

“AUTOESTIMA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN
ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA
UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA, 2023”

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autor:

Noemi Jimena Soto Cordova

Asesor:

Dra. Janeth Molina Alvarado

<https://orcid.org/0000-0002-6451-8613>

Lima - Perú

2024

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	MARLON WALTER VALDERRAMA PUSCAN
	Nombre y Apellidos

Jurado 2	ANA ZOILA NOMBERTO LUPERDI
	Nombre y Apellidos

Jurado 3	JANETH MOLINA ALVARADO
	Nombre y Apellidos

INFORME DE SIMILITUD

AUTOESTIMA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA, 2023

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Privada del Norte Trabajo del estudiante	8%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	7%
3	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	3%
4	Submitted to Caribbean University Trabajo del estudiante	1%
5	www.dspace.uce.edu.ec:8080 Fuente de Internet	1%

Excluir citas Activo
Excluir bibliografía Activo

Excluir coincidencias < 1%

DEDICATORIA

Esta tesis se la dedico a mi familia, por su apoyo para poder concluir esta carrera, por su amor incondicional y acompañamiento. A mi madre, por su confianza y hacer de mí una buena persona y siempre creer en mí. A mis hermanos, Sandro y Carlos, por haberme brindado los recursos necesarios en este camino de aprendizaje. A mis hermanos Alex y Milagros que con su respaldo y cariño me impulsan cada día para salir adelante. A Jorge, quien ha sido mi mayor cómplice y apoyo en este camino, por impulsarme siempre a ser la mejor versión de mí y demostrarme que todo se puede si se tiene amor, esfuerzo y paciencia.

AGRADECIMIENTO

Quisiera expresar mis agradecimientos a mi madre y hermanos por su apoyo, incluso en los momentos más difíciles, su amor y sacrificio han sido la luz de este camino.

Quiero darle las infinitas gracias a Jorge, por contribuir en esta investigación y dedicar su tiempo en revisar este trabajo, sus comentarios y sugerencias me sirvieron para mejorar esta tesis. Me gustaría agradecer a mi asesora de tesis la Dra Janeth, su guía, experiencia y comprensión contribuyeron en este camino de investigación. A mis compañeras y grandes amigas de la universidad, con quienes culminé esta maravillosa aventura y pasé los mejores momentos en esta historia de vida.

Tabla de contenido

JURADO EVALUADOR.....	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	29
CAPÍTULO III: RESULTADOS	37
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	41
REFERENCIAS	46
ANEXOS.....	54

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Relación rho de spearman entre autoestima y estrés académico	37
Tabla 2. Relación rho de spearman entre la autoestima y la dimensión estresores	38
Tabla 3. Relación rho de spearman entre la autoestima y dimensión síntomas	39
Tabla 4. Relación rho de spearman entre la autoestima y la dimensión estrategias de enfrentamiento.....	39
Tabla 5. Características de la muestra	56
Tabla 6. Reporte de la prueba de normalidad de los instrumentos.....	57

Haga clic o pulse aquí para escribir texto.

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre la autoestima y el estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023. Presenta un enfoque cuantitativo de diseño no experimental y de tipo correlacional, la población estuvo conformado por 300 estudiantes y la muestra de 100 estudiantes de la carrera de psicología del 9no y 10mo ciclo entre las edades de 20 a 30 años. Se aplicó el Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith versión Adultos y el Inventario de Estrés Académico SISCO. Se obtuvo como resultado una correlación negativa, moderada ($r = -0,491$) y significativa ($p = .000$), entre la autoestima y el estrés académico en los estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima. A partir de los análisis para realizar el contraste de las hipótesis específicas, se halló una correlación inversa y moderada entre Autoestima y la dimensión Estresores del estrés académico ($\rho = -0.612$). Existe una correlación inversa y moderada entre Autoestima y la dimensión Síntomas del estrés académico ($\rho = -0.541$). Existe una correlación directa y moderada entre Autoestima y la dimensión Estrategias de afrontamiento del estrés académico ($\rho = 0.526$). Por lo tanto, existe una correlación negativa y moderada entre Autoestima y Estrés Académico en los estudiantes de psicología de una universidad privada en Lima.

PALABRAS CLAVES: Autoestima, estrés académico, estudiantes, universitarios

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023), todo el mundo experimenta estrés, siendo este una respuesta innata ante amenazas y otros estímulos, la manera en cómo respondemos ante el estrés va a determinar cómo afecta hacia nuestra salud, también nos menciona que las personas no responden de la misma forma ante el estrés, esto, se podrá variar dependiendo de la persona, y el uso de las estrategias para afrontarlas. Si el estrés comienza a afectar nuestro rendimiento académico puede ser un problema de salud mental debido al estrés constante (OMS, 2023).

Según el reporte de Emociones Globales, elaborado por la consultoría Gallup, en una encuesta realizada a 142 países, afirma que el 41% de los adultos experimentaron estrés un día anterior a la encuesta, además el 32% afirmó experimentar dolor físico, el 27% sentimiento de tristeza y el 23% experimentó ira (Gallup, 2023).

Worldwide Independent Network of Market Research (WIN) y la consultora Voices!, mostraron los resultados de una encuesta internacional realizada en 39 países, el 40% evalúa su nivel de estrés como muy malo (WIN, 2023).

En Latinoamérica, en una encuesta realizada por Worldwide Independent Network of Market Research (WIN) y la consultora Voices!, mostraron a los países con mejor nivel de estrés, destacando Paraguay (80%) y Pakistán (77%), a comparación de Perú (32%) y Kenia (35%), quienes obtuvieron los puntajes debajo de la media a nivel mundial (WIN, 2023).

En Estados Unidos, según los resultados Stress in America 2023, realizada por la Asociación Americana de Psicología (APA), los adultos entre 18 a 34 años, el 50% de la población afirma experimentar estrés y los adultos de 35 a 44 años, el 44% reportó alguna enfermedad mental, por causa de diversos factores que puedan presentarse en su vida cotidiana (APA, 2023). Por otro lado, el 67% de la población encuestada en total afirma que no toma importancia a la gravedad de su estrés por diversas razones, entre ellas, el 40% afirma no creer en la terapia, el 39% por el poco tiempo y el 37% porque no posee un seguro, a pesar de ello, el 47% de los adultos encuestados desearía contar con alguien para que pueda apoyarlo a controlar el estrés y el 62% no desea ser una carga para su familia. (APA, 2023).

En Argentina, el 50% de la población estima su nivel de estrés como negativo, la diferencia también se puede apreciar por género (57% de mujeres lo perciben como muy malo), por edad (58% oscilan entre 25 a 34 años y 56% de 16 a 24 años) (WIN, 2023).

En el Perú, según MINEDU (2019), reveló que el 85% de las universidades del Perú, muestra problemas en la salud mental, siendo el estrés con 79% del segundo caso con mayor recurrencia entre los estudiantes.

Según Durán y Crispín (2020), la autoestima hace referencia al amor hacia uno mismo, va a depender del estado anímico y situación propia en que se encuentre la persona para diferenciar el nivel en el que este se encuentra, sea bajo, medio o alto.

El Instituto Peruano del Deporte (IPD), el Ministerio de Educación (MINEDU) y en convenio con la Asociación Mónica Liyau (AML), han desarrollado estrategias para los estudiantes de colegios públicos de 11 regiones del Perú para promover la motivación, resolución de conflictos, control de emociones, a través del deporte para aumentar la autoestima, a través del programa “Impactando Vidas”, beneficiando a más de 150 mil

estudiantes, dando como resultado que el 92% de los docentes que fueron encuestados, afirmaron que sus alumnos habían incrementado su autoestima (IPD, 2019)

Asimismo, en Lima, en el Programa Radio Nacional, el jefe del departamento de Salud Mental del Adulto y Gerente del Hospital Hermilio Valdizán, Edwin Apaza, refiere que las señales para identificar una baja autoestima, es la persona autocrítica, las personas que suelen ser perfeccionistas, que tienen tendencia a compararse o no saben controlar sus emociones ante una situación de crisis, de igual manera se recomienda que los allegados a la persona con baja autoestima puedan conocer estos patrones para poder dar inicio a una terapia adecuada (Radio Nacional, 2022).

En el Diario Gestión (2023), indican que el estrés académico es la respuesta ante diversos estresores que afectan directamente a los estudiantes, asociando a la baja autoestima como parte del problema.

Por ello, es importante considerar estudios de artículos, tesis con respecto a los temas de estudio las variables de autoestima y estrés académico a nivel internacional, nacional y local.

Antecedentes Internacionales

Muñoz et. al. (2023), realizaron una investigación en Chile, quienes plantearon como objetivo, analizar la relación existente entre satisfacción vital, autoestima y salud mental en universitarios chilenos. El estudio es de tipo descriptivo con un enfoque cuantitativo y transversal confirmado por una muestra de 452 estudiantes que oscilan entre 18 y 24 años de distintas carreras profesionales, usaron como instrumentos: escala de depresión, ansiedad y estrés, cuestionario sociodemográfico, escala de autoestima y la escala de satisfacción con la vida. En los resultados los autores concluyeron que existe relación directa y significativa

entre salud mental, satisfacción vital y autoestima (-0.303 a -0.717), esto quiere decir que cuando el problema de salud mental acrecienta, la satisfacción vital se reduce y junto a ello la autoestima; los resultados específicos concluyeron que existe una correlación positiva y moderada ($r = .598$) entre las variables de satisfacción con la vida y autoestima, en tanto, las variables salud mental y autoestima presentan una correlación inversa y moderada ($r = -.635$), al igual que las variables salud mental y satisfacción con la vida, presentan una correlación negativa y moderada ($r = -.422$).

Jerez (2022), en su investigación realizada en Ecuador, cuya finalidad principal fue identificar la relación entre el nivel del estrés académico y el nivel de la autoestima de los estudiantes de la ciudad de Ambato. El diseño para este estudio fue de tipo correlacional, descriptiva con corte transversal, además para la aplicación de los instrumentos contaron con una muestra de 150 universitarios que estudian y trabajan entre las edades de 18 a 26 años de edad. Usó como instrumentos el Inventario de Autoestima de Coopersmith y el Inventario SISCO de Estrés Académico. Como conclusión, indicó que, entre la variable estrés académico y autoestima no existe correlación alguna. Sin embargo, halló una correlación inversa débil con la dimensión de estrategias de afrontamiento de estrés académico y la baja autoestima ($\rho = -0.167$); los resultados descriptivos del estudio, el 48% de la muestra reportó niveles de estresores leve y el 43% a nivel moderado, el 60% de la muestra manifestó síntomas a nivel moderado y el 31% síntomas a nivel leve, por último, el 73% registró estrategias de afrontamiento a nivel moderado y el 15% a nivel leve.

Paredes (2022), en su estudio realizó en Ecuador, buscó delimitar la correlación entre estrés académico y la autoestima en estudiantes de una universidad. La investigación que realizó fue tipo descriptivo, correlacional y cuantitativo, contando con una muestra de 107 estudiantes, usó como instrumentos, el Inventario SISCO que mide el estrés académico y la

escala de autoestima de Rosenberg. Los resultados que obtuvo determinaron la existencia de una correlación negativa y alta entre la autoestima y el estrés académico ($\rho = -.357$; $p = .000$), lo que nos indica que a menor autoestima tenga el estudiante, mayor estrés académico se presentará. Asimismo, en los resultados descriptivos del estudio, el 77,6% de la muestra arrojó un nivel de estrés académico moderado, el 37,4% de la muestra presenta un nivel de autoestima elevada, por último, el 77,8% de la muestra registró autoestima baja y un grado profundo de estrés académico.

Bonilla (2022), realizó una investigación en Ecuador, cuya finalidad fue describir la relación entre el nivel de autoestima y el nivel de estrés en estudiantes. El diseño de esta investigación fue no experimental, cuantitativo, correlación y de corte transversal, para ello contó con una muestra de 135 alumnos, entre ellos 50 hombres y 85 mujeres. Usó como instrumentos el Inventario de Autoestima propuesta por Rosenberg y el Inventario SISCO para el estudio del estrés académico. Los resultados obtenidos determinaron que, la relación entre las variables de autoestima y estrés académico no existe ($Rho = -.027$; $sig. = .05$), esto quiere decir que el estudiante puede tener sobrecarga de estrés académicas, pero contar con una autoestima alta, al igual que un estudiante con poca autoestima, por su miedo, duda, puede percibir un alto nivel de estrés. En cuanto a los niveles de las variables registrados en el estudio, se encontró que el 59.3% de la muestra investigada presentaba un nivel de estrés severo, el 48.9% arrojó un nivel de autoestima elevado

Antecedentes Nacionales

Vilca y Mozombite (2021), realizaron un estudio en Huancayo, tuvo como finalidad establecer la relación que existe entre la autoestima y el estrés académico en un centro de educación técnica. El tipo de investigación fue de tipo descriptivo, correlacional y corte transversal con un enfoque tipo cuantitativo, contó con una muestra de 57 univertarios

mayores de 18 años. Los instrumentos que usaron fueron, el cuestionario sistémico de estrés académico SISCO y la escala de autoestima de Coopersmith para adultos. Las conclusiones a las que llegaron fueron que existe correlación negativa y altamente significativa entre autoestima y estrés académico ($\text{sig.} = .00$; $\text{rho} = -.71$), esto quiere decir que los estudiantes, aunque tengan habilidades para lidiar con los eventos de estrés, aún carecen de práctica para el uso de estrategias. En cuanto a la correlación de las hipótesis que plantearon de estrés académico con las dimensiones de la autoestima, se halló que, existe una correlación indirecta con respecto al estrés académico y la dimensión sí mismo de autoestima ($\text{rho} = -.72$; $\text{sig.} = .00$); además existe una correlación indirecta y moderada en cuanto al estrés académico y la dimensión social de autoestima ($\text{rho} = -.58$; $\text{sig.} = .00$); finalmente los resultados arrojaron que hay una correlación moderada e indirecta entre estrés académico y la dimensión familiar de autoestima ($\text{rho} = -.51$; $\text{sig.} = .00$).

Lazo y Samaniego (2021), en su estudio, plantearon como objetivo definir la relación con respecto al estrés académico y autoestima en estudiantes de la provincia de Junín. El tipo de estudio que tuvo fue correlacional, descriptivo con un diseño de tipo no experimental, contando con una muestra de 100 estudiantes. Usaron como instrumentos la escala de Autoestima de Coopersmith y el Inventario de Estrés Académico. El resultado que obtuvo establece que existe relación inversa baja entre las variables de autoestima y estrés académico con un coeficiente de relación de Rho de Spearman = $-.378$ y una significancia de $p = .000$, indicando la vinculación entre ambas variables. En cuanto a la correlación de la variable de estrés académico y las dimensiones de la autoestima, se encontró que, existe una correlación negativa entre estrés académico y la dimensión sí mismo de autoestima ($\text{rho} = -.255$; $\text{sig.} = .00$); se indica que existe una correlación negativa entre estrés académico y la dimensión social de autoestima ($\text{rho} = -.231$; $\text{sig.} = .00$); por último, existe una correlación

negativa entre estrés académico y la dimensión familiar de autoestima ($\rho = -.139$; $\text{sig.} = .00$).

Sopla (2020), en su estudio realizada en Arequipa, buscó establecer la relación entre estrés y autoestima en estudiantes universitarios. El estudio fue de tipo descriptivo, correlacional y cuantitativo, con una muestra de 291 estudiantes de un semestre de una universidad. Usó como instrumentos la Escala de Autoestima de Rosenberg y el Inventario de Estrés Académico SISCO. Los hallazgos determinaron que existe una correlación negativa muy alta entre las variables de autoestima y estrés académico ($P=0.00$; $\pi=-0.80$), esto nos indica que, si el estudiante presenta una autoestima alta podrá controlar la situación que se presente en su día a día, en cambio si tiene una autoestima baja, se sentirá desconfiado, con temor y ansiedad. Según dimensiones, se estableció que entre los síntomas del estrés y autoestima existe una relación inversa moderada alta ($P=0.00$; $\pi=-0.69$), entre los estresores y autoestima se determinó la existencia de correlación negativa alta ($P=0.00$; $\pi=-0.75$) y en cuanto a la dimensión estrategias de afrontamiento y autoestima existe una correlación inversa moderada ($P=0.00$; $\pi=-0.60$).

Un estudio realizado por Chávez y Peralta (2019), en Arequipa, tuvo la finalidad de determinar la relación entre el estrés académico y la autoestima en estudiantes de enfermería. El estudio es de tipo descriptivo y corte transversal, con una muestra de 126 estudiantes de enfermería de 1° a 5° año una universidad de Arequipa. Usaron como instrumento la Escala de Autoestima de Rosenberg y el Inventario de Estrés académico. Como resultado concluyeron que existe una correlación inversa entre el estrés académico y la autoestima ($\text{sig.} = .000$; $r=-0,332$), asimismo, los resultados de las dimensiones de estrés académico determinaron que el 77% de los universitarios tienden a percibir niveles altos de agentes

estresores, el 54% de estudiantes perciben en un nivel moderado los síntomas y el 78.6% percibe en un nivel intermedio las estrategias de afrontamiento.

Antecedentes Locales

Zamora y Leiva (2022), en su estudio, determinaron la relación entre el estrés académico con la autoestima en estudiantes de Lima Metropolitana. Este estudio fue de enfoque cuantitativo, correlacional y corte transversal, contó con una muestra de 428 estudiantes, de ambos sexos, con edades que oscilan entre 18 a 30 años. Usaron como instrumentos la Escala de Autoestima de Coopersmith y el Inventario de Estrés Académico SISCO. Sus resultados confirmaron que existe una correlación inversa y significativa ($r = -.397$; $sig. = .00$), esto quiere decir, a mayor nivel de estrés académico, menor autoestima habrá en el estudiante. Asimismo, en el análisis que realizaron de la correlación de Autoestima con las dimensiones del estrés académico, determinaron una correlación inversa entre Autoestima y la dimensión estresores ($r = -.336$; $sig. = .000$), una correlación inversa entre Autoestima y la dimensión síntomas de estrés ($r = -.406$; $sig. = .000$), por otro lado, determinaron que no existe correlación significativa entre Autoestima y la dimensión estrategias de afrontamiento ($r = .056$; $sig. = .251$).

Laca (2021), en su investigación realizada en Lima buscó establecer la relación entre el estrés académico y la autoestima en estudiantes de Estomatología. Esta investigación fue descriptivo, correlacional y corte transversal, con una muestra conformada por 65 estudiantes. Los instrumentos que usó fueron el cuestionario SISCO de Estrés Académico y el Cuestionario de Autoestima de Coopersmith. Como resultado obtuvo que, existe una correlación inversa y baja intensidad entre estrés académico y autoestima ($\rho = -0.4446$; $p < 0.01$). Respecto a las correlaciones entre las variables de estrés académico y autoestima se halló lo siguiente: existe una correlación inversa entre la dimensión estresores y

autoestima ($\rho = -.4446$; $\text{sig.} = 0.01$), entre los síntomas físicos y autoestima se halló una correlación inversa ($\rho = -.2523$; $\text{sig.} = 0.05$), en los síntomas psicológicos y autoestima se determinó la existencia de correlación inversa ($\rho = -.4255$; $\text{sig.} = 0.01$), asimismo entre los síntomas comportamentales y la autoestima se halló una correlación negativa ($\rho = -.4893$; $\text{sig.} = 0.01$), por otro lado, entre la dimensión de afrontamiento y la variable autoestima no existe correlación ($\rho = .1966$; $\text{sig.} = 0.1196$).

Albán (2018), realizó una investigación a fin de hallar el vínculo entre estrés académico y autoestima en universitarios. El estudio fue de tipo descriptivo, transversal y correlacional, con una muestra de 802 universitarios que oscilan entre 16 a 35 años de edad. Usó como instrumentos el Inventario para el estrés Académico SISCO y el Inventario de Autoestima de Coopersmith. Sus hallazgos confirmaron que existe una relación negativa con respecto al Estrés Académico y Autoestima ($\rho = -.376$; $\text{sig.} = .000$). En las correlaciones entre las variables de estrés académico y autoestima se halló lo siguiente: entre los síntomas físicos y autoestima se halló una correlación inversa ($\rho = -.320$; $\text{sig.} = 0.00$), existe una correlación inversa entre la dimensión estresores y autoestima ($\rho = -.325$; $\text{sig.} = 0.00$), en los síntomas psicológicos y autoestima se determinó la existencia de correlación inversa ($\rho = -.397$; $\text{sig.} = 0.00$), asimismo entre los síntomas comportamentales y la autoestima se halló una correlación negativa ($\rho = -.351$; $\text{sig.} = 0.00$), en cuanto a la dimensión afrontamiento y la autoestima existe una correlación directa, baja y significativa ($\rho = .136$; $\text{sig.} = 0.00$).

Es importante también considerar el sustento teórico respecto a las variables Autoestima y Estrés Académico, que son las siguientes.

Autoestima

La definición de autoestima según Coopersmith (1995), es la estimación que hace una persona sobre sí misma, esta autoestima, será expresada en actitudes tanto positivas como negativas y será reflejado en el grado en que la persona cree que es capaz, productiva o valiosa, por lo que podríamos diferir que la autoestima significa la evaluación del valor del individuo expresada en la actitud hacia sí mismo.

La autoestima, también se define como la percepción que se tiene de uno mismo, Córdova & Córdova (2019), proponen 2 ejes en la percepción, lo cognitivo y emocional, por lo que se consideraría que la percepción puede ser negativa o positiva, entre ello, las variables que llegan a influenciar en el nivel de autoestima suelen resaltar, el aspecto personal, la apreciación física, logros alcanzados a nivel personal, académico o profesional, siendo así, que será aún más influenciado a modo que se logra un nivel óptimo de satisfacción dentro del ámbito social.

Rodrich (2019), también define a la autoestima como una construcción en base a las experiencias previas de la persona, donde irá tomando conciencia sobre sí mismo para poder ir definiendo su identidad.

Las causas de la autoestima según Montesdeoca y Villamarín (2017), se refiere a que la persona “no nace con un autoconcepto de sí mismo, sino que lo va desarrollando a lo largo de su diario vivir a medida que se relaciona con su entorno”; esto quiere decir que la autoestima no se aprende, en cambio, va desarrollándose a lo largo de su vida. También se debe tener en cuenta que el juicio crítico que emiten los adultos hacia los menores, más aún si estos son significativos para ellos, mientras este adulto sea más importante para el niño, el valor de su opinión será más alta, lo que va a influenciar en la percepción propia del niño (Meza, 2018).

Clasificaciones de la autoestima, según Montesdeoca y Villamarín (2017), indican 3 tipos de autoestima. *La autoestima alta o autoestima positiva*, hace referencia a que los estímulos externos favorecerán en el comportamiento e intelecto de la persona, aportando conocimientos, logrando así que pueda adaptarse de forma exitosa en cualquier ámbito, esta persona suele tener menos juicios críticos negativos hacia sí mismo, actúa en base a sus propios valores, sobrelleva los obstáculos y toma cada experiencia como oportunidad; *la autoestima media o relativa*, nos indica que estamos en el proceso al desarrollo de la autoestima alta, las personas suelen tener confianza en sí mismas, pero requieren de aprobación continua de parte de sus pares, no es autosuficiente de poder soportar las presiones o ser reprochados por algún error; *la autoestima baja*, por otro lado, puede perjudicar la salud mental y física de la persona, pues son vulnerables ante las dificultades que se le presentes, no actuando correctamente. Estas personas suelen tener problemas para desenvolverse socialmente, pues su modo de actuar puede variar entre, agresivo, pasivo o reservado.

Dimensiones de la autoestima, según Coopersmith (1975), las dimensiones se dividen en: *sí mismo*: Indica la percepción que se tiene de sí mismo, la estabilidad, aspiraciones, confianza, habilidades, cualidades personales, la estimación que se brinda hacia sí mismo, en comparación a otras personas. Esta percepción va a ir estableciéndose con el tiempo, a través de las experiencias de éxito y fracasos de la persona; *social*: Indica las relaciones sociales, sentimiento de pertenencia hacia un grupo, mide las relaciones con su entorno social, apreciándose a sí mismo ante diferentes contextos sociales, como, las decisiones, interrelaciones, resolución de problemas, etc.; *familiar*: Indica las relaciones familiares, midiendo su autonomía, aprecio, compartir los valores y anhelos. Demuestra las actitudes y relaciones en entorno familiar.

Los Factores que influyen en la Autoestima según Coopersmith (1995), para el desarrollo de la autoestima, se debe tener en cuenta que, se da en la etapa de la niñez, el infante atenderá a las observaciones manifestadas de otros hacia él, como la atención, la gratitud y el reconocimiento; se debe tener en cuenta la historia de éxito que tuvo y como esto afectó de alguna manera a su entorno, asimismo, como él pudo tomar estos éxitos y fracasos de su día a día y sobrellevarlo. Por último, se debe tener en cuenta la manera en que el infante pudo usar las respuestas negativas recibidas de su entorno

El Modelo nomotético según Coopersmith (1967), se basa en que la autoestima general es el resultado de distintas áreas de estudio, de acuerdo con este autor este modelo significa la totalidad del autoconcepto académico, social, emocional y físico, que van a conservar una relación directa. Este modelo es el más tradicional de la autoestima, ya que con este se han logrado construir distintos instrumentos para comprender aún más la autoestima, entre ellos la Escala de Autoconcepto para Niños de Piers-Harris y el inventario de autoestima de Coopersmith (Coopersmith, 1967).

La Teoría de la Autoestima de Coopersmith (1967), propuesta por Stanley Coopersmith, afirma que la autoestima está determinada por el entorno familiar, indicando que los infantes reconocen momentos buenos y malos de sus padres y se evalúan a sí mismos. De esa forma las perspectivas positivas que nos percibimos aumentan sus posibilidades de ser cumplidas, si observamos que nuestros padres usan esas cualidades (Bednar et. al., 1989). En un estudio que realizó Coopersmith (1959), a padres con alta autoestima, supuso que los niños deben crecer en un medio familiar condicionadas para desarrollar una sana autoestima, cómo: hacer sentir al menos como parte valiosa de la familia; definición de límites; altas expectativas en base a las conductas del menor; brindando un espacio seguro para que el menor pueda desarrollar con libertad. Coopersmith consideró que el entorno social no tenía

mucha influencia en los infantes con una sana autoestima, ya que estos niños mantenían sus decisiones y razón, aunque se contradigan de su grupo social, a comparación de los infantes indecisos, inseguros de sí mismos, ya que no se arriesgaban a recibir críticas por lo que actuaban de manera sigilosa en medio de su grupo social. Esta teoría también hace hincapié a la imagen que tiene la persona de sí misma, ya que constantemente se valoriza y crítica, cómo lo hace un niño al percibir el efecto de su familia y la atención que reciba de ésta con la aprobación va a influir en su autoestima, concluyendo que éstas experiencias, ya sean exitosas o fracasos van a repercutir en el desarrollo de su autoestima.

El desarrollo de la autoestima para Coopersmith (1967), es un procedimiento que se realiza mediante una sucesión de fases para la misma: primero, el trato y aceptación que recibe la persona por parte de su entorno; segundo, el status y éxitos que tiene la persona; tercero, el valor y aspiración de la persona, que puede interpretar o modificar; cuarto, cómo la persona responde ante agentes que puedan aminorar su autoestima, que puede ser que la persona minimice o elimine su falla propia o de otros.

Estrés Académico

Lazarus et. al. (1986), definieron al estrés como la relación que se produce entre la persona y su entorno, el estrés ocurre cuando la persona cree que lo que está aconteciendo excede sus recursos disponibles y amenaza su bienestar personal, también podemos encontrar entre esta interrelación la evaluación cognitiva del sujeto y los componentes emocionales que conllevan la situación. Asimismo, otros autores también definen a estrés académico

Según Barraza (2005), lo define como algo que experimentan los estudiantes de educación media superior y superior, propiamente de los estresores vinculados al ámbito educativo.

Zamora (2022), indica que el estrés académico es la interpretación del estudiante de la percepción de los estresores que se da en el ámbito escolar, lo cual genera en él una carga mental y emocional, el estudiante puede tomar aquellos estresores como una amenaza en el que puede hacer frente o no.

Las causas del estrés académico según Escobar et. al. (2018), comienza desde el ingreso del estudiante a la universidad, ya que va a enfrentar grandes cambios en su aprendizaje, el cual genera en él nuevas experiencias como miedo, presión, nervios, sentimientos de vacío, deseos de cumplir expectativas, prisa por cumplir sus objetivos, incompetencia, falta de afrontamiento, entre otros, que van a exigir al estudiante gran demanda de recursos tanto en lo físico como psicológico para hacer frente a la situación. Asimismo, la sobrecarga de tareas, las exigencias de los docentes, la forma de evaluación, la malla curricular de la universidad, problemas económicos y la exigencia en el desempeño educativo pueden causar estrés en el estudiante (Maceo, 2013).

Las Dimensiones del Estrés Académico, según Barraza (2006), se reconoce en 3 componentes: *los estímulos estresores*, que va a depender de los eventos por el que esté pasando la persona y está le dará una valoración por lo que es diferente en cada persona. En lo que respecta a los estresores en el estrés académico se pudo identificar la competencia grupal, sobrecarga de tareas, excesiva responsabilidad, pocos incentivos, problemas con docentes o compañeros, los exámenes y tipos de trabajo (Barraza, 2003), poco tiempo para la realización de tareas, realizar un examen, exponer en clases, interferir en clase, ser llamado por el profesor, competencia en las aulas, trabajo de estudios y aulas sobrepobladas (Polo et.

al. 1996). Los estresores mencionados con la valoración cognitiva que hace el estudiante en un mismo contexto y esto puede ser percibido o no como estresor; *síntomas*, el cual está compuesto por 3 indicadores, indicador físico (temblor muscular, morderse la uña, dificultad para dormir, dolor de cabeza, etc.), indicador psicológico (poca concentración, intranquilidad, angustia, desaliento, depresión, etc.) e indicador comportamental (lidiar con otros, apartarse de su entorno, faltar a clases, poco consumo de alimentos, atracones de comida, etc.), estos indicadores van a manifestarse de forma distinta en cada persona; *estrategias de afrontamiento*, es el proceso cognitivo que se da cuando el ambiente se percibe amenazante, cada persona va a hacer uso de las estrategias que va dominando, ya sea innatas o por algún descubrimiento, los factores genéticos, la comunicación con los padres y el entusiasmo pueden ser un excelente pronóstico para el afrontamiento al estrés, entre ellas tenemos, las habilidades, la confidencialidad, los cumplidos propios, la concentración, el positivismo, distracciones físicas, etc.

Los factores asociados al estrés académico según Blandón et. al. (2021), son: *la entrada a la universidad*, ya que el estudiante es sometido situaciones estresantes en el nuevo medio, siendo este un potencial generador de estresores; *el modelo control*, que son los acontecimientos que van a incitar cambios en la exigencia del estudiante, quien tendrá poco control sobre sí mismo en este entorno, lo cual tendrá poco dominio sobre los acontecimientos cotidianos; *cambio a otro ambiente*, aunque sean algo al cual el estudiante debería estar acostumbrado, puede llegar a tener efectos negativos en algunos, afectando su salud tanto física como psicológica; *estilo de vida de los estudiantes*, al acercarse eventos importantes en su vida académica como los exámenes, exposiciones, entrega de trabajos, los estudiantes optan por el consumo excesivo de alcohol, cafeína, sustancias adictivas, tranquilizantes que podrían ocasionar la aparición de otros trastornos; factor cognitivo,

conjunto de procesos psicológicos que abarca la percepción, recopilación e interpretación de información y la toma de decisiones; factor emocional, son las sensaciones o sentimientos positivos o negativos, como la apatía, melancolía, empatía, autocontrol, motivación y habilidades sociales; respuesta fisiológica, es la respuesta automática, que genera el cuerpo, manifestando así síntomas físicos, conductual o psicológico; por último, la respuesta conductual, que se refiere a la respuesta verbal y no verbal del estudiante.

Las consecuencias del estrés académico según Barrón et. al (2021), pueden ser: *Los efectos físicos* como, las alteraciones del sueño, sensación de cansancio, fatiga crónica, dolores de cabeza, migraña, ansiedad; *Efectos psicológicos* como, el estrés en los estudiantes, tristeza, incapacidad para relajarse, falta de concentración en su actividad académica, pérdida de apetito, etc. Estas consecuencias se van a producir por diversos factores que van a depender del contexto en que se encuentre el estudiante, el círculo social, así como la relación con sus familiares, amigos o pareja que también pueden verse afectados.

El Modelo Sistémico-Cognoscitivista del estrés académico según Barraza (2006), se basa en 2 supuestos de partida: *supuesto sistémico*, este sistema del modelo detalla que las personas es un sistema abierto, el cual es relacionado con el medio ambiente, siendo este un flujo continuo de entrada (considerada como input) y salida (considerado como output) de esa forma lograr el balance, es decir, se puede caracterizar como un esquema input-output, siendo input la adquisición de recursos para iniciar el ciclo de actividad y output el flujo de salida de un sistema, esta relación va a ser complementada con una retroalimentación que identifica los mecanismos a través del cual el sistema abierto recopila la información del impacto de las decisiones internas en el medio ambiente y así finalmente con el flujo continuo de input-output, de logrará en estado de equilibrio sistémico; *supuesto cognoscitivista*, este sistema nos ayudará a comprender los procesos internos de la persona

para interpretar las entradas (input) y decidir las salidas (output), es por ello que se presenta de forma secuencial 3 momentos para su alcance, la relación entre la persona-ambiente se da por medio del evento estresante (entrada), interpretación del evento y la respuesta del organismo (salida), luego, la persona hace una evaluación del evento estresante y los recursos que tiene para hacer afrontarlo, por último, cuando no hay un equilibrio entre el evento estresante y los recursos que dispone, surge el estrés, por lo que la persona debe hacer uso de distintas estrategias para hacer frente.

Para poder entender mejor el modelo, Barraza (2006), nos muestra una representación gráfica sobre el modelo sistémico cognoscitivista para el estrés académico, iniciando la lectura del lado izquierdo superior, nos indica que, el entorno en el que se encuentra la persona crea una serie de requerimientos o demandas, el cual la persona realizará un proceso de evaluación, si el sujeto percibe que estas demandado superan sus recursos, lo percibirá como un estresor, estos estresores se establecen en el input (entrada) que ingresan al sistema y causan un desequilibrio en la relación persona-ambiente, este desequilibrio pasará a un segundo proceso de valoración para poder afrontar (coping) el evento estresante y determinar la forma de afrontar la situación, luego, el sistema va a responder con uso de estrategias de afrontamiento (output) a las exigencias del entorno, por último, una vez ejecutado las estrategias, si llegan a tener éxito, el sistema restablecerá su equilibrio, pero, si no tiene éxito, se va a llevar a cabo un tercer proceso evaluativo para ajustar la estrategia hasta obtener el logro esperado.

La justificación de este estudio encontrados permitirá a nivel practico, extender los conocimientos sobre estas variables y su relación, ya que en este distrito no se ha registrado alguna investigación que describa la relación entre la ansiedad y la autoestima, muchas veces los antecedentes han arrojado inconsistencias y distintos puntos de vista por lo que se ha

visto necesario seguir explorando esta problemática, también se busca que los resultados hallados permitan dar soluciones específicas a la realidad problemática mencionada, hecho que mejorará en la calidad de vida de los estudiantes; a nivel teórico, ampliar el modelo teórica de las variables investigadas, contrastando aquellos

conocimientos con la realidad estudiantil, reafirmando la validez de los autores que afirman la relación entre autoestima y estrés académico; a nivel metodológico, se usó métodos de investigación como instrumentos y el procesamiento de información para conocer la correlación entre las variables estudiadas, de igual manera los instrumentos usados en este estudio pueden ser usados para futuras investigaciones; a nivel social, este estudio es relevante porque habrá un beneficio para los estudiantes, ya que los resultados presentados permitirán que la universidad adopte medidas que favorezcan la salud mental de los estudiantes y brindar una mayor calidad estudiantil.

Asimismo, estas variables van relacionadas con el desarrollo personal, a medida que comenzamos a aceptarnos, estaremos mucho más gustoso con nosotros mismos y podremos realizar todos nuestros objetivos.

Por otro lado, se percibe a la ansiedad con un desencadenante de condiciones donde puede afectar de manera significativa al estudiante, ya que altera la capacidad para manejar situaciones estresantes durante el ciclo universitario, ya sea trabajos acumulados o dejados a última hora, incapacidad para adaptarse a los horarios, entre otros. Por tal motivo esta investigación nos va a permitir conocer si existe alguna relación entre la autoestima y la ansiedad, asimismo, el valor que cada variable tendrá en el sujeto, y de qué forma estas repercuten en el desarrollo personal y profesional.

1.2. Formulación del problema

Problema General

¿Cuál es la relación que existe entre autoestima y estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023?

Problemas Específicos

- ¿Cuál es la relación que existe entre autoestima y la dimensión estresores del estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023?
- ¿Cuál es la relación que existe entre autoestima y la dimensión síntomas del estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023?
- ¿Cuál es la relación que existe entre autoestima y la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023?

1.3. Objetivos

Objetivo General

Determinar la relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023.

Objetivos Específicos

- Establecer la relación entre autoestima y la dimensión estresores del estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023.
- Establecer la relación entre autoestima y la dimensión síntomas del estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023.

- Establecer la relación entre autoestima y la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023.

1.4. Hipótesis

Hipótesis General

- **Ha:** Si existe una relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023.
- **Ho:** No existe una relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023.

Hipótesis Específica

- **Ha1:** Existe relación entre autoestima con la dimensión estresores de estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023.
- **Ha2:** Existe relación entre autoestima con la dimensión síntomas de estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023.
- **Ha3:** Existe relación entre autoestima con la dimensión estrategias de afrontamiento de estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

Este estudio presenta un enfoque cuantitativo, ya que se basa en el recojo de datos y análisis de información bajo el uso de instrumentos estadísticos, este enfoque busca comprobar la hipótesis planteada en la investigación (Morales, 2016). Por lo que se utilizó este enfoque debido a que se hará un análisis de cada variable, con ellos se considerará datos de medición numérica para realizar un análisis a cada variable, buscando la interpretación sobre las variables elegidas. El diseño considerado es no experimental, debido a que las variables no serán manipuladas y se presentarán tal y como se presentan en la realidad, de manera que se describirá las variables, analizará su incidencia y su relación en un momento determinado. El presente estudio es de tipo correlacional debido a que describe las relaciones entre las variables de autoestima y ansiedad, por medio de la estadística para contrastar las hipótesis (Rodrich, 2019). Este tipo de investigación predice e identificar la relación entre dos o más variables, recogiendo datos en base a una hipótesis, resumiendo la información y analizando los resultados de manera minuciosa para así obtener “generalizaciones significativas que contribuyan al conocimiento” (Morales, 2016).

La gráfica del estudio es la siguiente:

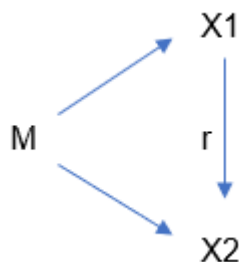
Donde:

M: muestra

X1: autoestima

X2: estrés académico

r: relación



La *unidad de análisis* el estudio está constituido por cada estudiante de la carrera de psicología, cursando en el 9no y 10mo ciclo de una universidad privada del distrito de San Juan de Lurigancho durante el periodo de 2023 – II.

La *población* para Mendoza y Villar (2020), es la totalidad del cual se estudiará, asimismo, tendrán características en común. El tipo de muestreo empleado para el presente estudio es no probabilístico porque la muestra dependió en un juicio subjetivo, buscando ciertas características particulares para realizar la investigación, más no fue elegido al azar (Rodrich, 2019). El presente estudio estará conformado por 300 estudiantes aproximadamente pertenecientes a la carrera de psicología del 9no y 10mo ciclo, de ambos sexos entre las edades de 20 a 30 años, de una universidad privada del distrito de San Juan de Lurigancho de la provincia de Lima.

La muestra según Mendoza y Villar (2020), es un grupo de la población, de esta manera se generalizará los resultados. Este estudio está constituido por una muestra de 100 estudiantes pertenecientes a la carrera de psicología del 9no y 10mo ciclo, de ambos géneros entre las edades de 20 a 30 años, son mujeres 76 y varones 24, pertenecen a una universidad privada del distrito de San Juan de Lurigancho de la provincia de Lima.

Los criterios de inclusión fueron: estudiantes actualmente matriculados, estudiantes de sexo masculino y femenino, estudiantes entre 20 y 30 años de edad, estudiantes pertenecientes de la carrera de psicología, estudiantes pertenecientes al 9no y 10mo ciclo y, por último, estudiantes que hayan culminado con todos los ítems de los instrumentos.

Los criterios de exclusión fueron: estudiantes de otras carreras, estudiantes que no aceptaron el consentimiento informado, estudiantes de otras edades, estudiantes de otros ciclos, estudiantes que no hayan culminado con todos los ítems de los instrumentos y, por

último, estudiantes de universidad estatal y presentan alguna deficiencia mental o discapacidad visual o auditiva.

En técnicas e instrumentos, la técnica elegida para la presente investigación fue la *encuesta* lo cual es un procedimiento que consiste en la recolección de datos mediante el uso de instrumentos, el cual se usará en una muestra seleccionada con el fin de medir actitudes (Mendoza y Villar 2020). Para la recolección de datos se presentará un permiso al coordinador de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, luego se procederá a digitalizar los instrumentos mediante formulario de Google, de esa manera se enviará a los estudiantes mediante un link para que puedan resolverlo de forma virtual. Además, podrán firmar el consentimiento informado previo a realizar el llenado de los formularios.

V1: El Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith Versión adultos, fue creado por Stanley Coopersmith (1975). Este instrumento fue desarrollado en Estados Unidos en 1959. Fue adaptado por Lachira (2013) en Perú, tiene como finalidad medir las actitudes valorativas en el área personal, familiar y social mediante la experiencia del sujeto. La administración es individual o colectiva y se desarrolla con una duración aproximada de 20 minutos y se aplica para personas de 16 años en adelante. Está constituido por 25 ítems o preguntas del cual tiene 2 opciones de respuesta: verdadero o falso. Asimismo, se divide en 3 dimensiones del cual se puntúa en: Sí mismo general (ítems: 1,3,4,7,10,12,13,15,18,19,23,24,25), Social (ítems: 2, 5, 8, 14, 17, 21) y Familiar (ítems: 6, 9, 11, 16, 20, 22), del cual juntos sumarán el puntaje total.

Para esta investigación se desarrollará la adaptación de Lachira (2013), del cual utilizó en su investigación de Risoterapia: intervención de enfermería en el incremento de la autoestima en adultos mayores del Club “Mis Años Felices”. Lachira (2013) validó y adaptó

este instrumento para que pueda ser usado en su población de investigación. Este instrumento fue sujeto a juicio de expertos, lo cual, los puntajes obtenidos mostraron una confiabilidad de 0.605 según Kuder-Richardson.

Del instrumento original la confiabilidad oscila entre .78 y .92 mediante el test- retest y dos mitades. Sin embargo, la confiabilidad que obtuve Lachira (2013) fue de .60 según Kuder – Richarson, lo cual se comprobó como estadísticamente buena.

En el Perú este instrumento fue validado por diferentes autores. En primer lugar, Panizo (1985) alcanzó una correlación de .80 entre la original y la forma C, correlaciones entre .42 y .66 con otras escalas de autoconcepto y de autoestima. En el formato para adultos obtuvo correlaciones de .80 en las muestras donde se realizó su investigación. En segundo lugar, Tarazona (2013) obtuvo una correlación de .79 y halló mediante el criterio de jueces. Por último, Lachira (2013) en su estudio, de prueba binomial sometido a juicio de expertos, obtuvo un puntaje de .012, por tanto, $P < 0.05$ del cual se estableció como estadísticamente significativa.

V2: Ficha Técnica del Inventario SISCO SV-21, fue creado por Arturo Barraza Macías (2006). Este instrumento fue desarrollado en México en 1959. Fue adaptado por Olivas et. al. (2021) en Perú. Tiene como finalidad medir las áreas de reacciones físicas, psicológicas y comportamentales. La administración es individual o colectiva y se desarrolla con una duración aproximada de 10 a 15 minutos y se aplica para estudiantes de educación media superior, superior y posgrado.

Está constituido por 23 ítems repartidos de la siguiente forma: 1 ítem dicotómico de si o no, para determinar si el candidato es apto o no a responder la encuesta; 1 ítem con una escala del 1 al 5, permitirá identificar la intensidad de estrés académico en que se encuentra la persona; 7 ítems con 6 valores en una escala de Likert (nunca, casi nunca, algunas veces,

rara vez, casi siempre, siempre) que permitirán identificar la frecuencia con la que se presentan las demandas del entorno de los estímulos estresores; 7 ítems con 6 valores en una escala de Likert (nunca, casi nunca, algunas veces, rara vez, casi siempre, siempre) que permitirán identificar la frecuencia con la que se presentan los síntomas ante los estímulos estresores; 7 ítems con 6 valores en una escala de Likert (nunca, casi nunca, algunas veces, rara vez, casi siempre, siempre) que permitirán identificar la frecuencia con la que se hace uso de las estrategias de afrontamiento.

El instrumento original presenta una confiabilidad de .85 en alfa de Cronbach. Según dimensiones, estresores presenta una confiabilidad en alfa de Cronbach de .83, los síntomas una confiabilidad en alfa de Cronbach de .87 y estrategias de afrontamiento una confiabilidad en alfa de Cronbach de .85.

La validez del instrumento se recogió por medio de 2 procedimientos, el análisis de consistencia interna y el análisis factorial. Los resultados encontrados confirmaron el valor tridimensional del inventario de estrés académico SISCO, se ratificó la direccionalidad y homogeneidad de los ítems del inventario por medio del análisis de consistencia interna, lo cual permite confirmar que los ítems son parte del constructo que se estableció en el modelo construido.

El instrumento SISCO V-21, obtuvo una confiabilidad de alfa de Cronbach de 0.85, en cuanto a sus dimensiones, en la dimensión estresores obtuvo una confiabilidad de 0.83 en la dimensión síntomas obtuvo una confiabilidad de 0.87 y en la dimensión estrategias de afrontamiento obtuvo una confiabilidad de 0.83.

En el Perú, la validez del instrumento fue demostrada por Olivas et. al. (2021), confirmó que el modelo oblicuo del instrumento obtuvo índices aceptables y de mayor parsimonia obteniendo: TLI=.920, CFI=.929, SRMR=.61 y RMSEA=.083 [.078-.088], de

esta manera los autores confirmaron la pertinencia del modelo sistémico del instrumento propuesto por Barraza (2018).

La confiabilidad del instrumento validado en Perú por Olivas et. al. (2021), fue analizado por el procedimiento de consistencia interna, obteniendo un puntaje $>.80$ del coeficiente Omega para los tres factores de 7 ítems cada una, lo cual fue considerado cómo excelente, confirmando la confiabilidad con un nivel alto.

En el procedimiento de recolección de datos, se revisó y seleccionó los instrumentos a usar, continuamente se procedió a corroborar su validez en el Perú. Ambos instrumentos fueron digitados al formulario de Google para la resolución de los instrumentos de manera virtual. Asimismo, se estableció los contactos con el coordinador para el respectivo permiso y poder continuar con la recolección de datos. Durante la recolección de datos se informó a los estudiantes pertenecientes de la carrera de psicología sobre la finalidad de la investigación. Asimismo, se les solicitó completar el consentimiento informado para que permitan hacer uso de su información. Se brindó las indicaciones necesarias para realizar el llenado cada instrumento y al culminar el llenado de los instrumentos, se agradecerá la participación a los estudiantes. Después de haber completado con la totalidad de los participantes se realizó una depuración con aquellas pruebas que no cumplían con los criterios requeridos. Continuamente, se exportó la base de datos a una hoja en MS Excel para luego armar un análisis de datos con el software SPSS.

En el análisis estadístico de datos, se utilizó Google formulario para la creación de los instrumentos de forma digital, tanto para el Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith Versión Adultos e Inventario para el estrés académico (SISCO). Al obtener los resultados de los participantes, se registró en una base de datos en una hoja de cálculo Excel. Luego se exportó los datos correspondientes al paquete estadístico SPSS versión 24 para

proceder con el respectivo análisis estadístico. En primer lugar, se realizó el análisis de frecuencia para distribuir la muestra según edad y sexo. Seguidamente, se evaluará la consistencia interna, a través de la confiabilidad del alfa de Cronbach y el coeficiente omega, también, procederemos analizar las correlaciones, ítem-test.

Respecto al software SPSS, se realizó una contrastación de hipótesis, primero se comprobó si los datos tienen un comportamiento normal o no normal, de acuerdo al resultado obtenido, se decidió en usar el coeficiente de correlación de Spearman. Luego, evaluó el coeficiente de correlación obtenido, para luego comparar el p valor con el valor teórico de contraste (.05), luego de determinar y comparar el valor obtenido, aplicamos la regla de decisión. Si el p valor era menor al valor teórico, procedíamos a rechazar la hipótesis nula y estaríamos aceptando la hipótesis alterna, que nos indicaba la existencia de correlación, paralelamente evaluamos el coeficiente de correlación para determinar el grado y fuerza de esta misma.

Los aspectos éticos de este estudio fueron realizados bajo la normativa APA versión 7, además se contó con la autorización bajo el consentimiento informado de cada participante, brindándole la confidencialidad y resguardando su identidad. Toda la información recaudada fue de uso académico, ningún participante salió perjudicado ya que la presente investigación se realizó para el bienestar de la comunidad universitaria. Por último, se actuó acorde a la normativa del colegio de psicólogos del Perú donde prima el respeto, la honradez, igualdad y confidencialidad priorizando las normas profesionales. Por otro lado, el presente estudio, se llevó a cabo la Normativa de Código de Ética y Deontología del Colegio de Psicólogos del Perú (2017), del cual, establece en el Artículo 24, que el Psicólogo debe contar con el consentimiento informado de las personas con las que se realizará la investigación. En esta investigación se procedió a contar con el consentimiento

de las personas que realizaron la encuesta para el uso de la información con fines educativos. Asimismo, data, en el artículo 26, que en esta investigación la información utilizada fue verídica, así como también los resultados expuestos al final de la investigación; la información expuesta en esta investigación no va incurrió en el plagio o falsificación de datos.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

El objetivo general es determinar la relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023.

Tabla 1

Relación Rho de Spearman entre Autoestima y Estrés Académico

Variables	Estrés Académico	
	rs	p
Autoestima	-0.491	0.000

Nota. rs= coeficiente de correlación; p= significancia

En la tabla N° 1, se muestra la correlación negativa moderada, ya que la prueba de Rho de Spearman alcanzó -0.491 y una significancia de 0.000 entre las variables Autoestima y Estrés Académico. Esto quiere decir, los estudiantes universitarios con mayor estrés académico manifiestan menor autoestima, confirmando la existencia de una relación. Por lo tanto, aceptamos la hipótesis alterna que nos plantea la relación entre Autoestima y Estrés Académico.

El primer objetivo específico es establecer la relación entre autoestima y la dimensión estresores del estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023.

Tabla 2

Relación Rho de Spearman entre la autoestima y la dimensión estresores

Variables	Dimensión Estresores	
	rs	p
Autoestima	-0.612	0.000

Nota. rs= coeficiente de correlación; p= significancia

En la tabla N° 2, se observa que el (p) valor es de 0.000, este resultado demuestra en la regla de decisión que debemos rechazar la hipótesis nula, es decir, si hay relación entre la variable Autoestima y la dimensión Estresores de la variable Estrés Académico. También podemos analizar que el coeficiente de correlación de Rho de Spearman es de -0.612, es decir, hay una correlación inversa moderada.

El segundo objetivo específico es Establecer la relación entre autoestima y la dimensión síntomas del estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023.

Tabla 3

Relación Rho de Spearman entre la autoestima y dimensión síntomas

Variables	Dimensión Síntomas	
	rs	p
Autoestima	-0.541	0.000

Nota. rs= coeficiente de correlación; p= significancia

En la tabla N° 3, se observa que el (p) valor es de 0.000, este resultado demuestra en la regla de decisión que debemos rechazar la hipótesis nula, es decir, si hay relación entre la variable Autoestima y la dimensión Síntomas de la variable Estrés Académico. También podemos analizar que el coeficiente de correlación de Rho de Spearman es de -0.541, es decir, hay una correlación inversa moderada.

El tercer objetivo específico es establecer la relación entre autoestima y la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023.

Tabla 4

Relación Rho de Spearman entre la autoestima y la dimensión Estrategias de afrontamiento

Variables	Dimensión Estrategias de afrontamiento	
	rs	p
Autoestima		

0.526

0.000

Nota. rs= coeficiente de correlación; p= significancia

En la tabla N° 4, se observa que el (p) valor es de 0.000, este resultado demuestra en la regla de decisión que debemos rechazar la hipótesis nula, es decir, si hay relación entre la variable Autoestima y la dimensión Estrategias de afrontamiento de la variable Estrés Académico. También podemos analizar que el coeficiente de correlación de Rho de Spearman es de 0.526, es decir, hay una correlación directa moderada.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Debido a que la autoestima es importante para el ser humano, como validar su autoconcepto y el estrés académico está presente en todo estudiante como parte de la vida universitaria, es importante conocer las diversas investigaciones y teorías realizadas, es por ello que luego de la recolección de datos de la muestra que ha sido seleccionada para el presente estudio y el análisis estadístico realizado, se presenta la siguiente discusión.

Como resultado del objetivo general, dónde se planteó si hay relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes de Psicología una universidad privada de Lima, se obtuvo a través del coeficiente de relación Rho de Spearman = -0.491, mostrando una correlación moderada e inversa, con una significancia de 0.000 entre autoestima y estrés académico. Este resultado coincide con la investigación de Paredes (2022), quien en su estudio halló una correlación inversa, alta y significativa entre autoestima y estrés académico ($\rho = -.357$), lo cual indica en su estudio que al observarse un alto nivel de estrés académico, los niveles de autoestima baja aumentaban del estudiante, de modo que el autor nos menciona que la percepción del estrés académico del estudiante devaluaba las habilidades, competencias, creando inestabilidad en el propio estudiante. De igual manera, se observa una similitud de resultado en la investigación de Vilca et. al. (2021) quien determinó mediante la correlación de Rho de Spearman = -.71, que encontraron una correlación inversa, siendo está significativa entre las variables de estrés académico y autoestima, lo cual nos indican los autores que, si el nivel de estrés académico de los estudiantes se eleva, la autoestima va a disminuir. Estos resultados se sustentan en la teoría de Coopersmith (1955), quien nos habla acerca de la valoración hacia sí misma de la persona, el cual, si es positiva o negativa, se verá reflejado en sus capacidades, aptitudes, esto, en base a la experiencia previa. Por su parte Montesdeoca et. al. (2017) indican que los índices elevados de la

autoestima en la persona favorecerán en la conducta e intelecto de la persona, por lo que podrá adaptarse fácilmente en cualquier ambiente, al contrario de una persona con una baja autoestima, quien perjudica su salud física y mental, pues son indefensos ante cualquier evento. Asimismo, el inicio y transcurso de la etapa universitaria creará en el estudiante temor, nervios, tristeza, intimidación (Escobar et. al., 2018), de no ser que el estudiante tuviera una autoestima adecuada, el estrés académico le afectará directamente siendo una amenaza para su desarrollo académico (Zamora, 2022).

Respecto al primer objetivo específicos de la investigación el cual fue establecer la relación entre autoestima y la dimensión estresores del estrés académico, se halló una correlación inversa y moderada ($\rho = -0.612$; sig. = 0.000). Este resultado guarda relación con el estudio de Laca (2021), quien en su estudio el cual tuvo como objetivo determinar la relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes, halló en sus resultados una correlación inversa y baja entre la autoestima y la dimensión estresores del estrés académico ($\rho = -.4446$; sig. = .01), asimismo, en la investigación de Chávez et. al. (2019), mostró que el 77% de los estudiantes percibía un alto nivel de estresores, dónde señalaban que los trabajos, las evaluaciones, las competencias académicas, tiempo limitado, estaban presentes en bajas o altas medidas durante el ciclo académico. Por su parte, Barraza (2006), hace mención que los estresores va a depender de la experiencia propia del sujeto, ya sea la sobrecarga de actividades, los exámenes, la competencia, asimismo, Maceo (2013), indica que los problemas económicos, las exigencias académicas, la presión por el buen rendimiento son las principales causas del estrés.

Respecto al segundo objetivo específico del presente estudio, el cual fue establecer la relación entre autoestima y la dimensión síntomas del estrés académico, los resultados indicaron que existe una correlación indirecta y moderada ($\rho = -0.541$; sig. = 0.000). Este

resultado coincide con la investigación de Zamora et. al. (2022), que buscaron determinar la relación entre autoestima y estrés académico en universitarios, el cual presentan en sus resultados una correlación inversa y moderada entre la dimensión de los síntomas del estrés académico y autoestima ($\rho = -.406$; sig. = .000), lo cual, indican los autores que los mayores niveles de síntomas de estrés están asociados a los niveles de autoestima bajo. Barraza (2006), expuso que los síntomas del estrés académico se puede dar en 3 aspectos, el físico (insomnio, migrañas, cansancio, dolores corporales), psicológicos (temor, sensación de vacío, anhedonia, intranquilidad) y comportamentales (aislamiento social, desgano, tendencia a los conflictos), que puede manifestarse de forma distinta en cada estudiante, esto, va a depender de las circunstancias en que se encuentre y los factores del medio en el que se rodea el estudiante (Barrón et. al., 2021). Estos síntomas, son influenciados por la percepción hacia sí mismo del estudiante, ya sea negativa o positivo va a afectar en el nivel de la autoestima que se verá reflejado en el aspecto académico y de como éste se va a desarrollar (Córdova et. al., 2019), por ende, si los síntomas del estudiante se presentan en un nivel muy alto y el desempeño académico es afectado, va a afectar en la autoestima del estudiante y de cómo éste se percibe académicamente.

Respecto al tercer objetivo de esta investigación, el cual fue establecer la relación entre autoestima y la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico, los resultados indicaron que existe una correlación directa moderada ($\rho = 0.526$; sig.= 0.000), que nos indica que a mayor estrategia de afrontamiento presente el estudiante, el nivel de autoestima será elevado. Estos resultados coinciden con el trabajo de investigación de Albán (2018), quien en su estudio con el objetivo de determinar la relación entre autoestima y estrés académico, sus resultados hallaron una correlación directa y significativa entre la dimensión afrontamiento y la variable autoestima ($\rho = .136$; sig.= 0.00), lo que indica que los

estudiantes en el transcurso de su vida universitaria desarrollan estrategias para hacer frente al estrés, ya que este es algo que involuntariamente se va a dar en el estudiante. Por otro lado, Montesdeoca et. al. (2017), menciona que una persona con autoestima positiva, va a poder adaptarse en cualquier medio de manera exitosa, haciendo uso de sus recursos en base a la experiencia previa, sin embargo, si el estudiante no se siente capaz para hacer frente al estrés, debido a que percibe la situación estresante más grande que sus recursos, desarrollará estrés (Lazarus et. al., 1986). Es por ello, que el estudiante ante un medio amenazante va a usar las estrategias que domina, cómo los cumplidos propios, las capacidades, juegos, relajación, etc., que ha desarrollado a través de diferentes formas (Barraza, 2006).

En cuanto a la implicancia teórica, los resultados que se han obtenido en este trabajo de investigación, son útiles para las futuras investigaciones, porque ayudará a conocer de qué manera se relaciona la autoestima y estrés académico, esto quiere decir, si un universitario presenta un alto estrés académico, existe una probabilidad de que los niveles de la autoestima disminuyan y viceversa, asimismo, las fuentes y base de datos que se usaron en este estudio son confiables para los estudios a futuro que se deseen realizar con el uso de ambas variables, ya que son completamente sustentadas y comparadas con otros estudios. En cuanto a la implicancia práctica, con el análisis de datos y los resultados hallados, va a permitir que se puedan establecer a nivel institucional talleres para el uso de estrategias para el afrontamiento al estrés para que los estudiantes puedan hacer uso y que los niveles de estrés y autoestima sean lo mínimo posible para que puedan tener una experiencia universitaria adecuada, de igual forma, se puedan abordar los síntomas que presenten los estudiantes durante el trayecto universitario. Por último, en las implicancias metodológicas, los instrumentos que se usaron, adaptados en Perú, con una buena validez y confiabilidad

permitieron dar una información más precisa en los resultados. Finalmente, se debe redactar una conclusión por cada objetivo propuesto.

En cuanto a las limitaciones del estudio, las investigaciones que trabajen con ambas variables son muy escasas tanto en el territorio nacional como internacional, asimismo, muchos de estos estudios eran descriptivos, por lo que, al ser el presente estudio correlacional, había limitación para hacer la comparativa.

Conclusiones

- Si existe relación significativa entre autoestima y estrés académico en un grado moderado y negativo, es decir, que a mayor nivel de autoestima presente el estudiante, los niveles de estrés serán menores y de manera viceversa.
- Además, si existe una relación inversa y moderada entre la autoestima y la dimensión estresores, esto quiere decir, que a mayor exposición de estresores se encuentre el estudiante, menores niveles de autoestima tendrá el estudiante
- En cuanto a la relación entre la autoestima y la dimensión síntomas, se halló una correlación inversa y moderada, esto quiere decir, que a mayores síntomas haya en el estudiante, menores niveles de autoestima tendrá.
- Por otro lado, se estableció que, si existe una relación directa y moderada entre la autoestima y la dimensión estrategias de afrontamiento, esto quiere decir, que a mayor uso de estrategias haga el estudiante frente al estrés, los niveles de autoestima serán mayores.

Referencias

- Acharya, R., y Chalise, H. (2015). Self-Esteem and Academic Stress among Nursing Students. *Kathmandu University Medical Journal*, 52(4), 298–302.
<https://doi.org/10.3126/kumj.v13i4.16827>.
- Albán, J. (2018). *Autoestima Y Estrés Académico en estudiantes de una Universidad De Lima Sur* [Universidad Autónoma del Perú]. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/560>.
- American Psychological Association. (2023a, November). *Stress in America 2023: A nation recovering from collective trauma*. APA.
<https://www.apa.org/news/press/releases/stress/2023/collective-trauma-recovery>
- American Psychological Association. (2023b, November 1). *Stress in America™ 2023: A nation grappling with psychological impacts of collective trauma*.
- American Psychological Association. (2023c, November 1). *Stress in America™ 2023: A nation grappling with psychological impacts of collective trauma*.
- Barraza, A. (2003). El estrés académico en los alumnos de postgrado de la Universidad Pedagógica de Durango. *Memoria Electrónica Del VII Congreso Nacional de Investigación Educativa*, 1–21.
- Barraza, A. (2005). Características del Estrés Académico de los alumnos de Educación Media Superior. *Investigación Educativa Duranguense*, X(4), 15–20.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2880918>
- Barraza, A. (2006). Un Modelo Conceptual Para El Estudio Del Estrés Académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110–129.
www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin.110

- Barraza, A. (2007). Estrés académico: Un estado de la cuestión. *Revista Psicología Científica.Com*, 9(2). <https://psicolcient.me/dga8g>
- Barraza, A. (2010). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica De Psicología Iztacala*, 9(3).
<https://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/19028>
- Barraza, A. (2018). *INVENTARIO SISCO SV-21 Inventario Sistemático Cognoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems* (ECORFAN).
<https://doi.org/0000-0001-6262-0940>
- Barrón, M., y Armenta, L. (2021, October 28). Efectos del estrés en el rendimiento académico de los Estudiantes de la Licenciatura de Psicología. *Revista de Investigación Académica Sin Frontera*, 1–33.
<https://doi.org/https://doi.org/10.46589/rdiasf.vi36.388>
- Bednar, R. L., Wells, M. G., & Peterson, S. R. (1989). Self-esteem: Paradoxes and innovations in clinical theory and practice. American Psychological Association.
<https://doi.org/10.1037/10068-000>
- Blandón, A., Briones, E., y Villarreyna, A. (2021). *Repercusiones psicológicas del estrés académico en estudiantes de II-V año de la Carrera de Contaduría Pública y Finanzas, turno sabatino, UNAN Managua, FAREM Estelí, agosto diciembre 2020*. [Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua].
<https://repositorio.unan.edu.ni/16320/1/20315.pdf>
- Bonilla, A. (2022). *El estrés académico y su relación con la autoestima en adolescentes*. [Universidad Técnica de Ambato].

<https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/36716>

Chávez, J., y Peralta, R. (2019). Estrés académico y autoestima en estudiantes de enfermería, Arequipa-Perú. *Revista de Ciencias Sociales (RCS)*, XXV(1), 384–399.
<https://orcid.org/0000-0003-4120-001X>

Colegio de Psicólogos del Perú. (2017). *Código de Ética y Deontología*.
https://www.cpsp.pe/documentos/marco_legal/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf

Coopersmith, S. (1959). A method for determining types of self-esteem. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 59(1), 87–94.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1037/h0048001>

Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. Freeman and Company.

Coopersmith, S. (1975). *Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith (SEI). Versión adultos* (Vol. 3).

Coopersmith, S. (1976). *Estudio sobre la estimación propia*. Selections Scientific American.

Coopersmith, S. (1995). *The Antecedents of Self Esteem Consulting*. Psychologist Press.

Córdova, B., y Córdova, E. (2020). Autoestima Y Ansiedad En Estudiantes Universitarios Sexualmente Activos. In *Ocho estudios de salud mental* (pp. 133–156). Corporación Universitaria Del Caribe Cecar. <https://doi.org/10.21892/978-958-5547-34-6.6>

Durán, J., & Crispin, D. (2020). Influence Of The Self-Esteem On The Academic Achievement Of Medicine Student At San Andres University. *Revista Médica*, 26(2), 1–7. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-89582020000200002&lng=es&tlng=es.

- Escobar, E., Soria, B., López, G., y Peñafiel, D. de los A. (2018, August). Manejo del estrés académico; revisión crítica. *Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo*.
<https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html>
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Gruen, R. J. (1986). Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(5), 992–1003.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-3514.50.5.992>
- Gutiérrez, P., & Dennis, L. (n.d.). *Estrés académico y Autoestima en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Huancayo - 2021*. Retrieved January 3, 2024, from <https://hdl.handle.net/20.500.14138/6340>
- Inc, G. (2022). *Gallup Global Emotions*. <https://www.gallup.com/analytics/349280/gallup-global-emotions-report.aspx>
- Instituto Peruano del Deporte. (2019, May 23). *IPD e “Impactando vidas” mejora la autoestima de los niños*. Gob.Pe. <https://www.gob.pe/institucion/ipd/noticias/196041-ipd-e-impactando-vidas-mejora-el-autoestima-de-los-ninos>
- Jerez, M. (2022). *Relación entre los niveles de autoestima y estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Ambato*.
<https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/3477>
- Kloster, G., & Perrotta, F. (2019). *Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná* [Universidad Católica Argentina “Santa María de los Buenos Aires”]. <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/9774>

Laca, J. (2021). *Autoestima Y Estrés Académico en tiempo de pandemia en los estudiantes del último año de la Escuela Profesional De Estomatología De La Universidad Alas Peruanas*. <https://hdl.handle.net/20.500.12990/5093>

Lachira, L. (2014). *Risoterapia: intervención de enfermería en el incremento de la autoestima en adultos mayores del Club “Mis Años Felices”.2013* [UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS]. https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/3534/Lachira_yl.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Lazo, L., y Samaniego, S. (2021). *Autoestima y estrés académico en estudiantes de una institución pública de la provincia de Junín - 2021* [Universidad Peruana Los Andes]. <https://hdl.handle.net/20.500.12848/2900>

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). Cognitive theories of stress and the issue of circularity. In M. H. Appley & R. Trumbull (Eds.), *Dynamics of stress: Physiological, psychological, and social perspectives* (pp. 63–80). Plenum Press.

Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Gruen, R. J. (1986). Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(5), 992–1003. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.50.5.992>

Maceo, O., Maceo, A., Varón, Y., Maceo, M., y Peralta, Y. (2013). Estrés académico: causas y consecuencias. *Multimed*, 17(2), 185–196.

<https://revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/302/410>

Maceo, O., Maceo, A., Varón, Y., Maceo, M., y Peralta, Y. (2016). Estrés académico: causas y consecuencias. *MULTIMED*, 17(2).

<https://revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/302/410>

Mendiola, J. (2010). *El manejo del estrés académico en estudiantes universitarios: una propuesta de intervención*.

http://132.248.9.195/ptb2011/septiembre/0673462/0673462_A1.pdf

Meza, B. (2018). *El nivel de autoestima y su influencia en el rendimiento escolar de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Francisco Javier de Luna Pizarro - Miraflores 2018* [Universidad Nacional De San Agustín De Arequipa].

<https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/2242b096-d34d-4f8a-b38e-bb64f0602c8c/content>

Ministerio de Educación. (2019, October 15). Minedu y el Minsa trabajan con 21 universidades públicas en el cuidado de la salud mental. *Plataforma Digital Única Del Estado Peruano*. <https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa%20trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental>

Montesdeoca, Y., & Villamarín, J. (2017). *Autoestima Y Habilidades Sociales En Los Estudiantes De Segundo De Bachillerato De La Unidad Educativa “Vicente Andá Aguirre*. Universidad Nacional De Chimborazo.

<http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/3409>

Morales, A. (2016). *Sintomatología de anorexia nerviosa, autoestima, ansiedad y depresión en estudiantes universitarios* [Universidad Autónoma Del Estado de México,].

<http://hdl.handle.net/20.500.11799/65294>

Muñoz, M., Jiménez, A., & Mayorga, C. (2023). Salud mental, autoestima y satisfacción vital en universitarios del sur de Chile. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 21(2). <https://doi.org/10.11600/rlcsnj.21.2.5428>

- Olivas Ugarte, L. O., Morales-Hernández, S. F., & Solano-Jáuregui, M. K. (2021). Evidencias psicométricas de Inventario SISCO SV-21 para el estudio del estrés académico en universitarios peruanos. *Propósitos y Representaciones*, 9(2).
<https://doi.org/10.20511/pyr2021.v9n2.647>
- Organización Mundial de la Salud (2023, February 23). *Estrés*.
<https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>
- Pagan, A. (2018). *The Influence of Self-Esteem and Stress on Academic The Influence of Self-Esteem and Stress on Academic*.
https://ecommons.udayton.edu/uhp_theses://ecommons.udayton.edu/uhp_theses/180
- Panizo, C. (1985). *Autoestima y Rendimiento escolar en 5° y 6° grado de primaria*.
- Paredes, A. (2022). *Estrés académico y su relación con la autoestima en estudiantes de secundaria superior*. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/36839>
- Polo, A., Hernández, J., y Pozo, C. (1996). Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios. *Ansiedad y Estrés*, 2(2), 159–172.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=186664>
- Redacción Gestión. (2023, January 3). Siete factores que pueden causar el estrés educativo. *Diario Gestión*.
- Rodrich, A. (2019). *Autoestima Y Ansiedad Estado- Rasgo En Jóvenes Universitarios De La Ciudad De Lima* [Universidad de Lima].
<https://doi.org/http://doi.org/10.26439/ulima.tesis/10295>

- Sopla, M. (2020). *Relación entre la autoestima y el estrés en estudiantes de la Escuela Profesional De Educación De La Universidad Alas Peruanas- Arequipa*.
<http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/11242>
- Tarazona, R. (2013). *VARIABLES PSICOLÓGICAS ASOCIADAS AL USO DE FACEBOOK: AUTOESTIMA Y NARCISISMO EN UNIVERSITARIOS* [Pontificia Universidad Católica del Perú].
<http://hdl.handle.net/20.500.12404/4619>
- Vilca, S., y Mozombite, L. (2021). *Relación entre estrés académico y autoestima en estudiantes del Cetpro Municipal Chorrillos, durante la pandemia por COVID-19* [Universidad Peruana Los Andes]. <https://hdl.handle.net/20.500.12848/2911>
- Worldwide Independent Network Of Market Research. (2023, October 10). *Día Mundial de la Salud Mental | Informe WIN Voices. Voices!*
<https://www.voicesconsultancy.com/Informes/Dia-Mundial-de-la-Salud-Mental-Informe-WIN-Voices>
- Zamora, A., y Leiva, F. (2022). Estrés académico y autoestima en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana en contexto COVID-19 durante el año 2021. *ACADEMO Revista de Investigación En Ciencias Sociales y Humanidades*, 9(2), 127–138.
<https://doi.org/10.30545/academo.2022.jul-dic.2>

ANEXOS

ANEXO 1: Matriz de consistencia

Autoestima y estrés académico en estudiantes de psicología de una universidad privada de lima, 2023					
PROBLEMA	HIPÓTESIS	OBJETIVOS	VARIABLE	DIMENSIONES	METODOLOGÍA
¿Cuál es la relación que existe entre autoestima y estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023?	Si existe una relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023.	Determinar la relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023.	VARIABLE 1: Autoestima - Sí mismo - Social - Familiar VARIABLE 2: Estrés Académico - Estresores - Síntomas - Estrategias de afrontamiento	POBLACIÓN: La población está conformada por 300 estudiantes universitarios de 9no y 10mo ciclo de una universidad privada de Lima.	MÉTODO DE INVESTIGACIÓN: Este estudio presenta un enfoque cuantitativo, ya que se basa en el recojo de datos y análisis de información bajo el uso de instrumentos estadísticos DISEÑO: No experimental TIPO: Correlacional
		OBJETIVOS ESPECÍFICOS <ul style="list-style-type: none"> Establecer la relación entre autoestima y la dimensión estresores del estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023. Establecer la relación entre autoestima y la dimensión síntomas del estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023. Establecer la relación entre autoestima y la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada en Lima, 2023. 		MUESTRA: La muestra está conformada por 100 estudiantes universitarios de 9no y 10mo ciclo de una universidad privada de Lima.	

ANEXO 2: Matriz de operacionalización

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADOR
Autoestima	La autoestima es la percepción que se tiene de uno mismo, las variables que llegan a influenciar en el nivel de autoestima suelen resaltar, el aspecto personal, la apreciación física, logros alcanzados a nivel personal, académico o profesional, siendo así, que será aún más influenciado en “medida en que las necesidades sociales alcanzan un alto grado de satisfacción” (Córdova y Córdova, 2019).	Para medirlo se va a usar el Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith Versión Adultos, constituyen 25 preguntas, que están divididas en 3 áreas, 13 preguntas indican al área de Sí Mismo, 6 preguntas al área social y 6 preguntas al área familiar.	Sí mismo	Ítems: 1,3,4,7,10,12,13,15,18,19,23,24,25)
			Social	Ítems: 2, 5, 8, 14, 17, 21
			Familiar	Ítems: 6, 9, 11, 16, 20, 22),
Estrés académico	Según Barraza (2005) lo define como algo que experimentan los estudiantes de educación media superior y superior, propiamente de los estresores vinculados al ámbito educativo.	Para medir el nivel de estrés se utilizará el inventario SISCO SV-21 que consta de 21 ítems el cual será tomado a manera de encuesta en 10 minutos aproximadamente para luego determinar el nivel de estrés.	Estresores	Puntajes que son obtenidos en los ítems: 1, 2, 3, 4, 5, 6 y 7.
			Síntomas	Puntajes que son obtenidos en los ítems: 8, 9, 10, 11, 12, 13 y 14.
			Estrategias	Puntajes que son obtenidos en los ítems: 15, 16, 17, 18, 19, 20 y 21.

ANEXO 3: Características de la muestra

Tabla 5*Características de la muestra*

	F	%	
Sexo	Masculino	24	24%
	Femenino	76	76%
Ciclo	9no	35	35%
	10mo	65	65%
Edad	19 - 22 años	2	2%
	23 - 26 años	70	70%
	27 - 30 años	28	28%

Nota. f = frecuencias observadas; %= porcentaje de casos

La tabla 5, de la muestra presenta las características seleccionadas de la muestra. Se puede observar que la muestra fue liderada por el sexo femenino (76%), con estudiantes de del 10mo ciclo (56%) y las edades entre 23 a 26 años (73%).

ANEXO 4: Reporte de la prueba de normalidad de los instrumentos

Tabla 6
Reporte de la prueba de normalidad de los instrumentos

Variables	K-S	gl	p
Estrés académico	,103	100	,011
Estresores	,183	100	,000
Síntomas	,178	100	,000
Estrategias de afrontamiento	,143	100	,000
Autoestima	,156	100	,000

Nota. K-S= Kolmogorov-Smirnov; p= significancia

En la tabla 6, se muestra que los resultados obtenidos a través de la prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov indican que el Inventario SISCO SV-21, el obtuvo una significancia de 0.011 Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith versión adultos obtuvo una significancia de 0.000, por lo cual reflejan una forma de distribución no normal o no paramétrica. Por lo tanto, se usará la prueba no paramétrica de Rho de Spearman.

ANEXO 5: INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO SISCO SV-21

1.- ¿Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de

preocupación o nerviosismo (estrés)?

Si () No ()

En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “si”, pasar a la pregunta número dos y continuar 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 estrés, donde (1) es poco y (5) mucho.

Dimensión estresores

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X, ¿Con que frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
N	CN	RV	AV	CS	S

ESTRESORES	N	CN	RV	AV	CS	S
La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días.						
La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases.						
La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.).						
El nivel de exigencia de mis profesores/as.						
El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.).						
Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as.						
La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as.						

SINTOMAS	N	CN	RV	AV	CS	S
----------	---	----	----	----	----	---

Fatiga crónica (cansancio permanente).						
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).						
Ansiedad, angustia o desesperación.						
Problemas de concentración.						
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.						
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.						
Desgano para realizar las labores escolares.						

SINTOMAS	N	CN	RV	AV	CS	S
Concentrarse en resolver la situación que me preocupa.						
Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.						
Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa.						
Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.						
Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione.						
Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas.						
Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa.						

ANEXO 6: INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE STANLEY COOPERSMITH

VERSIÓN ADULTOS

Si una frase describe como generalmente tú te sientes marca VERDADERO (V) Si una

frase no describe como generalmente tú te sientes marca FALSO (F)

NO HAY RESPUESTAS CORRECTAS O INCORRECTAS. TODAS VALEN.

No.	Frase	V	F
1	Usualmente los hechos no me molestan		
2	Me resulta difícil hablar frente a un grupo		
3	Hay muchos aspectos de mí que cambiaría si pudiese		
4	Puedo tomar decisiones sin mayor dificultad		
5	Soy muy divertido (a)		
6	Me altero fácilmente en casa		
7	Necesito mucho tiempo para adaptarme a cosas nuevas		
8	Soy popular entre las personas de mi edad		
9	Mi familia generalmente está atenta a mis sentimientos		
10	Me rindo fácilmente		
11	Mi familia espera demasiado de mí		
12	Es bastante difícil ser “Yo mismo”		
13	Mi siento muchas veces confundido		
14	La gente usualmente respeta mis ideas		
15	Tengo una pobre opinión acerca de mí mismo		
16	Hay situaciones que me impulsan a irme de mi casa		
17	Frecuentemente me siento descontento con mi ocupación		

18	No soy tan simpático como mucha gente		
19	Si tengo algo que decir usualmente lo digo		
20	Mi familia me comprende		

21	Muchas personas son más preferidas que yo		
22	Frecuentemente siento presión de mi familia		
23	Frecuentemente me desalienta lo que hago		
24	Frecuentemente debería ser otra persona		
25	No soy digno de confianza		

AUTOESTIMA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA, 2023

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Soy Noemi Jimena Soto Córdova, bachiller de la Universidad Privada del Norte, estoy realizando un estudio para obtener el grado de Licenciatura en Psicología; con el propósito de conocer la "Relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima - 2023". El estrés académico es una respuesta negativa que provoca un desequilibrio en los individuos que lo padecen a causa de las diferencias entre la presión y la capacidad para afrontarla y la autoestima es la estimación que hace una persona sobre sí misma, expresada en actitudes tanto positivas como negativas, reflejado en lo que la persona cree que es capaz o valiosa. Para ello, le pedimos complete los siguientes cuestionarios: Inventario SISCO SV-21 de estrés académico e Inventario de autoestima de Coopersmith.

Ante cualquier duda o consulta, puede realizarlo mediante correo a N00147933@upn.pe

La información que brinde será conocida sólo por los investigadores y utilizada con fines de investigación, se emplearán todas las herramientas disponibles para proteger la confidencialidad y el anonimato del participante. El responder a estos cuestionarios no generan ningún pago ni costo para usted, sólo unos minutos de su tiempo.

Su participación en este estudio es voluntaria. Si durante la resolución de cuestionarios decidiera interrumpirla o no continuar podría hacerlo, sin que tuviera ninguna consecuencia negativa para usted o para su familia.

¿Acepta participar? *

Realizo este cuestionario de manera voluntaria y doy mi consentimiento para que las respuestas se usen en la presente investigación.

- Sí
- No

[Atrás](#)[Siguiente](#)[Borrar formulario](#)