

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA
SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA

“ESTRÉS ACADÉMICO Y AUTOESTIMA EN TIEMPOS DE PANDEMIA EN LA EDUCACIÓN REMOTA, EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIA DE UN COLEGIO PARROQUIAL DE HUARAZ, 2022”

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autora:

Lucia Carolina Ramos Portocarrero

Asesor:

Mg. Nancy Alfonsina Negreiros Mora

<https://orcid.org/0000-0002-6432-1298>

Lima - Perú

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	Cristian Eduardo Sarmiento Pérez	43203074
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	Eduardo Manuel Yépez Oliva	06617851
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	Yony Alberto Salinas Durand	45519352
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

DEDICATORIA

A mi madre, por enseñarme que se puede salir adelante aun pasando por momentos muy difíciles.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios, por darme la dicha y fortaleza durante todo este tiempo; a mi asesora Mg. Nancy A. Negreiros Mora por su constante apoyo, paciencia y motivación. A mis padres, por contar con su apoyo incondicional, a mis abuelos por ser el soporte emocional más importante de los últimos años y a todas las personas que fueron parte de este proceso de aprendizaje.

Tabla de contenido

JURADO EVALUADOR	2
DEDICATORIA	3
AGRADECIMIENTO	4
Tabla de contenido	5
ÍNDICE DE TABLAS	6
ÍNDICE DE FIGURAS	7
RESUMEN	8
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	9
1.1. Realidad problemática	9
1.2. Formulación del problema	15
1.3. Objetivos	16
1.4. Hipótesis	17
CAPÍTULO II. METODOLOGÍA	18
CAPÍTULO III: RESULTADOS	24
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	30
REFERENCIAS	36
ANEXOS	41

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Prueba de Kolgomorov-Smirnov

Tabla 2. Correlación de Estrés Académico y Autoestima

Tabla 3. Correlación de Sobrecarga del estudiante y Autoestima

Tabla 4. Correlación de Intervenciones en Público y Autoestima

Tabla 5. Correlación de Exámenes y Autoestima

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Nivel de Estrés Académico

Figura 2 Nivel de Autoestima

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre el estrés académico y la autoestima a través de un enfoque cuantitativo, de alcance correlacional y de tipo diseño no experimental, de corte transversal. La población con la que se contó fue de 459 estudiantes de ambos sexos, obteniéndose una muestra de 191 estudiantes de una institución educativa parroquial de Huaraz. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de estrés académico (CEA) del autor Cabanach, Valle, Piñeiro, Rodríguez y García, 2008, de adaptación de Acosta Rebaza Milagros y Jara Daga Lady, 2015 y la Escala de Autoestima (EA) de Morris Rosenberg (1965). Los resultados obtenidos muestran que el 40.3% presenta nivel medio de estrés académico y un 50, 3% presenta un nivel alto de autoestima. Respecto a la relación de las variables, se obtuvo un coeficiente correlacional de 0.497 con un nivel de significancia de 0.00, siendo una correlación negativa moderada.

PALABRAS CLAVES: Estrés académico, sobrecarga del estudiante, intervenciones en público, exámenes, autoestima.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

En el año 2020, cerca de 1, 600 millones de alumnos en etapa escolar se vieron afectados por el cierre de centros educativos y la nueva forma de educación a distancia debido a la pandemia por el COVID 19. En 71 países a nivel mundial, la mitad de la población estudiantil que carece de acceso a internet presentó dificultades para continuar con las clases; en el Caribe y América Latina alrededor de 13 millones de niños no tuvieron acceso al aprendizaje remoto, debido a la falta de herramientas digitales y escasos recursos; por lo que el proceso de aprendizaje se vio notablemente limitado. (UNICEF, 2020).

En el Perú, existen 53 003 colegios de Educación Básica Regular (Inicial, Primaria y secundaria) de los cuales 13 580 son colegios privados, el 98% de ellos están en zonas urbanas y el 2% en zonas rurales, sumando un total de 2 049 166 escolares de acuerdo con las últimas estadísticas del Ministerio de Educación (Minedu) en el 2019. El inicio de las clases escolares presenciales, previstas para el 4 de mayo de 2020 se extendió indefinidamente como medida preventiva de salud y vida frente al virus COVID-19. Frente a esta situación los padres de familia cuyos hijos son parte de instituciones educativas de Educación Básica Regular de gestión privada y las propias instituciones, se han visto obligadas a definir la reducción de las pensiones puesto que se ven confrontados por el servicio de calidad en cuanto a la modalidad a distancia y/o remota. (Minedu, 2019)

Para que los estudiantes obtengan un óptimo desarrollo dentro del sistema de educación remota, es necesario que puedan acceder a la tecnología de manera fluida en sus hogares; sin embargo, según el último censo realizado en el 2017 por el Instituto Nacional de Estadística e Informática los hogares con acceso a internet alcanzaron los

2 millones 314 mil 182 hogares, los cuales suman un (28,0%) y la mayor cobertura se presenta en la provincia de Lima con 1 millón 171 mil 306. En el departamento de Ancash, el acceso a internet hasta el 2012 creció en un 39%, el 69% se concentra en la provincia de Santa y el 20,9% en la ciudad de Huaraz. (Diario el Correo, 2012). Por las limitaciones a nivel nacional, el Estado peruano dispuso la creación del programa “Aprendo en casa”, el cual brindó mayor acceso a la educación a través de otros canales de comunicación como la radio y televisión (INEI, 2017)

Durante el confinamiento, también se evidenció afectación emocional en niños y adolescentes, influenciando en el aprendizaje adecuado. (OMS, 2021). Una de estas afectaciones es el estrés académico, que “tiende a ser padecido por jóvenes con elevados niveles de presión escolar y se caracteriza por un incremento de comportamientos que ponen en riesgo la salud (dolor de cabeza, dolor abdominal, dolor de espalda y mareos); además de síntomas psicológicos como el sentimiento de tristeza, tensión o nerviosismo”. (OMS, 2013)

En los adolescentes, se presume que el 42% sufren de estrés a causa del sistema educativo, principalmente por pretender alcanzar un adecuado rendimiento académico. (Caldera, Pulido y Martínez, 2007). Sumado a ello el adolescente, actualmente no sólo enfrenta los cambios evolutivos propios de esta etapa; sino también la exigencia académica y las limitaciones que la educación a distancia o la educación remota les proporcionan, por lo que no pueden responder de manera óptima a la demanda que los docentes y el sistema educativo les exige. La adolescencia es fuente de diversos cambios psicológicos, biológicos, sexuales y neuropsicológicos. Se caracteriza además por ser una etapa de transición entre la niñez y la adultez, destacando el inicio de la autonomía, en base a la autoidentidad. La constitución del autoconocimiento se desarrolla de la mano de la autoestima, entendida como la valoración que hace el individuo de sí mismo

y de los diferentes factores que conforman su personalidad. (Díaz, Fuentes y Senra, 2018).

Anteriormente en España, el 34% de niños y 25% de niñas, se sienten agobiados por el exceso de tareas para la casa; en cuanto a los adolescentes, el 55% de alumnas y 53% de alumnos, muestran una constante preocupación por los deberes académicos. (OMS, 2014). Se presume que el 42% de los adolescentes sufren de estrés a causa del sistema educativo. (Caldera, Pulido y Martínez, 2007). De 3400 personas encuestadas por la ONG chilena Educación 2020 entre estudiantes, profesores y directivos de colegios en Chile manifestó; el 63% mencionó sentir aburrimiento; el 41% comentó sentir ansiedad o estrés; el 35% aseguró sentir tranquilidad y solo el 3% manifestó sentirse feliz.

A nivel nacional, el 29,6% de adolescentes de entre 12 y 17 años presentan algún tipo de problema conductual o emocional, evidenciándose un riesgo en la salud mental. (MINSA, 2020). “Los cambios de rutina y las clases a distancia por la pandemia del COVID - 19 en los colegios, institutos y universidades pueden ser grandes generadores de estrés en los estudiantes peruano; si a un estudiantes son varios los motivos por los que un estudiante puede sentirse estresado; como rendir exámenes en poco tiempo, exposiciones, realizar trabajos y la competitividad entre compañeros”, menciona Daphne Villalba, psicóloga y especialista de la Oficina de Bienestar del Programa Nacional de Becas y Crédito Educativo (Pronabec).

Podemos afirmar que hay una serie de efectos que aparecen en los estudiantes luego de estar expuestos a situaciones estresantes; carencia de habilidades frente al entorno social, baja autoestima y estados de irritación. (Linares, 2020).

El 27 de marzo del año 2020, iniciaron las clases remotas en una Institución Educativa Parroquial, ubicada en el Departamento de Ancash, Provincia de Huaraz, Distrito de Independencia para los niveles de primaria y secundaria, cumpliendo con la

entrega de tareas y recibiendo remotamente la retroalimentación de los docentes. A nivel local no existen aún datos respecto al estrés académico y la autoestima en estudiantes de nivel secundario en tiempos de pandemia; es por ello la necesidad de realizar el estudio.

Frente a la exigencia académica, los últimos sucesos coyunturales, las limitaciones del sistema educativo a distancia y los cambios evolutivos en los adolescentes surge la presente investigación la cual busca determinar la relación entre el estrés académico y la autoestima en los estudiantes de educación secundaria frente a la educación a distancia en una Institución Educativa Parroquial de Huaraz. La investigación permitirá ahondar en las teorías ya existentes, manifestadas en libros, artículos y tesis acerca del estrés académico y autoestima; además, la problemática manifestada, permitirá la ayuda y desarrollo de posteriores investigaciones; de igual forma la información recogida en esta investigación, será brindada al colegio de referencia, para futuras decisiones respecto a los resultados obtenidos.

Respecto a las investigaciones relacionadas a nivel internacional Guerra, Alexandra (2014) menciona en su artículo realizado en México, denominado “Autoestima y estrés académico en estudiantes del Programa de Licenciatura en Desarrollo Humano de la Universidad Centrooccidental Lisandro Alvarado” que existe una relación significativa inversa entre la autoestima y estrés académico, esto puede deberse a diversos factores psicosociales, factores propios y la percepción del ambiente educativo en el que se desenvuelve. Cabanach, Souto, Freire, & Ferradás (2014) hace referencia a las dimensiones del estrés académico y menciona que se evidencia que el estudiante presenta baja autoestima cuando se encuentra sobrecargado, también cuando se muestran dificultades en las relaciones sociales, cuando no siente tener el control sobre su rendimiento, cuando se enfrenta a los exámenes y cuando evidencia una baja autoestima académica. En el caso de las deficiencias metodológicas del profesorado, se

evidencia que los estudiantes con alta autoestima conciben como menos estresantes las dificultades en la enseñanza. Así mismo, Cabanach, Souto, Freire, & Ferradás (2014) en su estudio realizado acerca de las relaciones entre autoestima y estresores académicos a 465 estudiantes de entre 18 y 47 años de la carrera de Fisioterapia de varias universidades españolas, mencionan que los resultados obtenidos a través de la evaluación del autoestima con la Escala de Autoestima de Rosenberg y la evaluación de los estresores académicos con la Escala de Estresores Académicos, que los exámenes, intervenciones en público y las deficiencias metodológicas, son catalogadas por los estudiantes como aspectos más estresantes. En relación con la autoestima, señalan que existe un estrecho vínculo con la falta de control respecto al rendimiento propio, la inseguridad que se da respecto al rendimiento, las intervenciones en público, la sobrecarga de trabajo y los exámenes, percibiendo la falta de control o de autoeficacia de los estudiantes, demostrándose que una sólida autoestima podría contrarrestar un impacto posible que se manifiesta en forma de estrés. Al realizar la comparación de los dos extremos, autoestima alta y autoestima baja con las dimensiones “Intervenciones en público” e “Inseguridad respecto del propio rendimiento”, se evidencia que los estudiantes que tienen una valoración alta, a comparación de quienes presentan una autoestima media y baja, evitan percibir como una amenaza el exponer en público algún tema frente a los compañeros. Ferrer & Bárcenas (2016), en su estudio de tipo transversal descriptivo acerca del estrés académico en 60 estudiantes de segundo y octavo semestre, de entre 18 y 2 años de la Licenciatura en Enfermería de la Universidad del Papaloapan, campus Tuxtepec en México, mencionan que los estresores académicos que se presentan con mayor frecuencia en los alumnos, son la evaluación de los profesores, la sobrecarga de tareas, los trabajos escolares y el tiempo limitado; por el contrario, los estresores menos frecuentes son el sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad, búsqueda de información sobre el estrés y aislamiento de los demás (Cabanach, Souto, Rodríguez & Ferradás, 2014). La Sobrecarga del estudiante, que hace

referencia a es la percepción de los estudiantes de que las demandas académicas son excesivas y el tiempo es corto para poder cumplir con las actividades. (Cabanach, Souto, Rodríguez & Ferradás, 2014). Las Intervenciones en público es una actividad muy utilizada, pero también criticada por estudiantes, docentes y padres de familia por ser de naturaleza muchas veces poco eficaces; sin embargo, el acceso ilimitado de información que tienen los estudiantes permite que la intervención sea más didáctica y posibilite el refuerzo de conocimientos. (Ixchel, 2017). Otra de las dimensiones es el clima social negativo, que hace referencia al ambiente social académico que el estudiante percibe como desfavorable. (Cabanach, Souto, Rodríguez & Ferradás, 2014); la falta de control sobre el propio rendimiento académico, hace referencia al esfuerzo de parte del estudiante para poder realizar actividades académicas y no es reconocido, además de la preparación y trabajo que realiza pero que no se refleja en exámenes o evaluaciones. (Cabanach, Souto, Rodríguez & Ferradás, 2014). La carencia de valor de los contenidos, que hace referencia a la pérdida de valor de los contenidos aprendidos o las actividades realizadas en el aula a causa de múltiples factores intrínsecos y extrínsecos. El estudiante le da valor al grado de preocupación que le produce alguna situación y que le genera desinterés. (Contreras & Inostroza, 2013). La dimensión denominada exámenes hace referencia a la preparación y proximidad que reciben los estudiantes frente a una evaluación o examen. (Cabanach, Souto, Rodríguez & Ferradás, 2014). y la imposibilidad de participar en decisiones respecto del propio trabajo académico; el cual hace referencia a la imposibilidad de participar en decisiones al procedimiento de evaluación o sobre la metodología de enseñanza y la elección de materias. (Cabanach, Souto, Rodríguez, & Ferradás, 2014).

Respecto al autoestima, Rosenberg (1965), la describe como una sensación positiva o negativa hacia uno mismo, que va construyéndose a través de características propias, resaltando también que el nivel del autoestima será regulado por la apreciación de la persona y la comparación con sus valores. Rosenberg, en 1965 desarrolla la Escala de

Autoestima, la cual está conformada por diez ítems, cinco de forma directa, que se manifiestan de manera afirmativa y otras cinco manifestadas con carácter invertido. La escala presentada fue elaborada para medir de manera unidimensional la autoestima. (Mamani, 2018). Por su parte, Rosenberg (1965), menciona en la Escala de Autoestima de su autoría, que la autoestima se clasifica en dos dimensiones; autoestima positiva y autoestima negativa. Los cinco primeros ítems correspondientes a la prueba hacen referencia a la autoestima positiva, mientras que los cinco ítems finales corresponden a la autoestima negativa.

1.2. Formulación del problema

Pregunta general

¿Qué relación existe entre el estrés académico y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz, 2022?

Preguntas específicas

- ¿Cuáles son los niveles de estrés en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz.
- ¿Cuáles son los niveles de autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz.
- ¿Qué relación existe entre la dimensión sobrecarga del estudiante y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz?
- ¿Qué relación existe entre la dimensión de las intervenciones en público y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz?

- ¿Qué relación existe entre la dimensión de los exámenes y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz?

1.3. Objetivos

I.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre el estrés académico y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz, 2022?

I.3.2. Objetivos específicos

- Identificar los niveles de estrés en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz.
- Establecer los niveles de autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz.
- Determinar la relación entre la dimensión sobrecarga del estudiante y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz.
- Determinar la relación entre la dimensión de las intervenciones en público y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz.

- Determinar la relación entre la dimensión de los exámenes y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz.

1.4. Hipótesis

I.4.1. Hipótesis general

Hipótesis de investigación: Existe relación significativa entre el estrés académico y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz, 2022?

Hipótesis Nula: No existe relación significativa entre el estrés académico y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz, 2022?

I.4.2. Hipótesis específicas

- Existe relación significativa entre la sobrecarga del estudiante y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz
- Existe relación significativa entre las intervenciones en público y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz

- Existe relación significativa entre exámenes y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz

CAPÍTULO II. METODOLOGÍA

La investigación fue de tipo básica. (Hernández, Fernández y Baptista, 2016), de enfoque cuantitativo ya que presenta los datos de forma numérica y analizados de forma estadística asimismo presenta un conjunto de procesos secuenciales y probatorios. Cada etapa precede a la siguiente y no podemos “brincar” o eludir pasos (Hernández, Fernández y Baptista, 2016). Con diseño no experimental, dado que no se manipularán las variables. Hernández, Fernández y Baptista (2016); es de corte transversal o transeccional, dado que solo nos centraremos en un año establecido que es 2020. Tiene un alcance descriptivo - correlacional, explica que un trabajo de investigación es correlacional cuando se agrupan definiciones o variables, permitiendo que se puedan cuantificar relacionándose entre sí, la finalidad de dichos estudios es conocer la relación o grado de asociación que existe entre dos o más conceptos, categorías o variables en una muestra o contexto en particular.(Hernández, Fernández y Baptista, 2016).

La población estuvo conformada por 459 estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Parroquial de Huaraz. La muestra fue de 209 estudiantes de 4to y 5to de Secundaria de la Institución Educativa Parroquial; sin embargo por criterio de

exclusión se trabajó con 191 estudiantes. Para poder calcular una proporción próxima a 50%, con un nivel de confianza del 95% y un margen de error de 5%, debemos tomar una muestra ajustada de 191 individuos, ya que estamos trabajando con poblaciones finitas y la fracción de muestreo es mayor del 5%. En cuanto al tipo de muestreo que se usó fue probabilístico de tipo aleatorio ya que se contó con la cantidad total de estudiantes de secundaria mediante una lista que proporcionó el coordinador de secundaria de la Institución Educativa Parroquial. Este tipo de muestreo se define como un subgrupo de la población en el que todos los elementos de esta tienen la misma posibilidad de

ser elegidos. (Hernández, et.al, 2016). Para este estudio se tuvo en cuenta los siguientes criterios: estudiantes que estén cursando el 4 y 5to de secundaria, los padres de los menores hayan aceptado el consentimiento y asentimiento informado, los menores hayan resuelto completamente el cuestionario virtual. Se consideró los criterios de exclusión para identificar a las personas que no participaran en esta investigación: Estudiantes que no estén cursando el 4 y 5to de secundaria; que los padres de familia no acepten el consentimiento y asentimiento informado, y que los menores no hayan resuelto completamente el cuestionario virtual.

Para la realización de la presente investigación, se emplearon la técnica de encuesta, utilizada en investigaciones es la más utilizada, también en el medio virtual a través de un cuestionario correctamente elaborado. (Cisneros, Urdánigo, Guevara &

Garcés, 2022).

Los instrumentos de medición fueron: para medir la variable estrés académico se usó el Cuestionario de estrés académico (CEA) del autor Cabanach, Valle, Piñeiro, Rodríguez y García, 2008, de adaptación de Acosta Rebaza Milagros y Jara Daga Lady, 2015; el ámbito de aplicación es individual y colectivo y la duración es de entre 15 a 20 minutos. Consta de 51 ítems, clasificados en 9 dimensiones con 4 opciones de tipo Likert. Nunca = 1; alguna vez = 2; Bastantes veces = 3 y siempre = 4. Se aplicó en una muestra piloto para determinar la confiabilidad a través de la prueba estadística del coeficiente Alpha de Cronbach, obteniendo una alta confiabilidad de 0.944 y validez cuando el resultado de su análisis da un mayor de 0.50. En cuanto a la validez externa, se sometió a juicio de expertos entre ellos una enfermera docente y otra asistencial, quienes consideran que el instrumento contiene los reactivos suficientes y necesarios

Para medir la variable autoestima se usó la Escala de autoestima de Rosenberg (EAR) del autor Rosenberg del autor Morris Rosenberg, 1965; el ámbito de aplicación es individual y colectivo, y la duración es de entre 10 a 15 minutos. Consta de 10 ítems; los 5 primeros enunciados de forma positiva y los 5 restantes de forma negativa, todos con 4 opciones de tipo Likert. Muy de acuerdo = 4; de acuerdo = 3; en desacuerdo = 2 y muy en desacuerdo = 1. En cuanto a la valoración de parámetros; el Autoestima Baja tiene una puntuación de menos de 25; el Autoestima Media tiene de 26 a 29 puntos y el Autoestima Alta tiene de 30 a 40 puntos.

Para determinar la validez interna de los instrumentos se utilizó la prueba estadística de correlación de Pearson. Coeficiente de correlación R de Pearson: Correlación ítem – test. Por otro lado, para la comprobación de la fiabilidad de los instrumentos aplicados, se ha realizado la estimación con el alfa de Cronbach. Mientras más se acerque el valor del alfa al 1, mayor es la consistencia interna de los ítems. para el Instrumento Cuestionario de Estrés se encontró el valor de 0,957 de Alfa y para el instrumento Cuestionario de Autoestima, se encontró el valor de 0,875 de alfa, evidenciándose que el coeficiente alfa en ambos instrumentos es $> 0,7$, aceptable, se puede decir que sí existe confiabilidad y validez de ambos instrumentos aplicados.

En cuanto a la prueba de normalidad con el estadístico Kolmogorov Smirnov, por ser la muestra mayor a 50. Encontrándose que las variables Sobrecarga del estudiante (0,953); Intervenciones en público (0,930) y Exámenes (0,972) presentaron una distribución no normal (Sig. $< 0,05$). Debido a aquella distribución entre las variables, las pruebas de correlación se realizaron con estadísticos no paramétricos.

En Perú, Castro (2013) realizó para la confiabilidad de este instrumento, el análisis de consistencia interna, donde obtuvo un coeficiente de alfa de Cronbach de 0.795.y las correlaciones ítem-test se mostraron adecuadas, comprendidas entre 0.279 y 0.663. Ventura, et al. (2018) en un estudio psicométrico en estudiantes de Lima Metropolitana, hallando confiabilidad aceptable por el análisis de consistencia interna ($H > 0,80$). En cuanto a la validez Ventura, Caycho, Barboza y Salas (2018) en un estudio

psicométrico del instrumento realizado

en una muestra de 931 adolescentes peruanos en Lima Metropolitana, hallando ajustes buenos, pero recomienda el considerar, el retiro del ítem 8 y la invarianza parcial de los indicadores 1, 5 y 10, advierten no hacer estudios comparativos de género.

2.1. Procedimiento

En referencia a la recolección de datos: se organizó el proceso de evaluación con el director, coordinador de secundaria y coordinadora de tutoría y orientación educativa; luego de tener acceso a los permisos, se precedió con la identificación de las aulas a evaluar. Para el procedimiento de análisis de datos se utilizó el programa STATA 14 para la realización del análisis descriptivo, se calculó los porcentajes y frecuencias para las variables categóricas estas son el cuestionario de estrés académico, escala de autoestima de Rosenberg y variables sociodemográficas a excepción de la edad que se utilizó media y desviación estándar. Se empleó para la prueba de normalidad, de la variable numérica, la prueba estadística de

Kolmogorov Smirnov obteniendo una distribución anormal, por lo que se utilizó la prueba de correlación de Rho de Spearman.

2.2. Aspectos éticos

Para efectuar la prueba piloto, se tomaron en cuenta algunas consideraciones. En primer lugar, se presentó la solicitud a la Institución Educativa en la que se informaba el propósito de realizar la prueba piloto; además, se enviaron a la coordinadora de Tutoría y Orientación Educativa (TOE), los consentimientos informados y fichas sociodemográficas para que pueda ser distribuido a los correos personales de los padres. Con permiso del Director, el coordinador de secundaria y la coordinadora de tutoría, se envían ambos cuestionarios a los correos institucionales de los alumnos con las instrucciones, indicando que toda respuesta es confidencial. Los instrumentos cuentan con validación en el Perú y lo expuesto se dispone con la finalidad de que no exista manipulación de la información o algún otro fin ajeno a la investigación y para asegurar la calidad de los instrumentos de medición, derechos autor y el uso de citas norma APA.

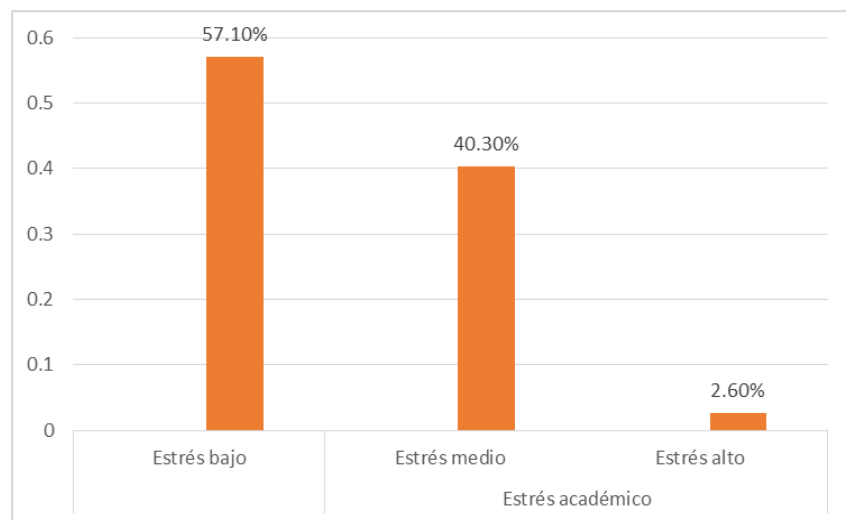
CAPÍTULO III: RESULTADOS

Descriptivos

Niveles de estrés

Figura 2.

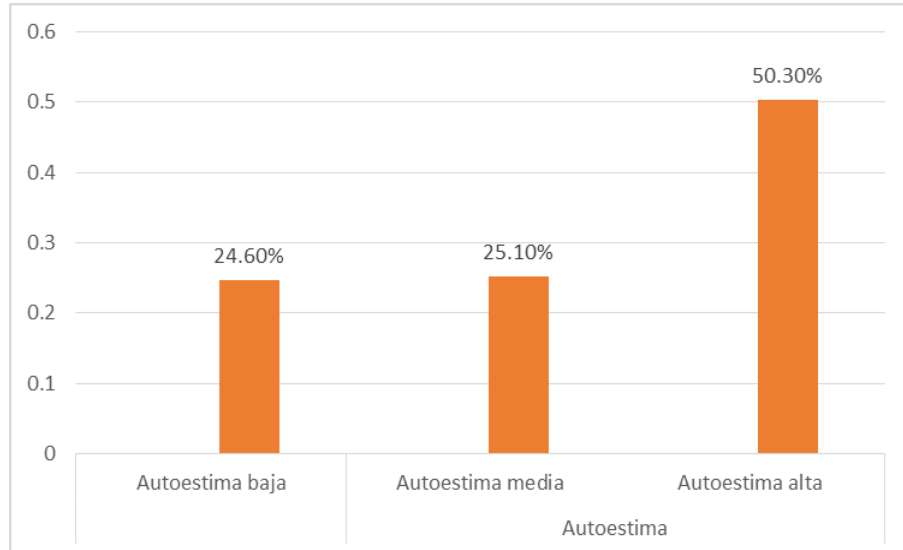
Niveles de estrés académico



En la *Figura 2*, se observa que 40.3% presenta nivel medio de estrés académico, en tanto que solo el 2.60% presenta un nivel alto de estrés académico.

Niveles de autoestima

Figura 3. Niveles de autoestima



En la figura 3, se observa que un 25,1% presenta un nivel medio de autoestima; en tanto que un 50,3% presenta un nivel alto de autoestima.

Resultados inferenciales

Relación entre el estrés académico y la autoestima

Tabla 5.

Correlación entre el estrés académico y la autoestima

	Estrés académico	
	r_s	p
Autoestima	-0.497	0.00**

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

Fuente. Elaboración propia en base de los resultados extraídos de la Escala de Autoestima de Rosenberg y del Cuestionario de Estrés Académico aplicados a los estudiantes y analizados mediante el SPSS v. 26.

En la **tabla 4**, se evidencia que el coeficiente de Correlación de Rho de Spearman es de -0.497 siendo una correlación negativa moderada, con un nivel de significancia de 0.00. Por lo que se acepta la hipótesis de investigación, y se afirma que existe una relación inversa entre el estrés académico y la autoestima en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz.

Tabla 6.

Correlación entre la autoestima y la sobrecarga del estudiante

	Sobrecarga del estudiante	
	r_s	p
Autoestima	-0.379	0.00**

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

Fuente. Elaboración propia en base de los resultados extraídos de la Escala de Autoestima de Rosenberg y del Cuestionario de Estrés Académico aplicados a los estudiantes y analizados mediante el SPSS v. 26.

En la tabla 6, se evidencia que el coeficiente de Correlación de Rho de Spearman es de -0.379 siendo una correlación negativa baja, con un nivel de significancia de 0.00. Por lo que se acepta la hipótesis de investigación y se afirma que existe una relación inversa entre la dimensión sobrecarga del estudiante y la autoestima en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz.

Relación entre la dimensión de las intervenciones en público y la autoestima

Tabla 7.

Correlación entre la autoestima y las intervenciones en público

	Intervenciones en público	
	r_s	p
Autoestima	-0.565	0.00**

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

Fuente. Elaboración propia en base de los resultados extraídos de la Escala de Autoestima de Rosenberg y del Cuestionario de Estrés Académico aplicados a los estudiantes y analizados mediante el SPSS v. 26.

En la tabla 7, se evidencia que el coeficiente de Correlación de Rho de Spearman es de -0.565 siendo una correlación negativa moderada, con un nivel de significancia de 0.00. Por lo que se acepta la hipótesis de investigación y se afirma que existe una relación inversa entre la dimensión sobrecarga del estudiante y la autoestima en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz.

Relación entre la dimensión de los exámenes y la autoestima

Tabla 8.

Correlación entre la autoestima y los exámenes

	Exámenes	
	r_s	p
Autoestima	-0.391	0.00**

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

Fuente. Elaboración propia en base de los resultados extraídos de la Escala de Autoestima de Rosenberg y del Cuestionario de Estrés Académico aplicados a los estudiantes y analizados mediante el SPSS v. 26.

En la tabla 8, se evidencia que el coeficiente de Correlación de Rho de Spearman es de -0.391 siendo una correlación negativa baja, con un nivel de significancia de 0.00. Por lo que se acepta la hipótesis de investigación y se afirma que existe una relación inversa entre la dimensión de los exámenes y la autoestima en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El presente estudio presentó limitaciones; puesto que, al ser la muestra no probabilística limita que los resultados sean generalizados, aplicándose únicamente a investigaciones de similares características; pudiendo ser de utilidad para justificar el error muestral en futuras investigaciones.

Respecto al objetivo general de determinar la relación entre el estrés académico y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz, 2022. De los hallazgos encontrados se afirma que el coeficiente de Correlación de Rho de Spearman es de -0.497 siendo una correlación negativa moderada, con un nivel de significancia de 0.00 . Por lo que se acepta la hipótesis de investigación, y se afirma que existe una relación inversa entre el estrés académico y la autoestima en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz. Resultados que coinciden con los de Castillo y Samaniego (2021), quienes mencionan que existe una correlación inversa entre ambas variables, puesto que el resultado de coeficiente de correlación de Rho de Spearman = $-0,378$ Una posible explicación de dicha relación, puede deberse al acompañamiento que tienen de sus padres y a la comunicación, que hace que la autoestima pueda reforzarse; además de la forma en la que la Institución Educativa al ser pequeña puede generar mayores y mejores vínculos con el alumnado.

Respecto al primer objetivo específico de identificar los niveles de estrés en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio

parroquial de Huaraz. Se obtuvo que el 2.6% de estudiantes presenta un nivel alto de estrés, el 40.3% presenta un nivel de estrés medio y el 57.1% presenta un nivel bajo de estrés. Resultados que son similares a los encontrados por Bermúdez (2018) quien menciona que los niveles altos de depresión, ansiedad y estrés pueden ser variados e ir más allá de los cambios en el desarrollo, tal es el caso de los resultados obtenidos, en el que señala que los niveles de autoestima en general de los estudiantes evaluados son elevados y podrían deberse a la relación que tienen los adolescentes con sus pares, puesto que los colegios privados al ser más pequeños, posibilitan una mejor interacción por parte del alumno, que los colegios públicos. Coincidiendo con el estudio de Vilca y Mozombite (2021), quienes mencionan en su estudio correlacional del estrés académico y autoestima en estudiantes durante la pandemia, que el 29,8% de estudiantes presenta un nivel bajo de estrés académico; el 40,4% presenta un nivel medio de estrés académico y el 29,8% un nivel alto de estrés académico. Siendo predominante el nivel medio.

En cuanto al segundo objetivo específico de establecer los niveles de autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz. Los datos descriptivos obtenidos muestran que, el 50.3% de estudiantes presenta autoestima alta, el 25.1% presenta autoestima media y el 24.6% presenta autoestima baja; resultados que coinciden con Castillo y Samaniego (2021) quienes mencionan en su investigación de tipo correlacional sobre autoestima y estrés académico en estudiantes solo el 1% de estudiantes muestra un nivel bajo de autoestima;

el 31% muestra un nivel medio bajo; el 65% muestra un nivel medio alto de autoestima y el 3% muestra un nivel alto de autoestima. Sin embargo, discrepa con lo dicho por Ferrer y Valqui (2021), en su estudio acerca del autoestima y estrés percibido por estudiantes de secundaria durante la pandemia menciona que el 62,8% de estudiantes presentan autoestima baja; el 27,9% de estudiantes presentan autoestima promedio bajo y el 4,7% presentan, autoestima promedio alta y alta autoestima, evidenciándose que más del 90% de estudiantes de la Institución Educativa presenta autoestima baja o promedio baja.

En cuanto al tercer objetivo específico de determinar la relación entre la dimensión sobrecarga del estudiante y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz, se confirma la hipótesis que existe relación entre la sobrecarga del estudiante y la autoestima, resultados que coinciden con lo expuesto por Cabanach, Ramón; Souto Antonio; Freire, Carlos & Ferradás, María del Mar (2014) quienes menciona en su artículo realizado en España, que las dificultades más grandes en cuanto a los estudiantes respecto al estrés académico y la autoestima subyacen en los estresores; sugiriendo que la autoestima representa un factor amenazante cuando es baja y en relación con el estrés académico; el estudiante presenta baja autoestima cuando se encuentra sobrecargado.

En cuanto al cuarto objetivo específico, se confirma la hipótesis que existe relación entre las intervenciones en público y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio

parroquial de Huaraz. Resultados que coinciden con Cabanach, Souto, Freire, Rodriguez, & Ferradás (2014), en su estudio realizado acerca de las relaciones entre autoestima y estresores académicos a estudiantes de entre 18 y 47 años de la carrera de Fisioterapia de varias universidades españolas, mencionando en relación a las intervenciones en público que los estudiantes que presentan autoestima media alta, poseen menor percepción de amenaza sobre la exposición en público a comparación de los que poseen autoestima alta baja.

En cuanto al quinto objetivo, se confirma la relación entre la dimensión de los exámenes y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz. Coincidiendo con lo dicho por Chávez y Peralta (2016), en su estudio titulado “Estrés académico y autoestima en estudiantes de enfermería, Arequipa – Perú”, quienes mencionan que el 77% de estudiantes perciben un alto nivel de estresores académicos, especialmente en cuanto a los exámenes y otras evaluaciones; respecto al se evidencia que el 54, 8% presenta un nivel de estrés moderado y el 16,7% un nivel de estrés alto, y en cuanto al autoestima se evidencia una tendencia a bajar a medida que el tiempo de estudio avanza; concluyendo que existe una relación negativa entre ambas variables.

En referencia a las implicancias prácticas, la presente investigación aporta información valiosa de diagnóstico de los estudiantes del nivel secundario identificando niveles de estrés académico y autoestima, información que permite establecer

programas y estrategias de intervención para mejorar el autoestima y desarrollar estrategias de manejo del estrés, en cuanto a las implicancias teóricas, Chávez y Peralta (2016), contribuye con información importante respecto al nivel de estrés académico y su relación con el autoestima en estudiantes, mencionando la importancia de realizar actividades psicoeducativas para monitorear y hacer seguimiento del estrés académico y autoestima presentes en los estudiantes, diseñando estrategias de afrontamiento que puedan mejorar la calidad de vida. Así mismo, Castillo y Samaniego (2021), aportan información importante sobre la relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes de Puno, esta información permitirá brindar orientación y consejería no solo a los alumnos sino también a los padres de familia para que sean parte del fortalecimiento de algunas competencias importantes.

4.2 Conclusiones

Al determinar la relación entre el estrés académico y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz, 2022 se concluye que sí existe una relación significativa inversa entre las mismas. Evidenciándose que se manifiesta en la población evaluada la presencia de estrés académico en relación a la autoestima y la educación remota.

Respecto a la relación entre la sobrecarga del estudiante y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz, 2022, se concluye que sí existe una relación significativa

inversa. Evidenciándose que se manifiesta en la población evaluada la presencia de una sobrecarga en el estudiante en relación a la autoestima y la educación remota.

Respecto a la relación entre las intervenciones en público y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz, 2022, sí se encontró una relación significativa inversa, Evidenciándose que se manifiesta en la población evaluada la relación entre las intervenciones en público, la autoestima y la educación remota.

Respecto a la relación entre exámenes y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz, 2022, se encontró que sí existe una relación significativa inversa. Evidenciándose que se manifiesta en la población evaluada la relación entre los exámenes, la autoestima y la educación remota.

REFERENCIAS

- Acceso a internet creció 39.9% en la región Ancash. (12 de octubre de 2012). *El Correo*. Recuperado de:
<https://diariocorreo.pe/economia/acceso-a-internet-crecio-39-9-en-la-region-a-226367/?ref=dcr>
- Águila, B., Castillo, M., Monteagudo, R., & Achon, Z. (2015). Estrés académico. *Scielo*.
- Alfonso Águila, B., Calcines Castillo, M., Monteagudo de la Guardia, R., & Nieves Achon, Z. (2015). Estrés académico. *EDUMECENTRO*.
- Arribas, J. (2013). Hacia un modelo causal de las dimensiones del estrés académico en estudiantes de Enfermería. *Revista de Educación*.
- Aspilcueta, A. (2008). Fuentes de presión laboral, dimensiones de personalidad y estrés laboral en profesores de educación especial de Lima Metropolitana. *Revista Cultura*.
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 110-113.
- Bermúdez, V. (2017). Ansiedad, depresión, estrés y autoestima en la adolescencia. Relación, implicaciones y consecuencias en la educación privada. *Cuestiones Pedagógicas*, 38-39.
- Bermúdez, V. (2018). Ansiedad, depresión, estrés y autoestima en la adolescencia, relación, implicaciones y consecuencias en la educación privada. *Cuestiones Pedagógicas*, 37-38.
- Berrio García, N., & Mazo Zea, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*.

- Bravo Home, B. (2017). Estrés como factor de riesgo en la retención estudiantil de la educación superior a distancia. *Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD*.
- Cabanach, R., Souto, A., Rodriguez, C., & Ferradás, M. (2014). RELaciones entre autoestima y estresores percibidos en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 48-49.
- Cabanach, R., Valle, A., Rodriguez, S., Piñeiro Isabel, & González, P. (2010). Las creencias motivacionales como factor pprotector del estrés en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 75-76.
- Caldera, J., Pulido, B., & Martinez, G. (2007). Niveles de estrés y rendimeinto académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 79-80.
- Chiavenato, I. (2010). *Administración de Recursos Humanos*. Bogotá: McGRAW-HILL/INTERAMERICANA EDITORES, S.A.
- Contreras, E., & Inostroza, M. (2013). Nivel de estrés y su relación con el nivel de rendiemitno académico de los alumnos del 4° y 5° grado de nivel secundario de la Institución Educativa Privada Lobachevsky de Trujillo.
- Díaz, D., & Senra, N. (2018). Adolescencia y autoestima: Su desarrollo desde las instituciones educativas. *Revista Conrado*, 99-101.
- Ferrer, C., & Bárcenas, S. (2016). Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante. *Salud y Administración*.
- Gil-Monte, P. R., Filgueiredo-Ferraz, H., & Grau-Alberola, E. (2013). Psychometric Properties of the "Spaanish Buornot Inventory" (SBI) Adaptation and validation in a Portuguese-speaking sample. *European review of applied psychology*, 33-40.

- Góngora, V., & Casullo, M. (2009). Validación de la escala de autoestima de Tosenberg en población general y en población clínica de la Ciudad de Buenos Aires. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 180-182.
- Gonzales, K., & Guevara, C. (2015). Autoestima en los estudiantes universitarios ingresantes de la facultad de medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. *Revista de Investigación Apunte Psicológicos*, 8-12.
- Hernández, M. (2007). Perfeccionando los exámenes escritos: reflexiones y sugerencias metodológicas. *Revista Iberoamericana de Educación*.
- Hernandez, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. México DF: INTERAMERICANA EDITORES S.A DE C.V.
- INEI. (12 de Diciembre de 2013). EN EL PERÚ 1 MILLÓN 575 MIL PERSONAS PRESENTAN ALGÚN TIPO DE DISCAPACIDAD. *Instituto Nacional de Estadística e informática*.
- Ixchel, L. (2017). En *La Exposición como Estrategia de Aprendizaje y Evaluación en el Aula*. Quito: Razón y Palabra.
- Laguna Proaños, N. (2017). La autoestima como factor influyente en el rendimiento académico.
- Macías, C. (2017). Influencia del clima social del aula en la motivación del alumnado. *Tesis de maestría*.
- Mamani, S. (2018). Incidencia de autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes de la institución educativa secundaria agroindustrial Pomaoca - Moho 2018.
- Matuirana, A., & Vargas, A. (2015). El estrés escolar. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 34-35.

- Maturana, A., & Vargas, A. (2014). El estrés escolar. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 34-35.
- Mena, I., & Valdés, A. (2008). Clima Social Escolar. *VALORAS UC*.
- Mejía Hidalgo, P. (27 de marzo de 2020). Educación escolar a distancia, finanzas y fidelización en colegios privados del Perú. *El peruano*. Recuperado de <https://elperuano.pe/noticia-educacion-escolar-a-distancia-finanzas-y-fidelizacion-colegios-privados-del-peru-95045.aspx>
- Ministerio de Educación (2014). *Marco de Buen Desempeño Docente para mejorar tu práctica como maestro y guiar el aprendizaje de tus estudiantes*. Obtenido de <http://www.minedu.gob.pe/pdf/ed/marco-de-buen-desempeno-docente.pdf>
- Mollan Vasquez, B. I., & Gonzáles Garcia, M. (2017). Relación entre autoestima y rendimiento académico en el área de inglés en estudiantes del 5° grado "A", "B" y "C" del nivel secundario de la I.E. N°0004 Túpac Amaru.
- Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de este en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 171-173.
- Oramas, A. (2013). Estrés Laboral y Síndrome de Burnout en Docentes Cubanos de Enseñanza Primaria. *Salud de los trabajadores*, 134.
- Otero-Lopez, J. M. (2015). *Estrés Laboral y Burnout*. Madrid: Ediciones Díaz de Santos.
- Pérez García, M. (s.f.). *Universidad de Granada*. Obtenido de http://calidad.ugr.es/pages/secretariados/form_apoyo_calidad/programa_iniciacion_docencia/iniciacion3/materiales/materialmodulometodologia
- Pérez, D., García, J., García, T., Ortiz, D., & Centelles, M. (2014). Conocimientos sobre estrés, salud y creencias de control para la Atención Primaria de Salud. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 355-356.

- Regueiro, A. (2017). Conceptos básicos: ¿Qué es el estrés y cómo nos afecta? 1-2.
- Rionda-Arjona, A., & Mares-Cárdenas, M. G. (2011). Burnout en Profesores de Primaria y su desempeño laboral. *Revista Latinoamericana de Medicina Conductual*, 43-50.
- Rodriguez, L. (2012). *Condiciones de trabajo docente: aportes de México en un estudio latinoamericano. Diálogos Educativos*, 27.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self - image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Salinas, H. V. (Agosto de 2018). *Repositorio UCV*. Obtenido de Estrés laboral en el desempeño docente de las Instituciones Educativas de la Red 8 del distrito de San Martín de Porres, 2018: http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/24039/Zavaleta_SHV.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Sampieri, R. F. (2014). *Metodología de la Investigación*. México DF: Interamericana Editores SA.
- Segarra Gómez, C. (2015). La autoestima del docente. Un estudio exploratorio.
- Toribio Ferrer, C., & Franco Bárcenas, S. (2016). Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante. *Salud y Administración*, 11-12.
- Torres Santos, Y. (2018). La intervención docente en los problemas de autoestima de los adolescentes de telesecundaria. *REvista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*.
- Vizoso Gómez, C., & Arias Gundín, O. (2016). Estresores académicos percibidos por estudiantes universitarios y su relación con el burnout y el rendimiento académico. *Anuario de psicología*.

ANEXOS

Anexo 1

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Si usted acepta que su menor hijo (a) participe en este estudio, su hijo (a) tendrá que seguir el siguiente procedimiento:
Deberá completar dos cuestionarios y una ficha sociodemográfica que durará aproximadamente 35 minutos.

De acuerdo ()

En desacuerdo ()

DNI del padre o apoderado

Ficha sociodemográfica:

Sexo

Masculino ()

Femenino ()

Edad

Religión

Creyente ()

No creyente ()

Grado académico

Cuarto año ()

Quinto año ()

¿Con quién vive? Puede marcar más de una opción

Padre ()

Madre ()

Hermanos ()

Abuelos maternos ()

Abuelos paternos ()

Tíos maternos ()

Tíos paternos ()

Primos maternos ()

Primos paternos ()

Otros: _____

Anexo 2

CUESTIONARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO

Estimado estudiante, el presente cuestionario es anónimo, estrictamente confidencial, sus datos sólo serán utilizados para fines de la investigación. Lea detenidamente cada una de las siguientes afirmaciones y marque con un aspa (X) de acuerdo a lo experimentado en su etapa académica. Su respuesta debe ser lo más honesta posible.

N° Item	Me pongo nervioso (a) o me inquieta...	Nunca	Alguna vez	Bastantes veces	Siempre
1	Cuando me preguntan en clase.				
2	Si tengo que hablar en voz alta en clase.				
3	Al salir a la pizarra.				
4	Al hacer una exposición o al hablar en público durante un cierto tiempo.				
5	Al hablar de los exámenes.				
6	Cuando tengo exámenes.				
7	Cuando se acercan las fechas de los exámenes.				
8	Si tengo que exponer en público una opinión.				
9	Cuando el profesor da la clase de una manera determinada y luego nos examina de un modo poco coherente con esa forma de dar la clase.				
10	Cuando los profesores no se ponen de acuerdo entre ellos (manifiestan claras discrepancias entre ellos en temas académicos).				
11	No me queda claro como he de estudiar una materia.				

12	Cuando no tengo claro qué exigen en las distintas materias.				
13	Cuando los profesores plantean trabajos, actividades o tareas que no tienen mucho que ver entre sí (que son incongruentes).				
14	Cuando el profesor no plantea de forma clara que es lo que tenemos que hacer.				
15	Cuando el profesor plantea trabajos, actividades o tareas que son contradictorias entre sí.				
16	Cuando los distintos profesores esperan de nosotros cosas diferentes.				
17	Cuando el profesor espera que nosotros sepamos cosas que no nos han enseñado.				
18	Cuando el profesor da por hecho que tenemos conocimientos que en realidad no tenemos.				
19	Cuando el profesor plantea exámenes claramente incongruentes con lo estudiado/ enseñado.				
20	Cuando existe una clara falta de coherencia entre los				
21	contenidos de las distintas materias.				
Me preocupa...					
22	Que las asignaturas que cursamos tienen escaso interés.				

23	Que lo que estoy estudiando tiene una escasa utilidad futura.				
24	Que las clases a las que asisto son poco prácticas.				
25	No saber si mi ritmo de aprendizaje es el adecuado.				
Me pongo nervioso (a) o me inquieta...					
26	Por el excesivo número de asignaturas que integran el plan de estudios.				
27	Por las demandas excesivas y variadas que se me hacen.				
28	Porque rindo claramente por debajo de mis conocimientos.				
29	Por el escaso tiempo que dispongo para estudiar adecuadamente las distintas materias.				
30	Por el cumplimiento de los plazos o fechas determinadas de las tareas encomendadas.				
31	Por la excesiva cantidad de información que se me proporcionan en clase, sin que se indique claramente lo fundamental.				
32	Por el excesivo tiempo que debo dedicarle a la realización de las actividades académicas.				
33	Porque no creo que pueda hacer frente a las exigencias académicas.				
34	Porque no dispongo de tiempo para dedicarme a las materias todo lo necesario.				

35	Porque no creo que pueda lograr los objetivos propuestos.				
36	Por el excesivo número de horas de clase diarias que tengo.				
37	Por el ritmo de estudio que se nos exige.				
38	Porque desconozco si mi progreso académico es adecuado.				
39	Porque no sé cómo hacer bien las cosas.				
40	Porque no sé qué hacer para que se reconozca mi esfuerzo y mi trabajo.				
41	Porque no tengo claro cómo conseguir que se valore mi dominio de las materias.				
42	Porque no tengo posibilidad alguna o muy escasa de dar mi opinión sobre la metodología de enseñanza de las materias del plan de estudios.				
43	Porque no sé qué hacer para que se reconozca mi valía personal.				
44	Porque las posibilidades de opinar sobre el procedimiento de evaluación de las asignaturas del plan de estudios son muy escasas o nulas.				
45	Porque no está en mis manos plantear los trabajos, tareas o actividades como me gustaría.				

46	Por los conflictos en las relaciones con otras personas (profesores, compañeros).				
47	Por la excesiva competitividad existente en clase.				
48	Por la falta de apoyo de los profesores.				
48	Por la falta de apoyo de los compañeros.				
49	Por la ausencia de un buen ambiente en clase.				
50	Por la existencia de favoritismo en clase.				

Anexo 3

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG

Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

Coloque la letra según considere.

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

N°	ÍTEMS	MUY DE ACUERDO	DE ACUERDO	EN DESACUERDO	MUY EN DESACUERDO
		A	B	C	D
1	Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.				
2	Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.				
3	Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.				
4	Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.				
5	En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a.				
6	Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.				

7	En general me incline a pensar que soy un fracasado/a.				
8	Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo/a.				
9	Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				
10	A veces creo que no soy buena persona.				

ANEXO 4 Operacionalización de la variable estrés académico

VARIABLE	DEFINICIÓN TEÓRICA	DIMENSIONES	ÍTEMS	CATEGORIZACIÓN
ÉSTRÉS ACADÉMICO	Para definir el estrés académico, debemos de tener en cuenta 3 dimensiones universales: Los estresores académicos, las consecuencias del estrés académico y las variables de modulan el estrés como los factores biológicos, factores personales, factores sociales y factores psicoeducativos. Cabanach, Valle, Rodríguez, Piñeiro Isabel, & González (2010).	<p>SOBRECARGA DEL ESTUDIANTE</p> <p>INTERVENCIONES EN PÚBLICO</p> <p>EXÁMENES</p>	<p>26, 28, 30, 31, 32, 34, 36, 37, 38</p> <p>1, 2, 3, 4, 8</p> <p>5, 6, 7</p>	<p>Consta de 4 opciones de tipo Likert, puntuando del 1 al 4.</p> <p>A) Nunca B) Alguna vez C) Bastantes veces D) Siempre</p> <p>ESTRÉS BAJO: 51 – 119 ESTRÉS MEDIO: 120 – 188 ESTRÉS ALTO: 189 - 255</p>

Fuente: Cabanach 2010

ANEXO 5 Operacionalización de la variable autoestima

VARIABLE	DEFINICIÓN TEÓRICA	DIMENSIONES	ÍTEMS	CATEGORIZACIÓN
<p>AUTOESTIMA</p>	<p>La autoestima se define como una sensación positiva o negativa hacia uno mismo, que va construyéndose a través de características propias, resaltando también que el nivel de la autoestima será regulado por la apreciación de la persona y la comparación con sus valores. (Rosenberg, 1965).</p>	<p>AUTOESTIMA POSITIVA</p> <p>AUTOESTIMA NEGATIVA</p>	<p>1, 2, 3, 4, 5</p> <p>6, 7, 8, 9, 10</p>	<p>Consta de 4 opciones de tipo Likert, puntuando del 4 al 1 los ítems del 1 al 5; y del 1 al 4 los ítems del 6 al 10.</p> <ul style="list-style-type: none"> A. Muy de acuerdo B. De acuerdo C. En desacuerdo D. Muy en desacuerdo <p>AUTOESTIMA ELEVADA: 30 - 40 AUTOESTIMA MEDIA: 26 - 29 AUTOESTIMA BAJA: Menos de 25</p>

Fuente: Rosenberg 1965

Anexo 5

Matriz de Consistencia

“ESTRÉS ACADÉMICO Y AUTOESTIMA EN TIEMPOS DE PANDEMIA EN LA EDUCACIÓN REMOTA, EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE UN COLEGIO PARROQUIAL DE HUARAZ, 2022”

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES Y DIMENSIONES	POBLACIÓN Y MUESTRA	METODOLOGÍA
<p>Problema general</p> <p>¿Qué relación existe entre el estrés académico y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz, 2022?</p> <p>Preguntas específicas</p> <p>¿Cuáles son los niveles de estrés en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz?</p> <p>¿Cuáles son los niveles de autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz?</p> <p>¿Qué relación existe entre la dimensión sobrecarga del estudiante la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz?</p> <p>¿Qué relación existe entre la dimensión intervenciones en público y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz?</p> <p>¿Qué relación existe entre la dimensión exámenes y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz?</p>	<p>Objetivo General</p> <p>Determinar la relación entre el estrés académico y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz 2022?</p> <p>Objetivo específico</p> <p>Identificar los niveles de estrés en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz.</p> <p>Identificar los niveles de autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz.</p> <p>Determinar la relación entre la dimensión sobrecarga del estudiante la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz.</p> <p>Determinar la relación entre la dimensión intervenciones en público y la autoestima en tiempos de pandemia de un colegio parroquial de Huaraz.</p> <p>Determinar la relación entre la dimensión exámenes y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz.</p>	<p>Hipótesis general:</p> <p>Existe relación significativa entre el estrés académico y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz, 2022.</p> <p>Hipótesis Específicas</p> <p>Existe relación significativa entre la sobrecarga del estudiante y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio parroquial de Huaraz.</p> <p>Existe relación significativa entre las intervenciones en público y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel de un colegio parroquial de Huaraz.</p> <p>Existe relación significativa entre exámenes y la autoestima en tiempos de pandemia en la educación remota, en estudiantes del nivel secundaria de un colegio de Huaraz.</p>	<p>Variable 1</p> <p>Estrés académico</p> <p>Dimensiones:</p> <p>Sobrecarga del estudiante.</p> <p>Intervenciones en público.</p> <p>Exámenes</p> <p>Variable 2</p> <p>Autoestima</p> <p>Dimensiones:</p> <p>Autoestima positiva</p> <p>Autoestima negativa</p> <p>Probabilístico</p> <p>Tipo aleatorio</p>	<p>Población:</p> <p>459 estudiantes</p> <p>Unidad de análisis:</p> <p>Estudiantes de una Institución Educativa parroquial de Huaraz.</p> <p>Muestra:</p> <p>191 estudiantes de 4to y 5to año de secundaria.</p> <p>Edad entre 15 y 17 años</p> <p>Estudiantes de ambos sexos</p>	<p>Tipo de investigación:</p> <p>Básica</p> <p>Enfoque:</p> <p>Cuantitativo</p> <p>Alcance/ nivel:</p> <p>Descriptivo – correlacional</p> <p>Diseño:</p> <p>No experimental</p> <p>Corte:</p> <p>Transversal</p> <p>Técnica:</p> <p>Cuestionarios</p> <p>Instrumentos:</p> <p>Cuestionario de Estrés Académico (CEA)</p> <p>Escala de Autoestima de Rosenberg</p>