré en el futuro. | | | |
| 07 | Generalmente le caigo bien a la gente. | | | |
| 08 | Cuento con personas que me ayudan si lo necesito. | | | |
| 09 | Estoy bastante conforme con mi forma de ser. | | | |
| 10 | Si estoy molesto/a por algo soy capaz de pensar en cómo combatirlo. | | | |
| 11 | Creo que en general me llevo bien con la gente. | | | |
| 12 | Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida. | | | |
| 13 | Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar. | | | |

Fuente: Sifuentes, A. (2020).

| ESCALA DE BIENESTAR PSICOLOGICO BIEPS-J | | | | | | | | | | | | | |
|---|-------------------------------------|---------|----------|----------|---------------------------------|---------|----------|--------------------|---------|----------|---------------------------------|---------|---------|
| Nº | DIMENSION 1: CONTROL DE SITUACIONES | | | | DIMEN.2: VINCULOS PSICOSOCIALES | | | DIMEN.3: PROYECTOS | | | DIMEN.4: ACEPTACIÓN DE SI MISMO | | |
| | Ítems 1 | Ítems 5 | Ítems 10 | Ítems 13 | Ítems 2 | Ítems 8 | Ítems 11 | Ítems 3 | Ítems 6 | Ítems 12 | Ítems 4 | Ítems 7 | Ítems 9 |
| 01 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 02 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 |
| 03 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 04 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 05 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 06 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 |
| 07 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 08 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 |
| 09 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 |
| 10 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 |
| 11 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 12 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 |
| 13 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 14 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 15 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 16 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 17 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 |
| 18 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 |
| 19 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 |
| 20 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 21 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 22 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 23 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 |
| 24 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 25 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 |
| 26 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 |
| 27 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 |
| 28 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 29 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 |
| 30 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 31 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 32 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 33 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 34 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 |
| 35 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 |
| 36 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 |
| 37 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 |
| 38 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 39 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 |
| 40 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 41 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 42 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 43 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 44 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 |
| 45 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 |
| 46 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 |
| 47 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 48 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 49 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 50 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 |
| 51 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 52 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 |
| 53 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 |
| 54 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 |
| 55 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 56 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 |
| 57 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 58 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 59 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 60 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 |
| 61 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 62 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 63 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 64 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 65 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 |
| 66 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 |
| 67 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 |
| 68 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 |
| 69 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 70 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 71 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 72 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 73 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 |
| 74 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 75 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 76 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 77 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 78 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 |
| 79 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 |
| 80 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 |

Anexo 04: Informe de turnitin al 28% de similitud.

Afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología del V y VI semestre, Juliaca-2021

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

| | | |
|-----------|---|------------|
| 1 | repositorio.autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet | 10% |
| 2 | revistas.upr.edu Fuente de Internet | 3% |
| 3 | repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet | 2% |
| 4 | psikipedia.com Fuente de Internet | 2% |
| 5 | repositorio.upeu.edu.pe Fuente de Internet | 1% |
| 6 | repositorio.usmp.edu.pe Fuente de Internet | 1% |
| 7 | tesis.pucp.edu.pe Fuente de Internet | 1% |
| 8 | Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante | 1% |
| 9 | www.researchgate.net Fuente de Internet | 1% |
| 10 | repositorio.upn.edu.pe Fuente de Internet | 1% |
| 11 | repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet | 1% |
| 12 | repositorio.upla.edu.pe Fuente de Internet | 1% |
| 13 | www.redalyc.org Fuente de Internet | 1% |
| 14 | Submitted to Fundación Universitaria del Area Andina Trabajo del estudiante | 1% |
| 15 | repositorio.upao.edu.pe Fuente de Internet | 1% |

Anexo 05: Evidencias fotográficas



Haciendo entrega de cuestionarios.



Estudiantes respondiendo el Cuestionario.



Estudiantes de psicología V semestre.

Anexo 06: Solicitud de aplicación de los instrumentos



“Año del Bicentenario del Perú: 200 Años de Independencia”

Solicito: Autorización para Aplicación de Instrumentos de Investigación a estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología del V y VI Semestre.

**SEÑOR: Dr. RONAL MANUEL FERNÁNDEZ REVILLA.
DIRECTOR DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA;
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD - UNIVERSIDAD ANDINA
NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ - JULIACA.
PRESENTE. -**

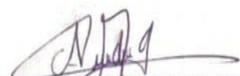
Yo, Sonia Amanda CHOQUEPATA QUISPE identificada con DNI. N° 47187618 y Roger Wilson HANCCO CONDORI, identificado con DNI. N° 42737555 estudiantes del Programa Académico de Psicología de la Universidad Autónoma de Ica con el debido respeto nos presentamos y exponemos:

Que, siendo requisito indispensable la aplicación del instrumento de investigación cual es el recojo de datos para el proceso estadístico y así terminar con nuestra investigación cuyo título es “Afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología del V y VI semestre, Juliaca-2021” a fin de obtener el título de Licenciado en Psicología, en ese sentido solicitamos a su persona autorice la aplicación del instrumento de investigación.

POR LO EXPUESTO

Pedirle a Ud. Señor director acceda a nuestro pedido y no dudando de su aceptación le reiteramos nuestra estima personal.

Juliaca 06 de diciembre del 2021.


.....
Sonia Amanda CHOQUEPATA QUISPE
Estudiante de Psicología
DNI: 47187618


.....
Roger Wilson HANCCO CONDORI
Estudiante de Psicología
DNI: 42737555


.....
Ing. Ronald Ch. Herrera Ochoa
Coordinador Técnico
Acervo Documentario
UANCV - Filial AQP
Recibido 07-12-2021



**UNIVERSIDAD ANDINA
NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ**

CONSTANCIA

**EL QUE SUSCRIBE, DIRECTOR DE LA
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA - JULIACA “NÉSTOR
CÁCERES VELÁSQUEZ”.**

HACE CONSTAR

Que Don (ña): **Sonia Amanda CHOQUEPATA
QUISPE**, identificada con DNI. N° 47187618, y Don: **Roger Wilson HANCCO
CONDORI**, identificado con DNI. N° 42737555, estudiantes del Programa Académico
de Psicología de la Universidad Autónoma de Ica, aplicaron dos instrumentos de
recolección de datos: Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE) y Escala de
Bienestar Psicológico (Bieps-J) cuyo trabajo de investigación es “Afrontamiento del estrés y
bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología del V y VI
semestre, Juliaca-2021”, realizado en esta escuela profesional de PSICOLOGÍA;
facultad de CIENCIAS de la SALUD de esta casa superior de estudios del V y VI
semestres, acción que se ejecutó en el mes de diciembre del 2021, mostrando
responsabilidad, puntualidad e interés en el logro de dicha investigación.

Se expide la presente, a solicitud de los interesados, para
los fines y usos que estime por conveniente.

Juliaca, 30 de diciembre del 2021.

I. Ps. Ronal M. Fernández H.
DIRECTOR E. P. PSICOLOGÍA
U.A.N.C.V.

Anexo 08: Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Fecha: 14-12-2021

Yo: Julia Cesar Añamuro Mamani, identificado(a) con DNI N° 47543889, acepto participar voluntariamente de la investigación titulada: **AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS Y BIENESTAR PSICOLOGICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA CARRERA DE PSICOLOGIA DEL V y VI SEMESTRE, JULIACA 2021**, la cual pretende determinar la relación que existe entre **ESTRES. y BIENESTAR PSICOLÓGICO**, con ello autorizó se me pueda realizar una entrevista y aplicar el instrumento compuesto por dos encuestas **cuestionario de modos de afrontamiento al estrés (COPE)** y **escala de bienestar psicológico (BIEPS-J)**, comprometiéndome a responder con veracidad cada uno de ellos.

Además, se me informo que dicho instrumento es anónimo y solo se usarán los resultados para fines del estudio, así mismo autorizó la toma de una foto como evidencia de la participación. Con respecto a los riesgos, el estudio no representará ningún riesgo para mi salud, así como tampoco se me beneficiará económicamente por él, por ser una decisión voluntaria en ayuda de la investigación.



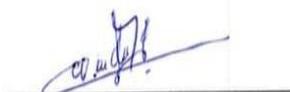
FIRMA DEL PARTICIPANTE



FIRMA DEL INVESTIGADOR:

Nombre: Roger Wilson Hanco
Condori

DNI. 42737555



FIRMA DE LA INVESTIGADORA:

Nombre: Sonia Amanda
Choquepata Quispe

DNI. 47187618

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Fecha: 11-12-21

Yo: Roy Miguel Paricahna Oyeda, identificado(a) con DNI N°....., acepto participar voluntariamente de la investigación titulada: **AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS Y BIENESTAR PSICOLOGICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA CARRERA DE PSICOLOGIA DEL V y VI SEMESTRE, JULIACA 2021**, la cual pretende determinar la relación que existe entre **ESTRES.** y **BIENESTAR PSICOLÓGICO**, con ello autorizó se me pueda realizar una entrevista y aplicar el instrumento compuesto por dos encuestas **cuestionario de modos de afrontamiento al estrés (COPE)** y **escala de bienestar psicológico (BIEPS-J)**, comprometiéndome a responder con veracidad cada uno de ellos.

Además, se me informo que dicho instrumento es anónimo y solo se usarán los resultados para fines del estudio, así mismo autorizó la toma de una foto como evidencia de la participación. Con respecto a los riesgos, el estudio no representará ningún riesgo para mi salud, así como tampoco se me beneficiará económicamente por él, por ser una decisión voluntaria en ayuda de la investigación.



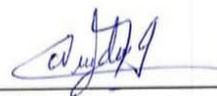
FIRMA DEL PARTICIPANTE



FIRMA DEL INVESTIGADOR:

Nombre: Roger Wilson Hancoo
Condori

DNI. 42737555



FIRMA DE LA INVESTIGADORA:

Nombre: Sonia Amanda
Choquepata Quispe

DNI. 47187618