



ESCUELA DE POSGRADO
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico en
practicantes del centro materno infantil Tahuantinsuyo
Bajo, Lima – 2016

TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE:

MAESTRA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA

AUTORA:

Br. María Eugenia Soto Vera

ASESORA:

Dra. Isabel Menacho Vargas

SECCIÓN:

Educación e Idiomas

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Evaluación y aprendizaje

PERÚ – 2016

Página del jurado

Dr. Chantal Juan Jara Aguirre

Presidente

Mgtr. Santiago Gallarday Morales

Secretario

Mgtr. Miluska Vega Guevara

Vocal

Dedicatoria

A mi amada hija Jennifer Karen, razón de mi existencia.

A José Luis, con amor. Este logro es para Ustedes.

Agradecimientos

A Dios, todopoderoso por su presencia, sus infinitas bendiciones, por haberme dado la vida y elegirme para transmitirla a mi amada y hermosa hija.

Al Médico Jefe del Centro de Salud Materno infantil, Tahuantinsuyo Bajo, del Distrito de Independencia, Lima - Perú por su apoyo en la realización de esta meta trazada.

A la Universidad César Vallejo, con sede en Lima - Perú, por darme la oportunidad de lograr el grado académico.

A la Dra. Isabel Menacho Vargas, asesora de la tesis, por su brillante guía, profesionalismo e invaluable aportes.

Declaratoria de autenticidad

Yo, María Eugenia Soto Vera estudiante de la escuela de Pos Grado de la Universidad Cesar Vallejo, identificada con DNI: 08467995.

Declaro bajo juramento que:

- 1) La tesis es de mi tutoría.
- 2) He respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas. Por tanto la tesis no ha sido plageada ni total ni parcialmente.
- 3) La tesis no ha sido auto plagiada, es decir no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener el pos grado académico.
- 4) Los datos presentados son reales, no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados; por lo tanto los resultados que se presenten en la tesis constituirán en aportes a la realidad investigada.

De identificarse la falta de fraude (datos falsos), plagio (información sin citar autores), autoplagio (piraterías, uso ilegal de información ajena), falsificación (presentar falsamente los datos de otros asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la universidad Cesar Vallejo.

Así mismo, me comprometo a que, toda vez que haya tomado un texto ajeno o propio, he hecho la referencia correspondiente siguiendo el formato APA adaptado por la UCV.

Los olivos Diciembre del 2016

Firma.....

DNI 08467995

María Eugenia Soto Vera.

Presentación

Señores miembros del jurado:

De acuerdo a las normas establecidas en el reglamento de grados y títulos para optar el grado de magister en docencia universitaria de la Universidad César Vallejo, pongo a su disposición la presente tesis titulada estrategias de afrontamiento frente al estrés académico en practicantes del centro Materno Infantil “Tahuantinsuyo bajo” Independencia Lima, 2016.

La presente investigación se ha desarrollado en ochocapítulos:

El primer capítulo, contiene la introducción, fundamentación científica, justificación, problema y objetivos. El segundo capítulo contiene el marco metodológico, el tercero los resultados, VI la discusión, V conclusiones, VII referencias bibliográficas y por último los anexos.

He utilizado el método descriptivo ya que describo la característica de mi variable, de diseño no experimental porque no manipulo mi variable, de corte transversal debido a que analizo el nivel de mi variable; de enfoque cuantitativo ya que he procesado mis datos para describirlos; con una muestra sensal ya que es igual a toda mi población y no probabilístico al no utilizar ninguna fórmula.

Esta investigación nace a raíz que he observado que los practicantes de las diferentes áreas de la salud del Centro Materno Infantil Tahuantinsuyo Bajo, ubicado en el Distrito de Independencia Lima- Perú; ingresan al centro laboral nerviosos, agitados, sudorosos, es decir en condiciones estresantes, motivos por el cual no les permite desempeñarse como debe ser sus prácticas, las cuales afectan su vida diaria, demostrando emociones extremas. En este contexto, tengo como objetivos conocer las estrategias de afrontamiento desde el punto de vista conductual y cognitivo que utilizan los practicantes. Cuyo propósito está orientado a brindar información relevante que permita incorporar de una forma complementaria al plan curricular de las diferentes instituciones educativas de nivel superior y mecanismos de identificación precoz de situaciones estresantes a fin de fortalecer las estrategias de afrontamiento al futuro profesional.

Se espera señores miembros del jurado que esta investigación se ajuste a las exigencias establecidas por la universidad y merezca su aprobación.

Índice

| | Pág. |
|-------------------------------------|-----------|
| Página del jurado | ii |
| Dedicatoria | iii |
| Agradecimiento | iv |
| Declaración jurada | v |
| Presentación | vi |
| Índice | vii |
| Resumen | xi |
| Abstract | xii |
| I. Introducción | 13 |
| 1.1. Antecedentes | 18 |
| 1.1.1. Antecedentes nacionales. | 18 |
| 1.1.2. Antecedentes internacionales | 24 |
| 1.2. Fundamentación científica | 28 |
| 1.3. Justificación | 44 |
| 1.3.1. Relevancia social | 44 |
| 1.3.2. Valor teórico | 48 |
| 1.3.3. Valor practico | 50 |
| 1.3.4. Valor metodológico | 51 |
| 1.3.5. Valor epistemológico | 52 |
| 1.3.6. Valor Legal | 53 |
| 1.4. Problema | 54 |
| Realidad problemática | 54 |
| 1.4.1. Problema general | 56 |
| 1.4.2. Problemas específicos | 56 |
| 1.5. Objetivos | 57 |
| 1.5.1. Objetivo general | 57 |
| 1.5.2. Objetivos específicos | 57 |

| | |
|--|----|
| II. Marco metodológico | 58 |
| 2.1. Variables | 59 |
| 2.1.1. Definición conceptual | 59 |
| 2.1.2. Definición operacional | 59 |
| 2.2. Operacionalización de variables | 60 |
| 2.3. Metodología | 61 |
| 2.4. Tipo de estudio | 61 |
| 2.5. Diseño de investigación | 61 |
| 2.6. Población, muestra y muestreo | 62 |
| 2.6.1. Criterios de inclusión y exclusión | 63 |
| 2.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos | 63 |
| Validez | 66 |
| Confiabilidad | 66 |
| 2.8. Métodos de análisis de datos | 66 |
| III. Resultados | 67 |
| IV. Discusión | 76 |
| V. Conclusiones | 80 |
| VI. Recomendaciones | 82 |
| VII. Referencias bibliográficas | 84 |
| VIII. Anexos | 94 |
| Anexo 1. Matriz de consistencia | |
| Anexo 2. Instrumentos | |
| Anexo 3. Confiabilidad | |
| Anexo 4. Base de datos | |
| Anexo 5. Oficio de aceptación | |

Índice de tablas

| | | Páginas |
|---------|--|----------------|
| Tabla 1 | Operacionalización de la variable | 60 |
| Tabla 2 | Confiabilidad del instrumento | 66 |
| Tabla 3 | Descripción de las estrategias de afrontamiento frente al estrés | 68 |
| Tabla 4 | Tabla de medidas descriptivas de la variable estrategias de afrontamiento frente al estrés académico y sus respectivas dimensiones | 69 |
| Tabla 5 | Descripción de las estrategias de afrontamiento de intento cognitivo | 70 |
| Tabla 6 | Descripción de las estrategias de afrontamiento de intento conductual | 71 |

Índice de figuras

| | | Páginas |
|----------|--|----------------|
| Figura 1 | Descripción de las estrategias de afrontamiento frente al estrés | 68 |
| Figura 2 | Dimensiones de las estrategias de afrontamiento frente al estrés | 69 |
| Figura 3 | Descripción de las estrategias de afrontamiento de intento cognitivo | 70 |
| Figura 4 | Descripción de las estrategias de afrontamiento de intento conductual. | 71 |

Resumen

Las estrategias de afrontamiento utilizadas frente al estrés experimentado dentro del contexto académico constituye un tópico que ha recibido un creciente interés en los últimos años, debido a sus implicaciones sobre el aprendizaje, rendimiento, salud y bienestar del estudiante. Desde el modelo transaccional considera que las condiciones estímulares externas, son los recursos de afrontamiento del individuo los que determinan la naturaleza de la experiencia subjetiva de estrés. La regulación emocional representa un recurso de afrontamiento que ha comenzado a ser explorado sólo recientemente. Las intervenciones en público, los exámenes, las deficiencias metodológicas del profesorado y la sobrecarga académica son las situaciones del entorno académico que con mayor frecuencia desencadenan alteraciones emocionales desencadenándose en físicas lo que se denomina estrés entre los estudiantes universitarios.

La presente investigación surge de la observación de los efectos del estrés en los diferentes ámbitos de la vida. Es así que los estudiantes universitarios constituyen un grupo susceptible a presentar estrés, al enfrentar diariamente situaciones que le generan incertidumbre y preocupación.

El objetivo del estudio fue determinar los niveles de estrategias de afrontamiento desde el punto de vista cognitivos y conductuales frente al estrés académico que presentan los practicantes del centro materno infantil Tahuantinsuyo bajo Lima – 2016. El Tipo de Investigación fue de nivel descriptivo porque describo las características de mi variable, con diseño no experimental; con enfoque cuantitativo, mi población estuvo constituida por 47 practicantes de la salud entre medicina, enfermería, dental, farmacia, y obstétricas. El muestreo fue no probabilístico y censal porque he utilizado a toda mi población que es igual a la muestra. Se administró el cuestionario CRIA: inventario de respuestas de afrontamiento para adultos los que fueron validados por Rudolph H. Moos en el año 2003 y adaptado a nivel internacional por Teresa Kichner Nebot y María Forns Santacana en 2010 con una confiabilidad de 0,895 Alfa de Cronbach.

Se concluye que el 40.4% de los practicantes del centro materno infantil de Tahuantinsuyo bajo presentan un nivel alto, para hacer frente al estrés.

Palabras claves: Estrategias de afrontamiento, estrés académico.

Abstract

The stress experienced within the academic context is a topic that has received increasing attention in recent years due to its implications on learning, performance, health and welfare of the student. Since the transactional model of stress is considered in addition to the external stimulus conditions are coping resources that determine the individual nature of the subjective experience of stress. Emotional regulation represents a coping resource that has begun to be explored only recently. Interventions in public examinations, the methodological shortcomings of teachers and academic overload situations are academic environment that most often trigger stress among college students.

This research arises from the observation of the effects of stress in different areas of life. So that college students are a susceptible to stress present, facing situations that create uncertainty and worry daily group.

The research aimed to determine levels of cognitive and behavioral strategies against academic stress coping presenting practitioners of maternal and child center under Tahuantinsuyo Lima - 2015. The research was descriptive level, with no experimental design; the sample consisted of 47 health practitioners from medical, nursing, dental, pharmacy, midwives. The sampling was non probabilistic census. Inventory adult coping responses which were validated by Rudolph H. Moos in 2003 and adapted internationally by Nebot and Maria Teresa Kirchner FornSantacana in 2010 with a reliability of Cronbach Alfa 8,895: CRIA questionnaire was administered. It is concluded that 40.4% of the practitioners of maternal and child center under Tahuantinsuyo have a high level, above the average for coping with stress.

Keywords: academic stress, coping strategies.