



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología.

“Estilos de Afrontamiento al estrés y resiliencia en estudiantes de universidades privadas, Lima Metropolitana 2024”

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciada en Psicología.

Autores:

Marycielo Elizabeth García Cortez

Nasbely Patricia Huaytalla Tuero

Asesor:

Mg. Erica Rojana Gonzalez

<https://orcid.org/0000-0002-6940-3751>

Lima - Perú

2024

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	BLANCA JULISSA SARA VIA ANGULO
	Nombre y Apellidos

Jurado 2	CLAUDIA KARINA GUEVARA CORDERO
	Nombre y Apellidos

Jurado 3	ERICA ROJANA GONZALEZ PONCE DE LEON
	Nombre y Apellidos

INFORME DE SIMILITUD



Página 2 of 74 - Integrity Overview

Identificador de la entrega trivoid::1:3169651734

19% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- ▶ Bibliography

Top Sources

- 18%  Internet sources
- 5%  Publications
- 6%  Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

TABLA DE CONTENIDOS

Contenido

INFORME DE SIMILITUD.....	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO.....	5
TABLA DE CONTENIDOS	6
ÍNDICE DE TABLAS	7
RESUMEN	8
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	24
CAPÍTULO III: RESULTADOS	33
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	37
REFERENCIAS.....	46
ANEXOS.....	52

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Análisis de la normalidad de las variables.....	31
Tabla 2 Correlación de los estilos de afrontamiento y resiliencia	33
Tabla 3 Niveles de los estilos de afrontamiento al estrés	34
Tabla 4 Niveles de resiliencia	36

RESUMEN

Este estudio tuvo el propósito de establecer la correlación entre los estilos de afrontamiento al estrés y la resiliencia en estudiantes de universidades privadas de Lima Metropolitana durante el año 2024. Los instrumentos utilizados fueron el Brief COPE-28 y el CD RISC-10. El estudio se desarrolló de tipo cuantitativo, con un diseño no experimental y un nivel descriptivo-correlacional. Contó con una participación de 448 universitarios. Los hallazgos indicaron que el afrontamiento cognitivo mostró una correlación positiva fuerte con la resiliencia ($Rho = .518, p < .001$). En contraste, el afrontamiento de apoyo social no presentó una relación estadísticamente significativa con la resiliencia ($Rho = .052, p = .276$). Asimismo, el bloqueo de afrontamiento evidenció una correlación negativa significativa ($Rho = -.137, p = .004$), mientras que el afrontamiento espiritual reflejó una relación positiva moderada con la resiliencia ($Rho = .216, p < .001$). Estos hallazgos aportan evidencia sobre la influencia del afrontamiento en la resiliencia dentro del contexto universitario, lo cual resalta la importancia de fomentar estrategias de afrontamiento adaptativas para fortalecer la capacidad de recuperación ante la adversidad.

Palabras clave: afrontamiento al estrés, resiliencia, estudiantes, universitarios.

NOTA

El contenido de la investigación no se encuentra disponible en **acceso abierto** por determinación de los propios autores, en concordancia con en el Texto Integrado del Reglamento RENATI (artículo 12), la Directiva N°048-2020-CONCYTEC-P que regula el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto (ALICIA) administrado por el pliego Consejo Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación Tecnológica - CONCYTEC y la Ley N° 29733, Ley de Protección de Datos Personales.

REFERENCIAS

- American Psychological Association. (2010). Código de ética de la American Psychological Association (APA) (Enmiendas 2010). *Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires*. <https://www.apa.org/ethics/code>
- Arboleda, M. T., Gómez, L. F., & Martínez, J. D. (2021). Estrategias de afrontamiento y regulación emocional en estudiantes universitarios durante la pandemia de COVID-19. [Tesis de Pregrado, Universidad Cooperativa de Colombia]. <https://hdl.handle.net/20.500.12494/36002>
- Ato, M., López, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología, 29(3), 1038-1059*. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Banco Mundial. (2021). Notas sobre la reapertura de escuelas y la recuperación del aprendizaje. [Banco Mundial]. <https://www.bancomundial.org/es/news/factsheet/2021/04/30/notes-on-school-reopening-and-learning-recovery>
- Bernaola Ugarte, A. D., Garcia Garcia, M., Martinez Campos, N., Ocampos Madrid, M., & Livia, J. (2022). Validez y confiabilidad de la Escala Breve de Resiliencia Connor-Davidson (CD-RISC 10) en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Ciencias Psicológicas, 16(1), e2545*. <https://doi.org/10.22235/cp.v16i1.2545>
- Brown, T. A. (2015). Análisis factorial confirmatorio para la investigación aplicada (2.^a ed.). The Guilford Press. <https://psycnet.apa.org/record/2015-10560-000>
- Campbell-Sills, L., & Stein, M. B. (2007). Psychometric analysis and refinement of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-item measure of resilience. *Journal of Traumatic Stress, 20(6), 1019-1028*. <https://doi.org/10.1002/jts.20271>

- Carhuancho Borja, D. (2021). *Resiliencia y afrontamiento al estrés en los estudiantes del I ciclo de la Facultad de Ingeniería Electrónica*. [Tesis de pregrado, universidad UTELESUP].
<https://repositorio.utelesup.edu.pe/handle/UTELESUP/1313>
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: *A theoretically based approach*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 92–100.
https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm0401_6
- Cassaretto, M., Vilela, P., & Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Revista Peruana de psicología Liberabit*, 27(2), e482.
<https://doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>
- Colegio de Psicólogos del Perú (2017). Código de ética y deontología. Recuperado de http://api.cpsp.io/public/documents/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82.
<https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Cueva, F. (2019). Evidencia de validez y confiabilidad de la Escala de Resiliencia de 10 ítems de Connor y Davidson (CD-RISC10) en adolescentes de San Juan de Lurigancho [Tesis de pregrado - Universidad Cesar Vallejo].
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/41155>
- Delgado-Requejo, N. J., Castillo Ramos, J. C., & Cerda Sánchez, L. C. (2023). Propiedades psicométricas de la Escala de Afrontamiento al Estrés Brief-COPE 28 en una población peruana. *Interacciones*, 9, e333.
<https://doi.org/10.24016/2023.v9.333>

Doria. (2023). El estrés universitario: Hábitos saludables en la vida universitaria. [*Innovación Educativa UPC*].

<https://innovacioneducativa.upc.edu.pe/2024/04/04/dia-mundial-de-la-salud-habitos-saludables-en-la-vida-universitaria/>

Flórez de Alvis, L., López Coronado, J., & Vílchez Pírela, R. A. (2020). Niveles de resiliencia y estrategias de afrontamiento: reto de las instituciones de educación superior. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23(3), 35-47.

<https://doi.org/10.6018/reifop.438531>

Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). Ways of Coping Questionnaire (WAYS) [*Database record*]. *APA PsycTests*. <https://doi.org/10.1037/t06501-000>

Folkman, S. y Lazarus, R.S. (1985). If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 150-170. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.48.1.150>

Garnezy, N. (1991). Resiliency and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *American Behavioral Scientist*, 34(4), 416–430.

<https://doi.org/10.1177/0002764291034004003>

González, M. A., & Cortés, J. (2021). La importancia de la educación emocional en el rendimiento académico. *Revista de Investigación Educativa*, 35(2), 123-145.

<https://www.redalyc.org/journal/562/56270554002/movil/>

Gorozabel, A., & García, M. (2020). Resiliencia y estrategias de afrontamiento en estudiantes egresados de Psicología Clínica de la Universidad Técnica de Manabí durante la pandemia COVID-19. *Sinapsis*, (12), 21-30.

<https://doi.org/10.37117/s.v25i2>

Hammer, A. L. (1990). Afrontamiento del estrés de la vida: Un análisis conceptual del afrontamiento ante la amenaza del SIDA. *Journal of Applied Social Psychology*, 20(1), 46–60. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.1990.tb00401.x>

Hernández-Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Universidad de Celaya.

http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulo

s/SampieriLasRutas.pdf

- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación (6ª ed.)*. McGraw-Hill.
https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf
- Horna Dávila, D. (2022). *Afrontamiento al estrés y resiliencia en estudiantes de enfermería del noveno y décimo ciclo de la Universidad Norbert Wiener*. [Tesis de Pregrado, Universidad Norbet Wiener].
<https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/7443>
- Jiménez Rengifo, K. M., & Pflucker Muñoz, D. C. (2023). *Estrés, resiliencia y afrontamiento en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur*. [Tesis de Pregrado, UNIFE].
<https://repositorio.unife.edu.pe/items/7e62e929-b42c-440f-9a3a-22b8dde898ee>
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1–11.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.37.1.1>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. *Springer Publishing Company*.
<https://reme.uji.es/articulos/agarce4960806100/texto.html#:~:text=Lazarus%20y%20Folkman%20>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). Cognitive theories of stress and the issue of circularity. En M. H. Appley & R. Trumbull (Eds.), *Dynamics of stress: Physiological, psychological, and social perspectives* (pp. 63–80). *Springer US*.
https://doi.org/10.1007/978-1-4684-5122-1_4
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. *Ediciones Martínez Roca*.
<https://doi.org/10.1037/t06501-000>
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543–562.
<https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>
- Lyons, J. A. (1991). Strategies for assessing the potential for positive adjustment following trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 4(1), 93–111.
<https://doi.org/10.1002/jts.2490040108>

- Masten, A. S. (2001). *Ordinary magic: Resilience processes in development*. *American Psychologist*, 56(3), 227–238.
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>
- Mind. (2020). Servicios de asesoramiento y apoyo emocional para estudiantes universitarios. *MIND*. <https://www.mind.org.uk/information-support/tips-for-everyday-living/student-life/>
- Ministerio de educación del Perú. (2019). Minedu y el Minsa trabajan con 21 universidades públicas en el cuidado de la salud mental. *Gob.pe*
<https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-elminsa%20trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-saludmental>
- Montero, I., & León, O. G. (2022). Clasificación y descripción de las metodologías de investigación en Psicología. Universidad Autónoma de Madrid.
https://www.aepc.es/ijchp/articulos_pdf/ijchp-53.pdf
- Morán, C., Landero, R., & González, M. T. (2010). COPE-28: Un análisis psicométrico de la versión en español del Brief COPE. *Universitas Psychologica*, 9(2), 543-552.
https://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672010000200020
- Notario-Pacheco, B., Solera, M., Serrano, M., Bartolomé, R., García, J., & Martínez, V. (2011). Reliability and validity of the spanish version of the 10-item ConnorDavidson resilience Scale (10-item CD-RISC) in young adults. *Health and Quality of Life Outcomes*, 9(1), 1-63. 10.1186/1477-7525-9-63.
- Organización Internacional del Trabajo (OIT). (2019). Las prácticas educativo-laborales: aportes y recomendaciones para garantizar entornos de aprendizaje y experiencia laboral para jóvenes y adolescentes. *Revista OIT*.
https://www.dol.gov/sites/dolgov/files/ILAB/ARG_B.3.1_Report%20Training%20for%20EMP-SPA.pdf
- Organización Mundial de la Salud. (s.f.). Estrés. OMS.
<https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>

- Pargament, K. I. (1997). *La psicología de la religión y el afrontamiento: teoría, investigación, práctica*. Guilford Press.
<https://psycnet.apa.org/record/1997-08957-000>
- Pérez, L. (2023). *Estilos de afrontamiento al estrés y resiliencia en egresados durante la pandemia de COVID-19*. [Tesis de Pregrado, Universidad Ricardo Palma].
<https://repositorio.urp.edu.pe/server/api/core/bitstreams/224b43de-cb90-4ab6-a854-92fa9580d7dc/content>
- Reidl-Martínez, L. M. (2013). Confiabilidad en la medición. *Revista de Investigación en Educación Médica*, 2(6), 107-111.
<https://www.redalyc.org/pdf/3497/349733227007.pdf>
- Romero, J. Mosquera, M (2022). Resiliencia y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes preuniversitarios de Lima metropolitana en tiempos de COVID-19. *Revista de Investigación Educativa*, 35(2), 123-145.
<https://doi.org/10.56219/revistasdeinvestigacin.v46i108.1178>
- Rutter, M. (1987). *Psychosocial resilience and protective mechanisms*. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57(3), 316–331. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1987.tb03541.x>
- Saenz Peña, F. R., & Zurita Puga, J. R. A. (2023). *Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana*. [Repositorio Institucional de la Universidad Privada del Norte]. <https://hdl.handle.net/11537/36262>
- Salas, M., Pérez, L., & Gómez, R. (2021). Relación entre hábitos de estudio y estrés académico en universitarios del área de ciencias básicas. *Revista de Investigación Clínica o Experimental*, 35(2), 123–145.
<https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/revsalud/a.10716>
- Sandín, B. (2003). El estrés: Un análisis basado en el papel de los factores sociales. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, 3(1), 141–157.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.37.1.1>
- Sánchez Carlessi, H. H., Reyes Romero, C., & Mejía Sáenz, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística*. Universidad Ricardo Palma.
<https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>
- Silva-Ramos, M. F., López-Cocotle, J. J., & Columba Meza-Zamora, M. E. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75–83.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67462875008>

- UNICEF. (2019). *Acciones para la resiliencia de la niñez y la juventud*.
<https://www.unicef.org/lac/informes/acciones-para-la-resiliencia-de-la-ninez-y-la-juventud>
- Universidad Privada del Norte. (2023). *Código de ética para la investigación científica en UPN*. <https://www.upn.edu.pe/sites/default/files/documentos/codigo-de-etica-para-la-investigacion-cientifica-en-upn.pdf>
- Vaishnavi, S., Connor, K., & Davidson, J. R. (2007). An abbreviated version of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), the CD-RISC2: Psychometric properties and applications in psychopharmacological trials. *Psychiatry Research*, *152*(2–3), 293–297.
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2007.01.006>
- Valdez, J. P., López, M. A., & García, R. M. (2022). Estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. *Revista de Enfermería*, *35*(2), 123–130. <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.441711>
- Verdezoto León, M. C., & Barreno López, J. S. (2024). Resiliencia, estrategias de afrontamiento y su relación con variables sociodemográficas en estudiantes universitarios ecuatorianos. *Arandu UTIC*, *11*(2), 1073–1096.
<https://doi.org/10.69639/arandu.v11i2.327>
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, *1*(2), 165–178.
<https://psycnet.apa.org/record/1996-05738-006>