



---

**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**COMUNICACIÓN FAMILIAR Y ESTRÉS ACADÉMICO EN  
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE UNA UNIVERSIDAD  
PRIVADA, AYACUCHO, 2020**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**AUTORA**

**ORTIZ CONTRERAS, DEYSI DIANA**

**ORCID: 0000-0003-3576-8581**

**ASESOR**

**VALLE RIOS, SERGIO ENRIQUE**

**ORCID: 0000-0003-0878-6397**

**CHIMBOTE – PERÚ**

**2022**

## **Equipo de trabajo**

### **Autora**

Ortiz Contreras, Deysi Diana

ORCID: 0000-0003-3576-8581

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Estudiante de Pregrado, Chimbote,  
Perú

### **Asesor**

Valle Ríos, Sergio Enrique

ORCID ID: 0000-0003-0878-6397

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de la Salud,  
Escuela Profesional de Psicología, Chimbote, Perú

### **Jurado**

Millones Alba, Erica Lucy

ORCID: 0000-0002-3999-5987

Velásquez Temoche, Susana Carolina

ORCID: 0000-0003-3061-812X

Abad Núñez, Celia Margarita

ORCID: 0000-0002-8605-7344

**Jurado evaluador**

Dra. Erica Lucy Millones Alba

Presidente

Mgtr. Susana Carolina Velásquez Temoche

Miembro

Mgtr. Celia Margarita Abad Núñez

Miembro

Mgtr. Sergio Enrique Valle Ríos

Asesor

### **Dedicatoria**

A Dios por regalarme la vida y permitirme llegar hasta esta etapa de mi desarrollo físico, mental y emocional.

A mi familia por su apoyo incondicional y motivación para seguir avanzando en mis estudios profesionales.

## Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo principal determinar la relación entre comunicación familiar y estrés académico en estudiantes universitarios de una universidad privada de Ayacucho. El método de investigación utilizado fue de tipo cuantitativo, nivel correlacional y diseño no experimental transversal. La población estuvo conformada por 124 estudiantes del primer ciclo de la Escuela Profesional de Psicología; siendo 30 estudiantes, la muestra determinada por muestreo no probabilístico, con una fiabilidad de 0.92 mediante el método de mitades o Split-halves. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Comunicación Familiar (FCS) de Barnes y Olson, creada en 1982, adaptada por Copez-Lonzoy et al. (2016) y el Inventario SISCO del estrés académico validado por Barraza (2007). Como resultado se obtuvo que existe relación entre comunicación familiar y estrés académico, siendo el p-valor = ,018 <  $\alpha$  = 0,05 mediante la prueba estadística de Chi-cuadrado, el nivel de comunicación familiar en los estudiantes universitarios fue de 76.7% en el nivel medio; el estrés académico fue de 53.3% en el nivel bajo, de los cuales los estresores académicos se perciben en un 53.3% en el nivel bajo y 10% en el nivel muy bajo, mientras los síntomas académicos se presentaron en un nivel bajo en un 83.3% y las estrategias de afrontamiento son percibidas en un nivel alto en un 50.74%. Se concluye que existe relación entre Comunicación Familiar y Estrés Académico en estudiantes universitarios, predominando la comunicación familiar en un nivel medio y el estrés académico en un nivel bajo.

*Palabras clave:* Comunicación familiar, estudiantes universitarios, estrés académico

### **Abstract**

The main objective of this research was to determine the relationship between family communication and academic stress in university students from a private university in Ayacucho. The research method used was quantitative, correlational level and non-experimental cross-sectional design. The population consisted of 124 students from the first cycle of the Professional School of Psychology; being 30 students, the sample determined by non-probabilistic sampling, with a reliability of 0.92 through the method of halves or Split-halves. The instruments used were the Barnes and Olson Family Communication Scale (FCS), created in 1982, adapted by Copez-Lonzoy et al. (2016) and the SISCO Inventory of academic stress validated by Barraza (2007). As a result, it was obtained that there is a relationship between family communication and academic stress, with the  $p\text{-value} = .018 < \alpha = 0.05$  using the Chi-square statistical test, the level of family communication in university students was 76.7% at the middle level; academic stress was 53.3% in the low level, of which academic stressors are perceived in 53.3% in the low level and 10% in the very low level, while academic symptoms were presented in a low level in 83.3 % and coping strategies are perceived at a high level in 50.74%. It is concluded that there is a relationship between Family Communication and Academic Stress in university students, with family communication predominating at a medium level and academic stress at a low level.

*Keywords:* Family communication, university students, academic stress

## Índice de contenido

Equipo de trabajo	2
Jurado evaluador	3
Dedicatoria	4
Resumen	5
Abstract	6
Índice de contenido	7
Índice de tablas	9
Introducción	10
1. Revisión de la literatura	15
1.1. Antecedentes	15
1.2. Bases teóricas de la investigación	22
1.2.1. Comunicación familiar	22
1.2.2. Teorías de la comunicación	26
1.2.3. Estrés académico	28
1.2.4. Modelo Sistémico Cognoscitivista Académico	31
1.2.5. La universidad	31
1.2.6. De la adolescencia a la adultez	32
2. Hipótesis	33
3. Método	34
3.1. Tipo de investigación	34
3.2. Nivel de investigación	34

3.3. Diseño de investigación	34
3.4. El universo, población y muestra	34
3.5. Operacionalización de variables	35
3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	36
3.6.1. Técnicas	36
3.6.2. Instrumentos	36
3.7. Plan de análisis	36
3.8. Principios éticos	37
4. Resultados	38
5. Discusión	42
6. Conclusiones	47
Referencias	48
Apéndice A. Instrumentos de evaluación	59
Apéndice B. Consentimiento informado	63
Apéndice C. Cronograma de actividades	64
Apéndice D. Presupuesto	65
Apéndice E. Ficha técnica de los instrumentos de evaluación	66
Apéndice F. Matriz de consistencia	69

**Índice de tablas**

<b>Tabla 1</b> .....	35
<b>Tabla 2</b> .....	38
<b>Tabla 3</b> .....	38
<b>Tabla 4</b> .....	39
<b>Tabla 5</b> .....	39
<b>Tabla 6</b> .....	40
<b>Tabla 7</b> .....	40
<b>Tabla 8</b> .....	41
<b>Tabla 9</b> .....	69

## Introducción

La familia constituye el principal espacio para la socialización del individuo porque es la generadora de las primeras relaciones interpersonales, donde se aprenden normas y valores, siendo parte de ésta la comunicación y el aprendizaje (Marín et al., 2019). Diversas investigaciones coinciden en la importancia de una comunicación adecuada, donde los padres muestren disponibilidad y apoyo en los asuntos de los hijos (Guzón et al., 2018); por ello, Garcés-Prettel et al. (2020) afirman que una comunicación familiar en nivel bajo influye en las conductas agresivas de los hijos, mientras que la existencia de una comunicación ofensiva predice el aumento de la victimización escolar.

El VI Barómetro de la Familia señala que el 62,5% de las familias españolas considera que la comunicación entre padres e hijos ha empeorado a consecuencia del excesivo tiempo que los hijos dedican a videojuegos en internet y redes sociales; asimismo, este estudio afirma que los problemas de comunicación predisponen el consumo temprano de alcohol (81,5%), pornografía (54,8%) y tabaco (51%), situación que preocupa al 90,3% de los encuestados (Olesti, 2017). Asimismo, los problemas de comunicación familiar están relacionados con el acoso cibernético y la angustia psicológica; así como puede contribuir al desarrollo de una actitud positiva hacia la transgresión de las normas sociales, que se asocia con una mayor participación en conductas delictivas mediante el uso inadecuado de las redes sociales (Romero-Abrio et al., 2019).

Actualmente el mundo atraviesa una crisis por la pandemia COVID-19 que está generando mayor estrés en la población (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2020), así lo demuestran Huarcaya-Victoria (2020), Brooks et al. (2020) quienes realizaron recopilaciones de investigaciones, donde se resalta la presencia de ansiedad, depresión y estrés en la población en general; esta situación tiene un mayor impacto psicológico en estudiantes universitarios porque se encuentran en proceso de adaptación a un nuevo contexto

educativo (Ozamiz-Etxebarria et al., 2020). Asimismo, el incremento del consumo de alcohol y tabaco están relacionados con el aumento del estrés académico en estudiantes universitarios (Márquez et al., 2019).

Estudios realizados en el Perú afirman que la inadecuada comunicación entre padres e hijos es originada por la adicción a las redes sociales (Cantuarias, 2020; Castro, 2019). Asimismo, la ausencia de los padres debido al trabajo, puede generar vacíos y problemas emocionales en los hijos, afectando su autoestima, formando relaciones tóxicas, disfuncionales, de codependencia; a esto se suma problemas de adicciones y formación de pandillas (Agencia de noticias Andina, 2019).

Asimismo, diversas investigaciones peruanas demuestran que estudiantes universitarios presentan niveles medios y altos de estrés académico que afectan su estado emocional, salud física, relaciones interpersonales y rendimiento académico; siendo las evaluaciones de los docentes, el tiempo limitado para presentar las tareas y la sobrecarga académica los mayores estresores (Damián, 2016). En Juliaca, estudiantes universitarios presentaron estrés moderado en un 68.3% provocando el aumento de agresividad e irritabilidad, deseos de rascarse, morderse y frotarse las uñas, además de problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea, afectando en sus calificaciones (Coavoy, 2019). En estudiantes universitarios de Arequipa, los estresores predominantes son los exámenes, la personalidad del docente y la acumulación de tareas, presentando síntomas de somnolencia, ansiedad, alteración alimenticia y desgano (Flores, 2019).

En Ayacucho, el 54.76 % de las familias presentan un nivel bajo de comunicación, esto evidenciaría la falta y/o incumplimiento de normas y reglas dentro del hogar, la ausencia de afecto entre padres, hijos y hermanos; la ausencia de uno de los padres y la falta de tiempo

dedicado a los hijos en horas específicas donde está reunida toda la familia y la poca paciencia que tienen los padres para escuchar a sus hijos (Venegas, 2020).

Por otro lado, Sánchez (2019) refiere que un nivel elevado de estrés académico está relacionado directamente con la procrastinación, perjudicando el desempeño académico y el equilibrio emocional de los estudiantes de educación superior. Asimismo, Vivanco (2018) concluye que los estudiantes universitarios presentan niveles medios y altos de estrés, debido al tiempo limitado para cumplir con sus tareas, afectando en su rendimiento académico.

Bajo lo anteriormente expuesto, surge la pregunta ¿existe relación entre comunicación familiar y estrés académico en estudiantes universitarios de una universidad privada, Ayacucho, 2020?; para el cual se realizó una investigación que tuvo como objetivo general determinar la relación entre comunicación familiar y estrés académico en estudiantes universitarios de una universidad privada, Ayacucho, 2020; siendo los objetivos específicos identificar el nivel de comunicación familiar, estrés académico y las dimensiones estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento del estrés académico.

Se considera de utilidad estudiar la relación entre comunicación familiar y estrés académico en estudiantes universitarios, siendo una población vulnerable por presentar diversas demandas en el área familiar, social e interpersonal; además de sus propias aspiraciones y crecimiento personal. La presente investigación es relevante dentro de la carrera de psicología porque se obtendrán resultados sobre variables psicológicas que pertenecen a la línea de investigación propuesta, incrementando información a futuras investigaciones que aporten al estudio de las variables propuestas, teniendo en cuenta que los instrumentos utilizados están validados para la región mediante prueba piloto.

Asimismo, los resultados servirán para generar iniciativas en estrategias de prevención e intervención que mejoren la comunicación entre padres e hijos jóvenes,

fortaleciendo los lazos afectivos y el soporte emocional que necesitan en su desarrollo educativo, personal y social; así como fomentar programas educativos para el afrontamiento adecuado al estrés académico en estudiantes universitarios.

El método de investigación fue de tipo cuantitativo, nivel correlacional y diseño no experimental. La población estuvo conformada por 30 estudiantes universitarios, siendo una muestra no probabilística, el recojo de información fue psicométrico mediante la Escala de Comunicación Familiar (FCS) de Barnes y Olson creada en 1982, adaptada por Copez-Lonzoy et al. (2016) y el Inventario SISCO del estrés académico validado por Barraza (2007), la construcción de tablas de frecuencia se realizó mediante el programa Microsoft Excel y el análisis de la información, en el software Producto de Estadística y Solución de Servicio (SPSS) versión 25.

Dentro de las limitaciones, se considera que la muestra utilizada no es representativa de la población estudiantil, debido a la pandemia COVID-19 la recolección de datos fue vía virtual y se realizaron cambios en el proyecto propuesto, además no obtuvo estudios que contemplen la relación de las variables mencionadas en la presente investigación que sirvan como antecedentes.

Los resultados muestran que existe relación entre comunicación familiar y estrés académico, siendo el  $p\text{-valor} = ,018 < \alpha = 0,05$  mediante la prueba estadística de Chi cuadrado; el nivel de comunicación familiar en los estudiantes universitarios fue de 76.7% en el nivel medio, el estrés académico fue de 53.3% en el nivel bajo, los estresores académicos fue de 53.3% en el nivel bajo y 10% en el nivel muy bajo, mientras los síntomas académicos se presentaron en un nivel bajo en un 83.3% y las estrategias de afrontamiento son percibidas en un nivel alto en un 50.74%. Concluyendo que existe relación significativa entre comunicación familiar y estrés académico en estudiantes universitarios, predominando la

comunicación familiar en un nivel medio y el estrés académico en un nivel bajo. Por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna.

La investigación se organiza de la siguiente manera: la revisión de la literatura, se describen los antecedentes de investigación y se presentan las bases teóricas, luego se especifican las hipótesis; seguido del método, donde se detalla el enfoque, alcance y diseño de investigación, el universo, la población y muestra, técnicas e instrumentos de recolección, plan de análisis y los principios éticos; los resultados de los instrumentos aplicados y finalmente, se presentan las conclusiones a las que se llega con la investigación.

## 1. Revisión de la literatura

### 1.1. Antecedentes

Pedroza et al. (2019) realizaron un estudio titulado “Factores que influyen en el estrés académico” con el objetivo de identificar el nivel y los factores que influyen en el estrés académico en estudiantes de enfermería de la Fundación Universitaria Navarra - Neiva. El estudio fue cuantitativo descriptivo, prospectivo transversal; que permitió la descripción de las variables en un solo momento y en un tiempo único, se usó el Inventario SISCO del estrés académico en una muestra de 145 estudiantes. Como resultado se obtuvo que el 93.1% de los estudiantes presentaron momentos de preocupación o nerviosismo durante el semestre y el 80% de ellos presentaron un nivel de estrés moderado. El estudio concluyó que los exámenes, la sobrecarga académica, y la falta de tiempo son condiciones que disparan el estrés en los estudiantes. Conjuntamente, se evidenció que el nivel de estrés en los alumnos alcanza un nivel moderado de 80%, a causa de la tensión académica. Las manifestaciones fisiológicas de los estudiantes fueron la somnolencia o mayor necesidad de dormir, problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea. Dentro de los estímulos estresores o focales como lo manifiesta Callista Roy, la sobrecarga académica se destaca como factor principal en la actual investigación. Algunos estudiantes mencionan afrontar el estrés recurriendo a la religiosidad.

Pérez et al. (2018) realizaron una investigación titulada “Caracterización del estrés académico percibido por estudiantes de las ciencias de la salud y los mecanismos que utilizan para afrontarlo. Veraguas, 2018” con el objetivo de describir el estrés académico percibido por los estudiantes de las ciencias de la salud y los mecanismos que emplean para afrontarlos. La investigación fue de tipo descriptivo, transversal y analítico; el muestreo fue no aleatorio de tipo intencional y la muestra de 73 estudiantes. Se aplicó el Inventario SISCO de Estrés Académico de Barraza. Teniendo como resultados: edad entre 18 y 21 años de edad,

76.7% del sexo femenino; el 82.2% negó alguna enfermedad. Los estresores se agruparon en tres categorías: los relativos a los cursos teóricos, de la práctica clínica y aquellos externos a la academia. En los cursos teóricos, a los estudiantes les estresa los horarios extendidos y la carga de asignaciones. En la práctica clínica, la personalidad del profesor y la responsabilidad profesional inmersa, con 29% y 42%, respectivamente, el traslado a la práctica para ser puntuales y no contar con transporte público, el temor a cometer errores y la personalidad del profesor. Los estresores personales: falta de tiempo para descansar y no poder cumplir con compromisos familiares. Las reacciones psicológicas incluyen ansiedad, angustia y desesperación. Las reacciones físicas más frecuentes son el dolor de cabeza y la fatiga crónica. Las reacciones comportamentales son desgano y el cambio en los hábitos de comer. Los mecanismos de afrontamiento más votados fueron los de analizar el problema, buscarle solución y la práctica de la religiosidad. Se concluye que los horarios extendidos y la sobrecarga de asignaciones se consideran como principales estresores de los cursos teóricos. Dentro de la práctica clínica, se tiene la disponibilidad del transporte público en los horarios de la clínica (hora de entrada), como principal estresor académico.

Jácome y Roblero (2017) realizaron una investigación titulada “Estrés académico en Estudiantes de la Facultad de Ciencias Psicológicas de la Universidad Central del Ecuador” con el objetivo de describir el estrés académico presente en estudiantes universitarios. La investigación fue de tipo descriptivo con enfoque cuantitativo, mediante muestreo probabilístico se obtuvo una muestra de 305 estudiantes, por medio de una encuesta sociodemográfica y el inventario SISCO del estrés académico. Los resultados muestran la existencia de prevalencia del estrés académico en el 93,4% de los estudiantes, siendo el nivel de estrés Medianamente Bajo en un 59,6% de la muestra. Se concluye que los estímulos académicos valorados por los estudiantes como estresores académicos son la sobrecarga de tareas y trabajos escolares, el tiempo limitado para hacer un trabajo y las evaluaciones de los

profesores. Mientras que las estrategias de afrontamiento más utilizadas son las habilidades asertivas, la ventilación y confianza, y la elaboración de planes con la ejecución de sus tareas.

Bravo et al. (2016) realizaron una investigación titulada “Funcionamiento y Comunicación Familiar relacionados con Estrés Académico en estudiantes de primer año de la Carrera de Enfermería, de la Comuna de Chillán 2016” con el objetivo de determinar la relación entre los factores de funcionamiento y comunicación familiar con el estrés académico en los estudiantes universitarios. La metodología utilizada fue de tipo correlacional de corte transversal; con una población de 187 estudiantes de primer año de Enfermería. Se aplicó un cuestionario de antecedentes sociodemográficos, escala FACES III y la dimensión de comunicación de FACES IV; y el inventario SISCO del estrés académico. Como resultado se obtuvo que el 50,8% de los encuestados percibe el funcionamiento familiar en un rango medio. En la dimensión comunicación, un 38,0% presentó un nivel “muy alto”. Se encontró que un 88,8% de los estudiantes presentaba estrés. En la relación de funcionamiento y comunicación familiar con estrés académico, no se encontró asociación estadísticamente significativa. Se concluyó que el funcionamiento familiar de los estudiantes universitarios se clasifica en un rango “medio”, existiendo la posibilidad de variar entre los rangos “balanceado” y “extremo”. No obstante, en este estudio destaca que tanto la adaptabilidad y la cohesión familiar de los estudiantes, se encuentran en equilibrio.

Heredia (2016) realizó un trabajo investigativo titulado “Estudio del estrés académico en estudiantes universitarios de la carrera de licenciatura en psicología” con el objetivo de caracterizar el estrés académico que presentan los estudiantes universitarios. La metodología fue cuantitativa, fenomenológica e inductivo, con una muestra de 160 estudiantes. Se utilizó el Inventario SISCO del estrés académico. Los resultados más significativos que se obtuvieron revelan que los participantes presentan estrés académico de nivel moderado

(91,41%), sin existir diferencias significativas entre el nivel presentado entre las jornadas ni entre la frecuencia con que se manifiesta algún tipo de reacción física, psicológica o comportamental. Se concluye que los estresores académicos principales, son las evaluaciones de los docentes y el tiempo limitado para hacer un trabajo, las reacciones más predominantes son, la somnolencia, dolores de cabeza, fatiga, inquietud y desgano para realizar las labores escolares y la habilidad asertiva es la estrategia de afrontamiento más frecuente.

Miranda (2019) realizó una investigación titulada “Estrés académico en estudiantes universitarios de la facultad de medicina de una universidad nacional de Lima Metropolitana, 2018” con el objetivo de identificar el nivel de estrés académico en estudiantes de la facultad de medicina de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana. El estudio fue de enfoque cuantitativo, nivel básico y de diseño no experimental, transaccional o transversal descriptivo. La muestra fue de 116 estudiantes donde se utilizó un muestreo no probabilístico. Se aplicó el inventario SISCO del Estrés Académico de Arturo Barraza Macías. Los resultados obtenidos indicaron que del total de la muestra el 93.97 % presenta estrés académico, ubicando al 82.6 % en el nivel moderado, seguido del nivel profundo (14.7 %) y nivel leve (2.8 %). Se concluye que el nivel estrés académico que predomina en los estudiantes es de nivel moderado, presentándose en mujeres en un 73.7 % nivel moderado y 26.3 % nivel profundo a diferencia de los hombres con un 4.2 % nivel leve, 87.3 % moderado y 8.5 % nivel profundo.

Venancio (2018) realizó una investigación titulada “Estrés académico en estudiantes de una universidad nacional de Lima metropolitana” con el objetivo de describir los niveles de estrés académico. El diseño de investigación fue no experimental y tipo descriptivo, la muestra fue de 432 universitarios de primer a sexto año (124 varones y 308 mujeres) de la facultad de psicología de una universidad nacional, se aplicó el inventario SISCO de estrés académico de Barraza (2006). Los resultados obtenidos reflejan que el 57% de los universitarios se ubican en un nivel promedio del estrés académico, siendo el sexo femenino

quien presenta mayor estrés académico con un 75.0% frente a un 25 % del sexo masculino, y según el año de estudios, los estudiantes del sexto año presentan un nivel de estrés académico Muy Alto en 30% y el segundo año presentan un nivel Muy Bajo con un 44.4 %. Se concluye que el nivel de estrés académico que presentan los estudiantes de psicología es, en su mayoría, promedio.

Tasayco (2018) realizó la investigación titulada “Estrés académico en estudiantes de enfermería del I al VIII ciclo de La Universidad Nacional San Luis Gonzaga, Ica – Perú 2018” con el objetivo de describir las características del estrés en los estudiantes de enfermería del I al VIII ciclo de la Universidad Nacional “San Luis Gonzaga”. La investigación fue de tipo cuantitativo, nivel descriptivo y con un diseño no experimental, se realizó un muestreo probabilístico estratificado obteniéndose una muestra de 199 alumnos a los que les aplicó el Inventario SISCO. Como resultado se obtuvo que el 86,9% de estudiantes indicó haber tenido momentos de estrés y sólo el 13,1% indicó no haberlos tenido, dejando de ser candidatos a seguir contestado el inventario; del 100% que siguieron contestando el inventario, se reportó un puntaje promedio de nivel de estrés de 3.4 (DE=0,83). Con respecto a las situaciones más estresantes tenemos a la sobrecarga de tareas y trabajos (75,8%), las evaluaciones de los docentes (74.8%) y el tipo de trabajo que piden los profesores (72,4%). En cuanto a las manifestaciones psicofísicas más frecuentes: somnolencia (74%), cansancio permanente (70,8%) y dolores de cabeza (61,2%). Las estrategias de afrontamiento más utilizadas fueron la elaboración de un plan para ejecutar sus tareas (66,2%), la habilidad asertiva (64,6%) y los elogios a uno mismo (62,2%). Se concluyó que existe una prevalencia de estrés del 86,9% con un nivel medianamente alto, siendo el V ciclo el salón mayor prevalencia y el VI el de mayor nivel de estrés. La situación más estresora es la sobrecarga de tareas, la que es afrontada con la elaboración de un plan para ejecutarlas y los síntomas más frecuentes: la somnolencia y el cansancio permanente.

Campos (2017) realizó una investigación titulada “Estrés académico en los estudiantes de primer a cuarto ciclo de la Universidad Autónoma de Ica, 2017” con el objetivo de identificar el nivel de estrés académico en los estudiantes de primer a cuarto ciclo de la universidad Autónoma de Ica, en el mes de noviembre de 2017. La investigación fue de tipo no experimental de corte transversal, diseño de tipo descriptivo. La población total de los ciclos de primero a cuarto de los estudiantes universitarios de la Autónoma de Ica es de 94, donde se aplicó la fórmula estadística para determinar una muestra significativa. Se aplicó el Inventario SISCO de estrés académico de Arturo Barraza Macías. Entre los resultados, los estudiantes se encuentran en el nivel promedio en un 36%, el nivel alto en un 23%, el nivel bajo en un 17%, el nivel muy bajo en un 13% y el nivel muy alto en un 11%. Se concluyó que el nivel de estrés en los estudiantes se da en un nivel promedio en una mayor proporción.

Rosales (2016) realizó un estudio titulado “Estrés académico y hábitos de estudio en universitarios de la carrera de Psicología de un Centro de Formación Superior Privada de Lima-Sur” con el objetivo de establecer la relación que existe entre el estrés académico y los hábitos de estudio en universitarios de la carrera de psicología del I al IV ciclo. La muestra estuvo conformada por 337 estudiantes universitarios de la carrera de Psicología pertenecientes a los cuatro primeros ciclos, de ambos sexos y cuyas edades fluctúan entre los 16 y 31 años. El diseño de investigación fue correlacional y tipo no experimental transversal. Los instrumentos administrados para la recolección de datos fueron el Inventario Sisco de Estrés Académico y el Inventario de Hábitos de Estudio CASM-85. Los resultados obtenidos demuestran que el 80,50 % presentó un nivel promedio del estrés académico y el 78,99 % un nivel promedio de hábitos de estudio; así mismo, se encontró una correlación estadísticamente significativa y positiva entre el estrés académico y los hábitos de estudio ( $r=0,285$ ). Se concluye que existe una relación altamente significativa entre el área de tareas de los hábitos de estudio y los estresores ( $r=0,200$ ), síntomas psicológicos ( $r=-0,196$ ),

síntomas comportamentales ( $r=0,226$ ) y el puntaje total ( $r=0,179$ ); como también el área de tareas de Hábitos de Estudio se relaciona de manera significativa con los síntomas físicos ( $r=0,120$ ). Por otro lado se encuentra una relación de manera significativa el área de tareas de hábitos de estudio y el área de afrontamiento ( $r=0,145$ ) del estrés académico.

Espinoza (2020) realizó un estudio titulado “Comunicación familiar y satisfacción con la vida en estudiantes universitarios, Ayacucho, 2020” con el objetivo de determinar la relación entre comunicación Familiar y la satisfacción con la vida en estudiantes del 5to Ciclo de la Escuela Profesional de Obstetricia de la Universidad Nacional San Cristóbal de Huamanga. La investigación fue de tipo observacional, prospectivo, analítico, transversal y basado en el proceso estadístico del análisis de datos, de nivel relacional y diseño epidemiológico, de análisis bivariado, la población fue de 35 estudiantes y el muestreo fue no probabilístico de 25 estudiantes. Para la recolección de datos se utilizó Escala de Comunicación Familiar (Olson & Barnes, 2010) y la escala de Satisfacción con la Vida de Diener (Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985). El principal resultado del estudio fue el análisis inferencial de la comunicación familiar y la satisfacción con la vida, para la obtención de ello, se utilizó el estadístico del coeficiente de Tau C de Kendall en resultado de esta relación fue P- valor =  $\alpha..016$  y esta es menor al  $\alpha= 0.05$ , se tomó la decisión de rechazar la  $H_0$ , teniendo como conclusión que existe relación entre la comunicación Familiar y el nivel de satisfacción con la vida en un nivel muy bajo.

Flores (2019) realizó la investigación titulada “Comunicación familiar prevalente en estudiantes de la carrera técnica de Enfermería, Ayacucho, 2019” con el objetivo describir la comunicación familiar prevalente en estudiantes de la carrera técnica de enfermería. El tipo de estudio fue observacional, prospectivo, transversal y descriptivo. El nivel de investigación fue descriptivo y el diseño de investigación fue epidemiológico, puesto que se estudió la prevalencia de la comunicación familiar en los estudiantes de la carrera técnica de

enfermería, es señalar su frecuencia en la población. La muestra estuvo constituida por 90 estudiantes de la carrera técnica de enfermería. El instrumento usado fue la Escala de comunicación familiar (FCS) que tiene como fin evaluar de manera global la comunicación familiar y su administración es individual o grupal, a partir de 12 años de edad, y el tiempo para evaluar es de alrededor de 15 minutos. El resultado del estudio fue que el 74% de los estudiantes de la carrera técnica de enfermería tienen una comunicación familiar de nivel medio. Se concluye que la comunicación familiar prevalente en los estudiantes de la carrera técnica de enfermería es de nivel media.

## **1.2. Bases teóricas de la investigación**

### ***1.2.1. Comunicación familiar***

**1.2.1.1. Definición.** La palabra comunicación proviene del latín *communio* que significa común, comunión, asociación; es la acción en la que damos y recibimos algo, de forma recíproca; entonces comunicación se puede entender como “el don recíproco de sí mismo”; por ejemplo si existen problemas en una pareja, se recomienda conversar, esto quiere decir que está faltando o se está fallando en la comunicación, pues se refiere a que existe deficiencias o carencia de un adecuado lenguaje hablado (Sobrino, 2008).

Según la Real Academia de la Lengua Española (RAE, 2016) la comunicación es el trato o correspondencia entre dos o más personas. Autores como Chiavenato (2006) y Mears (2015) coinciden en que la comunicación es un proceso de intercambio de información que se da en la convivencia diaria. Por otro lado, Fonseca et al. (2011) añaden que comunicar es llegar a compartir algo de nosotros mismos, es una cualidad racional y emocional específica del hombre que surge de la necesidad de ponerse en contacto con los demás, intercambiando ideas que adquieren sentido o significación de acuerdo con experiencias previas comunes.

Dentro del enfoque sistémico, la comunicación es el mecanismo que las familias utilizan para compartir preferencias, necesidades y sentimientos entre sus integrantes. La

comunicación positiva facilita la interrelación entre los diferentes niveles de la organización familiar, mientras que la falta de habilidades de comunicación o la comunicación negativa puede inhibir la capacidad del sistema familiar para modificar los vínculos emocionales, el liderazgo, los roles y reglas dentro del hogar (Barnes y Olson, 1985; Cópez-Lonzoy et al. 2016).

En el Modelo Circumplejo, la comunicación cumple una función mediadora entre los niveles de cohesión y adaptabilidad, a la vez que permite buscar soluciones y respuestas en situaciones de crisis o conflictos familiares (Crespo, 2011). Asimismo, Olson (2000) sustenta que la comunicación se mide centrándose en la familia como grupo considerando las habilidades para escuchar y hablar, habilidades para resolver problemas manteniendo el respeto y la consideración a los demás.

Por otro lado, Sobrino (2008) refiere que la comunicación familiar es el conjunto de interacciones que existen entre los miembros de una familia, generando así el proceso de socialización o culturalización, desarrollando habilidades sociales que permitan el desenvolvimiento dentro de la sociedad. La comunicación es uno de los roles que los padres deben establecer con sus hijos para una sana convivencia, esto varía de acuerdo al contexto, estructura y dinámica familiar; además del nivel de comunicación, teniendo en cuenta el tipo de apertura y flexibilidad, que se practique entre los integrantes del hogar.

Por lo tanto, la comunicación es el eje de la convivencia familiar y ésta existe siempre entre sus miembros; incluso cuando los miembros de la familia “no hablen de los problemas” existe una comunicación, que no es la deseable, pero que configura el comportamiento del grupo y de sus componentes (Iglesias, 2018). Terson y Youniss afirman que la comunicación entre padres e hijos es un medio que sirve para renegociar los roles que cada uno cumple

dentro del hogar; este aspecto va cambiando durante el desarrollo de la adolescencia (Cava, 2003).

**1.2.1.2. Tipos de comunicación familiar.** Según Antolines (1991) existe dos tipos de comunicación familiar: la comunicación funcional y la disfuncional. En la primera se puede hablar abiertamente sin temor a los prejuicios y en donde se comparten ideas, necesidades, sentimientos; mientras que en la segunda, la comunicación no está del todo deteriorada, sin embargo a medida que avanza el tiempo puede irse incrementando el nivel de disfuncional en la comunicación.

Sin embargo, Crespo (2011) reconoce la comunicación positiva y negativa como los tipos de comunicación dentro del sistema familiar. La comunicación positiva permite que los integrantes de la familia puedan expresar de forma abierta, fluida y sincera, sus necesidades e intereses; así como, enfrentar positiva y pacíficamente posibles conflictos familiares. La comunicación negativa impide que se compartan sentimientos y necesidades, los mensajes son poco claros, se realizan críticas excesivas, comparaciones y descalificaciones, no existe empatía y los conflictos se pueden resolver de forma explosiva o no resolverse convirtiéndose en secretos familiares o temas tabúes. Cualquiera de estos dos tipos de comunicación que se practique dentro de la familia, influenciará en cada uno de los miembros y en el conjunto del sistema familiar.

**1.2.1.3. Características de la comunicación familiar.** Entre las características de la comunicación están: el dinamismo y el carácter cambiante que toda persona transcurre debido a las diferentes etapas del desarrollo y esto repercute en la forma de comunicarse dentro y fuera del hogar; otro es que la comunicación se entiende como un proceso en el que se expresan satisfacciones o recompensas y, por último, el compartir, constantemente, vínculos

afectivos traerá consigo satisfacción para los participantes del proceso de interacción (Tustón, 2016).

**1.2.1.4. Estilos de comunicación familiar.** Existen tres estilos: pasiva, agresiva y asertiva (Galindo, 2008). En la comunicación pasiva, la persona acepta las opiniones del emisor, sin expresar pensamientos, sentimientos o necesidades de forma directa para no ser rechazado y no consigue resolver las situaciones de manera satisfactoria; en algunos casos, puede ser manipulada fácilmente. En la comunicación agresiva, la persona se expresa en voz alta, muestra gestos de amenaza, descalifica, insulta, no considera la opinión de los demás mostrando superioridad en búsqueda de satisfacción y bienestar personal. Se caracteriza por tener pensamiento y/o comportamiento inflexible. Mientras que la comunicación asertiva se caracteriza por la tolerancia de los individuos, donde se expresan los sentimientos, pensamientos y emociones respetando los derechos propios y de los demás. Una persona asertiva suele mostrar un comportamiento firme y directo ya que su propósito es una comunicación clara y directa sin ser ofensiva. Suele utilizar mensajes “yo” en los que se indica con claridad el origen de los deseos y opiniones.

El estilo de comunicación asertiva favorece el afecto y afianza los lazos familiares, la resolución de conflictos de forma respetuosa, el establecimiento claro de normas como la resolución de problemas, aspectos que van a facilitar el desarrollo de autonomía y madurez de los niñas y niños (Satir, 2008).

**1.2.1.5. Niveles de comunicación familiar.** Los niveles de comunicación familiar son la comunicación abierta, evitativa y ofensiva (Tustón, 2016). En la comunicación abierta, los miembros pueden brindar su opinión de manera libre de acuerdo al tema que se está tratando, mostrando respeto de las opiniones de los otros miembros de la familia; en la comunicación evitativa, los padres prefieren evadir obligaciones o alguna pregunta de los hijos, poniendo pretextos o excusas para no contestar, esto ocasiona dificultad en la comunicación dentro del

hogar; por último, en la comunicación ofensiva existe un enfrentamiento entre padres e hijos, debido a que es imposible respetar la opinión de los demás haciendo que la comunicación sea inestable, que solo le favorece a la persona autoritaria porque suele estar lleno de intimidaciones, gritos, imposiciones, y los demás tienen que cumplir dichos mandatos sin oportunidad de llegar a un acuerdo.

### ***1.2.2. Teorías de la comunicación***

**1.2.2.1. Perspectiva Relacional de la Comunicación.** Musitu y Buelga (2006) refieren que está basada en la Teoría General de los Sistemas. La comunicación humana se entiende como un sistema interaccional, donde participan dos o más comunicantes que definen la naturaleza de su relación; y como tal, la comunicación participa de las propiedades de los sistemas generales, donde se plantea que la estabilidad y el cambio se dan de forma inherente en la comunicación.

Desde este enfoque, la comunicación es toda conducta interpersonal, la escuela de Palo Alto liderada por Watzlawick postula cinco axiomas básicos:

- La imposibilidad de no comunicarse: no es posible no comunicarse.
- Toda comunicación tiene un aspecto de contenido y otro relacional de modo que este aspecto clasifica o incluye al primero y es por ende una metacomunicación.
- La naturaleza de una relación depende de la puntuación de las secuencias de la comunicación entre los comunicantes.
- Los seres humanos se comunican tanto digital como analógicamente.
- Todos los intercambios comunicacionales son simétricos o complementarios según estén basados en la igualdad o la diferencia.

La comunicación refleja el clima y la calidad del sistema familiar, siendo el medio por el cual, el grupo familiar se puede adaptar a los procesos de desarrollo (Musitu y Buelga, 2006).

**1.2.2.2. Modelo Circumplejo de Sistemas Maritales y Familiares.** Desarrollado en el año 1979 por Olson, Russell y Sprenkle para facilitar el diagnóstico familiar con una perspectiva sistémica; con los objetivos de identificar y describir las principales dimensiones de cohesión y adaptabilidad del funcionamiento familiar, además de demostrar la utilidad de estas funciones; diseñado para el ámbito clínico y tratamiento en terapia conyugal y familiar (Olson, 1999).

Olson (2000) considera las dimensiones de cohesión, flexibilidad y comunicación como centrales de los sistemas matrimoniales y familiares. La cohesión familiar es definida como el vínculo emocional existente entre los miembros de la familia, este término se refiere a cómo el sistema familiar equilibra la separación versus la unión de sus miembros. La flexibilidad familiar es la cantidad de cambio en su liderazgo, relaciones de roles y reglas de relación, este constructo está relacionado en cómo los sistemas se equilibran su estabilidad versus cambio.

En el Modelo Circumplejo, la comunicación se considera como una dimensión facilitadora entre las dimensiones de cohesión y flexibilidad. Dentro de la familia, la comunicación está relacionada con las habilidades que sus integrantes tienen para escuchar (empatía y escucha activa), hablar (hablar por uno mismo y no hablar por los demás), autorrevelación (compartir los sentimientos de uno mismo), seguimiento (mantenerse en el tema), respeto (aspectos afectivos de la comunicación) y consideración (habilidades de resolución de problemas en parejas y familias).

Se ha encontrado que los sistemas balanceados tienden a tener muy buena comunicación, mientras que los sistemas desequilibrados tienden a tener una comunicación deficiente. Olson (2000) considera que las familias equilibradas tendrán mejores habilidades de comunicación y éstas repercutirán en el buen funcionamiento familiar.

### ***1.2.3. Estrés académico***

**1.2.3.1. Definición.** Hans Selye acuñó el término estrés, quién tras diversas investigaciones demostró que factores relacionados con las actividades diarias, enfermedades, consumo de drogas, hábitos de vida inadecuados, cambios abruptos en el entorno laboral y familiar pueden actuar sobre la persona (Berrío y Mazo, 2011).

Asimismo, Redolar (2011) refiere que el estrés es la respuesta del organismo con el fin de restablecer el equilibrio y de adaptarse a una situación biológica, psicológica y/o social, en este proceso surgen cambios fisiológicos y psicológicos, donde interactúan los sistemas nervioso, endocrino, inmunitario y metabólico. Esta respuesta puede surgir ante una lesión física o psicológica, así como también ante su expectativa, y puede repercutir sobre el rendimiento personal y el estado general de salud.

El estrés se puede clasificar en estrés académico y estrés laboral, siendo el estrés académico una reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos académicos (Berrío y Mazo, 2011). Por otro lado, Barraza (2006) menciona que la sociedad está constituido por diversos sistemas organizacionales, siendo el sistema educativo, al que se pertenece desde los primeros años de vida, pasando por la adolescencia y posterior a ella, este tránsito de un nivel educativo a otro, comúnmente son eventos estresantes para el estudiante. De igual manera, Escobar et al. (2018) consideran que el estrés académico es la reacción que puede tener el estudiante ante las exigencias y presiones de estudio, estas exigencias académicas no se ajustan a sus conocimientos y capacidades.

El estrés académico es estudiado ampliamente por Barraza (2010) que señala que un gran porcentaje de estudiantes de educación superior universitaria y superior no universitaria (técnica) presentan estrés académico durante los años de estudio, donde la institución educativa propone al estudiante un conjunto de demandas como en examen, una exposición,

entre otros que son valoradas por el individuo como desbordantes, calificándolas como estresores, provocando un desequilibrio sistémico que se manifiestan en síntomas (dolores de cabeza, irascibilidad, ansiedad, etc.). Este desequilibrio empuja al individuo a buscar la mejor forma de enfrentar dicha situación (buscar ayuda, información, etc.). Si las estrategias de afrontamiento resultan adecuadas para enfrentar las demandas, el organismo recupera su equilibrio, desapareciendo los síntomas.

Del proceso anterior se reconoce a los componentes del estrés académico: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento.

**1.2.3.2. Estresores académicos.** El estresor es el estímulo o situación amenazante que desencadena en el sujeto una reacción generalizada e inespecífica (Barraza, 2010). Los estresores académicos son demandas del entorno valoradas con mayor frecuencia que generan cambios o adaptación en el individuo, entre los estresores más comunes tenemos: la sobrecarga de tareas y trabajos escolares diarias y el tiempo limitado para hacer las tareas, la personalidad y el carácter de los profesores, la forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.), el nivel de exigencia de mis profesores, El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.), tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los profesores y la poca claridad que tengo sobre lo que quieren los profesores (Barraza-Macías, 2018).

**1.2.3.3. Síntomas del estrés académico.** Dentro de los síntomas del estrés académico se encuentra las reacciones físicas como los trastornos del sueño, fatiga crónica, dolores de cabeza, problemas de digestión, morderse las uñas y somnolencia o mayor necesidad de dormir. En las reacciones psicológicas: incapacidad para relajarse, sentimientos de depresión y tristeza, ansiedad, angustia o desesperación, problemas de concentración y sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad. En las reacciones comportamentales: conflicto o

tendencia a polemizar y discutir, aislamiento de los demás, desgano para realizar labores académicas y aumento o reducción del consumo de alimentos (Bedoya-Lau et al., 2014).

Barraza-Macías (2018) considera como síntomas del estrés académico: fatiga crónica (cansancio permanente), sentimientos de depresión y tristeza, ansiedad, angustia o desesperación, problemas de concentración, sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad, conflictos o tendencia a polemizar o discutir y desgano para realizar las labores escolares.

**1.2.3.4. Estrategias de afrontamiento.** Las estrategias de afrontamiento son recursos psicológicos que están dirigidas a la búsqueda de información y/o apoyo para resolver, disminuir o tolerar el problema que genera estrés en el individuo (Barraza, 2010; Macías et al., 2013).

Investigaciones realizadas por Barraza (2007) indican que el afrontamiento puede ser dividido por estrategias, tipos y estilos. Los estudiantes centran sus estrategias de afrontamiento en la resolución de problemas, como concentrarse en resolver el problema, esforzarse y buscar el éxito, compartir momentos con amigos y distracción física; sin embargo, entre las estrategias de afrontamiento más utilizadas por estudiantes son el consumo de alcohol y drogas.

Los tipos de estrategias de afrontamiento pueden ser clasificados de tres formas: en los que van dirigidos al problema o las consecuencias emocionales de éste, pueden ser agrupadas según los pensamientos negativos y de culpa, y pueden ser clasificados como fisiológicas y cognitivas. El uso de los diferentes tipos de estrategias de afrontamiento puede ser determinado según el efecto positivo o negativo de su utilización. Mientras que los estilos de afrontamiento más utilizados son el afrontamiento activo, la reinterpretación positiva y crecimiento, la focalización y expresión de emociones.

#### ***1.2.4. Modelo Sistémico Cognoscitivista Académico***

Este modelo es elaborado por Barraza a partir de la teoría general de los sistemas de Colle y el modelo transaccional del estrés de Lazarus. Este modelo define al estrés académico como un proceso sistémico, de carácter adaptativo y principalmente psicológico que se presenta en tres momentos, primero el alumno se ve sometido a cumplir con un conjunto de demandas del entorno, consideradas estresores; segundo, estos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas físicos, psicológicos y comportamentales (indicadores de desequilibrio) y tercero, ese desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento(output) para restaurar el equilibrio sistémico.

Las situaciones consideradas como estresores propios del estrés académico son los siguientes: Sobrecarga de tareas, competitividad grupal, exceso de responsabilidad, interrupciones del trabajo, ambiente físico desagradable, falta de incentivos, tiempo limitado para hacer el trabajo, la personalidad del profesor, participación en clase, no entender los temas abordados en clase, las evaluaciones, conflictos con los asesores o compañeros (Barraza, 2006).

#### ***1.2.5. La universidad***

La Universidad es el lugar en que se enseña el conocimiento universal. Esto implica que su objeto es, por una parte, intelectual, no moral; y por la otra, que es la difusión y extensión del conocimiento, más que el avance del conocimiento (González, s.f.). A la vez Soto (2010) señala que la Universidad es considerada como una institución educativa, cuya principal función es hacer egresar profesionales que ostenten un grado académico o título profesional que les permita alcanzar una seguridad económica y un status dentro de la sociedad. Esto ha hecho que la educación superior sea lucrativamente rentable, lo que se puede constatar con la proliferación rápida de universidades en todo el territorio peruano.

La etapa universitaria es una experiencia nueva que trae consigo un conjunto de retos y emociones, por ser el inicio de la materialización de las aspiraciones, anhelos de satisfacción y éxito profesional a futuro; sin embargo, el estudiante afronta cambios psicofisiológicos, problemas existenciales, entre otros, además, en algunos casos, la separación del seno familiar (Alarcón, 2019). Por otro lado, Rodríguez (2015) caracteriza a los universitarios como nativos digitales, conectados y a la vez solitarios, con una gran capacidad para obtener información, con una diversidad social y cultural, inmersos en una situación de crisis económica.

Esto conlleva a que los estudiantes universitarios puedan presentar diversos problemas relacionados con su contexto personal, cognitivo o emocional, relacionado con la personalidad de cada individuo, la carrera de estudio elegida, la solidez de la vocación, la adaptabilidad a un nuevo nivel de enseñanza-aprendizaje, la competitividad entre compañeros, romance y enamoramiento normal como parte de la etapa de vida (Alarcón, 2019).

#### ***1.2.6. De la adolescencia a la adultez***

La adolescencia es un período de la vida que se ha prolongado por el adelanto de la pubertad y el retraso de la madurez psicosocial. Constituye un proceso altamente variable en cuanto a su edad de inicio y término, a la progresión a través de sus etapas y a la sincronía del desarrollo en las distintas áreas, evidenciando también diferencias debidas a otros factores como el sexo, la etnia y el ambiente del individuo (Gaete, 2015).

La adolescencia tardía (17 a 21 años) es la última etapa del camino del joven hacia el logro de su identidad y autonomía. Para la mayor parte de los adolescentes es un período de mayor tranquilidad y aumento en la integración de la personalidad. Si todo ha avanzado suficientemente bien en las fases previas, incluyendo la presencia de una familia y un grupo

de pares apoyadores, el joven estará en una buena vía para manejar las tareas de la adultez. Sin embargo, si no ha completado las tareas antes detalladas, puede desarrollar problemas con el aumento de la independencia y las responsabilidades de la adultez joven, tales como depresión u otros trastornos emocionales.

Dentro de los cambios físicos, psicológicos y sociales, Casas y Ceñal (2005) refieren que en la adolescencia tardía el crecimiento ha terminado y físicamente, el individuo de observa maduro físicamente; su pensamiento abstracto está establecido y son conscientes de su actuar y de las implicancias que esto conlleva. En esta etapa, el individuo se enfrenta a las exigencias reales del mundo adulto, las relaciones individuales de amistad se priorizan más que las de grupo, se establecen las relaciones de pareja y se busca una vida en común proyectándose al futuro.

La adultez empieza entre los 18 a 19 años hasta los 25 o 29 años, siendo una etapa en que el individuo determina quién es y qué quiere. Es común que las personas, de ambos sexos, continúen sus estudios y posterguen la paternidad, por ser decisiones determinantes para su prosperidad futura, esto depende del desarrollo del Yo (mundo interno del sujeto) y de la idea que tiene el sujeto sobre el desarrollo de su vida. En este proceso, todavía se encuentra inmersa la familia de origen, sin embargo van creciendo las expectativas de confianza y autonomía y la continuación de sus estudios, trabajo se comparten con experiencias amorosas que se pueden convertir en compromisos formales. Ya hacia el término de esta etapa, el individuo se independiza totalmente de su familia de origen, dedicándose a su carrera, pareja y tal vez hijos (Papalia et al., 2009).

## **2. Hipótesis**

Ho: No existe relación entre la comunicación familiar y estrés académico en estudiantes universitarios de una universidad privada, Ayacucho, 2020.

Ha: Existe relación entre la comunicación familiar y estrés académico en estudiantes universitarios de una universidad privada, Ayacucho, 2020.

### **3. Método**

#### **3.1. Tipo de investigación**

El tipo de la investigación fue cuantitativo porque se usó la recolección de datos para probar una hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico para establecer patrones de comportamiento y probar teorías; transeccional, porque los datos se obtuvieron en un tiempo único, describiéndose las variables y analizando su relación en un momento dado (Hernández et al., 2014).

#### **3.2. Nivel de investigación**

El nivel de la investigación fue correlacional porque se estableció la relación entre las variables, en un contexto en particular, sin precisar sentido de causalidad o analizar relaciones causales (Hernández et al., 2014).

#### **3.3. Diseño de investigación**

El diseño de investigación fue no experimental porque los fenómenos se observaron en su ambiente natural para después analizarlos, por lo tanto no existió manipulación de las variables (Hernández et al., 2014).

#### **3.4. El universo, población y muestra**

El universo estuvo compuesto por estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. La población estuvo conformada por 124 estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Profesional de Psicología de la Universidad Católica “Los Ángeles de Chimbote” del distrito de Ayacucho.

La muestra fue no probabilística conformada por 30 estudiantes universitarios, entre varones y mujeres de 17 a 30 años de edad, pertenecientes a la región de Ayacucho, que

cursaban el ciclo académico 2020 – I, que accedieron a las pruebas psicométricas vía online mediante un link de Google Drive, además de cumplir con los criterios de inclusión.

### **Criterios de inclusión**

- Estudiantes que se encuentren cursando el ciclo académico 2020-I de la Escuela Profesional de Psicología.
- Estudiantes que acepten participar de la investigación vía online
- Estudiantes que accedan a las pruebas psicométricas mediante Google Drive.

### **Criterios de exclusión**

- Estudiantes que no pertenezcan a la universidad privada.
- Estudiantes que no puedan acceder a las pruebas por vía online.
- Estudiantes que no se encuentren motivados a participar en la investigación.
- Estudiantes que no completen totalmente las pruebas psicométricas vía online.

## **3.5. Operacionalización de variables**

**Tabla 1**

*Matriz de operacionalización de variables*

VARIABLE DE ASOCIACIÓN	DIMENSIONES/ INDICADORES	VALORES FINALES	TIPO DE VARIABLE
Comunicación familiar	Unidimensional	Alto Medio Bajo	Categorica Ordinal Politómica
VARIABLE DE SUPERVISIÓN	DIMENSIONES/ INDICADORES	VALORES FINALES	TIPO DE VARIABLE
Estrés académico	Estresores	Muy Alto Alto	Categorica Ordinal
	Síntomas	Promedio Bajo	Politómica
	Estrategias de afrontamiento	Muy Bajo	

### **3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

#### ***3.6.1. Técnicas***

La técnica utilizada en la presente investigación fue la psicométrica porque consiste en un conjunto de preguntas respecto de una o más variables (Hernández et al., 2014). El cuestionario puede aplicarse a grupos, de forma impresa o virtual, sin que el investigador se encuentre presente.

#### ***3.6.2. Instrumentos***

Los instrumentos de medición utilizados en la presente investigación fueron la Escala de Comunicación Familiar (Family Communication Scale, FCS) creada por Barnes y Olson en 1982 y el Inventario SISCO del Estrés Académico (Barraza, 2007).

### **3.7. Plan de análisis**

La conversión de datos se realizó mediante la construcción de tablas de frecuencia en el software Excel, que es una aplicación de hojas de cálculo que forma parte de la suite de oficina Microsoft Office. Siendo una aplicación utilizada en tareas financieras y contables, con fórmulas, gráficos y un lenguaje de programación, tiene como objetivo, organizar los datos obtenidos y determinar los estadígrafos (medidas de tendencia central) media, mediana y moda, mediante tablas y gráficos.

Luego se procesó mediante el Producto de Estadística y Solución de Servicio– SPSS; primero se analizó la confiabilidad y validez de los datos por el método de mitades o Split-halves, donde el total de ítems se divide en dos mitades equivalentes y se comparan las puntuaciones de ambas (Hernández et al., 2014). Luego se analizaron los datos de cada variable de forma descriptiva y el análisis relacional entre Comunicación Familiar y Estrés Académico, mediante el cruce de variables, la información analizada se muestra en tablas y

gráficos que demuestran los resultados relevantes de la investigación mediante el programa SPSS versión 25.

### **3.8. Principios éticos**

Se consideró los principios del Código de Ética para la investigación, aprobado por acuerdo del Consejo Universitario con Resolución N° 0973-2019-CU-ULADECH Católica por el Comité Institucional de Ética en Investigación (2019); tales como la valoración de la dignidad de las personas, teniendo en cuenta su identidad, diversidad, confidencialidad y privacidad; asimismo, se informó previamente sobre el objetivo y beneficios de la investigación respetando la libertad de decisión. Se practicó un juicio razonable tomando las precauciones necesarias para disminuir los sesgos y limitaciones entre participantes e investigadora, permitiendo el acceso a sus resultados, con responsabilidad profesional. Las buenas prácticas de la investigadora incluyen las responsabilidades ciudadanas, éticas y deontológicas como las consecuencias que la realización y la difusión de la investigación implican para los participantes y para la sociedad en general, asegurando la validez, fiabilidad y credibilidad de los métodos, fuentes y datos presentados en el trabajo final. Igualmente, se respetó el derecho de autor en la elaboración del marco teórico usando las normas APA.

#### 4. Resultados

**Tabla 2**

*Prueba de Chi-cuadrado*

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	5,593 <sup>a</sup>	1	,018
Razón de verosimilitud	5,994	1	,054
N de casos válidos	30		

\* 2 casillas (50,0%) han esperado un recuento menor que 5.  
El recuento mínimo esperado es 3,27.

*Nota.* Siendo p-valor = ,018 y esta es menor al  $\alpha = 0,05$ . Se toma la decisión de rechazar la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, teniendo como conclusión que existe relación entre comunicación familiar y estrés académico.

**Tabla 3**

*Comunicación familiar y estrés académico en estudiantes universitarios de una universidad privada, Ayacucho, 2020*

Comunicación familiar	Estrés académico				Total	Total
	Bajo		Otros			
Medio	15	50,0%	8	26,7%	23	76,7%
Otros	1	3,3%	6	20,0%	7	23,3%
Total	16	53,3%	14	46,7%	30	100,0%

*Nota.* De la población estudiada la mayoría presenta un nivel de comunicación familiar medio y estrés académico bajo.

**Tabla 4**

*Niveles de comunicación familiar en estudiantes universitarios de una universidad privada,*

*Ayacucho, 2020*

Comunicación familiar	f	%
Bajo	5	16.7
Medio	23	76.7
Alto	2	6.7
Total	30	100

*Nota.* De la población estudiada la mayoría (76.7%) presenta un nivel medio en comunicación familiar.

**Tabla 5**

*Niveles de estrés académico en estudiantes universitarios de una universidad privada,*

*Ayacucho, 2020*

Estrés académico	f	%
Muy Bajo	5	16.7
Bajo	16	53.3
Promedio	8	26.7
Alto	-	-
Muy Alto	1	3.3
Total	30	100

*Nota.* De la población estudiada la mayoría (53.3%) presenta un nivel bajo en estrés académico.

**Tabla 6**

*Niveles de la dimensión estresores del estrés académico en estudiantes universitarios de una universidad privada, Ayacucho, 2020*

Estresores del estrés académico	f	%
Muy Bajo	3	10.0
Bajo	16	53.3
Promedio	4	13.3
Alto	6	20.0
Muy Alto	1	3.3
Total	30	100

*Nota.* De la población estudiada la mayoría (53.3%) presenta un nivel bajo en los estresores académicos.

**Tabla 7**

*Niveles de la dimensión síntomas del estrés académico en estudiantes universitarios de una universidad privada, Ayacucho, 2020*

Síntomas del estrés académico	f	%
Muy Bajo	2	6.7
Bajo	25	83.3
Promedio	-	-
Alto	2	6.7
Muy Alto	1	3.3
Total	30	100

*Nota.* De la población estudiada la mayoría (83.3%) presenta un nivel bajo en los síntomas del estrés académico.

**Tabla 8**

*Niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico en estudiantes universitarios de una universidad privada, Ayacucho, 2020*

Estrategias de afrontamiento	f	%
Muy Bajo	3	10.0
Bajo	6	20.0
Promedio	6	20.0
Alto	13	43.3
Muy Alto	2	6.7
Total	30	100

*Nota.* De la población estudiada la mayoría (43.3%) presenta un nivel alto en estrategias de afrontamiento.

## 5. Discusión

Los resultados de la presente investigación son válidos porque se utilizaron instrumentos previamente validados en el país que demuestran tener propiedades psicométricas adecuadas, además de ser utilizados en diversas investigaciones de la región que avalan su fiabilidad. Asimismo, se realizó una prueba piloto para determinar la confiabilidad de los resultados mediante el Método de Dos Mitades (Split Halves), determinando que la Escala de comunicación familiar y el Inventario del estrés académico SISCO se pueden aplicar en la población objetivo. Sin embargo, en el proyecto se propuso trabajar con una muestra representativa de la población estudiantil; pero debido a la coyuntura actual, la recolección de datos se realizó vía virtual, siendo 30 estudiantes, la cantidad de estudiantes que colaboraron en la presente investigación, esta limitación originó el cambio de muestra probabilística estratificada a muestreo no probabilístico, por tal motivo la muestra utilizada se considera no representativa y los resultados no se pueden generalizar.

A pesar de las limitaciones en la recolección de datos, la presente investigación puede ser utilizada como antecedente a futuras investigaciones interesadas en las variables y población similares con el fin de ampliar la información de los resultados y profundizar en nuevos hallazgos donde se vean involucrados estudiantes universitarios y familia.

En esta investigación, al determinar la relación entre comunicación familiar y estrés académico en estudiantes universitarios de una universidad privada, Ayacucho, 2020; se encontró que el p-valor = ,018 y esta es menor al  $\alpha = 0,05$  a través de la prueba estadística de Chi cuadrado. Lo que da a entender que a pesar de que la etapa universitaria es el inicio de emancipación de los jóvenes, donde se enfrentan a nuevas exigencias de forma individual, los estudiantes universitarios consideran importante las relaciones interpersonales con los miembros de la familia. Frente a lo anterior mencionado se acepta la hipótesis alterna, donde

refiere que existe relación entre comunicación y estrés académico en estudiantes universitarios.

En los resultados de Bravo et al. (2016) se muestra que no existe relación estadísticamente significativa entre comunicación familiar y estrés académico ( $p > 0.05$ ), ni en la intensidad de estrés ( $p\text{-valor} = 0.551$ ), como tampoco en la frecuencia ( $p\text{-valor} = 0.880$ ). Esto puede deberse, a que las pruebas psicométricas utilizadas en ambas investigaciones no tienen coincidencia en los mismos ámbitos de estudio, porque el inventario SISCO mide exclusivamente el estrés en el contexto académico, sin integrar a la familia en este proceso. Sin embargo, se ha encontrado evidencia que la situación familiar contribuiría en la aparición o disminución del estrés en el estudiante universitario, repercutiendo en el rendimiento académico (Ahumada et al., 2013).

En respuesta al primer objetivo específico se encontró, según la tabla 4, que los estudiantes universitarios perciben la comunicación familiar en un nivel medio 76.7%, esto quiere decir que dentro de la interacción familiar pueden existir actitudes negativas y de desconfianza entre padres e hijos (Sobrino, 2008); así como, los encuestados podrían considerar dar mayor importancia a las relaciones con sus pares, dejando en segundo plano a la familia. Estos datos difieren con los resultados de Bravo et al. (2016) donde el 31% y 38% de los encuestados perciben la comunicación familiar en un nivel alto y muy alto, correspondientemente; esto quiere decir que los miembros del hogar se sienten comprendidos y aceptados, existiendo una buena apertura y confianza entre padres e hijos (Araujo-Robles et al., 2018). Mientras que en la investigación de Flores (2019) el 74% de los encuestados percibe la comunicación familiar en nivel medio y en la investigación de Espinoza (2020) el 84% percibe un nivel de comunicación regular, refiriendo que la comunicación se encuentra en proceso donde los estudiantes se encuentran en una etapa de socialización fuera del núcleo familiar considerando que la comunicación con los miembros de la familia es indispensable

pero no determinante. Estos resultados demuestran que en las familias existen diferentes grados de vínculo comunicacional y emocional, a la vez que en esta etapa, los estudiantes tienen la necesidad de comunicarse o expresarse dentro y fuera del sistema familiar.

En respuesta al segundo objetivo específico se encontró, según la tabla 5, que los estudiantes universitarios perciben el estrés académico en un nivel bajo el 53.3%, esto quiere decir que los estudios universitarios no son tan demandantes, por lo tanto no presentan un desequilibrio sistémico que afecte su labor como estudiante (Barraza, 2006) y también estaría relacionado con la habilidad de los estudiantes para hacer frente a las exigencias de la educación superior; al igual que los resultados de Jácome y Roblero (2017) que encontraron que un 59,6% de los estudiantes mostraron tener un nivel de estrés medianamente bajo, siendo la sobrecarga de tareas y trabajos escolares, el tiempo limitado para hacer un trabajo y las evaluaciones de los profesores valorados como estresores académicos. A diferencia de lo encontrado por Rosales (2016), donde el 50.45% de los estudiantes muestran un nivel promedio en la variable del estrés académico; del mismo modo, los resultados de Campos (2017) indican que el 41% de los estudiantes se encuentra en un nivel promedio del estrés académico, los resultados de Heredia (2016) muestran que el 91,41% de los estudiantes presentan un nivel moderado de estrés académico donde las evaluaciones y el tiempo limitado para los trabajos son los principales estresores académicos; asimismo, la investigación realizada por Miranda (2019) muestra que los estudiantes presentan que el 82.6% de los estudiantes muestran un nivel moderado del estrés académico. Estos resultados se pueden diferenciar por la variabilidad en que la institución educativa presenta las demandas hacia los estudiantes, como el nivel de exigencia, la sobrecarga de tareas, el exceso de responsabilidad, las evaluaciones, entre otros. Estas características se relacionan con la presencia de emociones anticipatorias del estudiante como preocupación, ansiedad,

confianza, ira, tristeza, satisfacción, etc. (Alfonso et al., 2015) que disminuyen o acrecientan el nivel de estrés.

En respuesta al tercer objetivo específico se encontró, según la tabla 6, que los estudiantes universitarios perciben los estresores académicos en un nivel bajo 53.3% y muy bajo 10%, esto quiere decir que por ejemplo las tareas, las evaluaciones, la competencia entre compañeros y la exigencia de los docentes serían estresores académicos de baja frecuencia e intensidad (Barraza, 2018). Lo cual difiere con lo encontrado en Venancio (2018) donde el 55.20% de los estudiantes reporta un nivel promedio de la dimensión estresores y el 18.32% se encuentra en un nivel muy alto, a su vez que Campos (2017) encontró que el 36% presentó un nivel promedio, mientras que el 23% presentó un nivel alto de esta dimensión. Del mismo modo, los resultados de Pedroza et al. (2019) muestran que los principales estresores académicos con evaluaciones (57.7%), la sobrecarga de tareas (51.8%), el tiempo limitado para realizar los trabajos (41.5%), el tipo de trabajo (37.7%) y la personalidad y carácter del docente (28.1%). Estas diferencias pueden deberse a que los mismos estímulos estresantes académicos no son percibidos como tal por cada uno de los estudiantes (Barraza, 2006).

A diferencia de la presente investigación, en los estudios de Rosales (2016) y Campos (2017) existiría mayor presencia de sobrecarga de tareas y trabajos escolares a realizar diariamente, además de un tiempo limitado para realizarlos. Entonces se puede afirmar que las características propias del entorno institucional y de la persona variarían de acuerdo a la duración e intensidad de los estresantes (Barraza, 2010).

En respuesta al cuarto objetivo específico se encontró, según la tabla 7, que los estudiantes universitarios perciben los síntomas académicos en un nivel bajo 83.3%, esto quiere decir que la frecuencia de aparición de respuestas físicas, psicológicas y comportamentales asociadas al estrés son mínimas por ejemplo la presencia de somnolencia o

problemas de concentración (Bedoya-Lau et al., 2014); lo cual difiere con los resultados de Rosales (2016), donde el 56.38% de los estudiantes reporta un nivel promedio en síntomas físicos, el 52.52% percibe un nivel promedio en síntomas psicológicos y el 50.45% percibe un nivel promedio en síntomas comportamentales; los resultados de Campos (2017) muestran resultados en nivel promedio en relación a síntomas físicos (40%), síntomas psicológicos (34%) y síntomas comportamentales (38%); mientras que en los resultados de Tasayco (2018) sobresalen la somnolencia (74%), cansancio permanente (70.8%) y dolores de cabeza (61.2). Estas diferencias pueden deberse a que los síntomas en los estudiantes de los diferentes estudios no son percibidos en igual intensidad; a lo que Barraza (2007) refiere que cada persona va a manifestar el desequilibrio sistémico en diferente forma, cantidad y variedad. De acuerdo con ello, los síntomas que se presentarían con mayor frecuencia serían la ansiedad, angustia o desesperación y los problemas de concentración (Barraza, 2018).

En respuesta al quinto objetivo específico se encontró, según la tabla 8, que los estudiantes universitarios perciben las estrategias de afrontamiento en un nivel alto 50.74%, esto quiere decir que se ponen en práctica diversos mecanismos para hacer frente al estrés por ejemplo defender sus ideas o preferencias sin dañar a los demás, realizar actividades distractoras, dar importancia a la espiritualidad y religiosidad e interesarse por buscar soluciones a sus problemas (Barraza, 2018); del mismo modo, los resultados de Pérez et al. (2018) refieren que los mecanismos de afrontamiento más utilizados son los de analizar el problema, buscar una solución y la práctica de la religiosidad; por otro lado, Campos (2017) indican que el 35% de los estudiantes se encuentra en un nivel promedio correspondiente a la misma dimensión; esto respondería a que los estudiantes tienen diferentes formas para hacer frente a situaciones estresantes como el nivel de concentración en resolver la situación que les preocupa, análisis de los aspectos positivos y negativos, elaboración de planes para enfrentar la situación que les estresa y el control sobre sus emociones; por ello, Alfonso et al. (2015)

refiere que los estudiantes deben dominar cada vez más las exigencias y retos que les demanda el estudio en el uso de recursos físicos y psicológicos.

## **6. Conclusiones**

En la presente investigación, de acuerdo al objetivo general, se determinó que existe relación entre Comunicación Familiar y Estrés Académico en estudiantes universitarios de una universidad privada, Ayacucho, 2020.

De acuerdo al primer objetivo específico, se determinó que el 76.7% de los estudiantes universitarios se encuentra en nivel medio de comunicación familiar.

De acuerdo al segundo objetivo específico, se determinó que el 53.3% de los estudiantes universitarios se encuentra en nivel bajo de estrés académico.

De acuerdo al tercer objetivo específico, se determinó que el 53.3% de los estudiantes universitarios se encuentra en nivel bajo de los estresores académicos.

De acuerdo al cuarto objetivo específico, se determinó que el 83.3% de los estudiantes universitarios se encuentra en nivel bajo los síntomas académicos.

De acuerdo al quinto objetivo específico, se determinó que el 43.3% de los estudiantes universitarios se encuentra en nivel alto de las estrategias de afrontamiento.

## Referencias

- Ahumada, B., Henríquez, C., Maureira, F. y Ruíz, V. (2013). Estrés estudiantil. Un estudio desde la mirada cualitativa. *Investigación Cualitativa I*, 1(15), 16.  
<http://www.ubiobio.cl/miweb/webfile/media/357/Articulos/Art%C3%ADculo-%20Estr%C3%A9s%20Estudiantil.pdf>
- Alarcón, R. D. (2019). La Salud Mental de los estudiantes universitarios. *Revista Médica Herediana*, 30, 219-221. <https://doi.org/10.20453/rmh.v30i4.3655>
- Alfonso Águila, B., Calcines Castillo, M., Montegudo De la Guardia, R. y Nieves Achon, Z. (2015). Estrés académico. *EDUMECENTRO*, 7(2):163-178.  
<http://scielo.sld.cu/pdf/edu/v7n2/edu13215.pdf>
- Antolínez Cáceres, B. R. (1991). Comunicación familiar. *Avances de enfermería*, 9(2), 37-48.  
<https://repositorio.unal.edu.co/bitstream/handle/unal/30530/16768-52533-1-PB.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Araujo-Robles, E. D., Ucedo-Silva, V. H. y Bueno-Cuadra, R. (2018). Validación de la Escala de Comunicación Padres-Adolescente en jóvenes universitarios de Lima. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 12(1), 253-272.  
<https://doi.org/10.19083/ridu.12.560>
- Barnes, H. L. y Olson, D. H. (1985) Parent-Adolescent Communication and the Circumplex Model. *Family Development and the Child*, 56 (2), 438-447.  
<http://www.jstor.org/stable/1129732>
- Barraza Macía, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110-129.  
<http://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/19028>

Barraza Macía, A. (26 de febrero 2007). *Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico*. Revista Psicología Científica.

<https://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas/>

Barraza Macía, A. (2010). *Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior* [Archivo pdf]. Dialnet.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2880918>

Barraza-Macías, A. (2018). *INVENTARIO SISCO SV-21. Inventario SISTémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico* [Archivo pdf]. ECORFAN.

[https://www.ecorfan.org/libros/Inventario\\_SISCO\\_SV-21/Inventario\\_sist%C3%A9mico\\_cognoscitivista\\_para\\_el\\_estudio\\_del\\_estr%C3%A9s.pdf](https://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV-21/Inventario_sist%C3%A9mico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estr%C3%A9s.pdf)

Bedoya-Lau, F. N., Matos, L. J. y Zelaya, E. C. (2014). Niveles de estrés académico, manifestaciones psicosomáticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima en el año 2012. *Revista de Neuro-Psiquiatria*, 77(4):262. <https://doi.org/10.20453/rnp.v77i4.2195>

Berrío García, N. y Mazo Zea, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquía*, 3(2), 65-82.

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

Bravo Acevedo, K., Cárcamo Meneses, V., Carrasco Contreras, M. y Paredes Poblete, D. (2016). *Funcionamiento y comunicación familiar relacionados con estrés académico en estudiantes de primer año de la carrera de Enfermería, de la Comuna de Chillán 2016* [Tesis de pregrado Universidad del Bio – Bio]. Repositorio Digital Sistema de Bibliotecas Universidad del Bio-Bio.

<http://repobib.ubiobio.cl/jspui/handle/123456789/2622>

- Brooks, S. K., Webster, R. K, Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N. y Rubin, G. J. (26 de febrero de 2020). *El impacto psicológico de la cuarentena y cómo reducirla: revisión rápida de la evidencia*. THE LANCET.  
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Campos Martínez, S. R. (2017). *Estrés académico en los estudiantes de primer a cuarto ciclo de la Universidad Autónoma de Ica, 2017* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio institucional UNIVERSIDAD AUTONOMA DE ICA  
<http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/handle/autonmadeica/228>
- Cantuarias Medina, G. M. (2020). *Comunicación familiar y adicción a las redes sociales en estudiantes de nivel Secundaria de Trujillo, 2019*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio institucional ULADECH.  
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/16286>
- Casas Rivero, J.J. y Ceñal González Fierro, M. J. (2005). *Desarrollo del adolescente. Aspectos físicos, psicológicos y sociales*. [Archivo pdf]. Repositorio institucional UPN. <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/25269>
- Castro Gonzales, C. (2019). *Riesgo de adicción a las redes sociales y comunicación familiar en adolescentes de una Institución Educativa Privada de Lima, 2018*. [Tesis de Posgrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional Universidad Peruana Unión.  
[https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/2913/Carlos\\_Tesis\\_Maestro\\_2019.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/2913/Carlos_Tesis_Maestro_2019.pdf?sequence=4&isAllowed=y)
- Cava, M. J. (2003). *Comunicación familiar y bienestar psicosocial en adolescentes*. *Encuentros en Psicología Social*, 1, 23-27. <https://www.uv.es/lisis/mjesus/9cava.pdf>

- Chiavenato, I. (2006). *Introducción a la Teoría General de la Administración*. McGraw-Hill Interamericana. <https://esmirnasite.files.wordpress.com/2017/07/i-admon-chiavenato.pdf>
- Coavoy Farfán, L. X. (2019). *Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de enfermería*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión] Repositorio institucional Universidad Peruana Unión. [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/2627/Lady\\_Trabajo\\_Bachiller\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/2627/Lady_Trabajo_Bachiller_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Comité Institucional de Ética en Investigación (2019). Código de Ética para la Investigación. Resolución N° 0973-2019-CU- ULADECH Católica
- Copez-Lonzoy, A. J., Villarreal-Zegarra, D. y Paz-Jesús, A. (2016). Propiedades psicométricas de la Escala de Comunicación Familiar en estudiantes universitario. *Revista Costarricense de Psicología*, 35 (1), 31-46. <http://www.rcps-cr.org/openjournal/index.php/RCPs/article/view/73>
- Crespo Comesaña, J. (2011). Bases para construir una comunicación positiva en la familia. *Revista de investigación en educación. Revista de Investigación en Educación*, 9 (2), 91-98. <https://minerva.usc.es/xmlui/handle/10347/16789>
- Damián Carmin, L. M. (2016). Estrés académico y conductas de salud en estudiantes universitarios de Lima [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio institucional PUCP. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/7708>
- Escobar Zurita, E. R., Soria De Mesa, B. W., López Proaño, G. F. y Peñafiel Salazar, D. (agosto de 2018). *Manejo del estrés académico; revisión crítica*. Revista Atlante. Recuperado de <https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html>

- Espinoza Quispe, J. (2020). Comunicación familiar y satisfacción con la vida en estudiantes universitarios, Ayacucho, 2020. [Tesis de pregrado, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio institucional ULADECH.  
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/17953>
- Estévez López, E., Musitu Ochoa, G. y Herrero Olaizola, J. (2005). El rol de la comunicación familiar y del ajuste escolar en la salud mental del adolescente. *Revista Scielo*, 28 (4), 81-89. <https://www.redalyc.org/pdf/582/58242809.pdf>
- Flores Beltrán, L. F. (2019). *Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Santa María] Repositorio institucional UCSM.  
<http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/9691/76.0404.PS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Fonseca Yerena, M., Correa Pérez, A., Pineda Ramírez, M. I. y Lemus Hernández, F. J. (2011). *Comunicación oral y escrita*.  
[https://www.academia.edu/37282500/Comunicaci%C3%B3n\\_oral\\_y\\_escrita\\_Fonseca\\_et\\_al](https://www.academia.edu/37282500/Comunicaci%C3%B3n_oral_y_escrita_Fonseca_et_al)
- Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Revista chilena de pediatría*, 86(6), 436-443. [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S0370-41062015000600010&lng=es&nrm=iso](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0370-41062015000600010&lng=es&nrm=iso)
- Galindo, G. (2008). *Comunicación*. Editorial Mc GraHill.
- Garcés-Prettel, M., Santoya-Montes, Y. y Jiménez-Osorio, J. (2020). Influencia de la comunicación familiar y pedagógica en la violencia escolar. *Revista Comunicar*, 63(28).  
<https://www.revistacomunicar.com/index.php?contenido=detalles&numero=63&articulo=63-2020-07>

- González Cuevas, O. M. (s.f.). *El concepto de universidad*. [Archivo pdf] Publicaciones ANUIES [http://publicaciones.anui.es.mx/pdfs/revista/Revista102\\_S2A1ES.pdf](http://publicaciones.anui.es.mx/pdfs/revista/Revista102_S2A1ES.pdf)
- Guzón Néstar, J. L., Gonzáles Alonso, F., Iglesias Martín, C. y Guevara Ingelmo, R. M. (2018). *La comunicación padres e hijos en las relaciones familiares*. [Archivo pdf] ResearchGate.  
[https://www.researchgate.net/publication/330688441\\_La\\_comunicacion\\_padres\\_e\\_hijos\\_en\\_las\\_relaciones\\_familiares](https://www.researchgate.net/publication/330688441_La_comunicacion_padres_e_hijos_en_las_relaciones_familiares)
- Heredia Pérez, H. N. (2016). *Estudio del estrés académico en estudiantes universitarios de la carrera de licenciatura en psicología* [Tesis de pregrado, Universidad de Guayaquil]. Repositorio institucional de la Universidad de Guayaquil.  
<http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/26356>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C y Baptista Lucio, M. (2014). *Metodología de la investigación*. Mc GRAW-HILL. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Huarcaya-Victoria, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 37(2), 327-34. <https://doi.org/10.17843/rpmesp.2020.372.5419>
- Iglesias Diz, J. L. (2018). *Adolescente y familia: la comunicación y el afecto*. Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia.  
<https://www.adolescenciasema.org/adolescente-familia-la-comunicacion-afecto/>
- Jácome Salazar, L. P. y Roblero Pachacama, J. R. (2017). *Estrés académico en Estudiantes de la Facultad de Ciencias Psicológicas de la Universidad Central del Ecuador*. [Tesis de pregrado, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio institucional de la Universidad Central del Ecuador. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/12850>

Macías, M. A., Madariaga Orozco, C., Valle Amarís, M. y Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico.

*Psicología desde el Caribe*, 30(1), 123-145.

<https://www.redalyc.org/pdf/213/21328600007.pdf>

Marín Iral, M., Quintero Córdoba, P. A. y Rivera Gómez, S. C. (2019). Influencia de las relaciones familiares en la primera infancia. *Poiésis*, (36), 164-183.

<https://doi.org/10.21501/16920945.3196>

Márquez Granados, K. L., Tavarez Reyes, D. L., Flores Tapia, M., Macías-Galaviz, M. T. y Rodríguez Ramírez, J. M. (2019). Relación entre estrés académico y consumo de alcohol y tabaco en estudiantes de educación superior. *Lux Médica*, 14(41), 3-20.

<https://doi.org/10.33064/41Im20192009>

Mears, B. (2015). *Elementos de la comunicación*. Recursos Electrónicos.

<http://dspace.uacj.mx:8080/jspui/handle/123456789/488>

Miranda, K. (2019). *Estrés académico en estudiantes universitarios de la facultad de medicina de una universidad nacional de Lima Metropolitana, 2018* [Tesis de pregrado, Universidad inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio institucional de la Universidad inca Garcilaso de la Vega.

<http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/3721>

Musitu, G. y Buelga, S. (2006). *La comunicación familiar desde la perspectiva sistémica*.

Capítulo publicado en el libro “Psicología de la Comunicación”. [Archivo pdf]

[https://www.avntf-evntf.com/wp-](https://www.avntf-evntf.com/wp-content/uploads/2016/06/Lacomunicacionfamdesdeperspectsis.GMusitu.pdf)

[content/uploads/2016/06/Lacomunicacionfamdesdeperspectsis.GMusitu.pdf](https://www.avntf-evntf.com/wp-content/uploads/2016/06/Lacomunicacionfamdesdeperspectsis.GMusitu.pdf)

Olesti, M. (2017). *VI Barómetro de la Familia TFW 2017*. Fundación The Family Watch.

<https://www.thefamilywatch.org/barometro-de-la-familia-tfw-2017/>

- Olson, D. H. (1999). *Circumplex Model of Marital & Family Systems* [Archivo pdf].  
Uwagec.org.  
<https://www.uwagec.org/eruralfamilies/ERFLibrary/Readings/CircumplexModelOfMaritalAndFamilySystems.pdf>
- Olson, D. (2000). Circumplex Model of Marital and Family Systems. *Journal of Family Therapy*, 22, 144–167. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/1467-6427.00144>
- Organización Panamericana de la Salud. (12 de marzo de 2020). *Consideraciones psicosociales y de salud mental durante el brote de COVID-19* [Archivo pdf]. OPS.  
<https://www.paho.org/sites/default/files/2020-03/smaps-coronavirus-es-final-17-marzo-20.pdf>
- Ozamiz-Etxebarria, N., Dosil-Santamaria, M., Picaza-Gorrochategui, M. y Idoiaga-Mondragon, N. (2020). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Scielo*, 36(4)  
<https://doi.org/10.1590/0102-311X00054020>
- Papalia, D. E., Wendkos Olds, S. y Duskin Feldman, R. (2009). *Psicología del desarrollo. De la infancia a la adolescencia*. Mc Graw Hill. <http://mastor.cl/blog/wp-content/uploads/2019/04/Papalia-y-Otros-2009-psicologia-del-desarrollo.-McGrawHill.-pdf.pdf>
- Pedroza Ramón, J. A., Cabrera Bautista, L. A. y Gutiérrez Gómez, M. P. (2019). Factores que influyen en el estrés académico. *Revista Navarra Médica*, 5(2), 14-23. Recuperado de <https://journals.uninavarra.edu.co/index.php/navarramedica/article/view/198>
- Pérez Ortega, M. E., Vanela Sánchez, Y. y Smith Trottman, A. (2018). Caracterización del estrés académico percibido por estudiantes de las ciencias de la salud y los

mecanismos que utilizan para afrontarlo. Veraguas, 2018. *Visión Antataura*, 3(1), 79-97. <https://revistas.up.ac.pa/index.php/antataura/article/view/502>

Redolar Ripoll, D. (2011). *El cerebro estresado*. UOC.

[https://www.sijufor.org/uploads/1/2/0/5/120589378/el\\_cerebro\\_estresado\\_-drr.pdf](https://www.sijufor.org/uploads/1/2/0/5/120589378/el_cerebro_estresado_-drr.pdf)

Real Academia de la Lengua Española (2016). *Comunicación*. RAE.

<https://dle.rae.es/?id=A58xn3c>

Revista de noticias Andina (3 de agosto de 2019). *Doble peligro: padres ausentes, hijos con soledad crónica*. Andina. <https://andina.pe/agencia/noticia-doble-peligro-padres-ausentes-hijos-soledad-cronica-760807.aspx>

Rodríguez Espinar, S. (2015). Los estudiantes universitarios de hoy: Un análisis multinivel. *Revista de docencia universitaria*, 13(2), 91-124.

[https://www.researchgate.net/publication/282505870\\_Los\\_estudiantes\\_universitarios\\_de\\_hoy\\_Un\\_analisis\\_multinivel](https://www.researchgate.net/publication/282505870_Los_estudiantes_universitarios_de_hoy_Un_analisis_multinivel)

Romero-Abrio, A., Martínez-Ferrer, B, Musitu-Ferrer, D., León-Moreno, C., Villarreal-González, M. E. y Callejas-Jerónimo, J. E. (2019). Problemas de comunicación familiar, ajuste psicosocial y ciberacoso. *Medio Ambiente. Res. Salud Pública*, 16 (13), 2417. <https://doi.org/10.3390/ijerph16132417>

Rosales Fernandez, J. G. (2016). *Estrés académico y hábitos de estudio en universitarios de la carrera de psicología de un centro de formación superior privada de Lima-sur*. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/124>

Sánchez, M (2019). *Procastinación académica y nivel de estrés en estudiantes del Instituto Superior Pedagógico Público “Nuestra Señora de Lourdes” de Ayacucho 2018*.

[Tesis de Maestría, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle]

Repositorio institucional Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y

Valle. <https://repositorio.une.edu.pe/handle/20.500.14039/3123?show=full>

Satir, V. (2008). *Comunicación y conductas asertivas*. México: Editorial Pax.

Sobrino Chunga, L. (2008). Niveles de satisfacción familiar y de comunicación entre padres e

hijos. Universidad Femenina del Sagrado Corazón. Lima, Perú. *Av. Psicol.* 16(1),

109-137.

<http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2008/sastisfaccionfamiliar.pdf>

Soto Canales, P. (2010). Las funciones de la universidad. Breve descripción de las funciones

universitarias a partir de la experiencia docente. *Revista STUDIUM VERITATIS*,

8(14), 69-82).

[http://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/UCSS/405/Soto\\_Pedro\\_SV\\_14\\_articulo\\_2010.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=En%20otras%20palabras%2C%20la%20Universidad,status%20dentro%20de%20la%20sociedad.](http://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/UCSS/405/Soto_Pedro_SV_14_articulo_2010.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=En%20otras%20palabras%2C%20la%20Universidad,status%20dentro%20de%20la%20sociedad.)

Tasayco Chacaliaza, E. J. (2018). Estrés académico en estudiantes de enfermería del I al VIII

ciclo de La Universidad Nacional San Luis Gonzaga, Ica – Perú 2018. *Revista*

*Enfermería a la Vanguardia*, 7(2), 29-40.

<https://revistas.unica.edu.pe/index.php/vanguardia/article/view/203/302>

Tustón Jara, M. J. (2016). *La comunicación Familiar y asertividad de los adolescentes del*

*Noveno y décimo año de educación básica del Instituto Tecnológico Agropecuario*

*Benjamín Araujo del Cantón Patate*. [Tesis de pregrado, Universidad Técnica de

Ambato]. Repositorio Universidad Técnica de Ambato.

<http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/20698>

- Venancio Reyes, G. A. (2018). Estrés académico en estudiantes de una Universidad Nacional De Lima Metropolitana. [Tesis de pregrado, Universidad Federico Villarreal] Repositorio institucional UNFV. <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/2383>
- Venegas Castro, C. J. (2020). *Comunicación familiar prevalente en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa, Ayacucho, 2019*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. Repositorio institucional <https://hdl.handle.net/20.500.13032/15951>
- Vivanco Viacava, M. E. (2018). *Factores estresantes y rendimiento académico de los alumnos de las clínicas estomatológicas de la Universidad Alas Peruanas filial Ayacucho 2018 – I*. [Tesis de pregrado, Universidad Alas Peruanas] Repositorio institucional UAP. <https://hdl.handle.net/20.500.12990/4746>

## Apéndice A. Instrumentos de evaluación

### Escala de Comunicación Familiar (FCS)

A continuación encontrarás una serie de enunciados acerca de cómo son las familias, por lo que tienes cinco posibilidades de respuesta para cada pregunta.

1	2	3	4	5
Totalmente en desacuerdo	Generalmente en desacuerdo	Indeciso	Generalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo

N°	Pregunta	1	2	3	4	5
1	Los miembros de la familia están satisfechos con la forma en que nos comunicamos					
2	Los miembros de la familia son muy buenos escuchando					
3	Los miembros de la familia nos expresamos afecto entre nosotros					
4	Los miembros de la familia son capaces de preguntarse entre ellos lo que quieren.					
5	Los miembros de la familia pueden discutir calmadamente sus problemas.					
6	Los miembros de la familia discuten sus ideas y creencias					
7	Cuando los miembros de la familia se preguntan algo, reciben respuestas honestas.					
8	Los miembros de la familia tratan de comprender lo sentimientos de los otros miembros					
9	Los miembros de la familia cuando están enojados rara vez se dicen cosas negativas					
10	Los miembros de la familia expresan sus verdaderos sentimientos					

## Inventario SISCO del Estrés Académico

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta a este cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo.

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

Sí

No

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

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

1	2	3	4	5

3.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

	1 Nunca	2 Rara vez	3 Algunas veces	4 Casi siempre	5 Siempre
La competencia con los compañeros del grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
La personalidad y el carácter del profesor					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
No entender los temas que se abordan en la clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ (Especifique)					

4.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

<b>Reacciones físicas</b>					
	1 Nunca	2 Rara vez	3 Algunas veces	4 Casi siempre	5 Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
<b>Reacciones psicológicas</b>					
	1 Nunca	2 Rara vez	3 Algunas veces	4 Casi siempre	5 Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
<b>Reacciones comportamentales</b>					
	1 Nunca	2 Rara vez	3 Algunas veces	4 Casi siempre	5 Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					
<b>Otras (especifique)</b>					
	1 Nunca	2 Rara vez	3 Algunas veces	4 Casi siempre	5 Siempre

5.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

	1 Nunca	2 Rara vez	3 Algunas veces	4 Casi siempre	5 Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
Elogios a sí mismo					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
Otra _____ (Especifique)					

## Apéndice B. Consentimiento informado



### Consentimiento informado

La finalidad de este protocolo, es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación en Salud se titula: Comunicación familiar y estrés académico en estudiantes universitarios de una universidad privada, Ayacucho, 2020. Dirigida por Deysi Diana Ortiz Contreras, investigadora de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es determinar la relación entre comunicación familiar y estrés académico.

Para ello, se le invita a participar en una evaluación que le tomará 20 minutos aproximadamente de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted puede solicitar cualquier información escribiendo al correo [ddiana.psico@gmail.com](mailto:ddiana.psico@gmail.com). Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica Los Ángeles de Chimbote (CIEI VERSION 001 Aprobado 24-07-2020 43).

Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:

Nombre:

Fecha:

Correo electrónico:

Firma del participante:

Firma del investigador (o encargado de recoger información):

### Apéndice C. Cronograma de actividades

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES																	
N°	Actividades	2019				2020				2020				2021			
		2019 – 02				2020 - 01				2020 – 02				2021 – 01			
		Mes				Mes				Mes				Mes			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Elaboración del Proyecto	X	X	X													
2	Revisión del proyecto por el jurado de investigación			X													
3	Aprobación del proyecto por el Jurado de Investigación			X													
4	Exposición del proyecto al Jurado de Investigación			X													
5	Mejora del marco teórico y metodológico				X	X											
6	Elaboración y validación del instrumento de recolección de datos						X	X									
7	Elaboración del consentimiento informado								X								
8	Recolección de datos									X							
9	Presentación de resultados										X						
10	Análisis e Interpretación de los resultados											X					
11	Redacción del informe preliminar												X				
12	Revisión del informe final de la tesis por el Jurado de Investigación													X			
13	Aprobación del informe final de la tesis por el Jurado de Investigación														X		
14	Presentación de ponencia en jornadas de investigación															X	
15	Redacción de artículo científico																X

### Apéndice D. Presupuesto

Presupuesto desembolsable (Estudiante)			
Categoría	Base	% o Número	Total (S/.)
Suministros (*)			
Impresiones	0.20	90	18.00
Fotocopias	0.10	150	15.00
Empastado	70.00	1	70.00
Papel bond A-4 (90 hojas)	0.10	90	9.00
Lapiceros	0.50	30	45.00
Servicios			
Uso de Turnitin	50.00	2	100.00
Sub total			<b>257.00</b>
Gastos de viaje			
Pasajes para recolectar información	2.00	10	20.00
Subtotal			
Total de presupuesto desembolsable			<b>277.00</b>
Presupuesto no desembolsable (Universidad)			
Categoría	Base	% o Número	Total (S/.)
Servicios			
Uso de Internet (Laboratorio de Aprendizaje Digital – LAD)	30.00	4	120.00
Búsqueda de información en base de datos	35.00	2	70.00
Soporte informático (Módulo de Investigación del ERP University – MOIC).	40.00	4	160.00
Publicación de artículo en repositorio institucional	50.00	1	50.00
Sub total			400
Recurso humano			
Asesoría personalizada (5 horas por semana)	63.00	4	252.00
Subtotal			252.00
Total de presupuesto no desembolsable			652.00
Total (S/.)			<b>929.00</b>

## Apéndice E. Ficha técnica de los instrumentos de evaluación

### Comunicación familiar

**Nombre Original:** Family Communication Scale – FCS

**Autores:** Olson et al. (2006). En nuestro medio Copez, Villarreal y Paz (2016) reportaron índices aceptables propiedades métricas.

**Objetivo:** Evaluar de manera global la comunicación familiar.

**Administración:**

- Individual o grupal.
- Adolescentes a partir de 12 años de edad.

Duración: Aproximadamente 15 minutos.

**Características:**

La escala de comunicación familiar (FCS) está conformada por 10 ítems de tipo Likert de cinco alternativas, cuya valoración es 1 (extremadamente insatisfecho), 2 (generalmente insatisfecho), 3 (indeciso), 4 (generalmente satisfecho) y 5 (extremadamente satisfecho), con una puntuación máxima posible de 50 y mínima de 10. Se define la comunicación familiar como el acto de transmitir información, ideas, pensamientos y sentimientos entre los miembros de una unidad familiar, a través de la percepción de satisfacción respecto de la comunicación familiar, escuchar, expresión de afectos, discutir ideas y mediar conflictos. En la versión original (n = 2465) representa a la población estadounidense (M = 36.2, DE = 9.0,  $\alpha = .90$ )

Niveles	Pc	Puntuación Directa
Alto	99	50
	95	50
	90	50
	85	48
	80	47
Medio	75	46
	70	45
	65	43
	60	42
	55	41
	50	40
	45	39
	40	38
	35	36
Bajo	30	35
	25	33
	20	31
	15	29
	10	27
	5	23
	1	14

## **Estrés académico**

**Nombre:** Inventario SISCO de Estrés Académico

**Autor:** Arturo Barraza Macías (2007)

**Lugar donde se desarrolló el instrumento:** México

**Idioma original:** español.

**Objetivo:** Determinar las características del estrés académico.

**Administración:** Individual y colectiva

**Ámbito de aplicación:** Estudiantes universitarios.

**Duración:** Entre 10 a 15 minutos.

**Dimensiones:**

- Estresores: determina como fuentes de estrés la competencia, sobrecarga de tareas y personalidad del docente, evaluaciones, horarios, tipo de tarea, falta de comprensión, participación y tiempos.
- Síntomas: determina síntomas físicos, psicológicos y comportamentales a causa del estrés.
- Estrategias de afrontamiento: determina los esfuerzos que el individuo realiza para manejar el estrés.

Estructura: compuesto de 30 reactivos distribuidos de la forma que a continuación se presenta:

- Un reactivo de filtro, en escala dicotómica.
- 8 reactivos en escala Lickert para identificar como las demandas ambientales son valoradas como factores de estrés.
- 15 reactivos en escala tipo Lickert para identificar cuan a menudo se presentan los síntomas del estrés.
- 6 reactivos en escala de Lickert para identificar cuan a menudo el entrevistado usa estrategias de afrontamiento.

Calificación: De acuerdo a toda escala de Likert. Se realiza en forma global o en dimensiones, encontrándose los niveles de intensidad, según los percentiles.

**Propiedades psicométricas:**

El presente inventario fue por primera vez valido por su autor, realizando una validación por método de mitades obteniendo un cociente de Pearson de 0.87 y un coeficiente de confiabilidad e alfa de Cronbach de 0.90 (Barraza, 2007); los cuales son considerados como muy buenos.

A nivel latinoamericano, se realizó su validación en Colombia por Jaimes y Malo (2008), a través de correlación ítem-total, obteniendo un coeficiente alfa de cronbach de 0.861 y un coeficiente de dos mitades de 0.804.

A nivel nacional, en Lima, Rosales (2016), realizó un estudio donde determino para el inventario SISCO un coeficiente de Alfa de Cronbach de 0.769, demostrando la confiabilidad de este instrumento.

A nivel local, Vargas et al. (2013), obtuvo coeficientes de 0.754 para validez y 0.812 de confiabilidad mediante Alfa de Cronbach.

Puntuaciones Directas							
Niveles	Pc	Dimensión estresores	Dimensión síntomas	Dimensión estrategias	Total	Pc	
Muy Bajo	1		0-10	0-7	0-47	1	
	2		11		48-49	2	
	3	0-11	12		50-53	3	
	4	12	13	8	54	4	
	5	13	14		55	5	
	6	14	15	9	56	6	
	7	15			57	7	
	8		16-19		58	8	
	9	16		10-11	59	9	
	10		20-25		60-61	10	
	15	17		12	62-63	15	
	Bajo	20				64-65	20
		25	18			66-67	25
		30	20	31-32	13	68-69	30
		35	21		14	70-74	35
40		22	33	15	75-76	40	
45			34-35		77-78	45	
50			36-39	16	79-80	50	
55		23	40-44		81	55	
60			45		82-83	60	
65		24			84-85	65	
Promedio	70			17	86-87	70	
	75	25			88-89	75	
	80			18	90-94	80	
	85	27			95-98	85	
Alto	90	28	50-52	19	99	90	
	91	29			100-101	91	
	92		53-54	20-21	102-103	92	
	93	30	55-59		104	93	
	94	31	60	22-25	105	94	
Muy Alto	95		61-62	26	106-110	95	
	96	32	63	27	111-115	96	
	97	33	64-69		116-125	97	
	98	34	70-74	28-29	126-139	98	
	99	35-40	75-80	30	140-150	99	

## Apéndice F. Matriz de consistencia

**Tabla 9**

*Matriz de consistencia*

Enunciado	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Técnica e Instrumentos	Metodología
¿Existe relación entre comunicación familiar y estrés académico en estudiantes universitarios de una universidad, Ayacucho, 2020?	Objetivo General Determinar la relación entre comunicación familiar y estrés académico en estudiantes universitarios de una universidad privada, Ayacucho, 2020.					Tipo: Cuantitativo
	Objetivos Específicos Determinar el nivel de la comunicación familiar en estudiantes universitarios de una universidad privada, Ayacucho, 2020. Determinar el nivel de estrés académico en estudiantes universitarios de una universidad privada, Ayacucho, 2020. Determinar el nivel de la dimensión estresores del estrés académico en estudiantes universitarios de una universidad privada, Ayacucho, 2020. Determinar el nivel de la dimensión síntomas del estrés académico en estudiantes universitarios de una universidad privada, Ayacucho, 2020. Determinar el nivel de la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico en estudiantes universitarios de una universidad privada, Ayacucho, 2020.	Ha: La comunicación familiar se relaciona con el estrés académico en estudiantes universitarios de una universidad privada, Ayacucho, 2020.  Ho: La comunicación familiar no se relaciona con el estrés académico en estudiantes universitarios de una universidad privada, Ayacucho, 2020.	Comunicación familiar          Estrés académico	Unidimensional     Estresores  Síntomas  Estrategias de afrontamiento	Técnica: Psicométrica    Instrumentos: Escala de Comunicación Familiar Inventario SISCO del Estrés Académico	Nivel: Correlacional  Diseño: No experimental  Población: Conformada por 124 estudiantes universitarios de una universidad privada de Ayacucho  Muestra: No probabilística, siendo 30 participantes.