



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología

“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y BURNOUT ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD DE LIMA, 2021”

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autora:

Stephany Michel Mestanza Rojas

Asesor:

Dra. Aurora Chumpitaz Mozombite

Lima – Perú

2022

DEDICATORIA

A Dios, por brindarme salud y permitir que llegara este día.

A mis padres, por ser mi soporte, mi lugar de apoyo a lo largo de estos años de vida universitaria, su comprensión, apoyo económico y emocional nunca faltaron.

A mi tía Gloria Rojas, por ser mi confidente y brindarme su apoyo emocional incondicional.

AGRADECIMIENTO

A mis docentes, por todas sus enseñanzas, acompañamiento y sensibilidad humana brindadas a lo largo de estos años, siempre los llevaré en mis pensamientos.

A mis compañeros y amigos, gracias por ser ese soporte social imprescindible.

A Carlos G. por su amor y apoyo incondicional durante mi etapa universitaria, tu motivación hizo que no me rindiera.

A mi asesora Aurora Chumpitaz Mozombite, gracias doctora por su apoyo y enseñanza constante, sin usted esta meta no hubiese sido posible.

ÍNDICE DE CONTENIDO

| | |
|---|----|
| DEDICATORIA | 2 |
| AGRADECIMIENTO | 3 |
| ÍNDICE DE CONTENIDO | 4 |
| ÍNDICE DE TABLAS | 5 |
| RESUMEN | 6 |
| CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN | 7 |
| CAPÍTULO II. MÉTODO | 31 |
| CAPÍTULO III. RESULTADOS | 44 |
| CAPÍTULO VI. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES | 51 |
| REFERENCIAS | 60 |
| ANEXOS | 69 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|--|----|
| Tabla 1 Características de la Muestra | 32 |
| Tabla 2 Validez y Confiabilidad del Instrumento MBI-SS | 36 |
| Tabla 3 Validez y Confiabilidad del Instrumento COPE..... | 39 |
| Tabla 6 Niveles de Burnout académico según sus dimensiones en Estudiantes de Psicología, 2021..... | 45 |
| Tabla 7 Coeficiente de Correlación de Spearman entre Estrategias de Afrontamiento y el Burnout Académico en Estudiantes de psicología, 2021..... | 46 |
| Tabla 8 Coeficiente de Correlación de Spearman entre Estilos de Afrontamiento y la Dimensión Agotamiento Emocional del Burnout Académico en Estudiantes de psicología, 2021..... | 48 |
| Tabla 9 Coeficiente de Correlación de Spearman entre Estilos de Afrontamiento y la Dimensión Cinismo del Burnout Académico en Estudiantes de psicología, 2021..... | 49 |
| Tabla 10 Coeficiente de Correlación de Spearman entre Estilos de Afrontamiento y la Dimensión Eficacia Académica del Burnout Académico en Estudiantes de psicología, 2021..... | 50 |

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el burnout académico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima, mediante un estudio de enfoque cuantitativo, básico, no experimental, transversal y correlacional, en una muestra conformada por 205 estudiantes de psicología; aplicando el Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés COPE y el Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI – SS). Hallándose como resultados que existe relación en cuatro estrategias de afrontamiento y el burnout académico: correlación positiva y significativamente entre análisis de emociones ($Rho = ,161^*$, $p = ,021$), conductas inadecuadas ($Rho = ,206^{**}$, $p = ,003$) y distracción ($Rho = ,142^*$, $p = ,043$), correlación negativa y significativamente en Aceptación ($Rho = -,221^{**}$, $p = ,001$) otros modos ($rho = -,231^{**}$ $p < .001$) y eficacia académica. No se halló relación entre los estilos de afrontamiento enfocado al problema, enfocado a la emoción, otros modos, el agotamiento emocional y el Cinismo. Concluyendo que a mayor análisis emocional, conductas inadecuadas y distracción mayor burnout académico, a mayor aceptación menor burnout académico y viceversa.

Palabras clave: Estrategias de Afrontamiento, Burnout Académico, Estudiantes de Psicología.

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad el mundo entero viene atravesando uno de los más grandes retos de la historia debido a la pandemia por el virus SARS-CoV-2 más conocido como COVID-19, la cual está teniendo efectos devastadores en la salud y en la vida de una gran parte de la población mundial, contexto en el que la tecnología está tomando un papel trascendental que genera que las personas hayan cambiado sus conductas habituales, en donde el ser humano se ha visto obligado a permanecer en un estado de confinamiento prolongado (Alcántara, 2020).

De esta manera según la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura nos menciona que la pandemia ha afectado de forma devastadora a la educación poniendo al descubierto las grandes brechas y desigualdades que existen en el sector educativo, los dos tercios de los estudiantes en el mundo han sido afectados por el cierre completo o parcial de sus centros educativos y en 29 países aún se mantienen completamente cerrados, aunado a esto se considera que mientras las escuelas se sigan manteniendo cerradas por mucho más tiempo el futuro de los niños y jóvenes se encuentra en riesgo puesto que 24 millones de niños y jóvenes abandonarían sus estudios (UNESCO, 2021).

En este sentido, los estudiantes enfrentan un escenario innovador que ha presentado limitaciones en su desarrollo tales como: acceso y conectividad a internet, metodología empleada en clases, sobrecarga de actividades académicas y sobreexposición al ordenador, Tablet o celular; sumado a que los universitarios forman parte de la población en riesgo a desarrollar malestares psicológicos (Araoz, Roque, Ramos, Uchasara & Araoz, 2021; Xiong et al., 2020).

Cabe destacar, que la universidad es el ambiente en el que se generan cambios y se adquiere nuevos hábitos para el cumplimiento de las actividades académicas (Jorquera, Marillanca & Loyola, 2015). Mucho más en los últimos años académicos se realizan las

prácticas preprofesionales, en donde se relaciona el conocimiento adquirido en la universidad y la realidad profesional; permitiendo adquirir experiencia laboral y el análisis de las expectativas hacia la carrera profesional (Erazo, Sánchez & Esparza, 2017). Ante este proceso se tiende a producir estrés académico que según refieren Alfonso, Calcines, Monteagudo y Nieves (2015) se da en los estudiantes de educación secundaria o superior, la fuente de origen se refiere a estresores relacionados con las actividades académicas. Por tanto, su cronicidad conlleva a experimentar el burnout académico; vinculado al rol y actividades en el entorno educativo que puede llegar a afectar el nivel personal, educativo y psicosocial del estudiante, este síndrome se evidencia a través de alteraciones psicosomáticas, emocionales y conductuales (Caballero, 2012; Rosales & Rosales-Paneque, 2013).

Por otra parte, si bien se entiende que el burnout puede afectar al estudiante y a su vida, es importante exponer las estrategias de afrontamiento que son las respuestas comportamentales (pensamiento, actitud, acción) para enfrentar situaciones problemáticas (Casullo & Fernández, 2001). Estas estrategias permiten que la persona pueda adaptarse a su medio, determinando el nivel de bienestar interno y mejorando su propia salud. No obstante, se considera alarmante que los estudiantes desarrollen estrategias de afrontamiento desadaptativas que generen un ambiente educativo y laboral hostil aumentando la probabilidad de experimentar un malestar psicológico (Cassaretto, 2009).

Por ello, en una revisión sistemática realizado por investigadores de Portugal y Ecuador, en universitarios en todo el mundo se encontró que la prevalencia global del burnout académico es considerablemente alta (40%) teniéndose en cada dimensión del síndrome los siguientes resultados: 55,4% para el agotamiento emocional, 31,6% para el cinismo y 30,9% para la eficacia académica. Se señaló también que los niveles de prevalencia más altos se encontraban en las carreras de medicina y es el sexo femenino el más afectado con un 62,7%

(Rosales, Rizzo, Mocha & Ferreira, 2021). En Colombia se identificó los factores de riesgo que predisponen la aparición de este síndrome teniendo entre ellos: desregulación emocional, contar con una red de apoyo reducida o no tenerla, estar cursando los primeros o últimos ciclos académicos, tener un rango de edad entre los 18 y 27 años, ser del sexo femenino y tener una condición civil de separado o soltero. Del mismo modo, se hallaron factores protectores como: tener apoyo social en los distintos ámbitos de vida como es el familiar y el educativo, contar con estrategias o mecanismos de regulación emocional (Contreras, 2021).

En el Perú, el Instituto Nacional de Radio y Televisión del Perú (2020) informó que según el Ministerio de Educación – Minedu, durante el primer periodo educativo en pandemia en el 2020 un total de 174,544 estudiantes tuvieron que interrumpir sus estudios en la universidad, se señaló que esta deserción tiene múltiples causas, considerando al aspecto económico como una de las razones principales. Asimismo, se informó que el sistema universitario en Perú ha venido presentando un porcentaje alto de deserción en años anteriores a la pandemia. Sin embargo, en el segundo periodo de educación perteneciente al 2020-2 se tuvo una tasa de deserción de 18.9 % en las universidades privadas diferenciándose del 22.3 % que se presentó en el periodo 2020-1, disminuyendo así en un 3.4%.

Para Martínez (2019) se estima que el 77% de los estudiantes universitarios experimenta el estrés académico 36% nivel medio, 31% nivel medio alto y el 10% nivel alto. Asimismo, un estudio realizado a nivel nacional nos indica que más del 40% de estudiantes reporta un nivel alto de Burnout académico o estar en riesgo de padecerlo, a estos altos niveles se asocia la ansiedad y depresión puesto que la salud mental de la población universitaria se encuentra vulnerable a la situación actual de pandemia y ello repercute en su desempeño académico (Seperak, Fernández, & Domínguez, 2021). En Lima, una investigación nos menciona que aquellos estudiantes que hacen uso de estrategias de afrontamiento enfocados en

el problema no presentan tendencia de agotamiento emocional; mientras que aquellos que frecuentemente usan estrategias enfocadas a la emoción tienden a presentar indicadores de burnout académico. (Ayala, 2021).

Frente a todo lo mencionado, se formula la siguiente pregunta general de investigación: ¿Existe relación entre las estrategias de afrontamiento y el burnout académico en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2021?. Asimismo, como problemas específicos se formula lo siguiente: ¿Cuáles son los estilos de afrontamientos predominantes en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021?, ¿Cuál es el nivel predominante de burnout académico y sus dimensiones en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2021?, ¿Existe relación entre los estilos de afrontamiento y la dimensión agotamiento emocional en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021?, ¿Existe relación entre los estilos de afrontamiento y la dimensión eficacia académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021?, ¿Existe relación entre los estilos de afrontamiento y la dimensión cinismo en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021?. Planteándose como objetivo general determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el burnout académico en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2021. Como objetivos específicos se planteó: identificar los estilos de afrontamientos predominantes en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021, identificar el nivel predominante de burnout académico y sus dimensiones en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2021, determinar la relación entre los estilos de afrontamiento y la dimensión agotamiento emocional en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021, determinar la relación entre los estilos de afrontamiento y la dimensión eficacia académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021, determinar la relación entre los estilos de afrontamiento y la dimensión cinismo en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021. En este sentido, como hipótesis general se afirma que existe relación significativa entre las estrategias

de afrontamiento y el burnout académico en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2021. Como hipótesis específicas se afirma lo siguiente: existe relación significativa entre los estilos de afrontamiento y la dimensión agotamiento emocional en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2021, existe relación significativa entre los estilos de afrontamiento y la dimensión eficacia académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021, existe relación significativa entre los estilos de afrontamiento y la dimensión cinismo en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021.

Asimismo, para conocer el panorama científico de las variables de estudio se investigó estudios realizados dentro de los últimos cinco años, a nivel internacional y nacional.

A nivel internacional en Salamanca – España, Madrid (2021) realizo una investigación sobre el burnout académico en estudiantes de terapia ocupacional, con uno de los objetivos de encontrar la relación entre el síndrome de burnout académico y los estilos de afrontamiento, este estudio tuvo una metodología empírica, descriptivo, correlacional y transversal. La muestra estuvo conformada por 158 estudiantes de diferentes universidades de España de la carrera profesional de terapia ocupacional, los instrumentos para medir variables fueron: Escala de Cansancio Emocional (ECE) y el Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE). Los resultados mencionan que el 34,17% de los estudiantes presentan el nivel alto de burnout académico, estrategia de afrontamiento del estrés con mayor predominancia en los estudiantes son: reevaluación positiva (media 15,98 y DT 3,705), evitación (media 14,15 y DT 4,060) y las menos empleadas son: religión (media 1,62 y DT 3,713) y autofocalización negativa (media 9,34 y DT 4,420). El análisis correlacional nos señala las siguientes correlaciones: entre el cansancio emocional y la expresión emocional abierta una asociación lineal estadísticamente significativa, media-baja y directamente proporcional ($r_p = 0.250$, $\alpha < 0.01$), asociación lineal estadísticamente significativa, media y directamente proporcional ($r_p = 0.472$, $\alpha < 0.01$) entre

cansancio emocional y la autofocalización negativa. El estudio concluyó que mientras más se empleen las estrategias de afrontamiento de expresión emocional abierta y autofocalización negativa se aumentara el nivel de cansancio emocional o burnout académico ya que ambas estrategias se orientan a primero expresar descontroladamente lo que se siente en relación a la situación estresante y la segunda a autoculparse sobre la misma.

En España, Valdivieso, Lucas, Tous y Espinoza (2020) realizaron una investigación con el objetivo de determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés académico en universitarios, la metodología empleada fue cuantitativo, con un análisis de correlación y regresión. La muestra estuvo conformada por 276 estudiantes de la carrera de Educación infantil y Educación Primaria, para la medición de variables emplearon los siguientes instrumentos: la adaptación española del Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) y el Cuestionario de Estrés Académico en la Universidad (CEAU). Los resultados obtenidos señalan la existencia de relación entre el pensamiento desiderativo ($r = .217$; $p < .01$), la expresión emocional ($r = .186$; $p < .01$), la resolución de problemas ($r = .168$; $p < .01$) y la retirada social ($r = .134$; $p < .05$) con la dimensión obligaciones académicas del estrés académico, la dimensión expectativas del futuro del estrés académico correlaciona con el pensamiento desiderativo ($r = .250$; $p < .01$) la expresión emocional ($r = .151$; $p < .05$), la resolución de problemas ($r = .133$; $p < .05$), autocrítica ($r = .211$; $p < .01$) y la retirada social ($r = .194$; $p < .01$), la dimensión dificultades interpersonales del estrés académico relaciona con pensamiento desiderativo ($r = .256$; $p < .01$) y expresión emocional ($r = .162$; $p < .01$), con autocrítica ($r = .150$; $p < .05$) y retirada social ($r = .134$; $p < .05$), finalmente la dimensión expresión y comunicación de ideas del estrés académico correlaciona significativamente con retirada social ($r = .133$; $p < .05$) y autocrítica ($r = .126$; $p < .05$). El estudio concluye señalando que las estrategias de afrontamiento del estrés: pensamiento desiderativo, expresión emocional, resolución de problemas, retirada social y autocrítica, son las más adecuadas ya que

correlacionan de manera significativa con los estudiantes que afrontan adecuadamente el estrés académico.

En Ecuador, Fernández (2019) realizó una investigación con el objetivo de encontrar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout en estudiantes de odontología que realizaban sus prácticas preprofesionales, la investigación fue de tipo transversal analítico y su muestra estuvo conformada por 26 estudiantes del noveno ciclo inscritos en el periodo de febrero – marzo 2018 de la clínica odontológica de la UIDE en la ciudad de Quito. Para medir las variables de estudio se emplearon el Cuestionario de Burnout de Maslach para profesionales sanitarios (MBIHSS) de Maslach de Jackson (1981) y el Inventario de estrategias de afrontamiento (CSI) de Cano, Rodríguez y García (2007). En resultados se encontró que la dimensión de agotamiento emocional se relacionó negativamente y de forma alta con la estrategia de afrontamiento reestructuración cognitiva $p < 0.05$, (Rho de Spearman= -0,69), la despersonalización se relacionó negativamente y de manera alta con la reestructuración cognitiva (Rho de Spearman= -0,674), relación negativamente moderada entre la dimensión despersonalización y la dimensión evitación de problemas (Rho de Spearman= -0,45), la dimensión realización personal tuvo una relación positiva moderada con reestructuración cognitiva (Rho de Spearman=0,412). Concluyendo que la estrategia de afrontamiento reestructuración cognitiva es la única que correlaciona con las tres dimensiones del burnout, por lo que aquellos estudiantes que emplean esta estrategia tienden a tener un menor nivel de agotamiento emocional y despersonalización.

En Argentina, Piergiovanni y Depaula (2018) realizaron una investigación con el objetivo de analizar la relación entre los niveles de autoeficacia y los estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios, esta investigación conto con una metodología de tipo cuantitativo, correlacional y transversal, la muestra estuvo compuesta 126 estudiantes de psicología de una

universidad privada. Para medir las variables se emplearon los siguientes instrumentos: Escala de Autoeficacia General (EAG) y el Cuestionario de Afrontamiento al Estrés (CAE). Los resultados encontrados señalan que se halló que la autoeficacia correlacionaba moderada y significativamente con la dimensión solución del problema de forma positiva ($\rho = .347$; $p = .000$), y correlaciono negativamente con Autofocalización negativa ($\rho = -.412$; $p = .000$), una escasa correlación positiva significativa con Reevaluación positiva ($\rho = .202$; $p = .023$). El estudio concluye que quienes presentan un mayor nivel de Autoeficacia utilizan los Estilos de Afrontamiento al Estrés Focalizado en la solución del problema y Reevaluación positiva y quienes presentaron menor nivel de Autoeficacia recurren al estilo de afrontamiento Autofocalización negativa.

En Colombia, Caballero, Gonz, Charris, Amaya y Merlano (2017) realizaron una investigación con el objetivo de determinar la relación del Burnout académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de enfermería, la metodología del estudio fue de tipo correlacional, transversal no experimental, la muestra estuvo conformada por 190 estudiantes de enfermería de dos universidades de la ciudad de Barranquilla. Los instrumentos empleados para medir variables fueron: el Maslach Burnout Inventory – Student Survery: MBI-SS y la Escala Modifica de Estrategias de Afrontamiento: EEC-M. Los resultados obtenidos en la investigación demuestran que el 10,5% de los estudiantes presentan un nivel alto del síndrome de burnout y el 24,2% lo presenta en el nivel moderado, las estrategias de afrontamiento que los universitarios emplean con mayor frecuencia son: la reevaluación positiva ($X=2,39$), búsqueda de apoyo social ($X=2,12$), religión ($X=2,10$), evitación emocional ($X=2,03$) y negación ($X=1,89$). En los resultados correlaciones se encontró una correlación negativa y significativa entre el burnout y la estrategia de afrontamiento de solución de problemas ($-.473^{**}$), búsqueda de apoyo social ($-.196^{**}$) y reevaluación positiva ($-.439^{**}$). También, se encontró correlación positiva entre el burnout y la estrategia de afrontamiento de espera

(,277**), evitación emocional (,208**), reacción agresiva (,254**) y expresión de dificultad de afrontamiento (,322**). De igual manera, la dimensión de agotamiento correlacionó negativamente con la estrategia de afrontamiento solución de problemas (- ,207**) y reevaluación positiva (-,271*); correlaciono positivamente con la estrategia de espera (,188**), reacción agresiva (,148**) y expresión de dificultad de afrontamiento (,201**). El estudio concluyó señalando que gran parte de los estudiantes puntuaron altos niveles de ineficacia académica lo que es una pobre percepción de su competencia frente a las actividades académicas facilitando así la aparición del burnout ya que los resultados alcanzados señalan una correlación positiva entre las dimensiones del síndrome teniendo: a mayor agotamiento, mayor cinismo y mayor percepción de ineficacia frente a los estudios.

A nivel nacional, Ayala (2021) realizó una investigación sobre los estilos de afrontamiento y el burnout académico en estudiantes de una universidad nacional de la ciudad de Lima con el objetivo de encontrar una relación entre ambas variables, con una metodología de diseño no experimental, de tipo correlacional transaccional, la muestra estuvo compuesta por 224 estudiantes entre hombres y mujeres de la carrera de ingeniería zootecnia. Para la recolección de datos se empleó el Adolescent Coping Scale (ACS) en su adaptación peruana por Caycho, Castilla y Shimabukuro (2014) y la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil (EUBE) adaptada por Masgo (2017). Los resultados refieren que el 29.5% de estudiantes presenta el burnout estudiantil en su nivel alto y el 41.5% en su nivel promedio, el estilo de afrontamiento que más predomina es el centrado a la emoción con una media de 55.98 (D.E.= 10.42), se encontró una correlación estadísticamente significativa inversa entre el estilo de afrontamiento centrado en el problema y el burnout estudiantil ($\rho = -.230$; $p < 0.05$), el estilo de afrontamiento enfocado a la emoción y el burnout estudiantil correlaciono significativamente de forma positiva ($\rho = .418$; $p < 0.05$). También se encontró la correlación entre dimensiones teniéndose: correlación estadísticamente significativa entre el estilo de

afrontamiento centrado en el problema y agotamiento emocional ($\rho = -.220$; $p < 0.05$), el estilo de afrontamiento centrado en la emoción y agotamiento emocional ($\rho = .422$; $p < 0.05$), el estilo de afrontamiento centrado en el problema y agotamiento físico ($\rho = -.168$; $p < 0.05$), el estilo de afrontamiento centrado en la emoción y agotamiento físico ($\rho = .361$; $p < 0.05$), el estilo de afrontamiento centrado en el problema y agotamiento cognitivo ($\rho = -.213$; $p < 0.05$) y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción y agotamiento cognitivo ($\rho = .304$; $p < 0.05$). El estudio concluye que se halló correlaciones solo entre los estilos enfocados a la emoción y el problema y las respectivas dimensiones del burnout académico a excepción del estilo enfocado a la evaluación que no obtuvo ninguna correlación estadística con la variable burnout académico y sus dimensiones.

En Trujillo, Salinas (2019) realizó una investigación con el objetivo de determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el burnout en estudiantes universitarios que trabajan. La investigación tuvo la metodología cuantitativa de tipo correlacional de corte transversal y la muestra estuvo conformada por 148 estudiantes adultos de la carrera de Ingeniería de Sistemas entre hombres y mujeres desde el 1° al 6° ciclo de la carrera. En relación al instrumento para recolección de datos se empleó el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento: COPE de Carver para medir las estrategias de afrontamiento y el Maslach Burnout Inventory – MBI de Maslach y Jackson para medir el síndrome de burnout. Con respecto a los resultados se encontró que las estrategias más predominantes son la de planificación (15.5%) y desentendimiento mental (12.2%), la estrategia de afrontamiento activo (-0,17) y reinterpretación positiva (-0,31) correlacionaron inversamente con la dimensión de agotamiento emocional y correlaciona directamente con la dimensión realización personal (0,31) respectivamente, pero no se encontró correlación alguna con la dimensión de despersonalización. Por su lado, la estrategia de afrontamiento de planificación tuvo una correlación inversa de magnitud mediana con las dimensiones: Agotamiento emocional (-0,32)

y despersonalización (-0,30) y correlaciona de manera directa con la dimensión de realización personal (0,41), se halló correlaciones pequeñas directa en la estrategia supresión de actividades (0,17), apoyo social instrumental (0,19) y religión (0,17) con la dimensión de realización personal, las estrategias focalizar y liberar emociones (0,41, 0,46), desentendimiento conductual (0,31, 0,36) y desentendimiento mental (0,321, 0,383) correlacionan de forma directa y mediana con agotamiento emocional y despersonalización. El estudio concluyó reafirmando la existencia de correlaciones a excepción de que no se halló evidencia de correlación entre la estrategia postergación, apoyo social emocional y las dimensiones del burnout, en relación al sexo femenino y masculino tampoco encontraron correlaciones entre las dimensiones del burnout y los estilos de afrontamiento.

En Lima, Maldonado y Muñoz (2019) realizaron una investigación con el objetivo de determinar si existe relación entre el estrés académico y los modos de afrontamiento en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada. La metodología empleada fue de diseño no experimental y enfoque cuantitativo, de corte transversal. La muestra estuvo compuesta por 292 estudiantes pertenecientes a las carreras de ciencias de la salud. Para la medición de variables emplearon los siguientes instrumentos: Inventario del Estrés Académico SISCO de Barraza y el Cuestionario Modos de afrontamiento del Estrés COPE de Carver et al., 1989. Los resultados señalan que las estrategias de afrontamiento que más emplean los estudiantes son las enfocadas a la emoción (85.3%) y enfocados al problema (81.2%), los resultados correlacionales nos mencionan lo siguiente: no existe correlación entre las estrategias de afrontamiento enfocado en el problema ($\rho = .054$, $p > .361$) y enfocado a la emoción ($\rho = .047$, $p > .420$) y el estrés académico, pero este si correlaciona con las estrategias enfocadas a la evitación u otros modos de afrontar ($\rho = .189$, $p < .001$). El estudio concluye que si bien no existe correlación general entre el estrés académico y los modos de afrontamiento, si hay una ligera relación en una de las dimensiones del afrontamiento y el estrés

académico, según las autoras señalan que estos resultados se deben a que el estrés académico es un fenómeno multivariable donde la percepción del evaluado es importante, asimismo señalan que para que la estrategia de afrontamiento empleada sea adecuada y reduzca los niveles de estrés va influir los factores individuales y sociales.

En Lima, Carrasco (2017) investigó las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout en los internos de la carrera de estomatología de la Universidad Alas peruanas, esta investigación tuvo el objetivo de determinar la relación entre ambas variables, metodología hipotético deductivo, diseño no experimental, correlacional transversal, la muestra estuvo conformada por 58 internos. Para recolección de datos se empleó: el Cuestionario COPE de afrontamiento y el Cuestionario de Maslach Burnout Inventory (MBI). Los resultados demuestran que el 55% presenta un nivel medio de síndrome de burnout, se presenta la existencia de una relación negativa significativa alta ($r = -0,886^{**}$) entre las estrategias de afrontamiento y el burnout, las estrategias de afrontamiento correlacionaron de forma negativa significativa alta con: agotamiento emocional ($r = -0,869^{**}$), despersonalización ($r = -0,840^{**}$), falta de realización personal ($r = -0,876^{**}$). El estudio concluyó ratificando la existencia de relación entre el burnout y las estrategias de afrontamiento señalando que a un nivel alto de síndrome de Burnout se aplica inadecuadamente las estrategias de afrontamiento.

En Tarapoto, Alva y Yánac (2017) realizaron una investigación con el objetivo de determinar la relación que existe entre el burnout académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de psicología de la universidad Peruana Unión – Filial Tarapoto, mediante un estudio cuantitativa correlacional, la muestra fue de 163 estudiantes entre hombres y mujeres, para recolección de datos emplearon la escala unidimensional del burnout estudiantil (EUBE) de Barraza y la escala de afrontamiento del estrés académico (A-CEA) de Cabanach, Valle, Rodríguez, Piñeiro y Freire. Los resultados señalan la existencia de correlación inversa

altamente significativa ($r = -.329^{**}$; $p = 0.00$) entre las variables de estudio, el burnout académico presentó las siguientes correlaciones: relación inversa altamente significativa ($r = -.324^{**}$; $p = 0.01$) con la dimensión reevaluación positiva y relación inversa altamente significativa ($r = -.209^{*}$; $p = 0.007$) con la dimensión búsqueda de apoyo y relación inversa altamente significativa ($r = -.371^{**}$; $p = 0.00$) con la dimensión planificación. Concluyendo así la existencia de correlaciones entre ambas variables, para las investigadoras ello indicaría que mientras la presencia del burnout sea menor la capacidad del estudiante para emplear estrategias de afrontamiento será mayor.

A continuación, se detalla el marco teórico de las variables, con respecto a la variable Estrategias de Afrontamiento Lazarus y Folkman (1986) definen al afrontamiento como aquellos esfuerzos cognitivos, emocionales y conductuales que controlan las demandas endógenas y exógenas del ambiente generador de estrés que ponen a prueba los recursos de la persona, agregado a esto los autores señalan que el afrontamiento es un proceso en donde el ambiente o contexto en donde se encuentre el individuo es más relevante que las disposiciones con la que este cuente, en este sentido las situaciones que se esté presentando tienen un rol fundamental para determinar el afrontamiento y propiciar una función adaptativa que incide en la percepción que dispone el individuo y sus recursos personales para afrontar las situaciones estresantes o adversas.

El afrontamiento también es el proceso que engloba los intentos del sujeto para superar las demandas desmedidas que se le proponen en su vida cotidiana y reestablecer el equilibrio para lograr adaptarse a la situación suscitada (Rodríguez, López & Pastor, 1993). Para Cassaretto, Chau, Oblitas y Valdez (2003) es el proceso dinámico que responde a las demandas objetivas y apreciación subjetiva de la situación estresante. En el mismo sentido, Cabanach, Valle, Rodríguez, Piñeiro y Freire (2010) sostienen que el afrontamiento son las estrategias que

pone en práctica el sujeto para enfrentar la situación estresante desde la evaluación cognitiva sobre la misma. Por su lado, Tobin, Holroyds, Reynolds y Kigal (1989) quienes conciben a las estrategias de afrontamiento como las acciones directas empleadas para eliminar o disminuir las situaciones estresantes específicas. Para la presente investigación se considera la definición concebida por Carver y Scheir (1981) quienes señalan el afrontamiento como aquellos mecanismos internos de la persona de forma innata o aprendida a lo largo de su desarrollo, y la regulación interna que presenta para lograr regular el estrés.

Por otra parte, es indispensable diferenciar los estilos de afrontamiento y las estrategias de afrontamiento; puesto que los estilos son predisposiciones de carácter personal para enfrentar diferentes situaciones, estas se han obtenido en base a las experiencias y las estrategias son procesos o acciones específicas y concretos que se pueden emplear en diferentes contextos según la necesidad presentada (Fernández, 1997).

Lazarus y Folkman (1996) señalan dos estilos de afrontamiento fundamentales: los Estilos centrados al problema: Medio que se emplea para buscar una solución al conflicto o situación suscitadas y los Estilos centrados en la emoción: Transformar la interpretación de la situación perturbadora.

Para una mayor comprensión de las estrategias de afrontamiento, se explica modelos teóricos al respecto, así tenemos:

Modelo Teórico Transaccional del estrés y el afrontamiento de Lazarus y Folkman: Este enfoque teórico sostiene que el afrontamiento son los procesos de carácter cognitivo y conductual que suelen ser variantes para afrontar las demandas del exterior e interior de la vida del sujeto. Para Lazarus y Folkman (1984) el afrontamiento se puede distinguir en dos tipos: orientado al problema y orientado a la emoción. En donde el primero se va a centrar en las estrategias que contribuyan a otorgar una solución a la situación problemática o generadora de

estrés y las consecuencias que estas traigan y el segundo se va a centrar en la emoción intentando transformar el modo en el que el sujeto interpreta la situación estresante. (Lazarus, 1993; citado en Cabanach et al., 2010). El conjunto de respuestas que posee el sujeto para manejar la situación estresante va a depender de los recursos de afrontamiento, incluyendo su capacidad para emplearlas. Es decir, va a depender del hecho de que, si el sujeto tiene la o las conductas estructuradas o no dentro de una pauta comportamental, además va a influir el contexto social y cultural en el que se encuentre. En este sentido, la elección de las estrategias de afrontamiento a emplear va a depender de las características personales del individuo, su entorno social y las presiones que este tenga sobre él, las experiencias vividas y las diferencias culturales. (Rodríguez et al., 1993).

Partiendo de esta postura los recursos de afrontamiento se clasifican de la siguiente manera: Recursos físicos: se considera al entorno físico del sujeto y su composición biológica. Recursos psicológicos: hace referencia a los estados cognitivos y afectivos. Recursos estructurales: hace referencia a la forma personal en la que una persona interpreta su papel social. Recursos sociales: relacionado a los procesos de interacción social. Recursos culturales: creencias que la persona tiene.

Desde la teoría Lazarus y Folkman se desarrollaron la Escala Modos de Afrontamiento en 1980, años después se desarrolla la versión en inglés Coping Strategies Inventory - CSI por Tobin y compañía en 1989. Compuesto de 8 factores también llamados dimensiones propuestas por Tobin, Holroyds, Reynolds y Kigal y adaptado al español por Cano, Rodríguez y García (2007) conocido como Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) el cual se detallará a continuación: Dimensión 1: Resolución de problemas; Proceso mental mediante el cual analizas el problema y buscas posibles causas para lograr solucionarlo. Dimensión 2: Autocrítica; Capacidad de reflexión personal sobre uno mismo, sobre nuestros

comportamientos y acciones. Dimensión 3: Expresión emocional: Comunicar nuestras emociones y expresar a nuestro entorno nuestro sentir cuando algo nos afecta. Dimensión 4: Pensamiento desiderativo; Compensación a través del deseo de omnipotencia, se toma decisiones base a lo que sería lo más placentero para el individuo. Dimensión 5: Apoyo social; Búsqueda de soporte y contención en las personas más cercanas al individuo que le ayuden a resolver la situación estresante. Dimensión 6: Reestructuración cognitiva; Procedimiento técnico que permite cambiar el significado de la situación estresante, la persona aprende a cambiar sus pensamientos irracionales o desadaptativos que le generan malestar. Dimensión 7: Evitación de problemas; Alejarse o distanciarse del problema y todo lo que se asocie a él, considerando que el problema no existe y teniendo un pensamiento alejado de la realidad para así evitar el malestar que este le provoca. Dimensión 8: Retirada social; Huir de su entorno social, buscando resolver sus problemas desde la soledad.

Modelo Teórico de modos de afrontamiento al estrés de Carver, Scheier y Weintraub: propuesto de forma inicial por Carver y Scheier en 1981 concibe que el afrontamiento es el resultado de aquellos mecanismos internos de la persona de forma innata o aprendida a lo largo de su desarrollo, y la regulación interna que presenta para lograr regular el estrés (citado en Encinas. 2019) Según (Carver, Scheier y Weintraub 1989, citado en Cassaretto et al., 2003) con relación a esta teoría los autores comparten la idea concebida por Lazarus y Folkman, pero lo consideran como un proceso de mayor complejidad presentando las siguientes estrategias de afrontamiento: Afrontamiento activo, planificación, supresión de actividades competitivas, postergación, soporte social instrumental, soporte social emocional, reinterpretación positiva, aceptación, negación, religión, uso de alcohol, uso de drogas, expresión de emociones, falta de compromiso conductual, no compromiso cognitivo. Además, señalan que la preferencia para emplear determinadas estrategias de afrontamiento se deberá a los factores situacionales como la socialización, ya que en una sociedad dada las influencias pueden determinar la acción y

forma de ser del individuo, propiciando la preferencia hacia uno u otra estrategia de afrontamiento incluso frente a limitaciones que requieran una respuesta diferente.

Desde la perspectiva de este enfoque se concibe tres dimensiones:

Afrontamiento enfocado al problema, considerándose al Afrontamiento activo que apunta a las acciones que realiza la persona para disminuir los efectos del estrés o situación problemática. Planificación: la persona examina y ordena las acciones a realizar para afrontar la situación estresante y lograr manejarla adecuadamente. Supresión de actividades: la persona se centra en resolver la situación estresante dejando de lados sus demás actividades. Postergación del afrontamiento: la persona posterga las acciones que puede tomar para enfrentar la situación estresante. Búsqueda de apoyo social: la persona tiende a buscar apoyo en su entorno social para lograr manejar o resolver la situación estresante.

Afrontamiento enfocado a la emoción, que incluye a la búsqueda de apoyo emocional: la persona busca soporte moral, comprensión y escucha de su entorno más cercano. Reinterpretación positiva y desarrollo personal: la persona tiende a darse cuenta de que la situación estresante no es tan negativa y lo concibe como positivo con oportunidad de crecimiento personal. Aceptación: la persona asume la situación estresante que está experimentando. Acudir a la religión: la persona busca participar en actividades religiosas o de índole espiritual para lograr controlar la situación estresante que atraviesa. Análisis emocional: la persona toma consciencia del malestar psicológico que le causa la situación estresante y manifiesta los sentimientos que este le produce.

Otros modos de afrontamiento o enfocados en la evitación: Considerando a la Negación: la persona niega rotundamente que la situación estresante se esté produciendo. Desentendimiento conductual: la persona disminuye cualquier acción o esfuerzo por solucionar

la situación estresante. Distracción: la persona decide distanciarse de la situación estresante para que de esta manera no canalice sus pensamientos al problema.

El Modelo Teórico de Cabanach, comparte la idea concebida por Lazarus y Folkman identificando la valoración cognitiva y el afrontamiento como intermediario de la relación del estrés con el entorno y su conducta. Con relación a la evaluación cognitiva, se define como el proceso en el cual se valora la situación sobresaliente para el bienestar. Este proceso se da en dos fases las cuales son las evaluaciones primarias y evaluaciones secundarias; en la primera el sujeto va a contemplar lo que está en juego en esa situación, evaluar si es perjudicial o beneficioso para sí misma. En la segunda va a contemplar lo que puede realizar para sobreponer las dificultades u optimizar los beneficios (Cabanach et al., 2010). La postura de esta teoría es que el afrontamiento tiene dos funciones el cual es regular las emociones estresantes y modificar la relación entre el sujeto y el ambiente que le genera estrés. De igual forma, las dimensiones que componen este instrumento son las siguientes: reevaluación positiva, búsqueda de apoyo y planificación.

Con respecto al marco teórico de la variable Burnout Académico, mencionaremos al psicólogo Herbert Freudenberger, quien en 1974 empleó por primera vez el término de burnout para referirse al estado físico y mental de unos jóvenes voluntarios que laboraban en su proyecto Free Clinic en la ciudad de New York. Sin embargo, fue la también la psicóloga Cristina Maslach quien presentó el termino de Burnout en 1977 ante la Convención Americana de Psicólogos, señalando que el síndrome de burnout o también conocido como el síndrome de desgaste profesional es considerado como la respuesta extrema frente al estrés crónico en el contexto laboral; generado principalmente en aquellos profesionales que laboren en contacto directo con otras personas, especialmente los profesionales pertenecientes a la docencia y la salud, entre otros (Pérez, 2010). Este síndrome no solo afecta al individuo de manera personal,

sino también a la organización a la que este pertenezca y al cumplimiento adecuado de sus funciones.

Tiempo más tarde Maslach y Jackson (1981-1982), citado por Pérez (2010) identifican al burnout como aquella respuesta conductual al estrés en el contexto laboral de carácter tridimensional caracterizado por el cansancio emocional (CE), despersonalización para el trato de clientes o pacientes (DP) y dificultad para alcanzar la realización personal (RP), con tres elementos se elaboró el instrumento de medición del burnout MBI - Maslach Burnout Inventory para el área de servicios humanos. Según la sintomatología del síndrome de burnout no solo afecta el área física de la persona que lo experimenta sino también repercute en su área social, laboral, educativa y familiar. Recientemente la Organización Mundial de la Salud (2019), señaló su decisión de incluir al síndrome de burnout en la Clasificación Internacional de Enfermedades CIE-11, clasificándolo en los padecimientos originados por el trabajo.

Si bien lo descrito anteriormente sobre el síndrome de burnout señala que es común que afecte principalmente a los trabajadores, la literatura nos menciona que los universitarios si bien no son trabajadores de manera oficial, no poseen un contrato o reciben un salario por sus actividades; desde una perspectiva psicológica y social, las actividades que realizan en su centro universitario son semejantes a las que realiza cualquier otro trabajador, debido a que pertenecen a una organización, tienen un rol determinado dentro de dicha organización, ejecutan tareas que exigen esfuerzo, mantienen objetivos que deben de alcanzar y su rendimiento es periódicamente evaluado y recompensado a través de calificaciones por sus docentes quienes desempeñan una función semejante a la de un supervisor dentro del contexto organizacional (Caballero et al., 2015). Por ello, con lo señalado se pretende identificar al estudiante universitario como una persona con la vulnerabilidad similar a la que presenta un trabajador de cualquier otra organización, las gratificaciones monetarias son transformadas en

calificaciones y ello le permitirá al universitario obtener diversos beneficios como el obtener becas, prácticas remuneradas, voluntariados, etc. A su vez, la presente investigación comparte la idea concebida por Schaufeli, Martínez, Márquez, Salanova y Baker (2002); quienes consideran que el burnout académico es la respuesta emocional de sentido negativo y constante relacionado a los estudios, compuesta por la sensación de sentirse agotado, no poder rendir en las actividades académicas, actitud de distancia con el significado del beneficio de los estudios realizados y sentimiento de insuficiencia como estudiante. Para Caballero, Bresó y González (2015) el burnout académico es la consecuencia y respuesta del estrés crónico el cual se vincula a las actividades del entorno académico, presentándose de forma negativa y que podría influir en el adecuado desenvolvimiento, identificación y aceptación de la formación académica dañando así su salud mental.

Existen modelos teóricos que explican el burnout, el Modelo de Edelwich y Brodsky (1980): Los autores postulan que el síndrome de burnout se desarrolla a través de un proceso de desilusión en relación con la actividad laboral, de índole cíclico. Por ello, se postula que este ciclo se puede repetir en cualquier momento dentro del contexto laboral en un mismo lugar de trabajo o en lugares diferentes. Este proceso comprende de cuatro etapas según (Edelwich y Brodsky 1980, citado por Jiménez 2003): Etapa de entusiasmo: Considerada la fase principal en donde el individuo presenta una alta energía para realizar sus actividades laborales, se da una supervaloración de la capacidad profesional, generándose una frustración por no alcanzar las expectativas de esta etapa se presenta la desilusión. Etapa de estancamiento: Reducción de las actividades laborales cuando el sujeto es consciente de lo irreal que son sus expectativas, se replantea la vida profesional. Etapa de apatía: En esta etapa surgen los problemas emocionales, físicos y conductuales, la respuesta más común en esta etapa es el abandono del estímulo frustrante (abandono del trabajo, alejamiento de los clientes, constantes faltas en el trabajo). Etapa de distanciamiento: el sujeto al encontrarse en una severa frustración en su contexto

laboral manifiesta sentimientos de vacío que lo llevan a alejarse de su entorno, se produce un distanciamiento emocional y devaluación profesional.

Modelo Unidimensional del Síndrome de Burnout: Fue con el trabajo de Pines, Kafry y Aronson que se desarrolló e impulso el reconocimiento del síndrome de burnout como un constructo de carácter unidimensional, señalando que su única dimensión es el agotamiento emocional (Barraza, 2011). De acuerdo con estudios realizados con este enfoque indican que esta dimensión es la que mejor se correlaciona mejor con las variables relacionadas al ámbito laboral y educativo (Rosales, 2012). Desde la postura de este enfoque el síndrome de burnout es un estado de agotamiento emocional, físico y cognitivo por introducirse prolongadamente a situaciones provocadoras de estrés.

Modelo Tridimensional del Síndrome de Burnout: Según Maslach y Jackson (1981-1986) señalan que este modelo teórico considera que el burnout es un constructo de carácter tridimensional, el cual este compuesto por tres dimensiones: cansancio emocional, despersonalización o cinismo y escasa realización personal. Así mismo, ambas autoras contemplan que el burnout es la respuesta al estrés laboral crónico el cual se compone de actitudes y conductas negativas hacia el rol profesional y el entorno laboral. Desde la perspectiva de este modelo el burnout se caracteriza por el sentimiento de encontrarse emocionalmente exhausto. Años después, Maslach, Schaufeli, Leiter y Job (2001) agregan que este se produce como respuesta a los estresores interpersonales permanentes que se producen en el contexto laboral, los síntomas dominantes ante esta respuesta se van a presentar por el agotamiento angustioso, sensación de procacidad o cinismo en el contexto laboral y sentido de insuficiencia y reducida realización personal. Es a partir de este modelo teórico que se elaboró el instrumento de medición del síndrome de burnout MBI – Maslach Burnout Inventory, el cual se elaboró por Maslach y Jackson en 1981-1986; este instrumento tiene el objetivo de medir el

burnout en el contexto laboral asistencial, consta de 22 reactivos que valoran las dimensiones propuestas por ambas autoras.

Este modelo propone las siguientes dimensiones para el burnout: Agotamiento emocional: Considerado la dimensión clave para la identificación del burnout, es el estado que se caracteriza por la sensación de estar emocionalmente exhausto y desbordado en cuanto a recursos emocionales para afrontar el estrés. Despersonalización: Conformado por actitudes comportamentales negativas, presencia de cinismo y de carácter impersonal, produciendo sentimientos distantes hacia las personas de su entorno. Realización personal: Esta dimensión hace referencia a la reducción del sentido de competencia y éxito en el contexto laboral, generando una reducción de la realización personal del individuo manifestándose sentimientos negativos en su valoración propia, en especial cuando el individuo trabaja de manera grupal.

Teniendo en cuenta esta perspectiva psicosocial del burnout brindada por el instrumento MBI, es que se desarrollan más adaptaciones de dicho inventario para poblaciones y ámbitos específicos como es el caso del MBI – Human Services Survey (MBI-HSS) el cual se empleaba en el ámbito del sector salud. Eventualmente Schaufeli, Leiter, Maslach y Jackson (1996) deciden evolucionar el instrumento y presentan al MBI – General Survey (MBI-GS) el cual es aplicable para cualquier profesional en general. A través de estos estudios y cambios en los instrumentos se llegó a elaborar el Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI – SS) el cual fue diseñado específicamente para la población de estudiantes (Schaufeli, Salanova, Gonzáles & Bakker, 2002). Este inventario está compuesto por 14 reactivos que se distribuyen en 5 ítems para evaluar el agotamiento, 4 ítems para evaluar cinismo y 5 ítems para evaluar la autoeficacia académica (Hederich & Caballero, 2016).

Ante lo mencionado, es preciso señalar las dimensiones del burnout académico: Agotamiento emocional, referido a la sensación de estar emocionalmente exhausto y

desbordado en cuanto a recursos emocionales para afrontar el estrés. El cinismo, que se refiere a las actitudes de comportamentales negativas, de distanciamiento y frialdad y la Eficacia académica: Realización personal académica, sentirse auto eficiente en el contexto académico.

Asimismo, este modelo teórico según Caballero, Hederich y Palacio (2009) señalan que existe variables asociadas a la aparición del burnout académico las cuales se pueden comprender como variables de contexto académico (poca comunicación con los docentes, relaciones distantes en el aula, inaccesibilidad a asociaciones estudiantiles, ausentismo alto de los docentes, cursos difíciles, docentes hostiles y exigentes, entre otros), contexto ambiental o social (competitividad entre compañeros, falta de acceso a espacios de recreación, escasa ofertas de trabajo, poco apoyo social o familiar, dificultades económicas) y las variables de nivel intrapersonal (ser del sexo femenino, dificultad en la planificación del tiempo, expectativas muy altas sobre el estudio, baja autoeficacia, baja motivación frente a los estudios).

Es importante mencionar la sintomatología del Burnout, que a través de la revisión de la literatura, las investigaciones han brindado información sobre los síntomas asociados al síndrome de burnout, clasificándolos de la siguiente manera según Párraga (2005): Emocional: sentimientos de fracaso, indefensa, desesperanza, irritabilidad, desencanto, pesimismo, falta de tolerancia, hostilidad y anulación de síntomas. Cognitivo: falta de expectativas, desorientación cognitiva, cinismo, distracción, pérdida de la autoestima, disminución de los valores y creatividad. Conductual: evasión, ausentismo y sentimientos de abandonar las responsabilidades, autosabotaje, desvalorización del trabajo realizado, desorganización, dificultad para tomar decisiones, aumento del consumo de tabaco, alcohol y drogas. Social: aislamiento, conflictos interpersonales, malhumor, evitación de contacto profesional. Salud física: cefaleas, dolores musculares especialmente dorsal, quejas psicósomáticas, falta de

apetito, dificultad sexual, problemas de sueño y vigilia, fatiga crónica, enfermedad cardiovasculares y gastrointestinales.

Con respecto a la justificación, la investigación tiene una Justificación teórica porque aporta al conocimiento científico actualizado sobre la relación entre las estrategias de afrontamiento y el burnout académico en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021. Puesto que se conoce que a través del tiempo se han venido realizando variadas investigaciones sobre ambas variables en diferentes poblaciones siendo las más comunes los médicos y los docentes, muy pocos en universitarios. Ante ello, al estudiar el aspecto relacional de las variables en la población de estudiantes de psicología la cual ha sido poco estudiada en su magnitud, tiene la finalidad de abstraer información verídica y actualizada para que sirva como fuente para explicar y comprender las variables y además sea útil como antecedente a las futuras investigaciones que deseen abordar la misma problemática. Tiene Justificación práctica porque permite a través de sus resultados, la institución tome decisiones sobre la incidencia del burnout académico en sus estudiantes de psicología, considerando las consecuencias negativas que su presencia pueda ocasionar. Ante ello, con la información presentada en esta investigación se contribuye a que en un futuro se realicen programas de intervención y prevención del burnout académico, como campañas del adecuado uso de estrategias de afrontamiento. Tiene Justificación social, esta investigación es relevante para la sociedad porque los resultados obtenidos servirán de base para poder realizar futuras investigaciones de nivel aplicativo que permitan realizar programas de intervención enfocados en la prevención y recuperación del burnout académico en los estudiantes o personas que se encuentren afectados por este síndrome, permitiendo así que la persona mantenga un adecuado bienestar. Justificación Metodológica, la presente investigación realizó el proceso de validez y confiabilidad para los instrumentos de recolección de datos, siendo de gran utilidad para siguientes investigaciones.

CAPÍTULO II. MÉTODO

La presente investigación tiene un enfoque cuantitativo, debido a que se emplea una muestra probabilística, se realiza la recolección de datos para probar hipótesis, considerando la medición numérica y el análisis estadístico para establecer patrones de comportamiento y poner a prueba teorías, dando la facilidad de comparar la presente investigación con investigaciones semejantes y obtener una mayor riqueza investigativa (Hernández, Fernández & Baptista, 2014). El tipo de investigación es básica debido a que como menciona Relat (2010) este tipo de investigación se concibe en un marco teórico y tiene como objetivo incrementar el conocimiento científico, pero sin contrastarlo con algún aspecto práctico. De igual manera, el diseño de la presente investigación es no experimental, puesto que no se va a manipular de manera deliberada las variables a estudiar, se busca observar el fenómeno tal y como se ve en su contexto natural, para posteriormente analizarlo. Asimismo, es de corte transversal o transeccional, puesto que los datos son recolectados en un momento único, buscando describir relaciones entre dos o más categorías, conceptos o variables en un momento determinado. La presente investigación es de nivel descriptivo - correccional debido a que las variables de estudio van a ser descritas independientemente y que como lo señalan Hernández, Fernández y Baptista (2014) Este tipo de estudios tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en una muestra o contexto en particular, considerándose el más pertinente para el cumplimiento de los objetivos de la investigación.

La población de estudio según Arias, Villasís y Miranda (2016) es referida a un conjunto de casos, definido, limitado y accesible que cumple con una serie de criterios predeterminados, este término incluye también a animales, muestras biológicas, expedientes, hospitales, objetos, familias, organizaciones, etc. Por ende, la población estuvo conformada por

439 estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, inscritos en el periodo académico 2021.

La muestra según Hernández, Fernández y Baptista (2014) es un subgrupo de la población del cual se recolectan los datos y que debe ser representativo de ésta que cumplieron correctamente con los criterios de inclusión y de exclusión. La presente investigación cuenta con una muestra de 205 estudiantes seleccionado de manera intencional por el investigador, teniendo en cuenta los criterios de inclusión: ser estudiante de psicología, alumnos inscritos en internado (1, 2 o 3), mayores de 18 años, aceptar el consentimiento informado y como criterios de exclusión: estudiante de otras carreras que no sean psicología, menores de 18 años, no estar cursando internado, no haber aceptado el consentimiento.

Por las características de la presente investigación se desarrolló la técnica de muestreo no probabilístico - intencional y la literatura nos refiere que en dicho muestreo los elementos no dependen de la probabilidad sino de las condiciones que permiten hacer el muestreo ya sea el acceso a la muestra, la disponibilidad o la conveniencia de esta (Scharager y Armijo, 2001).

Tabla 1

Características de la Muestra

| Características | Frecuencia | Porcentaje |
|---------------------------|-------------------|-------------------|
| Sexo | | |
| Masculino | 45 | 22,0% |
| Femenino | 160 | 78,0% |
| Nivel de internado | | |
| Internado 1 | 61 | 29,8% |
| Internado 2 | 61 | 29,8% |
| Internado 3 | 83 | 40,5% |
| Edad | | |

| | | |
|--------------|------------|---------------|
| 18 | 1 | ,5% |
| 19 | 4 | 2,0% |
| 20 | 9 | 4,4% |
| 21 | 45 | 22,0% |
| 22 | 12 | 5,9% |
| 23 | 53 | 25,9% |
| 24 | 33 | 16,1% |
| 25 | 15 | 7,3% |
| 26 | 9 | 4,4% |
| 27 | 11 | 5,4% |
| 28 | 4 | 2,0% |
| 29 | 4 | 2,0% |
| 30 | 4 | 2,0% |
| 32 | 1 | ,5% |
| Total | 205 | 100.0% |

Nota. Datos obtenidos a través de la ficha sociodemográfica presentada en el cuestionario Google Forms junto a los instrumentos de medición de variables.

En la Tabla 1, se presenta las características de la muestra en donde se puede apreciar que la mayoría de los participantes de la presente investigación fueron de sexo femenino (78,0%). Respecto al grado de internado al que pertenecen se presenta que la gran parte de participantes de la investigación pertenecen al grado de internado 3 (40,5%), agregado a ello se observa que los estudiantes en su mayoría oscilaban entre las edades de los 21 años (22%), 23 años (25,9%) y 24 años (16.1%).

La técnica empleada para la recolección de los datos fue la encuesta, la cual según García, Ibáñez y Alvira (2000) es “una técnica que utiliza un conjunto de procedimientos estandarizados de investigación mediante los cuales se recoge y analiza una serie de datos de una muestra de casos representativa de una población o universo más amplio, del que se pretende explorar, describir, predecir y/o explicar una serie de características”.

Los instrumentos de medición según Hernández, Fernández y Baptista (2014) son el recurso que emplea el investigador para registrar información o datos sobre las variables que desea medir en su investigación. La presente investigación utilizó como instrumento el Inventory Maslach Burnout – Student Survey (MBI-SS) en su adaptación peruana para universitarios de Lima realizado por Soria y Montero (2019) y el Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés COPE de Carver, Scheier y Weintraub (1989) que cuenta con validez y confiabilidad actual.

MBI - SS: Maslach Burnout Inventory Student Survey: Este instrumento fue elaborado a partir del modelo teórico de Maslach y Jackson en 1981, el instrumento original MBI – Maslach Burnout Inventory cuenta con las tres dimensiones del burnout que son: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. Bajo este enfoque se continuo elaborando instrumentos que midan el burnout adaptados a poblaciones y contextos específicos como es el caso del Maslach Burnout Inventory Student Survey - MBI-SS que mide el burnout académico, su aplicación es a estudiantes universitarios y está conformado por 3 dimensiones (Agotamiento emocional, Cinismo y Eficacia académica), este instrumento fue elaborado por Schaufeli, Martínez, Márquez, Salanova y Bakker (2002) en España y adaptado en el país de Colombia por Hederich y Caballero (2016). Para los fines de la presente investigación se empleó el Inventory Maslach Burnout – Student Survey (MBI-SS) adaptado de su versión colombiana al contexto peruano de los universitarios de Lima por Soria y Montero en el 2019, esta adaptación se realizó con una muestra de 950 estudiantes universitarios. El objetivo de este instrumento es medir el burnout académico en los estudiantes universitarios, el tipo de aplicación es individual o colectiva y está conformada por 14 ítems con un formato de escala Likert en donde: 1 = Nunca, 2 = pocas veces, 3 = A veces, 4 = casi siempre, 5 = siempre. A continuación, se detalla los ítems correspondientes a cada dimensión: Agotamiento Emocional (AE): 1,2,3,4,5. Eficacia Académica (EA): 6,7,8,9. Cinismo: 10,11,12,13,14.

El instrumento original MBI-SS de Schaufeli et al. (2002) fue realizado en España con una muestra de 1661 estudiantes de España, Portugal y Holanda, la validez se realizó a través de la estructura factorial de tres factores que se ajustaba perfectamente a la esperado en las tres dimensiones de estudio de los tres países mencionados, el alfa de Cronbach en diagonal nos refiere lo siguiente: agotamiento (.74, .79, .80), cinismo (.79, .82, .86) y autoeficacia (.76, .69, .67). A la vez, se presentó altos niveles de confiabilidad en las tres dimensiones: agotamiento (entre .74 y .80), cinismo (entre .79 y .86) y autoeficacia (entre .67 y .76).

La adaptación del MBI-SS al contexto colombiano realizado por Hederich et al. (2016) se realizó en la ciudad de Barranquilla con una muestra de 820 estudiantes, la validez se realizó con el contraste de esfericidad de Barlett con un Chi cuadrado (3357.84, $gl = 105$, $p < .001$). Para la confiabilidad se obtuvo un Alfa de Cronbach (.77) en la dimensión agotamiento emocional, (.72) en la dimensión cinismo y (.82) en la dimensión eficacia académica.

La adaptación peruana del instrumento realizada por Soria y Montero (2019) se llevó a cabo en Lima con una muestra de 950 estudiantes, la validez se realizó por consistencia interna y tuvo un resultado de (S-B $X^2/gl = 587$; CFI = .95; RMSEA = .056; SRMR = .056; TLI = .94) en los 14 ítems, teniendo así un modelo ortogonal de tres factores. Además, cuenta con confiabilidad de Alfa de Cronbach (0.69) y un coeficiente de Omega (0.75) proponiendo así resultados confiables.

Tabla 2
Validez y Confiabilidad del Instrumento MBI-SS

| Prueba de KMO y Bartlett | | |
|---|---------------------|----------|
| Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo | | ,772 |
| | Aprox. Chi-cuadrado | 1027,537 |
| Prueba de esfericidad de Bartlett | gl | 91 |
| | Sig. | ,000 |
| Estadísticas de fiabilidad | | |
| Alfa de Cronbach | N de elementos | |
| ,741 | 14 | |

En la Tabla 2, se observa que la presente investigación realizó la confirmación de validez y confiabilidad del instrumento MBI – SS en una muestra de estudiantes de psicología de una universidad de Lima, la validez se dio a través del análisis factorial de la prueba de KMO ($,772$) y Bartlett (Chi-cuadrado = $1027,537$, $gl = 91$, Sig. $,000$). La confiabilidad del instrumento se desarrolló a través del Alfa de Cronbach ($,741$) en los 14 ítems como se observa en la Tabla 2, lo que nos indica que el instrumento es altamente confiable.

Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés COPE: Este instrumento fue elaborado por Carver, Scheier y Weintraub en 1989, su procedencia es de Estados Unidos E.E.U.U. Así mismo, este instrumento cuenta con dos versiones: una versión situacional (orientada a evaluar las estrategias de afrontamiento en situaciones específicas) y una versión disposicional (orientada a evaluar las respuestas de afrontamiento típicas del sujeto). El objetivo de este instrumento es evaluar las diferentes formas en la que la persona afronta las situaciones generadoras de estrés, consta de 52 ítems distribuidos en 13 factores: afrontamiento activo, planificación, supresión de otras actividades, postergación de afrontamiento, búsqueda de apoyo social, búsqueda de soporte emocional, reinterpretación positiva y desarrollo

personal, aceptación, religión, análisis de emociones, negación, distracción, conductas inadecuadas. Este instrumento fue traducido al español por Salazar C. Víctor en 1993 en la Universidad Peruana Cayetano Heredia - UPOCH y cuenta con una adaptación peruana en jóvenes universitarios realizada por Casuso en 1996. El instrumento permite respuestas en escala de tipo dicotómico con la puntuación del 1 al 2 en donde 1 equivale a “Nunca” y 2 equivale a “Siempre”. La calificación de este cuestionario se concibe con la sumatoria de los puntajes obtenidos en los 13 factores, para proceder a multiplicarlo por la constante de 0.25, luego el resultado obtenido se deberá multiplicar por 10 y se buscará dicho puntaje en el perfil de puntuación. Este perfil nos refiere que de 0 a 49 puntos son muy pocas las veces que la persona hace uso de dicha estrategia, los puntos de 50 a 75 señalan que dependiendo de la situación se va a emplear esa estrategia y los puntos de 76 a 100 demuestran que se emplean con frecuencia el estilo de afrontamiento (Maldonado y Muñoz, 2019).

El instrumento se divide en 3 estilos de afrontamiento que contienen 13 estrategias de afrontamiento:

Estilos de Afrontamiento: Enfocados al problema(1,14,27,40,2,15,28,41,3,16,29,42, 4,17,30,43,5,18,31,44). Enfocados a la emoción 6, 19, 32,45, 7, 20, 33,46, 8, 21, 34,47, 9, 22, 35,48, 10, 23, 36,49. Otros modos de afrontamiento 11,24,37,50,12,25,38,51,13,26,39,52

Estrategias de Afrontamiento: Afrontamiento activo: 1,14,27,40. Planificación: 2,15,28,41. Supresión de otras actividades: 3,16,29,42. Postergación del afrontamiento. 4,17,30,43. Búsqueda de apoyo social: 5,18,31,44 Búsqueda de soporte emocional: 6,19,32,45. Reinterpretación positiva y desarrollo personal: 7,20,33,46. Aceptación: 8: 8,21,34,47. Religión: 9,22,35,48. Análisis de las emociones: 10, 23, 36,49. Negación. 11,24,37,50. Conductas inadecuadas: 12,25,38,51. Distracción: 13,26,39,52.

En la versión original del instrumento por Carver et al. (1989) la muestra estuvo conformada por 978 estudiantes universitarios en Miami, el instrumento tiene validez de constructo realizada por los autores en donde señalan la existencia de 12 factores con valores mayores a (1.0). Para comprobar la confiabilidad del instrumento emplearon el Alfa de Cronbach con puntajes entre .45 y .92 y en el retest aplicado después de 8 semanas se obtuvo puntajes de .46 a .86.

Este instrumento en Perú fue adaptado por Casuso (1996), realizando el estudio con una muestra de 817 estudiantes universitarios, en relación con la validez el investigador realizó un análisis factorial exploratorio en donde arrojó 13 escalas con valores mayores a 1; sin embargo, el autor señala que la estructura factorial no coincidió totalmente con la original. Para la confiabilidad se empleó el coeficiente del Alfa de Cronbach se obtuvo los valores que oscilan entre 0.40 y 0.86. (citado en Cassaretto y Chau, 2015).

Recientemente Maldonado y Muñoz (2019), realizaron la validez de constructo del instrumento y se dio a través de los coeficientes de correlación de Pearson (r) en donde cada una de las dimensiones presentan una correlación significativa (1) y la confiabilidad de las dimensiones del cuestionario se obtuvo a través de la consistencia interna con el coeficiente Alfa de Cronbach teniéndose en: afrontamiento enfocado al problema (.734), afrontamiento enfocado en la emoción (.681) y afrontamiento en la evitación u otros modos de afrontamiento (.643).

Tabla 3
Validez y Confiabilidad del Instrumento COPE

| Prueba de KMO y Bartlett | EEP | EEE | OMA |
|---|-----------------------------------|-------------------------|-------------------------|
| Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo | ,598 | ,650 | ,656 |
| Prueba de esfericidad de Bartlett | Aprox. Chi-cuadrado gl Sig. | 1054,257 190 ,000 | 1657,730 190 ,000 |
| | | | 648,642 66 ,000 |
| Estadísticas de fiabilidad | | | |
| KR-20 | | N de elementos | |
| ,834 | | 52 | |

Nota. EEP = Estilos enfocado al problema, EEE = Estilos enfocados en la emoción y OMA = Otros modos de afrontamiento.

En la Tabla 3, se observa que la presente investigación realizó la confirmación de validez y confiabilidad del instrumento MBI – SS en una muestra de estudiantes de psicología de una universidad de Lima, la validez se dio a través del análisis factorial de la prueba de KMO en las tres dimensiones del instrumento teniendo en estilos enfocado al problema KMO (,598) y Bartlett (Chi-cuadrado =1054,257, gl = 190, Sig. ,000), estilos enfocado a la emoción KMO (,650) y Bartlett (Chi-cuadrado =1657,730, gl = 190, Sig. ,000), otros modos de afrontamiento KMO (,656) y Bartlett (Chi-cuadrado =648,642, gl = 66, Sig. ,000). La confiabilidad del instrumento se desarrolló a través del KR-20 (,834) en los 52 ítems como se observa en la Tabla 3, lo que nos indica que el instrumento es altamente confiable.

La recolección de los datos se realizó de la siguiente manera: al inicio se revisó la literatura científica a fin de buscar información actualizada sobre la problemática estudiada, del mismo modo que se analizó detalladamente las investigaciones que pudiesen ser empleadas

como parte del marco teórico. Después de seleccionar el enfoque teórico que sustentaría esta investigación se seleccionó los instrumentos de medición de variables a estudiar, debido a la coyuntura actual y los protocolos de bioseguridad para afrontar la pandemia por COVID-19 los instrumentos fueron revisados previamente su adaptación peruana, su validez y confiabilidad, luego fueron colocados en un cuestionario de Google forms el cual permite evaluar de manera remota. Ante ello, para la recolección de datos el investigador a través de las plataformas virtuales de la universidad se puso en contacto con los estudiantes universitarios que conforman la muestra, se solicitó el permiso correspondiente a los docentes para que se pueda ingresar a las clases en las horas de receso y así invitar a los estudiantes a participar de la investigación, se presentó el consentimiento informado de manera individual y personal a cada estudiante, detallando que la participación era voluntaria y que podían abandonarla en cualquier momento si es que así lo decidieran. Cabe recalcar que en todo momento se le indicó al participante que los resultados obtenidos son exclusivamente de uso académico y de carácter confidencial.

El tratamiento y análisis de los datos se realizó de la siguiente manera: Al terminar el proceso de recolección de datos a través del cuestionario Google Forms, se recopiló y ordenó los datos obtenidos en el programa estadístico de Microsoft Excel para ser cuidadosamente filtrados y tabulados. Asimismo, se procuró llegar al número exacto de estudiantes de la muestra seleccionada a través del muestreo no probabilístico intencional. Por consiguiente, los datos se analizaron empleando el software estadístico IBM SPSS Statistics Vol. 25. En donde para obtener los resultados descriptivos se empleó la técnica estadística de análisis descriptivo como es el caso de la distribución de frecuencia para evaluar las características de las variables de estudio y los niveles mediante tablas de frecuencias y porcentajes. Para el análisis de correlación se aplicó la prueba de normalidad con el estadístico de Kolmogorov Smirnov por el tamaño de la muestra, como los resultados tenían una distribución no normal , como indica

la tabla 4, se empleó la prueba no paramétrica el Coeficiente de correlación de Spearman (Rho) para conocer las relaciones entre las variables de estudio en donde se le dio el valor de significancia o p valor: < 0.05 o 5% para que la hipótesis alterna sea aceptada en la presente investigación.

Tabla 4

Prueba de Normalidad de Kolmogorov - Smirnov

| | Estadístico | Prueba de normalidad | |
|---|-------------|----------------------|------|
| | | gl | Sig. |
| Estilo de afrontamiento enfocado al problema | ,105 | 205 | ,000 |
| Estilo de afrontamiento enfocado a la emoción | ,103 | 205 | ,000 |
| Otros modos de afrontamiento | ,125 | 205 | ,000 |
| Estilos Afrontamiento | ,073 | 205 | ,010 |
| Agotamiento | ,085 | 205 | ,001 |
| Cinismo | ,093 | 205 | ,000 |
| Eficacia | ,114 | 205 | ,000 |
| Burnout | ,081 | 205 | ,002 |

En la Tabla 4, se muestra que para la presente investigación se utilizó la prueba de Kolmogorov Smirnov, debido a que esta investigación cuenta con más de 50 participantes (muestra conformada por 205 estudiantes). Se puede observar que los valores se encuentran por debajo a 0.05, y por lo tanto se asume que la distribución es anormal. En este sentido, se empleó una prueba no paramétrica y el estadístico a utilizar para las correlaciones fue el Coeficiente de Correlación (Rho) de Spearman.

Para el siguiente análisis, se considera lo siguiente:

Hi = Hipótesis de investigación, H0 = Hipótesis Nula

Entonces: Si la sig.>.05, se acepta la H0 Si la sig.<.05 se rechaza la H0

Resultados Inferenciales:

Hi: se confirma la existencia de relación.

H0: no existe relación

P Valor: 0.05 – 5%

La presente investigación considera los aspectos éticos brindados por el Código de Ética del Investigador Científico de UPN (2016) en su quinto capítulo en el artículo 15 el cual nos refiere sobre la originalidad de las investigaciones, se deberá de citar correctamente y colocar las referencias bibliográficas respetando así la propiedad de los autores. También se considera el artículo 16 el cual nos refiere que la casa de estudios UPN admite el 0% de plagio en sus investigaciones. Asimismo, se considera el capítulo III del artículo XXIV del Código de Ética y Deontología del Colegio de Psicólogos del Perú (2017) el cual señala que toda investigación realizada en humanos debe contar explícitamente con un consentimiento informado. Esta investigación cuenta con el principio ético de justicia ya que todos los participantes han sido tratados con el debido respeto al momento de la medición de variables, así como se ha respetado a la literatura científica al recopilar y analizar los diferentes artículos, papers y tesis. En este mismo sentido, se considera el principio de beneficencia debido a que los resultados obtenidos serán de beneficio para la población estudiantil de psicología de la universidad privada en la que se realizó el estudio, permitiendo conocer el nivel de burnout académico que están presentando un grupo de estudiantes de dicha carrera profesional, así promover futuras investigaciones en la misma población y programas de intervención sobre el burnout académico. Del mismo modo, se considera el principio de no maleficencia ya que no se ha buscado dañar a ningún participante, siendo cuidadosos de los datos informativos obtenidos en la medición de variables considerando el anonimato. El principio de autonomía

también estuvo presente ya que los participantes tenían el poder de decisión de abandonar la evaluación en cualquier momento si así lo desease o si considerase que el estudio puede afectarle. Las normas APA también son consideradas importantes en esta investigación ya que se han considerado las normas establecidas en su emisión número 7.

CAPÍTULO III. RESULTADOS

A continuación, presentan los resultados obtenidos mediante el procesamiento de análisis estadístico y la interpretación de los mismos, dando respuestas a los objetivos planteados, empezando por los resultados descriptivos, luego las correlaciones existentes entre las variables burnout académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021.

Tabla 5

Uso de Estilos de Afrontamiento en Estudiantes de Psicología, 2021

| | Enfocado al problema | Enfocado a la emoción | Otros modos de afrontamiento |
|----------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|---|
| | Frecuencia (%) | Frecuencia (%) | Frecuencia (%) |
| Muy pocas veces | 1(,5) | 6(2,9) | 122(59,5) |
| Depende de las circunstancias | 68(33,2) | 75(36,6) | 72(35,1) |
| Frecuentemente | 136(66,3) | 124(60,5) | 11(5,4) |
| Total | 205(100) | 205 (100) | 205 (100) |

En la Tabla 5, se presenta la frecuencia y porcentaje de uso de estilos de afrontamiento en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021. Donde el estilo enfocado al problema es empleado por un (66,3%) para afrontar las situaciones estresantes de su vida. El estilo de afrontamiento enfocado a la emoción es utilizado en un (60,5%). El (59,5%) muy pocas veces utiliza el estilo enfocado a la evitación Indicando que los estudiantes para afrontar las situaciones estresantes de su vida cotidiana emplean los estilos de afrontamiento que se enfocan en solucionar el problema y los que se enfocan en disminuir el impacto de emociones que estas situaciones percibidas como estresantes.

Tabla 6
Niveles de Burnout académico según sus dimensiones en Estudiantes de Psicología, 2021

| | Agotamiento | Cinismo | Eficacia académica | Burnout |
|-------|--------------------|----------------|---------------------------|----------------|
| | Frecuencia (%) | Frecuencia (%) | Frecuencia (%) | |
| Bajo | 86 (42,0) | 7 (3,4) | 69 (33,7) | 48(23,4) |
| Medio | 79 (38,5) | 68 (33,2) | 136 (66,3) | 71(34,6) |
| Alto | 40 (19,5) | 130 (63,4) | 0 (0) | 86(42,0) |
| Total | 205(100) | 205 (100) | 205 (100) | 205(100) |

En la Tabla 6, se presenta la distribución de frecuencia de los niveles del burnout académico según sus dimensiones en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021. Donde se puede apreciar que una gran cantidad de los estudiantes de psicología presentan un nivel bajo (42%) en la dimensión agotamiento emocional, es importante precisar que otra gran cantidad solo lo presenta en nivel medio (38,5%). La dimensión cinismo presenta un nivel alto (63,4%) en los estudiantes de psicología, lo cual puede ser perjudicial para su adecuado desarrollo académico y profesional. La dimensión eficacia académica se presenta en un nivel medio (66,3%) en dicha muestra, lo que nos indicaría que una gran cantidad de estudiantes se encuentra autosuficiente en su desarrollo académico. El burnout académico se presenta en un nivel medio (34,6%) y alto (42%) en los estudiantes de psicología, lo cual podría afectar al estudiante y su desarrollo.

A continuación, los resultados inferenciales, donde se detalla el análisis de correlación entre Estrategias de Afrontamiento y el Burnout Académico en estudiantes de Psicología de una Universidad de Lima, 2021.

Tabla 7

Coefficiente de Correlación de Spearman entre Estrategias de Afrontamiento y el Burnout Académico en Estudiantes de psicología, 2021.

| Estrategias de Afrontamiento | Burnout Académico | |
|---|--------------------------|------|
| | Rho | P |
| Planificación | -,048 | ,492 |
| Afrontamiento activo | ,091 | ,192 |
| Búsqueda de soporte emocional | ,094 | ,179 |
| Negación | -,045 | ,518 |
| Reinterpretación positiva y desarrollo personal | -,097 | ,167 |
| Búsqueda de apoyo social | ,099 | ,158 |
| Supresión de otras actividades | ,092 | ,188 |
| Postergación del afrontamiento | -,108 | ,124 |
| Aceptación | -,221** | ,001 |
| Religión | -,014 | ,838 |
| Análisis de emociones | ,161* | ,021 |
| Conductas inadecuadas | ,206** | ,003 |
| Distracción | ,142* | ,043 |

Nota. **. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

En la Tabla 7, se responde a la pregunta general de investigación y se presenta la prueba no paramétrica del Coeficiente de Correlación de Spearman que nos indica que existe una ligera relación entre las estrategias de afrontamiento y el burnout académico, presentando las estrategias que correlacionan con el burnout son: Aceptación se correlaciona negativa y significativamente con el burnout académico (Rho= -,221**, p=,001) eso quiere decir que mientras más se emplee esta estrategia la presencia del burnout académico será menor, existe correlación positiva y significativa entre análisis de emociones y el burnout académico (Rho=

,161*, $p=,021$) lo que nos indica que mientras mayor atención se le preste a las emociones que nos genera la situación estresante, el burnout incrementará, con la estrategia conductas inadecuadas se tiene una correlación positiva y significativa ($Rho= ,206^{**}$, $p=,003$), lo que nos señala que mientras más evitemos afrontar la situación generada de estrés el burnout aumentará, la estrategia distracción correlaciona positiva y significativamente con el burnout académico ($Rho=,142^*$, $p=,043$) siendo así que mientras más el individuo se aleje de la situación estresante y no busque soluciones el burnout aumentará. Dichos resultados nos señalan cuando se emplee con mayor frecuencia las estrategias enfocadas a evitar afrontar la situación generada de estrés se tendrá una mayor presencia del burnout académico, considerando que se estudió las 13 estrategias de afrontamiento solo 4 de estas correlacionaron. Por lo tanto, se acepta la hipótesis de investigación confirmando que existe relación entre las estrategias de afrontamiento y el burnout académico en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2021.

Tabla 8

Coefficiente de Correlación de Spearman entre Estilos de Afrontamiento y la Dimensión Agotamiento Emocional del Burnout Académico en Estudiantes de psicología, 2021.

| Estilos de Afrontamiento al estrés | Agotamiento Emocional | |
|---------------------------------------|-----------------------|------|
| | Rho | P |
| Enfocado al problema | ,001 | ,983 |
| Enfocado a la emoción | ,043 | ,538 |
| Otros modos o enfocado a la evitación | ,074 | ,290 |

En la Tabla 8, se presenta la prueba no paramétrica del Coeficiente de Correlación de Spearman entre la dimensión agotamiento emocional del burnout académico y los estilos de afrontamiento al estrés, en donde se observa que no existe relación entre estilos de afrontamiento y el burnout académico ya que no se halló relaciones estadísticas entre el estilo enfocado al problema y el agotamiento emocional ($\rho = .001$, $p > .983$), tampoco existe relación entre los estilos enfocados a la emoción y el agotamiento emocional ($\rho = .043$, $p > .538$). No existe relación entre otros modos de afrontamiento y agotamiento emocional ($\rho = .074$, $p > .290$) es decir, estos resultados nos indica que los estilos que emplee el estudiante para afrontar las situaciones percibidas como estresantes en su vida cotidiana no va influir con la presencia del agotamiento emocional. Por lo tanto, se acepta la hipótesis nula H_0 : No existe relación entre los estilos de afrontamiento y la dimensión agotamiento emocional del burnout académico en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2021.

Tabla 9

Coeficiente de Correlación de Spearman entre Estilos de Afrontamiento y la Dimensión Cinismo del Burnout Académico en Estudiantes de psicología, 2021.

| Estilos de Afrontamiento al estrés | Cinismo | |
|---------------------------------------|---------|------|
| | Rho | P |
| Enfocado al problema | ,079 | ,262 |
| Enfocado a la emoción | -,075 | ,288 |
| Otros modos o enfocado a la evitación | ,095 | ,174 |

En la Tabla 9, se presenta la prueba no paramétrica del Coeficiente de Correlación de Spearman en donde se presenta que no existe relación entre la dimensión Cinismo del burnout académico y estilos de afrontamiento de afrontamiento, ya que no se halló relaciones estadísticas entre el estilo enfocado al problema y cinismo ($\rho = ,079$ $p > .262$), tampoco existe relación entre los estilos enfocados a la emoción y el cinismo ($\rho = -,075$ $p > .288$). No existe relación entre otros modos de afrontamiento y cinismo ($\rho = -,095$ $p > .174$) es decir, estos resultados nos indica que los estilos que emplee el estudiante para afrontar las situaciones percibidas como estresantes en su vida cotidiana no va influir con la presencia del cinismo. Por lo tanto, se acepta la hipótesis nula H_0 : No existe relación entre los estilos de afrontamiento y la dimensión cinismo del burnout académico en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2021.

Tabla 10

Coeficiente de Correlación de Spearman entre Estilos de Afrontamiento y la Dimensión Eficacia Académica del Burnout Académico en Estudiantes de psicología, 2021.

| Estilos de Afrontamiento al estrés | Eficacia Académica | |
|---------------------------------------|--------------------|------|
| | Rho | P |
| Enfocado al problema | -,030 | ,667 |
| Enfocado a la emoción | ,089 | ,207 |
| Otros modos o enfocado a la evitación | -,231** | ,001 |

Nota. ** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la Tabla 10, se presenta la prueba no paramétrica del Coeficiente de Correlación de Spearman en donde se presenta que no existe relación entre la dimensión Eficacia académica del burnout académico y estilo de afrontamiento enfocado al problema ($\rho = -,030$ $p > .667$), tampoco existe relación entre los estilos enfocados a la emoción y la eficacia académica ($\rho = ,089$ $p > .207$). Sin embargo, si existe relación entre otros modos de afrontamiento y eficacia académica ($\rho = -,231^{**}$ $p < .001$) esta correlación es significativa y de carácter negativo, es decir que mientras el estudiante perciba su ambiente como estresante empleara la evitación como afrontamiento. Por lo tanto, se decide aceptar la hipótesis de investigación señalando que existe una ligera correlación negativa entre los estilos de afrontamiento y la dimensión eficacia académica.

CAPÍTULO VI. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La presente investigación tuvo como objetivo general determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el burnout académico en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2021. Por ello, posterior a la recolección de datos y análisis estadístico inferencial correspondiente mediante el Coeficiente de correlación de Spearman (Rho) se halló que solo 4 estrategias de afrontamiento correlacionan con el burnout académico: Aceptación correlaciona negativa y significativamente ($Rho = -,221^{**}$, $p = ,001$) análisis de emociones correlaciona positiva y significativamente ($Rho = ,161^{*}$, $p = ,021$), conductas inadecuadas tiene correlación positiva y significativa ($Rho = ,206^{**}$, $p = ,003$), distracción correlaciona positiva y significativamente ($Rho = ,142^{*}$, $p = ,043$), las demás estrategias no presentan correlación con el burnout académico: Planificación ($Rho = -,048$, $P = ,492$), Afrontamiento activo ($Rho = ,091$, $P = ,192$), Búsqueda de soporte emocional ($Rho = ,094$, $P = ,179$), Negación ($Rho = -,045$, $P = ,518$), Reinterpretación positiva y desarrollo personal ($Rho = -,097$, $P = ,167$), Búsqueda de apoyo social ($Rho = ,099$, $P = ,158$), Supresión de otras actividades ($Rho = ,092$, $P = ,188$), Postergación del afrontamiento ($Rho = -,108$, $P = ,124$). Estos resultados refieren que a mayor medida que se emplee estrategias que eviten solucionar o pensar sobre la situación estresante, se va a tener una mayor incidencia del burnout académico, a diferencia de la estrategia aceptación que pertenece al estilo enfocado a la emoción el cual señala que mientras la persona acepte la situación estresante que está experimentando y la valide como tal el burnout va a presentar de forma disminuida. Por lo tanto, se acepta la hipótesis de investigación, confirmando que existe relación entre las estrategias de afrontamiento y el burnout académico en estudiantes de Psicología de una Universidad de Lima, 2021. Estos resultados difieren de los encontrados por la investigación de Carrasco en 2017 en donde se confirmó la existencia de una relación negativa significativa alta ($r = -0,886^{**}$) entre las estrategias de afrontamiento y el burnout académico y de lo hallado por Caballero et al., (2017) quien encontró una correlación negativa

y significativa entre el burnout y la estrategia de afrontamiento de solución de problemas (-,473**), búsqueda de apoyo social (-,196**) y reevaluación positiva (- ,439**), correlación positiva entre el burnout y la estrategia de afrontamiento de espera (,277**), a excepción de las estrategias que se orientan a evitación emocional (,208**), reacción agresiva (,254**). Asimismo, los resultados encontrados también difieren de lo hallado por (Alva y Yanac, 2017) quien halló una correlación inversa altamente significativa ($r=-.324^{**}$; $p=0.01$) con la dimensión reevaluación positiva y relación inversa altamente significativa ($r=-.209^{*}$; $p=0.007$) con la dimensión búsqueda de apoyo y relación inversa altamente significativa ($r=-.371^{**}$; $p=0.00$) con la dimensión planificación en estudiantes de psicología. Este resultado nos señala que de acuerdo a las estrategias de afrontamiento que decida emplear el estudiante va a influir en la aparición del burnout académico. Si bien no se presentó correlación entre todas las estrategias esto se debe a que como señalan Carver, Scheier y Weintraub (1989) las preferencias para emplear estrategias de afrontamiento van a depender principalmente por las características propias del estudiante y su situación estresante, por lo que se comprende que todos los estudiantes son seres únicos y como tal experimentan o perciben de forma diferente la situación estresante ante el burnout académico el cual se ha producido como respuesta a los estresores que se presentan en su ámbito académico (Maslach, Schaufeli, Leiter y Job, 2001).

En cuanto al primer objetivo específico fue identificar los estilos de afrontamientos predominantes en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021, encontrando que el estilo enfocado al problema (66,3%) y el estilo de afrontamiento enfocado a la emoción (60,5%) son empleados con mayor frecuencia por los estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021. Estos resultados son semejantes a los encontrados por (Ayala, 2021) quien halló que el estilo de afrontamiento que más predomina en la muestra de estudiantes de zootecnia de su investigación fue el centrado a la emoción con una media de 55.98 (D.E.= 10.42) y por (Maldonado y Muñoz, 2019) quienes mencionan que los estilos que

más emplean los estudiantes de ciencias de la salud de su muestra son las enfocadas a la emoción (85.3%) y enfocados al problema (81.2%). Este hallazgo encontrado nos señala que como mencionó Lazarus y Folkman (1984) estos dos estilos de afrontamiento son considerados los más adecuados para afrontar una situación estresante o adversa puesto que si se orienta al problema se va a centrar en las estrategias que contribuyan a otorgar una solución a la situación generadora de estrés y el orientado a la emoción intenta transformar el modo en el que el sujeto interpreta la situación estresante y así evitar el malestar.

Como segundo objetivo específico se tuvo identificar el nivel predominante de burnout académico y sus dimensiones en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2021. A través de los resultados obtenidos se halló que el burnout académico está presente en los estudiantes de psicología de la muestra en su nivel alto (42%) y el (34,6%) en el nivel medio, de acuerdo a las dimensiones se encontró que el agotamiento emocional predomina su nivel bajo (42%) y el nivel medio (38,5%), la dimensión cinismo predomina en su nivel alto (63,4%) y la dimensión eficacia académica predomina su nivel medio (66,3%). Resultados similares fueron encontrados por (Madrid, 2021) señalando que el 34,17% de los estudiantes de terapia ocupacional presentan el nivel alto de burnout. Sin embargo, estos resultados difieren de los encontrados por (Caballero et al., 2017) en donde señala que el 10,5% de los estudiantes presentan un nivel alto del síndrome de burnout y (Ayala, 2021) encontró resultados que difieren en el nivel puesto que el 29.5% de estudiantes de zootecnia presentan el burnout estudiantil en su nivel alto y el 41.5% en su nivel promedio. Ante lo mencionado, estos resultados son realmente preocupantes puesto que se tiene conocimiento de los efectos adversos que la presencia del burnout académico tiene y el hecho de que podría influir en el adecuado desenvolvimiento, identificación y aceptación de la formación académica dañando así la salud mental del estudiante (Caballero et al., 2015). A su vez, se debe considerar preocupante que agotamiento emocional este presente en los estudiantes de psicología puesto

que se refiere a la sensación de estar cansado ante los estudios, los estudiantes que presentan agotamiento emocional se tienden a sentir emocionalmente exhaustos e incapaces de solucionar sus situaciones difíciles, resulta más alarmante la presencia del cinismo ya que se refiere a la actitud distante del estudiante ante sus estudios, en relación a la eficacia académica es un buen indicador que se presente el nivel medio ya que ello nos señala que los estudiantes tienden a sentirse autosuficientes en sus actividades académicas (Hederich et al., 2016).

En cuanto al tercer objetivo específico se formuló determinar la relación entre los estilos de afrontamiento y la dimensión agotamiento emocional en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021. Por lo tanto, se halló que no existe relación entre estilos de afrontamiento y el burnout académico ya que no se halló relaciones estadísticas entre los tres estilos analizados y la dimensión agotamiento emocional: enfocado al problema ($\rho = .001$, $p > .983$), estilos enfocados a la emoción ($\rho = .043$, $p > .538$), estilos enfocados a la evitación u otros modos de afrontamiento ($\rho = -.074$, $p > .290$). Estos resultados se diferencian de lo encontrado por (Fernández, 2019) quien halló que la dimensión de agotamiento emocional se relacionó negativamente y de forma alta con la estrategia de afrontamiento reestructuración cognitiva $p < 0.05$, (Rho de Spearman = -0.69) el cual se clasifica también dentro del estilo enfocado a la emoción y de lo encontrado por (Caballero et al., 2017) quienes hallaron que la dimensión de agotamiento emocional correlacionó negativamente con la estrategia de afrontamiento solución de problemas ($-.207^{**}$) y reevaluación positiva ($-.271^*$); correlacionó positivamente con la estrategia de espera ($.188^{**}$) quienes están dentro del estilo enfocado al problema y emoción, pero hallaron también correlación positiva con la estrategia reacción agresiva ($.148^{**}$) y expresión de dificultad de afrontamiento ($.201^{**}$) las cuales se clasifican en el estilo enfocado a la evitación. Asimismo, el resultado de la presente investigación es diferente a los hallados por (Ayala, 2021) quien encontró correlación estadísticamente significativa entre el estilo de afrontamiento centrado en el problema y agotamiento emocional

($\rho = -.220$; $p < 0.05$) y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción ($\rho = .422$; $p < 0.05$). Estos resultados se pueden comprender de acuerdo a que se conoce que los estilos de afrontamiento son predisposiciones de carácter personal para afrontar las diferentes situaciones percibidas como estresantes y estas se han obtenido en base a las experiencias; por tanto, estas pueden variar en cada estudiante dependiendo del valor estresante que este les otorgue a las situaciones que se presentan en su contexto académico (Fernández, 1997).

En cuanto al cuarto objetivo específico se tuvo determinar la relación entre los estilos de afrontamiento y la dimensión eficacia académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021. Por lo tanto, se halló que no existe relación entre la dimensión Eficacia académica del burnout académico y estilo de afrontamiento enfocado al problema ($\rho = -.030$ $p > .667$), no existe relación entre los estilos enfocados a la emoción y la eficacia académica ($\rho = .089$ $p > .207$). Sin embargo, si existe relación entre otros modos de afrontamiento y eficacia académica ($\rho = -.231^{**}$ $p < .001$) esta correlación es significativa y de carácter negativo, es decir que mientras el estudiante emplee más el estilo de evitación, la eficacia académica reducirá teniendo una baja percepción de autosuficiencia ante los estudios en los estudiantes de psicología. El resultado de relación negativa entre otros modos de afrontamiento y la dimensión eficacia académica es semejante al mencionado por (Piergiovanni y Depaula, 2018) quien halló correlacionó negativamente entre autoeficacia y la Autofocalización negativa ($\rho = -.412$; $p = .000$). pero nuestros resultados difieren con estos autores al mencionar que hallaron que la autoeficacia correlacionaba moderada y significativamente con la dimensión solución del problema de forma positiva ($\rho = .347$; $p = .000$) perteneciente al estilo enfocado al problema y una escasa correlación positiva significativa con Reevaluación positiva ($\rho = .202$; $p = .023$) el cual pertenece al estilo enfocado a la emoción. Asimismo, se difiere del hallado por (Fernández, 2019) quien halló que la dimensión realización personal tuvo una relación positiva moderada con reestructuración

cognitiva (Rho de Spearman=0,412). Los resultados obtenidos se comprenden debido a que se conoce que otros modos de afrontamiento o el estilo enfocado a la evitación es la forma de afrontar una situación estresante menos adecuada ya que solo se va centrar en alejarse del problema y sus posibles soluciones (Carver et al., 1989); por ende, su correlación negativa con la eficacia académica la cual se refiere a la percepción del estudiante sobre su actuar ante las actividades académicas nos indica que si el estudiante se aleja de la situación generadora de estrés sin buscar soluciones va a impactar en su autosuficiencia académica (Hederich et al., 2016).

En cuanto al quinto objetivo específico se tuvo determinar la relación entre los estilos de afrontamiento y la dimensión cinismo en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021. Por lo tanto, se halló que no existe relación entre la dimensión Cinismo del burnout académico y los estilos de afrontamiento de afrontamiento, ya que no se halló relaciones estadísticas entre los tres estilos analizados: el estilo enfocado al problema ($\rho = ,079$ $p > .262$), estilos enfocados a la emoción ($\rho = -,075$ $p > .288$), otros modos de afrontamiento ($\rho = -,095$ $p > .174$). Estos resultados se diferencian de lo encontrado por (Fernández, 2019) quien halló una correlación negativamente moderada entre la dimensión despersonalización y la dimensión evitación de problemas (Rho de Spearman= -0,45), en dicho estudio se empleó el instrumento MBI general el cual considera despersonalización, pero en el burnout académico se le cambia de nombre a cinismo, ello no altera los resultados. Asimismo, Salinas, 2019 mencionó en su investigación que no halló correlaciones entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión despersonalización o cinismo. Ante los resultados hallados en la presente investigación se puede comprender que debido a que los estilos de afrontamiento empleados por los estudiantes van a depender de las condiciones personales con lo que estos cuenten también es importante mencionar que la aparición del cinismo dimensión del burnout académico va a depender de

otras variables asociadas entre ellas las de carácter intrapersonal, social y académico (Caballero et al., 2009).

En relación a las Limitaciones, el presente estudio encontró una limitación en el instrumento de evaluación de las estrategias de afrontamiento el Cuestionario de modos de afrontamiento al estrés (COPE) en su versión de 52 ítems de Carver el cual se limita a solo brindar puntuaciones individuales de cada una de los tipos de estrategias que emplea la persona con mayor frecuencia, no permitiendo así obtener un puntaje total para lograr contrastar una relación entre estrategia de afrontamiento y burnout académico de forma global. Asimismo, otra limitación es el diseño de la investigación puesto que debido a la cantidad de la muestra y los resultados obtenidos solo se puede emplear la presente investigación como una representación de la relación entre variables, más no se puede señalar una interpretación causa – efecto. La tercera limitación se refiere al tamaño de la muestra el cual tuvo un mayor predominio del sexo femenino razón por la cual los resultados no pueden ser generalizados. La última limitación que se encontró fue la escasa producción de investigaciones (antecedentes) sobre las estrategias de afrontamiento y el burnout académico, puesto que en los últimos 5 años se ha profundizado el estudio de otras variables como el estrés, engagement, entre otros y su relación con el burnout académico. Del mismo modo, que se tuvo una limitación bastante importante respecto a los antecedentes en poblaciones semejantes a la estudiada en esta investigación, las variables estudiadas han sido muy poco analizadas en la población de universitarios. Otra limitación fue la accesibilidad a la muestra, dada la coyuntura se decidió por realizar la medición de las variables de manera remota, presentándose así una dificultad en relación al tiempo para que los participantes puedan responder a la encuesta, debido a que se cruzaba con sus diversas actividades.

En relación a las Implicancias, debido al tamaño de la muestra y las respuestas que determinaron que se emplee el estadístico no paramétrico nos señala que los hallazgos no

podrán ser generalizados a otras poblaciones. Sin embargo, la presente investigación si podrá ser empleada como antecedente previo a futuras investigaciones que se decidan realizar sobre las variables estudiadas o asociadas, ya que se permite conocer datos concretos estadísticos del estado de las variables a estudiar dentro de la población de estudiantes de psicología de la universidad de Lima en donde se realizó el estudio. En este sentido, como se relató en la justificación a nivel teórico se aporta conocimiento sobre las variables Estrategias de afrontamiento y burnout académico, permitiendo así abrir nuevos conocimientos y perspectivas de las variables en un ámbito poblacional muy poco estudiada como es el caso de los estudiantes de la carrera de psicología. A nivel social es conveniente que se continúe realizando investigaciones dentro de este ámbito poblacional para obtener hallazgos que permitan generalizar las respuestas sobre ambas variables. También, es importante mencionar que esta investigación nos permite tener una perspectiva diferente a lo que esperado. Puesto que si bien la carrera de psicología permite que el estudiante desarrolle y potencie sus habilidades para resolver conflictos de manera efectiva, ello no lo excluye de poder desarrollar el burnout académico. A nivel metodológico se ha realizado el proceso de validez y confiabilidad de los instrumentos el cual podrá ser comparado en las futuras investigaciones que presenten las características similares a la presente investigación. A nivel práctico los resultados obtenidos servirán para poder desarrollar programas de prevención del burnout académico en el centro universitario que se realizó la investigación.

A partir de los resultados se llega a las conclusiones siguientes: El burnout académico está presente en los estudiantes de psicología en su grado alto (42%) y el (34,6%) en el nivel medio. Los estilos de afrontamiento más predominantes en los estudiantes de psicología son el estilo enfocado al problema (66,3%) y el estilo de afrontamiento enfocado a la emoción (60,5%). Solo existe relación en 4 estrategias de afrontamiento correlacionan con el burnout académico: Aceptación correlaciona negativa y significativamente ($Rho = -,221^{**}$, $p = ,001$)

análisis de emociones correlaciona positiva y significativamente ($Rho = ,161^*$, $p = ,021$), conductas inadecuadas tiene correlación positiva y significativa ($Rho = ,206^{**}$, $p = ,003$), distracción correlaciona positiva y significativamente ($Rho = ,142^*$, $p = ,043$). No existe relación entre estilos de afrontamiento y la dimensión agotamiento emocional del burnout académico ya que no se halló relaciones estadísticas entre los tres estilos analizados y la dimensión agotamiento emocional: enfocado al problema ($\rho = ,001$, $p > ,983$), estilos enfocados a la emoción ($\rho = ,043$, $p > ,538$), estilos enfocados a la evitación u otros modos de afrontamiento ($\rho = -,074$, $p > ,290$). No existe relación entre la dimensión Eficacia académica del burnout académico y estilo de afrontamiento enfocado al problema ($\rho = -,030$, $p > ,667$), no existe relación entre los estilos enfocados a la emoción y la eficacia académica ($\rho = ,089$, $p > ,207$). Sin embargo, si existe relación entre otros modos de afrontamiento y eficacia académica ($\rho = -,231^{**}$, $p < ,001$) esta correlación es significativa y de carácter negativo. No existe relación entre la dimensión Cinismo del burnout académico y los estilos de afrontamiento de afrontamiento, ya que no se halló relaciones estadísticas entre los tres estilos analizados: el estilo enfocado al problema ($\rho = ,079$, $p > ,262$), estilos enfocados a la emoción ($\rho = -,075$, $p > ,288$), otros modos de afrontamiento ($\rho = -,095$, $p > ,174$).

REFERENCIAS

- Alfonso, B., Calcines, M., Monteagudo, R. & Nieves, Z. (2015). Estrés académico. *Edumecentro*, 7(2), 163-178. <http://scielo.sld.cu/pdf/edu/v7n2/edu13215.pdf>
- Alva, V. & Yánac, E. (2017). *Burnout académico y estrategias de afrontamiento en los estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Peruana Filial Tarapoto, 2016* [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión, Tarapoto]. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/504>
- Araoz, G., Roque, M., Ramos, A., Uchasara, J. & Araoz, Z. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1), 88-93. https://www.revistaavft.com/images/revistas/2021/avft_1_2021/16_estres_academico_estudiantes.pdf
- Arias, J., Villasís, M. & Miranda, M. (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista Alergia México*, 63 (2), 201-206 ISSN: 0002-5151. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=486755023011>
- Ayala, D., (2022). *Estilos de afrontamiento y burnout académico en estudiantes universitarios de una universidad nacional de Lima Metropolitana* [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/1599>
- Alcántara, A. (2020). Educación superior y COVID-19: una perspectiva comparada. En H. Casanova Cardiel (Coord.) *Educación y pandemia: una visión académica*. Universidad Nacional Autónoma de México, Instituto de Investigaciones sobre la Universidad y la Educación. http://132.248.192.241:8080/xmlui/handle/IISUE_UNAM/541

- Barraza, A. (2011). Validación psicométrica de la escala unidimensional del burnout estudiantil. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 13 (2), 51-74. ISSN: 0187-7690. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=802/80220774004>
- Cabanach, R., Valle, A., Rodríguez, S., Piñeiro, I. & Freire, C. (2010). Escala de afrontamiento del estrés académico (A-CEA). *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 1 (1), 51-64. ISSN: 2171-2069. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=2451/245116411005>
- Caballero, C., Palacio, J. & Hederich, C (2010) El burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 42(1). Fundación Universitaria Konrad Lorenz Bogotá Colombia
- Caballero, C., Palacio, J. & Hederich, C. (2012). *El burnout académico: Prevalencia y factores asociados en estudiantes universitarios del área de la salud de la ciudad de Barranquilla* [Tesis Doctoral, Universidad del Norte]. <https://manglar.uninorte.edu.co/bitstream/handle/10584/7411/sindrome.pdf?sequence=1>
- Caballero, C., Bresó, E. y González, O. (2015). Burnout en Estudiantes Universitarios. *Psicología desde el Caribe*, 32(3), 424-441. <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/6217>
- Caballero, C., Gonz, O., Charris, N., Amaya, L. D. & Merlano, A. (2017). Relación del Burnout académico con las estrategias de afrontamiento de estudiantes de enfermería en universidades privadas de la ciudad de barranquilla. *Tejidos Sociales*, 1(1). <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/tejsociales/article/view/2582>
- Caballero, C., Esteve, E. & Gutiérrez, O. (2015). Burnout en estudiantes universitarios. *Psicología desde el Caribe*, 32 (3). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6525346>

- Cassaretto, M., Chau, C., Oblitas, H. & Valdez, N. (2003). *Estrés y afrontamiento en estudiantes universitarios*. Departamento de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú, 21(2), 362-92. <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/6849>
- Cassaretto, M. (2009). *Relaciones entre las cinco grandes dimensiones de la personalidad y el afrontamiento en estudiantes preuniversitarios de Lima Metropolitana* [Tesis de Magíster no publicada, Universidad Nacional Mayor de San Marcos. https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/619/Cassaretto_bm.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Carrasco, P. (2017). *Estrategias de afrontamiento y nivel del Síndrome de Burnout en los internos de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas en 2017-II* [Tesis de Licenciatura, Universidad Alas Peruanas]. <https://repositorio.uap.edu.pe/handle/20.500.12990/1316>
- Contreras, L. (2021). *Variables predictoras del síndrome de burnout académico en estudiantes universitarios* [Tesis de Maestría, Konrad Lorenz Fundación Universitaria]. <https://repositorio.konradlorenz.edu.co/handle/001/4764>
- Casullo, M., & Fernández, M. (2001). Estrategias de afrontamiento en estudiantes adolescentes. *Investigación psicológica*, 25-49. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-905615>
- Casuso, L. (1996). *Adaptación de la prueba COPE sobre estilos de afrontamiento en un grupo de estudiantes universitarios de Lima* [Tesis de licenciatura no publicada, Pontificia Universidad Católica del Perú].
- Carver, C., Scheier, M. & Weintraub, J. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of personality and social psychology*, 56(2), 267. <https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2F0022-3514.56.2.267>

- Carver, C. & Scheier, M. (1981). El ciclo de retroalimentación inducido por la autoatención y la facilitación social. *Revista de Psicología Social Experimental*, 17 (6), 545-568.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/0022103181900391>
- Cano, F., Rodríguez, L., & García, J. (2007). Adaptación española del Inventario de Estrategias de Afrontamiento. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 35 (1), 29-39.
<https://idus.us.es/handle/11441/56854>
- Colegio de Psicólogos del Perú. (2017). *Código de ética y deontología*.
http://api.cpsp.io/public/documents/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf
- Encinas, M. (2019). *Afrontamiento al Estrés: Una Revisión Teórica* [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. <http://repositorio.uss.edu.pe/handle/uss/6097>
- Erazo, C., Sánchez, C., & Esparza, A. (2017). El desempeño profesional de los estudiantes universitarios en las prácticas preprofesionales. *Opuntia Brava*, 9(1), 89-96.
<http://200.14.53.83/index.php/opuntiabrava/article/view/120/115>
- Fernández, J. (2019). *Relación entre el Síndrome de Burnout y las estrategias de afrontamiento. Estudio realizado desde la teoría cognitiva-conductual en estudiantes que hacen sus prácticas preprofesionales en la Carrera de Odontología, en el periodo Febrero-marzo, 2018* [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. <http://repositorio.puce.edu.ec/handle/22000/17553>
- Fernández, E. (1997). Estilos y estrategias de afrontamiento. In *Cuaderno de prácticas de motivación y emoción*. 189-206. Pirámide. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2080246ga>
- Fernández, C., Baptista, P., & Hernández, R. (2014). *Metodología de la Investigación*. Editorial McGraw Hill. https://periodicooficial.jalisco.gob.mx/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion__roberto_hernandez_sampieri.pdf

- Folkman, S., Lazarus, R., Gruen, R. & De Longis, A. (1986). Evaluación, afrontamiento, estado de salud y síntomas psicológicos. *Revista de personalidad y psicología social*, 50 (3), 571. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3701593/>
- García, M., Ibáñez, J., & Alvira, F. (2000). *El análisis de la realidad social: métodos y técnicas de intervención*. Madrid: Alianza Editorial. <http://metodo1.sociales.uba.ar/wp-content/uploads/sites/164/2014/10/Garcia-et-al-El-analisis-de-la-realidad-social-metodos-y-tecnicas-de-la-investigacion.pdf>
- Hederich, C. y Caballero, C. (2016). Validación del cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) en contexto académico colombiano. *CES Psicología*, 9 (1), i-xv. ISSN: 2011-3080 <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=4235/423545768002>
- Instituto Nacional de Radio y Televisión del Perú. (2020). Minedu: *Más de 174 mil estudiantes dejaron la universidad en lo que va del 2020*. <https://www.tvperu.gob.pe/noticias/nacionales/minedu-mas-de-174-mil-estudiantes-dejaron-la-universidad-en-lo-que-va-del-2020>
- Jiménez, C. (2003). *Fuentes de estrés, Síndrome de Burnout y Actitudes disfuncionales en Orientadores de Instituto de Enseñanza Secundaria* [Tesis de Doctorado, Universidad de Extremadura]. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=1494>
- Jorquera, F., Marillanca, A., & Loyola, K. (2018) *Salud mental e ingreso al ambiente universitario: una aproximación a los significados de estudiantes de primer año de la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso* [Tesis de Licenciatura]. http://opac.pucv.cl/pucv_txt/txt-1500/UCD1825_01.pdf
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1984). *Estrés, evaluación y afrontamiento*. Editorial Springer.
- Madrid, N. (2021). *Síndrome de burnout académico en alumnos de terapia ocupacional en contexto COVID-19* [Tesis de pregrado, Universidad de Salamanca]. <https://gredos.usal.es/handle/10366/146991>

- Martínez, L. (2019). *Estrés académico y adaptación a la vida universitaria en estudiantes de Lima, Arequipa y Piura* [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/14775/Mart%c3%adnez_Quispe_Estr%c3%a9s_acad%c3%a9mico_adaptaci%c3%b3n1.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Maldonado, S., & Muñoz, M. (2019). *Estrés académico y modos de afrontamiento del estrés en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada de Lima Este* [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión]. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/1723/Sheyla_Tesis_Licenciatura_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Maslach C, Jackson S. The measurement of experienced Burnout. *J Occup Behavior* 1981; 2:99-113. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/job.4030020205>
- Maslach, C., Schaufeli, W. & Leiter, M. (2001). Job burnout. *Annual review of psychology*, 52(1), 397-422. <https://www.annualreviews.org/doi/abs/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Ministerio de Educación. (2021). *Se reduce tasa de deserción en las universidades privadas*. <https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/350777-se-reduce-tasa-de-desercion-en-las-universidades-privadas/>
- Mouzo, J. (2019). El Burnout toma peso en la lista de la OMS. *El país*. https://elpais.com/sociedad/2019/05/27/actualidad/1558956228_933147.html
- Párraga, J. (2005). *Eficacia del programa I.R.I.S. para reducir el síndrome burnout y mejorar las disfunciones emocionales en profesionales sanitarios* [Tesis Doctoral, Universidad Extremadura]. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=595>

- Pérez, A. (2010). El síndrome de burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. *Vivat Academia*, (112), 42-80. <https://www.redalyc.org/pdf/5257/525752962004.pdf>
- Piergiovanni, F., & Depaula, P. (2018). Autoeficacia y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios. *Ciencias Psicológicas*, 12(1), 17 - 23. <https://doi.org/10.22235/cp.v12i1.1591>
- Relat, J. (2010). *Introducción a la investigación básica*. Centro de investigación biométrica, 221. <https://docplayer.es/31760212-Introduccion-a-la-investigacion-basica.html>
- Resolución Rectoral N° 104 (2016). *Código de Ética del Investigador Científico*. Universidad Privada del Norte. <https://www.upn.edu.pe/sites/default/files/2020-06/codigo-etica-investigador-cientifico-upn.pdf>
- Rodríguez, J., Pastor, A. & Lopez, S. (1993). Afrontamiento, apoyo social, calidad de vida y enfermedad. *Psicothema*, 5, 349-372. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=727/72709924>
- Rosales, Y. (2012). Estudio unidimensional del síndrome de burnout en estudiantes de medicina de Holguín. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 32(116), 795-803. http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0211-57352012000400009&script=sci_arttext&tIng=en
- Rosales, Y. & Paneque, R. (2013). Burnout estudiantil universitario. Conceptualización y estudio. *Salud mental*, 36(4), 337-345. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252013000400009
- Rosales, Y., Rizzo, F., Mocha, J., & Ferreira, J. (2021). Prevalencia del síndrome de burnout en estudiantes universitarios: una revisión sistemática. *Salud mental*, 44 (2), 91-102.

http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S018533252021000200091&script=sci_artext&tlng=en

Salinas, Á. (2019). *Estrategias de afrontamiento y síndrome de burnout en estudiantes universitarios adultos que trabajan de una universidad de Trujillo* [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada del Norte].

<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/22514/Salinas%20Montenegro%20Angel%20Abel.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Soria, P. & Montero, J. (2020). *Adaptación del Inventory Maslach Burnout–Student Survey (MBI-SS) Versión Colombiana en Universitarios de Lima* [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/46449/Montero_LJ%20-Soria_MP-SD.pdf?sequence=1

Schaufeli, W., Salanova, M., González, V., & Bakker, A. (2002). The measurement of engagement and burnout: A two sample confirmatory factor analytic approach. *Journal of Happiness studies*, 3(1), 71-92.

Schaufeli W, Martínez I, Pinto A, Salanova M, Bakker A. Burnout y compromiso en estudiantes universitarios: un estudio transnacional. *Revista de Psicología Intercultural*. 2002;33(5):464-481. doi: 10.1177/0022022102033005003

Scharager, J., & Reyes, P. (2001). Muestreo no probabilístico. *Pontificia Universidad Católica de Chile, Escuela de Psicología*, 1, 1-3. https://www.academia.edu/4230919/Metodolog%C3%ADa_de_la_Investigaci%C3%B3n_Escuela_de_Psicolog%C3%ADaAutor_Judith_Scharager_Asistente_Pablo_Reyes_MUESTREO_NO_PROBABIL%C3%8DSTICO_Qu%C3%A9_es_el_Muestreo_No_Probabil%C3%ADstico

- Seperak, R., Fernández, M & Lara, S. (2021). Prevalencia y severidad del burnout académico en estudiantes universitarios durante la pandemia por la COVID-19. *Interacciones*, e199-e199. <https://www.ojs.revistainteracciones.com/index.php/rin/article/view/199>
- Tobin, D., Holroyd, K., Reynolds, R. & Kigal, J. (1989). The hierarchical factor structure of the Coping Strategies Inventory. *Cognitive Therapy and Research*, 13, 343-361.
- UNESCO. 2021. *Un año de educación perturbada por la COVID-19: ¿Cómo está la situación?* [en línea] <https://es.unesco.org/news/ano-educacion-perturbada-covid-19-como-esta-situacion>
- Valdivieso, L.; Lucas, S.; Tous, J. y Espinoza, I. (2020). Estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario: educación infantil-primaria. *Educación XXI*, 23(2), 165-186, doi: 10.5944/educXX1.25651
- Xiong, J., Lipsitz, O., Nasri, F., Lui, L., Gill, H., Phan, L., Chen-Li, D., Iacobucci, M., Ho, R., Majeed, A., & McIntyre, R. S. (2020). Impact of COVID-19 pandemic on mental health in the general population: A systematic review. *Journal of affective disorders*, 277, 55–64. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.001>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

| MATRIZ DE CONSISTENCIA | | | | |
|---|---|--|---|--|
| MENCIÓN: Licenciatura en Psicología LINEA DE INVESTIGACIÓN: Salud, desarrollo humano, convivencia saludable e inclusión social. | | | | |
| TÍTULO: “ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y BURNOUT ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD DE LIMA, 2021” | | | | |
| AUTOR: Stephany Michel Mestanza Rojas | | | | |
| PROBLEMA | OBJETIVOS | HIPÓTESIS | VARIABLES E INDICADORES | |
| Problema General: | Objetivo General: | Hipótesis General: | VARIABLE 1: Estrategias de Afrontamiento | |
| ¿Existe relación entre las estrategias de afrontamiento y el burnout académico en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2021? | Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el burnout académico en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2021. | Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el burnout académico en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2021. | Dimensiones | ÍTEMS E ÍNDICES |
| Problemas específicos: | Objetivos Específicos: | Hipótesis específicas: | | 1,14,27,40 2,15,28,41 3,16,29,42 4,17,30,43 5,18,31,44 |
| 1. ¿Qué estilos de afrontamiento predominan en los estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021? | Identificar los estilos de afrontamientos que predominan en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021. | Existe relación significativa entre los estilos de afrontamiento y la dimensión agotamiento emocional en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021. | Estrategias enfocado al problema | |

| | | | | |
|---|--|--|--|---|
| <p>2. ¿Cuál es el nivel de burnout académico y sus dimensiones predominante en los estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021?</p> | <p>Identificar el nivel predominante de burnout académico y sus dimensiones en estudiantes de una universidad de Lima, 2021.</p> | <p>Existe relación significativa entre los estilos de afrontamiento y la dimensión cinismo en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021.</p> | <p>Estrategias enfocada a la emoción</p> | <p>6, 19, 32,45 7, 20, 33,46 8, 21, 34,47 9, 22, 35,48 10, 23, 36,49</p> |
| <p>3. ¿Existe relación entre los estilos de afrontamiento y la dimensión agotamiento emocional en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2021?</p> | <p>Determinar la relación entre los estilos de afrontamiento y la dimensión agotamiento emocional en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021.</p> | <p>Existe relación significativa entre los estilos de afrontamiento y la dimensión eficacia académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021.</p> | <p>Otros modos de afrontamiento</p> | <p>11,24,37,50 12,25,38,51 13,26,39,52</p> |
| <p>4. ¿Existe relación entre los estilos de afrontamiento y la dimensión cinismo en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2021?</p> | <p>Determinar la relación entre los estilos de afrontamiento y la dimensión eficacia académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021.</p> | | | <p>Categoría: De 0 a 49 muy pocas las veces que se hace uso de dicha estrategia. De 50 a 75 dependiendo de la situación se va a emplear. estrategia De 76 a 100 se emplean con frecuencia.</p> |
| <p>5. ¿Existe relación entre los estilos de afrontamiento y la dimensión eficacia académica en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2021?</p> | <p>Determinar la relación entre los estilos de afrontamiento y la dimensión cinismo en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021.</p> | | | |

| | | | | |
|--|--|--|--------------------------------------|---|
| | de una universidad de Lima, 2021. | | | |
| METODOLOGÍA | POBLACIÓN Y MUESTRA | TÉCNICAS E INSTRUMENTOS | VARIABLE 2: Burnout Académico | |
| ENFOQUE: Cuantitativo DISEÑO: No experimental y corte transversal TIPO: Investigación básica NIVEL: Descriptivo – Correlacional | POBLACIÓN: 439 estudiantes de Psicología de una universidad de Lima pertenecientes a internado I, II y III. TIPO DE MUESTRA: Muestreo probabilístico intencional TAMAÑO MUESTRA: 205 estudiantes de psicología | Variable 1: Estrategias de afrontamiento Técnica: Encuesta Instrumento: Cuestionario de modos de afrontamiento del estrés (COPE) Autor: Carver et al., 1989 Adaptado: en Perú por Casuso 1996 Validez: de constructo con coeficientes de correlación de Pearson (r) en donde cada una de las dimensiones presentan una correlación significativa (1). (Maldonado y Muñoz, 2019) Confiability: Alpha de Cronbach teniéndose en: afrontamiento enfocado al problema (.734), | Dimensiones | ÍTEMS E ÍNDICES |
| | | | Agotamiento emocional | 1,2,3,4,6. |
| | | | Cinismo | 7,10,14,8. |
| | | | Eficacia académica | 5,9,11,12,13 |
| | | | | Categoría: BURNOUT ACADÉMICO TOTAL: De 1 a 30: BAJO De 35 a 70: MEDIO De 75 a 99: ALTO POR DIMENSIONES: AGOTAMIENTO EMOCIONAL: De 1 a 25: BAJO De 30 a 65: MEDIO |

de Psicología de una Universidad de Lima, 2021.

| | | | | |
|--|--|---|---|--|
| | | <p>afrontamiento enfocado en la emoción (.681) y afrontamiento en la evitación u otros modos de afrontamiento (.643). (Maldonado y Muñoz, 2019)</p> <p>Ámbito de Aplicación: Estudiantes</p> <p>Forma de Administración: individual o colectiva</p> <p>Variable 2: Burnout académico</p> <p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumento: Cuestionario MBI - SS: Maslach Burnout Inventory Student Survey.</p> <p>Autor original: Scahufeli et al., 2002</p> <p>Adaptado en Colombia: Hederich et al., (2016)</p> <p>Adaptación peruana: Soria y Montero (2019)</p> | <p>De 70 a 99: ALTO</p> <p>CINISMO:</p> <p>De 1 a 45: BAJO De 50 a 80: MEDIO De 70 a 99: ALTO</p> <p>EFICACIA ACADÉMICA:</p> <p>De 10 a 15: BAJO De 16 a 20: MEDIO De 21 a 25: ALTO</p> | |
| | | | | |

| | | | | |
|---|--|---|--|--|
| | | <p>Validez: Consistencia interna de (S-B $X^2/gf = 587$; CFI =.95; RMSEA= .056; SRMR= .056; TLI =.94).</p> <p>Confiabilidad: Alfa de Cronbach (0.69) y un coeficiente de Omega (0.75)</p> <p>Ámbito de Aplicación: Estudiantes</p> <p>Forma de Administración: Individual o colectiva.</p> | | |
| ANÁLISIS DE RESULTADOS | | | | |
| <p>PROGRAMA ESTADÍSTICO:</p> <ul style="list-style-type: none"> • IBM SPSS versión 25 <p>ESTADISTICA DESCRIPTIVA:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Análisis descriptivo – distribución de frecuencias <p>INFERENCIAL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prueba de normalidad – Kolmogorov Smirnov • Prueba no paramétrica – Correlación Rho de Spearman | | | | |

de Psicología de una Universidad de Lima, 2021.

Anexo 2: Matriz de operacionalización de las variables

| VARIABLES | DEFINICIÓN CONCEPTUAL | DEFINICIÓN OPERACIONAL | DIMENSIONES | UNIDAD DE MEDIDA | INSTRUMENTO | VALOR FINAL |
|------------------------------|--|---|--|--|--|--|
| Estrategias de Afrontamiento | Mecanismos internos de la persona de forma innata o aprendida a lo largo de su desarrollo, y la regulación interna que presenta para lograr regular el estrés (Carver y Scheir, 1981). | La variable estrategias de afrontamiento se medirá a partir de sus 3 dimensiones: Afrontamiento enfocado al problema. Afrontamiento enfocado a la emoción. Otros modos de afrontamiento. Para la medición se empleará el instrumento de Modos de Afrontamiento al Estrés COPE de Carver, Scheier y Weintraub (1989), que cuenta con validez y confiabilidad en Perú realizado recientemente por Maldonado y Muñoz (2019). | Afrontamiento enfocado al problema. Afrontamiento enfocado a la emoción. Otros modos de afrontamiento. | 1,14,27,40 2,15,28,41 3,16,29,42 4,17,30,43 5,18,31,44 6, 19, 32,45 7, 20, 33,46 8, 21, 34,47 9, 22, 35,48 10, 23, 36,49 11,24,37,50 12,25,38,51 13,26,39,52 | Ordinal Cuestionario de modos de afrontamiento del estrés (COPE) Ítems Dicotómicos 1 = NUNCA 2 = SIEMPRE | De 0 a 49 muy pocas las veces que se hace uso de dicha estrategia. De 50 a 75 dependiendo de la situación se va a emplear. estrategia De 76 a 100 se emplean con frecuencia. |

de Psicología de una Universidad de Lima, 2021.

| | | | | | | |
|--------------------------|---|---|---|--|---|---|
| <p>Burnout Académico</p> | <p>Respuesta emocional de sentido negativo y constante relacionado a los estudios, compuesta por la sensación de sentirse agotado, no poder rendir en las actividades académicas, actitud de distancia con el significado del beneficio de los estudios realizados y sentimiento de insuficiencia como estudiante. (Schaufeli et al., 2002)</p> | <p>La variable Burnout académico se medirá a partir de sus 3 dimensiones: Agotamiento emocional Cinismo Eficacia académica La medición se dará a través del instrumento MBI - SS: Maslach Burnout Inventory Student Survey de Schaufeli y compañía, adaptado de su versión colombiana al contexto de los universitarios de Lima por Soria y Montero (2019).</p> | <p>Agotamiento Emocional Cinismo Eficacia académica</p> | <p>1,2,3,4,6. 5,9,11,12,13. 7,10,14,8.</p> | <p>Questionary MBI - SS: Maslach Burnout Inventory Student Survey. 14 ítems Formato de escala Likert en donde: 1 = Nunca 2 = pocas veces 3 = A veces 4 = casi siempre 5 = siempre</p> | <p>Burnout académico total: De 1 a 30: bajo De 35 a 70: medio De 75 a 99: alto por dimensiones: Agotamiento emocional: De 1 a 25: bajo De 30 a 65: medio De 70 a 99: alto Cinismo: De 1 a 45: bajo De 50 a 80: medio De 70 a 99: alto Eficacia académica: De 10 a 15: bajo De 16 a 20: medio De 21 a 25: alto</p> |
|--------------------------|---|---|---|--|---|---|

Anexo 3: Consentimiento Informado

SOLICITUD DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

A través de este consentimiento acepto de manera libre y voluntariamente ser participante del proyecto de investigación denominado *“Estrategias de Afrontamiento y Burnout Académico en Estudiantes de Psicología de una Universidad de Lima, 2021”* que dirige la estudiante de psicología de décimo ciclo *Stephany Michel Mestanza Rojas*, identificada con documento de identidad **76035338** y código de estudiante **n00109724**. Tengo conocimiento que el propósito de la investigación es el estudiar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el burnout académico en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021. También entiendo que las preguntas a responder van a permitir realizar un análisis objetivo de investigación, con fines netamente académicos. Asimismo, se me ha explicado que deberé de completar dos cuestionarios en un tiempo de aproximadamente 40 minutos. Soy consciente que participo de manera voluntaria y que puedo retirarme en cualquier momento. De igual manera, tengo conocimiento que los datos personales y las respuestas van a ser de carácter confidencial. Se entiende que el beneficio que obtendré a través de mi participación es el colaborar mediante mis resultados a la investigación para tener una base de datos con la cual se sigan realizando estudios en nuestra población de estudiantes de psicología.

Lima, 2021.

Anexo 4: Base de datos

<https://drive.google.com/drive/folders/1FWo66sFqN1Ao8Cx97978DBXnvBm86lPi?usp=sharing>

Anexo 5: Evidencia del Cuestionario Google Forms que contiene el consentimiento informado y los instrumentos de evaluación

The image shows a screenshot of a Google Forms questionnaire. At the top, the browser address bar shows 'docs.google.com'. The form has a decorative header with a pattern of green and blue leaves and circles. The main title of the form is 'Estrategias de Afrontamiento y Burnout Académico en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2021'. Below the title, there is a link to 'Acceder a Google para guardar el progreso. Más información' and a red asterisk indicating that the form is mandatory (*Obligatorio). The next section is for 'Correo electrónico *' with a text input field labeled 'Tu dirección de correo electrónico'. The final section is titled 'CONSENTIMIENTO INFORMADO' and contains the text: 'Acepto de manera libre y voluntariamente ser participante del proyecto de investigación que dirige la estudiante de psicología de décimo ciclo *Stephany Michel Mestanza Rojas*.'

docs.google.com

**CONSENTIMIENTO
INFORMADO**

Acepto de manera libre y voluntariamente ser participante del proyecto de investigación que dirige la estudiante de psicología de décimo ciclo *Stephany Michel Mestanza Rojas*.

Tengo conocimiento que el propósito de la investigación es el estudiar las estrategias de afrontamiento y el burnout académico en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021. También entiendo que las preguntas a responder van a permitir realizar un análisis objetivo de investigación, con fines netamente académicos.

Asimismo, se me ha explicado que deberé de completar dos cuestionarios en un tiempo de aproximadamente 40 minutos. Soy consciente que participo de manera voluntaria y que puedo retirarme en cualquier momento.

De igual manera, los datos personales y las respuestas van a ser de carácter confidencial. Se entiende que el beneficio que obtendré a través de mi participación es el colaborar mediante mis resultados a la investigación para tener una base de datos con la cual se sigan realizando estudios en nuestra población de estudiantes de psicología.

Lima, Perú.

¿Según el consentimiento informado presentado
acepta participar en la investigación? *

SI

NO

Siguiente

Borrar formulario

Anexo 6: Autorización de uso del instrumento MBI-SS de Soria y Montero

CARTA DE AUTORIZACIÓN DE USO DE INSTRUMENTO



Yo Soria Morales, Patricia Pilar Identificado con DNI 70376173, en mi calidad de coautora intelectual del instrumento "Inventory Maslach Burnout – Student Survey (MBI-SS)" adaptado de su versión colombiana a estudiantes peruanos en 2019.

OTORGO LA AUTORIZACIÓN,

A la señorita Stephany Michel Mestanza Rojas identificado con DNI N° 76035338, Bachiller de la carrera profesional de psicología de la Universidad Privada del Norte, con la finalidad de que pueda desarrollar su Tesis de Titulación denominada "Estrategias de Afrontamiento y Burnout Académico en estudiantes de Psicología de una Universidad de Lima, 2021"

Firma

DNI: 70376173


El Egresado/Bachiller declara que los datos emitidos en esta carta y en el Trabajo de Investigación, en la Tesis son auténticos. En caso de comprobarse la falsedad de datos, el Egresado será sometido al inicio del procedimiento disciplinario correspondiente; asimismo, asumirá toda la responsabilidad ante posibles acciones legales que la empresa, otorgante de información, pueda ejecutar.

Firma del Bachiller

DNI: 76035338

Carta de autorización Recibidos x




 **Stephany Mestanza** <mestanzastephany25@gmail.com>
para patoriamorales

📧 lun, 21 mar, 22:35 (hace 10 días) ☆ ↶ ⋮

Estimada **Patricia** Soria Morales, buenas noches te saluda la Bachiller Stephany Michel Mestanza Rojas de la Universidad Privada del Norte - UPN identificada con número de dni 76035338. El motivo de mi correo es para solicitar la autorización de uso de instrumento para mi investigación de Tesis. Agradecida por su valioso tiempo me despido.
Se adjunta la carta de autorización en donde deberá llenar sus datos y su firma, como adjuntar su copia de dni el cual será empleado netamente para fines académicos.



 **Patricia Pilar Soria Morales**
para mí

📧 mié, 23 mar, 15:02 (hace 8 días) ☆ ↶ ⋮

Buenas tardes estimada, aquí le adjunto lo solicitado para que prosiga en el desarrollo de su investigación.

Saludos cordiales.



↶ Responder ↷ Reenviar