

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **PSICOLOGÍA**

“DEPRESIÓN Y ESTRÉS ACADÉMICO EN EL  
ENTORNO EDUCATIVO PRESENCIAL EN  
ESTUDIANTES DE CUARTO Y QUINTO AÑO DE  
SECUNDARIA DE UN COLEGIO PRIVADO DE  
CAJAMARCA EN EL AÑO 2023”

Tesis para optar al título profesional de:

**Licenciada en Psicología**

**Autoras:**

Micaela Noemi Carrasco Guerrero  
Shirley Aracely Mendoza Chugnas

**Asesor:**

Mg. Kelly Magdalena Santa Cruz Cáceres  
<https://orcid.org/0000-0003-3341-1722>

Cajamarca - Perú

2023

**JURADO EVALUADOR**

Jurado 1 Presidente(a)	<b>OSCAR IVAN ALFARO BUSTAMANTE</b>	<b>45628715</b>
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

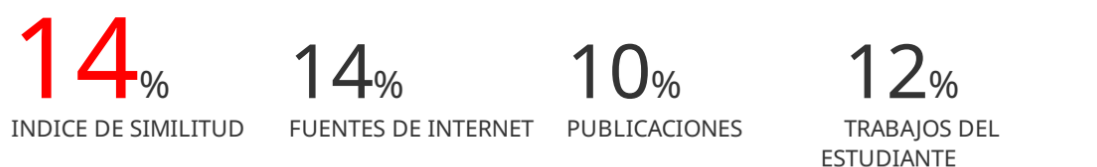
Jurado 2	<b>JONATHAN ALEXANDER ORBEGOSO VILLALBA</b>	<b>47658123</b>
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	<b>EDUARDO ALONSO FARFAN CEDRON</b>	<b>40988807</b>
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

## INFORME DE SIMILITUD

### Tesis\_CarrascoGuerreroMicaelaNoemi\_MendozaChugnasSh...

#### INFORME DE ORIGINALIDAD



#### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>repositorio.upt.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>8%</b>
<b>2</b>	<b>Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola</b> Trabajo del estudiante	<b>2%</b>
<b>3</b>	<b>Submitted to Universidad Privada del Norte</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>repositorio.autonomadeica.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>repositorio.ujcm.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>core.ac.uk</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>repository.ucc.edu.co</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>

## DEDICATORIA

A nuestros padres,  
porque gracias a su esfuerzo diario y orientación,  
nos enseñaron el don del amor altruista,  
siendo guías que nos encaminan a continuar  
escribiendo nuestra historia personal en este mundo.

A nuestras familias y amigos,  
porque sin ustedes no habiéramos logrado  
superar el pesado trayecto de la vida  
y llegar a este momento,  
gracias por tendernos la mano y  
ofrecernos su compañía en la soledad.

Los amamos mucho,  
infinitas gracias porque la vida nos permitió coincidir.



## **AGRADECIMIENTO**

Expresamos nuestra profunda gratitud, a nuestros padres, familiares y amigos, quienes continúan caminando incondicionalmente a nuestro lado, en la adversidad y felicidad, gracias por la gran calidad humana que cada uno de ustedes tiene, por ayudarnos a continuar y nunca renunciar.

A todas las instituciones, organismos, bibliotecas y repositorios, que contribuyeron en facilitarnos el acceso a la información requerida para hacer posible el desarrollo de este proyecto.

Finalmente, gracias a aquellas personas que nos ayudaron directa e indirectamente en la realización de esta investigación.

## Tabla de contenido

Jurado calificador .....	2
Informe de similitud .....	3
Dedicatoria.....	4
Agradecimiento.....	5
Tabla de contenido.....	6
Índice de tablas.....	7
Resumen.....	8
Capítulo I: Introducción.....	9
Capítulo II: Metodología.....	21
Capítulo III: Resultados.....	26
Capítulo IV: Discusión y conclusiones.....	30
Referencias.....	33
Anexos.....	40

## Índice de tablas

<b>Tabla 1</b> Prueba de normalidad Kolmogorov Smirnov .....	26
<b>Tabla 2</b> Correlación entre Estrés académico y Depresión .....	27
<b>Tabla 3</b> Correlación Depresión y Estresores.....	27
<b>Tabla 4</b> Correlación Depresión y Síntomas .....	28
<b>Tabla 5</b> Correlación Depresión y Estrategias de afrontamiento .....	29

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la depresión y el estrés académico en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 202. La investigación se realizó con enfoque cuantitativo, de tipo no experimental, alcance correlacional y transversal. La recolección de los datos fue obtenida mediante el Inventario de Depresión Beck II- (BDI-II) de Beck (1993) adaptado al Perú por Anicama y Chumbimuni (2017) y el Inventario de Estrés Académico SISCO de Barraza (2011) adaptado al Perú por Jabel (2017), en una muestra de 55 estudiantes de 4to y 5to de secundaria. El análisis de los datos fue mediante el coeficiente de correlación Rho de Spearman mediante el Statistical Package for the Social Sciences – SPSS versión 25. Los resultados hallados evidencian que la depresión guarda relación con el estrés académico ( $r$  .544 y  $p$  .000); de igual manera, la depresión guarda relación con los estresores ( $r$  .422 y  $p$  .000); de igual forma, la depresión guarda relación con los síntomas ( $r$  .577 y  $p$  .000); y finalmente, la depresión no guarda relación con las estrategias de afrontamiento ( $r$  -.237 y  $p$  .081).

**PALABRAS CLAVES:** Depresión, estrés académico, estudiantes, adolescentes, educación presencial.

## CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) conceptualiza a la depresión como una alteración del estado de ánimo, que está caracterizado por la presencia de una tristeza profunda y pérdida de interés general por el desarrollo de las actividades, presentando una constante falta de esperanza en el futuro. Siendo una realidad problemática de alta existencia en el mundo, pues se estima que afecta a un 3,8% de la población mundial. Señalando que aproximadamente 280 millones de personas la padecen. Convirtiéndola en la cuarta causa de muerte del grupo poblacional entre 15 a 29 años.

En las estadísticas actuales, se observa que los trastornos mentales se han convertido en una prioridad en el ámbito de la salud pública, ya que ocupan un lugar destacado entre las principales causas de morbilidad en la atención primaria. Por este motivo, la investigación en el campo de la salud mental ha centrado su atención en la población adolescente, reconociendo esta etapa como fundamental en la formación y desarrollo de cualquier individuo. Siendo en esta etapa de la vida donde se producen mayores cambios significativos a nivel biológico, emocional y social, lo que a menudo coloca a los jóvenes en situaciones de vulnerabilidad lo cual podría ocasionar el inicio de determinados trastornos mentales, como la depresión (OMS, 2019, como se citó en Monasterio, 2019).

A nivel mundial, la OMS (2018, como se citó en Monasterio, 2019) estima que entre el 10% y el 20% de los adolescentes experimentan deficiencias en su salud mental. Asimismo, se ha observado que aproximadamente la mitad de los trastornos de salud mental se manifiestan a partir de los 14 años, sin que se les diagnostique oportunamente ni se les brinde el tratamiento necesario con la debida urgencia, quedando expuestos al desarrollo de patologías comórbidas como la ansiedad, excesiva irritabilidad, la expresión de conductas

de frustración y enojo; además de manifestarse posibles trastornos alimenticios, adicciones, psicosis, el suicidio y las autolesiones.

En el Perú, las enfermedades que ocupan el primer lugar son las causadas por trastornos mentales con un 17.5%, siendo la depresión unipolar la que se desarrolla con más frecuencia en personas jóvenes (Ministerio de Salud [MINSA], 2018). Además, según MINSA (2018) el 8.6% de los adolescentes de la ciudad de Lima han atravesado por un episodio depresivo en algún momento de sus vidas, puesto que, esta es la etapa donde llegan a aparecer múltiples factores de riesgo, los que contribuyen de forma directa o indirectamente, entre estos están; la ingesta de sustancias adictivas, la pésima relación con los padres, el ser víctima de abuso, el temor al contacto social, padres depresivos o la actividad sexual temprana (Meza, 2019).

Siendo que esta realidad también se manifiesta de manera notable a nivel local, pues en el año 2003, según los datos recopilados por el Instituto Especializado de Salud Mental "Honorio Delgado – Hideyo Noguchi", se constató que uno de cada veinte adolescentes cajamarquinos cumplió con los criterios necesarios para ser diagnosticado con depresión mayor (Ramírez, 2009). No obstante, a medida que transcurren los años, este problema parece agudizarse aún más, puesto que los análisis epidemiológicos más recientes han revelado un incremento significativo en la prevalencia de episodios depresivos entre los adolescentes, de manera específica, esta prevalencia ha avanzado de un 4,4% a un 9,2%. Dato que refleja una tendencia preocupante y subraya la necesidad de una atención y abordaje más enfocado en la salud mental de este grupo de población (Instituto Nacional de Salud Mental [NIMH], 2020).

En este contexto, la depresión también sería considerada un factor de riesgo que se desembocaría ante la presencia de Estrés Académico (EA), ello debido a la sobrecarga de

actividades académicas. Pues si bien, generalmente el estrés académico inculca un sentido de competencia y motivación entre los estudiantes; en ocasiones puede llegar a producir ansiedad y sentimientos de desprotección, afectando diversas variables, como el estado emocional, la salud física o las relaciones interpersonales, desencadenando desajustes en las actividades diarias del alumno (Cobiellas et al., 2020).

Asimismo, Feldman et al. (2008), en su estudio sobre EA y salud mental, reportó que los problemas de salud auto percibidos tales como los síntomas depresivos, se presentan en el estudiante con una frecuencia del 32 %, evidenciando que esta se presenta con mayor regularidad cuando las exigencias académicas sobrepasan los niveles de afrontamiento del estudiante, cuyas manifestaciones más comunes son: el estado de ánimo deprimido, la disminución del disfrute de las actividades, la apatía y la pérdida de interés en el estudio.

A ello se le suma los estragos de la pandemia por la aparición del COVID-19, donde las distintas medidas implementadas para contener el virus no solo llevaron a una interrupción de las rutinas de interacción social y al cambio de hábitos en el comportamiento individual y colectivo, sino que también desencadenaron diversas consecuencias a nivel psicosocial en la salud mental de toda la población (American Psychological Association [APA], 2020, como se citó en Peredo 2020).

Resaltando sobre todo aquellas que afectaron el aprendizaje y desarrollo evolutivo de millones de estudiantes. Siendo este un problema que estuvo más acentuado en los países con escasos recursos, donde muchos gobiernos han expuesto que es fundamental que los alumnos retornen a la presencialidad, ya que muchos de ellos no han tenido las mismas oportunidades y accesos para participar en las clases virtuales (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2021).

Sin embargo, esta inusual situación, también traería una cantidad de efectos negativos esperables en los estudiantes, pues acorde a lo expuesto por el psicólogo David Anderson, director del School and Community Program, es frecuente que los más jóvenes sientan un particular cansancio para retomar las actividades de la antigua normalidad, sobre todo por la inadecuada adaptación a los horarios de los compromisos presenciales, la socialización directa y ante la presencia del nuevo currículo educativo. Siendo esta una situación que cobra particular gravedad entre los adolescentes que previo a la crisis sanitaria ya se encontraban en situación de vulnerabilidad, donde el retorno podría generar en los estudiantes un sinnúmero de malestares y recuerdos negativos de maltrato, burlas o dificultades en el aprendizaje, además de dejar esa zona de confort y seguridad que les daba el estar en un mismo ambiente junto a sus progenitores (Dussel et al., 2020).

Por otro lado, se tuvo en cuenta investigaciones previas que contaran con las mismas variables del presente estudio, analizando antecedentes a nivel internacional, nacional y local, obteniendo un panorama más amplio de la problemática seleccionada; recabando la siguiente información; En el ámbito internacional, en Corea del Sur, Jin-Seong y Jee-Hyeon (2020) realizaron una investigación en una muestra de 438 estudiantes, en donde emplearon un cuestionario autoadministrado, logrando evidenciar la presencia de una relación positiva y significativa entre los niveles de estrés académico y depresión ( $r=0.419$  y  $p=0.001$ ).

Por otra parte, en India, Kour y Parveen (2018) realizaron una investigación en 500 estudiantes utilizando la Escala de Estrés Educativo de Sun, Dunne, Hou y Xu (2011), donde encontraron una relación positiva y significativa entre estrés académico y depresión ( $r=0.149$  y  $p=0.01$ ).

A su vez, Jiang et al. (2021) mediante una muestra de 552 adolescentes chinos a través de un muestreo aleatorio por conglomerados de etapas múltiples, lograron encontrar



que la asociación entre el estrés académico y la depresión está mediada por el agotamiento escolar ( $b = 0,200$ , IC del 95%  $[0,145, 0,263]$ ).

En cuanto al ámbito nacional, Ibañez (2022) reveló la existencia de una relación positiva y significativa entre el estrés académico y la depresión ( $r=0.456$  y  $p=0.000$ ) en una población de 217 estudiantes, cuyos datos se obtuvieron utilizando el Inventario de Estrés Académico SISCO de Barraza (2018) y el Inventario de Depresión de Beck II – BDI II de Beck (1996).

Por otro lado, Palomino (2021) encontró que existe una relación baja y significativa entre el estrés académico y la depresión ( $r=0.344$  y  $p=0.000$ ) en una población de 109 estudiantes, utilizando para ello el Cuestionario de Evaluación de Estrés Académico CEEA de Barraza (2002) y el Inventario de Depresión de Beck II – BDI II de Beck.

Asimismo, Espinoza (2020) también logró relevar que existe una relación significativa entre el estrés académico y la depresión ( $p=0.000$ ), ello mediante la recolección de datos en Inventario de Estrés Académico SISCO de Barraza y el Inventario de Depresión de Beck II – BDI II de Beck en una muestra de 108 estudiantes.

A nivel local, si bien es cierto que en la ciudad de Cajamarca se han realizado estudios que abordan las variables de estrés académico y depresión en la población adolescente, actualmente estas investigaciones quedan fuera del período de tiempo requerido para ser consideradas como antecedentes. Además, se puede observar que en la mayoría de los estudios que exploran estas variables, se centran principalmente en aspectos relacionados con la ansiedad y el estrés académico, dejando de lado el análisis de la variable de depresión.

A continuación, se presenta el marco teórico, en el cual se citó a diversos autores especialistas en el abordaje de los principales conceptos relacionados a las variables de estudio; Acorde a APA (s.f.) la depresión se define como un estado de profunda tristeza o desesperación que perdura a lo largo de un período prolongado de tiempo. Este estado tiene

el potencial de interferir en las actividades cotidianas de la persona, lo que puede manifestarse en síntomas físicos como dolor, cambios en el peso corporal, trastornos del sueño y una pérdida de energía. Denotando que las personas que enfrentan la depresión también pueden encontrarse ante dificultades en la concentración, así como sentimientos de inutilidad, una carga excesiva de culpa y pensamientos persistentes sobre la muerte o el suicidio.

Del mismo modo, Chinchilla (2008, como se citó en Duran, 2021) refirió que la depresión es uno de los trastornos que presenta un elevado índice de morbilidad, además, mencionó que las personas que presentan este problema manifiestan un malestar intenso, lo cual les genera pérdidas importantes en los diferentes ámbitos de su vida, y que incluso les podría hacer llegar al suicidio.

Por su parte, Gutiérrez et al. (2010) mencionan que ven a la depresión como un grupo heterogéneo de trastornos afectivos, el cual se caracteriza por manifestar un bajo estado de ánimo, provocando una disminución en cuanto a la realización de actividades que le agradan, en asistir a la escuela o trabajo y en casos más graves se ve lo que es la ideación suicida.

Por ello, en el campo de la psicología, han surgido varios modelos explicativos destinados a proporcionar una comprensión de la depresión, siendo uno de los exponentes más notables en este contexto, Aaron Beck y su Teoría Cognitiva, la cual busca explicar la depresión como un conjunto de pensamientos y percepciones negativas que un individuo tiene sobre sí mismo, el mundo y el futuro, desencadenando consecuencias a nivel físico, emocional, cognitivo y motivacional. Esto permite comprender la depresión como el producto de la interacción de tres componentes en la cognición de una persona: la triada cognitiva, los esquemas mentales y los errores cognitivos. En otras palabras, la depresión se manifiesta a través de la forma en que una persona interpreta su entorno (Romero, 2022).

Además, según Aaron Beck, operacionalmente la depresión se evalúa a través de dos dimensiones, las cuales son: el cognitivo afectivo, la cual provoca que el adolescente experimente sentimientos de tristeza, pesimismo, fracasos en el pasado, insatisfacción, sentimientos de culpa, sensación de castigo, autocríticas, llanto, pérdida de interés, indecisión, inutilidad, cambios en los hábitos de sueño y en el apetito; y la segunda es el conductual-fisiológico, donde se evidencian la disconformidad con uno mismo, la irritabilidad, los pensamientos o deseos de suicidio, la dificultad de concentración, la pérdida de energía y el cansancio o fatiga. Asimismo, se puede decir que de acuerdo a la gravedad en la que se presentan estas dimensiones, el adolescente puede sufrir distintos niveles de depresión. (Rodríguez & Farfán, 2013, como se citó en Cabrera & Ríos, 2021).

En cuanto a la segunda variable, primero es importante abordar el concepto de estrés, el cual según Lazarus y Folkman (1986, como se citó en Restrepo et al., 2020), es una respuesta comportamental, psicológica y/o fisiológica que se da como respuesta ante un estímulo, situación o contexto, lo cual se estima como algo riesgoso o demandante.

De este factor, deriva el llamado estrés académico, que según Barraza (2011, como se citó en Toribio & Franco, 2016) "es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores" (p.11). Siendo un fenómeno que durante muchos años ha venido afectado a la población estudiantil y universitaria, producto de la consecuencia directa de las demandas que impone el ámbito educativo (exámenes, trabajos, presentaciones, etc.) a los estudiantes, diariamente y de forma prolongada. Además, origina malestar a niveles físicos y emocionales, ya sean de manera interrelacionar, interaccional, o ambientales (Guerrero, 2017).

Acorde a lo expuesto por Barraza (2011, como se citó en Figueroa et al., 2018), el estrés académico se evalúa a partir de tres dimensiones, los cuales son: los estresores académicos, estos se originan en el espacio educativo ante factores como: la cantidad de materias y tareas a realizar, el ambiente físico desagradable, la necesidad de desarrollar una gran capacidad de concentración y de atención, la dificultad de la interacción alumno-docente, etc. Todos estos eventos y demandas llegan a influir o sobrecargan de diversas maneras al alumno (García, 2004, como se citó en Figueroa et al., 2018); los síntomas, estos generan un desequilibrio tanto en el rendimiento académico, como en el desenvolvimiento social del estudiante, además, pueden ser catalogados como físicas, psicológicos y comportamentales (Barraza, 2005, como se citó en Figueroa et al., 2018); y por último están las estrategias de afrontamiento, en las cuales están la resolución de problemas y el control de emociones (Lazarus & Folkman, 1986, como se citó en Figueroa et al., 2018).

Asimismo, Barraza (2018) plantea que operacionalmente el estrés académico está integrado por las siguientes dimensiones:

**Dimensión Estresores:** Los estresores se refieren a las demandas o situaciones en el entorno académico que los estudiantes perciben como generadoras de estrés, en dicho contexto, los estresores más destacados son la sobrecarga de tareas y trabajos escolares diarios, así como el hecho de tener plazos limitados para completar las asignaciones, los cuales pueden incluir factores relacionados con la personalidad y el carácter de los profesores, así como la claridad de las instrucciones proporcionadas por ellos.

**Dimensión Síntomas:** Los síntomas son las respuestas emocionales, cognitivas y físicas que los estudiantes experimentan cuando se sienten estresados, en dicho contexto, los síntomas más comunes incluyen sentimientos de ansiedad, angustia o desesperación, así como dificultades para concentrarse en las tareas escolares, también pueden experimentar

un aumento en la irritabilidad y la tendencia a involucrarse en conflictos o discusiones cuando están bajo estrés.

**Dimensión Estrategias de Afrontamiento:** Las estrategias de afrontamiento son las acciones o enfoques que los estudiantes utilizan para hacer frente al estrés académico, en dicho contexto, las estrategias de afrontamiento más frecuentes incluyen concentrarse en resolver los problemas o situaciones estresantes y analizar las soluciones posibles de manera crítica, también pueden optar por mantener el control sobre sus emociones para evitar que el estrés los afecte negativamente y elaborar planes detallados para abordar las fuentes de estrés.

Por otra parte, indagando en el tema de la educación, se ha evidenciado que la educación presencial es el modelo educativo que ha perdurado por mucho más tiempo en la historia del hombre. Donde la presencia física tanto de los docentes, como de los alumnos en el aula, es obligatoria, produciendo que se establezca un acto comunicativo, siendo la función de los docentes explicar, aclarar y comunicar ideas a sus alumnos, teniendo el objetivo de brindar clases de calidad (Torrealba, 2004, como se citó en Romero, 2014).

Con base a la información plasmada, se expone que este estudio es importante pues se presume que el aumento de depresión en estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria, se debe a la presencia de altos niveles de estrés académico, siendo considerada una problemática actual que está siendo influenciada por el retorno a la educación presencial después de los cambios producidos por los dos años de coyuntura educativa virtual, marcando un precedente no solo en las investigaciones realizadas por la de carrera de psicología, en la ciudad de Cajamarca, debido a que aún no existen reportes de estudios que abarquen ambas variables específicas en entornos de educación presencial en la población de estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria. Si no, también a nivel nacional e

internacional, dado que los antecedentes que abarcan ambas variables en el contexto del retorno a la educación presencial, son escasos.

Permitiendo que los resultados del presente estudio, propicien espacios de reflexión sobre la importancia de investigar la presencia de ambas variables en esta población que muchas veces es desacreditada por estereotipos sociales, ignorando las consecuencias fatales que se desencadenarían.

En cuanto al aporte metodológico, este estudio servirá de marco de referencia para futuras investigaciones que traten la misma problemática o similares, dado que permitirá su desarrollo con mayor facilidad, pues podrán disponer de los dos innovadores instrumentos psicométricos que se plantean en este estudio, los cuales podrán ser utilizados para evaluar ambas variables en estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria en el nuevo entorno educativo presencial. Finalmente, los resultados servirán para dar a conocer con mayor exactitud, la relación que existe entre ambas variables, permitiendo elaborar protocolos de intervención y así mejorar la salud mental de los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria. Sirviendo, sobre todo, como una reflexión para que las personas empaticen y analicen cuán relevante resulta prevenir e identificar los signos y síntomas de la depresión y el estrés académico.

En base a la indagación de esta información, se genera la siguiente interrogante como Pregunta general; ¿Cuál es la relación entre la depresión y el estrés académico en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año del 2023?, Asimismo, las Preguntas específicas; ¿Cuál es la relación entre la depresión y los estresores académicos en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023?; ¿Cuál es la relación entre la depresión y los síntomas del estrés académico en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria

de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023?; ¿Cuál es la relación entre la depresión y las estrategias de afrontamiento del estrés académico en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023?

El Objetivo general es; Determinar la relación entre la depresión y el estrés académico en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023. Asimismo los Objetivos específicos son; Determinar la relación entre la depresión y los estresores académicos en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023; Determinar la relación entre la depresión y los síntomas del estrés académico en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023; Determinar la relación entre la depresión y las estrategias de afrontamiento del estrés académico en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023.

Las hipótesis de investigación parte del marco teórico y planteamiento del problema, y se formulan propositivamente y son respuestas circunstanciales de las preguntas de investigación siendo explicaciones tentativas del fenómeno investigado (Hernández & Mendoza, 2018). Por eso la Hipótesis general de investigación es; Existe relación directa y significativa entre la depresión y el estrés académico en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023. Posteriormente, es necesario recalcar que, para plantear la hipótesis, se tuvo en cuenta la hipótesis de tipo correlacional, ya que esta es la encargada de precisar la relación que existe entre dos o más variables (Hernández & Mendoza, 2018). Además, la hipótesis nula de la investigación es: No existe relación directa y significativa entre la depresión y el

estrés académico en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023. Puesto que, según Hernández y Mendoza (2018), esta hace referencia a las proporciones que refutan o niegan la relación entre las variables de investigación.



## CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

El presente estudio se basa en un enfoque cuantitativo, ya que se recolectaron datos para probar la hipótesis planteada mediante una medición numérica y el análisis estadístico. Además, se clasifica como investigación empírica, ya que este tipo de investigación permite la recopilación y análisis de datos para generar descubrimientos y resultados en respuesta al problema de investigación planteado. En cuanto al diseño, este estudio es no experimental, debido a que no se manipularon ni influyeron en las variables. Asimismo, tiene un diseño de corte transversal, ya que se examinó la incidencia y correlación de ambas variables en un solo punto en el tiempo (Hernández & Mendoza, 2018).

Según Arias et al. (2016) la población es un conjunto limitado o ilimitado de personas, elementos o instituciones que son motivo de investigación y que formarán el referente de donde se escogerá la muestra, la cual debe cumplir con una serie de criterios ya determinados en la formulación del problema. Con base a esta premisa, la población del presente estudio estuvo compuesta por los 135 estudiantes del nivel secundario de un colegio privado de Cajamarca. A partir del cual, se seleccionó una muestra, la cual se determinó a través del método no probabilístico de tipo intencional, pues su elección dependió de las características que se necesitan para la investigación y no de la probabilidad (Hernández & Mendoza, 2018; Hernández & Carpio, 2019). Siendo la muestra final un total de 55 estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria (ver anexo 2).

En relación a los criterios de inclusión, se consideró elegir alumnos hombres y mujeres; que cursen cuarto y quinto año de secundaria; que tengan entre 15 a 18 años; que hayan retomado su asistencia a clases presenciales en el año 2023. En cuanto al criterio de exclusión, se estableció; estudiantes que en el año 2023 no empezaron a asistir a clases presenciales.

Por otro lado, Arguello y Sequeira (2016) señalan que las técnicas son herramientas empleadas para alcanzar los objetivos de investigación. En este estudio, la técnica seleccionada para la recolección de datos es la encuesta, la cual, de acuerdo a Kuznik et al. (2010), es comúnmente utilizada en investigaciones de diseño no experimental, permitiendo recopilar datos mediante preguntas presentadas en forma de cuestionario, las cuales son cuantificadas y los resultados obtenidos se generalizan a toda la población estudiada. De este modo, los instrumentos empleados en este estudio incluyeron dos cuestionarios:

En relación a la variable de depresión, se utilizó el Inventario de Depresión Beck II (BDI-II), adaptado al contexto peruano por Anicama y Alan (2017), del Centro Peruano de Investigaciones Psicológicas y Modificación del Comportamiento. Este instrumento evalúa la sintomatología depresiva en adolescentes a partir de los 13 años. Abarca 21 ítems, los cuales se dividen en dos áreas principales: 15 enfocados en síntomas psicológicos cognitivos, mientras que los 6 restantes evalúan síntomas somáticos vegetativos.

La puntuación total se obtiene sumando los puntajes de las respuestas de los 21 ítems, con valores que varían entre 0 (que indica "nada en absoluto"), 1 (que refleja "leve, no me molesta mucho"), 2 (que denota "moderado, fue muy desagradable, pero podía soportarlo") y 3 (que significa "grave, casi no podía soportarlo"). Permite categorizar el nivel de depresión en cuatro rangos: de 0 a 13 considerada como depresión mínima, de 14 a 20 depresión leve, de 21 a 28 depresión moderada y de 29 a 63 depresión grave.

En cuanto a su adaptación al Perú, ha demostrado tener una fiabilidad de .708 y una consistencia interna que varía entre .76 y .95. Asimismo, Espinoza (2016, citado en Valle, 2018) ha reportado una validez aceptable en la población universitaria mediante análisis factorial. No obstante, dado que no se contaba con una adaptación específica para estudiantes cajamarquinos de cuarto y quinto año de secundaria, se lo tuvo que someter a una prueba de validez de contenido a través del juicio de expertos, la cual fue aprobada por unanimidad

(ver anexo 9). Llevando a cabo un análisis de confiabilidad mediante la aplicación de una prueba piloto en 32 alumnos de 4to y 5to año de secundaria de una institución privada, obteniendo un valor de Alfa de Cronbach de .846, considerado como bueno según los criterios de Streiner (2003) evidenciando que presenta validez y confiabilidad para su uso en la presente investigación.

De igual modo, para abordar la variable de estrés académico, se hizo uso del Inventario de Estrés Académico SISCO. Este instrumento, basado en el modelo teórico de Barraza, fue específicamente diseñado para evaluar todas las dimensiones del estrés experimentado por estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante su período de estudio.

Consta de 31 ítems que evalúan tres áreas clave: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento al estrés. Estructurando las preguntas en formato Likert con cinco valores numéricos, donde 1 representa "poco" y 5 indica "mucho". Siendo que, de los 31 ítems, ocho evalúan estímulos estresores, 15 miden los síntomas o respuestas ante el estímulo estresor y los seis restantes evalúan el uso de estrategias para afrontar el estrés. Llegando a categorizar al estrés académico en tres rangos: del 0 al 33% considerado como estrés leve, del 34% al 66% clasificado como estrés moderado, y del 67% al 100% catalogado como estrés severo.

En cuanto a su adaptación al Perú, esta prueba presenta una confiabilidad de alfa de Cronbach del 0,842, una validez mediante V de Aiken superior a 0,80 y prueba binomial con un valor  $p < 0,05$ , además, posee un nivel adecuado de homogeneidad con correlación ítem-test que oscila entre 0,257 a 0,575 (Jabel, 2017). Sin embargo, dado que carece de una adaptación específica para estudiantes cajamarquinos de cuarto y quinto de secundaria, se lo tuvo que someter a una evaluación de validez de contenido mediante juicio de expertos, el cual fue aprobado de manera unánime (ver anexo 10). Llevando a cabo un análisis de confiabilidad mediante la aplicación de prueba piloto en 32 estudiantes de cuarto y quinto

año de secundaria en una institución privada (ver anexo 11), obteniendo un valor de Alfa de Cronbach de .846 (ver anexo 12), considerado como bueno según los criterios de Streiner (2003) evidenciando que presenta validez y confiabilidad para su uso en la presente investigación.

En relación a la recolección de datos, esta se inició con la gestión de las autorizaciones necesarias para llevar a cabo la investigación en una institución educativa privada (ver anexo 13), coordinando una fecha específica para recopilar la información de la muestra seleccionada además de facilitar los consentimientos informados para su entrega a los padres de familia de los grados involucrados (ver anexo 14).

En el día programado, se recopilaron los consentimientos informados en el departamento de psicología. Luego, los estudiantes fueron conducidos al aula de cómputo, administrando las pruebas en dos grupos, cuarto y quinto. Dando inicio con un saludo protocolar y una explicación detallada sobre el propósito de las pruebas, haciendo hincapié en la confidencialidad de los datos para fines académicos. Además, se distribuyó el asentimiento informado (ver anexo 15), en el que cada estudiante confirmó su participación marcando la opción "Sí". Seguidamente, se les informó que los cuestionarios estarían disponibles en todas las computadoras y se completarían de manera virtual utilizando Google Forms (ver anexo 6 y 8), proporcionando instrucciones detalladas para su desarrollo. Finalmente, se verificó que todos los estudiantes hubieran enviado ambos cuestionarios y se expresó gratitud por su participación.

Posteriormente, se analizó los datos en el programa Microsoft Excel, donde se transcribieron los resultados de los cuestionarios, los cuales fueron agrupados y sintetizados de acuerdo a las dimensiones de cada una de las variables. Luego se utilizó el software SPSS, donde se trabajó los análisis descriptivos, asimismo, para que el análisis inferencial, se

realizó la prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov, ya que permitió determinar la prueba estadística, utilizando el coeficiente de correlación no paramétrico Rho de Spearman.

Respecto a los aspectos éticos considerados dentro de la investigación, se resalta que se está citando a todas las fuentes que han sido consultadas y consideradas en esta investigación, mencionando que se cuenta con la respectiva autorización de los autores que adaptaron los instrumentos al Perú, solicitando el uso del material de manera formal.

En base a ello, se trabajó bajo los principios generales plasmados en el American Psychological Association (APA, 2010) y estipulados en los artículos del Código de Ética y Deontología del Colegio de Psicólogos del Perú (CPSP, 2017) siendo los siguientes; Principio de beneficencia y no maleficencia, salvaguardando el bienestar y los derechos de los involucrados como participantes de la investigación, aplicando soluciones efectivas y de una manera responsable, que evite o minimice posibles incidentes durante el proceso de la investigación; Principio de respeto por los derechos y la dignidad de las personas, enfatizando la confidencialidad de la información recabada, informando a los evaluados que la participación era voluntaria mediante consentimiento informado y que la información se utilizaría exclusivamente para fines académicos, preservando su privacidad y autodeterminación.

Además, se aplicó el Principio de fidelidad y responsabilidad y principio de integridad, pues la investigación y análisis se basan en el método científico, buscando resaltar siempre los valores, la conducta profesional y obligaciones de un investigador, dando fe de que los datos reales no serán alterados, promoviendo la veracidad de la información. Aceptando la adecuada responsabilidad por las acciones realizadas, sobrellevando los problemas de manera oportuna para evitar conflictos de intereses. Finalmente, el principio de justicia, permitiendo que colegas y profesionales a fines al rubro de la psicología, accedan y se beneficien de los aportes desarrollados.

### CAPÍTULO III: RESULTADOS

A continuación, se presentan los resultados obtenidos tras la recolección de los datos y el análisis estadístico a fin de comprobar las hipótesis planteadas. Para lo cual en primer lugar se sometieron los resultados a la prueba de normalidad con la finalidad de definir el estadístico de correlación a utilizar. En la Tabla 1 al ser una muestra mayor a 50 se utiliza la prueba de Kolmogorov Smirnov para determinar la normalidad de los datos, en el cual se concluye que los datos son no paramétricos al ser el valor de Sig. menor a 0.05.

**Tabla 1**  
*Prueba de normalidad Kolmogorov Smirnov*

	<b>Estadístico</b>	<b>G1</b>	<b>Sig.</b>
Variable Estrés académico	.490	55	.000
Variable Depresión	.301	55	.000
Dimensión Estresores	.527	55	.000
Dimensión Síntomas	.483	55	.000
Dimensión Estrategias de afrontamiento	.371	55	.000

Finalmente, tras la decisión de aplicar estadística no paramétrica, se aplicó el coeficiente de correlación Rho de Spearman, para lo cual presentamos la hipótesis general a contrastar: **H<sub>0</sub>**: No existe relación directa y significativa entre la depresión y el estrés académico en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023; **H<sub>1</sub>**: Existe relación directa y significativa entre la depresión y el estrés académico en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023.

**Tabla 2**  
*Correlación entre Estrés académico y Depresión*

		<b>Depresión</b>	
Rho de Spearman	Estrés académico	Coeficiente de correlación	.544**
		Sig. (bilateral)	.000
		N	55

*Nota.* \*\*. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas)

Tras la aplicación del Coeficiente de correlación Rho de Spearman se determina que la depresión guarda relación significativa (Sig. .000) de dirección directa y de magnitud moderada ( $r$  .544) con el estrés académico, lo que lleva a rechazar la hipótesis  $H_0$  y aceptar la hipótesis  $H_1$ , por lo cual se afirma que: Existe relación directa y significativa entre la depresión y el estrés académico en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023.

Asimismo, se presenta la primera hipótesis específica a contrastar:  **$H_0$** : No existe relación directa y significativa entre la depresión y los estresores en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023;  **$H_1$** : Existe relación directa y significativa entre la depresión y los estresores en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023.

**Tabla 3**  
*Correlación Depresión y Estresores*

		<b>Depresión</b>	
Rho de Spearman	Estresores	Coeficiente de correlación	.442**
		Sig. (bilateral)	.001
		N	55

*Nota.* \*\*. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas)

Tras la aplicación del Coeficiente de correlación Rho de Spearman se determina que la depresión guarda relación significativa (Sig. .000) de dirección directa y de magnitud moderada ( $r$  .442) con los estresores, lo que lleva a rechazar la hipótesis  $H_0$  y aceptar la

hipótesis  $H_1$  por lo cual se afirma que: Existe relación directa y significativa entre la depresión y los estresores en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023.

De igual manera, se presenta la segunda hipótesis específica a contrastar:  $H_0$ : No existe relación directa y significativa entre la depresión y los síntomas en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023;  $H_1$ : Existe relación directa y significativa entre la depresión y los síntomas en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023.

**Tabla 4**  
*Correlación Depresión y Síntomas*

			<b>Depresión</b>
Rho de Spearman	Síntomas	Coeficiente de correlación	.577**
		Sig. (bilateral)	.000
		N	55

*Nota.* \*\*. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas)

Tras la aplicación del Coeficiente de correlación de Rho de Spearman se determina que la depresión guarda relación significativa (Sig. .000) de dirección directa y de magnitud moderada ( $r$  .577) con los síntomas, lo que lleva a rechazar la hipótesis  $H_0$  y aceptar la hipótesis  $H_1$ , por lo cual se afirma que: Existe relación directa y significativa entre la depresión y los síntomas en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023.

Asimismo, se presenta la tercera hipótesis específica a contrastar:  $H_0$ : No existe relación directa y significativa entre la depresión y las estrategias de afrontamiento en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023;  $H_1$ : Existe relación directa y significativa entre la depresión y las estrategias de afrontamiento en el entorno de educación presencial



en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023.

**Tabla 5**  
*Correlación Depresión y Estrategias de afrontamiento*

			<b>Depresión</b>
		Coefficiente de correlación	-.237
Rho de Spearman	Estrategias de afrontamiento	Sig. (bilateral)	.081
		N	55

*Nota.* \*\*. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas)

Tras la aplicación del Coeficiente de correlación de Rho de Spearman se determina que la depresión no guarda relación significativa (Sig. .081) con las estrategias de afrontamiento, lo que lleva a aceptar la hipótesis  $H_0$  por lo cual se afirma que: No existe relación directa y significativa entre la depresión y las estrategias de afrontamiento en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023.

## CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El análisis del objetivo general evidenció que la depresión guarda relación directa y moderada con el estrés académico ( $r = .544$ ;  $p < .000$ ). Resultado coherente teóricamente, puesto que la depresión se caracteriza por pensamientos negativos y percepciones sobre uno mismo, el mundo y el futuro, que cuando los estudiantes experimentan sobrecarga de trabajo, plazos ajustados, entre otros, desarrollan pensamientos negativos y síntomas emocionales y físicos asociados con la depresión, por lo que el estrés académico desencadena los síntomas de la depresión, lo que explica la relación directa y positiva (Barraza, 2011; MSSSI, 2014).

Respecto al primer objetivo específico, se evidenció que la depresión guarda relación directa y moderada con los estresores ( $r = .442$ ;  $p = .000$ ). Este resultado es similar a lo encontrado en los antecedentes, donde también se han registrado relaciones positivas (Jin-Seong & Jee-Hyeon, 2020; Kour & Parveen, 2018; Santos et al., 2017; Ibañez, 2022; Palomino, 2021; Espinoza, 2020; Sánchez, 2017). Además, la teoría del estrés académico afirma que la cantidad de trabajo y presión académica genera un aumento en los niveles de estrés y ello contribuye en la aparición de pensamientos negativos y síntomas depresivos.

En cuanto al segundo objetivo específico, se observó una correlación directa y moderada entre la depresión y los síntomas ( $r = 0.557$ ;  $p < 0.001$ ). Siendo que, desde una perspectiva teórica, la depresión se manifiesta a través de síntomas emocionales, cognitivos y físicos. Por lo tanto, cuando los estudiantes experimentan estrés académico, es natural que estos síntomas se intensifiquen o surjan como respuestas emocionales y físicas negativas, estableciendo así una relación entre ellas (Barraza, 2011; MSSSI, 2014).

Por otra parte, en relación al tercer objetivo específico, se encontró que no existe una relación significativa entre la depresión y las estrategias de afrontamiento ( $p = 0.081$ ). Pues si bien desde una perspectiva teórica, las estrategias de afrontamiento son recursos que

deberían ayudar a mantener un equilibrio saludable. Sin embargo, la depresión se caracteriza por una pérdida generalizada de interés, lo que puede llevar a una falta de recursos efectivos y saludables para hacer frente al estrés. Esto puede resultar en el uso de estrategias de afrontamiento poco efectivas o incluso perjudiciales, como el abuso de sustancias. En consecuencia, las estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes pueden no ser eficaces para reducir la depresión (Barraza, 2011; MSSSI, 2014).

En cuanto a las implicancias teóricas del estudio, estas llevan a replantear la concepción de las variables, al evidenciarse la relación de la depresión con el estrés académico, lo que permite comprender los factores intervinientes en los niveles reportados. Además, desde una perspectiva práctica, los resultados invitan a la reflexión sobre el conocimiento teórico de las variables y pueden dar lugar a nuevas investigaciones y teorías que mejoren nuestra comprensión de ellas, así como a considerar intervenciones en el contexto educativo, finalmente, metodológicamente se confirma la validez de los instrumentos en la población de estudiantes de educación básica regular de Cajamarca, así como, su confiabilidad en dicho contexto.

A pesar de ello, el estudio presentó una limitación notable, que radicó en el uso de una escala extensa que podría haber influido en las respuestas de los encuestados, especialmente considerando los problemas de atención que los escolares pueden experimentar en clases presenciales. Además, otra limitación fue el alcance de los resultados, puesto que el uso de un muestreo no probabilístico no permite generalizar los resultados a la toda la población.

Por lo tanto, se recomienda emplear una escala de evaluación más breve, asimismo, establecer políticas que permitan establecer programas de intervención y prevención de problemas relacionados con la depresión, así como también del estrés académico a razón de mejorar la calidad de vida de los estudiantes en etapa escolar.

Finalmente, se concluye el descubrimiento de correlaciones moderadas entre las variables de estudio, lo cual manifiesta una codependencia a nivel general entre la depresión y el estrés académico y en lo que refiere a las dimensiones de estresores y síntomas, manifestando así que los estresores y síntomas ocasionados por el estrés académico influyen en generar pensamientos negativos en los estudiantes, caso contrario a lo evidenciado con las estrategias de afrontamiento con el que no se halló dicha codependencia.

## Referencias

- American Psychological Association. (2010). *Principios Éticos de los Psicólogos y Código de Conducta*.  
[http://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/comite\\_etica/Codigo\\_APA.pdf](http://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/comite_etica/Codigo_APA.pdf)
- American Psychological Association. (s.f.). *Depresión*.  
<https://www.apa.org/topics/depression>
- Arguello, B., & Sequeira, M. (2016). *Estrategias metodológicas que facilitan el proceso de enseñanza aprendizaje de la Geografía e Historia en la Educación Secundaria Básica* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua].  
<https://repositorio.unan.edu.ni/1638/1/10564.pdf>
- Arias, J., Villasís, M., & Miranda, M. (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista Alergia México*, 63(2), 201-206.  
<https://www.redalyc.org/pdf/4867/486755023011.pdf>
- Barraza, A. (2011). La gestión del estrés académico por parte del orientador educativo: el papel de las estrategias de afrontamiento. *Revista Visión Educativa Iunaes*, 5(11).  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4034497>
- Barraza, A. (2018). *Inventario SIStémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems*. ECORFAN.
- Cabrera, L. & Ríos, S. (2021). *Depresión e Ideación Suicida en Adolescentes del distrito de Pichari, La Convención, Cusco, 2021* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo].  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/71576/Cabrera\\_HLV-Rios\\_HJS-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/71576/Cabrera_HLV-Rios_HJS-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Cobiellas, L., Anazco, A., & Góngora, O. (2020). Estrés académico y depresión mental en estudiantes de primer año de medicina. *Educación Médica Superior*, 34(2).  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S086421412020000200015&script=sci\\_arttext&tIng=pt](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S086421412020000200015&script=sci_arttext&tIng=pt)
- Cohen, J. (1988). Establecer Tablas de Correlación y Contingencia. *Applied Psychological Measurement*, 12(4).  
<https://doi.org/10.1177/014662168801200410>
- Colegio de Psicólogos del Perú. (2017). *Código de Ética y Deontología*.  
[http://api.cpsp.io/public/documents/codigo\\_de\\_etica\\_y\\_deontologia.pdf](http://api.cpsp.io/public/documents/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf)
- Dussel, I., Ferrante, P., & Pulfe, D. (2020). *Pensar la educación en tiempos de pandemia*.  
<http://www.grade.org.pe/creer/archivos/pensarlaeducacion.pdf>
- Espinoza, F. (2020). *Estrés y depresión en el entorno académico - social en pandemia covid-19 en estudiantes de odontología durante el 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad Científica del Sur].  
<https://revistas.cientifica.edu.pe/index.php/odontologica/article/view/960/865>
- Feldman, L., Goncalves, L., Chacón, G., Zaragoza, J., Bagés, N., & De Pablo, J. (2008). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. *Universitas psychologica*, 7(3), 739-752. <https://core.ac.uk/download/pdf/26136697.pdf>
- Figuerola, J., Aguirre, M., Castillo, G., & Valdéz, L. (2018). *Estrés Académico en estudiantes de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal].  
<http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2383/VENANCIO%20REYES%20GUIOVANE%20ANTONIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2021). *El reencuentro en la vuelta a las clases presenciales*. <https://www.unicef.org/argentina/media/8736/file/6%20-%20El%20Reencuentro%20en%20la%20vuelta%20a%20las%20clases%20presenciales.pdf>
- Guerrero, G. (2017). *El estrés académico y su correlación con la ansiedad en estudiantes universitarios de la carrera de medicina de la Ciudad de Ambato* [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/2151/1/76573.pdf>
- Gutiérrez, J., Montoya, L., Toro, B., Briñón, M., Rosas, E., & Salazar, Luz. (2010). Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. *Ces Medicina*, 24(1), 7-17. <https://www.redalyc.org/pdf/2611/261119491001.pdf>
- Hernández, C., & Carpio, N. (2019). Introducción a los tipos de muestreo. *Alerta, Revista científica del Instituto Nacional de Salud*, 2(1), 75-79. <https://alerta.salud.gob.sv/wp-content/uploads/2019/04/Revista-ALERTA-Ano-2019-Vol.-2-N-1-vf-75-79.pdf>
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. México: McGraw Hill Education.
- Ibañez, J. (2022). *Estrés académico y depresión en estudiantes de la facultad de salud de la Universidad Privada del Norte- 2021* [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada del Norte]. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1793/Ibañez%20Montoya%20Jesús%20Brian.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Instituto Nacional de Salud Mental (2020). *Estudio Epidemiológico de Salud Mental en Ayacucho, Cajamarca y Huaraz 2017*.

<https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/3676569/Estudio%20Epidemiol%203%20B3gico%20de%20Salud%20Mental%20en%20Ayacucho%2C%20Cajamarca%20y%20Huaraz%202017.pdf.pdf>

Jabel, M. (2017). *Estandarización del Inventario de Estrés Académico SISCO en estudiantes de dos universidades de Villa el Salvador* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú].

<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/417/TESIS%20-%20MARIA%20JABEL.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

Jiang, S., Ren, Q., Jiang, C., & Wang, L. (2021). Estrés académico y depresión de adolescentes chinos en escuelas secundarias: modelo de mediación moderada del agotamiento escolar y la autoestima. *Revista de trastornos afectivos*, 295, 384-389. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0165032721008909?via%3Dihub>

Jin-Seong, B., & Jee-Hyeon, C. (2020). Relación entre el estrés académico y los síntomas de depresión en estudiantes de secundaria. *Revista de la Sociedad de Cooperación Industrial-Académica de Corea*, 21 (12), 547-557. <http://www.koreascience.or.kr/article/JAKO202007636555054.pdf>

Kour, S., & Parveen, A. (2018). Estrés Académico y Depresión en Adolescentes Estudiantes de Cachemir: Una investigación. *Revista Internacional de Investigación Sociedad Cultural*, 2, 291-295. <http://ijrcs.org/wp-content/uploads/201804058.pdf>

Kuznik, A., Hurtado, A., & Espinal, A. (2010). El uso de la encuesta de tipo social en traductología: características metodológicas. *MonTI. Monografías de Traducción e Interpretación*, (2), 315-344. <http://www.e-revistas.uji.es/index.php/monti/article/view/1635/1390>



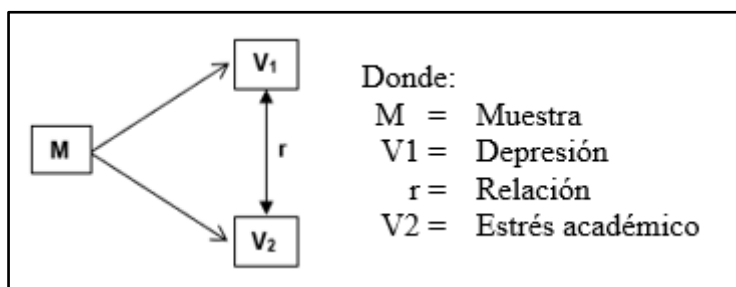
- Meza, F. (2019). *Prevalencia de depresión en estudiantes de 13 a 15 años de la I.E. "Alipio Ponce Vásquez", 2018* [Tesis de Pregrado, Universidad Continental]. [https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/6057/2/IV\\_FHU\\_501\\_TE\\_Meza\\_Soto\\_2019.pdf](https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/6057/2/IV_FHU_501_TE_Meza_Soto_2019.pdf)
- Ministerio de Salud del Perú. (2018). *Lineamientos de Política Sectorial en Salud Mental. Perú 2018*. <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4629.pdf>
- Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. (2014). *La Depresión, Información para pacientes, familiares y allegados*. [https://portal.guiasalud.es/wp-content/uploads/2019/01/GPC\\_534\\_Depresion\\_Adulto\\_Avaliat\\_paciente.pdf](https://portal.guiasalud.es/wp-content/uploads/2019/01/GPC_534_Depresion_Adulto_Avaliat_paciente.pdf)
- Monasterio, A. (2019). *Depresión en Adolescentes de una Institución Educativa Pública de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio De Loyola]. <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/9b9c5ead-5be3-4149-8cdc-3b7f779bfeb1/content>
- Organización Mundial de la Salud. (2021). *Depresión*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- Palomino, R. (2021). *Estrés académico y depresión en estudiantes universitarios de psicología de una Universidad Privada, Huamanga 2021*. [Tesis de licenciatura, Universidad de Ayacucho Federico Froebel].
- Peredo, R. (2020). ¿Volvemos a clases? Análisis desde la Psicología Educativa ante los efectos de la pandemia por Covid-19. *Revista de Investigacion Psicologica*, 42-56. [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2223-30322020000300007](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-30322020000300007)

- Ramírez, R. (2009). *Adaptación del Inventario de Depresión Infantil de Kovacs en escolares de la ciudad de Cajamarca* [Tesis de Pregrado, Pontificia Universidad Católica Del Perú].  
[https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/409/RAMIREZ\\_BARRANTES\\_RENATO\\_ADAPTACION\\_INVENTARIO\\_DEPRESION.pdf?sequence=1](https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/409/RAMIREZ_BARRANTES_RENATO_ADAPTACION_INVENTARIO_DEPRESION.pdf?sequence=1)
- Restrepo, J., Sánchez, O. & Castañeda, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Psicoespacios*, 14 (24), 23-47.  
<http://bibliotecadigital.iue.edu.co/bitstream/20.500.12717/2042/1/1331-Texto%20del%20art%c3%adculo-5268-1-10-20210301.pdf>
- Romero J., García, M., Roca, C., Hernán, A. & Pulido, A. (2014). Diseño de un aprendizaje adaptado a las necesidades del alumno. *Teoría de la Educación. Educación y Cultura en la Sociedad de la Información*, 15(3), 172-189.  
<https://www.redalyc.org/pdf/2010/201032662010.pdf>
- Romero, L. (2022). *Relación entre el Estrés Académico y la Depresión en estudiantes Universitarios de la Puce - Ambato* [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Ecuador].  
<https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3624/1/77912.pdf>
- Streiner, D. (2003). Comenzando por el principio: una introducción al coeficiente alfa y la consistencia interna. *Journal of personality assessment*, 80(1), 99-103.  
[https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/S15327752JPA8001\\_18](https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/S15327752JPA8001_18)
- Toribio, C., & Franco, S. (2016). Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante. *Revista Salud y Administración*, 3(7), 11-18.  
[http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num7/A2\\_Estres\\_acad.pdf](http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num7/A2_Estres_acad.pdf)

Valle, H. (2018). *Depresión en Internas del pabellón A, B y C del Penal de Mujeres de Chorrillos, 2017* [Tesis de pregrado, Universidad Inca Garcilaso de la Vega].  
[http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2360/TRAB.SUF.PR  
OF.Heraida%20Valle%20Beizaga.pdf?sequence=2&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2360/TRAB.SUF.PR<br/>OF.Heraida%20Valle%20Beizaga.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

## Anexos

### ANEXO N° 1. Diagrama de nivel de estudio



## ANEXO N° 2. Datos sociodemográficos

		<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Edad	15 años	16	29.1
	16 años	34	61.8
	17 años	4	7.3
	18 años	1	1.8
Género	Femenino	22	40.0
	Masculino	33	60.0
Año y sección	4to secundaria	27	49.1
	5to secundaria	28	50.9

*Nota.* Muestra= 55 estudiantes

ANEXO N° 3. Matriz de consistencia

**MATRIZ DE CONSISTENCIA**

Formulación de problema	Hipótesis	Objetivos	Variables	Metodología	Población
<p><b>General:</b> ¿Cuál es la relación entre la depresión y el estrés académico en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023?</p> <p><b>Específicos:</b> ¿Cuál es la relación entre la depresión y los estresores en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023?</p> <p><b>Específicos:</b> ¿Cuál es la</p>	<p><b>General:</b> Existe relación directa y positiva entre la depresión y el estrés académico en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023.</p> <p><b>Específicos:</b> Existe relación directa y positiva entre la depresión y los estresores en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023.</p>	<p><b>Objetivo General:</b> Determinar la relación entre la depresión y el estrés académico en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023.</p> <p><b>Objetivos Específicos:</b>            -Determinar la relación entre la depresión y los estresores en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023.            -Determinar la relación entre la</p>	<p><b>Depresión</b></p> <p><b>Estrés Académico</b></p>	<p><b>Tipo de Investigación:</b> Empírica.  <b>Diseño de investigación:</b> No experimental.  <b>Técnica:</b> Encuesta.  <b>Instrumentos:</b> Inventario de Depresión Beck II- (BDI- II) adaptado al Perú en el año 2017 y el Inventario de Estrés al Perú.  <b>Análisis de datos:</b> Programa Microsoft Excel, Software SPSS.</p>	<p><b>Población:</b> 174 Estudiantes de Secundaria de un Colegio privado de Cajamarca.</p> <p><b>Muestra:</b> 55 estudiantes entre hombres y mujeres de cuarto y quinto año de secundaria de 15 a 18 años.</p>

relación entre la depresión y los síntomas en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023?

**Específicos:** ¿Cuál es la relación entre la depresión y las estrategias de afrontamiento en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023?

**Específicos:** Existe relación directa y positiva entre la depresión y los síntomas en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023.

**Específicos:** Existe relación directa y positiva entre la depresión y las estrategias de afrontamiento en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023.

depresión y los síntomas en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023.

-Determinar la relación entre la depresión y las estrategias de afrontamiento en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023.





VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES
Estrés Académico	"El estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores" (Barraza, 2011, como se citó en Toribio & Franco, 2016, p. 11).	El estrés académico describe aquellos procesos cognitivos y afectivos que presenta el alumno cuando se ve sometido a una serie de demandas relacionados con las actividades del ámbito escolar, las cuales, bajo su propia valoración personal, son consideradas estresantes. Siendo esto una consecuencia directa de las exigencias interpersonales e intrapersonales que impactan su desempeño en el ámbito escolar.	Estresores  Síntomas  Estrategias de afrontamiento	Competencia académica con los compañeros del grupo, sobrecarga de tareas y trabajos escolares, la personalidad del profesor, evaluaciones de los profesores, el tipo de trabajo que piden los profesores, temor a equivocarse en las respuestas, participación en clase, tiempo limitado para hacer el trabajo.  Reacciones físicas, reacciones psicológicas y reacciones comportamentales.  Defender sus ideas sin dañar a otros y hablar sobre la situación que preocupa.

## ANEXO N° 5. Ficha técnica del Inventario de depresión de Beck II

---

<b>Inventario de depresión de Beck II</b>	
<b>Nombre:</b>	Inventario de depresión de Beck II- (DBI-II).
<b>Autores:</b>	Aron Beck, Robert A. Steer y Gregory K. Brown
<b>Año en la que se publicó:</b>	El cuestionario fue adaptado en el 2017 en Lima Sur – Perú, por José Anicama y Alan Chumbimuni.
<b>Administración:</b>	Colectiva e individual.
<b>Duración:</b>	10 minutos como máximo
<b>Aplicación:</b>	Personas mayores de edad.
<b>Significación:</b>	Evaluar el nivel de Depresión.

---

## ANEXO N° 6. Inventario de depresión de Beck II

# INVENTARIO DE DEPRESIÓN DE BECK II (BDI-II)

**Instrucciones**  
Este cuestionario consta de 21 grupos de enunciados. Por favor, lee cada uno de ellos cuidadosamente. Luego elije uno de cada grupo, el que mejor describa el modo en cómo te has sentido las últimas dos semanas durante el desarrollo de tus clases presenciales, incluyendo el día de hoy, recuerda que no hay respuestas correctas ni incorrectas, solo selecciona la casilla con el número correspondiente al enunciado elegido.  
La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales.

[Iniciar sesión en Google](#) para guardar lo que llevas hecho. [Más información](#)

**\*Obligatorio**

**Edad \***

Tu respuesta \_\_\_\_\_

**Sexo \***

Masculino

Femenino

**Nombre del Colegio \***

Tu respuesta \_\_\_\_\_

**Grado y sección \***

Tu respuesta \_\_\_\_\_

**Lugar de nacimiento \***

Tu respuesta \_\_\_\_\_

1. Tristeza \*

- No me siento triste.
- Me siento triste gran parte del tiempo.
- Estoy triste todo el tiempo
- Estoy tan triste y tan infeliz que no puedo soportarlo.

2. Pesimismo \*

- No me siento desanimado respecto a mi futuro.
- Me siento más desanimado respecto a mi futuro que antes.
- No espero que las cosas funcionen para mí.
- Siento que no hay esperanza para mí en el futuro y que las cosas van a empeorar.

3. Fracaso \*

- No me siento como un fracasado.
- He fracasado más de lo debido.
- Cuando miro hacia atrás veo muchos fracasos.
- Siento que como persona soy un fracaso total.

4. Pérdida de placer \*

- Obtengo tanta satisfacción de las cosas como antes.
- No disfruto tanto de las cosas como antes.
- Obtengo muy poco placer de las cosas.
- No puedo obtener ningún placer de las cosas.

5. Sentimientos de culpa \*

- No me siento culpable.
- Me siento culpable respecto a varias cosas que he hecho o que debería haber hecho.
- Me siento bastante culpable la mayor parte del tiempo.
- Me siento culpable todo el tiempo.

6. Sentimientos de castigo \*

- No siento que esté siendo castigado.
- Creo que tal vez estoy siendo castigado.
- Espero ser castigado.
- Siento que estoy siendo castigado.

7. Disconformidad con uno mismo \*

- Siento acerca de mí, lo mismo que siempre.
- He perdido la confianza en mí mismo.
- Estoy decepcionado de mí mismo.
- No me gusto a mí mismo.

8. Autocrítica \*

- No me critico ni me culpo más de lo habitual.
- Estoy más crítico conmigo mismo que antes.
- Me critico a mí mismo por todos mis errores.
- Me culpo a mí mismo por todo lo malo que sucede.

9. Pensamientos o Deseos Suicidas \*

- No pienso en matarme.
- He pensado en matarme, pero no lo haría.
- Desearía matarme.
- Me mataría si tuviera la oportunidad de hacerlo.

10. Llanto \*

- No lloro más de lo usual.
- Lloro más que antes.
- Lloro por cualquier pequeñez.
- Siento ganas de llorar, pero no puedo.

11. Agitación \*

- No estoy más inquieto o tenso que antes.
- Me siento más inquieto o tenso que antes.
- Estoy tan inquieto que me es difícil quedarme tranquilo.
- Estoy tan inquieto que tengo que estar siempre en movimiento o haciendo algo.

12. Pérdida de Interés \*

- No he perdido el interés en otras actividades o personas.
- Estoy menos interesado que antes en otras personas o cosas.
- He perdido casi todo el interés en otras personas o cosas.
- Me es difícil interesarme por algo.

13. Indecisión \*

- Tomo decisiones tan bien como siempre.
- Me resulta más difícil que de costumbre tomar decisiones.
- Encuentro más dificultad que antes para tomar decisiones.
- Tengo problemas para tomar cualquier decisión.

14. Desvalorización \*

- Siento que soy valioso.
- No me considero tan valioso y útil como antes.
- Me siento menos valioso cuando me comparo con los demás.
- Siento que no valgo nada.

15. Pérdida de Energía \*

- Tengo tanta energía como siempre.
- Tengo menos energía que antes.
- No tengo suficiente energía para hacer algunas cosas.
- No tengo energía suficiente para hacer nada.

16. Cambios en los Hábitos de Sueño \*

- No he experimentado ningún cambio en mis hábitos de sueño.
- Duermo un poco más que lo habitual.
- Duermo un poco menos que lo habitual.
- Duermo mucho más que lo habitual.
- Duermo mucho menos que lo habitual.
- Duermo la mayor parte del día.
- Me despierto 1-2 horas más temprano y no puedo volver a dormirme.

## 17. Irritabilidad \*

- No estoy más irritable que antes.
- Estoy más irritable que antes.
- Estoy mucho más irritable que antes.
- Estoy irritable todo el tiempo.

## 18. Cambios en el Apetito \*

- No he experimentado ningún cambio en mi apetito.
- Mi apetito es un poco menor que antes.
- Mi apetito es un poco mayor que antes.
- Mi apetito es mucho menor que antes.
- Mi apetito es mucho mayor que antes.
- No tengo apetito en absoluto.
- Quiero comer todo el tiempo.

## 19. Dificultad de Concentración \*

- Puedo concentrarme tan bien como siempre.
- No puedo concentrarme tan bien como antes.
- Me es difícil mantener la atención en algo por mucho tiempo.
- Encuentro que no puedo concentrarme en nada.

## 20. Cansancio o Fatiga \*

- No estoy más cansado o fatigado que lo habitual.
- Me fatigo o me canso más fácilmente que antes.
- Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer muchas de las cosas que antes solía hacer.
- Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer la mayoría de las cosas que antes solía hacer.



21. Pérdida de Interés en el Sexo \*

- No he notado ningún cambio reciente en mi interés por el sexo.
- Estoy menos interesado en el sexo que antes.
- Ahora estoy mucho menos interesado en el sexo.
- He perdido completamente el interés en el sexo.

¡Gracias, por participar!

Enviar

Borrar formulario

ANEXO N° 7. Ficha técnica del Inventario de Estrés Académico SISCO

---

**Inventario de Estrés Académico SISCO**

---

<b>Nombre:</b>	Inventario de Estrés Académico SISCO.
<b>Autores:</b>	Arturo Barraza Macías
<b>Año en la que se publicó:</b>	2006
<b>Administración:</b>	Colectiva e individual.
<b>Duración:</b>	De 10 a 15 minutos
<b>Aplicación:</b>	Estudiantes de educación media superior, superior y de postgrados en su periodo de estudio.
<b>Significación:</b>	Evaluar tener conocimiento de las cualidades del estrés que suelen experimentar los estudiantes

---

## ANEXO N° 8. Inventario de Estrés Académico SISCO

### Inventario SISCO de estrés académico

#### Instrucciones

El presente cuestionario tiene como principal objetivo, reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes.

A continuación, lea detenidamente cada uno de los ítems que se le presenta, no hay respuestas correctas ni incorrectas, únicamente marque la casilla con la opción que considere más pertinente en relación a las situaciones vivenciadas durante el desarrollo de sus clases presenciales en el presente año.

La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales.

[Iniciar sesión en Google](#) para guardar lo que llevas hecho. [Más información](#)

\*Obligatorio

Edad \*

Tu respuesta

Sexo \*

Tu respuesta

Nombre del Colegio \*

Tu respuesta

Grado y sección \*

Tu respuesta

Lugar de nacimiento \*

Tu respuesta

1.- Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo? \*

Sí

No

En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “si”, pasa a la pregunta número dos y continua con el resto de las preguntas.

2.- Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 \*  
señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

3.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietan las siguientes situaciones: \*

	Nunca	Rara vez	Alguna vez	Casi Siempre	Siempre
La competencia con los compañeros del grupo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
La sobrecarga de tareas y trabajos escolares	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
La personalidad y el carácter del profesor	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

No entender los temas que se abordan en las clases	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
--	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

La participación en clases (responder a preguntas, exposiciones, etc.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
--	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

El tiempo limitado para hacer el trabajo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
--	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

Otras \_\_\_\_\_ (No es necesario llenar este apartado) (Nunca, Rara vez, Algunas veces, Casi siempre, Siempre)

Tu respuesta \_\_\_\_\_

4.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tienes las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estas preocupado o nervioso durante el desarrollo de tus clases presenciales.

Reacciones físicas \*

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fatiga crónica (cansancio permanente)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Dolores de cabeza o migrañas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
---	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

Somnolencia o mayor necesidad de dormir	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
---	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

Reacciones psicológicas \*

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ansiedad, angustia o desesperación.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Problemas de concentración	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Reacciones comportamentales \*

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Aislamiento de los demás	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Desgano para realizar las labores académicas

Aumento o reducción del consumo de alimentos

Otras \_\_\_\_\_ (No es necesario llenar este apartado) (Nunca, Rara vez, Algunas veces, Casi siempre, Siempre)

Tu respuesta \_\_\_\_\_

5.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizas las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causa la preocupación o el nerviosismo durante el desarrollo de tus clases presenciales. \*

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Elogios a sí mismo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Búsqueda de información sobre la situación	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Ventilación y  
confidencias  
(verbalización  
de la situación  
que preocupa)

Otras \_\_\_\_\_ (No es necesario llenar este apartado) (Nunca, Rara vez,  
Algunas veces, Casi siempre, Siempre)

Tu respuesta \_\_\_\_\_

**!Gracias, por tu participación!**

**Enviar**

Borrar formulario



ANEXO N° 9. Evaluación de expertos del Inventario de Depresión Beck II- (BDI-II)



UNIVERSIDAD  
PRIVADA DEL NORTE

TALLER DE TESIS 2

**MATRIZ PARA EVALUACIÓN DE EXPERTOS**

<b>Título de la investigación:</b>	"Depresión y estrés académico en el entorno educativo presencial en estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria del colegio Antonio Raimondi durante el año 2022"		
<b>Línea de investigación:</b>	Salud pública y poblaciones vulnerables.		
<b>Apellidos y nombres del experto:</b>	Lic. Montenegro Cardoso Bruno.		
<b>El instrumento de medición pertenece a la variable:</b>	Depresión		

Mediante la matriz de evaluación de expertos, Ud. tiene la facultad de evaluar cada una de las preguntas marcando con una "x" en las columnas de SÍ o NO. Asimismo, le exhortamos en la corrección de los ítems, indicando sus observaciones y/o sugerencias, con la finalidad de mejorar la coherencia de las preguntas sobre la variable en estudio.

Items	Preguntas	Aprecia		Observaciones
		SÍ	NO	
1	¿El instrumento de medición presenta el diseño adecuado?	x		<i>Añaden que no hay respuestas correctas ni incorrectas</i>
2	¿El instrumento de recolección de datos tiene relación con el título de la investigación?	x		
3	¿En el instrumento de recolección de datos se mencionan las variables de investigación?	x		
4	¿El instrumento de recolección de datos facilitará el logro de los objetivos de la investigación?	x		
5	¿El instrumento de recolección de datos se relaciona con las variables de estudio?	x		
6	¿La redacción de las preguntas tienen un sentido coherente y no están sesgadas?	x		
7	¿Cada una de las preguntas del instrumento de medición se relaciona con cada uno de los elementos de los indicadores?	x		
8	¿El diseño del instrumento de medición facilitará el análisis y procesamiento de datos?	x		
9	¿Son entendibles las alternativas de respuesta del instrumento de medición?	x		
10	¿El instrumento de medición será accesible a la población sujeto de estudio?	x		
11	¿El instrumento de medición es claro, preciso y sencillo de responder para, de esta manera, obtener los datos requeridos?	x		

**Sugerencias:**

**Firma del experto:**



Módulo 01

pág. 1

**MATRIZ PARA EVALUACIÓN DE EXPERTOS**

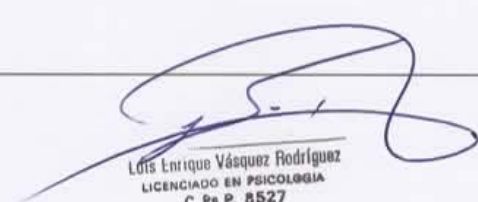
<b>Título de la investigación:</b>	“Depresión y estrés académico en el entorno educativo presencial en estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria del colegio Antonio Raimondi durante el año 2022”
<b>Línea de investigación:</b>	Salud pública y poblaciones vulnerables.
<b>Apellidos y nombres del experto:</b>	Dr. Vásquez Rodríguez Luis.
<b>El instrumento de medición pertenece a la variable:</b>	Depresión

Mediante la matriz de evaluación de expertos, Ud. tiene la facultad de evaluar cada una de las preguntas marcando con una “x” en las columnas de SÍ o NO. Asimismo, le exhortamos en la corrección de los ítems, indicando sus observaciones y/o sugerencias, con la finalidad de mejorar la coherencia de las preguntas sobre la variable en estudio.

Ítems	Preguntas	Aprecia		Observaciones
		SÍ	NO	
1	¿El instrumento de medición presenta el diseño adecuado?	✓		
2	¿El instrumento de recolección de datos tiene relación con el título de la investigación?	✓		
3	¿En el instrumento de recolección de datos se mencionan las variables de investigación?	✓		
4	¿El instrumento de recolección de datos facilitará el logro de los objetivos de la investigación?	✓		
5	¿El instrumento de recolección de datos se relaciona con las variables de estudio?	✓		
6	¿La redacción de las preguntas tienen un sentido coherente y no están sesgadas?	✓		
7	¿Cada una de las preguntas del instrumento de medición se relaciona con cada uno de los elementos de los indicadores?	✓		
8	¿El diseño del instrumento de medición facilitará el análisis y procesamiento de datos?	✓		
9	¿Son entendibles las alternativas de respuesta del instrumento de medición?	✓		
10	¿El instrumento de medición será accesible a la población sujeto de estudio?	✓		
11	¿El instrumento de medición es claro, preciso y sencillo de responder para, de esta manera, obtener los datos requeridos?	✓		

**Sugerencias:**

**Firma del experto:**

  
Luis Enrique Vásquez Rodríguez  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA  
C. P. P. 8527

**MATRIZ PARA EVALUACIÓN DE EXPERTOS**

<b>Título de la investigación:</b>	“Depresión y estrés académico en el entorno educativo presencial en estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria del colegio Antonio Raimondi durante el año 2022”
<b>Línea de investigación:</b>	Salud pública y poblaciones vulnerables.
<b>Apellidos y nombres del experto:</b>	Mg. Sisniegas Noriega Yessica.
<b>El instrumento de medición pertenece a la variable:</b>	Depresión

Mediante la matriz de evaluación de expertos, Ud. tiene la facultad de evaluar cada una de las preguntas marcando con una “x” en las columnas de SÍ o NO. Asimismo, le exhortamos en la corrección de los ítems, indicando sus observaciones y/o sugerencias, con la finalidad de mejorar la coherencia de las preguntas sobre la variable en estudio.

Ítems	Preguntas	Aprecia		Observaciones
		SÍ	NO	
1	¿El instrumento de medición presenta el diseño adecuado?	x		
2	¿El instrumento de recolección de datos tiene relación con el título de la investigación?	x		
3	¿En el instrumento de recolección de datos se mencionan las variables de investigación?	x		
4	¿El instrumento de recolección de datos facilitará el logro de los objetivos de la investigación?	x		
5	¿El instrumento de recolección de datos se relaciona con las variables de estudio?	x		
6	¿La redacción de las preguntas tienen un sentido coherente y no están sesgadas?	x		
7	¿Cada una de las preguntas del instrumento de medición se relaciona con cada uno de los elementos de los indicadores?	x		
8	¿El diseño del instrumento de medición facilitará el análisis y procesamiento de datos?	x		
9	¿Son entendibles las alternativas de respuesta del instrumento de medición?	x		
10	¿El instrumento de medición será accesible a la población sujeto de estudio?	x		
11	¿El instrumento de medición es claro, preciso y sencillo de responder para, de esta manera, obtener los datos requeridos?	x		

Sugerencias:

Firma del experto:

 **I.E.P. ANTONIO RAIMONDI**  
  
 Pa. Yessica Flórez Sisniegas Noriega  
 Psicología y Coaching Académico

**MATRIZ PARA EVALUACIÓN DE EXPERTOS**

<b>Título de la Investigación:</b>	"Depresión y estrés académico en el entorno educativo presencial en estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria del colegio Antonio Raimondi durante el año 2022"
<b>Línea de Investigación:</b>	Salud pública y poblaciones vulnerables.
<b>Apellidos y nombres del experto:</b>	Mg. Mora Balta Janine.
<b>El instrumento de medición pertenece a la variable:</b>	Depresión

Mediante la matriz de evaluación de expertos, Ud. tiene la facultad de evaluar cada una de las preguntas marcando con una "x" en las columnas de SÍ o NO. Asimismo, le exhortamos en la corrección de los ítems, indicando sus observaciones y/o sugerencias, con la finalidad de mejorar la coherencia de las preguntas sobre la variable en estudio.

Ítems	Preguntas	Aprecia		Observaciones
		SÍ	NO	
1	¿El instrumento de medición presenta el diseño adecuado?	/		
2	¿El instrumento de recolección de datos tiene relación con el título de la investigación?	/		
3	¿En el instrumento de recolección de datos se mencionan las variables de investigación?	/		
4	¿El instrumento de recolección de datos facilitará el logro de los objetivos de la investigación?	/		
5	¿El instrumento de recolección de datos se relaciona con las variables de estudio?	/		
6	¿La redacción de las preguntas tienen un sentido coherente y no están sesgadas?	/		
7	¿Cada una de las preguntas del instrumento de medición se relaciona con cada uno de los elementos de los indicadores?	/		
8	¿El diseño del instrumento de medición facilitará el análisis y procesamiento de datos?	/		
9	¿Son entendibles las alternativas de respuesta del instrumento de medición?	/		
10	¿El instrumento de medición será accesible a la población sujeto de estudio?	/		
11	¿El instrumento de medición es claro, preciso y sencillo de responder para, de esta manera, obtener los datos requeridos?	/		

**Sugerencias:**

**Firma del experto:**



**MATRIZ PARA EVALUACIÓN DE EXPERTOS**

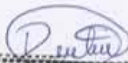
<b>Título de la investigación:</b>	"Depresión y estrés académico en el entorno educativo presencial en estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria del colegio Antonio Raimondi durante el año 2022"
<b>Línea de investigación:</b>	Salud pública y poblaciones vulnerables.
<b>Apellidos y nombres del experto:</b>	Lic. Navarrete Quito Diana.
<b>El instrumento de medición pertenece a la variable:</b>	Depresión

Mediante la matriz de evaluación de expertos, Ud. tiene la facultad de evaluar cada una de las preguntas marcando con una "x" en las columnas de SÍ o NO. Asimismo, le exhortamos en la corrección de los items, indicando sus observaciones y/o sugerencias, con la finalidad de mejorar la coherencia de las preguntas sobre la variable en estudio.


Items	Preguntas	Aprecia		Observaciones
		SÍ	NO	
1	¿El instrumento de medición presenta el diseño adecuado?	X		
2	¿El instrumento de recolección de datos tiene relación con el título de la investigación?	X		
3	¿En el instrumento de recolección de datos se mencionan las variables de investigación?	X		
4	¿El instrumento de recolección de datos facilitará el logro de los objetivos de la investigación?	X		
5	¿El instrumento de recolección de datos se relaciona con las variables de estudio?	X		
6	¿La redacción de las preguntas tienen un sentido coherente y no están sesgadas?	X		
7	¿Cada una de las preguntas del instrumento de medición se relaciona con cada uno de los elementos de los indicadores?	X		
8	¿El diseño del instrumento de medición facilitará el análisis y procesamiento de datos?	X		
9	¿Son entendibles las alternativas de respuesta del instrumento de medición?	X		
10	¿El instrumento de medición será accesible a la población sujeto de estudio?	X		
11	¿El instrumento de medición es claro, preciso y sencillo de responder para, de esta manera, obtener los datos requeridos?	X		

**Sugerencias:**

**Firma del experto:**

  
 Diana E. Navarrete Quito  
 Lic. PSICOLOGIA  
 C.P.S.P. N° 33001

ANEXO N° 10. Evaluación de expertos del Inventario de Estrés Académico SISCO



UNIVERSIDAD  
PRIVADA DEL NORTE

TALLER DE TESIS 2

**MATRIZ PARA EVALUACIÓN DE EXPERTOS**


<b>Título de la investigación:</b>	“Depresión y estrés académico en el entorno educativo presencial en estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria del colegio Antonio Raimondi durante el año 2022”		
<b>Línea de investigación:</b>	Salud pública y poblaciones vulnerables.		
<b>Apellidos y nombres del experto:</b>	Lic. Montenegro Cardoso Bruno.		
<b>El instrumento de medición pertenece a la variable:</b>	Estrés Académico		

Mediante la matriz de evaluación de expertos, Ud. tiene la facultad de evaluar cada una de las preguntas marcando con una “x” en las columnas de SÍ o NO. Asimismo, le exhortamos en la corrección de los ítems, indicando sus observaciones y/o sugerencias, con la finalidad de mejorar la coherencia de las preguntas sobre la variable en estudio.

Items	Preguntas	Aprecia		Observaciones
		SÍ	NO	
1	¿El instrumento de medición presenta el diseño adecuado?	X		<i>Armeda que no hay respuesta correcta ni incorrecta.</i>
2	¿El instrumento de recolección de datos tiene relación con el título de la investigación?	X		
3	¿En el instrumento de recolección de datos se mencionan las variables de investigación?	X		
4	¿El instrumento de recolección de datos facilitará el logro de los objetivos de la investigación?	X		
5	¿El instrumento de recolección de datos se relaciona con las variables de estudio?	X		
6	¿La redacción de las preguntas tienen un sentido coherente y no están sesgadas?	X		
7	¿Cada una de las preguntas del instrumento de medición se relaciona con cada uno de los elementos de los indicadores?	X		
8	¿El diseño del instrumento de medición facilitará el análisis y procesamiento de datos?	X		<i>Evaluas alternativa de "otra"</i>
9	¿Son entendibles las alternativas de respuesta del instrumento de medición?	X		
10	¿El instrumento de medición será accesible a la población sujeto de estudio?	X		
11	¿El instrumento de medición es claro, preciso y sencillo de responder para, de esta manera, obtener los datos requeridos?	X		

**Sugerencias:**

**Firma del experto:**



Módulo 01

pág. 2

**MATRIZ PARA EVALUACIÓN DE EXPERTOS**

<b>Título de la investigación:</b>	"Depresión y estrés académico en el entorno educativo presencial en estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria del colegio Antonio Raimondi durante el año 2022"
<b>Línea de investigación:</b>	Salud pública y poblaciones vulnerables.
<b>Apellidos y nombres del experto:</b>	Dr. Vásquez Rodríguez Luis.
<b>El instrumento de medición pertenece a la variable:</b>	Estrés Académico

Mediante la matriz de evaluación de expertos, Ud. tiene la facultad de evaluar cada una de las preguntas marcando con una "x" en las columnas de SÍ o NO. Asimismo, le exhortamos en la corrección de los ítems, indicando sus observaciones y/o sugerencias, con la finalidad de mejorar la coherencia de las preguntas sobre la variable en estudio.

Ítems	Preguntas	Aprecia		Observaciones
		SÍ	NO	
1	¿El instrumento de medición presenta el diseño adecuado?	✓		
2	¿El instrumento de recolección de datos tiene relación con el título de la investigación?	✓		
3	¿En el instrumento de recolección de datos se mencionan las variables de investigación?	✓		
4	¿El instrumento de recolección de datos facilitará el logro de los objetivos de la investigación?	✓		
5	¿El instrumento de recolección de datos se relaciona con las variables de estudio?	✓		
6	¿La redacción de las preguntas tienen un sentido coherente y no están sesgadas?	✓		
7	¿Cada una de las preguntas del instrumento de medición se relaciona con cada uno de los elementos de los indicadores?	✓		
8	¿El diseño del instrumento de medición facilitará el análisis y procesamiento de datos?	✓		
9	¿Son entendibles las alternativas de respuesta del instrumento de medición?	✓		
10	¿El instrumento de medición será accesible a la población sujeto de estudio?	✓		
11	¿El instrumento de medición es claro, preciso y sencillo de responder para, de esta manera, obtener los datos requeridos?	✓		

**Sugerencias:**

**Firma del experto:**

*Luis Enrique Vásquez Rodríguez*  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA  
C. P.S.P. 3527

**MATRIZ PARA EVALUACIÓN DE EXPERTOS**


<b>Título de la investigación:</b>	“Depresión y estrés académico en el entorno educativo presencial en estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria del colegio Antonio Raimondi durante el año 2022”
<b>Línea de investigación:</b>	Salud pública y poblaciones vulnerables.
<b>Apellidos y nombres del experto:</b>	Mg. Sisniegas Noriega Yessica.
<b>El instrumento de medición pertenece a la variable:</b>	Estrés Académico

Mediante la matriz de evaluación de expertos, Ud. tiene la facultad de evaluar cada una de las preguntas marcando con una “x” en las columnas de SÍ o NO. Asimismo, le exhortamos en la corrección de los ítems, indicando sus observaciones y/o sugerencias, con la finalidad de mejorar la coherencia de las preguntas sobre la variable en estudio.

Items	Preguntas	Aprecia		Observaciones
		SÍ	NO	
1	¿El instrumento de medición presenta el diseño adecuado?	X		
2	¿El instrumento de recolección de datos tiene relación con el título de la investigación?	X		
3	¿En el instrumento de recolección de datos se mencionan las variables de investigación?	X		
4	¿El instrumento de recolección de datos facilitará el logro de los objetivos de la investigación?	X		
5	¿El instrumento de recolección de datos se relaciona con las variables de estudio?	X		
6	¿La redacción de las preguntas tienen un sentido coherente y no están sesgadas?	X		
7	¿Cada una de las preguntas del instrumento de medición se relaciona con cada uno de los elementos de los indicadores?	X		
8	¿El diseño del instrumento de medición facilitará el análisis y procesamiento de datos?	X		
9	¿Son entendibles las alternativas de respuesta del instrumento de medición?	X		
10	¿El instrumento de medición será accesible a la población sujeto de estudio?	X		
11	¿El instrumento de medición es claro, preciso y sencillo de responder para, de esta manera, obtener los datos requeridos?	X		

**Sugerencias:**

**Firma del experto:**

**I.E.P. ANTONIO RAIMONDI**  
  
 Mg. Yessica Florencia Sisniegas Noriega  
 Psicología y Coaching Académico



**MATRIZ PARA EVALUACIÓN DE EXPERTOS**

<b>Título de la investigación:</b>	“Depresión y estrés académico en el entorno educativo presencial en estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria del colegio Antonio Raimondi durante el año 2022”
<b>Línea de investigación:</b>	Salud pública y poblaciones vulnerables.
<b>Apellidos y nombres del experto:</b>	Mg. Mora Balta Janine.
<b>El instrumento de medición pertenece a la variable:</b>	Estrés Académico

Mediante la matriz de evaluación de expertos, Ud. tiene la facultad de evaluar cada una de las preguntas marcando con una “x” en las columnas de SÍ o NO. Asimismo, le exhortamos en la corrección de los ítems, indicando sus observaciones y/o sugerencias, con la finalidad de mejorar la coherencia de las preguntas sobre la variable en estudio.

Ítems	Preguntas	Aprecia		Observaciones
		SÍ	NO	
1	¿El instrumento de medición presenta el diseño adecuado?	/		
2	¿El instrumento de recolección de datos tiene relación con el título de la investigación?	/		
3	¿En el instrumento de recolección de datos se mencionan las variables de investigación?	/		
4	¿El instrumento de recolección de datos facilitará el logro de los objetivos de la investigación?	/		
5	¿El instrumento de recolección de datos se relaciona con las variables de estudio?	/		
6	¿La redacción de las preguntas tienen un sentido coherente y no están sesgadas?	/		
7	¿Cada una de las preguntas del instrumento de medición se relaciona con cada uno de los elementos de los indicadores?	/		
8	¿El diseño del instrumento de medición facilitará el análisis y procesamiento de datos?	/		
9	¿Son entendibles las alternativas de respuesta del instrumento de medición?	/		
10	¿El instrumento de medición será accesible a la población sujeto de estudio?	/		
11	¿El instrumento de medición es claro, preciso y sencillo de responder para, de esta manera, obtener los datos requeridos?	/		

Sugerencias:

Firma del experto:

**MATRIZ PARA EVALUACIÓN DE EXPERTOS**

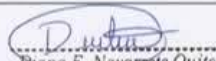
<b>Título de la investigación:</b>	"Depresión y estrés académico en el entorno educativo presencial en estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria del colegio Antonio Raimondi durante el año 2022"
<b>Línea de investigación:</b>	Salud pública y poblaciones vulnerables.
<b>Apellidos y nombres del experto:</b>	Lic. Navarrete Quito Diana.
<b>El instrumento de medición pertenece a la variable:</b>	Estrés Académico

Mediante la matriz de evaluación de expertos, Ud. tiene la facultad de evaluar cada una de las preguntas marcando con una "x" en las columnas de SÍ o NO. Asimismo, le exhortamos en la corrección de los ítems, indicando sus observaciones y/o sugerencias, con la finalidad de mejorar la coherencia de las preguntas sobre la variable en estudio.

Items	Preguntas	Aprecia		Observaciones
		SÍ	NO	
1	¿El instrumento de medición presenta el diseño adecuado?	X		
2	¿El instrumento de recolección de datos tiene relación con el título de la investigación?	X		
3	¿En el instrumento de recolección de datos se mencionan las variables de investigación?	X		
4	¿El instrumento de recolección de datos facilitará el logro de los objetivos de la investigación?	X		
5	¿El instrumento de recolección de datos se relaciona con las variables de estudio?	X		
6	¿La redacción de las preguntas tienen un sentido coherente y no están sesgadas?	X		
7	¿Cada una de las preguntas del instrumento de medición se relaciona con cada uno de los elementos de los indicadores?	X		
8	¿El diseño del instrumento de medición facilitará el análisis y procesamiento de datos?	X		
9	¿Son entendibles las alternativas de respuesta del instrumento de medición?	X		
10	¿El instrumento de medición será accesible a la población sujeto de estudio?	X		
11	¿El instrumento de medición es claro, preciso y sencillo de responder para, de esta manera, obtener los datos requeridos?	X		

**Sugerencias:**

**Firma del experto:**



Diana E. Navarrete Quito  
LIC. PSICOLOGÍA  
C P s. P. N° 33301

ANEXO N° 11. Documento de solicitud para la prueba piloto



DA/P-0044-2022

Cajamarca, 26 de abril del 2022

Sr.  
**Wilson Remberto Chávez Barrantes**  
**Director**  
**I.E.P. Alexander Von Humboldt**

**Presente. -**

Es grato dirigirme a usted en nombre de la Universidad Privada del Norte sede Cajamarca, para saludarle cordialmente y al mismo tiempo presentarle a nuestros estudiantes del noveno ciclo de la Carrera de Psicología quienes lleva el curso de Tesis 2. los cuales solicitan Permiso para la aplicación de 2 Pruebas psicológicas a los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria con fines netamente académicos que contribuirán con la investigación denominada "Depresión y estrés académico en el entorno educativo presencial en estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria". Cabe recalcar que toda información que se brinde a nuestros estudiantes tiene fines estrictamente académicos.

Los estudiantes que tiene a cargo este trabajo son:

Apellidos y Nombres	Código
Micaela Noemí Carrasco Guerrero	N00182930
Shirley Aracely Mendoza Chugnas	N00170836

Agradezco por anticipado la atención que brinde a la presente.

  
**Edén Castañeda Valdivia**  
Coordinador Carrera de Psicología  
UPN – CAJAMARCA

  
MINISTERIO DE EDUCACIÓN GOBIERNO REGIONAL CAJAMARCA  
DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN  
I.E.P. "ALEXANDER VON HUMBOLDT"  
SECRETARIA  
CAJAMARCA

  
**Zoila Mónica Vefarde Reyes**  
SECRETARIA

## ANEXO N° 12. Análisis de confiabilidad Inventario SSICO y Escala de Depresión de

Beck en IBM SPSS VS26

**Inventario SISCO**
**Resumen de procesamiento de casos**

		N	%
	Válido	32	100,0
Casos	Excluido <sup>a</sup>	0	,0
	Total	32	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

**Estadísticas de fiabilidad**

Alfa de Cronbach	N de elementos
,846	29

**Escala de Depresión de Beck**
**Resumen de procesamiento de casos**


		N	%
	Válido	32	100,0
Casos	Excluido <sup>a</sup>	0	,0
	Total	32	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

**Estadísticas de fiabilidad**

Alfa de Cronbach	N de elementos
,691	21

ANEXO N° 13. Documento de solicitud para aplicar las pruebas de la investigación



**UPN**  
UNIVERSIDAD  
PRIVADA  
DEL NORTE

DA/P-00031-2023

Cajamarca, 28 agosto del 2023

**Sr.  
Miguel Tafur Rabanal  
Director  
I.E.P. Josemaría Escrivá De Balaguer**

Presente. -

Es grato dirigirme a usted en nombre de la Universidad Privada del Norte sede Cajamarca, para saludarle cordialmente y al mismo tiempo presentarle a nuestros egresados de la Carrera de Psicología, los cuales Solicitan permiso para aplicar dos pruebas psicológicas a los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria, con fines de obtener información para el desarrollo de nuestra tesis. Cabe recalcar que toda información que se brinde a nuestros egresados tiene fines estrictamente académicos.

Los egresados que tiene a cargo este trabajo son:

Nombres y Apellidos	Código
Micaela Noemí Carrasco Guerrero	N00182930
Shirley Aracely Mendoza Chugnas	N00170836

Agradezco por anticipado la atención que brinde a la presente.



**Edén Castañeda Valdivia**  
Coordinador Carrera de Psicología  
UPN - CAJAMARCA



INSTITUCION EDUCATIVA PARTICULAR  
JOSEMARIA ESCRIVA DE BALAGUER  
CAJAMARCA  
31 AGO. 2023  
**RECIBIDO**  
Hora: 8:36  
Firma: [Signature]



## ANEXO N° 14. Consentimiento informado

### CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PADRES

#### ““DEPRESIÓN Y ESTRÉS ACADÉMICO EN EL ENTORNO EDUCATIVO PRESENCIAL EN ESTUDIANTES DE CUARTO Y QUINTO AÑO DE SECUNDARIA DEL COLEGIO JOSEMARÍA ESCRIVÁ DE BALAGUER DURANTE EL AÑO 2023””

- **Propósito de la investigación:**  
Determinar la relación que existe entre la depresión y el estrés académico en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria del colegio “Josemaría Escrivá de Balaguer” en el año 2023.
- **Población estudiada:**  
Estudiantes de 4° y 5° grado de secundaria de la I.E.P. “Josemaría Escrivá de Balaguer”.
- **¿En qué consiste el procedimiento?**
  - Le entregaremos DOS formularios: **Inventario de depresión de Beck II** y **Inventario de Estrés Académico (SISCO)**, los cuales contienen diversas preguntas para que los alumnos las contesten de forma individual.
  - En ambos casos se mantendrá el anonimato y la información brindada será reservada.
  - Se realizará de forma voluntaria con previa aceptación del presente consentimiento.
  - Si deciden no participar en el estudio, esto no perjudicará en nada a sus hijos y/o hijas, tampoco va a influir en el colegio.
- **Riesgos:**  
El estudio cuenta con el permiso de la Institución Educativa y no conlleva ningún riesgo hacia su salud, ni la vulneración de sus derechos individuales; además la identidad de los participantes se mantendrá en el anonimato y la información obtenida será de uso exclusivo para el presente trabajo de investigación.

#### AUTORIZACIÓN

He leído el procedimiento descrito arriba. Entonces voluntariamente:

- SÍ** deseo que mi hijo/a participe.
- NO** deseo que mi hijo/a participe.

## ANEXO N° 15. Asentimiento informado

### ASENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES

#### “DEPRESIÓN Y ESTRÉS ACADÉMICO EN EL ENTORNO EDUCATIVO PRESENCIAL EN ESTUDIANTES DE CUARTO Y QUINTO AÑO DE SECUNDARIA DEL COLEGIO JOSEMARÍA ESCRIVÁ DE BALAGUER DURANTE EL AÑO 2023”

- **Propósito de la investigación:**  
Determinar la relación que existe entre la depresión y el estrés académico en el entorno de educación presencial en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria del colegio “Josemaría Escrivá de Balaguer” en el año 2023.
- **Población estudiada:**  
Estudiantes de 4° y 5° grado de secundaria de la I.E.P. “Josemaría Escrivá de Balaguer”.
- **¿En qué consiste el procedimiento?**
  - Le entregaremos DOS formularios: **Inventario de depresión de Beck II e Inventario de Estrés Académico (SISCO)**, los cuales contienen diversas preguntas para que las contesten de forma individual.
  - En ambos casos se mantendrá el anonimato y la información brindada será reservada.
  - Si deciden no participar en el estudio no los perjudicará en nada, tampoco va a influir en el colegio.
- **Riesgos:**  
El estudio cuenta con el permiso de la Institución Educativa y no conlleva ningún riesgo hacia su salud, ni la vulneración de sus derechos individuales; además la identidad de los participantes se mantendrá en el anonimato y la información obtenida será de uso exclusivo para el presente trabajo de investigación.

#### AUTORIZACIÓN

He leído el procedimiento descrito arriba. Entonces voluntariamente:

- SÍ** deseo participar.
- NO** deseo participar.

















### Inventario de Estrés Académico (SISCO)

Edad	Sexo	Nombre del Colegio	Grado y sección	Lugar de nacimiento	1.- Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?	2.- Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.	3.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietan las siguientes situaciones: [La competencia con los compañeros del grupo]	3.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietan las siguientes situaciones: [La sobrecarga de tareas y trabajos escolares]	3.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietan las siguientes situaciones: [La personalidad y el carácter del profesor]	3.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietan las siguientes situaciones: [Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)]
15	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	4	Casi Siempre	Alguna veces	Alguna veces	Casi Siempre
16	Femenino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	4	Rara vez	Casi Siempre	Alguna veces	Siempre
15	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	4	Rara vez	Siempre	Alguna veces	Siempre
16	Femenino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	4	Alguna veces	Siempre	Siempre	Siempre
16	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	3	Alguna veces	Casi Siempre	Alguna veces	Casi Siempre
16	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	4	Casi Siempre	Casi Siempre	Alguna veces	Siempre
15	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	4	Casi Siempre	Casi Siempre	Rara vez	Siempre
16	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	4	Alguna veces	Casi Siempre	Rara vez	Siempre
15	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	4	Casi Siempre	Siempre	Casi Siempre	Siempre
16	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	4	Casi Siempre	Siempre	Alguna veces	Siempre
16	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	4	Casi Siempre	Casi Siempre	Casi Siempre	Siempre
16	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	4	Siempre	Siempre	Nunca	Siempre
15	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	4	Casi Siempre	Casi Siempre	Casi Siempre	Siempre
15	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	4	Rara vez	Siempre	Alguna veces	Siempre
15	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	4	Nunca	Siempre	Casi Siempre	Casi Siempre
15	Femenino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	4	Rara vez	Siempre	Alguna veces	Siempre
15	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	4	Rara vez	Casi Siempre	Casi Siempre	Siempre
15	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	4	Alguna veces	Siempre	Casi Siempre	Siempre
15	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	4	Rara vez	Siempre	Alguna veces	Siempre
16	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	4	Alguna veces	Siempre	Casi Siempre	Siempre
15	Femenino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	4	Rara vez	Siempre	Alguna veces	Siempre
15	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	4	Rara vez	Casi Siempre	Casi Siempre	Siempre
16	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	4*	Cajamarca	Sí	4	Rara vez	Casi Siempre	Alguna veces	Siempre
16	Femenino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	5	Alguna veces	Siempre	Siempre	Siempre
16	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	2	Rara vez	Rara vez	Rara vez	Rara vez
18	Femenino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	4	Rara vez	Casi Siempre	Alguna veces	Siempre
16	Femenino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	3	Rara vez	Alguna veces	Rara vez	Rara vez
16	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	2	Rara vez	Rara vez	Nunca	Casi Siempre
16	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	5	Casi Siempre	Rara vez	Nunca	Casi Siempre
16	Femenino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	3	Rara vez	Alguna veces	Rara vez	Alguna veces
17	Femenino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	3	Alguna veces	Alguna veces	Rara vez	Alguna veces
16	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	3	Rara vez	Casi Siempre	Siempre	Alguna veces
16	Femenino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	3	Nunca	Rara vez	Rara vez	Alguna veces
16	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	3	Alguna veces	Casi Siempre	Nunca	Casi Siempre
16	Femenino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	3	Casi Siempre	Alguna veces	Alguna veces	Casi Siempre
16	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	3	Rara vez	Casi Siempre	Alguna veces	Casi Siempre
16	Femenino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	3	Rara vez	Alguna veces	Nunca	Alguna veces
16	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	3	Nunca	Rara vez	Alguna veces	Alguna veces
16	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	2	Rara vez	Alguna veces	Rara vez	Alguna veces
16	Femenino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	3	Rara vez	Rara vez	Rara vez	Alguna veces
17	Femenino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	3	Rara vez	Alguna veces	Nunca	Casi Siempre
16	Femenino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	3	Alguna veces	Alguna veces	Rara vez	Casi Siempre
17	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	2	Casi Siempre	Alguna veces	Rara vez	Rara vez
16	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	3	Alguna veces	Casi Siempre	Rara vez	Alguna veces
16	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	3	Rara vez	Alguna veces	Alguna veces	Casi Siempre
16	Femenino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	2	Rara vez	Casi Siempre	Alguna veces	Siempre
16	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	4	Rara vez	Casi Siempre	Alguna veces	Casi Siempre
17	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	2	Alguna veces	Rara vez	Nunca	Rara vez
16	Femenino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	3	Alguna veces	Casi Siempre	Alguna veces	Alguna veces
16	Femenino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	4	Nunca	Casi Siempre	Siempre	Alguna veces
16	Masculino	Josemaría Escríva de Balguer	5* Secundaria	Cajamarca	Sí	3	Alguna veces	Casi Siempre	Alguna veces	Casi Siempre



3.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietan las siguientes situaciones: [El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)]	3.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietan las siguientes situaciones: [No entender los temas que se abordan en las clases]	3.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietan las siguientes situaciones: [La participación en clases (responder a preguntas, exposiciones, etc.)]	3.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietan las siguientes situaciones: [El tiempo limitado para hacer el trabajo]	Otras _____ [No es necesario tener este apartado] (Nunca, Rara vez, Algunas veces, Casi siempre, Siempre)	Reacciones físicas [Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)]	Reacciones físicas [Fatiga crónica (cansancio permanente)]	Reacciones físicas [Dolores de cabeza o migrañas]	Reacciones físicas [Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea]	Reacciones físicas [Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.]	Reacciones físicas [Somnolencia o mayor necesidad de dormir]
Alguna veces	Alguna veces	Rara vez	Alguna veces		Algunas veces	Rara vez	Algunas veces	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre
Siempre	Casi Siempre	Rara vez	Casi Siempre		Casi siempre	Algunas veces	Casi siempre	Algunas veces	Casi siempre	Algunas veces
Casi Siempre	Casi Siempre	Rara vez	Casi Siempre		Casi siempre	Algunas veces	Casi siempre	Rara vez	Algunas veces	Algunas veces
Casi Siempre	Siempre	Casi Siempre	Alguna veces		Casi siempre	Algunas veces	Casi siempre	Rara vez	Casi siempre	Siempre
Casi Siempre	Alguna veces	Rara vez	Alguna veces		Casi siempre	Algunas veces	Algunas veces	Rara vez	Algunas veces	Algunas veces
Casi Siempre	Alguna veces	Casi Siempre	Alguna veces		Casi siempre	Algunas veces	Algunas veces	Nunca	Casi siempre	Algunas veces
Casi Siempre	Alguna veces	Rara vez	Alguna veces		Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Nunca	Algunas veces	Algunas veces
Siempre	Siempre	Alguna veces	Casi Siempre		Siempre	Siempre	Siempre	Nunca	Casi siempre	Siempre
Siempre	Siempre	Casi Siempre	Siempre		Algunas veces	Casi siempre	Siempre	Casi siempre	Siempre	Siempre
Siempre	Alguna veces	Siempre	Casi Siempre		Casi siempre	Algunas veces	Casi siempre	Rara vez	Casi siempre	Casi siempre
Siempre	Casi Siempre	Casi Siempre	Casi Siempre		Casi siempre	Algunas veces	Casi siempre	Nunca	Algunas veces	Algunas veces
Siempre	Siempre	Casi Siempre	Siempre		Algunas veces	Algunas veces	Casi siempre	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces
Siempre	Siempre	Casi Siempre	Siempre		Siempre	Siempre	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Siempre
Siempre	Casi Siempre	Casi Siempre	Casi Siempre		Casi siempre	Algunas veces	Casi siempre	Nunca	Algunas veces	Algunas veces
Siempre	Casi Siempre	Casi Siempre	Casi Siempre		Casi siempre	Algunas veces	Casi siempre	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces
Siempre	Casi Siempre	Siempre	Siempre		Algunas veces	Casi siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Siempre	Casi Siempre	Alguna veces	Casi Siempre		Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Rara vez	Casi siempre	Casi siempre
Casi Siempre	Nunca	Nunca	Casi Siempre		Algunas veces	Algunas veces	Casi siempre	Rara vez	Casi siempre	Casi siempre
Siempre	Alguna veces	Rara vez	Casi Siempre		Rara vez	Casi siempre	Casi siempre	Rara vez	Algunas veces	Algunas veces
Siempre	Casi Siempre	Alguna veces	Casi Siempre		Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Rara vez	Algunas veces	Algunas veces
Siempre	Alguna veces	Casi Siempre	Casi Siempre		Algunas veces	Casi siempre	Casi siempre	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre
Siempre	Alguna veces	Siempre	Casi Siempre		Algunas veces	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Siempre	Siempre
Casi Siempre	Casi Siempre	Siempre	Casi Siempre		Siempre	Siempre	Siempre	Algunas veces	Algunas veces	Siempre
Siempre	Casi Siempre	Casi Siempre	Casi Siempre		Casi siempre	Siempre	Siempre	Nunca	Casi siempre	Casi siempre
Siempre	Siempre	Siempre	Siempre		Algunas veces	Casi siempre	Casi siempre	Rara vez	Algunas veces	Siempre
Siempre	Siempre	Casi Siempre	Siempre		Siempre	Siempre	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Siempre
Siempre	Siempre	Siempre	Casi Siempre		Siempre	Siempre	Siempre	Nunca	Casi siempre	Siempre
Nunca	Rara vez	Nunca	Rara vez		Nunca	Nunca	Nunca	Rara vez	Nunca	Rara vez
Siempre	Alguna veces	Casi Siempre	Siempre		Algunas veces	Algunas veces	Casi siempre	Casi siempre	Siempre	Siempre
Nunca	Alguna veces	Rara vez	Nunca		Rara vez	Nunca	Nunca	Nunca	Algunas veces	Rara vez
Nunca	Nunca	Nunca	Nunca		Algunas veces	Algunas veces	Rara vez	Rara vez	Nunca	Casi siempre
Rara vez	Casi Siempre	Rara vez	Nunca		Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	Rara vez	Nunca
Alguna veces	Rara vez	Rara vez	Alguna veces		Algunas veces	Algunas veces	Casi siempre	Rara vez	Casi siempre	Casi siempre
Alguna veces	Rara vez	Rara vez	Rara vez		Algunas veces	Casi siempre	Casi siempre	Rara vez	Casi siempre	Casi siempre
Casi Siempre	Rara vez	Alguna veces	Siempre		Rara vez	Algunas veces	Nunca	Nunca	Casi siempre	Algunas veces
Alguna veces	Alguna veces	Casi Siempre	Rara vez		Casi siempre	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Siempre	Casi siempre
Alguna veces	Alguna veces	Alguna veces	Alguna veces		Rara vez	Rara vez	Nunca	Nunca	Algunas veces	Siempre
Casi Siempre	Alguna veces	Rara vez	Casi Siempre		Algunas veces	Rara vez	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Casi siempre
Casi Siempre	Nunca	Rara vez	Alguna veces		Casi siempre	Rara vez	Nunca	Nunca	Nunca	Algunas veces
Rara vez	Alguna veces	Nunca	Alguna veces		Algunas veces	Algunas veces	Rara vez	Rara vez	Nunca	Algunas veces
Alguna veces	Rara vez	Casi Siempre	Alguna veces		Rara vez	Algunas veces	Rara vez	Rara vez	Rara vez	Nunca
Rara vez	Casi Siempre	Casi Siempre	Rara vez		Nunca	Rara vez	Nunca	Nunca	Nunca	Casi siempre
Alguna veces	Casi Siempre	Casi Siempre	Casi Siempre		Algunas veces	Rara vez	Casi siempre	Rara vez	Nunca	Algunas veces
Alguna veces	Rara vez	Rara vez	Alguna veces		Nunca	Nunca	Algunas veces	Nunca	Nunca	Algunas veces
Casi Siempre	Alguna veces	Alguna veces	Alguna veces		Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Nunca	Algunas veces	Algunas veces
Rara vez	Alguna veces	Alguna veces	Rara vez		Nunca	Rara vez	Nunca	Nunca	Algunas veces	Algunas veces
Casi Siempre	Casi Siempre	Alguna veces	Casi Siempre		Rara vez	Nunca	Rara vez	Rara vez	Rara vez	Algunas veces
Alguna veces	Rara vez	Rara vez	Alguna veces		Rara vez	Rara vez	Nunca	Nunca	Casi siempre	Rara vez
Rara vez	Rara vez	Nunca	Rara vez		Nunca	Casi siempre	Algunas veces	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre
Siempre	Siempre	Siempre	Casi Siempre		Rara vez	Nunca	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Casi siempre
Nunca	Rara vez	Alguna veces	Rara vez		Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	Rara vez	Nunca
Rara vez	Alguna veces	Alguna veces	Rara vez		Nunca	Rara vez	Algunas veces	Nunca	Rara vez	Algunas veces
Alguna veces	Alguna veces	Casi Siempre	Casi Siempre		Rara vez	Algunas veces	Algunas veces	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre
Casi Siempre	Casi Siempre	Casi Siempre	Casi Siempre		Casi siempre	Rara vez	Casi siempre	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre

Reacciones psicológicas [Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)]	Reacciones psicológicas [Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)]	Reacciones psicológicas [Ansiedad, angustia o desesperación.]	Reacciones psicológicas [Problemas de concentración]	Reacciones psicológicas [Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad]	Reacciones comportamentales [Conflictos o tendencia a polemizar o discutir]	Reacciones comportamentales [Aislamiento de los demás]	Reacciones comportamentales [Desgano para realizar las labores académicas]	Reacciones comportamentales [Aumento o reducción del consumo de alimentos]	Otras (No es necesario llenar este apartado) (Nunca, Rara vez, Algunas veces, Casi siempre, Siempre)	5- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizas las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causa la preocupación o el nerviosismo durante el desarrollo de tus clases presenciales. [Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)]	5- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizas las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causa la preocupación o el nerviosismo durante el desarrollo de tus clases presenciales. [Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas]
Algunas veces	Rara vez	Algunas veces	Algunas veces	Rara vez	Algunas veces	Rara vez	Algunas veces	Algunas veces	Rara vez	Rara vez	
Algunas veces	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Casi siempre	Casi siempre	Nunca	Nunca	
Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Algunas veces	Algunas veces	Casi siempre	Casi siempre	Algunas veces	Rara vez	Nunca	
Casi siempre	Algunas veces	Algunas veces	Casi siempre	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Rara vez	
Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Algunas veces	Rara vez	Algunas veces	Nunca	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Rara vez	
Casi siempre	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Rara vez	Algunas veces	Nunca	Casi siempre	Algunas veces	Rara vez	Nunca	
Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Rara vez	Algunas veces	Nunca	Casi siempre	Algunas veces	Rara vez	Nunca	
Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Siempre	Algunas veces	Nunca	Siempre	Siempre	Siempre	Rara vez	Nunca	
Casi siempre	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi siempre	Algunas veces	Rara vez	Nunca	
Casi siempre	Casi siempre	Siempre	Algunas veces	Casi siempre	Casi siempre	Rara vez	Casi siempre	Algunas veces	Siempre	Nunca	
Algunas veces	Algunas veces	Casi siempre	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Nunca	Casi siempre	Algunas veces	Rara vez	Nunca	
Algunas veces	Siempre	Casi siempre	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Nunca	
Siempre	Casi siempre	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Algunas veces	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Rara vez	
Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Algunas veces	Algunas veces	Casi siempre	Rara vez	Casi siempre	Algunas veces	Algunas veces	Rara vez	
Algunas veces	Casi siempre	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Rara vez	Casi siempre	Casi siempre	Algunas veces	Rara vez	
Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi siempre	Rara vez	Nunca	Casi siempre	Casi siempre	Algunas veces	Rara vez	
Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi siempre	Algunas veces	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Rara vez	Nunca	
Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Algunas veces	Nunca	Casi siempre	Algunas veces	Casi siempre	Rara vez	
Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Algunas veces	Rara vez	Casi siempre	Algunas veces	Casi siempre	Nunca	
Algunas veces	Casi siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi siempre	Casi siempre	Rara vez	Siempre	Algunas veces	Rara vez	Algunas veces	
Algunas veces	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Casi siempre	Casi siempre	Rara vez	
Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Casi siempre	Casi siempre	Algunas veces	Rara vez	
Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Siempre	Algunas veces	Rara vez	Algunas veces	Rara vez	Algunas veces	Rara vez	
Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Casi siempre	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Rara vez	
Algunas veces	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi siempre	Algunas veces	Algunas veces	Casi siempre	Rara vez	Algunas veces	
Casi siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Siempre	Siempre	Siempre	Algunas veces	Rara vez	
Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Casi siempre	Siempre	Siempre	Rara vez	Casi siempre	
Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	Rara vez	Nunca	Rara vez	Rara vez	Nunca	Nunca	Nunca	
Rara vez	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Rara vez	Rara vez	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	
Rara vez	Nunca	Rara vez	Rara vez	Casi siempre	Algunas veces	Nunca	Nunca	Algunas veces	Algunas veces	Nunca	
Rara vez	Algunas veces	Nunca	Algunas veces	Casi siempre	Rara vez	Nunca	Casi siempre	Algunas veces	Algunas veces	Nunca	
Rara vez	Rara vez	Rara vez	Siempre	Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	Algunas veces	Casi siempre	
Algunas veces	Algunas veces	Casi siempre	Algunas veces	Algunas veces	Rara vez	Rara vez	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	
Algunas veces	Rara vez	Algunas veces	Rara vez	Casi siempre	Rara vez	Rara vez	Algunas veces	Algunas veces	Casi siempre	Algunas veces	
Rara vez	Rara vez	Rara vez	Algunas veces	Rara vez	Casi siempre	Rara vez	Rara vez	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	
Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Rara vez	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Nunca	
Rara vez	Algunas veces	Nunca	Algunas veces	Algunas veces	Rara vez	Nunca	Algunas veces	Nunca	Rara vez	Siempre	
Algunas veces	Rara vez	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Rara vez	Rara vez	Casi siempre	Casi siempre	Rara vez	Algunas veces	
Rara vez	Rara vez	Rara vez	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Nunca	Casi siempre	
Rara vez	Rara vez	Algunas veces	Algunas veces	Rara vez	Nunca	Nunca	Nunca	Algunas veces	Algunas veces	Rara vez	
Nunca	Algunas veces	Rara vez	Rara vez	Rara vez	Rara vez	Rara vez	Rara vez	Rara vez	Rara vez	Algunas veces	
Casi siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi siempre	Casi siempre	Rara vez	Algunas veces	Siempre	Nunca	Rara vez	Algunas veces	
Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Casi siempre	Rara vez	Rara vez	Algunas veces	Rara vez	Rara vez	Algunas veces	Rara vez	
Rara vez	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Nunca	Rara vez	Nunca	Nunca	Nunca	Casi siempre	Siempre	
Algunas veces	Algunas veces	Casi siempre	Algunas veces	Rara vez	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	
Rara vez	Nunca	Nunca	Algunas veces	Nunca	Nunca	Nunca	Algunas veces	Rara vez	Rara vez	Nunca	
Rara vez	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Rara vez	Algunas veces	Rara vez	Algunas veces	Rara vez	Siempre	Rara vez	
Algunas veces	Rara vez	Rara vez	Rara vez	Rara vez	Rara vez	Rara vez	Rara vez	Nunca	Casi siempre	Casi siempre	
Nunca	Casi siempre	Algunas veces	Algunas veces	Casi siempre	Rara vez	Nunca	Algunas veces	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	
Algunas veces	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi siempre	Rara vez	
Rara vez	Nunca	Nunca	Rara vez	Nunca	Nunca	Algunas veces	Rara vez	Nunca	Siempre	Siempre	
Rara vez	Rara vez	Rara vez	Algunas veces	Algunas veces	Rara vez	Nunca	Rara vez	Rara vez	Nunca	Rara vez	
Algunas veces	Casi siempre	Algunas veces	Casi siempre	Algunas veces	Rara vez	Algunas veces	Algunas veces	Rara vez	Casi siempre	Casi siempre	
Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Algunas veces	Rara vez	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Casi siempre	Algunas veces	Casi siempre	

5.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizas las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causa la preocupación o el nerviosismo durante el desarrollo de tus clases presenciales. [Elogios a sí mismo]	5.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizas las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causa la preocupación o el nerviosismo durante el desarrollo de tus clases presenciales. [La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)]	5.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizas las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causa la preocupación o el nerviosismo durante el desarrollo de tus clases presenciales. [Búsqueda de información sobre la situación]	5.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizas las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causa la preocupación o el nerviosismo durante el desarrollo de tus clases presenciales. [Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)]	Otras (No es necesario tener este apartado) (Nunca, Rara vez, Algunas veces, Casi siempre, Siempre)
Nunca	Rara vez	Rara vez	Nunca	
Nunca	Rara vez	Rara vez	Rara vez	
Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	
Nunca	Nunca	Rara vez	Rara vez	
Rara vez	Rara vez	Rara vez	Algunas veces	
Rara vez	Nunca	Algunas veces	Algunas veces	
Rara vez	Nunca	Algunas veces	Rara vez	
Nunca	Nunca	Algunas veces	Rara vez	
Rara vez	Nunca	Algunas veces	Algunas veces	
Rara vez	Siempre	Casi siempre	Rara vez	
Algunas veces	Rara vez	Rara vez	Rara vez	
Rara vez	Nunca	Rara vez	Rara vez	
Nunca	Nunca	Rara vez	Algunas veces	
Rara vez	Nunca	Nunca	Rara vez	
Rara vez	Nunca	Rara vez	Rara vez	
Rara vez	Nunca	Rara vez	Algunas veces	
Rara vez	Nunca	Nunca	Rara vez	
Rara vez	Siempre	Nunca	Rara vez	
Rara vez	Nunca	Algunas veces	Rara vez	
Rara vez	Algunas veces	Algunas veces	Rara vez	
Algunas veces	Rara vez	Rara vez	Rara vez	
Rara vez	Rara vez	Rara vez	Rara vez	
Rara vez	Rara vez	Algunas veces	Rara vez	
Rara vez	Nunca	Nunca	Rara vez	
Algunas veces	Nunca	Nunca	Rara vez	
Rara vez	Nunca	Rara vez	Rara vez	
Nunca	Nunca	Rara vez	Nunca	
Rara vez	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	
Nunca	Nunca	Rara vez	Nunca	
Algunas veces	Nunca	Algunas veces	Rara vez	
Siempre	Algunas veces	Algunas veces	Nunca	
Rara vez	Rara vez	Algunas veces	Algunas veces	
Casi siempre	Nunca	Siempre	Casi siempre	
Algunas veces	Algunas veces	Rara vez	Rara vez	
Algunas veces	Casi siempre	Casi siempre	Rara vez	
Siempre	Nunca	Rara vez	Algunas veces	
Nunca	Nunca	Rara vez	Algunas veces	
Nunca	Casi siempre	Casi siempre	Algunas veces	
Rara vez	Nunca	Nunca	Algunas veces	
Rara vez	Rara vez	Algunas veces	Nunca	
Rara vez	Rara vez	Rara vez	Nunca	
Algunas veces	Nunca	Rara vez	Rara vez	
Casi siempre	Nunca	Rara vez	Algunas veces	
Rara vez	Algunas veces	Rara vez	Algunas veces	
Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	Algunas veces	
Rara vez	Rara vez	Algunas veces	Rara vez	
Nunca	Algunas veces	Rara vez	Rara vez	
Rara vez	Nunca	Rara vez	Algunas veces	
Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Rara vez	
Casi siempre	Algunas veces	Casi siempre	Rara vez	
Rara vez	Casi siempre	Rara vez	Rara vez	
Siempre	Algunas veces	Siempre	Siempre	
Rara vez	Nunca	Rara vez	Nunca	
Algunas veces	Algunas veces	Rara vez	Rara vez	
Rara vez	Nunca	Algunas veces	Algunas veces	