



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

**ESTRÉS Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DEL
QUINTO GRADO DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA PÚBLICA HUAMANGA - AYACUCHO, 2021**

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

**AUTORA
DE LA CRUZ BARRIOS, JAMILE YUSARA
ORCID: 0000-0002-3382-9646**

**ASESOR
FERNÁNDEZ ROJAS, SANDRO OMAR
ORCID: 0000-0003-2375-0165**

CHIMBOTE- PERÚ

2023

Equipo de trabajo

Autora

De la cruz Barrios, Jamile Yusara

ORCID: 0000-0002-3382-9646

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

Asesor

Fernández Rojas, Sandro Omar

ORCID: 0000-0003-2375-0165

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

Jurado

Bustamante León, Mariella

ORCID: 0000-0002-9870-9207

Velásquez Temoche, Susana Carolina

ORCID: 0000-0003-3061-812X

Abad Nuñez, Celia Margarita

ORCID: 0000-0002-8605-7344

Jurado evaluador

Dra. Mariella Bustamante León

Presidente

Mgtr. Susana Carolina Velásquez Temoche

Miembro

Mgtr. Celia Margarita Abad Nuñez

Miembro

Dr. Sandro Omar Fernández Rojas

Asesor

Agradecimiento

Agradezco a dios por la vida y salud otorgada.

A mis padres por el apoyo incondicional que siempre me brindan.

A mis docentes porque me brindan sus conocimientos.

A mi universidad por ser la casa de estudios.

Dedicatoria

Dedico este trabajo a Dios.

A mis padres por permitir que realice mis sueños.

A mi universidad por ser mi primera casa de estudios donde podré cumplir mis
sueños.

Resumen

La presente investigación tuvo como título Estrés y Autoestima en estudiantes del quinto grado de secundaria de una institución educativa pública Huamanga-Ayacucho, 2021, donde tuvo como finalidad determinar la relación entre el estrés y autoestima. En esta investigación se utilizó la metodología de tipo observacional, transversal, de nivel correlacional con un diseño epidemiológico no experimental. Con una población y muestra no probabilística de 50 estudiantes quienes cumplieron los criterios de inclusión y exclusión. Como instrumentos se utilizaron el Cuestionario de estrés de SISCO y la Escala de Autoestima de Rosemberg (EAR). En cuanto al procesamiento de datos fue a través del S.P.S.S versión 25 y el programa Microsoft office Excel 2016, con los cuales se elaboró las tablas y gráficos estadísticos. Los resultados que presenta esta investigación, es que el nivel de estrés es moderado con 75.9 % y en cuanto al autoestima se encuentra en nivel elevado y medio con un 41.4 % cada una. Finalmente se concluye que, si existe una relación significativa entre el estrés y autoestima en los estudiantes, debido a que el valor $p < 0.02$ está por debajo del valor < 0.05

Palabras clave: autoestima, estrés, familia, estudiantes

Abstract

The present investigation was entitled Stress and Self-esteem in fifth grade secondary school students of a public educational institution Huamanga-Ayacucho, 2021, where it aimed to determine the relationship between stress and self-esteem. In this research, the observational, cross-sectional, correlational-level methodology was used with a non-experimental epidemiological design. With a population and non-probabilistic sample of 50 students who met the inclusion and exclusion criteria. The SISCO Stress Questionnaire and the Rosenberg Self-Esteem Scale (EAR) were used as instruments. Regarding the data processing, it was through the S.P.S.S version 25 and the Microsoft office Excel 2016 program, with which the statistical tables and graphs were elaborated. The results presented by this research is that the level of stress is moderate with 75.9% and in terms of self-esteem it is at a high and medium level with 41.4% each. Finally, it is concluded that there is a significant relationship between stress and self-esteem in students, because the value $p < 0.02$ is below the value $p < 0.05$.

Keywords: Self-esteem, stress, family, student

Índice de Contenido

Equipo de trabajo	2
Jurado evaluador	3
Agradecimiento	4
Dedicatoria	5
Resumen	6
Abstract	7
Índice de Contenido	8
Índice de tablas	10
Índice de figuras	11
Introducción	12
1.Revisión de la literatura	15
1.1.Antecedentes	15
1.2. Bases Teóricas de la investigación	21
1.2.1. El estrés	21
1.2.2. Autoestima	24
2. Hipótesis	29
3. Método	29
3.1. Tipo de investigación	29
3.2. Nivel de la investigación	29
3.3. Diseño de la investigación	29
3.4. Universo, población y muestra	30
3.5. Operacionalización de variables	31
3.6. Técnica e instrumento de recolección de datos	32

3.6.1. Técnica	32
3.6.2. Instrumentos	32
3.7. Plan de análisis	32
3.8. Principios éticos	32
4. Resultados	34
5. Discusión	38
6. Conclusiones	40
Referencias	42
Apéndice A. Instrumento de evaluación	46
Apéndice B. Consentimiento informado	48
Apéndice C. Cronograma de actividades	49
Apéndice D. Presupuesto	50
Apéndice E. Ficha técnica del instrumento de evaluación	51
Apéndice F. Carta de autorización	54
Apéndice G. Matriz de consistencia	55

Índice de tablas

Tabla 1	32
Tabla 2	36
Tabla 3	36
Tabla 4	38
Tabla 5	39
Tabla 6	57

Índice de figuras

Figura 1	37
-----------------------	-----------

Introducción

La presente investigación tuvo como finalidad determinar la relación entre el nivel de autoestima y el nivel de estrés académico en alumnos del quinto grado de nivel secundaria de una institución educativa pública Huamanga-Ayacucho, 2021 por medio de la aplicación del instrumento de la escala de autoestima Rossemberg y el inventario de estrés de SISCO.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021), define que la autoestima es el estado principal del bienestar físico, social y mental para las personas la autoestima hoy en día juega un papel muy importante para el desarrollo de las personas nadie nace con la autoestima, sino que esta se va desarrollando atreves de las experiencias que vivencian a lo largo de su vida y de esta manera logra su desarrollo en el ámbito social y laboral.

Barroso (2000), manifiesta que la autoestima es la autovaloración que tiene el ser humano de sí mismo, por esta razón es una de las cualidades que se ve dañado con la cuestión psicosocial.

El amor propio en la actualidad se manifiesta por medio de los sentimientos y emociones, expresiones, pensamientos que está determinado a uno mismo y manifiesta su forma manera de ser.

“El estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores; cuando estos estresores provocan un desequilibrio sistemático (situación estresante)”“ que se manifiesta en una serie de síntomas (indicado-res del desequilibrio); y cuando este desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico.

Ponce (2005), refiere que el estrés es un sentimiento en el cual se genera una tensión física o también emocional en el cual se puede generar de cualquier situación o ya sea de algún pensamiento en el cual lo hace sentir a uno mismo frustrado o furioso o también nervioso.

El estrés es la reacción de un cuerpo en el cual puede generar diversos episodios el estrés puede ser de forma positivo o negativa en el cual puede ayudar a evitar un peligro cuando el estrés llega a durar por mucho tiempo, puede dañar la salud. Se llega a considerar que el estrés se puede generar por diversas situaciones en el cual pueden llegar superar diversos factores en el cual la persona llega experimentar problemas en el cual puede llegar a influir en el bienestar físico, psicológico y social en algunas situaciones el estrés no necesariamente llega ser malo en algunas situaciones pueden generar estrés positivo en el cual hay una adaptación del individuo en su entorno.

Iragorri y Romberg (2012), estos autores mencionan que las personas no nacen con autoestima, sino que esta se va desarrollando a través de las experiencias que vivencian a lo largo de su vida y de esta manera logra su desarrollo en el ámbito social y laboral, es por ello que surge el siguiente enunciado ¿Cuál es la relación entre el estrés académico y autoestima en los estudiantes del quinto grado de secundaria de una institución educativa pública Huamanga-Ayacucho, 2021? por ende tuvo como objetivo general determinar la relación de estrés académico y autoestima en los estudiantes del quinto grado de secundaria de una institución educativa pública Huamanga-Ayacucho, 2021. Además de ello se consideraron los siguientes objetivos específicos: Determinar la relación estrés académico y autoestima en los estudiantes del quinto grado de secundaria de una institución educativa pública Huamanga Ayacucho, 2021, Determinar el nivel de estrés académico y autoestima en los alumnos

del quinto grado de nivel secundaria de una institución educativa pública Huamanga-Ayacucho, 2021.

Esta investigación se justifica debido a que estas dos variables son importantes en cuanto al desempeño académico de cada estudiante que se educa en esta institución, ya que con los resultados se ha podido plantear talleres de autoestima y estrés con el fin de llegar a fortalecer la autoestima de los estudiantes con la finalidad de poder alcanzar que a futuro puedan ser individuos seguros, que lleguen a ser suficientes para mostrar sus capacidades y demostrar lo mejor de uno mismo. Además, permitió que los investigados lleguen a aceptarse permitiendo conocer sus puntos malos y buenos. Por ende, al trabajar con las variables mencionadas es una mira preventiva del estrés académico y la baja autoestima ya que puede ser especialmente valioso durante la etapa del colegio.

Finalmente, en la investigación se utilizó la metodología de tipo observacional, transversal y prospectivo; de nivel correlacional con un diseño epidemiológico no experimental. Con una población y muestra no probabilística de 50 estudiantes. Como instrumentos se utilizaron el Cuestionario de estrés académico y la escala de Autoestima de Rossemberg (EAR). En esta investigación se evidenció que si existe una relación significativa entre autoestima y estrés en los estudiantes del quinto grado de secundaria de una institución educativa pública Huamanga-Ayacucho, 2021, el valor de $p < 0.02$. También se encuentra que la autoestima en los estudiantes es de nivel moderada con un 52%, lo que expresa que los estudiantes no tendrán dificultad con su autoestima, pero es muy conveniente mejorar.

De la misma forma, los alumnos con altos niveles de autoestima son el 24%, mientras los alumnos con el nivel bajo de autoestima son el 24%, entonces se da a conocer que si existe una dificultad con la autoestima. Por lo tanto, se concluye que se

acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.

1. Revisión de la literatura

1.1. Antecedentes

Alarcón y Sánchez (2021), en su investigación realizada en la ciudad de Cusco – Perú, titulada “Violencia familiar y autoestima en pacientes del servicio de salud mental del centro de salud Clas Wanchaq, Cusco-2019”, tuvo como objetivo general Determinar la relación que existe entre violencia familiar y autoestima en pacientes que acuden al servicio de Salud Mental, se usó una metodología cuantitativa, de tipo básica, no experimental, método hipotético – deductivo y con un diseño descriptivo correlacional, se trabajó con una muestra de 75 personas, donde se concluyó que existe una relación entre las dos variables, obteniéndose un alto índice de violencia familiar (54%) que corresponde una baja autoestima y viceversa, el coeficiente de correlación obtenido según su dirección es negativa y de acuerdo a la fuerza de correlación es baja.

Coyla (2019), en su investigación realizado en Puno-Perú titulado comunicación familiar y autoestima en los estudiantes de la I.E.S. José Carlos Mariátegui de Juliaca, tuvo como objetivo determinar la relación entre la comunicación familiar y autoestima de dicha población. La metodología fue de un enfoque cuantitativo, el método fue hipotético deductivo, el tipo de investigación es no experimental; el diseño es transaccional, observacional y analítico; el nivel de investigación es correlacional descriptivo. La población estuvo constituida por todos los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria "José Carlos Mariátegui" Isla, con modelo de Jornada Escolar Completa del distrito de Juliaca, que son 85 estudiantes. Los instrumentos que utilizó fueron el cuestionario de Méndez y la Escala de Autoestima de Rosenberg. Obtuvo como resultados la existencia de la relación

entre la comunicación familiar y autoestima en los estudiantes de la población ya mencionada. Por lo que concluye en que existe relación entre la comunicación familiar y autoestima en los estudiantes de la I.E.S. “José Carlos Mariátegui” del CP. Isla del distrito de Juliaca, durante el año escolar 2018, ya que el valor de la significancia es 0.000 por lo tanto es menor que 0.05. Además, el nivel de correlación fue 0.471, la cual denota una correlación positiva considerable.

Chuchón (2020), en su trabajo titulado “Adaptabilidad familiar y estrés en estudiantes universitarias, Ayacucho, 2020” tuvo como propósito determinar el nivel de relación entre la adaptabilidad familiar y el estrés en las estudiantes universitarias, Ayacucho, 2020”. La investigación fue de tipo observacional, prospectivo, transversal y descriptivo, de nivel relacional y con un diseño epidemiológico”. La población muestral estuvo compuesta de 12 universitarias, de género femenino y exestudiantes del 5º año B de la Institución Educativa “9 de diciembre”. Para la medición de las variables se usaron la Escala de cohesión y adaptabilidad familiar (FACES III) y el Inventario de estrés académico SISCO”. Los resultados mostraron que no hay relación significativa entre la adaptabilidad familiar y el estrés académico en dichas estudiantes universitarias ($p= 0,66 > 0,05$)”.

Cuba (2020), en su investigación realizada en Ayacucho-Perú titulada comunicación familiar y autoestima en los estudiantes de la Institución Educativa Pública, Ayacucho 2020. Tiene como objetivo identificar la relación que existe entre la comunicación familiar y la autoestima en los adolescentes del 4to grado de educación secundaria de la institución educativa “San Ramón”, Ayacucho – 2020. Teniendo como metodología el tipo Observacional, prospectivo, transversal, Analítico de nivel Relacional, de diseño epidemiológico, Analítico e incidencia. Con una población de 35 estudiantes del 4to grado de educación secundaria de la Institución

Educativa ya mencionado. Los instrumentos que utilizó fueron escala de comunicación familiar (Family Communication Scale – FCS de Olson). Teniendo como resultados observar el nivel de significancia que es equivalente a 0.277, un valor mayor a ,5 por lo que se tomó la decisión de aceptar la HO. Teniendo como conclusión que no existe relación entre la comunicación familiar y autoestima en los estudiantes de la institución educativa “San Ramon”- Ayacucho, 2020.

Guamangate (2019), en su investigación que realizó en Ecuador titulado comunicación familiar y autoestima en adolescentes de la Unidad Educativa Fiscomisional “Monseñor Maximiliano Spiller” tuvo como objetivo relacionar la comunicación familiar con el nivel de autoestima de los adolescentes de esta población. La metodología de esta investigación fue de un enfoque cuantitativo, de un alcance correlacional, de diseño no experimental, con una población de 446 alumnos de la sección matutina del ciclo de educación básica media superior distribuida en 4 paralelos por cada nivel, constituido por adolescentes con edades de entre 12 a 15 años con una muestra probabilístico de estilo aleatorio simple de 228 alumnos. Utilizo como instrumento la escala de comunicación padres-adolescente (PACS; ParentAdolescent Communication Scale) y la escala de autoestima de Rosenberg. Obtuvo como resultado que la mayoría de estudiantes, es decir, 6:4 está conformado por adolescentes de etapa temprana, con relación al tipo comunicación se determinó que el 63,2% de estudiantes tiene una comunicación abierta con la madre y el 55,7% con el padre; respecto al nivel de autoestima el 37,3% de la población se identifica con un nivel de autoestima media. concluyendo que mediante la comunicación abierta aumenta el nivel de autoestima en los adolescentes.

Loayza (2019), en su trabajo de investigación se llegó a realizar Identificar y determinar el nivel de autoestima en los adolescentes de primero a 5to grado de secundaria de la Institución Educativa “Fe y Alegría” N° 50 Del Distrito San Juan Bautista – Provincia Huamanga – Departamento Ayacucho – 2017 mediante la Aplicación correcta de la escala de autoestima Rossemberg la investigación es de forma cuantitativa y descriptiva que consiste en describir el fenómeno y las características de las personas. Objetos y lugares en el cual se realiza la recolección de datos y así poder sacar una hipótesis es la base de la medición numérica y el análisis estadístico, para entablar reglas de comportamiento. En esta investigación los resultados indican que el 59% de estudiantes se encuentran con el nivel elevado de autoestima consecutivamente el 34.7% de los estudiantes tienen la autoestima media y el 4.8% de los estudiantes tienen un nivel bajo de autoestima.

León, A. y Gonzales, S. (2019), en este trabajo de investigación que se llegó a realizar con el objetivo de explorar el estrés académico y la autoeficacia y el rendimiento académico en el cual se relaciona con la capacidad de adaptación se trabajó con 288 alumnos entre las edades de 18 y 25 años en el cual se aplicó el inventario de estrés académico que es la “escala de autoeficacia en conductas académicas” y el cuestionario de la adaptación en la Universidad Pública en el cual se llegó a una hipótesis en el cual señala que cuando aumenta el nivel de estrés académico se reduce también nos dice que cuando la autoeficacia es satisfactorio posiblemente el rendimiento académico se incrementa el estudio es cuantitativo con un nivel correlacional y con un diseño no experimental la adaptación crece de la misma forma también nos dice que la población que fueron clasificados como resilientes tienen el nivel de estrés alto en el cual se refleja en el rendimiento académico.

Huamantuna (2018), en su trabajo “Funcionalidad Familiar y Estrés Académico en Estudiantes del Primer Año de Ingenierías, Universidad Católica de Santa María, Arequipa – 2017” buscó determinar el nivel de relación entre la funcionalidad familiar y el estrés académico en alumnos universitarios. La investigación fue descriptiva, correlacional y de corte transversal”. La población muestral estuvo conformada por 136 estudiantes, cuyas edades oscilaron entre los 16 y 22 años. Para la medición de las variables se usaron como instrumentos el Apgar familiar de Smilkstein y el Inventario de estrés académico SISCO”. Los resultados permitieron concluir que no existe relación estadísticamente significativa ($p=0,11>0,05$) entre la funcionalidad familiar y el estrés académico en la población estudiada”

Mariños (2017), en su trabajo titulado “Estrés académico y clima social familiar en estudiantes del quinto ciclo de la facultad de Ingeniería - Universidad Cesar Vallejo Lima Este 2017”, tuvo como objetivo hallar el nivel de relación entre el estrés académico y el clima social familiar en estudiantes universitario”. La investigación fue cuantitativa, sustantiva, de nivel descriptivo-correlacional y con un diseño experimental de corte transversal”. La población de estudio estuvo conformada por 160 estudiantes del V ciclo de la facultad de Ingeniería, de entre los cuales se evaluó a una muestra no probabilística de 150 universitarios”. Para la medición de las variables se hizo uso del Inventario SISCO de estrés académico de Barraza y de la Escala del clima social en familia de Moos. y Tricket”. Los resultados al 99,9% de fiabilidad evidenciaron la existencia de una correlación significativa, inversa y de nivel moderado entre el estrés académico y el clima social familiar de dicha población ($p=0,00<0,05$; $r=-0,45$).

Campos y Reyes (2017), en su estudio realizado en la ciudad de Ica – Perú, titulada “Relación de violencia familiar y nivel de autoestima en estudiantes del tercer ciclo de la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Ica, Junio 2017”, tuvo como objetivo Determinar la relación de violencia familiar y nivel de autoestima en los estudiantes del Tercer ciclo de la carrera de psicología de la universidad Autónoma de Ica, junio 2017, en este estudio se usó una metodología tipo Cuantitativo, método Descriptivo Correlacional, la población estuvo conformada por 32 estudiantes, se usó como instrumentos la Entrevista de violencia Familiar y la Escala de Autoestima de Coopersmith de adultos, se obtuvo como resultados que El nivel bajo corresponde al 19% de la muestra, mientras que el nivel promedio en un 56% y el 25% correspondiente a una autoestima alta y el del tipo de maltrato que se ejerce.

Acosta y Bohórquez (2016), en su trabajo “Relación entre funcionamiento familiar y desempeño académico en estudiantes del IV semestre de medicina de la Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales” consideró como objetivo principal determinar el nivel de relación entre el funcionamiento familiar y el desempeño académico en dichos estudiantes universitarios. La población muestral estuvo constituida por 55 estudiantes, constituidos a su vez por cursantes de la materia de Medicina Familiar y Comunitaria IV y participantes del Programa de Bienestar Universitarios, todos pertenecientes en el semestre académico 2016-I. Para la medición de la variable funcionamiento familiar se hizo uso de la Escala de cohesión y adaptabilidad familiar (FACES III) de Olson, mientras que para determinar el desempeño académico se valió del Promedio ponderado de la carrera, considerando los 4 semestres cursados. Los resultados evidenciaron que existe una relación significativa, directa y de nivel bajo entre el funcionamiento familiar y el desempeño

académico de la población evaluada; esto permite concluir que a mejor funcionamiento familiar en los estudiantes universitarios del IV semestre de medicina en dicha universidad, mejor será su desempeño académico.

1.2. Bases Teóricas de la investigación

1.2.1. El estrés

1.2.1.1. Definición del estrés. Barraza (2006), refiere que el estrés en alumnos es un estado psicológico ya que los estresores son realizados por uno mismo esto quiere decir que alguna situación por la que este pasando puede ser tomado como un estímulo esto depende de uno mismo.

La tensión en los alumnos es de forma adaptativo y psicológico esto se da en tres momentos. Primeramente, el estudiante afrontara una serie de demandas que son los estresores. Estos estresores generaran el desequilibrio sistémico que se da a conocer a través de síntomas. Por último, el desequilibrio presiona que el estudiante realice el afrontamiento para recobrar el equilibrio sistémico.

El nerviosismo es la reacción de un cuerpo en el cual puede generar diversos episodios el estrés puede ser de forma positivo o negativa en el cual puede ayudar a evitar un peligro cuando el estrés llega a durar por mucho tiempo, puede dañar la salud.

Se llega a considerar que el estrés se puede generar por diversas situaciones en el cual pueden llegar superar diversos factores en el cual la persona llega a experimentar problemas en el cual puede llegar a influir en el bienestar físico, psicológico y social en algunas situaciones el estrés no necesariamente llega ser malo en algunas situaciones pueden generar estrés positivo en el cual hay una adaptación del individuo en su entorno.

Ponce (2005), manifiesta que el estrés es un sentimiento en el cual se genera una tensión física o también emocional en el cual se puede generar de cualquier

situación o ya sea de algún pensamiento en el cual lo hace sentir a uno mismo frustrado o furioso o también nervioso.

1.2.1.2. Causas del estrés. Corado (2013), Es la competencia grupal entre compañeros: los estudiantes se ven enfrentados en los salones ya que se genera la competencia de ser el mejor estudiante en los salones, Examen: Esto puede llegar a provocar un bloqueo mental.

Tareas: Cuando se le asigna trabajos de un momento a otro y el estudiante se estresa.

Exposición en clases: Cuando el estudiante tiene miedo de hablar frente a sus compañeros ya sea porque no allá estudiado o por que se siente inseguro o porque tiene miedo que se burlen de el esto generara que el estudiante no sepa cómo afrontar esta situación.

Intervenciones en el aula: Cuando el estudiante tiene miedo de participar en las clases ya que se encuentra con el miedo de poder responder mal y sacar una baja nota esto genera un estrés en los estudiantes.

Cuando los ambientes no son los adecuados: Esto podría generar un estrés en los alumnos como la sobrecarga de estudiantes ya que el docente no podría ayudar a la necesidad de cada estudiante.

Excesivos trabajos: Cuando se le da tareas o ejercicios demasiados al estudiante llega a generar el estrés.

El poco tiempo para los trabajos: cuando se le asigna trabajo inmediato ya sea exámenes sorpresas el estudiante no sabrá como afrontar esa situación y llega a causar el estrés.

Kloster (2019), menciona que las situaciones y conflictos con los compañeros del aula y docentes: Se llega a dar casos en que los alumnos llegan a

sentirse intimidados por los docentes y compañeros del aula, en el cual les genera una mala relación con los compañeros y esto puede generar a un estrés. También puede llegar a generar distintas dificultades y condiciones más personales son el causante de un estrés académico, como los problemas con la familia con los compañeros y el poco tiempo que dispone.

Por otro lado, estas condiciones, puede llegar a generar posibles estresores, como las expectativas de la familia y los problemas económicos, también se puede llegar a dar las perspectivas laborales a futuro, cumplir con las tareas académicas, como el cumplimiento de plazo para realizar las tareas asignadas.

Ponce (2020), hace ver que el estrés se presente en diversos factores en el cual puede dañar a la persona afectada ya sea por la pérdida de algún ser querido o por un quiebre económico o algún desamor en el cual puede llegar servir un mecanismo de respuesta el estrés se manifiesta de diversas fases una de ellas es la fase de activación o la preparación en el cual la persona enfrenta a este estímulo luego sigue la fase de mantenimiento se controla el estado de actividad de la persona y por último esta la fase de agotamiento en el cual la persona puede caer en cualquier situación.

1.2.1.3. Sintomatología del estrés académico. Barraza (2005), dice que el estrés académico está asociado a un conjunto de síntomas, los cuales reflejan la tensión a la que es sometido el organismo como resultado de las situaciones vividas como estresores.

Se pueden percibir síntomas físicos, psicológicos y comportamentales como consecuencia del estrés académico. Los síntomas son los siguientes:

1) Físicos: la reacción del cuerpo como la falta de sueño, pesadillas, cansancio, dolor de cabeza; 2) Psicológicos: son las emociones de cada persona como la ansiedad, estrés, depresión y tristeza y dificultad de atención; 3) Comportamentales:

son los comportamientos de cada persona y la falta de compromiso en las clases.

Mala memoria este síntoma suele ser más frecuente ya que la persona se vuelve olvidadiza no recuerda algún hecho que llevo a realizar y la falta de energía y concentración le cuesta prestar atención a algún hecho que está sucediendo en el cual no tiene la concentración adecuada.

Cambios de la conducta la persona que llega a tener el estrés muestra cambios emocionales y físicos y problemas de la salud mental llega a generar una ansiedad y depresión.

Cambios en el peso estos cambios llegan a generar una vida de sedentarismo que están acompañados de una mala alimentación e insomnio o exceso de sueño tiene mucha dificultad para conciliar el sueño todo esto es generado a causa del estrés.

1.2.1.4. Tipos de estrés. Se tiene los siguientes:

El estrés agudo se da en un periodo breve en el cual puede llegar a desaparecer con mayor rapidez esto se genera cuando la persona está pasando por una situación complicada no llega a generar daños a la salud.

Rodríguez (2016), también por otro lado dice que el Estrés Crónico se da en un periodo más prolongado ya sea durante semanas o meses o años la persona que sufre este estrés se llega a adaptar a esta activación en el cual no se llega a darse cuenta sobre la realidad y termina teniendo problemas de la salud esto se llega a dar cuando la persona acepta alguna salida sobre la situación y se llega a deprimir.

1.2.2. Autoestima

1.2.2.1. Definición de la autoestima. Rossemberg (1953), nos da a entender que la autoestima es un sentimiento hacia uno mismo, que puede ser positivo o negativo, el cual se construye por medio de una evaluación de las propias características. Por lo general la autoestima alta refleja estabilidad psicológica

mientras la autoestima baja se relaciona con inestabilidad emocional, depresión e inseguridad.

Cordero (2018), nos da un concepto de valores y aceptaciones de uno mismo donde puede afectar las labores del ser humano como el aspecto físico y la comunicación con las demás personas que les rodea, hoy en día todos nos realizamos la pregunta ¿Quiénes somos? ¿Qué queremos? Y como nos califica las personas esto se va adquiriendo desde la niñez donde nos muestra el concepto de lo malo y lo bueno que se manifiesta por medio de (sentimientos, pensamientos, experiencias,) esto se relaciona con la autoimagen y el aspecto que tiene de uno mismo.

1.2.2.2. Formación de la autoestima. Cordero (2018), Según las personas, todo esto habla acerca de uno mismo ya que va de la mano con nuestras emociones, también menciona que a partir de los tres y cinco años, los menores reciben los comentarios y apreciaciones de la sociedad, para el creador de la autoestima esta principalmente formado por el aprendizaje a través de las experiencias por medio de las personas.

Comenzando los once años los niños tienen el poder de razonar de manera explícita, en el cual el ser humano indaga y se llega a cuestionar preguntas tales como ¿Quién es?, Entonces se genera un riesgo donde se causa un efecto devastador la persona que llega hasta aquí se encontrara con una baja autoestima.

La debilidad de cada persona es la forma de razonar sobre sí mismo, todo esto se va demostrar en la autovaloración de nuestra autoestima.

1.2.2.3. Niveles de la autoestima. Cordero (2018), aquí se encuentra el nivel de autoestima de uno mismo y se da a conocer como daña nuestra forma de vida.

- **Autoestima alta:**

Cordero (2018), tener una autoestima alta está relacionado al no competir con el resto de las personas sin el temor de fracasar o rendirse también tiene relación en el trato que das a las personas sin recibir nada a cambio.

- **Autoestima alta inestable:**

Cordero (2018), tener la autoestima alta inestable está relacionado con el entorno que nos rodea es decir cuando el ser humano se siente bien consigo mismo.

- **Autoestima baja:**

Cordero (2018), la autoestima baja es cuando solo resaltas lo malo de ti mismo y piensas que el resto te ve de la misma forma.

- **Autoestima baja inestable:**

Cordero (2018), se identifica cuando el ser humano llega a tener algún logro, en el cual su autoestima se eleva y de ahí vuelve a bajar generando una autoestima baja inestable.

- **Autoestima media:**

Cordero (2018), es cuando el ser humano quiere ser aceptado por las personas que le rodea donde destaca lo mejor de si mismo.

- **Autoestima inflada:**

Cordero (2018), cuando no muestra seguridad de sí misma y no muestra respeto, llegando a mostrar un comportamiento de prepotencia hacia las demás personas, llegando a sentirse superior a los demás.

1.2.2.4. Áreas de la autoestima. Se presenta los siguientes:

- **Autoestima en el área personal:**

Cordero (2018), la persona llega a tener el respeto propio y la dignidad

mostrando físicamente sus destrezas que tiene y busca impresionar con su capacidad.

- **Autoestima en el área familiar:**

Cordero (2018), Es la conexión que tiene la persona con los integrantes de su casa.

- **Autoestima en el área académico:**

Cordero (2018), El ser humano tiene la capacidad de desenvolverse en el colegio.

1.2.2.5. Dimensiones de la Autoestima. Se presenta las siguientes dimensiones:

- **Dimensión social:**

Astucuri (2017), refiere que la persona expresa sus emociones y sentimientos donde pueden llegar a ser aceptados o rechazados y tiene la capacidad de afrontar ante la sociedad.

Dimensión académica:

Astucuri (2017), tiene el poder de afrontar las situaciones con mucho éxito como la vida escolar.

- **Dimensión afectiva:**

Astucuri (2017), Es la característica de la personalidad que presenta el ser humano apreciando su belleza física y cuestionando si tiene algún temor.

1.2.2.6. Componentes de la autoestima.

- **Componentes afectivos:**

Astucuri (2017), el ser humano muestra y expresa sus sentimientos llegando a estar vinculado la autoestima donde la persona muestra lo que siente ya sea positivo o negativo.

- **Componentes cognitivos:**

Astucuri (2017), refleja lo que piensa y siente de uno mismo y si las personas opinan de él, por eso la autoestima es lo que percibimos de cada uno a esto se le denomina como autoconocimiento.

1.2.2.7. Pilares de la autoestima. Astucuri (2017), en estos pilares se encuentra seis etapas donde se encuentra la autoestima (dignidad humana) y la aceptación de sí mismo.

- **Autoconocimiento:**

Astucuri (2017), refleja las habilidades de uno mismo también se pueden ver las virtudes y defectos de uno mismo.

- **Autoconcepto:**

Astucuri (2017), son comportamientos que se muestra como un habito y cuando atraviesa distintas situaciones afronta con mucha inteligencia.

- **Autoevaluación:**

Cordero (2018), tiene la capacidad de estimar y reflexionar de uno mismo.

- **Autoaceptación:**

Astucuri (2017), es cuando el ser humano se acepta tal como es con sus deficiencia y capacidad.

- **Autorespeto:**

Cordero (2018), es la manera de satisfacerse uno mismo llegando a consideras sus emociones y sentimiento de cada uno.

- **Autoestima:**

Cordero (2018), es el respeto y seguridad de uno mismo y el amor que se tiene uno mismo como persona.

2. Hipótesis

H1: Existe relación entre Estrés y Autoestima en estudiantes del quinto grado de secundaria de una institución educativa pública Huamanga-Ayacucho, 2021

Ho: No existe relación entre Estrés y Autoestima en estudiantes del quinto grado de secundaria de una institución educativa pública Huamanga-Ayacucho, 2021

3. Método

3.1. Tipo de investigación

El tipo de estudio fue observacional, porque no hubo manipulación de la variable; prospectivo, porque los datos recogidos fueron de un propósito del estudio transversal, porque se realizó una sola medición a la misma población; y descriptiva, porque el análisis estadístico fue bivariado (Supo, 2014).

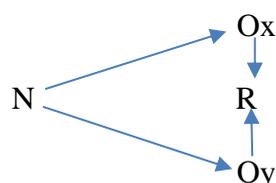
3.2. Nivel de la investigación

Es de nivel descriptivo correlacional porque se quiso mostrar las características de la población entorno al Estrés y autoestima en estudiantes del quinto grado de secundaria de una institución educativa (Supo, 2014).

3.3. Diseño de la investigación

Es de diseño epidemiológico porque las variables de Estrés y autoestima se encuentran dentro del campo de las ciencias de la salud, inicialmente planteado el estudio de los eventos adversos a la salud en poblaciones humanas.

Gráfico del diseño correlacional (Supo, 2014).



N: Es la muestra de Estudiantes del Quinto grado de secundaria de una Institución Educativa Huamanga-Ayacucho, 2021

Ox: Representa la observación sobre tipo de Estrés en los Estudiantes del Quinto grado de secundaria de una Institución Educativa Huamanga-Ayacucho, 2021

Oy: Representa la observación sobre el nivel de Autoestima en los Estudiantes del Quinto grado de secundaria de una Institución Educativa Huamanga-Ayacucho, 2021

R: Hace mención a la posible relación entre variables.

3.4. Universo, población y muestra

El universo estuvo constituido por todos los estudiantes del quinto grado de secundaria de una institución educativa Huamanga-Ayacucho, 2021, la población estuvo conformada por los estudiantes del quinto grado de secundaria” entre varones y mujeres de la Institución Educativa Pública de la provincia de Huamanga, región de Ayacucho 2021, donde la muestra estuvo conformada por 50 estudiantes que cumplan los criterios de inclusión y exclusión.

Criterios de inclusión

Son los estudiantes que están matriculados en el quinto grado del nivel secundario de la Institución Educativa Pública de la provincia de Huamanga, región de Ayacucho 2020.

- Los estudiantes son de 16 y 17 años
- Estudiantes de ambos sexos

Criterios de exclusión

- Se tiene que tener en cuenta el tiempo para la aplicación asignado por el director y profesor de la institución educativa.

- Alumnos con algún tipo de discapacidad
- Estudiantes que faltaron a clase el día de la aplicación de la prueba

Estudiantes que presentan algún problema en el desarrollo del instrumento

3.5. Operacionalización de variables

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Ítem	Valor
Autoestima	Según Rossemberg (1965) en Plantea que la autoestima es esencial para el ser humano por qué; Implica el desarrollo de patrones, define el establecimiento de comparaciones entre los individuos y la comprensión de quien es uno como persona basada en el resultado.	Respuestas de los estudiantes a la Escala de Autoestima de Rossemberg (EAR) elaborada en 1965.	Autoestima positiva	Del Ítem 1 – 3 4 6 7	De 30 a 40 puntos: Autoestima elevada. De 26 a 29 puntos: Autoestima media. Menos de 25 puntos: Autoestima Baja.
Nivel de Estrés	Barraza (2006) El estrés académico es un estado básicamente psicológico, pues, los estresores son percibidos debido a la valoración cognitiva que el mismo realiza. Es decir, una misma situación puede o no ser considerada por el estudiante como un estímulo generador de estrés.	Inventario SISCO del estrés académico: tiene como objetivo reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación superior durante sus estudios (Barraza, 2007), y se configura por 31 reactivos	* Nivel de Estrés Bajo: 10 -39 *Nivel de Estrés Medio: 40 - 79 *Nivel de Estrés Alto: 80 -110	estímulo s estresore s 15 Ítems	

3.6. Técnica e instrumento de recolección de datos

3.6.1. Técnica

Las técnicas utilizadas en el presente estudio para la recolección de datos fueron: Encuesta: La cual se usó para la aplicación del cuestionario de estrés académico, el cuestionario de Rossemberg de autoestima para obtener información específica.

3.7. Plan de análisis

Para el análisis del cuestionario se utilizó el programa S.P.S.S versión 25 y el programa Microsoft office Excel 2016, que ayudó en la elaboración de tablas y gráficos estadísticos.

3.7.1. Instrumentos

Los instrumentos que se emplearon fueron el Inventario SISCO de Estrés Académico de autor Arturo Barraza Macías en el año 2008 y fue adaptado por Puestas en el 2010 en Perú. Y la escala de Autoestima de Rossemberg, del autor Morris Rossemberg en el año 1989 y fue adaptado en Perú por Ventura, Caycho y Barboza (2018).

3.8. Principios éticos

El presente estudio contemplo los principios éticos necesarios para su realización, sugeridos por el comité de ética y el reglamento de ética de la universidad, evidenciándose a través de documentos tales como el oficio dirigido al director de la Institución Educativa Pública Ayacucho-Huamanga con su respectiva firma del director y del docente. Para el presente estudio se tendrá en cuenta la promoción del conocimiento y el bien común expresada en principios y valores éticos que establece el reglamento de ética para la investigación. El reglamento de ética señala que cuando se trabaja con personas se debe respetar la dignidad humana, la identidad, la diversidad, la confidencialidad y la privacidad. Este principio no solamente implicará

que las personas que son sujetos de investigación participen voluntariamente en la investigación y dispongan de información adecuada, sino también involucrará el pleno respeto de sus derechos fundamentales, en particular si se encuentran en situación de especial vulnerabilidad

Los principios que se tendrá presente son:

Protección a las personas: significa reconocer la capacidad de las personas para tomar sus propias decisiones, es decir que la persona es un fin y no un medio por lo tanto es necesario cuidar su autonomía.

Beneficencia y no maleficencia: Asegurar el bienestar de las personas y no causar daño.

Justicia: No se expondrán al grupo de estudio para beneficiar a otros, tampoco se establecerá sesgos, limitaciones de las capacidades.

4. Resultados

Tabla 2

Estrés en estudiantes del quinto grado de secundaria de una institución educativa pública Huamanga-Ayacucho, 2021

Estrés	f	%
Severo	6	20,7
Moderado	22	75,9
Leve	1	3,4
Total	29	100

Nota. En la presente tabla se puede observar que el 75,9 % se encuentra en un nivel de estrés moderado.

Tabla 3

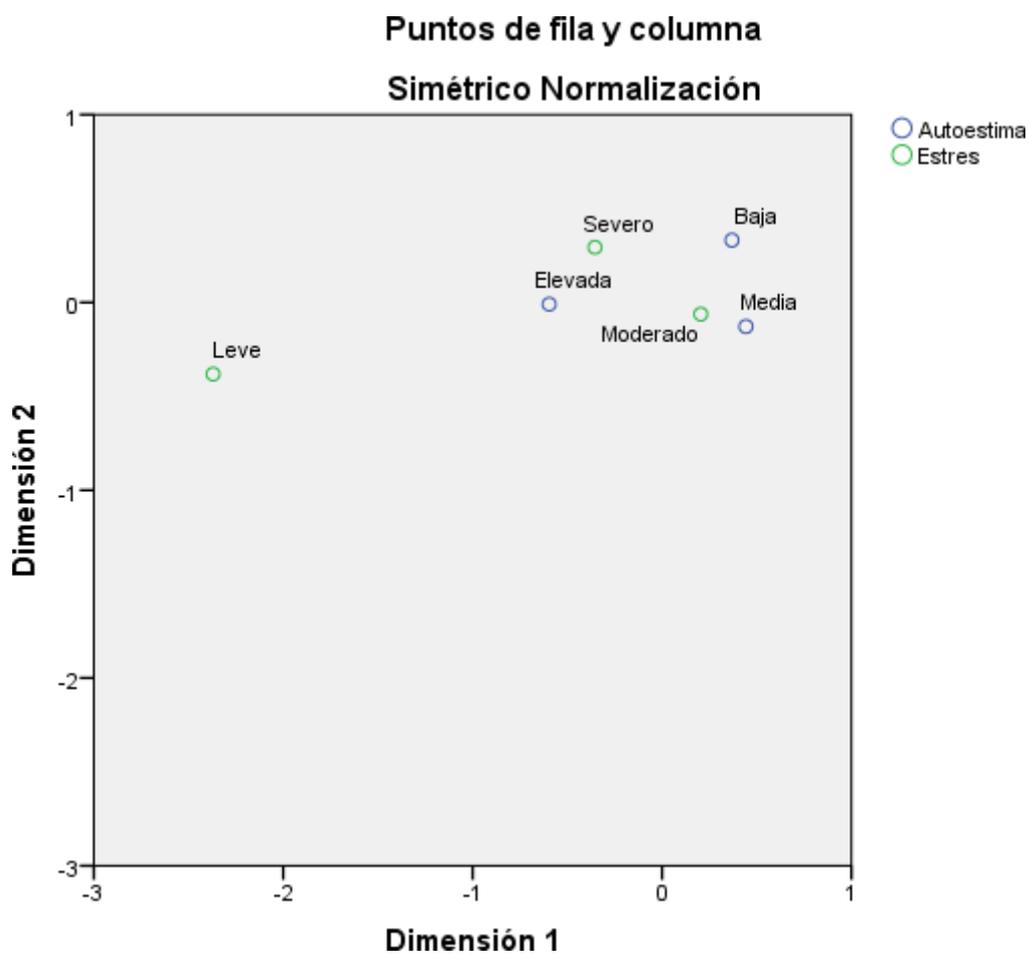
Autoestima en estudiantes del quinto grado de secundaria de una institución educativa pública Huamanga-Ayacucho, 2021

Autoestima	f	%
Elevada	12	41,4
Media	12	41,4
Baja	5	17,2
Total	29	100,0

Nota. De toda la población estudiada se halló que un 41,4 % mantienen una autoestima elevada, como también un 41,4 % se encuentran en una autoestima media

Figura 1

Gráfico de puntos del análisis de correspondencia simple del Estrés y Autoestima en estudiantes del quinto grado de secundaria de una institución educativa pública Huamanga-Ayacucho, 2021



Nota. De lo estudiado, las variables fueron procesadas y dicotomizadas, hallándose una aproximación entre dos puntos que son estrés moderado y autoestima media.

Tabla 4

Estrés y Autoestima en estudiantes del quinto grado de secundaria de una institución educativa pública Huamanga-Ayacucho, 2021 (Valores dicotomizados)

Autoestima dicotomizado	<u>Estrés dicotomizado</u>				Total	
	severo	%	Otros	%		
Elevada	11	37,9%	2	6,9%	13	44,8%
Otros	1	3,4%	15	51,7%	16	55,2%
Total	12	41,4%	17	58,6%	29	100,0%

Nota. Esto quiere decir que el estrés no se antepone a la autoestima; si no que a mayor autoestima menor es el estrés.

Tabla 5*Ritual de la significancia estadística*

Hipótesis

H1: Existe relación entre Estrés y Autoestima en estudiantes del quinto grado de secundaria de una institución educativa publica Huamanga-Ayacucho, 2021

Ho: No existe relación entre Estrés y Autoestima en estudiantes del quinto grado de secundaria de una institución educativa publica Huamanga-Ayacucho, 2021

Nivel de significancia

Nivel de Significancia (alfa) $\alpha = 0,05 = 5\%$

Estadístico de prueba

Chi cuadrado de Independencia

Valor de P= 0,000020= 0.2%

Lectura del p-valor

Con una probabilidad de error del 0.2% Existe relación entre Estrés y Autoestima en estudiantes del quinto grado de secundaria de una institución educativa publica Huamanga-Ayacucho, 2021

Toma de decisiones

Si, Existe relación entre Estrés y Autoestima en estudiantes del quinto grado de secundaria de una institución educativa publica Huamanga-Ayacucho, 2021

Descripción: Para comprobar la hipótesis planteada que se observa en la

tabla, se utilizó la prueba del Chi-Cuadrada de independencia, donde se

puedo hallar como p valor 0.2% que se encuentra por debajo del nivel de

significancia del 0.5% por lo cual se nos permitió rechazar la hipótesis nula,

esto quiere decir que si, existe relación entre Estrés y Autoestima en

estudiantes del quinto grado de secundaria de una institución educativa

publica Huamanga-Ayacucho, 2021.

5. Discusión

En esta investigación se buscó encontrar la relación entre la variable del estrés y autoestima del quinto grado de secundaria de una institución educativa pública Huamanga-Ayacucho, 2021, donde no existe relación entre la variable del estrés y autoestima esto es comparado con la investigación de Miranda (2009) donde su investigación busca relacionar la variable del estrés donde que no se llegó a encontrar ninguna relación porque su población es de nivel primaria y su población es de 114 estudiantes.

Según Rosenberg (1973), la autoestima refleja el sentimiento de que una persona es "suficientemente buena" pero digna de respeto. La autoestima es fundamental para el ser humano porque implica el desarrollo de modelos, reconociendo sus potencialidades y dificultades, incluido su deseo de superación.

En esta investigación se busca encontrar la relación entre la variable del estrés y autoestima del quinto grado de secundaria de una institución educativa pública Huamanga-Ayacucho, 2021. Este estudio tiene como objetivo determinar el nivel de autoestima de los estudiantes donde se pudo encontrar que el 41% tienen una autoestima elevada y el 41% tienen la autoestima media y el 17% tienen la autoestima baja. Donde no existe relación entre la variable del estrés y autoestima esto es comparado con la investigación de Solís (2017) donde su investigación busca relacionar la variable de la autoestima con el entorno familiar el estudio es cuantitativo con un nivel correlacional.

En esta investigación se busca encontrar la relación entre la variable del estrés y autoestima del quinto grado de secundaria de una Institución Educativa Pública Huamanga-Ayacucho, 2021. Donde no existe relación entre la variable del estrés y autoestima esto es comparado con la investigación de Espinoza (2017) donde su

investigación busca relacionar se llegó a la conclusión que si existe una relación inversa con el estrés y el rendimiento académico en el cual señala que hay un nivel de estrés alto y un nivel bajo en el rendimiento académico en el cual se refleja en los estresores y en el cual se genera diversas estrategias de afrontamiento y que la persona se pueda adaptar a su entorno.

6. Conclusiones

Se concluye que si existe una relación significativa entre estrés académico y autoestima en los estudiantes del quinto grado de secundaria de una institución educativa pública de Ayacucho, debido a que el valor $p < 0.05$, esto quiere decir que la autoestima se estima como un elemento fundamental para disminuir el estrés. Al correlacionarse ambas variables quiere decir que al haber una autoestima alta el estrés académico disminuiría y los estudiantes mostrarían cambios en su conducta y controlarían mejor su vida.

Respecto a la variable de estrés se concluye que en su mayoría de los estudiantes no tienen un estrés académico (55,3%). Esto quiere decir que, en los estudiantes se da el estrés en un periodo breve en el cual puede llegar a desaparecer con mayor rapidez, porque esta variable siempre estará presente en la vida de los investigados solo que tienen estrategias para poder afrontarlo mejor.

Para la variable autoestima el resultado se concluye que en su mayoría de los estudiantes poseen autoestima alta (50%). Tener una autoestima alta está relacionado al no compararse con el resto de las personas al apoyar a una persona sin el temor de fracasar también influye en como tratas a las personas sin ningún beneficio a cambio.

Recomendaciones

- Se recomienda a la Dirección Regional de Educación de Ayacucho y al director de la I.E.P y a los Docentes del plantel educativo implementar talleres de autoestima y estrés a los estudiantes de la institución educativa y mencionarles que todos los niños son diferentes. Se puede llegar a fortalecer la autoestima de los estudiantes con la finalidad de poder lograr que en el futuro lleguen a ser personas seguras, que sean capaces de mostrar sus mejores habilidades y sacar lo mejor de sí mismos.

- Se les recomienda a los padres de familia utilizar siempre frases motivadoras es muy importante felicitar siempre por el trabajo bien hecho, dar muestras de aprecio, y elogiar los aspectos más positivos de cada uno. Y si necesitas hacer una crítica, recuerda que debe ser siempre una crítica constructiva.

- Se le recomienda a los Docentes del plantel educativo Trabajar su autoconocimiento Ayudarles a conocerse bien a sí mismos les permitirá conocer sus puntos negativos y positivos.

- Se les recomienda a los padres de familia y a los Docentes del plantel educativo que debido a las exigencias académicas y retos que deben afrontar, entre ellos el tener que rendir evaluaciones, presentar trabajos, las relaciones interpersonales, el manejo de su economía. Es necesario aprender a prevenir el estrés académico puede ser especialmente valioso durante la etapa del colegio.

Referencias

- Acosta, P., y Bohórquez, L. (2016). *Relación entre funcionamiento familiar y desempeño académico en estudiantes de IV semestre de medicina de la universidad de ciencias aplicadas y ambientales*. En Repositorio de la Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales Facultad de Medicina Humana Bogotá.
- <https://repository.udca.edu.co/bitstream/handle/11158/474/Trabajo de Grado Final Funcionalidad familiar -Promedio.pdf?sequence=1&isAllowed=y %0A>
- Aguirre, M. (2015). *Desempeño docente y rendimiento académico en el área de comunicación en estudiantes del V ciclo de primaria de la Institución Educativa particular “Nuestra Señora de las Mercedes” Rímac – 2014*. Universidad César Vallejo, Perú.
- <http://repository.udca.edu.co:8080/jspui/bitstream/11158/474/1/Trabajo%20de%20Grado%20Final%20Funcionalidad%20familiar%20-%20Promedio.pdf>
- Alarcón Dávalos, M. y Sánchez Palomino, J. R. (2021). *Violencia Familiar y Autoestima en pacientes del servicio de salud mental del Centro De Salud Clas Wanchaq, Cusco-2019*. Universidad Autónoma de Ica.
- <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/handle/autonmadeica/782>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Psicología Científica*. <https://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-modelo-conceptual/>
- Barroso, M. (2000). *Autoestima. Ecología y Catástrofe*. Caracas: Editorial Galac, S.A.
- Corado Urizar, A.J. (2013). *Estrés académico en estudiantes del primer semestre*

sección a de la Facultad de Ciencias Médicas y de la Salud de la Universidad Mariano Gálvez de Guatemala. Tesis doctoral. Universidad Mariano Gálvez de Guatemala. Facultad de Ciencias Médicas y de la Salud.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192011000100003#:~:text=Seg%C3%BAAn%20estad%C3%ADsticas%20for%C3%A1neas%2C%20la%20prevalencia,a%C3%B1o%20de%20la%20universidad%20m%C3%A9dica.&text=El%20proceso%20de%20aprendizaje%20se,%C3%A1mbitos%20familiar%2C%20docente%20y%20laboral.

Cordero Loayza, H. A. (2018). *Nivel de autoestima en los adolescentes del nivel secundaria de la institución educativa “Fe y Alegría” N° 50 del distrito San Juan Bautista - Ayacucho, 2017.* Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/2922>

Coyla Quispe, Y. (2019). *Comunicación familiar y autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria José Carlos Mariategui – Juliaca.* Universidad de Nacional del Altiplano.
http://tesis.unap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14082/14702/Yolanda_Coyla_Quispe.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Chuchón Guillen, J. G. (2020). *Adaptabilidad familiar y nivel de estrés en estudiantes universitarias Ayacucho, 2020.* Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/18691>

Cuba Pariona, M. E. (2020). *Comunicación familiar y autoestima en estudiantes de la institución educativa pública “San Ramón”, Ayacucho 2020.* Universidad Católica los Ángeles de Chimbote.
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/18229>

García Pazmiño, M. A. y Guamangate Pazmiño, G. E. (2019). *Comunicación familiar*

y autoestima en adolescentes de la Unidad Educativa Fiscomisional

“Monseñor Maximiliano Spiller”. Universidad Central del Ecuador.

<http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/19427>

Huamantuna, A. (2018). *Funcionalidad Familiar y Estrés Académico en Estudiantes*

del Primer Año de Ingenierías, Universidad Católica de Santa María,

Arequipa – 2017 [Tesis de maestría, Universidad Católica de Santa María].

Archivo digital.

[http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/7203/B4.1601.](http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/7203/B4.1601.MG.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

[MG.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/7203/B4.1601.MG.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Iragorri, S. A. Romberg, B. A. (2012). *La autoestima como fuerza motivadora de los*

trabajadores en la empresa moderna. Universidad de la Sabana. Chia,

Colombia.

[https://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/4576/130863.p](https://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/4576/130863.pdf?sequence=1)

[df?sequence=1](https://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/4576/130863.pdf?sequence=1)

Kloster, G., y Perrotta, D. (2019). *Estrés académico en estudiantes universitarios de*

la ciudad de Paraná. Universidad Católica Argentina.

<https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/9774>

León Hernández A. y González Escobar, S. (2019). *Estrés, autoeficacia, rendimiento*

académico y resiliencia en adultos emergentes. Universidad de Almería.

México.

[http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/105081/Art%20Estres%](http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/105081/Art%20Estres%20Rev%20Electronica%20de%20Educacion.pdf;jsessionid=6F1811EF1FC581897B0DF71CF6409E66?sequence=1)

[20Rev%20Electronica%20de%20Educacion.pdf;jsessionid=6F1811EF1FC5](http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/105081/Art%20Estres%20Rev%20Electronica%20de%20Educacion.pdf;jsessionid=6F1811EF1FC581897B0DF71CF6409E66?sequence=1)

[81897B0DF71CF6409E66?sequence=1](http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/105081/Art%20Estres%20Rev%20Electronica%20de%20Educacion.pdf;jsessionid=6F1811EF1FC581897B0DF71CF6409E66?sequence=1)

Organización Mundial de la Salud. (2021). *Salud del adolescente y el joven adulto.*

<https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/adolescents-health->

[risks-and-solutions](#)

Ponce, C. R., Bulnes, M. S., Aliaga, J. M., Atalaya, M. C. y Huertas, R. E. (2005). El síndrome del quemado por estrés laboral asistencial en grupos de docentes universitarios. *Revista de Investigación en Psicología*, 8, 87-112.

<https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/405>

0

Rodríguez, M. (2016). *El estrés en el ámbito laboral. El estrés y sus causas*.

<http://www.saudeetrabalho.com.br/download/estres-uso.pdf>

Rosenberg, M. (1953). *La sociedad y la autoimagen adolescente*. Edición revisada.

Middletown: Universidad Wesleyana Presionar.

Supo, J. (2014). *Seminarios de Investigación Científica*.

<http://seminariosdeinvestigacion.com/sinopsis>

Universidad los Ángeles de Chimbote (2021). *Código de ética para la investigación*

Versión 004. *ULADECH*. N° 004.

<https://web2020.uladech.edu.pe/images/stories/universidad/documentos/2020/c>

[odigo-de-etica-para-la-investigacion-v004.pdf](#)

Apéndice A. Instrumento de evaluación

Inventario de 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 interpretación de los resultados.

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 preocupación o nerviosismo, 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
1. La competencia con los compañeros del grupo					
2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
3. La personalidad y el carácter del profesor					
4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
5. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
6. No entender los temas que se abordan en la clase					

Escala de autoestima de Rosenberg

A. Muy de acuerdo B. De acuerdo C. En desacuerdo D. Muy en

desacuerdo

	A	B	C	D
Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.				
Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.				
Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.				
Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.				
En general estoy satisfecho de mí mismo/a.				
Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.				
En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				
Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.				
Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				
A veces creo que no soy buena persona				

Apéndice B. Consentimiento informado



PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ENCUESTAS (CIENCIAS MÉDICAS Y DE LA SALUD)

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: ESTRES Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA HUAMANGA-AYACUCHO, 2021 y es dirigido por Jamile Yusara De la Cruz Barrios, investigadora de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. El propósito de la investigación es:

funcionamiento familiar y consumo de alcohol en estudiantes de una universidad privada de Ayacucho. Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 15 minutos 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 será informado de los resultados a través de su correo. Si desea, también podrá escribir al correo jdelacruzbarrios@gmail.com para recibir mayor información.

Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

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

Fecha: _____

Correo electrónico: _____

Firma de la evaluadora

firma del participante

.....

.....

Apéndice D. Presupuesto

Presupuesto desembolsable (Estudiante)			
Categoría	Base	% o Número	Total (S/.)
Suministros (*)			
• Impresiones			
• Fotocopias			
• Empastado			
• Papel bond A-4 (500 hojas)			
• Lapiceros			
Servicios			
• Uso de Turnitin	50.00	2	100.00
Subtotal			
Gastos de viaje			
• Pasajes para recolectar información			
Subtotal			
Total, de presupuesto desembolsable			
Presupuesto no desembolsable (Universidad)			
Categoría	Base	% ó 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
Subtotal			400.00
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/.)			

Apéndice E. Ficha técnica del instrumento de evaluación

Cuestionario de estrés académico SISCO

El inventario es auto administrado y se puede solicitar su llenado de manera individual o colectiva; su resolución no implica más de 10 a 15 minutos.

El Inventario SISCO del Estrés Académico se configura por 31 ítems que están dispersos

De diversas maneras: Un ítem de filtro dicotómico (sí-no) en el que permite definir si la persona encuestada puede llegar a contestar el entrevistado. Un ítem es un escalamiento que tiene cinco valores (del 1 al 5 donde uno es poco y cinco mucho) donde se puede identificar un nivel de intensidad del estrés académico. Ocho ítems es un escalamiento donde tiene categorías (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) donde se puede identificar la frecuencia demandas del entorno en el cual son valoradas como estímulos estresores donde disponen de 15 Ítems que en un escalamiento de cinco valores categoriales (nunca, raramente, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia en donde presentan los 27 reacciones que son estresores. Seis ítems es un escalamiento de cinco valores categorías (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamientos.

Puntuación: Se establece una escala ordinal con diversos niveles:

Nota. - En relación al autor original los instrumentos son de 47 ítems de la variable como el estrés académico en el cual contiene 30 ítems donde se observa el contexto y la modalidad noprofesional de estudio en el nivel secundaria.

Procedimiento de aplicación: Se llega a realizar un formulario electrónico mediante vía

Recolección de datos técnica

La técnica que se realizó para la evaluación de las variables fue mediante la realización de la encuesta, que se trabajó con la recolección de información a través de las fichas sociodemográfica en la que se realizó la información de manera directa también se utilizó la técnica psicométrica y ficha técnica del instrumento.

Instrumento de la escala de autoestima de Rosenberg:

Indicación: Cuestionario para explorar la autoestima persona entendida como los sentimientos de valía personal y de respeto a si mismo 1.1.1.2.1.1.4 Autoestima (CIPE-a).

La escala consta de 10 ítems, frases de las que cinco están enunciadas de forma positiva y cinco de forma negativa para controlar el efecto de la aquiescencia Auto administrada

De los ítem pero es conveniente mejorarlas 1 al 5, las respuestas A a D se puntúan de 4 a 1 .De los ítems del 6 al 10, las respuestas A a D se ~puntúan de 1 a 4.De 30 a 40 puntos: Autoestima elevada considerada como autoestima normal De 26 a 29 puntos: Autoestima media no problema de autoestima grave Menos de 25 puntos: Autoestima baja. Existen problemas significativos de autoestima.

La escala ha sido traducida y valida en castellano la consistencia en escalase encuentra O 76 O 87 –la fiabilidad 0,80.

Escala de autoestima de Rosenberg

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

-Muy de acuerdo

-De acuerdo

-En desacuerdo

-Muy en desacuerdo

Dimensiones

Cohesión: Evalúa el nivel de autoestima está que está relacionado con el vínculo emocional que tienen entre sí mismo

Examina: vinculación emocional, el tiempo y amigos, intereses y recreación.

Adaptabilidad: Es la capacidad de cambiar su estructura (roles, reglas) y el desarrollo en que vive

Examina: liderazgo, control, disciplina, roles y reglas

Apéndice F. Carta de autorización



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

FORMATO DE APLICACION DE INSTRUMENTOS PARA RECOJO DE DATOS DE INVESTIGACIÓN

Chimbote, 12 de octubre del 2021

Señor:

Lic. Sandra Sánchez Huamán

Director de Institución Educativa “Luis Carranza”

Presente.-

La formación integral del estudiante de psicología implica el desarrollo de trabajos de investigación para la obtención del grado académico y título profesional.

La estudiante **De la cruz Barrios, Jamile Yusara** con código de estudiante **3123181584** de la **filial Ayacucho**, se encuentra realizando la investigación de su proyecto titulado **“Estrés y Autoestima en estudiantes del quinto grado de secundaria de una institución educativa pública Huamanga-Ayacucho, 2021”**, motivo por el cual se solicita a su persona brindar las facilidades del caso para aplicar el instrumento de recojode información del 25 de septiembre al 25 de octubre del presente, en la institución que Ud dirige.

A la espera de la atención a la presente y el permiso correspondiente quedo de Usted.

Atentamente,


Mgtr. WILLY VALLE SALVATIERRA
DIRECTOR

WVS/cmg
C.c. Archivo.

Apéndice G. Matriz de consistencia

Tabla 6

Matriz de consistencia

Enunciado	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Metodología
¿Qué relación existe entre el estrés y la autoestima en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa pública Huamanga Ayacucho, 2021?	General	Hi: Existe relación significativa entre el estrés y la autoestima en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa pública Huamanga Ayacucho, 2021.	Estrés académico	Sin dimensiones	El tipo de investigación fue observacional, descriptivo y correlacional, epidemiológico. El universo es la institución educativa pública de Huamanga. La población fueron los estudiantes de una institución educativa de Huamanga. La muestra estuvo compuesta por 50 estudiantes.
	Objetivos específicos		Autoestima	Sin dimensiones	
	Determinar la relación entre el estrés y la autoestima en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa pública Huamanga Ayacucho, 2021.	Ho: No existe relación significativa entre el estrés y la autoestima en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa pública Huamanga Ayacucho, 2021			La técnica utilizada es la encuesta.
	Determinar la relación entre estrés y la autoestima en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa pública Huamanga Ayacucho, 2021				Instrumentos: Test de Rosenberg Cuestionario de estrés académico SISCO Métodos de análisis de datos: Tablas de frecuencias y gráficos.

EVIDENCIA DE TURNITIN

INFORME DE ORIGINALIDAD

0%

INDICE DE SIMILITUD

0%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias < 4%

Excluir bibliografía

Apagado