

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE **PSICOLOGÍA**

“RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN  
ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA  
DE LIMA METROPOLITANA DURANTE EL 2022”

Tesis para optar al título profesional de:

**Licenciado en Psicología**

**Autores:**

Juan Diego De la Cruz Hernandez  
Jesus Alexander Gonzales Aniceto

**Asesora:**

Mg. Tania Carmela Lip Marín De Salazar

<https://orcid.org/0000-0001-7439-1495>

Lima – Perú

**JURADO EVALUADOR**

Jurado 1 Presidente(a)	<b>RENZO MARTINEZ MUNIVE</b>	<b>41466055</b>
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	<b>KENIA KEITH DEL ROCIO CASIANO VALDIVIESO</b>	<b>25762317</b>
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	<b>CARLOS FERNANDO GARCÍA GODOS SALAZAR</b>	<b>10280784</b>
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

## INFORME DE SIMILITUD

### similitud juan diego y jesus

#### INFORME DE ORIGINALIDAD



#### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>repositorio.unfv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>4%</b>
<b>2</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>3%</b>
<b>3</b>	<b>repositorio.ucv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>3%</b>
<b>4</b>	<b>Alejandro David Bernaola Ugarte, Miguel García García, Noemi Martínez Campos, Marks Ocampos Madrid, José Livia. "Validez y confiabilidad de la Escala Breve de Resiliencia Connor-Davidson (CD-RISC 10) en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana", Ciencias Psicológicas, 2022</b> Publicación	<b>2%</b>
<b>5</b>	<b>Submitted to Universidad Privada del Norte</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>revistas.usil.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>

## DEDICATORIA

A Dios por permitirme llegar a este paso tan importante de mi carrera, asimismo a mi familia y mi enamorada que son los pilares que me impulsan en conseguir mis logros, y a todas las personas que de una u otra forma me apoyaron en la realización de esta investigación

Jesús Alexander Gonzales Aniceto

Se lo dedico a mis padres y a cada miembro de mi familia que me estuvo apoyando mediante sus palabras y buenos deseos durante todo el camino de mi vida académica y personal.

Juan Diego de la Cruz Hernandez.

## **AGRADECIMIENTO**

A la Universidad Privada del Norte, por brindarnos las herramientas necesarias para un adecuado desarrollo profesional.

A nuestros docentes que formaron parte de nuestra formación académica, de manera especial a quienes nos orientaron en la realización de nuestra investigación, y nuestra asesora Tania Carmela Lip Marín De Salazar

## Tabla de contenido

Jurado calificador .....	2
Informe de similitud .....	3
Dedicatoria.....	4
Agradecimiento.....	5
Tabla de contenido.....	6
Índice de tablas.....	7
Resumen.....	8
Capítulo I: Introducción.....	10
Capitulo II: Metodología.....	22
Capitulo III: Resultados: .....	26
Capitulo IV: Discusión y Conclusiones.....	29
Referencias:.....	34
Anexos.....	39

## Índice de tablas

**Tabla 1** - Correlación entre resiliencia y estrés académico

**Tabla 2** - Correlación entre resiliencia y Dimensión estresores

**Tabla 3** - Correlación entre Resiliencia y Dimensión síntomas

**Tabla 4** - Correlación de la Resiliencia y la Dimensión estrategias de afrontamiento

## RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo general determinar el tipo de correlación que existe entre resiliencia y estrés académico en estudiantes de una Universidad privada durante el 2022. El presente estudio se realizó bajo un enfoque cuantitativo, de tipo correlacional, diseño no experimental, corte transversal, aplicado en 409 estudiantes universitarios. Se aplicaron los instrumentos de la escala breve de resiliencia Connor-Davidson CD-RISC 10 (2007) validada en el año 2022, y el Inventario Sistemático Cognoscitivista para el estudio de Estrés Académico SISCO SV-21 validada en el año 2018, ambos instrumentos validados en el Perú. Con relación a los resultados de esta investigación, se obtuvo una correlación de tipo inversa y fuerza moderada con un Rho de Spearman,  $\rho = -.410$  y una significancia  $p = .000$ , indicando que a mayor resiliencia menor estrés académico perciben los estudiantes universitarios. Se tuvo como limitación en la investigación que una parte de la muestra contestó a las escalas sin la presencia de los investigadores, lo que no da la certeza que lo hayan respondido en un momento de concentración o atención a la escala, si no que quizá en otro momento donde se deje fácilmente distraer por estímulos externos.

**Palabras clave:** Resiliencia, estrés académico, correlación, estudiantes universitarios



## ABSTRACT

The general objective of this research is to determine the type of correlation between resilience and academic stress in students of a private university in 2022. The present study was conducted under a quantitative, correlational, non-experimental, cross-sectional design, applied to 409 university students. The Connor-Davidson Brief Resilience Scale CD-RISC 10 (2007) validated in 2022, and the Systemic Cognitive Inventory for the Study of Academic Stress SISCO SV-21 validated in 2018, both instruments validated in Peru, were applied. Regarding the results of this research, a correlation of inverse type and moderate strength was obtained with a Spearman's rho,  $\rho = -.410$  and a significance  $p = .000$ , indicating that the higher the resilience the lower the academic stress perceived by university students. A limitation of the research was that part of the sample answered the scales without the presence of the researchers, which does not give the certainty that they answered in a moment of concentration or attention to the scale, but perhaps in another moment where they were easily distracted by external stimuli.

**Keywords:** Resilience, academic stress, correlation, students.

## CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

Según la organización mundial de la salud (OMS 2018) Señala que es importante fomentar la resiliencia desde los primeros años de aprendizaje, así dando oportunidad que las personas permitan desarrollar competencias. Pese a que existen facilidades en la actualidad, las personas están propensas a cambios que deben ser bien manejados, indicando que la resiliencia es un factor principal frente a las adversidades. De acuerdo al ranking de Bloomberg de resiliencia para la COVID-19, se clasificó a 53 países, donde algunos de los criterios a considerar tuvieron que ver con el afrontamiento de la pandemia y otro criterio es la severidad del confinamiento. De esta manera, Nueva Zelanda encabezó el ranking, seguido de Japón, Taiwán, Corea del Sur, Finlandia, Noruega y Australia. (Brache, 2020). Asimismo, en Latinoamérica mediante el Ranking Bloomberg de resiliencia de COVID-19 a nivel mundial, nos dio a conocer que Chile es el país latino que muestra mayores índices de resiliencia, con un 55.9, ubicándolo en el puesto 38; por otro lado, Colombia es el segundo país mejor ubicado, con un puntaje de 48.1, posicionándose en el puesto 48 ambos países tienen la mejor ubicación. Luego le siguen México, Brasil, Argentina y por último Perú, siendo este uno de los países más bajos entre las naciones evaluadas, con una puntuación de 41.6 ubicándose en el puesto 51 de un total de 53 participantes.

La Organización Panamericana de la Salud (OPS,2021) menciona que la resiliencia ha sido la causa del manejo adecuado frente a situaciones de afrontamiento debido a múltiples cambios que se han dado en la región de Latinoamérica donde se estima que es la herramienta más importante, donde se propone un plan de acción como el compromiso político y la salud en las Américas, ubicándola en el primer lugar de sus prioridades.

De acuerdo a la Revista Cubana de Medicina Militar (2020) da mención que el haber acatado la reglas en cada nación es una clave y una estrategia resiliente donde se afrontó la pandemia debido a que la naturaleza del virus SARS-COV-2 es propagarse de la forma más simple, respirar, suspirar, conversar. Debido a esto, se aplicaron medidas de confinamiento en varios países, especialmente en Latinoamérica, lo que no pasó desapercibido. De acuerdo con la estadística que brinda la Revista Cubana de Medicina Militar un grupo de 463 latinoamericanos, donde el 67.4% eran peruanos, mostraron que el 78.4% cumplían aislamiento social, aquel porcentaje consideraba que era una buena estrategia por parte de los gobiernos y el SARS-COV-2 no se podría multiplicar. La media de puntuación que nos señaló la encuesta de resiliencia, pasiva y activa fue entre 30 y 54, respectivamente. Entre el 57.2% y el 54% de participantes presentaron un nivel de resiliencia activa y pasiva donde también nos dio a mostrar que un factor asociado a las estrategias resilientes fue el nivel educativo.

Según la Federación de Instituciones Privadas de Educación (FIPES, 2022) menciona que muchos estudiantes se matricularon creyendo que todavía continuarán con una educación híbrida hasta fin de año. Por lo cual esta misma institución señala que existen varios grupos que rechazan retornar a la presencialidad, el 75 % de estudiantes universitarios no quiere retornar a la presencialidad pues indican que les parece más factible la educación virtual o con acceso remoto, ya que les permitía cumplir múltiples funciones, tales como trabajar, ayudar en las labores del hogar y familiar. Mientras que, un 25 % de estudiantes universitarios si desean retornar a clases presenciales, ya que mencionan que la interacción entre estudiantes es fundamental para una buena educación,

En el año 2020, durante el primer trimestre del año, nuestro país al igual que otras naciones entró en confinamiento debido a la existencia del coronavirus, donde hubo una serie de cambios abruptos en muchas actividades, uno de los cambios fue la deserción de 17,6% de estudiantes universitarios que no estudiaron debido a la crisis económica, esto ocasionó que perdieran sus empleos optando por otra forma de recursos que les permitieran generar ingresos. (FIPES 2022)

Asimismo, existen diversas dificultades que permiten volver a los seres humanos resilientes ayudando a descubrir nuevas habilidades, también existen múltiples problemáticas las cuales tiene que afrontar el ser humano, desde el punto de vista académico es el estrés que se ha generado en los estudiantes, de pasar desde la presencialidad a la virtualidad y retornar de la virtualidad a la presencialidad. Silvan, A (2020).

El estrés académico es un factor determinante que impide la realización de actividades, el cual presenta indicadores significativos en la población universitaria que impactan en el rendimiento académico, en el desarrollo emocional, cognitivo y fisiológico. (Toribio.C 2016)

La Organización mundial de la salud (2021) realizó un estudio a 52,730 personas que pasaban la mayor parte del tiempo en casa producto del aislamiento social, esta muestra indica que un 35% de los participantes presentó niveles altos de estrés, principalmente en las mujeres, debido al uso de redes sociales y las actividades académicas en modalidad remota, teniendo que permanecer por muchas horas frente al dispositivo, desencadenando a su vez estrés académico.

En el ámbito nacional los hallazgos preliminares de un estudio realizado en el Perú por el Ministerio de salud (MINSAL,2020) sobre la salud mental durante la pandemia por COVID-19, donde participaron 58,349 personas, se encontró que el 28.5% de todos los encuestados refirieron presentar sintomatología. De este grupo, el 41% de los encuestados presentaron sintomatología asociada a la depresión moderada a severa y el 12.8% refirió ideación suicida. Las mujeres reportaron sintomatología depresiva en un 30.8% y en los hombres el 23.4%. El grupo etario con mayor afectación fue entre los 18 a 24 años, asociándose al estrés académico como la causa principal de la problemática.

Desde la perspectiva académica el Ministerio de Educación (MINEDU,2019) revela que el 85% de la población universitaria presentaron problemas en cuanto a la salud mental, reportando que el 79% mantiene niveles altos de estrés académico, reconociendo un menor rendimiento en cuanto desempeño de actividades académicas producto de la carga laboral o familiar que presenta el estudiante. Finalmente, el Ministerio de Salud (MINSAL,2018) reconoció que el 30% de estudiantes universitarios presentaron consecuencias negativas en cuanto a la salud mental producto de una sobrecarga académica, especialmente en donde la exigencia es mayor a las evaluaciones constantes. Asimismo, un estudio publicado del Instituto de opinión pública de la Pontificia Universidad Católica del Perú (PUCP,2018) señala que el 80% de la población universitaria sufre o ha sufrido de estrés académico. Asimismo, esta investigación realizada por medio de encuestas ha permitido evidenciar resultados relevantes, tales como que el 47.7% del sexo femenino manifestaron tener estrés académico frecuentemente, mientras que el 29.9% de los hombres afirmaron también sentir estrés académico.

Según lo revisado a nivel teórico, los antecedentes de este estudio y los datos estadísticos; así como las observaciones realizadas por los investigadores, es que se postula que, de existir una relación entre la resiliencia y el estrés académico en los estudiantes universitarios, esto permitiría que se planteen estrategias desde la Universidad, a nivel personal y como sociedad para que los estudiantes desarrollen un nivel adecuado de resiliencia el cual les permitiría hacer frente de manera exitosa a las exigencias de la educación superior y por supuesto del estrés académico resultante.

Es por ello que se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación que existe entre resiliencia y estrés académico en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2022? y las preguntas específicas: (1) ¿Cuál es la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión *estresores* en estudiantes de una Universitaria Privada de Lima Metropolitana durante el 2022? (2) ¿Cuál es la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión *síntomas* en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante el 2022? (3) ¿Cuál es la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión *estrategias de afrontamiento* en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante el 2022?

Asimismo, se plantearon los objetivos del estudio, siendo el objetivo principal: Determinar el tipo de correlación que existe entre resiliencia y estrés académico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante el 2022; y los objetivos específicos (O1) Determinar la correlación que existe entre resiliencia y la dimensión *estresores* en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante el 2022. (O2) Determinar la correlación que existe entre resiliencia y la dimensión de los *síntomas* en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante el 2022. (O3) Determinar la correlación que existe entre resiliencia y la dimensión *estrategias de*

*afrentamiento* en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante el 2022.

En concordancia, se plantean las siguientes hipótesis de la investigación:

Hipótesis general: Hi Si existirá una correlación inversa entre la resiliencia y el estrés académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante el 2022. Las hipótesis específicas planteadas fueron: H1: Si existirá una correlación inversa entre la resiliencia y dimensión estresores en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante el 2022; H2 Si existirá una correlación inversa entre resiliencia y la dimensión síntomas en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante el 2022; H3 Si existirá correlación directa entre la resiliencia y dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante el 2022.

A continuación, se reportan algunos estudios internacionales, para posteriormente mencionar los estudios nacionales.

En España se realizó una investigación realizada por Berzosa (2017), titulada Estrés académico, engagement y resiliencia en estudiantes universitarios de la Universidad de Valladolid, donde tuvo como objetivo describir los niveles de estrés académico en los estudiantes. La investigación fue cuantitativa, descriptivo, transversal, correlacional y comparativa, donde se tuvo en cuenta las variables sociodemográficas y la resiliencia, la población evaluada fue de 175 estudiantes, donde en la mayoría eran mujeres y una minoría fueron varones, entre un rango de edad entre 18 a 50 años, los instrumentos utilizados fueron el inventario de SISCO de estrés académico, la escala Work engagement adaptada a estudiantes (UWES-S) y la Resilience Scale – 14 (RS14), el estudio indicó una correlación

negativa  $r = -.206^*$  entre estrés académico y resiliencia y una correlación positiva entre engagement y resiliencia.

Un estudio realizado en México por León, et.al (2019) con título Estrés, autoeficacia, rendimiento académico y resiliencia en adulto emergentes, tuvo como objetivo explorar si el estrés académico, la autoeficacia y rendimiento académico están relacionadas en alto o bajo índice de resiliencia. La muestra evaluada fue de 288 estudiantes universitarios de una Universidad pública, entre edades de 18 a 25 años de edad, donde se aplicó la escala de autoeficacia en conductas académicas y el cuestionario de resiliencia y SISCO de estrés académico, cabe mencionar que el modelo de estudio fue descriptivo, correlacional, los resultados obtenidos fueron que los niveles de estrés, rendimiento académico y resiliencia fueron moderados, bajas y significativas. Por otro lado, en relación con la resiliencia se evidencian diferencias significativas entre los evaluados, el resultado de la correlación entre estrés académico y resiliencia fue  $r = -.193^{**}$ , concluyendo que, al haber un aumento de niveles de estrés académico, los niveles de resiliencia disminuyen, si la autoeficacia es más satisfactoria se incrementan los niveles de rendimiento académico y resiliencias, con respecto a los otros índices de correlación se obtuvieron índices moderados, bajas y significativas.

Otra investigación realizada en México por Rodríguez, R y Cotonieto, E , (2022) nombrada como título Estrés académico y resiliencia en estudiantes mexicanos de nuevo ingreso de una Universidad privada, tuvo como objetivo correlacionar los niveles de estrés académico y resiliencia en una población de 94 estudiantes mexicanos de reciente ingreso de una universidad privada, los investigadores utilizaron una metodología de tipo no experimental , transversal- descriptivo y correlacional, se aplicaron los instrumentos como el Inventario de estrés académico (SISCO SV-21) y la Escala de resiliencia mexicana (RESI-M), los resultados obtenidos en la investigación fueron que se halló poca correlación entre ambas



variables ,  $r = -.025$  por lo que se recomendaron seguir realizando investigaciones con los mismos instrumentos, así mismo también nos da como resultado que el cambio de nivel medio a nivel superior puede provocar niveles moderados y severos de estrés académico.

En Panamá en la investigación realizada Saldaña G. y Correa I. (2021) titulada Resiliencia y manifestaciones de estrés en estudiantes durante la pandemia del COVID-19, el objetivo de la investigación fue analizar la asociación entre la resiliencia individual y las manifestaciones de estrés académico en los estudiantes de la Extensión universitaria de la Universidad especializada de las Américas, para ello los investigadores plantearon un diseño no experimental, de tipo transversal, correlacional y descriptivo, los instrumentos se utilizaron fueron la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young y el cuestionario de manifestaciones de estrés a una población de 491 estudiantes de pregrado finalmente el resultado principal fue que existe relación significativa de  $p = 0.002$  entre la dos variables .

Por último en Colombia un estudio realizado por Osorno, M , et al (2020), que tiene como título Estrés académico y resiliencia en madres Universitarias colombianas con y sin apoyo institucional en el cuidado de sus hijos, La presente investigación tuvo como objetivo determinar la asociación entre los niveles de estrés académico y la resiliencia en madres universitarias con y sin apoyo institucional en el cuidado de sus hijos, en una muestra de 52 madres de dos instituciones universitarias colombianas, el estudio realizado con un enfoque cuantitativo de nivel correlacional, con un diseño de casos y controles , los instrumentos que se aplicaron para la investigación fueron , ficha de datos sociodemográficos , la Escala de resiliencia SV-RES y el Inventario SISCO de estrés académico al finalizar su investigación los autores obtuvieron como resultado que existe correlación entre las variables de estrés académico y la resiliencia en ambos grupos ,siendo el grupo control más significativa ,  $r = -.478^*$  y significancia  $p = 0,013$  , la correlación entre las variables es inversa por lo tanto a menores niveles de resiliencia más estrés académico.

En el entorno *nacional* podemos citar un estudio realizado en Cajamarca, por Casahuaman y Núñez (2021), titulado Resiliencia y estrés académico en estudiantes de un Universidad Privada en la ciudad de Cajamarca, se trabajó con una cantidad de 120 estudiantes universitarios cuyo promedio de edades fue entre 16 a 18 años, las pruebas que se aplicaron fueron la Escala de Resiliencia para adolescentes e inventario SISCO de Estrés Académico, el estudio realizado fue descriptivo, de diseño no experimental de corte transversal, finalmente los resultados nos dio a conocer que existe correlación entre ambas variables  $r = -0.881$  de acuerdo a la significancia muestra que el valor es menor a 0,5 ( $p < 0,5$ ) indicando que la correlación es significativa.

Por otro lado un estudio realizado en Lima por Verastegui (2020) donde el estudio mencionado se realizó con una población de 392 estudiantes de primer a décimo ciclo de las carreras de Educación primaria, Contabilidad y Enfermería de una Universidad Privada de Lima Norte, tuvo como objetivo determinar la relación entre estrés académico y resiliencia en estudiantes de una Universidad privada. Se aplicó el inventario de SISCO de estrés académico y la Escala de resiliencia de Wagnild y Young, el diseño de la investigación fue de no experimental, transversal y correlacional ya que se buscó si existe o no relación entre las variables, con respecto a los resultados se obtuvo una correlación inversa moderada ( $r = -0.616$ ) lo cual nos indicó que mayor estrés académico, existirá menor resiliencia en la población de estudio.

En la investigación realizada por Campos y Garay (2020) titulada Resiliencia y estrés académico en universitarios de psicología en tiempos de aprendizaje virtual de una Universidad Privada de Huancayo en el 2020, se aplicaron los instrumentos de investigación, Escala de resiliencia de Wagnild & Young y el inventario de estrés académico SISCO SV, se aplicó en una población de 278 estudiantes universitarios de la carrera profesional de Psicología, la mencionada investigación tuvo como objetivo determinar la

relación que existe entre resiliencia y estrés académico, el diseño de la investigación fue de tipo básico, correlacional, finalmente se obtuvo como resultado una correlación inversa débil ( $r = -0,388$ ).

En la investigación de Giraldo y Márquez (2022) realizado en la provincia de Huaraz, el estudio realizado que tiene como título Estrés académico y resiliencia en estudiantes de psicología de primer ciclo de una Universidad Privada de Huaraz 2022, la metodología de la mencionada investigación fue no experimental, tipo descriptivo - correlacional de corte transversal, con respecto a la muestra e instrumentos de evaluación, se aplicaron los pruebas de Inventario de SISCO de estrés académico y la escala de resiliencia de Wagnild & Young a 151 estudiantes universitarios de primer ciclo de la carrera de psicología, obteniendo como resultado en la prueba de correlación ( $r=-0.166$ ) donde indicó que ambas variables presenta una correlación significativa de baja intensidad, así mismo dio también como resultado que a mayor estrés académico menor es la resiliencia.

En la investigación de Ramos (2020) titulada Resiliencia y estrés académico en una Universidad Privada de Ica en contexto de emergencia sanitario 2020 nos da a conocer que su investigación tuvo como objetivo analizar la relación que tienen la Resiliencia y el estrés académico, donde nos demuestra que es una investigación de tipo no experimental, correlacional, cuantitativo de corte transversal, el autor aplicó los instrumentos, la escala de resiliencia de Wagnild & Young adaptada por Novella y el Inventario de SISCO de estrés académico, en una población de 85 estudiantes universitarios, el primordial resultado determinó que existe correlación negativa débil entre ambas variables obteniendo como resultado ( $r=-0,358$ ), conclusión esencial fue que a mayor resiliencia menos estrés académico.

Complementando la información para el análisis debemos señalar las *precisiones conceptuales* con respecto a las variables de estudio, iniciando con resiliencia:

Según Fergus y Zimmerman (2005) refiere que la resiliencia es un camino que permite enfrentar situaciones de riesgo y experiencias traumáticas. Además, según Gorenstein (2012) define a la resiliencia como la capacidad de cualquier ser humano que enfrenta las situaciones que han puesto en riesgo su integridad psicofísica ante situaciones adversas que puedan suceder en nuestra vida cotidiana. Por otro lado, Denckla, et al (2020) define al término Resiliencia como la capacidad de sobreponerse a momentos difíciles y adaptarse a ellas, esto aplicando al contexto de pandemia por el COVID-19, es considerado como saltar y superar obstáculos.

La teoría que define mejor el instrumento de la investigación de la primera variable es la teoría de la personalidad resistente según Kobasa (1979) quien nos da conocer a la resiliencia como un conjunto de patrones, cualidades y estrategias que unidas forman herramientas para el desarrollo personal, surge que a raíz del por qué algunas personas antes contextos complicados como son las enfermedad, experiencias traumáticas o situaciones demandantes de múltiples labores logran sobrellevar y ven aquello como una oportunidad de tener nuevas oportunidades, Kobasa se basa en 3 rasgos, el primero es el desafío, donde nos hace énfasis que el ser humano ve las dificultades como oportunidades de adquirir nuevas experiencias y aprendizaje de la soluciones intentadas, el segundo rasgo es el compromiso como capacidad de someterse a situaciones de la vida cotidiana en varios ámbitos que puede considerarse imprevistas o estresantes , por último el tercer rasgo es el control que nos refiere que el ser humano al mantener una postura firme ante circunstancias difíciles , logra

adaptarse a ella y sobreponerse, esta es la teoría que Connor-Davindson se basa en su instrumento .

En relación a la segunda variable estrés académico el instrumento aplicado SISCO SV-21 el basa en la teoría del Modelo cognoscitivista del estrés académico según Barraza (2018) asume la teoría sistémico- cognitivista donde el estudiante presenta proceso de estímulos estresores , el primero el estudiante se ve presente mediante un proceso de demandas considerado también estresores que ingresan como (input) quien provoca el malestar sistémico del estudiante, el segundo es que los estresores generan un desequilibrio sistémico (coping), y por último el coping crea una abertura o también llamada salida ( output) que genera un buen manejo para restaurar el equilibrio adecuado del estudiante

Por todo lo señalado, la presente investigación espera generar nuevos conocimientos e información con respecto a la correlación de las variables estrés académico y resiliencia en el contexto universitario del año 2022; el cual estuvo caracterizado en su mayoría por una educación híbrida, la misma que fue implementando progresivamente, con medidas a nivel nacional con respecto al aislamiento social, distancia, aforo de instalaciones, uso de mascarillas y otros elementos de protección personal contra el Covid-19, con una frecuencia cada vez mayor de tiempo exigido de presencialidad en las instituciones educativas por parte de estudiantes y docentes, entre otros. Tomar en cuenta este particular entorno permitirá comprender la naturaleza de los hallazgos del presente estudio y servirá de base para desarrollar programas de prevención y determinación de grupos de riesgo en la comunidad educativa. Además, permitirá el planteamiento de estrategias de intervención y programas de prevención para los estudiantes.

## CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

Según el tipo de investigación que se utilizó en el estudio es de enfoque cuantitativo, debido a que se recolectarán datos numéricos por medio de un instrumento validado para luego realizar un análisis estadístico (Hernández, et al, 2018). Por otro lado, es de nivel correlacional, ya que hace referencia según Cancela (2010) a los estudios que comprenden el interés de describir y aclarar la relación, mediante el coeficiente de correlación y dirección de la relación entre las variables de estudio. Finalmente, el estudio realizado es de diseño no experimental, corte transversal, ya que no existió manejo de las variables teniendo en cuenta que la adquisición de la información se da en un solo momento (Hernández. S & Mendoza. C, 2018).

La población de estudio corresponde a 18,311 estudiantes de 06 facultades de una Universidad Privada de Lima Metropolitana. La muestra del presente estudio se obtuvo aplicando la técnica de muestreo no probabilístico por conveniencia, ascendiendo a un total de 409 estudiantes (Salgado,2005). Se decidió utilizar la técnica del muestreo debido a las restricciones de tránsito relacionadas al Covid-19. *Criterios de inclusión:* Edad entre 18 a 30 años, ambos sexos, con matrícula activa en el año 2022, que aceptaran participar voluntariamente del estudio; y *los criterios de exclusión:* Edad menor a 18 y mayor de 30 años, con matrícula reservada, que no complementaron algunos de los elementos de los cuestionarios, finalmente se excluyó a quienes no firmaron el formato de consentimiento informado.

En la presente investigación se utilizó la técnica de la encuesta y los instrumentos de evaluación. Según Arias (2020) los instrumentos son los medios materiales que se emplean para recoger y almacenar la información. El instrumento que se utilizó para la recolección de datos de la variable Resiliencia fue la versión adaptada al Perú de la Escala Breve de Resiliencia Connor-Davidson (CD-RISC 10) Bernaola, García et al. (2022) Está compuesto por 10 ítems que se califican por medio de una escala tipo Likert de 5 puntos (4: siempre, 3: casi siempre, 2: A veces, 1: raras veces y 0: nunca). La versión utilizada en la presente investigación obtuvo los valores relacionados a las propiedades psicométricas siguientes: el cuestionario posee validez por estructura interna unidimensional. Este instrumento fue validado con estudiantes universitarios de una institución privada de Lima Metropolitana, constituyéndose una muestra de 345 estudiantes, de ambos sexos (131 varones y 214 mujeres), con edades que oscilaban entre 18 y 50 años. Con respecto a la validez, se basó en la evidencia de validez de constructo, la cual fue analizada mediante el AFE (análisis factores exploratorio), obteniendo índices de (KMO = 0.89; Bartlett = 1344.8;  $p < .000$ ), además de una varianza explicada de 47%, con ítems que tuvieron cargas factoriales superiores a .30. Con respecto a la confiabilidad, esta se estableció a través de los coeficientes de alfa de Cronbach ( $\alpha = .827$ ) y Omega de McDonald ( $\Omega = .827$ ). Los resultados permiten concluir que el instrumento presenta evidencias de validez y que sus puntuaciones son consistentes. Asimismo, el instrumento utilizado para la variable estrés, corresponde a la versión adaptada al Perú del Inventario SISCO, Olivas, morales et al. (2021). Se califica con formato de respuesta tipo Likert de seis alternativas de respuesta, desde nunca = 0 hasta siempre = 5, distribuidos en tres dimensiones correspondientes a estresores (ítems 1- 7), síntomas (ítems 8-14) y estrategias de afrontamiento (ítems 15-21, redactados en sentido inverso. Cuenta con 21 ítems. Fue validado con 560 estudiantes de universidades públicas y privadas, de ambos

sexos, entre 18 y 50 años. En cuanto a la validez, se hizo el análisis por medio de la validez basada en la estructura interna, la que por medio del análisis factorial confirmatorio se propuso un modelo con buenos índices de ajuste: CFI=.929, TLI=.920, RMSEA=.083 [.078-.088], SRMR=.061. Manteniéndose así el modelo propuesto por Barraza (2018). Es importante mencionar que las cargas factoriales fueron mayores a .50. Con respecto a la confiabilidad, se estimó la misma por medio del coeficiente omega ( $\omega > .80$ ), donde las dimensiones tuvieron como valores coeficientes de .90, .89 y .89 para sus tres dimensiones. En cuanto al procedimiento de recolección de datos, esta se realizó por medio de la aplicación de las encuestas, las cuales, antes de aplicar, se solicitó el permiso debido a los autores de las respectivas adaptaciones, permiso a autoridades de la universidad. Posterior a ellos, se coordinó con docentes de las distintas carreras universitarias, para que apoyen brindando las facilidades del caso para ingresar a sus aulas y luego de presentarnos con sus estudiantes, pudiéramos conseguir una buena disposición de la muestra para contestar los test. Luego de brindarles el consentimiento informado, se pasó a aplicar el instrumento, aclarando previamente todas sus dudas. Para iniciar el análisis de datos, primero se hizo la depuración de test que no cumplieran los criterios de inclusión. Luego de ello se procedió a iniciar con el análisis cuantitativo en el software SPSS.

En cuanto al análisis de datos, con el fin de procesar los objetivos de estudio, se realizó en primer lugar el análisis de normalidad, aplicando el estadístico de Kolmogorov-Smirnov, el cual es adecuado cuando se realiza la normalidad en bases de datos mayores a 50 casos. Ello sirvió para poder identificar el uso de estadísticos paramétricos o no paramétricos, decidiendo así por el estadístico R de Pearson o Rho de Spearman.

Con respecto a los aspectos éticos de la presente investigación, se consideró las bases éticas del Colegio de Psicólogos del Perú, quien, por medio de su Código de Ética, indica en el artículo 25 el uso del consentimiento informado, documento que sí fue utilizado en este



estudio. Además, según el artículo 26 también se mencionó sobre los beneficios o riesgos en el estudio. Finalmente, según el artículo 28, se hizo uso de instrumentos altamente científicos que contaran con confiabilidad y validez. Por otro lado, también se hizo uso del Código de Ética del Investigador Científico de la UPN (UPN, 2016), el cual indica en su capítulo cuarto, llamado principios éticos, que la conducta del investigador debe ser en todo momento caracterizada por humanidad, justicia, veracidad, igualdad y trabajo en equipo, las cuales fueron adoptadas por los investigadores en todo momento del estudio. Finalmente, en base al capítulo segundo, sobre deberes de los investigadores, se menciona en los artículos 1ero al 6to, la presencia de respeto a la autonomía, beneficencia, responsabilidad, justicia y normatividad. Todo esto ha sido en todo momento contemplado de la misma forma por los investigadores. Es así que se garantiza, que el presente estudio, ha contado con todos los criterios éticos básicos.

### CAPÍTULO III: RESULTADOS

A continuación, se pasará a realizar el análisis inferencial de los objetivos del presente estudio, empezando por el objetivo general, el cual fue: Determinar el tipo de correlación que existe entre resiliencia y estrés académico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima metropolitana durante el 2022. A continuación, se analizará la correlación de las dos variables principales del estudio.

**Tabla 1**

*Correlación de la Resiliencia y el estrés académico*

		ESTRÉS ACADÉMICO
RESILIENCIA	Coefficiente de correlación de Rho de Spearman	-,410**
	Sig. (bilateral) $p$	,000
	n	409

*Fuente:* Elaboración propia de los investigadores.

Como se aprecia en la tabla 1, se encontró correlación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de una Universidad privada, siendo esta correlación de tipo inversa y fuerza moderada. El nivel de  $p$  asciende a 0.00, lo que es menor al valor referencial, por tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación.

**Tabla 2**
*Correlación de la Resiliencia y Dimensión Estresores*

		DIMENSIÓN ESTRESORES
RESILIENCIA	Coefficiente de correlación de Rho de Spearman	-,149**
	Sig. (bilateral) <i>p</i>	,002
	<i>n</i>	409

*Fuente: Elaboración propia de los investigadores*

Como se aprecia en la tabla 2 se encontró correlación entre la resiliencia y la dimensión Estresores en estudiantes de una Universidad privada, siendo esta correlación de tipo inversa y fuerza muy baja. El nivel de *p* asciende a ,002 lo que es menor al valor referencial, por tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación.

**Tabla 3**
*Correlación entre Resiliencia y Dimensión Síntomas*

		DIMENSIÓN SÍNTOMAS
RESILIENCIA	Coefficiente de correlación de Rho de Spearman	-0,353
	Sig. (bilateral)	,000
	<i>n</i>	409

*Fuente: Elaboración propia de los investigadores.*

Como se aprecia en la tabla 3 se encontró correlación entre la resiliencia y la dimensión síntomas en estudiantes de una Universidad privada, siendo esta correlación de tipo inversa y fuerza baja. El nivel de *p* asciende a ,000 lo que es menor al valor referencial, por tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación.

**Tabla 4**

### *Correlación de la Resiliencia y la Dimensión Estrategias de afrontamiento*

		DIMENSIÓN ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO
RESILIENCIA	Coefficiente de correlación de Rho de Spearman	-,478
	Sig. (bilateral)	,000
	n	409

*Fuente: Elaboración propia de los investigadores.*

Como se aprecia en la tabla 4 se encontró correlación entre la resiliencia y la dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Universidad privada, siendo esta correlación de tipo inversa y fuerza moderada. El nivel de  $p$  asciende a ,000 lo que es menor al valor referencial, por tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación.

## CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El objetivo general de la presente investigación fue determinar la correlación que existe entre resiliencia y estrés académico en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2022.

Los resultados obtenidos son similares a los estudios de Berzosa (2017), León, et. al. (2019), Ramos (2020), Campos y Garay (2020), Verastegui (2020), Osorno et al (2020), Casahuaman y Núñez (2021), Saldaña y Correa (2021), Giraldo y Márquez (2022), y Rodríguez y Cotonieto (2022), quienes en todos los casos encontraron correlación inversa, no obstante, algunos estudios encontraron correlación leve como el de Rodriguez y Cotonieto (2022), Ramos (2020) y el de Campos y Garay (2020). Por otro lado, el estudio de Casahuaman y Núñez (2021) obtuvo una correlación alta. Y los que tuvieron resultados más similares al presente estudio, con correlación moderada, fue el estudio de Verastegui (2020).

Estos resultados se reflejan en la teoría de Kobasa (1979), el cual refiere a la resiliencia como un conjunto de patrones de cualidades y estrategias que unidas forman herramientas para un crecimiento personal y con ello poder superar distintas complicaciones que se presentan, y así los universitarios ante situaciones complejas no solo las afrontarían, sino que además las verían como oportunidad de mejora para buscar nuevas experiencias y oportunidades. Complementariamente, el supuesto sistémico cognoscitivista y transaccional de Barraza (2006) menciona que el estudiante se encuentra inmerso a la demanda académica, el cual es inevitable que presenten situaciones estresores; lo que se ve reflejado en el horario, la calendarización académica, investigaciones, etc. Ante esta serie de indicadores la persona tiene la necesidad de actuar para encontrar el equilibrio sistémico conduciendo a la estrategia

de afrontamiento más adecuada, el cual evidenciará mayor resiliencia ante situaciones estresoras que pueda vivenciar el estudiante.

Ahora pasaremos a discutir el primero objetivo específico el cual fue determinar la correlación que existe entre resiliencia y la dimensión estresores en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante el 2022, siendo esta correlación de tipo inversa y fuerza muy baja.

Este resultado es similar al de la investigación de Campos y Garay (2020), quienes obtuvieron una correlación débil entre resiliencia y la dimensión estresores en estudiantes universitarios, asimismo la investigación de Verastegui (2020) también concuerda con los resultados con respecto a la dimensión estresores, el cual se correlaciona de manera inversa escasa o nula con el nivel general de resiliencia. Este vínculo de las variables podría ser explicado por Kobasa (1979), desde la mirada de la resiliencia, ya que el autor menciona que el resiliente es una persona que se adapta a distintos contextos y situaciones, por lo que, cuando alguien tiene que analizar un estresor o input (Barraza, 2006) lo hace en función a su valoración del propio estímulo, y el resiliente es una persona más optimista que no necesariamente analizaría el estímulo como algo peligroso o difícil a lo que pueda adaptarse.

Posteriormente en el segundo objetivo específico, el cual fue determinar la correlación que existe entre la resiliencia y la dimensión de los síntomas en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante el 2022, encontrándose como resultado una correlación inversa y baja entre ambas.

Este resultado guarda similitud con la investigación de Verastegui (2020) el cual manifiesta una correlación inversa débil entre la frecuencia de síntomas y el nivel general de resiliencia. Por otro lado, también existe similitud con los resultados obtenidos de la investigación de Campos y Garay (2020) obteniendo una correlación débil, por lo tanto, si existe relación

inversa débil entre resiliencia y la dimensión síntomas. Esto se explica con el planteamiento de Kobasa (1979), quien menciona que la personalidad resistente posee tres rasgos, el que se asemeja a estos resultados corresponde al rasgo “desafiante”, que al ver los acontecimientos el individuo lo interpreta como una oportunidad para adquirir mayor aprendizaje, a su vez el segundo rasgo es el “compromiso”, el cual indica que los estudiantes ven la capacidad de involucrarse en contextos de la vida cotidiana generando confianza, como último rasgo está el “control”, donde el estudiante puede mantenerse firme ante situaciones difíciles, logrando adaptarse al momento. Es así como la aparición de síntomas lleva a la aparición de la resiliencia. De acuerdo a la teoría sistémica cognoscitivista de Barraza (2006) menciona que el coping es el desequilibrio sistémico provocado por el estrés. Donde existe presencia de síntomas o reacciones que desestabilizan y causan malestar al estudiante con su entorno. Sin embargo, al ver expuesto logra tener capacidad de encontrar, resolver o controlar las situaciones estresoras, siendo esta el Output, la estrategia de salida donde reflejan la capacidad resiliente del estudiante. Quiere decir que el estudiante durante la etapa académica se siente expuesto a los agentes sintomáticos propios del estudio, sin embargo, al tener experiencias similares con anterioridad le permite tener las herramientas necesarias para que los síntomas no sean un obstáculo en el proceso académico.

Finalmente se discutirá el tercer objetivo específico que corresponde a determinar la correlación que existe entre resiliencia y la dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante el 2022. El cual se encontró una correlación inversa y moderada entre la resiliencia y la dimensión estrategias de afrontamiento.

Los resultados de este objetivo se discuten con la investigación de Verastegui (2020) ya que obtuvo como resultado una correlación directa escasa o nula frente a las estrategias de afrontamiento y el nivel general de resiliencia. A diferencia de Campos y Garay (2020),

quienes obtuvieron como resultado una correlación inversa y muy débil. La relación inversa de ambas variables se puede explicar desde la teoría de Kobasa (1979), que habla sobre los rasgos de la personalidad resistente, el cual tiene relación con el rasgo de control que domina los sucesos que pueda presentar el universitario en su vida cotidiana puesto que cada persona construye su propio destino, razón por la cual haría uso de pocas estrategias de afrontamiento, mientras más resiliente sea; no necesita variar o explorar otras alternativas de solución, porque el resiliente analiza la situación como una más y no necesariamente de forma problemática, sino que incluso, como una oportunidad de superación.

Algunas limitaciones del presente estudio recaen en el tipo de muestreo, ya que, al haberse usado un muestreo no probabilístico, este carece de fuerza de generalización de la muestra a la población, lo que llevó, por ende, al uso de estadísticos no paramétricos. Otra limitación, es que una parte de la muestra contestó a las escalas sin la presencia de los investigadores, el cual no hay certeza que lo hayan respondido concentradamente.

A continuación, pasaremos a detallar las implicancias de la investigación:

La implicancia teórica en esta presente investigación fue aportar información a futuros investigadores acerca de la existencia de una correlación entre los constructos resiliencia y estrés académico, y servir de base para continuar ampliando estas investigaciones bajo las teorías cognoscitivista de Barraza (2018) y la teoría de la personalidad resistente de Kobasa (1972) que nos permiten conocer la correlación inversa entre resiliencia y el estrés académico en los estudiantes.

La implicancia práctica de la investigación se fundamenta en la correlación negativa, quiere decir que los estudiantes universitarios ante las demandas y exigencias de la vida académica a mayor resiliencia menor será el estrés académico, el cual se aprecia en los hallazgos obtenidos de la presente investigación. Esto nos permitirá proponer talleres de manejo del



estrés académico y con ello esperar que el nivel de resiliencia se mantenga o se potencie. Asimismo, todos los esfuerzos por desarrollar competencias de resiliencia en los estudiantes permitirían que disminuyan los niveles de estrés académico.

Finalmente, en la implicancia metodológica, se contribuye a que en los siguientes estudios que se realicen con estudiantes universitarios, se pueda utilizar estos instrumentos ya validados aún con las limitaciones del tipo de muestreo, ya que los hallazgos del presente estudio contribuyen con dar evidencia de las propiedades psicométricas de los mismos, en relación con la confiabilidad y la validez, sobre todo en poblaciones similares.

Finalmente, a continuación, se señalarán las conclusiones del estudio:

Existe correlación negativa y de fuerza moderada entre el nivel de resiliencia y el estrés académico en estudiantes de una Universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2022.

Existe correlación entre resiliencia y la dimensión estresores en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante el 2022, siendo esta correlación de tipo inversa y fuerza muy baja.

Existe correlación entre la resiliencia y la dimensión síntomas en estudiantes de una Universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2022, siendo esta la correlación de tipo inversa y fuerza baja.

Existe correlación entre la resiliencia y la dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2022, siendo esta correlación de tipo inversa y fuerza moderada.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arias Gonzáles, Jose Luis. (2020). Proyecto de tesis: guía para la elaboración.  
Concytec.gob.pe. <https://gob.pe/handle/20.500.12390/2236>
- Brache, J. (2020). Explorando las innovaciones colaborativas en tiempos de pandemia: Lecciones de Nueva Zelanda. *Gestión y tendencias*, 5(3), 12-13. <https://doi.org/10.11565/gesten.v5i3.127>
- Berzosa Honrado, R. (2017). Estrés académico," engagement" y resiliencia en estudiantes de enfermería. <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/24508>
- Bernaola Ugarte, A. D., García García, M., Martínez Campos, N., Ocampos Madrid, M., & Livia, J. (2022). Validez y confiabilidad de la Escala Breve de Resiliencia Connor-Davidson (CD-RISC 10) en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Ciencias Psicológicas*, 16(1).  
<http://www.scielo.edu.uy/pdf/cp/v16n1/1688-4221-cp-16-01-e2545.pdf>
- Campos Blas, M. M., & Garay Alvarado, E. (2021). Resiliencia y estrés académico en universitarios de psicología en tiempos de aprendizaje virtual de una Universidad Privada de Huancayo-2020.  
<https://hdl.handle.net/20.500.12848/2247>
- Campos, M. Garay, E (2020) Resiliencia y estrés académico en universitarios de psicología en tiempos de aprendizaje virtual de una Universidad Privada de Huancayo-2020 (Tesis Licenciatura). Repositorio Universidad Privada de los Andes. Recuperado. <http://www.repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/2247>

- Casahuaman Pisco, e. b., & Nuñez Guevara, a. n. a. l. i. (2022). Resiliencia y estrés académico en estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Cajamarca, 2021. <http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/2352>
- Cassaretto-, Mónica, Vilela-, Patty, & Gamarra-, Lorena. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Liberabit*, 27(2), e482. Epub 06 de septiembre de 2021. <https://dx.doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>
- Cotonieto-Martínez E, Rodríguez-Terán R. Salud comunitaria: Una revisión de los pilares, enfoques, instrumentos de intervención y su integración con la atención primaria. *JONNPR*. 2021;6(2):393-410. DOI: <https://doi.org/10.19230/jonnpr.3816>
- Del carmen, s. v. m. (2019). 'muestra probabilística y no probabilística'. [http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/108928/secme-10911\\_1.pdf?sequence=1](http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/108928/secme-10911_1.pdf?sequence=1).
- Giraldo Quispe, S. R., & Márquez Agurto, M. A. (2022). Estrés académico y resiliencia en estudiantes de Psicología del primer ciclo de una Universidad Privada de Huaraz, 2022. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/10377>.
- Giraldo,S. Marquez,M. (2022) Estrés académico y resiliencia en estudiantes de Psicología del primer ciclo de una Universidad Privada de Huaraz, 2022. Recuperado de <https://hdl.handle.net/20.500.12692/103778>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. <https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>.

- Instituto de Opinión Pública de la PUCP. (2018). Una mirada a la salud mental desde la opinión de los peruanos. Recuperado de <https://bit.ly/3hRK3Jh>
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality and health: An inquiry into hardiness. *Personalidad y Psicología Social*, 37(1), 1–11. doi: [10.1037//0022-3514.37.1.1](https://doi.org/10.1037//0022-3514.37.1.1). PMID: 458548.
- León Hernández, A., González Escobar, S., Barcelata Eguiarte, B. E., & González Arratia López Fuentes, N. I. (2019). Estrés, autoeficacia, rendimiento académico y resiliencia en adultos emergentes. Universidad de Almería. <https://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/2226/2808>.
- López Fuentes, N. I. (2019). Estrés, autoeficacia, rendimiento académico y resiliencia en adultos emergentes. <http://hdl.handle.net/10835/7605>.
- MINEDU. (2019). Minedu y el Minsa trabajan con 21 universidades públicas en el cuidado de la salud mental. Recuperado de <https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa-trabajan-con-21-universidades>
- Ministerio de Salud del Perú (2020). Plan de salud mental (en el contexto COVID-19). Documento Técnico. MINSA. Perú; 2020. p. 13.
- OPS (2021) Estrategia para el establecimiento de sistemas de salud resilientes y la recuperación en la etapa posterior a la pandemia de COVID-19 a fin de mantener y proteger los logros de la salud pública. <https://www.paho.org/es/documentos/cd59r12-estrategia-para-establecimiento-sistemas-salud-resilientes-recuperacion-etapa>.
- Olivas-Ugarte, L., Morales-Hernández, S., & Solano-Jáuregui, M. (2021). Evidencias psicométricas de Inventario SISCO SV-21 para el estudio del

estrés académico en universitarios peruanos. Propósitos y Representaciones, 9(2), 647. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9n2.647>

Ortega, A. O. (2018). Enfoques de investigación. Extraído de [https://clasev.com/pluginfile.php/21199/mod\\_resource/content/1/Enfoques%20de%20Investigaci%C3%B3n.pdf](https://clasev.com/pluginfile.php/21199/mod_resource/content/1/Enfoques%20de%20Investigaci%C3%B3n.pdf)

Osorno-Foronda, M. A. De Hoyos-Rivera, M., García-Vallejo, M. A. Córdoba-Sánchez, V. (2021). El estrés académico y resiliencia en madres universitarias colombianas con y sin apoyo institucional en el cuidado de sus hijos. *Psicoespacios*, 14(25), 16. <https://doi.org/10.25057/21452776.1367>

OMS. (2021). Enfermedades no transmisibles. Organización Mundial de La Salud, 20. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/noncommunicable-diseases>

Ramos Calderón, R. E. (2021). Resiliencia y estrés académico en los estudiantes de una universidad privada de Ica, en el contexto de emergencia sanitaria, 2020. <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/handle/autonmadeica/979>

Rodríguez Terán, R., & Cotonieto Martínez, E. (2022). Estrés académico y resiliencia en estudiantes mexicanos de nuevo ingreso de una universidad privada. *Educación y Salud Boletín Científico Instituto de Ciencias de la Salud Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo*. <https://www.semanticscholar.org/paper/Estr%C3%A9s-acad%C3%A9mico-y-resiliencia-en-estudiantes-de-de-Ter%C3%A1n-Mart%C3%ADnez/061f1bb8e458c499c0e6c746c230188f918d776a#citing-papers>.

- Salgado, A. (2005). Métodos e instrumentos para medir la resiliencia: una alternativa peruana. (Tesis de licenciatura). Universidad San Martín de Porres.
- Saldaña, G., & Correa, I. (2022). Resiliencia y manifestaciones de estrés en Estudiantes Universitarios durante la Pandemia por COVID-19. *Espectro Investigativo Latinoamericano*, 4(1), 23–29. Recuperado a partir de <https://revista.isaeuniversidad.ac.pa/index.php/EIL/article/view/71>
- Sáenz, M (2022) Retorno a las universidades: ¿Están preparados los estudiantes y cuánto aumentaría las pensiones? *Radio programas del Perú*. <https://rpp.pe/economia/economia/retorno-a-las-universidades-estan-preparados-los-estudiantes-y-cuanto-aumentaria-las-pensiones-noticia-1413901>.
- Toribio, C (2016). Estrés Académico: El enemigo silencioso del estudiante. *Salud y Administración*, 3(7), 11-18. [https://www.unsis.edu.mx/SaludyAdministracion/07/A2\\_ESTRES.pdf](https://www.unsis.edu.mx/SaludyAdministracion/07/A2_ESTRES.pdf)
- Vera Ponce, V., Valladares Garrido, M., Peralta, C., Astudillo, D., Torres Malca, J., Orihuela Manrique, E., & Tello Quispe, E. (2020). Factores asociados al afrontamiento psicológico frente a la COVID-19 durante el periodo de cuarentena. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 49(4), e0200870.
- Verastegui, M. A. (2020). Estrés académico y resiliencia en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, 2019 (Tesis de licenciatura). Repositorio de la Universidad Privada del Norte. Recuperado de <https://hdl.handle.net/11537/24260>

## ANEXOS

### ANEXO N° 1. *Análisis de normalidad para las variables y dimensiones*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
TOTAL_RESILIENCIA	,069	409	,000
TOTAL_ESTRESACADEMICO	,068	409	,000
EA_ESTRESORES	,098	409	,000
EA_SINTOMAS	,073	409	,000
EA ESTRATEGIASAFRONTAMIENTO	,069	409	,000

Como se aprecia en la tabla 1, en todos los casos, tanto de las variables como de las dimensiones, se obtuvo una distribución no normal, debido a que la significación fue menor a .050. Ante ello, se recurrirá al uso de estadísticos no paramétricos para todas las correlaciones, lo cual implica usar el Rho de Spearman.

Anexo N° 2. *Tabla de frecuencia para variables sociodemográficas*

Variable	Grupos	Frecuencia	Porcentaje
Edad	18	102	24,9 %
	19	54	13,2 %
	20	59	14,4 %
	21	59	14,4 %
	22	34	8,3 %
	23	34	8,3 %
	24	22	5,4 %
	25	15	3,7 %
	26	13	3,2 %
	27	5	1,2 %
	28	4	1,0 %
Genero	Femenino	290	70,9%
	Masculino	119	29,1%
Se encuentran laborando	No laboran	234	54,8%
	Si laboran	175	42,8%
Facultad	Arquitectura y diseño	15	3,7%
	Comunicaciones	36	8,8%
	Derecho	25	6,1%
	Ingeniería	13	3,2%
	Negocios	39	9,5%
	Salud	281	68,7%
	Primer ciclo	77	18,8%
	Segundo ciclo	26	6,4%
	Tercer ciclo	21	5,1%
	Cuarto ciclo	142	34,7%



	Quinto ciclo	31	7,6%
	Sexto ciclo	27	6,6%
Ciclo académico	Séptimo ciclo	12	2,9%
	Octavo ciclo	24	5,9%
	Noveno ciclo	6	1,5%
	Decimo ciclo	17	4,2%
	Decimo primer ciclo	4	1,0%
	Décimo segundo ciclo	22	5,4%

---

Como se aprecia en el anexo N° 2, la muestra estuvo conformado por su mayoría por estudiantes universitarios de 18 años, donde fueron más mujeres, que no trabajan, además gran parte pertenece a la facultad de Salud, que pertenecen a gran medida al cuarto ciclo universitario.

Anexo N°3 Matriz de Consistencia Interna

<b>Problemas</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Hipótesis</b>	<b>Variables</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Metodología</b>
<p><b>Problema general</b></p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre resiliencia y estrés académico en estudiantes de una universidad privada de Lima metropolitana durante el 2022?</p>	<p><b>Objetivo general</b></p> <p>Establecer el tipo de correlación que existe entre resiliencia y estrés académico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante 2022.</p>	<p><b>Hipótesis general</b></p> <p>Si existirá una correlación inversa entre la resiliencia y el estrés académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante el 2022.</p>	<p><b>Variable 1</b></p> <p>Resiliencia</p>	<p>Unidimensional</p>	<p><b>Enfoque</b></p> <p>Cuantitativo</p>
<p><b>Problemas específicos</b></p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión estresores en estudiantes de una</p>	<p><b>Objetivos específicos</b></p> <p>Establecer la correlación que existe entre la resiliencia y la dimensiones <i>estresores</i></p>	<p><b>Hipótesis específicas</b></p> <p>Si existirá una correlación inversa entre la resiliencia y dimensiones <i>estresores</i></p>		<p>Estresores</p>	<p><b>Alcance</b></p> <p>Correlacional</p>

<p>Universidad Privada de Lima metropolitana durante el 2022?</p>	<p>en estudiantes de una Universidad de Lima Metropolitana durante el 2022.</p>	<p>en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante el 2022.</p>	<p><b>Variable 2</b></p> <p>Estrés académico</p>		<p><b>Diseño</b></p> <p>No experimental-transaccional</p>
<p>¿Cuál es la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión síntomas en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante el 2022?</p>	<p>Determinar la correlación que existe entre la resiliencia y la dimensión síntomas en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante el 2022.</p>	<p>Si existirá una correlación inversa entre resiliencia y la dimensión <i>síntomas</i> en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante el 2022.</p>			

<p>¿Cuál es la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana?</p>	<p>Establecer la correlación que existe entre resiliencia y la dimensión <i>estrategias de afrontamiento</i> en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante el 2022.</p>	<p>Si existirá correlación directa entre la resiliencia y dimensión <i>estrategias de afrontamiento</i> en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante el 2022.</p>		<p>Estrategias de afrontamiento</p>	<p>Escala Breve de Resiliencia Connor-Davidson (CD-RISC 10)</p> <p>Inventario SISCO SV-21 (Segunda versión)</p>
--	---	--	--	-------------------------------------	---

Anexo N°4 Matriz de Operacionalización

Variables	Conceptualización	Def. operacional	Dimensión	Indicadores	Ítems
<p>Escala breve de Resiliencia Connor-Davidson (CD-RISC 10)</p>	<p>Según Gorenstein (2012) define a la resiliencia como la capacidad de cualquier ser humano que enfrenta las situaciones que han puesto en riesgo su integridad psicofísica ante situaciones adversas que puedan</p>	<p>Nivel obtenido por los participantes con formación en estudios universitarios, se obtiene el nivel de acuerdo al resultado obtenido según el correspondiente puntaje, se evalúa el nivel de resiliencia de los estudiantes</p>	<p>Unidimensional</p>	<p>Estrategias y formas de poder resolver situaciones adversas, complicadas y saturantes de manera comportamental y cognitiva con mayor o menor esfuerzo.</p>	<p>1,2,3,4,5,6,7,8,9,10</p>

	sucedan en nuestra vida cotidiana.	universitarios que permite manejar y resolver situaciones agobiantes.			
Inventario sistémico cognoscivista para el estudio del estrés académico (SISCO SV-21, Segunda versión de 21 ítems)	El estrés académico es definido como un proceso que inicia cuando el estudiante valora las demandas del contexto educativo como estresantes, lo cual genera un desequilibrio sistémico	Puntaje obtenido en el inventario que indica el nivel de estrés académico que tienen los estudiantes.	Estresores	Agente que percibe amenazante el estudiante fomentando desequilibrio en las actividades académicas del estudiante.	1 ,2,3,4,5,6,7
			Síntomas	Reacciones físicas y psicológicas que se presenta en el	8,9,10,11,12,13,14

	<p>que desencadena síntomas desagradables obligando al estudiante a implementar una serie de estrategias de afrontamiento para reestablecer el equilibrio perdido. (Barraza ,2008)</p>			estudiante en mayor o menor medida cuando se encuentra estresado.	
			<p>Estrategias de afrontamiento</p>	<p>Acciones que realizan algunos de los estudiantes para poder enfrentar y manejar el estrés en mayor o menor medida.</p>	<p>15,16,17,18,19,20,21</p>

Anexo N° 5 Consentimiento información y ficha sociodemográfico

## RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA METROPOLITANA DURANTE DEL 2022

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Estimado (a) estudiante:

Somos Diego de la Cruz y Jesús Gonzales, tesisistas de la carrera de Psicología. Nos encontramos realizando una investigación Realizada " Resiliencia y Estrés Académico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima metropolitana durante el 2022", el cual va dirigido a estudiantes universitarios de las diversas carreras de Pregrado.

Te agradecería que puedas completar el siguiente formulario, recuerda que tu participación es voluntaria y totalmente anónima. El uso de los datos brindados serán tratados de manera confidencial y analizada únicamente para propósitos de la investigación.

Si tuvieras alguna duda o consulta, puedes contactarnos al siguiente correo: [jg727265@gmail.com](mailto:jg727265@gmail.com)

Muchas Gracias.

[jg727265@gmail.com](mailto:jg727265@gmail.com) [Cambiar cuenta](#)

No compartido

*\* Indica que la pregunta es obligatoria*

¿Desea participar de la siguiente investigación? \*

Sí

No

[Siguiete](#) [Borrar formulario](#)

Sección 2 de 2

**DATOS SOCIODEMOGRAFICOS**

Descripción (opcional)

Genero \*

Hombre

Mujer

Laboro

Opción múltiple

Sí

No

Agregar una opción o agregar "Otro/a"

Edad \*

Texto de respuesta brevia

Facultad \*

Salud

Negocios

Comunicaciones

Ingeniería

Derecho

Arquitectura y Diseño

Ciclo Académico \*

1. Primer Ciclo
2. Segundo Ciclo
3. Tercer Ciclo
4. Cuarto Ciclo
5. Quinto Ciclo
6. Sexto Ciclo
7. Séptimo Ciclo
8. Octavo Ciclo
9. Noveno Ciclo
10. Décimo Ciclo
11. Décimo primer Ciclo
12. Décimo segundo Ciclo