

**UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA  
FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIAS DE LA  
COMUNICACIÓN Y HUMANIDADES  
ESCUELA PROFESIONAL DE HUMANIDADES**



**ESTRÉS ACADÉMICO Y EXPRESIÓN DE IRA EN  
ESTUDIANTES DE TERCERO A QUINTO AÑO DE  
SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ENRIQUE  
PAILLARDELLE, TACNA, 2022**

**Tesis presentada por:**

Bach. Layme Mamani, Fabiola Noemi

Para obtener el Título Profesional de:

Licenciada en Psicología

**TACNA – PERÚ**

**2022**

## **Agradecimientos**

A mis padres Angelica y Luis por el esfuerzo y apoyo incondicional durante todo mi camino de crecimiento personal y profesional

A mi familia, tías y primas que me ayudaron a ver las situaciones adversas con optimismo y alegría.

A mis amigos que me brindaron su apoyo, comprensión y gratos momentos que fueron gran motivación en este largo camino

**Dedicatoria**

A mis padres por su apoyo y motivación para enfrentar obstáculos y los esfuerzos que realizaron en cada paso de mi crecimiento y formación.

**Título**

Estrés Académico y Expresión de Ira en Estudiantes de Tercero a Quinto año de Secundaria de la Institución Educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022.

**Autora**

Fabiola Noemi Layme Mamani

**Asesora**

Mg. Cristina Flores Rosado

**Línea de Investigación**

Medición de las Condiciones de Vida Psicológica, Social y Cultural de la Comunidad Regional.

**Sub Línea de Investigación**

Salud y Prevención



Universidad Privada de Tacna  
Sin Fines de Lucro

UNIDAD DE INVESTIGACIÓN-  
FAEDCOH

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Tacna, domingo 27 noviembre 2022

**INFORME Nro. 00133-2022-UPT-UI-FAEDCOH**

**Señor (a):**

**Dr. Marcelino Raúl Valdivia Dueñas**

**Decano de la Facultad de Educación, Ciencias de la Comunicación y Humanidades**

Presente.-

**ASUNTO** : Informe de Originalidad del Turnitin solicitada por la Bach. Fabiola Noemi Layme Mamani

Tengo el agrado de dirigirme a usted con la finalidad de hacer llegar el Informe de Originalidad del Turnitin favorable de la Tesis presentada por la Bach. Fabiola Noemí Layme Mamani, para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología.

Es todo cuanto tengo que informar para los fines que estime conveniente |

Atentamente,

-----  
**Mag. Juan Quinteros Escobar**  
*Coordinador de Unidad de Investigación FAEDCOH*

c.c. Archivo  
Reg. \_\_\_\_\_



# Rev. 1 Unidad de Investigación FAEDCOH

## INFORME DE ORIGINALIDAD

19%

INDICE DE SIMILITUD

19%

FUENTES DE INTERNET

3%

PUBLICACIONES

7%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1	<a href="http://repositorio.upt.edu.pe">repositorio.upt.edu.pe</a> Fuente de Internet	7%
2	<a href="http://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a> Fuente de Internet	3%
3	<a href="http://repositorio.ucv.edu.pe">repositorio.ucv.edu.pe</a> Fuente de Internet	3%
4	<a href="http://repositorio.uta.edu.ec">repositorio.uta.edu.ec</a> Fuente de Internet	1%
5	Submitted to Universidad Autonoma del Peru Trabajo del estudiante	1%
6	<a href="http://repositorio.upla.edu.pe">repositorio.upla.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
7	<a href="http://repositorio.autonoma.edu.pe">repositorio.autonoma.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1%
8	<a href="http://idoc.pub">idoc.pub</a> Fuente de Internet	<1%
9	<a href="http://repositorio.unsa.edu.pe">repositorio.unsa.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1%

10	Submitted to Universidad Catolica de Trujillo Trabajo del estudiante	<1 %
11	repositorio.unjfsc.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
12	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	<1 %
13	repositorio.urp.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
14	archive.org Fuente de Internet	<1 %
15	intra.uigv.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
16	Submitted to Universidad Andina del Cusco Trabajo del estudiante	<1 %
17	es.scribd.com Fuente de Internet	<1 %
18	Submitted to Universidad Privada de Tacna Trabajo del estudiante	<1 %
19	dspace.unl.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
20	Submitted to Universidad Peruana Los Andes Trabajo del estudiante	<1 %
21	www.repositorio.upla.edu.pe Fuente de Internet	<1 %

22 [dspace.unitru.edu.pe](https://dspace.unitru.edu.pe) <1 %  
Fuente de Internet

---

23 [repositorio.udaff.edu.pe](https://repositorio.udaff.edu.pe) <1 %  
Fuente de Internet

---

24 [repositorio.upeu.edu.pe](https://repositorio.upeu.edu.pe) <1 %  
Fuente de Internet

---

25 [repositorio.continental.edu.pe](https://repositorio.continental.edu.pe) <1 %  
Fuente de Internet

---

26 [repositorio.usil.edu.pe](https://repositorio.usil.edu.pe) <1 %  
Fuente de Internet

---

Excluir citas      Activo

Excluir bibliografía      Activo

Excluir coincidencias < 20 words

## Índice de Contenidos

Agradecimientos	ii
Dedicatoria	iii
Índice de Contenidos	v
Índice de Tablas	x
Índice de Figuras	xi
Resumen	xii
Capítulo I	1
El problema	1
1.1. Determinación del Problema	1
1.2. Formulación del Problema	4
1.2.1. Interrogante General	4
1.2.2. Interrogantes Específicas	4
1.3. Justificación de la Investigación	4
1.4. Objetivos de la Investigación	6
1.4.1. Objetivo General	6
1.4.2. Objetivos Específicos	4
1.5. Antecedentes de Estudio	7
1.5.1. Antecedentes Internacionales	7
1.5.2. Antecedentes Nacionales	9
1.5.3. Antecedentes Locales	10
1.6. Definiciones Básicas	11
Capítulo II	14
Fundamento Teórico Científico de la Variable Estrés Académico	14
2.1. Estrés	14
2.1.1. Definición de Estrés	14
2.1.2. Bases Neurobiológicas del Estrés.	15
2.1.3. Tipos de Estrés	15
2.1.3.1. En Base a sus Signos o Señales.	16
2.1.3.1.1. El Distrés	16

2.1.3.1.2. El Eustrés	16
2.1.3.2. En Base a su Duración	16
2.1.3.2.1. Estrés Agudo	16
2.1.3.2.2. Estrés Agudo Episódico	17
2.1.3.2.3. Estrés Crónico	17
2.1.3.3. En Base a las Demandas del Entorno	17
2.1.4. Fases del estrés	17
2.1.4.1. Fase de Alarma	17
2.1.4.2. Fase de Resistencia	18
2.1.4.3. Fase de Agotamiento	18
2.1.5. Síntomas del Estrés	18
2.1.5.1. Síntomas Físicos	18
2.1.5.2. Síntomas Psicológicos	19
2.1.5.3. Síntomas de Comportamiento	19
2.1.6. Causas del Estrés	19
2.1.6.1. Causas Sociales	19
2.1.6.2. Causas Biológicas	20
2.1.6.3. Causas Químicas y Ambientales	20
2.1.7. Teorías del Estrés	21
2.1.7.1. Teoría Basada en la Respuesta	21
2.1.7.2. Teoría Basada en el Estímulo o Teoría Ambientalista	21
2.1.7.3. Teoría Basada en la Interacción	22
2.2. Estrés Académico	23
2.2.1. Definición del Estrés Académico	23
2.2.2. Causas del Estrés Académico	24
2.2.3. Consecuencias del Estrés Académico	25
2.2.4. Estrés Académico en Adolescentes	26
2.2.5. Estrés Académico y Rendimiento Escolar	27
2.2.6. Estrés Académico post pandemia	28
2.2.7. Estrategias de Afrontamiento del Estrés Académico	28
2.2.8. Dimensiones del Estrés Académico	29

2.2.8.1. Estresores	29
2.2.8.2. Reacciones	29
2.2.8.3. Estrategias de Afrontamiento	30
2.2.9. Modelo Sistémico Cognoscitivista	30
2.2.9.1. Hipótesis de los Componentes Sistémico Procesual	30
2.2.9.2. Hipótesis del Estrés como Estado Psicológico	31
2.2.9.3. Hipótesis de los Indicadores del Desequilibrio Sistémico	31
2.2.9.4. Hipótesis del afrontamiento	31
Capítulo III	32
Fundamento Teórico de la Variable Expresión de Ira	32
3.1. Emoción	32
3.1.1. Definición de Emoción	32
3.1.2. Bipolaridad de Emociones	32
3.2. Ira	33
3.2.1. Definición de Ira	33
3.2.2. Bases Neurobiológicas de la Ira	34
3.2.3. La Ira como Enfermedad	35
3.2.4. Principales Funciones de la Ira	35
3.2.5. La ira como respuesta adaptativa	36
3.2.6. Componentes de la Ira	37
3.2.7. Causas de la Ira	38
3.2.8. Consecuencias de la Ira	38
3.2.9. Estrategias de Afrontamiento de la Ira	40
3.2.10. Expresión de Ira en Adolescentes	40
3.2.11. Expresión de Ira en Ámbito Académico y Familiar	41
3.2.12. Teorías explicativas de la ira.	42
3.2.12.1. Modelo del Déficit en el Procesamiento de la Información	42
3.2.12.2. Modelo social cognitivo de Bandura	43
3.2.12.3. Teoría de Ira-Hostilidad-Agresión	43
3.2.12.4. Teoría cognitiva de Beck	44
3.2.12.5. Teoría de la frustración- agresividad	45

3.2.13. Dimensiones de la Expresión de Ira	46
3.2.13.1. Estado de Ira	46
3.2.13.2. Rasgo de Ira	46
3.2.13.3. Modos de Expresión y Control de la Ira	47
3.3. Estrés Académico y Expresión de Ira	49
Capítulo IV	51
Metodología	51
4.1. Enunciado de las Hipótesis	51
4.1.1. Hipótesis General	51
4.1.2. Hipótesis Específicas	51
4.2. Operacionalización de Variables y Escalas de Medición	52
4.2.1. Variable 1	52
4.2.2. Variable 2	52
4.3. Tipo y Diseño de la Investigación	52
4.3.1. Tipo de investigación	52
4.3.2. Diseño de investigación	54
4.4. Ámbito de la Investigación	54
4.5. Unidad de estudio, población y muestra	56
4.5.1. Unidad de Estudio	56
4.5.2. Población	56
4.5.3. Muestra	56
4.6. Procedimientos, Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos	57
4.6.1. Procedimientos	57
4.6.2. Técnicas	57
4.6.3. Instrumentos	57
Capítulo V	60
Los Resultados	60
5.1. El Trabajo de Campo	60
5.2. Diseño de Presentación de Resultados	60
5.2.1. Resultados de la variable Estrés Académico en estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la Institución Educativa Enrique Paillardelle	62

5.2.2. Resultados de la variable Expresión de ira en estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la Institución Educativa Enrique Paillardelle	66
5.2.1. Relación entre estrés académico y expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la Institución Educativa Enrique Paillardelle	72
5.3. Contrastación de Hipótesis	74
5.3.1. Prueba de Distribución de Normalidad	74
5.3.2. Hipótesis Específica 1	75
5.3.4. Hipótesis Específica 2	76
5.3.5. Hipótesis Específica 3	77
5.3.6. Hipótesis General	78
5.4. Discusión	79
Capítulo VI	84
Conclusiones y Sugerencias	84
6.1. Conclusiones	84
6.2. Sugerencias	85
Referencias	86
ANEXO 1: Matriz operacional del trabajo de investigación	107
ANEXO 2: Aceptación de Carta de Presentación	109
ANEXO 3: Evidencia Fotográfica	110
ANEXO 4: Tablas de datos sociodemográficos	111

## Índice de Tablas

Tabla 1 Operacionalización de la Variable Estrés académico	52
Tabla 2 Operacionalización de la Variable Expresión de ira	53
Tabla 3 Resultados del nivel de estrés académico	62
Tabla 4 Resultados de la dimensión estresores	63
Tabla 5 Resultados de la dimensión reacciones	64
Tabla 6 Resultados de la dimensión estrategias de afrontamiento	65
Tabla 7 Resultados del nivel de ira	66
Tabla 8 Resultados para la dimensión estado de ira	67
Tabla 9 Resultados de la dimensión rasgo de ira	68
Tabla 10 Resultados de la dimensión expresión de ira interna	69
Tabla 11 Resultados de la dimensión expresión de ira externa	70
Tabla 12 Resultados de la dimensión control de ira	71
Tabla 13 Resultados de la relación entre estrés académico y expresión de ira	72
Tabla 14 Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov	74
Tabla 15 Prueba estadística de Chi Cuadrado Bondad de Ajuste para la variable de estrés académico	75
Tabla 16 Prueba estadística de Chi Cuadrado Bondad de Ajuste para la variable de expresión de ira	76
Tabla 17 Coeficiente de Correlación entre estrés académico y expresión de ira	77
Tabla 18 Correlación entre el estrés académico y la expresión de ira	78

## Índice de Figuras

Figura 1 Esquema del diseño de estructura correlacional	54
Figura 2 Resultados para el nivel de estrés académico	62
Figura 3 Resultados de la dimensión estresores	63
Figura 4 Resultados de la dimensión reacciones	64
Figura 5 Resultados de la dimensión estrategias de afrontamiento	65
Figura 6 Resultados del nivel de ira	65
Figura 7 Resultados para la dimensión estado de ira	66
Figura 8 Resultados para la dimensión rasgo de ira	67
Figura 9 Resultados para la dimensión expresión de ira interna	68
Figura 10 Resultados para la dimensión expresión de ira externa	69
Figura 11 Resultados para la dimensión control de ira	70
Figura 12 Resultado de la relación entre estrés académico y expresión de ira	71

## Resumen

La presente investigación consistió en encontrar la relación entre la variable estrés académico y la expresión de ira en estudiantes de tercero a quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Enrique Paillardelle, para ello, se obtuvo el nivel de estrés académico, de expresión de ira y el tipo de relación de ambas variables en la población mencionada. La muestra se conformó por 475 estudiantes entre las edades de 14 y 17 años, entre hombres y mujeres. Para ello se aplicó los siguientes instrumentos; el Inventario Sistemático Cognoscitivista de estrés académico (SISCO SV-21) que tiene como propósito evaluar el estrés académico, consta de 21 ítems y mide los estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento y el Inventario de expresión de ira Estado - Rasgo en niños y adolescentes (STAXY-NA), que tiene como objetivo evaluar la ira y su forma de expresión, consta de 32 ítems y mide la ira como estado, como rasgo y la forma de expresión y control de la ira. Para la evaluación se utilizó un muestreo intencional, el diseño del estudio es no experimental, transversal, de tipo correlacional. Como hipótesis general se planteó encontrar relación entre el estrés académico y la expresión de ira, además de niveles elevados en cada variable y el tipo de relación positiva como hipótesis específicas. Se obtuvo como resultados que el nivel de estrés académico predominante fue el moderado (82,3%), de igual forma la variable expresión de ira prevalece el nivel moderado (52,6%) y el tipo de relación es positiva entre ambas variables. A modo de conclusión se puede decir que existe una relación que es positiva entre el estrés académico y la expresión de ira (0,393) en estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle.

*Palabras clave:* Control de ira, estado de ira, estrategias de afrontamiento, estrés académico, estrés, estresores, síntomas, ira externa, ira interna, rasgo de ira.

### Abstract

The present investigation consisted of verifying the relationship between the variable academic stress and the expression of anger in students from third to fifth grade of secondary school of the Enrique Paillardelle Educational Institution, for this, the level of academic stress, expression of anger and the degree of relationship of both variables in the mentioned population. The sample consisted of 475 students between the ages of 14 and 17, between men and women. For this, the following instruments were applied; the Cognitive Systemic Inventory of Academic Stress (SISCO SV-21), whose purpose is to assess academic stress, consists of 21 items and measures stressors, symptoms, and coping strategies, and the State-Trait Anger Expression Inventory in children and adolescents (STAXY-NA), which aims to assess anger and its form of expression, consists of 32 items and measures anger as a state, as a trait, and the form of expression and control of anger. For the evaluation, intentional sampling was used, the study design is non-experimental, cross-sectional, of a correlational type. As a general hypothesis, it was proposed to find a relationship between academic stress and the expression of anger, in addition to high levels in each variable and the degree of positive relationship as specific hypotheses. It was obtained as results that the predominant level of academic stress was moderate (82.3%), in the same way the variable expression of anger prevails the moderate level (52.6%) and the degree of relationship is positive between both variables. By way of conclusion, it can be said that there is a weak positive relationship between academic stress and the expression of anger (0.393) in students from the third to fifth year of secondary school at the Enrique Paillardelle educational institution.

Keywords: *Anger control, anger state, coping strategies, academic stress, stress, stressors, symptoms, external anger, internal anger, anger trait.*

## Introducción

En el contexto académico un desenvolvimiento eficaz, debe considerar condiciones pertinentes que permitan a los alumnos desarrollar aprendizajes esperados y desarrollar competencias correspondientes, que tiene como resultado un rendimiento escolar óptimo que se traduce en conductas adaptativas y de forma medible en calificaciones sobresalientes. Por lo cual siendo este un periodo importante de cambios y adaptación, donde las herramientas que poseen pueden resultar insuficientes para afrontar las demandas de su entorno, donde se ven sometidos a constantes presiones y tanto la familia, las relaciones personales entre otros factores añaden estrés, trae como consecuencia, que esta población sea vulnerable para la manifestación de emociones negativas y la aparición de conductas disfuncionales que limitan el desarrollo de su potencial.

Además, esta población de estudiantes que han retornado a la educación presencial después de un largo periodo de confinamiento y educación virtualizada, comprenden un grupo importante para investigar los efectos del estrés académico que ha sido investigado en diferentes niveles de educación y es entendido como aquel que se produce por las demandas relacionadas con el aprendizaje, que afecta el rendimiento, la conducta y la interacción con su entorno.

En ese sentido se hace evidente que el estrés generado en el entorno educativo en los adolescentes puede traer como consecuencia la manifestación de emociones como la expresión de ira. Asimismo, cuando se habla de la ira se habla de una emoción básica, conformada por la irritabilidad, enojo y rabia, esta emoción puede conformar un patrón de comportamiento impulsivo que se vive intensamente sin medir las consecuencias, que resulta perjudicial para el desarrollo integral del adolescente.

Es por esto que la investigación tuvo como fin determinar la relación entre el estrés académico y la expresión de ira en la Institución Educativa Enrique Paillardelle en estudiantes de tercero a quinto año de secundaria en la ciudad de Tacna, la cual que permite hacer una revisión de las variables que aporta al

conocimiento y a partir de los resultados conocer las características de la población beneficiaria. Esta investigación consta de los siguientes capítulos:

El capítulo I, abarca el desarrollo de la problemática de la presente investigación que se organiza en primer lugar con la determinación del problema, seguido de la formulación del problema, justificación, antecedentes del estudio y las definiciones operacionales de las variables de estudio.

Asimismo, en el II Y III capítulo, se desarrolla el fundamento teórico científico de ambas variables, el estrés académico y la expresión de ira respectivamente.

Por otro lado, en el capítulo IV, se hace referencia al marco metodológico donde se plantean las hipótesis, la operacionalización de variables, escalas de medición, el tipo y diseño de la investigación, ámbito de la investigación, unidad de estudio, población y muestra, además del procesamiento, técnicas e instrumentos de recolección de datos.

Además, en el capítulo V, se presentan la descripción de los resultados, el trabajo de campo y el análisis e interpretación de resultados, que conlleva a la comprobación de las hipótesis y la discusión.

Y, por último, el capítulo VI se presentan las conclusiones y sugerencias además de las referencias y anexos.

## **Capítulo I**

### **El Problema**

#### **1.1. Determinación del Problema**

Desde el comienzo de la experiencia humana se evidencia una tendencia a desarrollar conductas violentas, este fenómeno implica un comportamiento socialmente negativo y destructivo, que se ha convertido en algo creciente y preocupante, que extiende sus efectos negativos sobre la salud de las personas tanto a nivel físico como mental y agrupa conductas de agresión en diferentes niveles y formas de expresión, es así que experimentar emociones como la ira en una forma disfuncional puede afectar en diferentes áreas en la que el ser humano se desarrolla.

En ese sentido los estudiantes atraviesan el periodo de adolescencia que según Martínez-Fernández et al. (2018) es un periodo de especial vulnerabilidad que los hace más proclives a desarrollar problemas de conducta y sintomatología psicopatológica, es en este período evolutivo donde predominan patrones desadaptativos de personalidad, agresividad, conductas antisociales, déficit de autocontrol y dificultades de integración en el grupo social. De la misma forma Prieto et al. (2021) menciona que, el inicio de la adolescencia representa la disminución de la represión y los impulsos libidinales y agresivos se exteriorizan de forma inmediata, el enojo que les produce los diversos cambios psíquicos, fisiológicos y sociales, pueden generar mayores niveles de frustración.

Estudios en nuestro país resaltan que las emociones negativas conllevan a comportamientos disfuncionales que afectan a los adolescentes. El Ministerio de Salud (Minsa) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (ONU, 2020) revelan que al menos 3 de cada 10 niños y adolescentes entre edades de 6 y 17 años, evidenciaron los problemas de tipo internalizantes como ansiedad, depresión, entre otros, pero también se identificaron problemas externalizantes: peleas con otros integrantes de la familia, incumplimiento de reglas, incapacidad para comprender

los sentimientos de los demás, entre otros, que denotan el impacto emocional y conductual en esta población aumentando el riesgo de problemas de salud mental.

Uno de los entornos importantes donde se adquieren y viven diversas experiencias que aportan a su desarrollo académico y personal es la escuela, que se relacionan con las emociones conflictivas que emergen en esta etapa de la vida. Así varios estudios se enfocan en las circunstancias que provocan tensión en esta población, frente a ello los adolescentes suelen responder de maneras diferentes en función del tipo de problemas que se presenten, así Naranjo (2009) menciona que la frustración suele ser una respuesta particular cuando el sujeto se encuentra bajo mucho estrés, y trae consigo la irritación; y otros investigadores, vinculan la agresividad con el estado de frustración, entonces podemos decir que elevadas cargas de estrés pueden externalizar ciertos comportamientos que denoten ira o frustración, que en forma inadecuada está relacionada con comportamientos agresivos.

En el contexto escolar, los estudiantes se enfrentan a los cambios sociales, el retorno a la presencialidad, las presiones del proceso de aprendizaje, de su entorno familiar, entre otros que exigen respuestas de adaptación en los adolescentes. Al respecto Pérez et al (2001) hace referencia que el proceso de adaptación ante eventos estresantes, en sus diferentes fases, se desarrolla con diversas emociones, siendo una de las respuestas más comunes la ira. Se puede decir entonces que la expresión de ira se relaciona con manifestaciones impulsivas producto de la sobrecarga en los estudiantes, que posteriormente pueden ser modelos que impactan en su formación.

Por otro lado, las conductas ligadas al comportamiento agresivo en adolescentes se relacionan con problemas a nivel escolar, que dan lugar a numerosas investigaciones que mencionan la cercanía entre la ira y la agresividad, como la investigación de Vanega-Romero et al. (2018) en estudiantes mexicanos que evidencian un nivel relevante de ira en estudiantes acosadores y las víctimas. Es decir, se considera que esta emoción es un determinante causal que desencadena expresión de ira, sin embargo, no se puede interpretar como una condición imprescindible para llegar a la violencia.

Es así que surgen problemas relacionados con emociones mal gestionadas que resultan en conductas disfuncionales como el bullying y el cyberbullying, que según la plataforma Siseve del ministerio de educación del Perú desde el 2013 al 2022 se registran más de 40.000 casos de violencia escolar. En una estructura educativa donde la violencia es normalizada, según la Encuesta Nacional en el 2019 sobre relaciones sociales del Instituto de Estadística e Informática (INEI) el 90% de estudiantes no da aviso sobre situaciones violentas y solo un 36% busca ayuda apropiada (Morales, 2022)

Así el presente estudio responde una problemática en la localidad de Tacna, dado que se evidencia índices de violencia en las escuelas que se vinculan a conductas agresivas y desadaptativas en la población adolescente, sumado a lo que se evidencia en los medios de comunicación y los mismos modelos de conductas que con frecuencia se exhiben en las instituciones educativas. A menudo, muchos de estos adolescentes carecen de adecuadas habilidades o herramientas para hacer frente al malestar o estrés de su entorno, por lo que buscan respuestas poco adaptativas para contrarrestar estas molestias, como conductas violentas o de riesgo que afecta la dinámica y las relaciones que se dan dentro del ambiente escolar, lo cual incidirá en las actitudes y desempeños que los estudiantes muestren en el aula.

Estos problemas también son una realidad en los estudiantes de la Institución educativa Enrique Paillardelle, debido a que esta población tiene una deficiencia de herramientas para afrontar las exigencias de su entorno, así se puede describir algunas de las problemáticas que se conocen por medio del trabajo realizado en la institución, siendo algunas de estas: provienen de hogares monoparentales, en situación económica de media a baja, la dificultad al acceso de materiales tecnológicos para el desarrollo de sus tareas y acceso a la información, violencia en su entorno familiar y social, entre otros. Estas situaciones que se mencionan los hacen más proclives a presentar altos niveles de ira y estrés académico. Es así que surge el interés por conocer la relación entre el estrés académico y la expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna, 2022.

## **1.2. Formulación del Problema**

### **1.2.1. Interrogante General**

¿Existe relación entre el estrés académico y expresión de ira en estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022?

### **1.2.2. Interrogantes Específicas**

¿Cuál es el nivel de estrés académico en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022?

¿Cuál es el nivel de expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022?

¿Cuál es el tipo de relación que existe entre estrés académico y la expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022?

## **1.3. Justificación de la Investigación**

El siguiente trabajo pretende conocer y describir la situación de los estudiantes de la institución educativa Enrique Paillardelle de Tacna de tercero a quinto año de secundaria, que se encuentran en la adolescencia atravesando cambios físicos y psicológicos, una de las etapas iniciales donde se aprenden conductas disfuncionales y emergen emociones conflictivas como la ira, además se encuentran en un periodo próximo a terminar su etapa escolar, sumado a los cambios sociales a los que se deben adaptar después de atravesar un periodo largo de confinamiento debido a la pandemia y las exigencias del ámbito académico que añaden estrés en el ámbito escolar donde pasan la mayor parte del tiempo en formación e impactan en su proceso de adaptación a nivel académico, familiar y social. En ese sentido el estrés académico y la expresión de ira son variables relevantes que ayudan a predecir la probabilidad de desarrollar problemas de salud

mental en los estudiantes.

Asimismo, el presente trabajo tiene un impacto teórico, que utiliza una metodología estructurada de investigación para realizar una revisión teórica de cada variable, que permite el conocimiento de las variables estrés académico y expresión de la ira en la población antes mencionada y a partir de ello se puede seguir investigando y ser referencia para futuras investigaciones. Además, cabe resaltar, que la variable expresión de ira es una variable que no ha sido investigada en nuestra localidad, encontrándose antecedentes de variables similares que no abarcan el objetivo de evaluar desde una perspectiva más amplia la ira como emoción en la condición de estado, rasgo y sus diversas formas de expresión y control de ira, en la población adolescente.

Por otro lado, Rosa-Alcázar et al. (2021) resalta que las emociones aportan información relevante, que si son identificadas de la forma correcta y oportuna tienen una función adaptativa, así una deficiente regulación emocional está ligado a la dificultad para hacer frente a las exigencias del entorno de forma adaptada y esto conlleva un impacto potencialmente negativo a nivel personal, social y académico, además de tener un rol importante en el desarrollo y mantenimiento de problemas psicológicos. Por consiguiente, conocer las emociones negativas como la expresión de ira producto de eventos potencialmente estresantes se relaciona con una mayor probabilidad de generar estrategias para mejorar las respuestas adaptativas en la población que favorezcan entornos de aprendizaje positivos.

Asimismo, el estudio de la ira es importante porque parece ser que cuanto más importante es la cohesión para el bienestar de una comunidad, menos aceptable es la expresión de ira que puede conllevar a la agresión, se da relevancia al hecho de controlar cualquier emoción negativa que pueda desencadenar conductas agresivas o violentas en el entorno que afecten el desarrollo de los integrantes de una comunidad (Buts, 2008). Es decir que para favorecer un entorno positivo para el desarrollo y aprendizaje de los estudiantes se debe tener en cuenta el manejo de emociones como la ira y también respuestas adecuadas ante el estrés académico.

Según un estudio epidemiológico de salud mental del Instituto Nacional De Salud Mental Honorio Delgado (INSMHD, 2020) el 20% de las niñas, niños y

adolescentes padecen de trastornos de conducta, así como trastornos de las emociones, debido al efecto que ocasionó la pandemia, a consecuencia del aislamiento. Por ello es importante el estudio de las consecuencias a nivel emocional y conductual en los adolescentes, en el periodo post pandemia que promuevan estrategias de intervención en la población.

Como impacto potencial práctico se tiene que la presente investigación ayudará a los participantes, porque aporta al conocimiento de características psicológicas de la población que participa en esta investigación y pretende beneficiarlos ya que las autoridades competentes tendrán acceso a la información recolectada y sistematizada que en un futuro podrá contribuir a la planificación de programas y servicios de atención que favorezcan la prevención de problemas psicológicos derivados de esta variable y promover herramientas necesarias de afrontamiento en los estudiantes.

#### **1.4. Objetivos de la Investigación**

##### **1.4.1. *Objetivo General***

Establecer la relación entre estrés académico y expresión de ira en estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022.

##### **1.4.2. *Objetivos Específicos***

Determinar el nivel de estrés académico que presentan los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022

Determinar el nivel de expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022.

Determinar el tipo de relación que existe entre el estrés académico y la expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022.

## **1.5. Antecedentes de Estudio**

### **1.5.1. Antecedentes Internacionales**

La investigación efectuada por Vanega-Romero et al. (2018) denominada: *Acoso escolar, ira y depresión en adolescentes mexicanos: un estudio preliminar de la eficacia de una intervención*, en la Universidad Autónoma de Yucatán (México), el objetivo fue describir el acoso escolar y su relación con la ira y síntomas depresivo; para ello se administró instrumentos psicométricos en una muestra de alumnos entre 12 y 16 años (1050 en total). Se utilizó la Escala de violencia entre pares, el Inventario de Expresión de la Ira Rasgo-Estado en niños y adolescentes y el Inventario de Depresión en Niños. La hipótesis principal de la investigación era comprobar la eficacia del programa de intervención psicoterapéutica en base a la terapia cognitivo-conductual. Se obtuvo como resultados que el 43% de acosadores presentaban síntomas depresivos, y 51% de estos puntuaron elevados para la ira como rasgo. De las víctimas de acoso, el 44% obtuvo puntuaciones altas para rasgos depresivos y el 34% niveles elevados para ira-rasgo.

Asimismo la investigación realizada por Avalos (2018) denominada: *Ira estado - rasgo en adolescentes asociado a los estilos de socialización parental*, en la Universidad Rafael Landívar (Guatemala), para el grado de licenciatura en psicología clínica, la finalidad fue identificar si existe una relación entre los estilos de socialización parental y la expresión de la ira en los adolescentes; para ello se utilizaron instrumentos psicométricos a una muestra de estudiantes entre 16 y 17 años (50 en total). Para la evaluación se utilizaron dos instrumentos de evaluación, el Inventario de la Expresión de la Ira Estado – Rasgo en Niños y Adolescentes, STAXI – NA y la Escala de Estilos de Socialización Parental ESPA29. La hipótesis principal fue que existe relación entre la expresión de ira y los estilos de socialización parental. Finalmente, los resultados mostraron que no existe correlación estadísticamente significativa. Se concluyó que, pese a no existir una correlación fuerte entre las variables, sí existen ciertos factores asociados, se

encontró que los rasgos o factores asociados al estilo de socialización parental que favorecen una expresión de la ira de forma asertiva, es la integración proporcionada de diálogo, afecto, privación y coerción verbal, antes que física en la crianza de los hijos.

En la investigación efectuada por Marín-Cortés (2021) denominada: *Ira y cyberbullying entre adolescentes: amistad, injusticia e imagen en entornos digitales*, realizada en la Universidad de San Buenaventura, Medellín (Colombia), tuvo como objetivo analizar la ira en adolescentes involucrados en situaciones de cyberbullying; para ello se utilizaron instrumentos psicométricos a una muestra de adolescentes entre los 12 y 17 años de edad, implicados en situaciones de cyberbullying en los rol de víctima o espectador. (31 en total). Para la evaluación se utilizó el instrumento de Cyberbullying Escolar ICIB y la entrevista para el análisis cualitativo de la emoción ira. A modo de conclusiones generales se obtiene que las víctimas sienten ira en mayores niveles, aun mas, cuando provienen de personas a quienes consideraban sus amigos y para los espectadores.

En la investigación efectuada por Favicela (2022) denominada: *La expresión de la ira y su relación con las habilidades sociales en adolescentes*, realizada en la Universidad Técnica de Ambato (Ecuador), para obtener su título de psicología clínica, tuvo como fin estudiar la correspondencia entre la expresión de la ira y las habilidades sociales; para ello se utilizaron dos instrumentos psicométricos a una muestra de estudiantes de bachillerato (155 en total). Para la evaluación se aplicó dos instrumentos el Inventario de Expresión de Ira estado-rasgo y la Escala de Habilidades Sociales. La hipótesis principal fue la relación entre la expresión de ira y las habilidades sociales. A modo de conclusiones generales, se encontró que el análisis de datos confirmó que existe relación entre el índice de expresión de ira y las habilidades sociales ( $p < 0,05$ ), además se llegaron a encontrar diferencias estadísticamente significativas en la ira rasgo en ambos sexos.

### 1.5.2. *Antecedentes Nacionales*

El estudio realizado por Malpartida (2019) denominada: *La expresión de la ira y rasgos de personalidad en estudiantes del nivel secundaria de una institución educativa de concepción*, realizada en la Universidad Peruana Los Andes (Huancayo), para obtener el grado de licenciada, tuvo como meta conocer la relación entre la expresión de ira y rasgos de personalidad en una muestra de estudiantes del nivel secundaria (216 en total). Para la evaluación se aplicó el Inventario de expresión de Ira Estado-Rasgo en niños y adolescentes STAXI NA y el Inventario de personalidad para niños y adolescentes de Eysenck Forma A. La hipótesis central fue encontrar relación significativa entre la expresión de ira y los rasgos de personalidad. Se llegó a la conclusión que existe tal relación entre las variables, además que a mayor expresión de ira menos extrovertido/introvertido es el sujeto; mientras a más expresión de ira, más estable es el alumno.

En la investigación realizada por Bravo y Cabellos (2020), denominada: *Expresión de la ira estado-rasgo en jóvenes, según factores sociodemográficos*, realizada en la Universidad César Vallejo (Trujillo) para obtener la licenciatura en psicología, el objetivo fue determinar las diferencias de la expresión de Ira Estado-Rasgo en jóvenes, según variables sociodemográficas, para ello se utilizaron instrumentos psicométricos a una muestra de jóvenes (236 en total). Para la evaluación se utilizó el Inventario de Expresión de Ira Estado-Rasgo (STAXI – 2). A modo de conclusiones generales se obtuvo que, las mujeres demostraron mayor rasgo de ira, en el caso de la ira estado, los hombres presentaron una mayor tendencia, respecto a las demás características sociodemográfica no existen diferencias estadísticamente significativas.

En la investigación realizada por Balbín (2022), denominada: *Inteligencia Emocional y expresión de Ira en estudiantes de Primero de Secundaria*, realizada en la Universidad César Vallejo (Lima) para obtener su título de maestría en psicología educativa, tuvo como objetivo determinar la relación de inteligencia emocional y expresión de ira, en estudiantes del primer grado de secundaria, para ello se utilizaron instrumentos psicométricos a una muestra de estudiantes (80 en

total). Para la evaluación se utilizaron dos instrumentos de evaluación, el cuestionario de inteligencia emocional de Bar – On y el inventario de expresión de ira estado – rasgo. La hipótesis principal de la investigación era que va a existir relación entre Inteligencia emocional y expresión de ira. Como conclusión se comprobó la relación elevada entre las dos variables, precisando que el 90% predomina con inteligencia emocional y con el 51% la variable de expresión de ira.

### **1.5.3. Antecedentes Locales**

Asimismo, la investigación realizada por Vargas (2018) denominado *Relación entre estrés académico y rendimiento académico en las estudiantes del 5° grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017*. Realizada en la Universidad Privada de Tacna, para el título de licenciada en psicología, con el fin de determinar el nivel de relación entre el nivel de estrés académico y el rendimiento académico en una muestra de estudiantes (88 en total). Para medir las variables se usó el Inventario SISCO de estrés académico y para la evaluación del rendimiento académico se usó el análisis y revisión de actas académicas. La hipótesis principal de la investigación era que va a existir relación entre el estrés académico y el rendimiento académico en los adolescentes. Como conclusión, existe relación inversamente significativa entre las variables, que quiere decir que la gran mayoría de estudiantes con estrés alto tienden a tener notas bajas y en viceversa.

En la investigación realizada por Ponte (2020) denominada: *Estrés académico y engagement académico en estudiantes de la facultad de ciencias empresariales de la Universidad Privada de Tacna, 2020*. para obtener su título de licenciada en psicología, tuvo como fin hallar la relación del estrés académico y el engagement académico, a una muestra de estudiantes (386 en total). Se usó el Inventario Sistemático Cognoscitivista de estrés académico SISCO – SV y la Escala Utrecht de *engagement* académico. Como conclusión se obtuvo que no existe relación entre las variables, sin embargo, los estudiantes presentan un nivel alto de estrés académico y un nivel bajo de *engagement* académico.

En la investigación realizada por Ticona (2020) denominada: *Personalidad y Agresividad en Adolescentes de una Institución Educativa de Tacna*, realizada en la Universidad César Vallejo, para obtener licenciatura en psicología, tuvo como objetivo determinar la relación entre la personalidad y la agresividad en los adolescentes, para ello se utilizaron dos instrumentos psicométricos a una muestra de estudiantes (201 en total). Para medir la personalidad se usó el Inventario Neo Reducido de Cinco Factores NEOFFI y el Cuestionario Modificado de agresividad de *Buss Durkee*. La hipótesis era que va a existir relación entre la personalidad y la agresividad en los adolescentes. Como conclusión se obtuvo que existe relación entre las variables. Además, se obtuvo que existe correlación directa entre la dimensión neuroticismo de la personalidad y la agresividad, y correlación inversa entre las dimensiones de la personalidad: extraversión, responsabilidad, apertura a la experiencia y amabilidad con la variable agresividad.

## **1.6. Definiciones Básicas**

### **1.6.1. Control de Ira**

Son aquellos esfuerzos que realizan los individuos con el propósito de disminuir sentimientos de ira por medio de estrategias tranquilizantes o evitando expresar esos sentimientos dirigido hacia objetos o personas del entorno para controlar la irritación o furia (Menéndez-Santurio & Fernández-Río, 2017).

### **1.6.2. Estrés**

El estrés es un estado del organismo, que sucede cuando se percibe demandas del entorno y son interpretadas como abrumadoras o excesivas que rebasan la propia capacidad de adaptación (Molano-Tobar, 2021)

### **1.6.3. *Estrés Académico***

Se define como un proceso que se conforma de tres procesos: estresores, síntomas y las estrategias de afrontamiento, que se adaptan y son de carácter psicológico que causan un desequilibrio y se hacen esfuerzos para restaurarlo (Barraza, 2019).

### **1.6.4. *Estresores***

Los estresores son aquellos estímulos de cualquier índole o circunstancias a las que están expuestas las personas que de manera directa o indirecta provocan desestabilización del equilibrio y tensión, que requiere respuestas de adaptación por parte del organismo (Macbani, 2018).

### **1.6.5. *Estrategias de Afrontamiento***

Son esfuerzos que realiza el estudiante o modos de afrontar las exigencias que provienen del exterior o interior que provocan un rebase de sus propias capacidades (Cornejo, 2018).

### **1.6.6. *Estado de Ira***

Se define por aquellos sentimientos que se experimentan en un momento determinado que se manifiesta debido a pensamientos y apreciaciones personales subjetivas ante circunstancias que promueve frustración (Ramírez, 2019).

### **1.6.7. *Expresión de Ira***

Se define como la manifestación de emociones como enfado, furia que tienen diferentes niveles de intensidad y que pueden manifestarse en

comportamientos y cambios observables en el individuo que pueden dirigirse hacia el exterior o interior de la persona (Mejicanos, 2016).

#### **1.6.8. *Reacciones***

Son aquellas respuestas o manifestaciones a nivel físico, conductual y cognitivo que se desencadenan en el individuo debido a la presencia de una situación que es percibida como estresante (Sullca, 2020).

#### **1.6.9. *Rasgo de Ira***

El rasgo de ira es la percepción negativa que surge al concebir de manera molesta o frustrante una gran cantidad de situaciones, en base a diferencias personales que incrementa el estado de ira y la predisposición a contestar a dichas situaciones de forma agresiva (Tarqui, 2017).

## Capítulo II

### Fundamento Teórico Científico de la Variable Estrés Académico

#### 2.1. Estrés

##### 2.1.1. *Definición de Estrés*

Cannon (1926, citado en Román & Hernández, 2011) definió el estrés como mecanismos fisiológicos que influyen en el mantenimiento de la homeostasis, así el sujeto realiza esfuerzos para restaurar el equilibrio utilizando mecanismos determinados, este enfoque es predominantemente biológico. Posteriormente Selye (1936, citado en Psyrdellis & Justel, 2017) quien hizo conocido el concepto, lo define como respuestas del organismo, que responden a las demandas del ambiente, con la suficiente intensidad para desencadenar una respuesta inespecífica de estrés.

El estrés es una reacción que desencadena respuestas de lucha con conductas de afrontamiento o de huida frente a una amenaza que atenta contra el bien personal, es decir, son las consecuencias de aquellas demandas del ambiente, que se produce en condiciones de vida tanto positivas como negativas que conlleva al estrés (Barrio, 2006).

Los psicólogos McKay, Davis y Fanning (1998, citados en González, 2020) definen el estrés como un síndrome, que es el resultado de respuestas físicas, el entorno y los pensamientos que provocan ira, ansiedad o sentirse deprimido, es decir se presenta como un quiebre emocional.

Linares (2021) define el estrés como un extra de energía para lograr mantener un equilibrio; sin embargo, al hacer uso de esta energía adicional, el sujeto colapsa, sin poder responder a las exigencias o demandas que se le presentan, pues no considera que son eventos difíciles de afrontar.

### **2.1.2. Bases Neurobiológicas del Estrés.**

El estrés desde un enfoque neuroendocrino, se desarrolla de la siguiente manera: a los milisegundos de estar expuesto a lo que causa estrés, el locus coeruleus del tallo cerebral comienza a liberar noradrenalina en áreas cerebrales meso límbicas-corticales, que tiene como efecto incrementar la sensación de alerta e hipervigilancia. De forma paralela a través de los nervios espláncnicos que llegan a la médula de la glándula suprarrenal, se libera adrenalina a la sangre eficiencia de los órganos, para responder ante una situación de peligro o dar respuesta a una situación estresante. Al prolongarse el factor estresante, se exige mayor esfuerzo al organismo que genera un desgaste progresivo (Herrera-Covarrubias et al., 2017).

La respuesta de “lucha o huida” proviene del sistema nervioso autónomo sirve para responder ante el peligro, mientras que el sistema nervioso parasimpático promueve el estado de reposo después del peligro (Moadel-Robblee et al., 2019). Bárcenas (2018) a su vez nos menciona que la exposición a una situación se van a segregar un conjunto de hormonas los cuales se preparan para brindar preparación y protección, es decir también va a permitir que la persona haga frente de forma óptima, utilizando su capacidad de adaptarse y desarrollar habilidades.

### **2.1.3. Tipos de Estrés**

Desde el enfoque que se le otorgue, se puede clasificar al estrés: en base a sus signos o señales y en base a su duración (Choquehuanca, 2018) y en base a las demandas que se presentan en diferentes ámbitos donde se desarrollan los sujetos (Barraza, 2019).

**2.1.3.1. En Base a sus Signos o Señales.** Frente a un evento que produce malestar, según el efecto que este le produce el organismo puede responder de dos formas:

**2.1.3.1.1. El Distrés.** Es aquella reacción que se ubica en el polo negativo del estrés, surge cuando los propios recursos han resultado insuficientes para una determinada exigencia, teniendo efectos negativos en el organismo (Gómez, 2017). Según Naranjo (2009) El mal estrés viene a ser todo aquello que causa disgusto, en oposición consigo mismo, su entorno y la capacidad de adaptación. Así el fracaso, noticias negativas, la enfermedad, entre otros, que causan desequilibrio y pueden conducir a la angustia, es decir que el estrés excesivo resulta de un estímulo que se presenta de manera intensa.

**2.1.3.1.2. El Eutrés.** Se manifiesta cuando hay armonía con las respuestas fisiológicas y psicológicas del sujeto, cuando existe una cantidad de estrés necesario el rendimiento se vuelve óptimo y se caracteriza por la sensación de control (Gómez, 2017). Frente a ello Naranjo (2009) describe el buen estrés como aquello que causa sensaciones de bienestar y placenteras, que está en armonía con su entorno y su propia capacidad. En ese sentido el éxito, el afecto, el trabajo creador, aquellos que tengan un resultado estimulante, causan bienestar o equilibrio.

Entonces podemos entender que existen dos formas en las que el estrés puede presentarse, el eutrés es la respuesta que se adapta al medio mientras que el distrés interfiere en la salud y su relación con el entorno (Silva-Ramos et al., 2019).

**2.1.3.2. En Base a su Duración.** Según el American Psychological Association (APA, 2010) existen de acuerdo a su duración, tipos de estrés con sus características particulares, estas son:

**2.1.3.2.1. Estrés Agudo.** Surge de exigencias anteriores y las que se esperan en el futuro, esta forma de estrés agudo es la más común (Ávila, 2014). Suele ser el más concurrente y su prevalencia de corta duración en el tiempo, en consecuencia, su índice de desgaste en el individuo es bajo (Choquehuanca, 2018). En ese sentido este tipo de estrés, no prevalece mucho tiempo, tiene como fin la protección frente a situaciones potencialmente peligrosas para retomar el control. Este tipo de estrés se suele activar en situaciones de supervivencia, donde el sujeto despliega reacciones físicas para sobrellevar eventos amenazantes (Guerrero, 2017).

**2.1.3.2.2. Estrés Agudo Episódico.** Cuando se presenta de forma continua se habla de este tipo de estrés, es el resultado de asumir una carga grande de responsabilidades que complica la organización de las exigencias y demandas. Tiene como consecuencia un desequilibrio que se caracteriza por la deficiencia de control y gestión emocional que coloca al sujeto en un estado de irritabilidad e inadecuada gestión de sus prioridades (Ávila, 2014).

**2.1.3.2.3. Estrés Crónico.** Es el resultado de un estado constante de estrés, cuando una persona percibe una situación negativa como algo interminable, que en gran medida se basa en la forma de interpretar las situaciones que provoca un estrés aparentemente intolerable producto de un conjunto de creencias instaurados en el sujeto a partir de experiencias negativas en la infancia, que requiere ayuda profesional. Cuando las personas se adaptan a este malestar, se desgastan a largo plazo acabando sus recursos de forma paulatina (Álvarez, 2016).

**2.1.3.3. En Base a las Demandas del Entorno.** El estrés puede ser clasificado en base a las exigencias del entorno, que según diversos autores surge en el ámbito laboral, académico, económicos, sexual, familiar entre otros. Principalmente esta investigación aborda el estrés académico que se manifiesta en los factores estresantes que requieren respuestas por parte de los estudiantes que acontece dentro de una institución de aprendizaje (Barraza, 2019).

#### **2.1.4. Fases de Estrés**

Melgosa (2006) describe que el estrés alcanza su máximo límite al atravesar por determinadas fases y no se desarrolla de forma súbita, por lo tanto, consta de tres fases denominadas:

**2.1.4.1. Fase de Alarma.** Se entiende entonces que la fase de alarma es cuando la persona toma conciencia que la situación supera sus propios recursos, esta reacción tiene una corta duración y de alta intensidad donde el organismo percibe a un agente como estresante genera una respuesta inicial de alerta, se genera

un conjunto de síntomas y moviliza defensas para darle respuesta a la amenaza (Kloster & Perrotta, 2019).

**2.1.4.2. Fase de Resistencia.** Cuando la fase de alarma se prolonga, pasa a esta fase, se toma conciencia de la capacidad para afrontar dicha situación está llegando a su límite y por ende el rendimiento comienza a disminuir (Ávila, 2014). El organismo se adapta a la situación o circunstancia, pero continúa la situación de alarma, de este modo si la situación estresante se conserva en el tiempo, la activación va desapareciendo porque se agotan recursos a una velocidad mayor de la que se generan, que se acompaña de emociones negativas frente a un posible fracaso, manteniendo las hormonas en situación de activación permanente (Perlacios, 2020).

**2.1.4.3. Fase de Agotamiento.** Incluye emociones negativas y desgaste del organismo, que aparecen de diversas maneras como la fatiga, tensión e irritabilidad, generalizando estas reacciones a diversas situaciones, finalizar esta etapa depende de ciertas características como los recursos personales, la intensidad del estrés y el apoyo externo (González & Muñoz, 2014).

### **2.1.5. Síntomas del Estrés**

Davis y Newstron (2003, citado en Perlacios, 2020) describe que el estrés manifiesta respuestas fisiológicas, psicológicas y de comportamiento:

**2.1.5.1. Síntomas Físicos.** Las reacciones corporales cambian para enfrentar el estrés, como dolor de cabeza, dolor de pecho, problemas de digestión, algunos son pasajeros y otros pueden alcanzar periodos largos de malestar. El estrés que perdura durante un tiempo prolongado a largo plazo causa enfermedades degenerativas en los órganos (Perlacios, 2020). Estas reacciones se producen por el sistema nervioso simpático que repercute en el funcionamiento del organismo al desplegarse una respuesta de lucha o huida ante el peligro (Moadel-Robblee et al., 2019).

**2.1.5.2. Síntomas Psicológicos.** Se promueven respuestas emocionales y cognitivas desorganizadas, incapaz de evaluar de forma correcta la situación actual y proyectarlas en el futuro. El procesamiento cognitivo se vuelve incoherente y no establece lógica. A nivel emocional se refleja en el estado de ánimo y sentimientos de inferioridad (Perlacios, 2020).

**2.1.5.3. Síntomas de Comportamiento.** Comprende las acciones observables de respuesta, el llanto fácil, respuestas compulsivas, evitativas, entre otras, en relación con su ambiente o mundo de estímulos que la persona recibe, dependiendo de las circunstancias que le afectan, es decir, esta interacción entre organismo y ambiente se puede expresar en conductas que pueden ocasionar conflictos en el desarrollo personal y social (Ávila, 2014).

Asimismo, ante el estrés se dan distintos modos de reacción, que dependen de la personalidad de cada persona, entre ellas podemos encontrar los siguientes: (a) Tendencia a respuestas conformistas y que pueden desarrollar enfermedades; (b) reacciones de irritación, enfado, agresividad y hostilidad que podrían abocar en enfermedades cerebrovasculares y cardiovasculares; (c) reacciones alternadas de las dos anteriores con patrones de respuestas histéricas; (d) respuestas adaptativas que denotan autocontrol y aplican herramientas personales adecuadas; (e) reacciones emocionales “frías”, donde se reprimen y tienden a desarrollar estados depresivos; (f) reacciones de alteración conductual, como transgredir las normas sociales (Barrio, et al., 2006)

### **2.1.6. Causas del Estrés.**

Ospina (2016) menciona que algunas de las causas que suelen ser comunes en el desarrollo del estrés se clasifican en:

**2.1.6.1. Causas Sociales.** Constituyen una fuente de patologías mentales y de conductas que no se adaptan a la norma a nivel social. Desde esta perspectiva, se entiende que el estrés estaría ligado al desarrollo de la ciudad, señalando

diferentes variables que influyen en altos niveles de estrés en los pobladores: personas, edificaciones, política, etc. (Dorantes & Matus, 2002).

**2.1.6.2. Causas Biológicas.** Se presenta como vulnerabilidad para el estrés a las personas con enfermedades crónicas y otras condiciones biológicas, pues cambian su visión del presente y el futuro, se modifican patrones conductuales y estilo de vida, que pueden minimizar o agravar los efectos de dicha condición (Ospina, 2016).

**2.1.6.3. Causas Químicas y Ambientales.** Rodríguez y Alonzo (2004) describen un conjunto de malestares que presentan los individuos expuestos a diversos tipos de estímulos: a nivel físico, pueden ser: ruido, iluminación, humedad relativa; a nivel químico, por la exposición a sustancias que generen incomodidad, además microorganismos que pueden generar manifestaciones sintomáticas y son fuente de estrés para el individuo.

Asimismo, Franco et al., (2014) señalan algunas características que contribuyen a que una determinada situación sea estresante: (a) Cambio o novedad de la situación, un cambio inesperado puede resultar en algo amenazante y si existe relación con situaciones anteriores similares aumenta la probabilidad de estrés, (b) Falta de información, cuando se desconoce lo que puede suceder, acerca de la demanda o la forma en que se puede responder para hacerle frente, (c) Predictibilidad son aquellas situaciones inciertas donde no se sabe lo que puede suceder producen mayor tensión, (d) Incertidumbre, cuando se dilata o anticipa la respuesta de estrés, (e) Ambigüedad de la situación estresora, cuando hay falta o exceso de información de la situación, (f) Falta de habilidades que implica un estado de indefensión, con conductas ineficaces para enfrentar la situación, (g) Alteración de condiciones biológicas del organismo, ambientales, edad, sexo. entre otros, (h) Duración de la situación de estrés, al prolongarse causa mayores efectos negativos.

### **2.1.7. Teorías del Estrés.**

Desde el enfoque que se aborde, se puede explicar el estrés de las siguientes maneras (Herrera-Covarrubias, et al., 2017):

**2.1.7.1. Teoría Basada en la Respuesta.** Tiene como postulado principal el enfoque de Canon en 1932 y Hans Selye en 1956, quien acuña el concepto en la psicología y reportó en bases a sus experimentos en animales que el estrés es una respuesta inespecífica que se adapta debido a las demandas y alteran la homeostasis, y es autónoma respecto al estímulo estresor. (Herrera-Covarrubias, et al., 2017).

Este enfoque tiene una perspectiva fisiológica y química, donde ocurre dos fenómenos: el estímulo y la respuesta, el estresor toma el lugar de estímulo ya sea físico, psicológico, cognitivo o emocional, que atenta contra el proceso de homeostasis produciendo respuestas no específicas que busca restablecer el equilibrio homeostático. Estos cambios dentro de un organismo que produce respuestas compuestas por mecanismos: alarma, resistencia y agotamiento, denominado síndrome general de adaptación, la primera fase tiene como objetivo movilizar los recursos del organismo para actuar de manera inmediata al estímulo o de forma defensiva con una reacción por encima de lo normal, la segunda fase el organismo se adapta al estímulo estresor y por último el estresor se prolonga debilitando el organismo (Berrio & Mazo, 2011).

En resumen, se puede comprender que este enfoque se centra en el conjunto de reacciones frente a eventos estresantes, cuya finalidad es generar respuestas adaptativas, a partir de la tensión que se vive, como una respuesta variable en las dimensiones del desarrollo ante un estímulo o situación (García-Ros et al. 2012).

**2.1.7.2. Teoría Basada en el Estímulo o Teoría Ambientalista.** Es a partir de las investigaciones realizadas por Holmes y Rahe en 1967, postula que los estímulos ambientales producen alteraciones físicas y mentales. Según Cox en 1978 esta teoría tiene una analogía con la ley de elasticidad de Hooke, que postula que el estrés ejercido sobre un material fuerte como el metal, produce una deformación, y

si esta carga desaparece, el material vuelve a su forma, sin embargo, si este sobrepasa su capacidad, deja daños irreparables. Esta teoría es la más utilizada en la psicopatología, bajo esta premisa el ambiente tiene un rol principal. (Herrera-Covarrubias, et al., 2017).

Existen muchas situaciones, acontecimientos estresantes que son trascendentales en cada etapa de la vida que se acompañan de dosis de estrés, estas experiencias son objetivas capaces de alterar actividades usuales, implican un cambio en la conducta del individuo y evocan respuestas psicofisiológicas, como la ausencia o presencia de ciertas personas, eventos catastróficos, llegada de un hijo, así como las presiones cotidianas, los estresores agudos que son limitados en el tiempo y los estresores crónicos que prevalecen durante un periodo largo (Linares, 2021)

Álvarez (2016) describe que el origen de los estresores puede ser endógena o exógena, provienen del ambiente natural y entorno social, mientras que el estrés endógeno, proviene experiencias internas. Este modelo teórico tiene una perspectiva psicosocial del estrés, pues considera la relación con el ambiente y las interacciones sociales.

**2.1.7.3. Teoría Basada en la Interacción.** Se centra en la interacción del individuo con su ambiente a diferencia de los anteriores enfoques mencionados, las respuestas surgen del análisis de las capacidades y la percepción de las demandas. El modelo de Lazarus y Folkman en 1986 es el referente básico, enfatizan la interpretación cognitiva que se da a la situación vivida, la idea central recae que la valoración personal ante un suceso es interpretada como desafiante o peligrosa lo que produce estrés. Así, ante un mismo estímulo se pueden producir diversas respuestas en diferentes personas y diversas reacciones pueden darse en una misma persona, según el momento y circunstancia (Martín, 2007).

En ese sentido, el estrés es la representación interna entre demandas del entorno y las características internas de la persona por medio de la valoración de los recursos que se tiene y las demandas, lo que hace concluir que los entornos no son amenazantes por sí mismos, sino que es la manera como interactúan las

características del entorno y los sujetos que da como resultado una percepción favorecedora o por el contrario los hace más vulnerables (Barraza, 2007).

Por lo tanto, la persona hace una evaluación del por qué y hasta donde la interacción será estresante. Lazarus propone tres tipos de evaluaciones que median entre las respuestas y el estímulo estresante: (a) Evaluación primaria: En primer lugar, se analiza la situación o demanda, (b) Evaluación secundaria: Se evalúa los recursos disponibles frente a la amenaza y la (c) Reevaluación: se realiza una retroalimentación para los ajustes necesarios de las evaluaciones (Escajadillo, 2019)

## **2.2. Estrés Académico**

### **2.2.1. Definición del Estrés Académico**

Se puede encontrar las siguientes definiciones:

Barraza (2006) es uno de los autores latinoamericanos que más ha aportado sobre este concepto y considera el estrés académico como un proceso sistémico, que se adapta y es esencialmente psicológico, se presenta de la siguiente forma: a) el estudiante valora las demandas de la escuela y los considera estresantes (input); b) se manifiesta respuestas que causan desequilibrio y c) se recupera el equilibrio sistémico con respuestas de afrontamiento (output).

Flores (2019) refiere que el estrés académico es el conjunto de procesos afectivos y cognitivos producto del impacto de los estresores, al estar sujeto a varias demandas del ámbito escolar que provocan un desequilibrio. Por otro lado, Guerrero (2017) agrega que la activación en diferentes niveles en el ámbito escolar debido a diversos factores que allí encuentran, que genera en el alumno una sensación de desesperanza y frustración ante la posibilidad del fracaso.

Por otro lado, Solano (2021) describe que el sujeto es un proceso donde se evalúa el contexto de ambiente escolar y los percibe como estímulos amenazadores, los cuales, responden de manera eficaz o fracasan durante el proceso; estas evaluaciones que el alumno hace están relacionadas con emociones anticipatorias como: ira, satisfacción, preocupación, ansiedad, confianza, entre otros.

Orlandini (1999, citado en Barraza, 2004) tomando como base las definiciones existentes del estrés como una tensión excesiva, que abarca desde el preescolar hasta la educación superior durante la formación del aprendizaje Y se experimenta diferentes grados de tensión. Barraza (2007) además diferencia el estrés académico y el estrés escolar, en la adolescencia se considera el estrés académico, debido a que este afecta a los alumnos de educación media y superior, mientras que el estrés escolar se produce en los alumnos de educación básica.

Palacio et al. (2018) describe que el estrés es un cumulo de experiencias y sensaciones relacionadas con el miedo, la tensión y la falta de control en las respuestas personales y con el entorno en la socialización.

Fernández y Luevano (2018) menciona que la causa de alteraciones en la dimensión de los conflictos, de las relaciones personales, a nivel emocional y física de los alumnos es el estrés académico como resultado de las exigencias del ámbito académico.

Se puede concluir entonces que el estrés académico es el resultado de actividades del entorno educativo que se acumulan, que son evaluados como amenazantes y tienen un impacto en su rendimiento y desarrollo personal que generan un desequilibrio causando malestar.

### **2.2.2. Causas del Estrés Académico**

Respecto a los estresores académicos Awè et al. (2016) algunos de los estresores que causan estrés académico son las evaluaciones, falta de tiempo de ocio, la forma de percibir el trabajo en clase, entre otros, es decir los estresores provienen del entorno educativo que repercute en cada estudiante y su rendimiento.

Barraza (2004, 2011) establece 11 estresores que conllevan a la aparición aumentada, moderada o disminuida del estrés académico, dentro de los cuales se encuentran: la competitividad grupal, el exceso de tareas y responsabilidades, interrupciones, ambiente desagradable, tiempo limitado, conflictos con docentes y compañeros, el tipo de trabajo, la evaluación académica y los maestros, debido a que estos pueden inclinarse a exigir más a ciertos estudiantes a diferencia del resto

del grupo de clase.

Además, el estrés aumenta por el nivel de exigencia en los últimos semestres. A esto se le suma, las temporadas de exámenes y trabajos que deben realizarse en clase que generan malestar o ansiedad en los alumnos (Domínguez, 2015).

Según Cabanach et al. (2016) los estresores académicos pueden ser: (a) Deficiencias metodológicas: Es la percepción negativa que tienen los alumnos sobre el desarrollo del docente en el proceso de enseñanza y aprendizaje, (b) Sobrecarga Académica: Es la valoración sobre las demandas y el tiempo que dispone para realizarlas, (c) Creencia sobre rendimiento: Se percibe la calidad de las capacidades de control y seguridad en relación con el rendimiento escolar, (d) Intervenciones en Público: Situaciones en las que se ve enfrentado a desplegar habilidades frente a profesores y compañeros, (e) Clima Social Negativo: Incluye relaciones conflictivas, competitividad negativa, entre otros. dentro del contexto académico, (f) Carencia de Valor de Contenidos: Es la sensación que percibe el estudiante acerca de los conocimientos que adquiere, al considerar estos como irrelevantes para su propio beneficio, viendo difuso la posibilidad de aplicar dichos conocimientos a su vida cotidiana o en el futuro o le resulta poco interesante, (g) Participación: Es el grado de implicación activa en procesos evaluativos y los (h) Exámenes: causa tensión el proceso de ser evaluados.

### **2.2.3. Consecuencias del Estrés Académico**

Méndez y Gálvez (2018) mencionan que el autoconcepto, que viene a ser la forma en que se perciben los estudiantes a sí mismos, se puede ver influido por el estrés académico que conlleva a tener comportamientos adecuados o negativos que guían su desenvolvimiento académico.

Asimismo, el estrés académico si no se maneja adecuadamente, podría causar reacciones negativas consigo mismo y con las relaciones sociales interpersonales de su entorno, fomentando un comportamiento no asertivo en las relaciones, es decir que una deficiente autorregulación de las emociones afecta la

salud mental y causa dificultad para afrontar positivamente las exigencias (Aldana et al., 2020).

Mendiola (2010) menciona que el estrés académico tiene consecuencias psicológicas, conductuales y emocionales, que son similares a las que produce el estrés en general. Y sus efectos pueden ser: (a) Efectos Fisiológicos. Cambios en las respuestas hormonales e inmunológicas y físicas. Un principal factor de estrés académico es la presentación de exámenes, (b) Efectos Psicológicos. A corto plazo inciden a nivel emocional, posteriormente se produce respuestas valorativas y emocionales y desarrolla conductas que pueden resultar en hábitos negativos y/o compulsivos y (c) Efectos en el Comportamiento. Se puede presentar con conductas inadecuadas como inasistencia a clases, desmotivación, desconcentración, irritabilidad, deterioro en la organización de las demandas y capacidad crítica.

#### ***2.2.4. Estrés Académico en Adolescentes***

Vega et al. (2008) destacan que las situaciones que desencadenan estrés son diferentes para cada grupo de edad, así el resultado de la valoración de la demanda genera un estado de tensión en el organismo según el estudiante. Además, un factor de estrés puede tener diversas respuestas de acuerdo a cada estudiante pues depende de variables como la personalidad y su entorno (Domínguez et al., 2018).

Zárate et al. (2017) mencionan que el estudiante durante su periodo de formación tiene la tendencia a valorar como angustiante gran cantidad de las demandas a las que se enfrenta, lo que contribuye, a la aparición de malestar y problemas escolares, cuando las estrategias de afrontamiento utilizadas por el estudiante resultan insuficientes o ineficaces.

Estrada (2020) con respecto al estrés académico, menciona que el último grado tiene mayor exigencia que requiere más esfuerzo cognitivo y social en los estudiantes, por lo que hay mayor prevalencia de estrés académico, ya que surge la necesidad de consolidar todos sus aprendizajes durante su educación sumado al esfuerzo que deben realizar por culminar satisfactoriamente y prepararse para el ingreso a instituciones de educación superior.

Asimismo, Sagar y Singh (2017) afirman que el nivel secundario, pueden experimentar con más frecuencia depresión, ansiedad y estrés, debido a la presión y exigencia de sus padres y la sobrecarga de actividades que los hace más susceptibles a presentar estrés. La respuesta al estrés, incluye la respuesta física: que se manifiesta con sudor frío, dolor de estómago, entre otros, a nivel emocional: miedo o preocupaciones y a nivel conductual se dan actitudes negativas, a la defensiva o evitativas, durante su vida cotidiana (Ortuño et al., 2017). En ese sentido respuestas inadecuadas de afrontamiento al estrés produce malestar y emociones negativas en el adolescente que dificultan su adaptación adecuada a su contexto escolar, social y familiar. Esta población que se encuentra en un período crítico y susceptible, tiene mayor predisposición a padecer estrés frente a situaciones inesperadas, y por lo tanto es grupo importante para ser objeto de investigación (Palacio, 2018).

#### ***2.2.5. Estrés Académico y Rendimiento Escolar***

El rendimiento académico puede determinar un adecuado o deficiente desempeño escolar, sin tener en cuenta el programa de aprendizaje y jornada académica que se desarrolla. El estrés se presenta de forma cotidiana, así las presiones de limitado tiempo, sobrecarga de actividades, problemas económicos, de relaciones sociales, son solamente algunas de las causas del estrés (Espinosa-Castro, 2020).

Bruguera et al. (2017) corrobora que los sucesos estresantes en los estudiantes se relacionan con factores de riesgo que afectan el rendimiento escolar o por el contrario en factores de protección para afrontar las demandas. Se recalca además que la exposición en la infancia a situaciones estresantes de intensidad moderada puede atenuar los efectos nocivos de eventos estresantes que se dan posteriormente en la etapa de la adolescencia.

### **2.2.6. Estrés Académico en post pandemia**

Barraza (2020) describe que las restricciones, medidas preventivas, la convivencia y las actividades virtualizadas, fueron potenciales estresores, que generan demandas que exigieron a las personas respuestas de acción que pueden aumentar los niveles de estrés y a esto el autor denominó estrés de pandemia

En el contexto escolar se tuvo que usar nuevas estrategias didácticas a nivel sincrónico y asincrónico distintas a las que usualmente se realizan en la presencialidad un cambio importante es la transición educativa que significo esfuerzo para adaptarse a esta modalidad, que provoca frustración entre todos los involucrados en la dinámica educativa (Alania et al., 2020). Estos cambios se mantuvieron por un largo periodo, sin embargo, nuevamente los estudiantes se debieron adaptar a la presencialidad y afrontar los estragos del estrés de pandemia.

En ese sentido los estudiantes han cambiado sus condiciones de aprendizaje que les exige adaptarse de forma rápida y radical, se enfrentan a diversas demandas por los procesos y condiciones de enseñanza, que incrementa la prevalencia de estrés e incide en su rendimiento (Estrada et al., 2021).

Un libro realizado por docentes iberoamericanos recientemente, sobre la educación en tiempos de la pandemia, resalta que el cierre de las escuelas es un acontecimiento que resulta traumático y aun no se puede establecer con exactitud cuáles son los efectos, por otro lado el regreso a la presencialidad supone grandes cuestionamientos surgen dudas sobre las prácticas acostumbradas en educación y lo que conocemos como “vieja normalidad” o la "nueva normalidad" tendrá resultados positivos, si el sistema se reajustará o permanecerá en las mismas condiciones caracterizada por la desigualdad (Dussel, et al., 2020).

### **2.2.7. Estrategias de Afrontamiento del Estrés Académico**

El adecuado uso del tiempo es una estrategia que modula el nivel de estrés, por ello la organización es un factor importante. Por tal motivo, es importante: establecer prioridades, ser objetivo y realista con el tiempo, vencer el estrés va a depender un tratamiento integral, durante periodos altos de estrés, es importante

decidir la cantidad de tareas que se puede llevar razonablemente a cabo (Borges & Melgosa, 2017).

Otro factor de afrontamiento a considerar es la autoeficacia, en comparación con los que se perciben menos eficaces, se desarrollan confiando en sus propias capacidades y valoran el entorno académico como menos amenazante, que favorece la adaptación el bienestar (Restrepo et al., 2020).

Para Cabanach, et al. (2010), existen tres grupos importantes de estrategias de afrontamiento activo: (a) La reevaluación positiva, se basa en optimista y minimizando lo negativo de las situaciones estresantes, (b) La búsqueda de apoyo social, centrada en la búsqueda de recursos dirigidos al problema y del apoyo social para el alivio emocional y la (c) modificación del problema, que analiza las estrategias y recursos después de una evaluación crítica y racional del problema.

#### **2.2.8. Dimensiones del Estrés Académico**

Barraza (2007) describe tres dimensiones que conforman el estrés académico, que se utilizan en esta investigación y son:

**2.2.8.1. Estresores.** Lazarus y Folkman (1986, citado en Escajadillo, 2019) definen a los estresores como aquellas exigencias del entorno, luego de pasar por un proceso valorativo de los estudiantes percibidos como desafíos difíciles. Así cualquier suceso o estímulo externo o interno que genere una respuesta emocional y provoque desequilibrio del organismo son estresores (Espinosa-Castro et al., 2020).

Conocer los estresores académicos es importante para una institución educativa pues se asocia este tipo de estrés con enfermedades, descenso de la autoestima, insomnio, alteraciones en la concentración, que afectan tanto la salud y el rendimiento (Toribio-Ferrer & Franco-Bárceñas, 2016).

**2.2.8.2. Reacciones.** Tras la propia valoración del alumno, ocurre un desequilibrio y se manifiestan síntomas, que indican la presencia del estrés (Barraza

& Medina, 2016). Así cuando el alumno evalúa la capacidad que tiene para afrontar las exigencias académicas aparecen pensamientos, emociones, comportamientos y alteraciones físicas que aumentan susceptibilidad al estrés (Gonzales, 2020).

Hernández y Poza (1996, citado en Chacón, 2018) menciona tres niveles de síntomas de estrés (a) Nivel Fisiológico donde surgen molestias físicas, (b) Nivel motor, con movimientos repetitivos, torpes, tartamudez, entre otros y el (c) Nivel Cognitivo con pensamientos negativos. El estudio de estos autores también comprobó que este último, era superior a las fisiológicas y motoras.

**2.2.8.3. Estrategias de Afrontamiento.** Cuando el alumno toma conciencia de que está estresado y tras la aparición de diferentes reacciones, se despliega un conjunto de esfuerzos conductuales y/o cognitivos para disminuir las consecuencias emocionales, resolver el problema y enfrentar el estrés (Barraza & Medina, 2016). Se puede comprender las estrategias de afrontamiento como un proceso o estilo personal para afrontar el estrés, son disposiciones personales estables (Berrio & Mazo, 2011). El estudiante puede recurrir al enfrentamiento evitativo con conductas de riesgo o enfrentarse de forma activa con la planificación, encuadre positivo y aceptar de forma realista el problema, esfuerzos necesarios para enfrentar el estrés (Álvarez & Cerrón, 2020).

### **2.2.9. Modelo Sistémico Cognoscitivista**

Barraza elaboró un modelo teórico, en donde su base fue el enfoque sistémico del estrés, y utilizó como fundamentación para su teoría al Modelo General de los Sistemas de Bertalanffy y a la Teoría Transaccional del Estrés (Quito, 2019). Barraza (2006) sustenta el concepto con hipótesis teóricas:

**2.2.9.1. Hipótesis de los Componentes Sistémico Procesual.** Se entiende a la persona como un sistema abierto con componentes sistémicos como un flujo de entrada y salidas que generan el desequilibrio sistémico en la persona. Bertalanffy (1989, citado en Álvarez & Cerrón, 2020) describe los sistemas abiertos como

sistemas que interactúan con otros o el entorno, son biológicos o sociales y flexibles

**2.2.9.2. Hipótesis del Estrés como Estado Psicológico.** Bajo la teoría de sistemas el estrés académico se considera un sistema abierto; se centra en la valoración cognitiva como proceso mediador de las demandas y estresores (Barraza, 2020).

Desde la perspectiva cognitivista, se hace un análisis de las demandas y recursos propios. Pueden ser de tres tipos: (González, 2016): (a) Neutra: no hay acción para responder a los acontecimientos, (b) Positiva: hay una valoración positiva y se cuenta con los recursos para afrontarlo y (c) Negativa: se perciben como retos difíciles de superar

**2.2.9.3. Hipótesis de los Indicadores del Desequilibrio Sistémico.** Las reacciones o indicadores son producto del desequilibrio causado por la interacción entre el sujeto y su entorno que se percibe como amenazador, ante ello se presentan reacciones psicológicas, de comportamiento y malestares físicos que engloba el estrés académico y se produce efectos negativos en los estudiantes (Julcarima, 2020).

**2.2.9.4. Hipótesis del afrontamiento.** Luego de la valoración de las demandas y los recursos que se tienen para afrontar o no esta situación, se convierten en estresores que exigen respuestas o acciones que pueden ser cognitivas o conductuales que son estrategias de afrontamiento para restaurar el equilibrio para el manejo del estrés académico (Lazarus, 2000).

Teniendo en cuenta esto, se plantea un proceso sistémico del estrés académico (Barraza, 2018): En primer lugar, se consideran estresores a las demandas que son valoradas como difíciles o amenazantes a las cuales los alumnos se ven sometidos en el contexto académico (input), en segundo lugar, el desequilibrio causado por los estresores se manifiesta en una serie de reacciones (indicadores del desequilibrio) y por último se producen respuestas (output) para restaurar el equilibrio

## **Capítulo III**

### **Fundamento Teórico de la Variable Expresión de Ira**

#### **3.1. Emoción**

##### ***3.1.1. Definición de Emoción***

Díaz (2018) afirma que las emociones son respuestas provocadas por aquellos estímulos que son significativos para el sujeto y se manifiestan a través de diferentes dimensiones, a nivel neurofisiológico, conductual y cognitivo. Asimismo, Clares (2018) menciona que las respuestas frente a un estímulo del exterior, que causen impacto son emociones de corta duración y pasado un tiempo se regresa al estado de normalidad. Pallares (2010) hace una compilación de las diferentes definiciones de emociones, lo definen como impulsos irracionales, adecuaciones a cambios, resultados de ideas que se sostienen y desde su definición etimológica se encuentra que la emoción significa impulso que lleva a la acción.

##### ***3.1.2. Bipolaridad de Emociones***

Las emociones se pueden clasificar en dos polos opuestos, las emociones que se experimentan tras situaciones positivas relacionadas con el logro de metas y bienestar, que abarcan la dimensión social es decir las relaciones con otros son emociones positivas, mientras que aquellas que surgen de acontecimientos interpretados como amenaza, dificultad o pérdidas de toda índole, son emociones valoradas como negativas que además van a exigir mayor esfuerzo para superar la situación (Bisquerra, 2015).

Las emociones positivas y negativas tienen funciones para generar respuestas adaptativas frente a diversos sucesos, las emociones positivas establecen relaciones sociales saludables y duraderas, que promueven el disfrute, la creatividad la capacidad de satisfacción y el compromiso con ciertas actividades, en otras

palabras, son sentimientos agradables que tienen incidencia en la calidad de vida, mientras que las emociones negativas se experimentan de forma desagradable, en las que podemos encontrar el miedo, la ira o el enojo y la tristeza, estas emociones tienen repercusiones negativas a largo plazo, pues van causando un deterioro a nivel físico y emocional (Ramírez, 2018).

## **3.2. Ira**

### **3.2.1. Definición de Ira**

Johnson (1990, citado en Maya et al., 2019) define ira como estado emocional que produce una activación del sistema nervioso autónomo, endocrino y tensión muscular, se caracteriza por sentimientos de enojo, rabia e irritación y ocurre como respuestas a situaciones de conflicto, asociada a la impotencia y frustración.

Izard (1991, citado en Muñoz, 2016) habla de la ira como una emoción básica o primaria que resulta cuando se interrumpe o detiene un proceso que conlleva a la obtención de una satisfacción personal o hecho placentero de una necesidad específica, es decir no poder alcanzar alguna meta u objetivo.

La ira según (Spielberger, 1983 citado en Moscoso et al., 2016) es una emoción, la cual incluye sentimientos subjetivos negativos que varían en intensidad desde la experiencia de una mínima irritación o molestia hasta la expresión de rabia intensa. En ese sentido la expresión de la ira es una reacción emocional transitoria causada generalmente por efectos de estrés crónico, actos de injusticia, amenazas, provocación y frustraciones de la vida diaria.

La ira según Gonzales-García et al. (2017) se entiende como una emoción que provoca una activación al organismo, que va a facilitar y potenciar el ataque como respuesta, que no siempre implica alcanzar el agrado de agresión. Por ello en el caso de los deportes de contacto y las tareas de fuerza, la ira se convierte en un facilitador del rendimiento deportivo.

Medina (2018) en base definiciones de diversos autores, define a la ira como un estado emocional de intensidad variable, y hace una diferencia conceptual de la hostilidad, considerada como una actitud y agresividad como la conducta que se pueden desencadenar a partir de esta emoción.

En resumen, la ira es un estado subjetivo que agrupa sentimientos de enojo, que activa componentes fisiológicos y cognitivos de adversidad o contrariedad, que no necesariamente es determinante para la agresión, que suele aparecer cuando se presentan resultados frustrantes u obstáculos, que provocan ciertos efectos en la persona y el entorno en el que se desarrolla.

### **3.2.2. Bases Neurobiológicas de la Ira**

Las emociones surgen cuando las personas perciben peligros o se sienten amenazadas, ofendidas o devaluadas de alguna forma y también cuando se experimenta sucesos positivos. En esos casos el sistema nervioso autónomo actúa modo reflejo y el eje hipotalámico-hipofisario-suprarrenal, este último desencadena un mecanismo endocrino y este libera una hormona al torrente sanguíneo, la adrenocorticotropa (ACTH), viaja hacia las glándulas suprarrenales, las cuales liberan a su vez otras hormonas, como la adrenalina y el cortisol (Morgado, 2017).

Durante la infancia aparece el comportamiento agresivo y se desarrolla en la adolescencia. Las alteraciones estructurales puede ser la razón de problemas en el comportamiento en sujetos agresivos, así el retraso en el desarrollo del fascículo que conecta la amígdala con la corteza prefrontal, produce déficits que pueden conducir a mantener una conducta antisocial (Ortega-Escobar & Alcázar-Corcoles, 2016).

Cuando la ira se manifiesta en niveles altos, el sistema neuroendocrino comienza a liberar cantidades altas de testosterona, esta hormona se relaciona con el comportamiento disruptivo, así mismo los niveles de cortisol comienzan a disminuir, esto se debe a las reacciones mediante conductas inadecuadas, violentas, hacia los demás. (Febre, 2019).

### **3.2.3. *La Ira como Enfermedad***

Asimismo, la ira puede ser el resultado de una patología física o mental, en esta primera dimensión podemos mencionar, el daño cerebral por lesiones traumáticas o enfermedades infecciosas o virales que disminuyen la capacidad de regular emociones como la encefalitis viral, es decir la ira es una patología física producto de una lesión o agente patógeno. En cuanto a la dimensión mental esta puede ser resultado de experiencias negativas que conllevan a la frustración y se categorizan en los manuales diagnósticos como alteraciones de personalidad que se caracterizan por tener su inicio en etapas tempranas del desarrollo, alejadas de la norma cultural y que suponen un malestar para el sujeto. Estas personalidades pueden tener grandes dificultades para establecer relaciones adecuadas con su entorno, mostrándose altamente conflictivas, propensas a la ira y con conductas impulsivas (Butts, 2008).

### **3.2.4. *Principales Funciones de la Ira***

Mckay y Roger (2010) mencionan que la ira tiene funciones positivas en las que se describe las siguientes: (a) Energizar, que significa poner en marcha los medios que posee el cuerpo para hacer frente una amenaza y búsqueda de soluciones a un problema, así se activa el mecanismo dual de huida-lucha que evolutivamente ayuda con la supervivencia del sujeto, (b) comunicar, que permite expresar sentimientos negativos, afrontar y resolver conflictos, (c) defensa frente a una amenaza se despliega una sensación de control, brindando energía para mostrar dominio frente a la sensación de vulnerabilidad, que permite protegerse o evitar otra emoción que resulte menos desagradable y/o adaptativa para el momento dado, (d) establecer límites, ayuda a establecer límites apropiados o no en la interacción con otros, (e) defender los derechos, proporciona recursos frente a situaciones que se perciben como injustas o amenazantes para la defensa de nuestros derechos, (f) y discriminar el peligro que evidencia que hay algo amenazante, que causa malestar, injusto o potencial peligro.

Por otro lado, estos autores también consideran la parte negativa que suele ser la más examinada principalmente en esta emoción, describen que cumple funciones que pueden resultar disfuncionales en el desarrollo del sujeto: (a) Cuando la ira alcanza niveles altos y es frecuente puede llegar a desorganizar los pensamientos y las respuestas de conducta, dificultando mantener la atención, tener claridad de pensamientos, sentir satisfacción y buscar soluciones adaptativas, (b) puede hacer un uso excesivo de la respuesta defensiva en situaciones que no lo ameritan o permitirse dar cabida a sentir otra emoción, (c) puede escalar a la agresión, con la activación fisiológica dando como resultado la tensión de los músculos, puños apretados, ceño fruncido y otras conductas impulsivas, (d) puede dar una perspectiva negativa y errónea de una situación problemática, promoviendo conductas injustas en base a valoraciones exageradas que se conoce como distorsiones cognitivas, (e) y cuando se utiliza la ira como un medio para manipular al resto con la intención de obtener un beneficio propio.

### **3.2.5. *La ira como respuesta adaptativa***

Nussbaum (2008, citado en Sáenz, 2017) estudia la ira como una emoción vinculada a la violencia, sin embargo, también la considera como una emoción necesaria para proteger la dignidad y como esencial para responder ante una ofensa de forma seria y combatir las injusticias, teniendo en cuenta que este se da en un nivel que sea del dominio del sujeto

Solomon (s.f., citado en López, 2016) hace una interpretación acerca de la forma racional de la ira, según esto, identifica tres situaciones donde se puede considerar como adecuada esta emoción: (a) cuando el desprecio sufrido era injustificado, cuando existe un factor subjetivo en las emociones. Sin embargo, puede haber casos en los que esta emoción puede tener una justificación racional o evidentemente objetivo que pueden reconocer la ira como adecuada, (b) Cuando se dirige hacia la persona correcta, cuando hay razones objetivas y coherentes con una percepción cargada de ira e indignación, esta emoción se torna adecuada producto de una evaluación cognitiva que identifica lo bueno y malo según el sistema de

creencias, valores y juicios de cada persona, y (c) cuando se da en el momento apropiado y durante un tiempo razonable, se habla de una ira inadecuada o irracional cuando se dirige a un sujeto o situación equivocada y se prolonga por mucho tiempo.

Por otro lado, Ostrosky (2011) refiere que la ira puede resultar adaptativo, pues facilita la autoridad y defenderse de alguna transgresión justificada, el problema surge cuando esta emoción es utilizada en momentos que no son necesarios y de forma disfuncional, puede dar respuestas que se ordena de las más adaptativas a la menos funcional: (a) cuando se da la comunicación, tiene como propósito expresar los sentimientos de ira de forma adaptativa, buscando estrategias asertivas, se caracteriza por exponer de forma clara y respetuosa las propias necesidades, que requiere de una gran educación emocional para lograrlo, (b) la supresión, que también se conoce como un tipo de agresividad pasiva que hace referencia a suprimir o esconder la emoción negativa, no se muestra respuestas ante aquello que causa incomodidad o malestar, sin embargo, hay acciones sutiles que lo demuestran y (c) por último la menos funcional es la hostilidad, esta actitud hace referencia a la incapacidad de expresar de manera constructiva y respetuosa su enojo, demostrando conductas inapropiadas como expresar comentarios hirientes y dolorosos, mostrar cinismo y tornarse agresivos, esta última conducta es que causa mayores repercusiones físicas y mentales.

### **3.2.6. Componentes de la Ira**

Esta emoción tiene diferentes componentes, Jiménez (2018) en base a diversos autores, se mencionan tres principales componentes:

Primer componente. Hace referencia a la emoción principal que se desencadena, resultado de un estímulo y estado afectivo, es la respuesta frente a una situación que resulta desagradable.

Segundo componente. Abarca las reacciones de ira que se expresan a través de forma verbal, expresiones faciales que denotan la emoción, llanto, lenguaje corporal, mal humor, que son provocados al enfrentarse al estímulo desagradable.

Tercero componente. Toma el aspecto cognitivo como un factor importante que se entiende como la forma de comprensión de la emoción experimentada que promueve la regulación o puede desencadenar un efecto contrario.

### **3.2.7. *Causas de la Ira***

Jiménez (2018) recalca que la ira puede ser causado por eventos internos o externos, según el grado de significancia que le da el sujeto, se puede tener un estímulo que se identifica como son los recuerdos y las imágenes internas que se generan a partir de señales externas o de la reflexión de situaciones pasados o futuras.

McDowell y Hostetler (2006) mencionan las causas que provocan ira en los adolescentes, algunas de ellas son: (a) La frustración, donde los adolescentes son quienes están más propensos a sentir ira en cualquier momento, obtener lo que desean puede conllevar un proceso complicado por la forma en que lo interpretan, (b) el aislamiento, el adolescente es proclive a tener reacciones iracundas debido al aislamiento y sentirse solo en ciertos momentos, (c) las ofensas o amenazas de ofensas, se desencadenan por situaciones que causen ira y puedan llegar a descontrolarse, (d) la injusticia, el adolescente puede responder a la injusticia con ira con el propósito de defender a otros o hacer valer sus derechos, (e) el temor se involucra la vergüenza que aumenta la frustración e ira, (f) y una reacción aprendida producto de lo observado en personas que se encuentran a su alrededor.

### **3.2.8. *Consecuencias de la Ira***

Una de las consecuencias de las emociones negativas según investigaciones se relación con el aumento de la ingesta de alimentos, así emociones como el estrés o la ira pueden tener como efecto los atracones (Palomino, 2020). Por lo tanto, emociones negativas como la ira, están relacionados de manera importante con procesos alimentarios que puede conllevar a mecanismo disfuncionales como trastornos alimentarios.

Por otra parte, Macht (1993) citado en Palomino (2020) encontró que los sujetos experimentan más hambre cuando existen sentimientos de ira que los lleva a consumir una alimentación “rápida” menos saludables, mientras que la alegría, provoca una ingesta de una alimentación más agradable al paladar, esto se explica debido a que la ira y la alegría son emociones más frecuentes en la vida, a diferencia del miedo y la tristeza.

Un nivel alto de ira como rasgo se ha asociado con diversos problemas incluyendo problemas de salud, acoso cibernético, menor control de impulsos y psicopatológicos como ansiedad, depresión, estrés postraumático y dependencia a drogas o alcohol Asimismo se encuentra asociada a diversos trastornos psicológicos de personalidad incluyendo el trastorno límite, paranoide, antisocial, esquizoide, narcisista, dependiente e histriónico (Alcázar-Olán et al., 2018).

Muchas investigaciones comprueban que las emociones de ira, irritabilidad y la hostilidad se asocian con la depresión, se comprende entonces que esta emoción negativa cumple un rol importante que puede provocar interferencias en el tratamiento psicológico y el desarrollo o avance de este trastorno. Según los manuales de diagnóstico se propone que la ira se manifiesta como síntoma particular en el desarrollo de la depresión. Aquellos pacientes en estados deprimidos con arranques de ira se diferencian con trastornos comórbidos de personalidad y ciertas variables biológicas (Grill et al., 2010).

Por otro lado, las tendencias suicidas están asociadas a factores emocionales como la depresión, ansiedad, impotencia, ira, agresión e impulsividad, así algunos investigadores se han centrado en los estados de ira y hostilidad o fases de impulsividad como una de las causas de la ideación entre los adolescentes. Desde la perspectiva cognitiva sobre la ideación suicida entre los adolescentes, se postula que las cogniciones negativas, los problemas en la resolución de problemas, la rigidez cognitiva, la ira autodirigida, la afectividad negativa, etc., conducen a la autolesión y pensamientos suicidas en adolescente, es decir la ira ha se ha encontrado como un factor determinante en el riesgo de suicidio de adolescentes (Masood et al., 2018).

### **3.2.9. Estrategias de Afrontamiento de la Ira**

Spielberger, et al. (1985, citado en Oliva et al., 2010) menciona que para disminuir la sensación desagradable de la ira se dan respuestas de afrontamiento que se pueden agrupar en tres estilos diferentes:

**Suprimir:** Implica que el sujeto frente a una situación que la considera desagradable, reacciona reprimiendo la ira, que implica que la situación no tenga una solución o enfrentamiento adecuado, que se lidie internamente con la emoción que, de forma acumulada, puede resultar perjudicial para el bienestar personal y desencadenar respuestas airadas de mayor intensidad en un momento dado.

**Expresar:** Expresar la ira se da cuando el sujeto manifiesta abiertamente conductas exaltadas ya sean verbales o físicas, sin intención de causar daño, es decir el sujeto se permite un desembocamiento de la ira que disminuye el malestar de la propia emoción sobre el organismo, generando una sensación de alivio que tiene como propósito regular el organismo y una vez retomado el control utilizar estrategias racionales para la solución o enfrentamiento del problema.

Por último, la estrategia de controlar dicha emoción, para una resolución adecuada del conflicto, se utiliza el control de la ira, redirigiendo la respuesta emocional a conductas más constructivas, que producen calma o sosiego ante una situación potencialmente frustrante.

### **3.2.10. Expresión de Ira en Adolescentes**

Diferentes hechos e índices de la violencia vinculan fuertemente la adolescencia y la agresividad, en ese sentido la emoción de ira aumenta la prevalencia a desarrollar conductas disfuncionales, que convierte a esta población en un foco importante de investigación que relacionan con problemática como la delincuencia, el abandono escolar, comportamiento criminal entre otros. (Rodríguez, 2017).

Algunos de los factores que aumentan la probabilidad de expresar conductas disfuncionales son el entorno familiar que no brinda el soporte necesario, la

personalidad inestable, entre otros. Así como estar expuesto a cambios sociales y situaciones de peligro que influye en la formación de la propia identidad (Collado & Matalinares, 2019). En un periodo que se considera de riesgo a la que se le denomina adolescencia, se debe considerar las consecuencias desfavorables asociadas a los estados emocionales desfavorable, que se relacionan con respuestas de evitación o exposición que provocan un intenso malestar (Gómez-Ortiz et al., 2017).

### ***3.2.11. Expresión de Ira en Ámbito Académico y Familiar***

La educación de emociones es necesaria para el desarrollo de los alumnos/as dado que las emociones se vinculan al ámbito educativo (Caballero et al., 2016). Estas emociones a veces pueden dificultar el proceso de aprendizaje. En ese sentido los adolescentes tienen dificultad para identificar sus emociones y para mantenerlos bajo dominio. Por ello, identificar y aprender el manejo de sus emociones es importante (Fernández-García & Fernández-Río, 2019).

En el ámbito académico la expresión de la ira se relaciona con dificultades en las relaciones sociales entre pares y con las figuras de autoridad como padres y maestros, en ese sentido los adolescentes tienen la tendencia a expresar su ira de forma abierta o reprimirla, escondiendo dicha emoción, de acuerdo al autoconcepto que van formando y las relaciones que forman ya sean con personas de su mismo sexo u opuestos (Sanz-Martínez, 2012).

Los estados emocionales de los estudiantes son básicos para el aprendizaje, esto quiere decir que los actores educativos deben ser capaces de identificar estados emocionales, y promover aquellas que resulten positivas para la adquisición y fijación de los conocimientos, mientras que los estudiantes deben aprender a gestionarlos (Benavidez & Flores, 2019).

Desde la perspectiva cognitiva social, se encuentran argumentos que ayudan a comprender la construcción del conocimiento y la manera de darse las interacciones sociales del alumno en el aula que influyen de manera importante en

el aprendizaje; se recalca que el afecto está directamente relacionado con todo los procesos cognitivos y la conducta del alumno (Lebrija A., et al., 2017)

Asimismo, en el ámbito familiar los modelos de conductas agresivas aumentan el riesgo de que los adolescentes manifiestan conductas agresivas en las interacciones sociales e incorporan conductas violentas como parte de su repertorio conductual, asimilando que son más efectivas para alcanzar una meta o enfrentar obstáculos que se presentan dentro del entorno social en el que convive (Quispe, 2021).

### ***3.2.12. Teorías explicativas de la ira.***

#### **3.2.12.1. Modelo del Déficit en el Procesamiento de la Información.**

Dodge y Crick (1986;1994, citado en Roncero et al., 2016) describen que las personas atraviesan por una serie de pasos que implican un proceso cognitivo para afrontar una situación social que subyacen a las conductas agresivas.

Estos procesos son las acciones producto del pensamiento inmediato, a partir de experiencias sociales previas, se crean esquemas que facilitan el procesamiento. A partir de este modelo, aquellas respuestas disfuncionales de agresión se producen debido a determinados déficits que generan una tendencia a percibir intenciones hostiles en los demás. (Roncero et al, 2016). Pakaslahti (2000) describe las fases del procesamiento: (a) Orientación al problema social: Se presta menos atención al ambiente y se indaga menos sobre los hechos, es decir codifican de forma inadecuada la situación social y las señales internas, (b) la interpretación y análisis de la situación: en base a experiencias similares pasadas, un mayor número de atribuciones hostiles e intencionales y menos inferencias sobre las consecuencias, (c) formulación de una meta: Mayor tendencia a formular metas hostiles, que implican poder sobre otros o venganza y ante la interferencia de las metas hay mayor frustración, (d) generación de estrategias: más estrategias agresivas, pragmáticas, impulsivas o destructivas, (e) evaluación de estrategias: Se genera dos grupos: basada en la relación con los valores internos, normas y creencias y las estrategias de afrontamiento, esperando recibir recompensas al

utilizar estrategias agresivas, (f) ejecución conductual: Se elige y emplea estrategias conductuales agresivas.

**3.2.12.2. Modelo social cognitivo de Bandura.** Bandura en sus primeras investigaciones pudo corroborar que los niños desarrollan el proceso de socialización por medio de la imitación de los modelos de comportamiento de los adultos, denominado aprendizaje incidental. En una primera fase la imitación tiene un rol importante en el desarrollo de la ira, ante ello Bjorkqvist (1997, citado en Del Barrio et al., 2005) sostiene que los niños imitan los patrones agresivos de sus progenitores. Por otro lado, es conocido que Bandura amplía los modelos de imitación teniendo como factor principal el contexto social como generador de patrones de conducta agresivos.

Este modelo ha ido cambiando con el paso del tiempo dando importancia a los factores cognitivos involucrados, la teoría social-cognitiva de Bandura (1973,1986, citado en Penado, 2012) sostiene que involucran los siguientes mecanismos: (a) mecanismos que originan la agresión: La probabilidad de repetición, aumenta o disminuye de acuerdo a las consecuencias de refuerzo o castigo de la conducta, que se originan por observación y directamente con la experiencia., (b) mecanismos instigadores de la agresión: Se dan mecanismos que provocan que dicha conducta se de en un momento determinado, como reforzadores o expectativas y (c) mecanismos mantenedores de la agresión: Estos mecanismos mantienen el comportamiento agresivo, disminuyen la culpa, justifican, desplazan responsabilidad del comportamiento agresivo.

**2.3.12.3. Teoría de Ira-Hostilidad-Agresión.** Según este enfoque de Spielberger en 1985, describe que el camino que conduce a la agresividad y la hostilidad, comienza con la emoción de ira que es el primer paso que puede evolucionar en conductas más complejas y disfuncionales, para entender esta perspectiva se hace las siguientes definiciones:

La ira que constituye un estado emocional básico que varía en su intensidad, que se origina a partir de situaciones que se perciben como desagradables y

frustrantes, además se toma conciencia de los cambios fisiológicos, ideas, reacciones y recuerdos de dichos eventos.

Y la hostilidad: Integra factores conductuales, cognitivos y afectivos, se define como el conjunto de emociones negativas o agresivas, que da un juicio desfavorable o negativo del otro, es decir hay un factor cognitivo, donde se demuestra disgusto y puede desencadenar conductas agresivas (Del Barrio et al, 2005).

En ese sentido la ira tiene el rol emocional en la teoría, la hostilidad formaría parte del proceso cognitivo y evaluativo y finalmente la agresión como representación conductual del síndrome AHA. La ira y la hostilidad son factores que predisponen o facilitan la respuesta de agresión, que es el factor conductual y observable que significa dirigir el daño a otros, directa o indirectamente. Se distinguen dos tipos principales de agresión (Magán, 2010): (a) La agresión hostil que se refiere aquellas conductas que son motivadas por la ira y la hostilidad y (b) La agresión instrumental que tiene como fin ser utilizada como medio y dirigida a salvar obstáculos para lograr la meta deseada, donde la motivación principal no se encuentra en la agresión a terceras personas u objetos.

Desde la perspectiva de la psicología clínica el constructo de ira-hostilidad han sido objeto de muchos estudios e investigaciones, en ese sentido la ira y hostilidad pueden ser síntomas secundarios a trastornos psicológicos que están categorizados en los manuales diagnósticos, como los trastornos de estrés postraumáticos, disociales, negativista desafiante y trastornos de personalidad (Magán, 2010).

**3.2.12.4. Teoría cognitiva de Beck.** Esta teoría inicialmente explica la el desarrollo de la depresión, sin embargo, sus supuestos y principios se han extendido para explicar también la ansiedad y la ira Beck (2003). Según la teoría se distinguen tres tipos de componentes cognitivos involucrados:

Esquemas cognitivos nucleares: Son estructuras cognitivas relativamente duraderas y contienen ideas centrales que determinan a qué tipo de experiencias se le da una mayor valoración subjetiva (Sanz & Vázquez, 2008). La ira y la hostilidad tienen una tendencia estable a interpretar la realidad con el punto de vista propio

que se caracteriza por ser demasiado rígida, sin tener en cuenta a los demás (Roncero et al., 2016).

Esquemas cognitivos intermedios. Hacen referencia a las actitudes y creencias sobre el significado de ciertas experiencias que son algo más accesible que las personales, y se expresan en forma de “deberías”. En cuanto al contenido de los esquemas o creencias intermedias estas tienen incidencia en la forma de percibir algo que “no debería” haber ocurrido al vulnerar derechos o valores, que se percibe como un daño hacia la propia identidad, o no poder conseguir algo (Magán et al., 2011).

Pensamientos automáticos negativos. Son el resultado de distorsiones o esquemas disfuncionales del proceso cognitivo, los pensamientos que se caracterizan por una valoración negativa, deseos de agresión, venganza, entre otros hacen referencia a la ira (Magán, 2010).

En resumen, la teoría de Beck explica los trastornos relacionados con la ira como aquellos causados por esquemas que se activan ante una situación determinada, que provoca pensamientos automáticos de ira y hostilidad. Estos explican las respuestas físicas, comportamentales y emocionales de ira, así como la agresividad. (Roncero et al., 2016).

**3.2.12.5. Teoría de la frustración- agresividad.** Dollard y Miller en 1939, los autores que proponen esta teoría, establecen que no hay agresión sin frustración, sin embargo, otras investigaciones difieren con esta hipótesis dado que no siempre la frustración trae consigo respuestas de agresión o ira. Dollard complementa especificando que la motivación hacia la agresión va a depender de lo siguiente: (a) cuánto valor tiene el objetivo que frustra, (b) el grado de frustración que tiene el individuo y (c) el número de respuestas a situaciones de frustración. Miller agrega para la teoría original, el desplazamiento de la agresión hacia otro objetivo, aceptado o no socialmente que reduce, pero no totalmente, la molestia así, la lucha entre la fuerza inhibitoria y la fuerza de la respuesta de la agresión, es la que determina alguna acción hacia el exterior (Rodríguez, 2016).

### **3.2.13. Dimensiones de la Expresión de Ira**

**3.2.13.1. Estado de Ira.** En primer lugar, la ira estado, es la vivencia momentánea o pasajera de distintos sentimientos subjetivos internos y va unida a la activación fisiológica como la irritación, el enfado, la furia o tensión, a consecuencia de diversas situaciones percibidas como estresantes y que además va añadida de aumento en la activación fisiológica (Uzquiano, 2020).

**3.2.13.1.1. Expresión verbal y física.** La expresión de ira puede ser manejada sin la necesidad de intervención psicológica, sin embargo, al manifestarse esta emoción, pueden incluir formas de expresión que denotan agresividad o violencia. Se manifiesta en forma verbal con amenazas e insultos y a través de agresiones y actos violentos (Moscoso, et al., 2016).

**3.2.13.2. Rasgo de Ira.** Cuando la persona usualmente responde de forma agresiva se presenta la ira como una condición frecuente, que se denomina rasgo de ira, distinto a un episodio momentáneo (Maya et al, 2019). Se manifiesta como característica general la valoración negativa con enojo o frustración a varias situaciones y están más predispuestos a expresarlo de forma frecuente o con mayor intensidad, que implica poner en marcha mecanismos de afrontamiento para superar la situación amenazante (Spielberger et al., 2005)

En ese sentido la emoción considerada como rasgo o personalidad se considerará como una característica que mantiene estable y dinámica en la personalidad que hace referencia a la predisposición a interpretar situaciones como amenazantes, frustrantes o licitadoras. Se entiende como una disposición, como una propiedad individual de la personalidad (Ramos, 2017).

**3.2.13.2.1. Temperamento y Expresión de Ira.** El temperamento es el repertorio de características particulares que son relativamente estables que hacen único a cada persona y sus procesos de desarrollo socioemocional y permite un adecuado desarrollo psicológico a lo largo de la vida (Bárrig & Alarcón, 2017).

La ira como ya se explicó, puede ser expresada sólo en situaciones determinadas o forma parte de la personalidad de la persona, es decir la ira puede estar presente en contextos delimitados entonces estaríamos hablando del estado pasajero mientras que la ira rasgo conlleva que se consideren características que son estables y duraderas en la persona, como mostrarse irritable, temperamental o con tendencia a explotar (Rueda, 2019).

**3.2.13.3. Modos de Expresión y Control de la Ira.** La expresión de la ira, viene a ser el resultado de todas aquellas situaciones que son conflictivas y que el individuo responde mediante conductas violentas, que a la vez puede cumplir una función reguladora si se realiza de forma positiva (Febre, 2019).

Para otros autores la expresión de la ira está dividida en dos categorías: ira hacia afuera, donde el sujeto realiza una conducta verbal y/o física dirigida hacia un objeto o hacia los demás; o la ira hacia adentro, que se caracteriza por la supresión de la expresión externa de la emoción, pero sin llegar a controlarla (Gómez, 2020).

**3.2.13.3.1. Ira Externa.** La expresión externa de ira se entiende como la manifestación abierta de los sentimientos de ira que se producen, se habla además de dos formas de expresión externa, una que se manifiesta de forma positiva, con estrategias asertivas e incluye expresiones no agresivas o amenazantes y que es socialmente aceptable, mientras que la forma negativa u opuesta incluye expresiones de agresión o amenaza que tienen el propósito de causar daño (Oliva et al., 2010).

**3.2.13.3.2. Ira Interna.** La expresión de la ira en su forma explosiva y descontrolada no es una forma saludable al igual que la expresión suprimida, ambos son extremos que desencadenan conductas disfuncionales. Así estudios como los Renouf y Harters vinculan la represión de la ira con la depresión en los niños, por lo que una inadecuada expresión de la ira puede agravar sintomatología de trastornos mentales.

Olivia y Calleja (2010) define que las manifestaciones respecto a la experiencia de ira se pueden considerar como un tipo de afrontamiento, la expresión interna se define como la presencia de sentimientos y cogniciones de enojo.

En ese sentido las cogniciones de ira se definen como rumiación de la ira que consiste en mantener pensamientos alrededor de esta emoción. De forma particular la rumiación aparece durante y después de un episodio de ira y hace referencia a procesos recurrentes y no intencionales, diversos estudios han mostrado que la rumiación es perdurable y tiene efectos negativos. Se encontró asociación entre rumiar sobre transgresiones interpersonales y altos niveles de cortisol, también puede perdurar durante meses, al mismo tiempo que permanecen altos niveles de ira rasgo, lo cual refleja mayor frustración y tendencia a suprimir la ira (Alcázar-Olán, 2018).

**3.2.13.3.3. Control de Ira.** La expresión incontrolada de la ira es juzgada en la sociedad y se interpreta como un signo de inmadurez, y suele ser una emoción reprochable, desde la religión católica es significativamente reprobada y se le considera un pecado capital. El control de la ira, por el contrario, se asocia a madurez y fortaleza, lo que conlleva a reprimir la ira, que se confunde con el concepto de gestión de la ira., cuando se habla de la represión de la ira o ira pasiva se hace referencia a las respuestas de evitación ante el estímulo que la provoca que, posteriormente, puede producir conductas desadaptativas como criticar, sentirnos culpables, respuestas obsesivas, manipular a los demás, etc. (García-Herrera, 2017).

La Ira-Controlada se puede considerar la forma más adaptativa de manifestar la ira, pues implica que esta emoción encuentre una salida adaptativa y bajo control que, al no ser reprimida, no se expresa de forma explosiva, este proceso ayuda al individuo a manejar de mejor forma las situaciones desagradables asociadas a esta emoción (Castillo, 2018).

### 3.3. Estrés Académico y Expresión de Ira

Los individuos pueden responder de diferentes formas e intensidades a situaciones que son estresantes, que incluyen sentimiento de agresividad, culpa, rumiación de pensamientos o por el contrario tienen conductas funcionales que puede conducir a cambios y mejorar su desempeño (Ospina, 2016).

La ira se presenta como una predisposición intensa y duradera, que se usa como modo de afrontamiento a diversas circunstancias, donde se involucran determinantes de aspecto fisiológico y cognitivo, que pueden llegar a la agresión más aun en adolescentes impulsivos (Sánchez & Romero, 2019).

Según Casado y Franco (2010) altos niveles de ira pueden estar relacionados con el aumento del malestar psicológico y la percepción del estrés, en ese sentido cuando hay mayor control de esta emoción negativa, los sujetos utilizan un mayor número de estrategias de afrontamiento activas sumado a la reinterpretación positiva del problema al mismo tiempo que disminuyen estrategias de evitación.

Teniendo en cuenta la etapa de la adolescencia, los jóvenes presentan diferentes problemas que se convierten en fuentes de estrés como la familia, elegir a sus amigos, incertidumbre sobre el futuro, sobrecarga académica y otras presiones, traen consigo problemas psicológicos, así la abundancia de estrés experimentada y la baja tolerancia al estrés conduce a altos niveles de ira y la gestión de la misma (Temel et al., 2017).

Estos altos niveles de agresividad, traen como resultado que en el aula se manifieste de forma frecuente la violencia física, verbal, así como actos de hostilidad e ira entre compañeros. Estas actitudes van a generar efectos negativos a nivel grupal e individual, generando malestar que se suma a los demás problemas que tienen los alumnos, el clima social del aula se vuelve perjudicial y dificultan el logro de aprendizajes de forma óptima (Estrada-Araoz & Mamani-Uchasara, 2019).

En consecuencia, se puede entender que la emoción está influenciada cognitivamente y de acuerdo a la situación que se presente, manifestar diferentes actitudes, estos procesos emocionales y cognitivos que se logran ajustar de forma adecuada tendrá como resultado la conducta en beneficio del resto. De lo contrario,

se puede generar un comportamiento agresivo; es decir el estudiante, o el individuo se sienta molesto con las situaciones que considera desagradables y se expresa en conductas agresivas en consecuencia de situaciones que vive en su entorno social (Caciano & Sánchez, 2019).

## **Capítulo IV**

### **Metodología**

#### **4.1. Enunciado de las Hipótesis**

##### **4.1.1. *Hipótesis General***

Existe relación entre estrés académico y expresión de ira en estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la Institución Educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022.

##### **4.1.2. *Hipótesis Específicas***

El nivel de estrés académico que prevalece es severo en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la Institución Educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022.

El nivel de expresión de ira que prevalece es alto en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la Institución Educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022.

Existe un tipo de relación positivo entre estrés académico y expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la Institución Educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022.

## 4.2. Operacionalización de Variables y Escalas de Medición

### 4.2.1. Variable 1

#### 4.2.1.1. Identificación. Estrés académico

**4.2.1.2. Definición Operacional.** El estrés académico es un proceso sistémico que evalúa: estresores, reacciones y estrategias de afrontamiento y es medido por el Inventario Sistémico Cognoscitivista de estrés académico (Barraza, 2018).

**Tabla 1**

*Operacionalización de la Variable Estrés académico*

Dimensiones e Indicadores	Categorías	Escala
Estresores	Severo	Ordinal
Sobrecarga de tareas	Moderado	
Personalidad del profesor	Leve	
Forma de evaluación		
Tipo de trabajo		
Nivel de exigencia		
Tiempo limitado		
Poca claridad de tareas		
Reacciones		
Reacciones físicas		
Reacciones psicológicas		
Reacciones comportamentales		
Estrategias de Afrontamiento		
Resolver el problema		
Soluciones concretas		
Analizar soluciones		
Control de emociones		
Elaborar un plan		
Fijarse en lo positivo		

## 4.2.2. Variable 2

### 4.2.1.3. Identificación. Expresión de ira

**4.2.1.4. Definición Operacional.** La expresión de ira es una situación emocional psicobiológica que se mide como estado, rasgo, expresión y control de la mismas, se evalúa por el Inventario de expresión de ira estado-rasgo en niños y adolescentes (Spielberger et al., 2005).

**Tabla 2**

*Operacionalización de la Variable Expresión de ira*

Dimensiones e Indicadores	Categorías	Escala
Estado de Ira	Alto	Ordinal
Sentimiento	Moderado	
Expresión verbal	Bajo	
Expresión física	Nulo	
Rasgo de Ira	Alto	
Temperamento de ira	Moderado	
Reacción de ira	Bajo	
Expresión de ira		
Expresión interna de ira		
Expresión externa de ira		
Control de ira		
Control externo de ira		
Control interno de ira		

## 4.3. Tipo y Diseño de la Investigación

### 4.3.1. Tipo de investigación

Por su finalidad esta investigación es de tipo básico porque busca conocer los fenómenos por investigar, por el nivel de conocimiento es correlacional que de acuerdo a (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018) implica conocer qué asociación

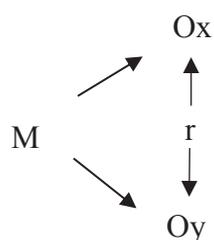
existe entre dos o más variables, en una muestra o contexto en particular, para ello se mide cada variable y después se miden en qué medida tienen relación. El enfoque es cuantitativo porque estudia fenómenos definidos, donde se dispone de información cuantitativa y se utiliza instrumentos de medición, presentación numérica y estadística de la información.

#### 4.3.2. Diseño de investigación

Esta investigación por el diseño es de tipo no experimental, porque no se da la ejecución de algún programa o tratamiento y se pretende observar y reunir información determinada en situaciones que no son provocadas intencionalmente por el investigador (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018). En esta investigación las variables ya ocurrieron y no son manipuladas. Es una investigación transversal, ya que la evaluación se realizó en un momento único establecido. El tipo de diseño es descriptivo correlacional por que se realizó la asociación entre variables, cuyo esquema es el siguiente:

#### Figura 1

*Esquema del diseño de estructura correlacional*



Donde:

M: Muestra

Ox: Medición del estrés académico

Oy: Medición de expresión de ira

r: Relación

#### **4.4. Ámbito de la Investigación**

El presente estudio se realizará en la Institución Educativa Enrique Paillardelle, Colegio N°42238 que se localiza en el Distrito Coronel Gregorio Albarracín, esta institución se encuentra bajo la supervisión de la UGEL Tacna, que pertenece a la Gerencia Regional de Educación. La institución está a cargo del director José Clares Perca, cuenta con tres niveles de educación: inicial, primaria y secundaria. En el nivel Primaria cuenta con clases en turno mañana, con unas 32 secciones y tiene un total aproximado de 891 alumnos, en el nivel secundario se da en el turno tardes y se tiene un total de 30 secciones, con 6 secciones por grado con un aproximado de 800 estudiantes.

La Institución Educativa Enrique Paillardelle fue creada por Resolución Directoral el 02 de abril de 1990, con el fin de prestar servicio como centro educativo de Educación Primaria de menores N° 42238, dio inicio a su labor con 7 secciones, 7 profesores y un total de 166 alumnos. Posteriormente en 1992 la institución incorporó el nivel secundario para la población con la Resolución Directoral Sub Regional N° 001416 el día 5 de octubre del año 1993, y se le dio la denominación de Institución Educativa “Enrique Paillardelle”. Seguidamente, se gestionó mediante proyecto a la Dirección de Educación la implementación del nivel de Educación Inicial, que fue aceptada y se inició con 2 aulas, 2 docentes y 71 niños. En ese sentido a lo largo de los años la institución ha ido creciendo paulatinamente, llegando así al presente año a atender a más de 2,500 alumnos, en todos los niveles, en los tres turnos respectivamente.

Con el avance de la ciencia y tecnología, la Institución Educativa ha realizado esfuerzos en conjunto con autoridades y la comunidad educativa con el fin de mejorar el servicio educativo y brindar oportunidades formativas para los alumnos, por ello la institución cuenta con talleres de industria del vestir, industrias alimentarias, electricidad y electrónica, un taller de cómputo e informática que se apoya en el proyecto de escuelas digitales y conectados al sistema informático mediante una antena satelital. Además, la institución ha obtenido logros importantes en concursos de desfile, arte, deportes y conocimientos.

La misión de la institución educativa es generar cambios profundos en el aspecto Técnico-Pedagógico y la promoción permanente de la práctica de valores que permitan afrontar asertivamente las metas que una sociedad globalizada exige. La visión al 2022 es ser una institución educativa de calidad, eficiente, dinámica y con equidad; promoviendo el desarrollo del conocimiento Humanista, Técnico-Científico y ambientalista para la formación integral del educando en beneficio de la sociedad.

#### **4.5. Unidad de estudio, población y muestra**

##### **4.5.1. *Unidad de Estudio***

Estudiantes de la Institución Educativa Enrique Paillardelle del distrito de Gregorio Albarracín Lanchipa de la ciudad de Tacna.

##### **4.5.2. *Población***

Estudiantes del nivel secundario de la institución educativa Enrique Paillardelle conformado por 725 estudiantes.

Los criterios de inclusión para delimitar esta población fueron:

- Estudiantes que sean parte de la Institución Educativa Enrique Paillardelle
- Estudiantes que cursen el tercero, cuarto y quinto año de secundaria
- Estudiantes cuyas edades oscilan entre los 14 y 17 años
- Estudiantes que deseen participar en el presente estudio

Asimismo, los criterios de exclusión para delimitar esta población fueron:

- Estudiantes que no sean parte de la Institución Educativa Enrique Paillardelle
- Estudiantes que no cursen el tercero, cuarto y quinto año de secundaria
- Estudiantes cuyas edades no oscilan entre los 14 y 17 años
- Estudiantes que por algún motivo no deseen participar en el presente estudio

### **4.5.3. Muestra**

La muestra estuvo conformada por 475 estudiantes de tercero a quinto año de secundaria entre las edades de 14 a 17 años. El muestreo fue no probabilístico por conveniencia, porque este permite seleccionar aquellas personas que van a poder colaborar con la investigación y además es conveniente por la accesibilidad y proximidad al investigador.

## **4.6. Procedimientos, Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos**

### **4.6.1. Procedimientos**

El presente trabajo de investigación se dio de forma sucesiva, en primer lugar, se realizaron las coordinaciones con el centro educativo y con las autoridades correspondientes, para tener el permiso del acceso a la población indicada, para ello se gestión con la universidad la solicitud de una carta de presentación dirigida al director de la institución que permitió la comunicación formal con el mismo, estableciendo acuerdos para acceder a la población de forma ordenada, acordando horarios y fechas. Posteriormente se prepararon los instrumentos en forma física para aplicarlos en la muestra descrita en la institución educativa. Luego de la recolección de la información se procesaron los datos de la base, haciendo el análisis con el sistema de software estadístico llamado SPSS del inglés *Statistical Package for Social Sciences* 25. Por último, los resultados obtenidos se presentaron en tablas y figuras para describir la información. Para la comprobación de las hipótesis, en primer lugar, se empleó el estadístico Rho de Spearman y el estadístico Kolgomorov Smirnov para ver la prueba de normalidad.

### **4.6.2. Técnicas**

La técnica utilizada para reunir la información de forma objetiva y medible, fue la encuesta tipo test.

#### 4.6.3. Instrumentos

El estrés académico se midió con el instrumento denominado Inventario Sistémico Cognoscitivista de estrés académico (SISCO-SV) realizado por Barraza (2018) que es la versión adaptada de Barraza (2008), siendo su aplicación grupal o individual, con un periodo de administración es de 10 a 15 minutos, que puede ser aplicada a estudiantes de educación media a superior de manera directa. El instrumento comprende 23 ítems, el primer ítem es un filtro, cuyas respuestas son en términos dicotómicos de si/no que permite determinar si se puede o no continuar con la prueba y un mono ítem que tiene una escala tipo Likert del 1 al 5, que mide la intensidad del estrés académico, en ese sentido estos ítems se pueden como referencia a la hora de la interpretación de resultados, sin embargo no representan una variación a los resultados, además de 7 ítems que miden la dimensión de estímulos estresores, 7 ítems que miden reacciones ante un estímulo estresor y 7 ítems que miden el uso de estrategias de afrontamiento, que son en escala tipo Likert se compone por seis opciones de la siguiente manera: nunca (0), casi nunca (1), raras veces (2), algunas veces (3), casi siempre (4) y siempre (5) que dan como resultado niveles de leve, moderado y severo correspondientemente.

Para efectos de esta investigación científica este instrumento tiene una validación psicométrica en el Perú realizado por Vásquez (2021) que le da validez y confiabilidad al instrumento, su objetivo primordial fue analizar las propiedades psicométricas del inventario y la realización de normas percentilares de corrección en una muestra de 518 estudiantes universitarios en el contexto educativo en la ciudad de Lima. La validez se obtuvo por medio del análisis factorial exploratorio, en la prueba de esfericidad de Bartlett obtiene de .000, demostrando ser significativa y en el estadístico KMO alcanzó un valor de 0.89. La confiabilidad de este instrumento se halló por medio del Coeficiente Alfa de Cronbach, demostrando un valor de 0.85 para el test total, que demuestran ser resultados óptimos para su aplicación.

Asimismo, para la investigación de la segunda variable expresión de ira, se hace uso del Inventario de Expresión de Ira estado-rasgo NA en niños y

adolescentes, del autor C.D. Spielberger (1983), este instrumento fue adaptado a la versión española por Del Barrio et al. (2005) quienes procuraron mantener un lenguaje inteligible y adaptado a todos los países de habla hispana. La aplicación del instrumento, puede darse de manera individual o colectiva, en niños y adolescentes que en promedio dura unos 15 y 30 minutos, para edades entre 8 y 17 años de edad. El instrumento comprende 32 ítems con 8 ítems por cada sub escala, además contiene una escala tipo Likert para medir ira estado que se presenta de la siguiente manera: poco (1), bastante (2) y mucho (3) y en escala de frecuencia las subescalas de rasgo y modos de expresión y control de ira con las siguientes alternativas: casi nunca (1), a veces (2) y casi siempre (3). El inventario de expresión de ira estado-rasgo, se divide en escalas y subescalas, que se mencionan a continuación: La primera es estado de ira y sus subescalas son: sentimiento, expresión verbal y expresión física. En segundo lugar, está rasgo de ira: con dos subescalas: temperamento y reacción de ira. Y por último expresión y control de la ira con sus subescalas: expresión de la ira, expresión interna de ira, control de ira y control interno de ira (Del barrio et al, 2009).

Para efectos de esta investigación científica este instrumento tiene una validación psicométrica en el Perú realizado por Crisóstomo (2021) que tuvo como objetivo principal determinar las propiedades psicométricas del inventario en una muestra de 1032 estudiantes de primer a quinto año de secundaria en la ciudad de Lima que le da validez y confiabilidad al instrumento. La validez de contenido se obtuvo mediante la V de Aiken, y 10 jueces expertos hallándose que la totalidad de ítems alcanzaron un puntaje de  $\geq 1.00$ , esto indica que los 32 ítems se mantienen, son válidos y se debe mantener como la versión original. Por otro lado, se halló la validez de constructo por medio del análisis factorial confirmatorio se obtuvo el índice KMO .840, y la prueba de Bartlett con una  $p < .001$ . Además, referido a la confiabilidad del test, se obtuvo a través del método de consistencia interna y se encontró un alfa de Cronbach de 0.830 que son puntuaciones óptimas para su aplicación.

## **Capítulo V**

### **Los Resultados**

#### **5.1. El Trabajo de Campo**

En primer lugar, se gestionó la carta de presentación de la Universidad Privada de Tacna, posteriormente se realizó la coordinación con el director José Clares Perca de la Institución Educativa Enrique Paillardelle, quien brindó las facilidades para llegar a la población y aplicar los instrumentos a los estudiantes.

Una vez obtenido el permiso correspondiente se gestionó junto al coordinador de secundaria y docentes tutores, la disponibilidad de los días y horarios para la aplicación, que se desarrollaron en el turno tarde de acuerdo a su jornada escolar. En cuanto a la preparación, primero se tuvo en consideración el consentimiento informado, dirigido a los padres de familia, ya que los estudiantes son menores de edad, para posteriormente recepcionarlos y llevar a cabo la recolección de datos.

El modo de aplicación fue presencial y se procedió a explicar las instrucciones y motivar a que se responda con sinceridad en cada aplicación, este proceso fue consecutivo se llevó a cabo entre el 19 y 22 de julio del presente año, en la ciudad de Tacna, durante un promedio de 25 y 30 min en cada aplicación.

Cuando se obtuvieron los resultados, se procedió a procesar estadísticamente los datos obtenidos, utilizando el programa estadístico SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences versión 25*), herramienta que permite ejecutar procedimientos para aclarar las relaciones entre variables e identificar tendencias que sirvieron para la comprobación de hipótesis que se plasmaron en tablas y figuras.

## **5.2. Diseño de Presentación de Resultados**

En este apartado se presentan los resultados en tablas y figuras que organizan la información recolectada, cuyo objetivo es exponer en qué medida las variables se presentan en la población mencionada.

El orden de los resultados se presenta en primer lugar de acuerdo a las hipótesis específicas que permiten comprender y analizar los resultados independientes de cada variable y sus dimensiones.

En segundo lugar, se desarrollan los resultados de la relación entre el estrés académico y la expresión de ira.

**5.2.1. Resultados de la variable Estrés Académico en estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la Institución Educativa Enrique Paillardelle**

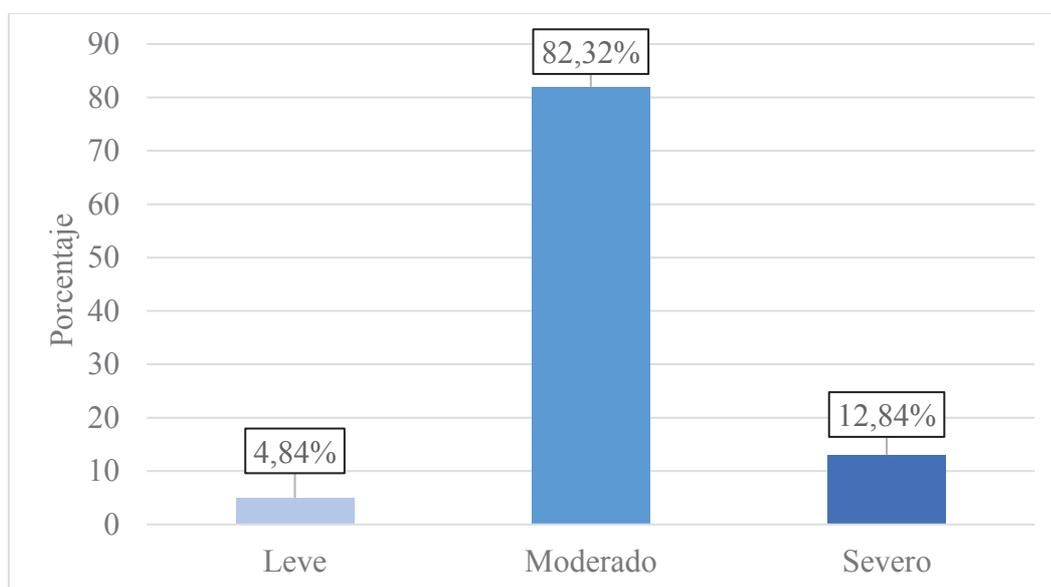
**Tabla 3**

*Resultados del nivel de estrés académico*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Leve	23	4,84%
Moderado	391	82,3%
Severo	61	12,8%
Total	475	100,0%

**Figura 2**

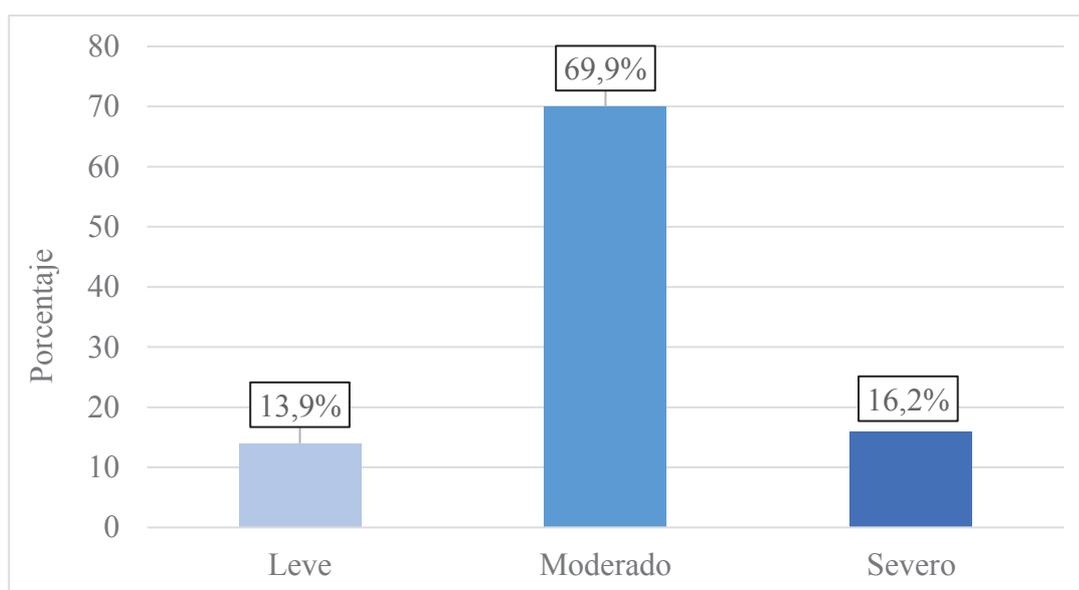
*Resultados para el nivel de estrés académico*



De acuerdo a la Tabla 3 y la Figura 2, se aprecia que los estudiantes de la institución educativa Enrique Paillardelle prevalecen el nivel moderado con el 82,3%, seguido del 12,8% que obtiene un nivel severo y el 4,9% en un nivel leve.

**Tabla 4***Resultados de la dimensión estresores de la variable estrés académico*

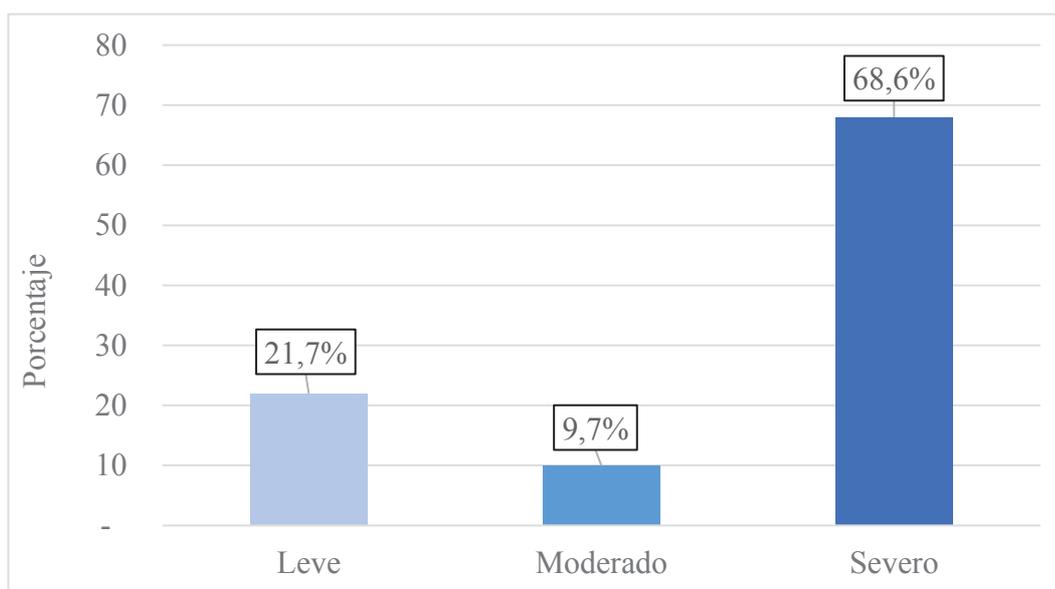
Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Leve	66	13,9%
Moderado	332	69,9%
Severo	77	16,2%
Total	475	100,0%

**Figura 3***Resultados de la dimensión estresores de la variable estrés académico*

Según la Tabla 4 y la Figura 3, se obtiene que los estudiantes de la institución educativa Enrique Paillardelle en la dimensión estresores prevalece el nivel moderado con 69,9%, el nivel severo con 16,2% y el nivel leve con 13,9%.

**Tabla 5***Resultados para la dimensión reacciones de la variable estrés académico*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Leve	103	21,7%
Moderado	46	9,7%
Severo	326	68,6%
Total	475	100,0%

**Figura 4***Resultados para la dimensión reacciones de la variable estrés académico*

Según la Tabla 5 y la Figura 4, se obtiene que los estudiantes de la institución educativa Enrique Paillardelle en la dimensión reacciones prevalece el nivel severo con 68,6%, el nivel leve con 21,7% y el 9,7% en un nivel moderado.

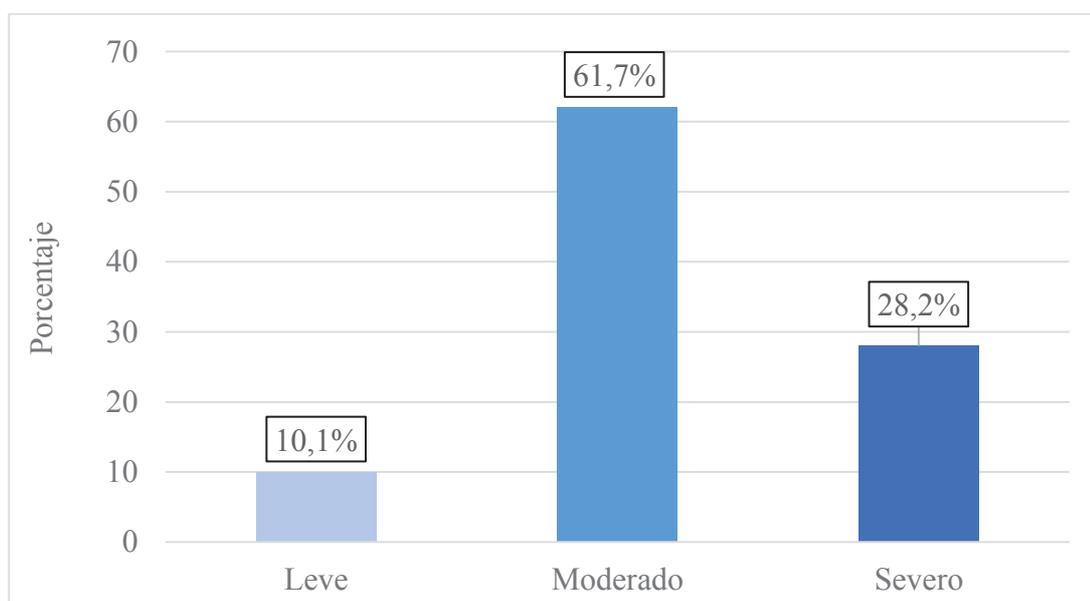
**Tabla 6**

*Resultados de la dimensión estrategias de afrontamiento de la variable estrés académico*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Leve	48	10,1%
Moderado	293	61,7%
Severo	134	28,2%
Total	475	100,0%

**Figura 5**

*Resultados de la dimensión estrategias de afrontamiento de la variable estrés académico*



Según la Tabla 6 y la Figura 5, se obtiene que los estudiantes de la institución educativa Enrique Paillardelle en la dimensión estrategias de afrontamiento prevalece el nivel moderado con el 61,7%, el nivel severo con 28,2% y el nivel leve con 10,1%.

**5.2.2. Resultados de la variable Expresión de ira en estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la Institución Educativa Enrique Paillardelle**

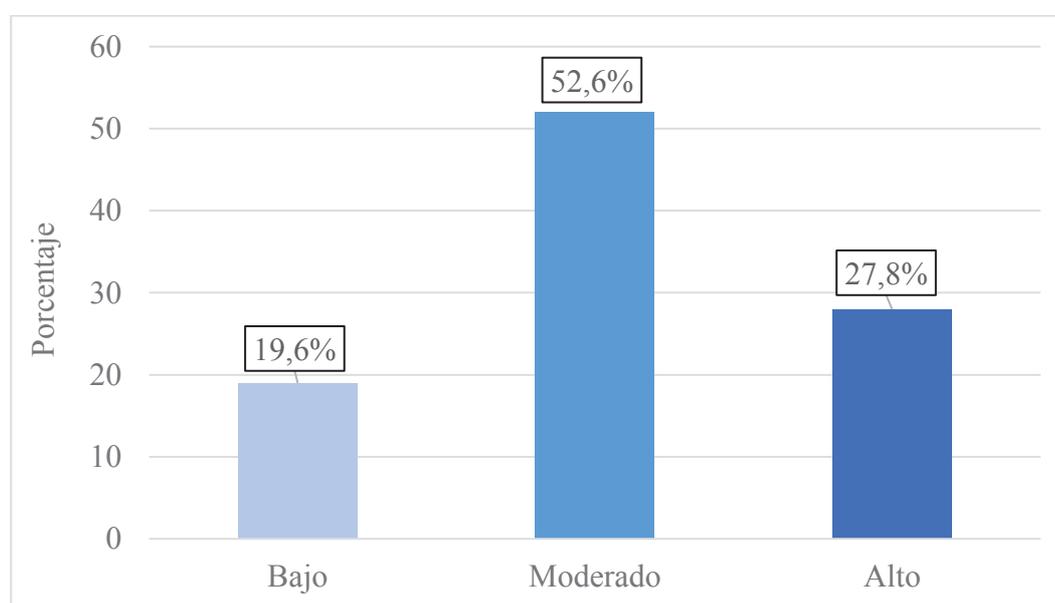
**Tabla 7**

*Resultados del nivel de Expresión de ira*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	93	19,6%
Moderado	250	52,6%
Alto	132	27,8%
Total	475	100,0%

**Figura 6**

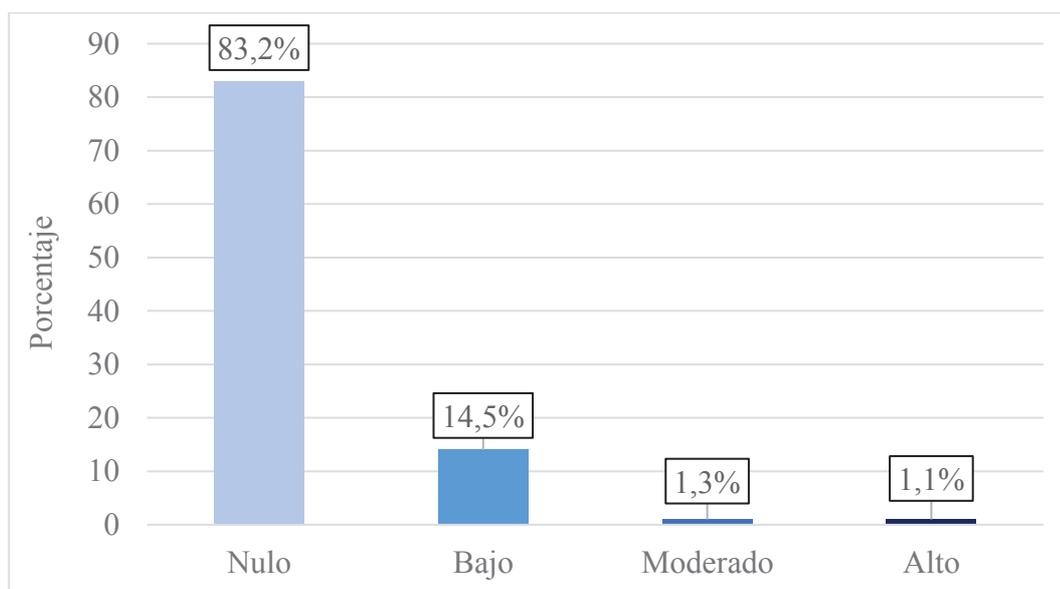
*Resultados del nivel de Expresión de ira*



De acuerdo a los resultados obtenidos en la Tabla 7 y la Figura 6, se aprecia que en los estudiantes de la institución educativa Enrique Paillardelle prevalece el nivel moderado con el 52,63%, seguido del 27,79% que obtiene un nivel alto y el 19,58% en un nivel bajo.

**Tabla 8***Resultados para la dimensión estado de ira*

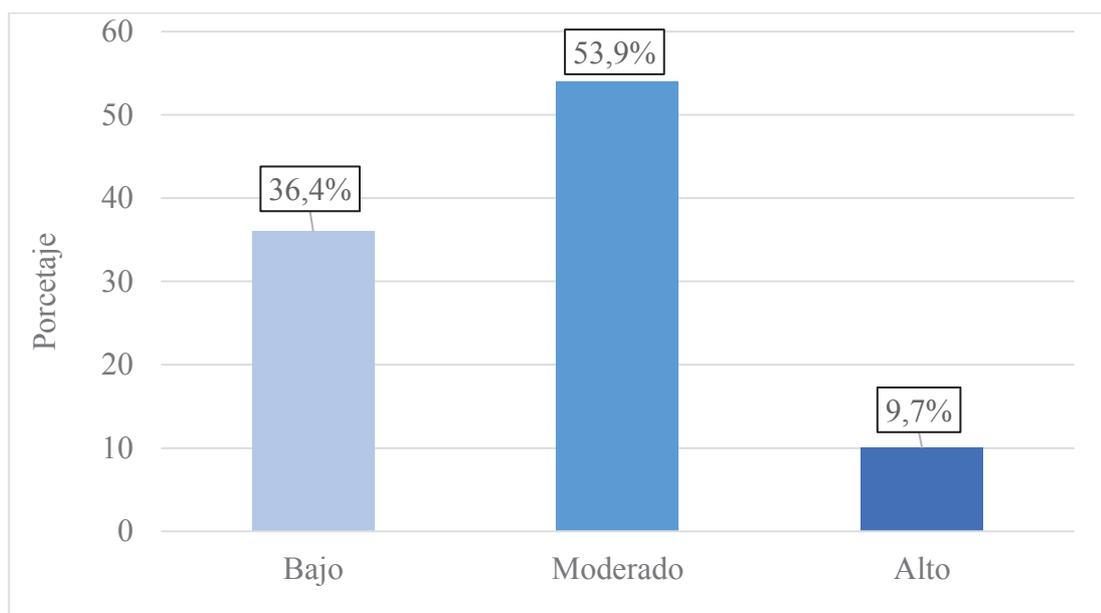
Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Nulo	395	83,2%
Bajo	69	14,5%
Moderado	6	1,3%
Alto	5	1,1%
Total	475	100,0%

**Figura 7***Resultados para la dimensión estado de ira*

Según la Tabla 8 y la Figura 7, se obtiene que los estudiantes de la institución educativa Enrique Paillardelle en la dimensión estado de ira prevalece el nivel nulo con el 83,2%, el nivel bajo con 14,5%, el nivel moderado con 1,3% y el nivel alto con 1,1%.

**Tabla 9***Resultados de la dimensión rasgo de ira*

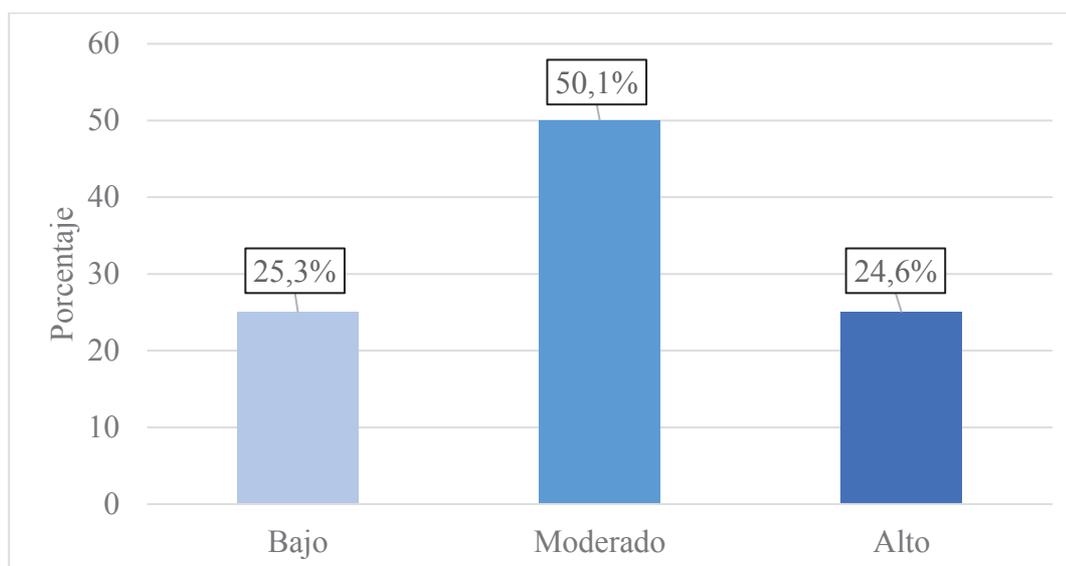
Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	173	36,4%
Moderado	256	53,9%
Alto	46	9,7%
Total	475	100,0%

**Figura 8***Resultados para la dimensión rasgo de ira*

Según la Tabla 9 y la Figura 8, se obtiene que los estudiantes de la institución educativa Enrique Paillardelle en la dimensión rasgo de ira prevalece el nivel moderado con el 53,9%, el nivel bajo con 36,4% y el nivel alto con 9,7%.

**Tabla 10***Resultados de la dimensión expresión de ira interna*

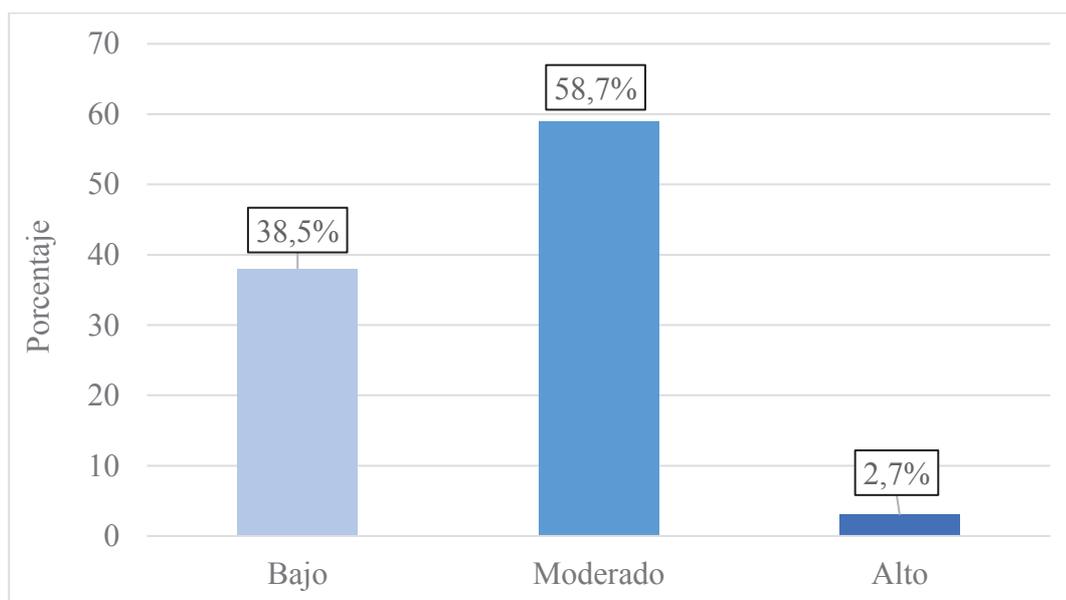
Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	120	25,3%
Moderado	238	50,1%
Alto	117	24,6%
Total	475	100,0%

**Figura 9***Resultados para la dimensión expresión de ira interna*

Según la Tabla 10 y la Figura 9, se obtiene que los estudiantes de la institución educativa Enrique Paillardelle en la dimensión expresión de ira interna prevalece el nivel moderado con el 50,1%, el nivel bajo con 25,3% y el nivel alto con 24,6%.

**Tabla 11***Resultados de la dimensión expresión de ira externa*

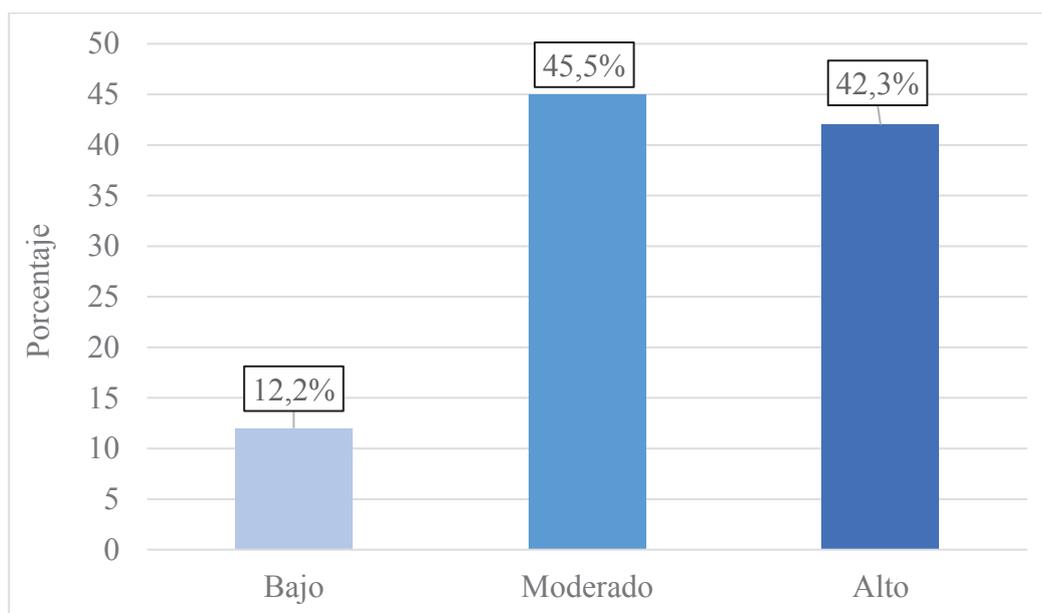
Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	183	38,5%
Moderado	279	58,7%
Alto	13	2,7%
Total	475	100,0%

**Figura 10***Resultados para la dimensión expresión de ira externa*

Según la Tabla 11 y la Figura 10, se obtiene que los estudiantes de la institución educativa Enrique Paillardelle en la dimensión expresión de ira externa prevalece el nivel moderado con el 58,8%, el nivel bajo con 38,5% y el nivel alto con 2,7%.

**Tabla 12***Resultados de la dimensión control de ira*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	58	12,2%
Moderado	216	45,5%
Alto	201	42,3%
Total	475	100,0%

**Figura 11***Resultados para la dimensión control de ira*

Según la Tabla 12 y la Figura 11, se obtiene que los estudiantes de la institución educativa Enrique Paillardelle en la dimensión control de ira prevalece el nivel moderado con 45,5%, el nivel alto con 42,3% y el nivel bajo con 12,2%.

**5.2.1. Relación entre estrés académico y expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la Institución Educativa Enrique Paillardelle.**

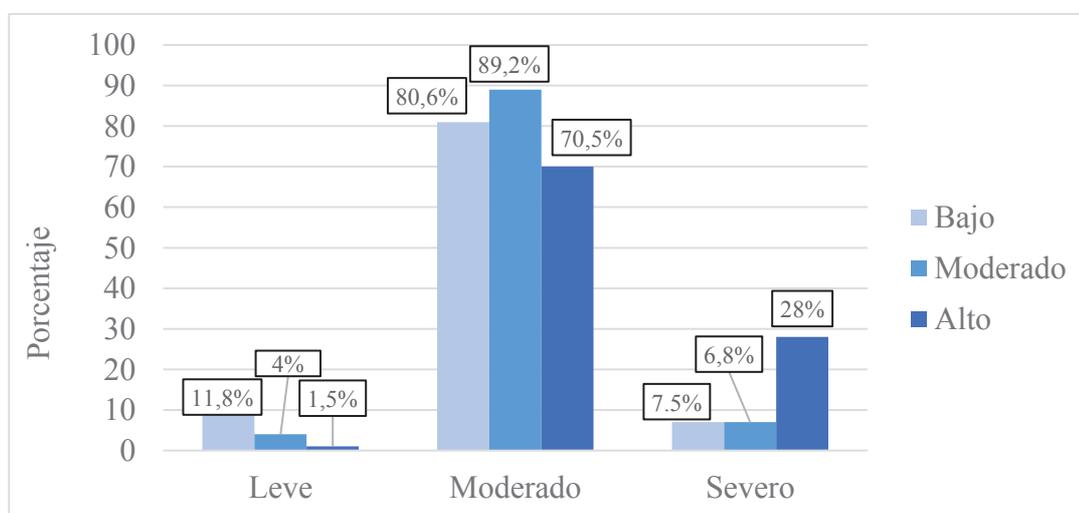
**Tabla 13**

*Resultados de la relación entre estrés académico y expresión de ira*

Estrés académico	Expresión de ira				Total
	Valor	Bajo	Moderado	Alto	
Bajo	f	11	10	2	23
	%	11,8%	4,0%	1,5%	4,8%
Medio	f	75	223	93	391
	%	<b>80,6%</b>	<b>89,2%</b>	<b>70,5%</b>	82,3%
Alto	f	7	17	37	61
	%	7,5%	6,8%	28,0%	12,8%
Total	f	93	250	132	475
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

**Figura 12**

*Resultados de la relación entre estrés académico y expresión de ira*



Las tablas y figuras evidencian que los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle en cuanto a la relación entre estrés académico y expresión de ira, se concentra en el nivel moderado de estrés académico y un nivel moderado de expresión de ira con un 89,2%, asimismo el nivel medio de estrés académico y nivel bajo de expresión de ira que se representa por un 80,6% y el nivel alto de estrés académico con el nivel alto de expresión de ira representado por un 70,5%.

### 5.3. Contrastación de Hipótesis

#### 5.3.1. Prueba de Distribución de Normalidad

Esta investigación utilizó la prueba de Kolmogorov – Smirnov que corresponde a la cantidad de la muestra mayor a 50, con el objetivo de contrastar las hipótesis, teniendo en cuenta la distribución de los datos, cuando el nivel de significancia es menor a 0.05, se interpreta como una distribución anormal, mientras que el nivel de significancia mayor a 0.05, es una distribución normal.

**Tabla 14**

*Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov*

Variables	Estadístico	pl.	P
Estrés académico	0,091	475	0,000
Expresión de ira	0,053	475	0,003

En la tabla 14, se observa que los valores de  $p = 0,000 < 0,05$ , esto se puede interpretar como la distribución anormal de los datos, por lo tanto, se utilizó pruebas no paramétricas con el estadístico de Rho de Spearman, para la comprobación de la relación entre ambas variables de estudio.

### 5.3.2. Hipótesis Específica 1

Se utilizó la prueba estadística no paramétrica chi cuadrada de bondad de ajuste, que permite identificar la forma en que los datos obtenidos se ajustan a una distribución esperada. Para contrastar la primera hipótesis específica

**H<sub>0</sub>:** El nivel de estrés académico no es severo en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022.

**H<sub>1</sub>:** El nivel de estrés académico es severo en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022.

**Tabla 15**

*Prueba estadística de Chi Cuadrado Bondad de Ajuste para la variable de estrés académico*

	Estrés Académico
Chi – cuadrado	,331
Gl	2
Significancia asintótica	0,847

Según los resultados, se observa que el valor por lo cual no se puede aceptar la H<sub>1</sub>, con un nivel de confianza del 95% se concluye que el nivel de estrés académico no es severo en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la Institución Educativa Enrique Paillardelle.

### 5.3.4. Hipótesis Específica 2

Se utilizó la prueba estadística no paramétrica chi cuadrada de bondad de ajuste, que permite identificar la forma en que los datos obtenidos se ajustan a una distribución esperada. Para contrastar la primera hipótesis específica.

**H<sub>0</sub>:** El nivel de expresión de ira no es alto en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022.

**H<sub>1</sub>:** El nivel de estrés académico es alto en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022.

**Tabla 16**

*Prueba estadística de Chi Cuadrado Bondad de Ajuste para la variable de expresión de ira*

	Expresión de Ira
Chi-cuadrado	4,738
Gl	2
Sig. Asintótica	0,094

Según la Tabla 16 se observa que el valor de p (0,094), es mayor al nivel de significancia (0.05), por lo cual no se puede aceptar la H<sub>1</sub>, y con un nivel de confianza del 95% se concluye que el nivel de expresión de ira no es alto en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la Institución Educativa Enrique Paillardelle.

### 5.3.5. Hipótesis Específica 3

Para contrastar la tercera hipótesis específica, se realizó la prueba de correlación de Spearman debido a la distribución anormal según la prueba de normalidad, que permite establecer el tipo de relación entre estrés académico y expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle.

**Ho:** El tipo de relación no es positivo entre estrés académico y expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022.

**H1:** El tipo de relación es positivo entre estrés académico y expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022.

**Tabla 17**

*Coefficiente de Correlación entre estrés académico y expresión de ira*

Rho de Spearman		Expresión de Ira
	Coefficiente de correlación	0,393
Estrés académico	Sig. (bilateral)	,000
	N	475

Según la Tabla 17 se observa que el valor del coeficiente de correlación es 0,393, esto corresponde a una correlación positiva muy débil, que permite aceptar la H1 y rechazar la Ho, por lo tanto, se concluye con un 95% de confianza que existe un tipo positivo de relación entre el estrés académico y la expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la Institución Educativa Enrique Paillardelle.

### 5.3.6. Hipótesis General

Para la contrastación de la hipótesis general, se realizó la prueba de correlación de Spearman debido a la distribución anormal según la prueba de normalidad, que permite determinar la relación entre el estrés académico y la expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle.

**Ho:** No existe relación entre el estrés académico y la expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022.

**H1:** Existe relación entre el estrés académico y la expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022.

**Tabla 18**

*Correlación entre el estrés académico y la expresión de ira*

Rho de Spearman		Expresión de Ira
	Coefficiente de correlación	0,393
Estrés académico	Sig. (bilateral)	,000
	N	475

Según la Tabla 18 se observa que el valor de p (0,000) es menor al nivel de significancia (0,05), que permite aceptar la H1 y rechazar la Ho y se llega a la conclusión con un nivel de confianza del 95% que existe relación entre el estrés académico y la expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la Institución Educativa Enrique Paillardelle.

#### 5.4. Discusión

Los resultados obtenidos se discuten en este apartado de la investigación, cuyo objetivo fue establecer la relación entre el estrés académico y la expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la Institución Educativa Enrique Paillardelle, para ello en primer lugar, se discutirán las hipótesis específicas y en último lugar se discutirá la hipótesis general.

En cuanto a la primera hipótesis específica con la variable de estrés académico se obtuvo que el nivel que prevalece es el moderado con 82,32% que representa a 391 estudiantes, es decir que no cumple con la hipótesis planteada que menciona que la población evaluada iba a manifestar un nivel severo, frente a esto los datos se contrastan con la investigación de Linares (2021) cuyo objetivo fue comparar el estrés académico en dos instituciones educativas públicas en una muestra de 60 estudiantes, donde se obtuvo también que el nivel que prevalecía en ambas poblaciones era el moderado, este estudio se realizó durante el periodo de pandemia, al igual que la investigación de Paulino y Romero (2021) en estudiantes de primer ciclo de una universidad pública en Huánuco con una muestra de 150 estudiantes obteniendo como resultado que prevalece el nivel moderado

A diferencia de estas investigaciones, la exploración de Vargas-Zarate (2018) sobre la variable estrés académico difiere con los resultados encontrados en esta investigación, se realizó en Tacna con una muestra de 88 estudiantes de 5to grado de secundaria, donde se encontró que el nivel que prevalece es el alto.

Estos resultados se pueden explicar con lo que menciona Valiente-Boroso et al. (2020) quienes afirman que emplear estrategias de apoyo para el bienestar y aprendizaje de los estudiantes, influye en la disminución del estrés académico, en ese sentido la institución educativa preparó una serie de pautas que facilitaron el proceso de adaptación a la presencialidad en los estudiantes, quienes recibieron charlas, apoyo del área de psicología y tutoría entre otros lo que pudo conllevar que el estrés académico no este manifiesto en el nivel severo.

Además, Domínguez (2015) menciona que el estrés aumenta debido a la exigencia en los últimos semestres que se caracteriza por la presencia de exámenes

finales y trabajos escolares donde existe mayor carga relacionada a la condicionante de pasar al siguiente grado o culminar satisfactoriamente el nivel secundario, en ese sentido esta investigación fue realizada en el transcurso del primer semestre donde el nivel de exigencia y el esfuerzo que deben realizar no se encuentra en un punto alto.

Asimismo, se analiza los resultados de las dimensiones del estrés académico, las cuales son: los estresores este se presenta en un nivel moderado con un porcentaje de 69,9%, dimensión reacciones con un nivel severo con un porcentaje de 68,6%, por último, la dimensión estrategias de afrontamiento los estudiantes presentan un nivel moderado representado por un 61,7%.

En la investigación de Ponte (2020) en estudiantes universitarios encontró también que los estudiantes presentaban un nivel moderado en la dimensión de estresores, en ese sentido Zárate et al. (2017) mencionan que los estudiantes tienen la tendencia a percibir como angustiante gran parte de las situaciones que se viven en el contexto escolar, que conlleva a entender que los resultados obtenidos llevan a los estudiantes a considerar estresantes un mayor rango de situaciones aumentando la probabilidad del estrés.

Esta percepción de estresores se relaciona con el aumento de reacciones de estrés académico, esto se fundamenta en lo que menciona Sagar y Singh (2017) quienes afirman que los alumnos y más aún los del nivel secundaria, producto de la sobrecarga académica, la presión y exigencia de sus padres, puede resultar en experimentar con más recurrencia depresión, ansiedad y estrés, que los hace más susceptibles a presentar estrés.

En cuanto a los resultados de la dimensión reacciones, la exploración de Cornelio (2019) en estudiantes universitarios, coincide con los resultados encontrados en esta investigación, hallándose el nivel severo, que se entiende como la presencia elevada de respuestas físicas, a nivel emocional como preocupación excesiva y a nivel conductual se dan actitudes negativas, a la defensiva o evitativas, que afectan el bienestar de los adolescentes.

Así también, los resultados de la dimensión estrategias de afrontamiento que prevalece en un nivel moderado en la presente investigación difiere del estudio de

Gamboa (2020) quien realizó una indagación en Lima con estudiantes de secundaria con una muestra de 50 alumnos, cuyo objetivo fue determinar el nivel de estrés académico, obteniendo como resultados un nivel alto en esta dimensión. Al respecto Ortuño et al. (2017) refieren que respuestas inadecuadas de afrontamiento al estrés producen malestar y emociones negativas en el adolescente, es decir a bajos niveles de estrategias de afrontamiento se relacionan con la dificultad para adaptarse al contexto escolar, social y familiar de forma adecuada.

En base a los resultados en las dimensiones se concluye que los estudiantes presentan un nivel de estrés moderado, que resulta de la percepción de estresores del entorno educativo, que agrupa un conjunto de reacciones de estrés académico y se relacionan con cierta deficiencia en las estrategias de afrontamiento.

Con respecto a la segunda hipótesis específica correspondientes a la variable de expresión de ira, se obtuvo que el nivel que prevalece es el nivel moderado, con 52,6% que representa a 250 estudiantes, lo cual quiere decir que no se cumple con la hipótesis planteada en esta investigación, sin embargo, estos resultados concuerdan con la investigación de Balbín (2022) que realizó su indagación en una muestra de 80 estudiantes de secundaria en la ciudad de Lima, en donde se obtuvo como resultados que predominaba el nivel moderado.

Frente a estos resultados se destaca lo que menciona García-Herrera (2017) quien refiere que la expresión incontrolada de ira es juzgada de forma negativa en la sociedad y se interpreta como un signo de inmadurez, el mismo que suele ser una emoción reprochable que puede ser un factor que influye en los resultados de la población adolescentes en etapa escolar, en proceso de aprendizaje respecto a la expresión y gestión de sus emociones.

Ante ello, Sanz-Martínez (2012) menciona que los adolescentes tienen la tendencia a expresar su ira de forma abierta o reprimirla, escondiendo dicha emoción, en niveles elevados la expresión de la ira se relaciona con dificultades en el desarrollo de las relaciones sociales entre pares y con las figuras de autoridad como padres y maestros, en cuanto a los resultados de esta investigación donde predomina el nivel moderado, lo cual tiene una relación con una menor probabilidad

de tener problemas de ajuste, socialización o externalizantes que aquellos que expresan su ira de forma excesiva o en muy pocas ocasiones.

En cuanto a las dimensiones de la variable expresión de ira, se tiene las siguientes: estado de ira con un porcentaje de 83,2% , por otro lado la dimensión de rasgo se representa con un 53,9% en un nivel moderado, expresión de ira interna resalta en el nivel moderado con un porcentaje de 50,1%, expresión de ira externa que prevalece con un porcentaje de 58,8%, y por último en la dimensión control de ira con un porcentaje de 45,5% en el nivel moderado.

En la primera dimensión de estado de ira se obtuvo un resultado similar a la investigación de Malpartida (2019) realizada en estudiantes de secundaria cuyo objetivo fue determinar la relación entre la expresión de ira y los rasgos de personalidad, se encontró que el nivel nulo predominaba en los participantes. Esta dimensión definida por Spielberger et al (2005) como la reacción en un momento dado que se caracteriza por el sentimiento subjetivo que involucra la expresión física y verbal, permiten identificar que los resultados se relacionan con una actitud sosegada y cómoda en los participantes durante el momento de la aplicación.

Por otro lado, la proclividad a desarrollar reacciones de ira de forma recurrente e intensas hace referencia a la dimensión de rasgo de ira. Los hallazgos de esta investigación indican que predomina un nivel moderado, es decir existe una predisposición a desarrollar sentimientos de ira. En este sentido estos resultados difieren con los resultados del estudio de Vanega-Romero (2018) donde participaron 1050 alumnos, entre 12 y 16 cuyo objetivo fue relacionar las variables de acoso escolar y expresión de ira, los resultados sugieren que predominaba niveles altos.

En cuanto a la expresión de ira interna y externa, estos se encuentran en un nivel moderado, estos resultados son similares a los encontrados por Huamán (2020) en una población de 225 estudiantes de secundaria que obtuvieron como resultado que predominaba el nivel moderado. En ese sentido Spielberger et al (2005) mencionan que puntuaciones elevadas en la expresión externa se interpreta como la manifestación de ira de forma impulsiva que puede dirigirse a objetos y personas, mientras que la expresión de ira interna en puntuaciones altas indica que

hay mayor tendencia a reprimir los sentimientos de ira, en ese sentido los resultados obtenidos señalan que los estudiantes presentan una mejor predisposición en cuanto a la expresión de la ira.

El control de ira es la última dimensión cuyos resultados se presentan en un nivel moderado, estos son diferentes a los encontrados por González (2020) donde se encontró que el control de ira estaba presente en el nivel alto. Esto conlleva a entender que expresar la ira en su forma controlada y adaptativa para responder a las situaciones o estímulos que lo provocan, influyen en los sujetos para resolver los problemas de forma adecuada y disminuir la emoción de ira cuando esta se presenta.

Por otro lado, la tercera hipótesis muestra una relación positiva entre el estrés académico y la expresión de ira (0.393), lo encontrado coincide con Mariños (2018) que indaga en una muestra de 327 estudiantes entre 14 y 16 años de secundaria, con el objetivo de establecer la relación entre las variables mencionadas, se obtuvo (0.354) que existe una correlación positiva débil.

A su vez Cornelio (2019) realizó la investigación en una población universitaria, cuyo resultado arroja una correlación moderada entre ambas variables (0,556) al igual que entre las dimensiones, por ende, se puede interpretar en base a estos resultados que al aumentar el estrés académico ocurre con mayor probabilidad de elevados niveles de expresión de ira. Estos antecedentes obtuvieron resultados similares a los encontrados en la presente investigación.

Con respecto a ello Temel et al. (2017) menciona que los adolescentes se encuentran expuestos a diferentes factores de origen del estrés como la sobrecarga académica, la familia y otras presiones, que puede conllevar al aumento del estrés y la baja tolerancia conduce a altos niveles de ira, en consecuencia, los resultados obtenidos identifican una relación que aumenta la probabilidad de reaccionar de forma inadecuada. Así se comprueba la hipótesis general, es decir que existe relación entre el estrés académico y la expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022, esta relación es positiva, que involucra que a mayor estrés aumenta la probabilidad de altos índices de expresión de ira.

## **Capítulo VI**

### **Conclusiones y Sugerencias**

#### **6.1. Conclusiones**

##### **6.1.1. Primera**

Se obtuvo que el estrés académico no es severo en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022

##### **6.1.2. Segunda**

En cuanto a la expresión de ira se obtuvo que no es alto en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022

##### **6.1.3. Tercera**

El tipo de relación entre el estrés académico y la expresión de ira es positiva, en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022

##### **6.1.4. Cuarta**

Se comprobó que existe relación entre el estrés académico y la expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022.

## **6.2. Sugerencias**

### **6.2.1. Primera**

Se sugiere que investigadores de nivel superior tanto de pre y postgrado continúen investigando las variables de estudio, siendo de importancia que profundicen en la materia, analizando el impacto de estas variables en diferentes tipos de población y encontrar relación y causa con otras variables que podrían estar relacionadas, lo cual asimismo sirva como sustento para la elaboración de estrategias en favor de la promoción de conductas adecuadas en la población de beneficiaria.

### **6.2.1. Segunda**

Así también, se sugiere al área de psicología de la Institución Educativa Enrique Paillardelle implemente programas de intervención que se centren en el manejo de emociones que contribuyan a identificar sus propias emociones, que favorezcan la autorregulación y herramientas para afrontar el estrés, enfocado en la adquisición de herramientas que disminuya la vulnerabilidad antes las situaciones estresantes del entorno, dirigido a los que pertenecen a la colectividad académica, principalmente a los estudiantes

### **6.2.1. Tercera**

Asimismo, se sugiere al área de tutoría y psicología de la institución genere estrategias en conjunto para establecer vías de comunicación seguras y de confianza para que lo estudiantes reciban atención oportuna, ya que, si bien un gran porcentaje presenta niveles moderados, hay un porcentaje considerable de estudiantes que presentan niveles altos y severos en las variables del estudio, que requieren intervención que favorezca un ambiente educativo positivo para todos los que pertenecen a este entorno.

## Referencias

- Alania, R., Morales, R., Cruz, M., & Révolo, D. (2020). Adaptación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Socialium*, 4(2), 111-130. <https://doi.org/10.26490/UNCP.SL.2020.4.2.669>
- Alcázar-Olán, R., Merckel-Niehus, N., Toscano-Barranco, D., Barrera-Muñoz, O. & Proal-Sánchez, M. (2018). Adherencia al tratamiento y efectividad de un programa cognitivo conductual sobre la rumiación y expresión de la ira. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*. 23(1). 13-23. <https://acortar.link/1WFk0k>
- Aldana, J., Isea, J., & Colina, F. (2020) Estrés académico y trabajo de grado en licenciatura en educación. *Telos: Revista de Estudios Interdisciplinarios en Ciencias Sociales*. 22(1). 91-105 <https://www.redalyc.org/journal/993/99362098023/99362098023.pdf>
- Álvarez, H. (2016) *Diagnóstico de estrés laboral presente en cuerpo de ventas de una empresa dedicada a la manufactura y distribución de productos para la construcción*. [Tesis de maestría, Universidad Autónoma de Nuevo León]. Repositorio UANL. <http://eprints.uanl.mx/16488/1/1080291914.pdf>
- Álvarez K., Cerrón N. (2020) *Estrés académico y procrastinación en estudiantes de quinto de secundaria de instituciones educativas con jornada escolar completa de la provincia de Lircay-Huancavelica*. [Tesis de licenciatura, Universidad Continental]. Repositorio UC [https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/8378/3/IV\\_F\\_HU\\_501\\_TE\\_Alvarez\\_Cerron\\_2021.pdf](https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/8378/3/IV_F_HU_501_TE_Alvarez_Cerron_2021.pdf)
- American Psychological Association. (2010). *Los distintos tipos de estrés*. <https://www.apa.org/topics/stress/tipos>
- Armenta, L., Quiroz, C., Abundis, F. & Zea, A. (2020) Influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. *Revista Espacios*. 41(48). 402-415. <http://www.revistaespacios.com/a20v41n48/a20v41n48p30.pdf>

- Avalos, C. (2018). *Ira estado - rasgo en adolescentes asociado a los estilos de socialización parental* [Tesis de licenciatura, Universidad Rafael Landívar]. Repositorio Institucional <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/42/Avalos-Jennifer.pdf>
- Ávila, J. (2014). El estrés es un problema de salud del mundo actual. *Con-Ciencia*, 2(1), 117–125. [http://www.scielo.org.bo/pdf/rcfb/v2n1/v2n1\\_a13.pdf](http://www.scielo.org.bo/pdf/rcfb/v2n1/v2n1_a13.pdf)
- Awé, C., Gaither, C., Crawford, S. & Tieman, J. (2016). A Comparative Analysis of Perceptions of Pharmacy Students' Stress and Stressors across Two Multicampus Universities. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 80(5). 87-88. [www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4937977/](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4937977/)
- Balbín, I. (2022) *Inteligencia emocional y expresión de ira en estudiantes de primero de secundaria* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional <https://hdl.handle.net/20.500.12692/88217>
- Bárceñas, E. (2018). *Gestor de respiración mediante el monitoreo de la actividad cardiaca aplicada al estrés*. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Querétaro]. Repositorio UAQ. <https://cutt.ly/Smx5Erl>
- Barraza, A. (2007) El estrés del examen. *Psicología Educativa*. 9(32). 1-5 <https://www.psicologiacientifica.com/estres-de-examen/>
- Barraza A. (2020) *El estrés de la pandemia (COVID 19) en población mexicana*. (1era ed.) Centro de Estudios Clínica e Investigación Psicoanalítica S.C. <http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/Coronavirus.pdf>
- Barraza, A. & Medina, S. (2016). El estrés académico en estudiantes de gastronomía de una universidad privada de la ciudad de Durango, en México. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 8(2), 11-26. DOI: 10.17533/udea.rpsua.v8n2a02.
- Barraza, A. (2004). El estrés académico en los alumnos de postgrado. *Psicología Clínica y Psicoterapia* 8(3) <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologiapdf-77-el-estres-academico-en-los-alumnos-de-postgrado.pdf>.
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Psicología Educativa* 8 (16). 1-5

<http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologiapdf-167-un-modelo-conceptual-para-el-estudio-del-estres-academico.pdf>.

- Barraza, A. (2011). *Estrés, Burnout y bienestar subjetivo*. (1era ed.). Redie  
[https://redie.mx/librosyrevistas/libros/estres\\_burnout\\_y\\_bienestar\\_sujetivo.pdf](https://redie.mx/librosyrevistas/libros/estres_burnout_y_bienestar_sujetivo.pdf)
- Barraza, A. (2018). Inventario Sistemico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico. *ECORFAN*. <https://cutt.ly/7bWPBJD>
- Barraza, A., González, L., Garza, A. & Cázares, F. (2019) El estrés académico en alumnos de odontología. *Revista Mexicana de Estomatología*. 6(1). 1-5  
<https://www.remexesto.com/index.php/remexesto/article/view/236/431>
- Barrig, P. & Alarcón D. (2017) Temperamento y competencia social en niños y niñas preescolares de San Juan de Lurigancho: un estudio preliminar. *Liberabit*. 23(1), 75-88. <https://www.redalyc.org/pdf/686/68651823006.pdf>
- Barrio, J., García, M., Ruiz, I. & Arce, A. (2006) El estrés como respuesta. *Asociación Nacional de Psicología Evolutiva y Educativa de la Infancia, Adolescencia y Mayores*. 1(1). 37-48.  
<https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832311003.pdf>
- Beck, A. (2003) *Prisioneros del odio*. (1er ed.) *Las bases de la ira, la hostilidad y la violencia*. Paidós.
- Benavidez, V. & Flores, R. (2020) La importancia de las emociones para la neurodidáctica. *Revista Estudio de Psicología*. 14(1). 25-53.  
<https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/wimblu/article/view/35935/36685>
- Berra, E., Muñoz, S., Vega, C., Rodríguez, A. & Gómez, G. (2014) Emociones, estrés y afrontamiento en adolescentes desde el modelo de Lazarus y Folkman. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*. 16(1). 37-57.  
<https://www.redalyc.org/pdf/802/80230114003.pdf>
- Berrio, N. & Mazo, R. (2011) Estrés académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*. 3(2). 65-86.  
[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2145-48922011000200006](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006)
- Bisquerra, R., Pérez, J. & García, E. (2015). *Inteligencia emocional en educación*.

(1era ed.). Síntesis.

Borges, M. & Melgosa, J. (2017). *El poder de la esperanza. Cómo derrotar la depresión, la ansiedad, la culpa y el estrés*. (1era ed.) Inter-American Division Publishing Association – IADPA.

Bravo W., Cabellos A. (2020) *Expresión de la ira estado-rasgo en jóvenes, según factores sociodemográficos* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV  
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/54809>

Bruguera, M., Del Rosario, M. & Calonge, I. (2017). Situaciones estresantes cotidianas en la infancia y su relación con la sintomatología y la adaptación. *Psicología Conductual*, 25(3). 483-490  
<https://go.gale.com/ps/i.do?p=AONE&u=googlescholar&id=GALE|A523689179&v=2.1&it=r&sid=googleScholar&asid=5ba223f6>

Buitrago, D. (2021). La emoción y el sentimiento: más allá de una diferencia de contenido. *Digithum*, 26(1), 1-12. <https://dx.doi.org/10.7238/d.0i26.374140>

Butts, T. (2008) Manejando la ira en la mediación: conceptos y estrategias en la mediación. *Portularia*. Vol. 7(1) pp. 17-38.  
<http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/584/b1520518.pdf?sequence=1>

Caballero, M, Alcaraz, V., Alonso, J., & Yuste, J. (2016). Intensidad emocional en la clase de educación física en función de la victoria: juegos de cooperación---oposición. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación. Del Profesorado*, 19(3). 123-133.  
<https://revistas.um.es/reifop/article/view/267291/197881>

Cabanach, R., Souto-Gestal, A., Gonzales, L. & Souto-Camba, S. (2016) Efectos diferenciales de la atención y la claridad emocional sobre la percepción de estresores académicos y las respuestas de estrés de estudiantes de fisioterapia. *Revista Fisioterapia*. 38(6). 271-279.  
<https://core.ac.uk/download/pdf/80522437.pdf>

- Caciano, R. & Sánchez S. (2019) *Clima social familiar y expresión ira estado-rasgo en adolescentes del distrito La Esperanza*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo] Repositorio institucional [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/30294/caciano\\_ar.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/30294/caciano_ar.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Carrasco, M. & González, M. (2006). Aspectos conceptuales de la agresión: definición y modelos explicativos. *Acción Psicológica*, 4, 7-33. <https://www.redalyc.org/pdf/3440/344030758001.pdf>
- Castillo, R., Gómez, K. & Ortiz, S. (2021) *Nivel de estrés académico en estudiantes de educación*. [Tesis de Bachiller, Universidad Marcelino Champagnat]. Repositorio institucional UMC [https://repositorio.umch.edu.pe/bitstream/handle/UMCH/3222/182.Castillo%20c%20G%c3%b3mez%20y%20Ort%c3%adz\\_Trabajo%20de%20Investigaci%c3%b3n\\_Bachiller\\_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.umch.edu.pe/bitstream/handle/UMCH/3222/182.Castillo%20c%20G%c3%b3mez%20y%20Ort%c3%adz_Trabajo%20de%20Investigaci%c3%b3n_Bachiller_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Castillo, R., Vanega S. & Sosa, M. (2018) Expresión de ira, satisfacción en la relación de pareja y bienestar psicológico. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*. 21(3), 1006-1019. <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2018/epi1831.pdf>
- Chacón, C. (2018) *Estrés y rendimiento académico en los estudiantes de primer año de la escuela de medicina de la universidad Pablo Guardado Chávez 2017-2018*. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Chiapas]. Repositorio UAC <https://static.elsevier.es/jano/estresyrendimiento.pdf>
- Choquehuanca, R. (2018). *El estrés en los niños y su relación con el desempeño académico en quinto grado de educación primaria en la localidad de Azángaro - 2016*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional del Altiplano]. Repositorio UNAP. <https://cutt.ly/GmewvYA>
- Clares, J. (2018). La Expresión y comunicación emocional en la educación. *Líneas de trabajo presentes y futuras*. CIECE. [http://congreso.us.es/ciece/lib\\_Ciece\\_17.pdf](http://congreso.us.es/ciece/lib_Ciece_17.pdf)
- Collado, L. & Matalinares, M. (2019). Esquemas maladaptativos tempranos y

- agresividad en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana. *Persona*, 22(2), 45-66. doi: 10.26439/persona2019.n022(2).4564
- Cornejo, J., & Salazar, R. (2018). *Estrés académico en estudiantes de una universidad privada y nacional de Chiclayo*. [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio USS. <https://cutt.ly/7mcwU8W>
- Cornelio, R. (2019) *Estrés académico y expresión de ira en estudiantes del v ciclo 2019-I de ciencias sociales y turismo, universidad José Faustino Sánchez Carrión*. [Tesis de licenciatura, José Faustino Sánchez Carrión]. Repositorio institucional <https://repositorio.unjpsc.edu.pe/handle/20.500.14067/4378>
- Crisóstomo, E. (2021) *Propiedades Psicométricas del inventario de expresión de ira Estado-Rasgo en estudiantes de secundaria de instituciones educativas de Lima Sur*. [Tesis de licenciatura, Autónoma del Perú]. Repositorio institucional UAP. [https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1654/Cris%  
c3%  
b3stomo%  
20Oscoc%  
2c%  
20Edson.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1654/Cris%c3%b3stomo%20Oscoc%2c%20Edson.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Del Barrio, V., Spielberger, C. & Aluja, A. (2005). *Inventario de expresión de Ira Estado – Rasgo en niños y adolescentes*. TEA Ediciones
- Díaz, Y. (2010) Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de Medicina. *Revista Humanidades Médicas*. 10(1). [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1727-81202010000100007](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202010000100007)
- Domingues, H., Devos, B., De Almeida, L., Tomaschewski-Barlem, J., Lerch, L. & Marcelino, R. (2018). Stress triggers in the Educational environment from the perspective of nursing students. *Texto y contexto enfermagen*, 27(1), 1-11. <https://www.scielo.br/j/tce/a/KTNJLpSq7X73DGkf6zzkVpf/?lang=en&format=pdf>
- Domínguez, R., Guerrero, G. & Domínguez, J. (2015) Influencia del estrés en el rendimiento académico de un grupo de estudiantes universitarios. *Educación y Ciencia*. 4(43). 31-40.

- <http://educacionyciencia.org/index.php/educacionyciencia/article/view/313>
- Dorantes, C. & Matus, G. (2002). El estrés y la ciudad. *Revista del Centro de Investigación Universidad La Salle*. 5 (18). 72-77.  
<https://revistasinvestigacion.lasalle.mx/index.php/recein/article/view/620/703>
- Dussel, I., Ferrante, P. & Pulfer, D. (2020). Pensar la educación en tiempos de pandemia. (1era ed.). Editorial Universitaria. UNIPE
- Escajadillo, A. (2019) *Estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto año de secundaria de la Institución educativa 2095 Herman Busse de la Guerra - Los Olivos, 2018*. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional UCV  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/31690/Escajadillo\\_PAV.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/31690/Escajadillo_PAV.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Espinosa-Castro, J., Hernández-Lalinde, J., Rodríguez, J., Chacín, M. & Bermúdez-Pirela, V. (2020) Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 9(1). 1-14.  
<https://biblat.unam.mx/hevila/Archivosvenezolanosdefarmacologiayterapeutica/2020/vol39/no1/14.pdf>
- Estrada, E. (2020) Hábitos de estudio y estrés académico en estudiantes de una institución educativa pública de Puerto Maldonado. *Revista Científica de Ciencias Sociales*. 4(2). 47-62  
<https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/socialium/article/view/557/894>
- Estrada, E., Mamani, M., Gallegos, N., Mamani, H. & Zuloaga, M. (2021) Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*. 40(1). 88-93.  
[https://www.revistaavft.com/images/revistas/2021/avft\\_1\\_2021/16\\_estres\\_academico\\_estudiantes.pdf](https://www.revistaavft.com/images/revistas/2021/avft_1_2021/16_estres_academico_estudiantes.pdf)
- Estrada-Araoz, E. & Mamani-Uchasara, H. (2019) Funcionamiento familiar y agresividad en estudiantes de educación primaria de Puerto Maldonado.

- Peruvian Journal of Health care and global health*. 3(2), 70-75.  
<http://52.37.22.248/index.php/hgh/article/view/45/pdf>
- Favicela, V. (2022) *La expresión de la ira y su relación con las habilidades sociales en adolescentes*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio UTA.  
<https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/34780/1/Favicela%20Yanchaliquin%20Viviava%20Alexandra-%20repositorio.pdf>
- Febre, L. (2019) *Evidencia de los procesos psicométricos de STAXI- NA: inventario de expresión de ira estado-rasgo (NA) en alumnos de nivel secundario de las instituciones educativas nacionales del distrito veintiséis de octubre – Piura, 2019*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV  
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/43373>
- Fernández, J. & Luévano, E. (2018) Influencia del estrés académico sobre el rendimiento escolar en educación media superior. *Revista Panamericana de Pedagogía*. 2(26). 97-117.  
<https://revistas.up.edu.mx/RPP/article/download/1926/1653>
- Fernández-García, L. & Fernández-Río, J. (2019). Proyecto Wonderwall: identificación y manejo de emociones en la Educación Física de Educación Primaria. *Revista Retos*, 35(19), 381-386.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6761708>
- Flores, L. (2019). *Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios*. [Tesis de licenciatura, Universidad Católica de Santa María] Repositorio UCSM  
<http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/9691/76.0404.PS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Flores, L. (2019). *Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio Institucional  
<http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/9691/76.0404.PS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Franco, N., Pérez, M. & De Dios, M. (2014). Relación entre los estilos de crianza

- parental y el desarrollo de ansiedad y conductas disruptivas en niños de 3 a 6 años. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*. 1(2). 149-156. [https://www.revistapcna.com/sites/default/files/6-rpcna\\_vol.2.pdf](https://www.revistapcna.com/sites/default/files/6-rpcna_vol.2.pdf)
- García-Herrera, A. (2017). Los sentimientos y las emociones en el proceso de mediación. *Revista de Mediación*, 10(1), 1-7. <https://revistademediacion.com/wp-content/uploads/2017/06/Revista19-e5.pdf>
- Gamboa, L. (2020) *Estrés académico en estudiantes de tercer año de secundaria en la I.E.P Señor de Burgos, Puente Piedra 2020*. [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional UCV [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/57724/Gamboa\\_VLV-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/57724/Gamboa_VLV-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- García-Ros, R., Pérez-González, F., Pérez-Blasco, J. & Natividad, L. (2012) Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 44(2). 143-152. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80524058011.pdf>
- Garfinkel, S., Zorab, E., Navaratnam, N., Engels, M., Mallorquí-Bagué, N., Minati, L., Dowell, N., Brosschot, J., Thayer, J. & Critchley, H. D. (2016). La ira en el cerebro y el cuerpo: la perturbación neural y fisiológica de la toma de decisiones por la emoción. *Cognitive and Affective Neuroscience*, 11(1), 150-158. doi: 10.1093/scan/nsv099
- Gómez, D. (2020) *Caracterización de la Expresión de la Ira en estudiantes de Pregrado del Centro Universitario de los Valles*. [Tesis de licenciatura, Universidad de los Valles] Repositorio Institucional. <https://riudg.udg.mx/visor/pdfjs/viewer.jsp?in=j&pdf=20.500.12104/82167/1/LCUVALLES10000FT.pdf>
- Grill, S, Galarza, A., & Posada, M. (2010). *Estados emocionales negativos: un estudio sobre las relaciones ira-depresión en población general*. II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVII Jornadas de Investigación Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología -

- Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*  
<https://www.aacademica.org/000-031/955.pdf>.
- Gómez, M. (2017) *Estrés académico: Revisión Teórica* [Tesis de Bachiller, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional UCV.  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/26346/G%  
 %b3mez\\_GME.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/26346/G%c3%b3mez_GME.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Gómez-Ortiz, O., Casas, C., & Ortega-Ruiz, R. (2017). Ansiedad social en la adolescencia: factores psicoevolutivos y de contexto familiar. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 24(1). 29-49.  
<http://olgagomezortiz.es/wp-content/documentos/2.pdf>
- Gonzales, C. (2020) *Estilos de socialización parental y expresión de ira en adolescentes de la institución educativa "José Buenaventura Sepúlveda". Cañete, 2019.* [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruano los Andes]. Repositorio institucional UPLA.  
[https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/1775/TESIS  
 %20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/1775/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Gonzales, L. (2020) Estrés académico en estudiantes universitarios asociado a la pandemia por covid-19. *Espacio I+D innovación más desarrollo*, 9(25). 158-179. <https://doi.org/10.31644/IMASD.25.2020.a10>
- Gonzales, E. (2016) *Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 1.º y 5.º grado de secundaria de una institución educativa estatal de Lima Este, 2015.* [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Repositorio UPU  
[https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/527/Elizabeth  
 th\\_Tesis\\_bachiller\\_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/527/Elizabeth_Tesis_bachiller_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Gonzales-García, H., Pelegrín, A. & Carballo, J. (2017) Ira y personalidad resistente en deportistas de raqueta y resistencia. *Revista Iberoamericana de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*. 6(2). 21-29.  
<https://hdl.handle.net/10630/15618>
- González, H. & Muñoz, A. (2014) *Estrés académico en estudiantes universitarios.* [Tesis de licenciatura, Universidad Central de Venezuela]. Repositorio

- institucional UCV.  
[https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/7182/Gonzalez%20\\_%20THM.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/7182/Gonzalez%20_%20THM.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- González, M., & González, S. (2012). Estrés Académico en el Nivel Medio Superior. *Revista electrónica en Ciencias Sociales y Humanidades Apoyadas por Tecnologías*. 1(2), 32–70.  
<https://edusol.info/revista/index.php/cshat/article/view/51/45>
- Guerrero, G. (2017) *El estrés académico y su correlación con la ansiedad en estudiantes universitarios de la carrera de medicina de la ciudad de Ambato*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio UTA.  
<https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/2151/1/76573.pdf>
- Gutiérrez, A. (2016) Estudio del estrés en el ámbito académico para la mejora del rendimiento estudiantil. *Revista de la Facultad de Ciencias Contables*. 24(45). 23-28.  
<https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/quipu/article/view/12457/11150>
- Hernández, G. (2020). Gestión de las emociones en tiempos de pandemia y su impacto en el rendimiento académico. *Revista de Investigación y Cultura - Universidad César Vallejo*. 9(4). 55–64.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7946112>
- Herrera-Covarrubias, D., Coria-Ávila, G., Muñoz-Zavaleta, D., Graillet-Mora, O., Aranda-Abreu, G., Rojas-Durán, F. & Hernández, M. (2017) Impacto del estrés psicosocial en la salud. *Neurobiología Revista*. 8(17). 1-23.  
[www.uv.mx/eneurobiologia/vols/2017/17/17.html](http://www.uv.mx/eneurobiologia/vols/2017/17/17.html)
- Huamán, P. (2020) *Inteligencia emocional y su relación con la expresión de la ira en adolescentes de una Institución educativa Pública, Ica – 2020*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio UAI  
<http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/1236/1/Pedro%20Augusto%20Huam%c3%a1n%20Surco.pdf>

- Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado (2020). *La población sufre de estrés provocado por el covid-19*.  
<https://www.inism.gob.pe/oficinas/comunicaciones/notasdeprensa/2021/021.html>
- Johnson, M., Saletti-Cuesta, L. & Tumas, N. (2020) Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en Argentina. *Revista Ciencia y Salud Colectiva*. 25 (1). 1-18. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10472020>
- Julcarima, J. (2020). *Estrés y rendimiento académico en estudiantes de un centro pre universitario en Tarma*. [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Sedes Sapientiae]. Repositorio UCSS. <https://cutt.ly/Lmce9Gu>
- Kloster, G., & Perrota, F. (2019). *Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica de Argentina]. Repositorio UCA. <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9774/1/estres-academico-estudiantes-universitarios.pdf>
- Lazarus, R. (2000). *Estrés y emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud*. Bilbao, Desclée de Brouwer
- Lebrija, A., Gutierrez, J. & Trejos, M. (2017). Afectos, emociones y sentimientos de los estudiantes panameños hacia la matemática y su aprendizaje. *European Scientific Journal*. 13(2). 281-302. [http://168.77.210.164/bitstream/handle/123456789/394/Analinnette\\_Lebrija.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://168.77.210.164/bitstream/handle/123456789/394/Analinnette_Lebrija.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Linares C. (2021) *Estrés académico en escolares de quinto de secundaria de dos instituciones educativas públicas en período de pandemia, Lima 2020*. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/59967/Linares\\_RCE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/59967/Linares_RCE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- López L. (2016) Las emociones como formas de implicación en el mundo. El caso de la ira. *Revista Estudios de Filosofía*. 53(1), 1-10.

[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0121-36282016000100005](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-36282016000100005)

- Macbani, P., Ruvalcaba, J., Vásquez, P., Ramírez, A., Monroy, K., Tandehuitl, N., García, M. & Trejo, A. (2018) Estrés académico, estresores y afrontamiento en estudiantes de Odontología en el Centro de Estudios Universitarios Metropolitano Hidalgo [CEUMH]. *Journal Of neagtive and positive Results*. 3(7). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6521589>
- Macías Y. (2006). *Ansiedad, Ira y Tristeza-Depresión en la Enfermedad de Parkinson*. [Tesis Doctoral, Universidad Complutense de Madrid]. Repositorio Institucional. <https://eprints.ucm.es/id/eprint/7472/>
- Magán, I. (2010). *Factores cognitivos relacionados con la ira y la hostilidad en hipertensión arterial esencial*. [Tesis de doctorado, Universidad Complutense de Madrid], Repositorio de la UCM, <https://eprints.ucm.es/id/eprint/11842/1/T32428.pdf>
- Malpartida F. (2019) *Expresión de ira y rasgos de personalidad en estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa de Concepción-2019* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana los Andes]. Repositorio Institucional <https://hdl.handle.net/20.500.12848/1063>
- Marín-Cortés, A., Herrera-Pérez, V. & Aguirre-Mosquera, M. (2021) Ira y cyberbullying entre adolescentes: amistad, injusticia e imagen en entornos digitales. *Psicología em Estudo* <https://doi.org/10.4025/psicoestud.v26i0.51343>
- Martín, I. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología*, 25(1), 87-99. <https://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/117>
- Martínez, E. & Diaz, D. (2007) Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educación y Educadores*. 10 (2). 11-22. <https://www.redalyc.org/pdf/834/83410203.pdf>
- Masood, A., Kamran, F., Qaisar, S. & Ashraf, F. (2018) Anger, Impulsivity, Academic Stress and Suicidal Risk in suicide Ideators and Normal Cohorts.

- Journal of Behavioral Sciences*. 28(2). 20-37.  
[http://pu.edu.pk/images/journal/doap/PDF-FILES/02\\_v28\\_2\\_18.pdf](http://pu.edu.pk/images/journal/doap/PDF-FILES/02_v28_2_18.pdf)
- Maya, E., Galindo, J. & Jiménez, M. (2019) La ira y los nervios como malestares emocionales en la conyugalidad a distancia. *Revista de trabajo social*. 21(2), 27-48. <http://www.scielo.org.co/pdf/traso/v21n2/2256-5493-traso-21-02-27.pdf>
- Mckay, M. & Rogers, P. (2010) *Guía práctica para controlar tu ira: Técnicas sencillas para mejorar tus relaciones con los demás*. (1era ed.). Paidós
- Medina, P. (2018) *Expresión de ira, según género, en estudiantes del quinto de secundaria de una institución educativa*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio URP. <https://core.ac.uk/download/pdf/337287171.pdf>
- Mejicanos, D. (2016) *Reestructuración cognitiva y control de ira en adolescentes del colegio Salesiano Liceo Guatemala de la cabecera departamental de Quetzaltenango*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Rafael Landívar]. Repositorio institucional. <http://186.151.197.48/tesiseortiz/2016/05/42/Mejicanos-Diana.pdf>
- Melgosa, J. (2006). *¡Sin estrés!* (1er Ed.). Editorial Safeliz.
- Méndez, J. & Gálvez, J. (2018). Propiedades psicométricas de la Escala de Autoconcepto Académico (EAA) en estudiantes universitarios chilenos. *Liberabit*, 24(1). 131-145. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2018.v24n1.09>
- Mendiola, J. (2010). *El manejo del estrés académico en estudiantes universitarios: una propuesta de intervención*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México]. Repositorio institucional. [http://132.248.9.195/ptb2011/septiembre/0673462/0673462\\_A1.pdf](http://132.248.9.195/ptb2011/septiembre/0673462/0673462_A1.pdf)
- Menéndez-Santurio, J. & Fernández-Rio, J. (2017). Niveles de ira en deportistas: diferencias en función del grado de contacto y el género. *RICYDE. Revista internacional de ciencias del deporte*, 50(13), 356-369. <https://doi.org/10.5232/ricyde2017.05003>
- Moadel-Robblee, A., Christie, A. & Powers-James, C. (2019) *Manejo del estrés*

- Efectos del estrés y cómo sobrellevarlos.* La Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma. [https://www.lls.org/sites/default/files/National/USA/Pdf/Publications/PS92\\_S\\_SP\\_Managing\\_Stress2019.pdf](https://www.lls.org/sites/default/files/National/USA/Pdf/Publications/PS92_S_SP_Managing_Stress2019.pdf)
- Molano-Tobar, N., Chalapud- Narváez, L., Astaiza- Aragón, M. (2021) *Nivel de estrés durante la pandemia COVID-19 en universitarios del suroccidente colombiano.* 27 (1): 38-51. <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v27n1/0121-7577-hpsal-27-01-38.pdf>
- Morales, M. (2022) *El bullying sigue en las aulas: con estrategias insuficientes y la desidia ante esta violencia.* La República. <https://data.larepublica.pe/el-bullying-sigue-en-las-aulas-con-estrategias-insuficientes-y-la-desidia-ante-esta-violencia/>
- Morgado, I. (2017) *Emociones corrosivas: Cómo afrontar la envidia, la codicia, la culpabilidad, la vergüenza, el odio y la vanidad.* 1era. Edición. Editorial Planeta.
- Moscoso, M., Merino-Soto, C., Domínguez-Lara, S., Chau, C. & Claux, M. (2016) Análisis factorial confirmatorio del inventario multicultural de la expresión de la ira y hostilidad. *Revista Liberabit.* 22(2). 137-152. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272016000200002&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272016000200002&script=sci_arttext)
- Muñoz, A., Gonzales, J. & Olmedilla, A. (2016) Perfeccionismo percibido y expresión de ira en deportistas varones adolescentes: Influencia sobre la autoestima. *Revista argentina de Ciencias del Comportamiento.* 8(3). [http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1852-42062016000300006](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1852-42062016000300006)
- Muñoz, J. (2016). *La percepción de los estilos parentales y su influencia en la expresión de la ira como estado- rasgo en adolescentes de entre 16-17 años del colegio nacional Bolívar de la ciudad de Ambato durante el periodo académico 2015-2016.* [Tesis de Licenciatura, Universidad Técnica de Ambato].

<https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/23449/2/Mu%C3%B1oz%20Loja%20Jos%C3%A9%20Pablo%20coregido.pdf>

- Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*. 33(2). 171-190. <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>
- Oliva, F., Hernández, M. & Calleja, N. (2010) Validación de la versión mexicana del inventario de expresión de ira estado-rasgo. *Acta Colombiana de Psicología*. 13(2). 107-117. <https://www.redalyc.org/pdf/798/79819279010.pdf>
- Ortega-Escobar, J. & Alcázar-Corcoles, M. (2016) Neurobiología de la agresión y la violencia. *Anuario de Psicología Jurídica*. 26(1), 60-69. <http://dx.doi.org/10.1016/j.apj.2016.03.001>
- Ortuño, J., Aritio, R., Chocarro, E. & Fonseca, E. (2017). Adolescencia temprana y estrés en el contexto escolar: utilización de la Student Stress Inventory - Stress Manifestations (SSI-SM). *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 13(37). <https://doi.org/10.14204/ejrep.37.15003>
- Ospina, A. (2016) *Síntomas, niveles de estrés y estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes masculinos y femeninos de una institución de educación superior militar: análisis comparativo*. [Tesis de maestría, Universidad católica de Colombia]. Repositorio institucional <https://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/3161/4/TESIS%20DE%20MAESTR%C3%8DA%20%20Andr%C3%A9s%20Ospina%20Stepanian.pdf>
- Ostrosky, F. (2011). *Mentes asesinas: La violencia en tu cerebro*. (2da ed.). Quinto Sol.
- Paulino, S & Romero, F. (2021) *Agresividad y Estrés Académico en estudiantes de Contabilidad del primer ciclo de una universidad pública, Tingo María, Huánuco, 2021*. [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo] Repositorio Institucional UCV [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/70181/Paulino\\_AS\\_L-Romero\\_JFDM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/70181/Paulino_AS_L-Romero_JFDM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Pakaslahti, L. (2000). Comportamiento agresivo de niños y adolescentes en contexto: El desarrollo y aplicación de estrategias agresivas de resolución de problemas. *Agresión y comportamiento violento*, 5 (5), 467- 490. [https://doi.org/10.1016/S1359-1789\(98\)00032-9](https://doi.org/10.1016/S1359-1789(98)00032-9)
- Palacio, C., Tobón, J., Toro, D. & Vicuña, J. (2018) El estrés escolar en la infancia: Una reflexión teórica. *Cuadernos de Neuropsicología*. 12(2). <https://www.redalyc.org/journal/4396/439655913010/html/>
- Pallares, M. (2010). Emociones y sentimientos: Donde se forman y cómo se transforman. (1era ed.). Marge Books.
- Penado, M. (201) *Agresividad reactiva y proactiva en adolescentes: efecto de los factores individuales y socio-contextuales*. [Tesis de doctorado, Universidad Complutense de Madrid] Repositorio Institucional <https://eprints.ucm.es/id/eprint/16380/1/T33913.pdf>
- Perlacios, C. (2021) *Factores asociados al estrés académico en estudiantes universitarios*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín]. Repositorio institucional UNSA <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/11212/UPpecrce.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ponte, M. (2020) *Estrés académico y engagement académico en estudiantes de la facultad de ciencias empresariales de la universidad privada de Tacna, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada de Tacna]. Repositorio Institucional UPT. [https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/2064/Ponte-Fern%  
c3%a1ndez-Maria.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/2064/Ponte-Fern%c3%a1ndez-Maria.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Psyrdellis, M.; Justel, N. (2017) Constructos psicológicos vinculados a la respuesta de frustración en humanos. *Anuario de investigaciones*. 13(1). <https://www.redalyc.org/pdf/3691/369155966018.pdf>
- Quispe, G. (2021). *Violencia familiar y expresión de ira en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de la Provincia de Huancané - Puno, 2021*. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la UCV.

- [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/73877/Quispe\\_RG-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/73877/Quispe_RG-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Quito, N. (2019) *Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública del distrito de Breña – 2019*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/36627/Quito\\_RNJE.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/36627/Quito_RNJE.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Ramírez, J. (2018) *Evaluación de la expresión del enojo y factores de riesgo en estudiantes de secundarias técnicas*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del estado de Hidalgo]. Repositorio UAH. <https://acortar.link/LJsYKR>
- Ramos, Y., Rosa, A., Valladares, A., López, L. & González, B. (2017) Relación entre estados emocionales y variables clínicas en pacientes con dolor crónico lumbar. *Revista Cubana de Medicina General Integral*. 33(2). 180-190. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252017000200003](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252017000200003)
- Restrepo, J., Sánchez, O. & Castañeda, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Psicoespacios*, 14(24), 23-47. <https://doi.org/10.25057/21452776.1331>
- Rodríguez, A. (2017) *Propiedades psicométricas del Inventario de Expresión de Ira Estado – Rasgo (NA) en adolescentes del distrito de la Esperanza*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional UCV. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/705/rodriguez\\_ma.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/705/rodriguez_ma.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Rodríguez, L. & Alonzo, J. (2004). Efecto de los factores ambientales, laborales y psicosociales, en el síndrome del edificio enfermo. *Ingeniería Revista Académica*. 8 (2), 1-10. <https://www.redalyc.org/pdf/467/46780203.pdf>
- Rodríguez, M. (2016) Revisión criminológica a la teoría de la frustración -agresión. *Visión criminológica-criminalística*. 1(2), 45-52.

[https://revista.cleu.edu.mx/new/descargas/1603/articulos/Articulo11\\_Revisi%00n\\_criminologica\\_a\\_la\\_teor%C3%ADa\\_de\\_la\\_frustraci%00n\\_agresi%00n.pdf](https://revista.cleu.edu.mx/new/descargas/1603/articulos/Articulo11_Revisi%00n_criminologica_a_la_teor%C3%ADa_de_la_frustraci%00n_agresi%00n.pdf)

- Román, A., Hernández, Y. (2011) El estrés académico: una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. *Revista Electrónica de Psicología de Iztacala*. 14(2). 1-14. <http://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/26023/24499>
- Roncero, D., Andreu, J. & Peña, M. (2016). Procesos cognitivos distorsionados en la conducta agresiva y antisocial en adolescentes. *Anuario de Psicología Jurídica*. 26(1). 88-101. <https://doi.org/10.1016/j.apj.2016.04.002>
- Rueda, L. (2019). *Depresión, ira, resiliencia y fortalezas de carácter en mujeres violentadas en situación de refugio*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo]. Repositorio institucional. <https://cutt.ly/GZSjPM7>
- Ruvalcaba, N., Gallegos, J., Carballo, V. & Villegas, D. (2016). Prácticas parentales e indicadores de salud mental en adolescentes. *Psicología desde el Caribe*, 33(3), 223–236. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=213/21349352001>
- Sáenz, M. (2017) La reconsideración de la ira como emoción política. Sobre Anger and Forgiveness de Martha Nussbaum. *Revista Dianoia*. 62(79). 217-226. [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-24502017000200217&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-24502017000200217&script=sci_arttext)
- Sagar, P. & Singh, M. (2017). A study of academic stress among higher secondary school students. *International Journal of Creative Research Thoughts (IJCRT)*, 5(4). 1864-1869. <http://ijcrt.org/papers/IJCRT1704236.pdf>
- Salazar C. & Castillo S. (2018). *Fundamentos básicos de Estadística*. 1er Edición.
- Sampieri, H. & Torres, C. (2018). *Metodología De La Investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (1a ed.). McGraw-Hill
- Sánchez, A. & Romero, F. (2019). *Inteligencia emocional e ira en adolescentes de un colegio estatal de nivel secundaria básica regular del distrito de Surquillo* [Tesis de Licenciatura, Universidad Ricardo de Palma]. Repositorio URP. <https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/2657>

- Sanz, J & Vázquez, C. (2008) *Trastornos del estado de ánimo: Teorías psicológicas* (2da ed.), McGraw Hill.
- Sanz-Martínez, Y. (2012). Expresión de la ira en adolescentes holguineros. Repercusión psicológica y diferencias de género. *Ciencias Holguín*, 12(2), 1-11. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=181515838007>
- Silva-Ramos, M., López-Cocotle, J., Sánchez de la Cruz, O. & González-Angulo, P. (2019). Estrés académico en estudiantes de Licenciatura en Enfermería. *RECIEN*. 18(1). <https://doi.org/10.14198/recien.2019.18.03>
- Solano, R. (2021) *Relación entre estrés académico y agresividad en estudiantes universitarios de la ciudad de Ambato*. [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio de UPCE <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3365/1/77519.pdf>
- Sullca, G. (2020). *Estrés académico en estudiantes del primer ciclo de la escuela académica profesional de enfermería de la Universidad Norbert Wiener 2020*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Norbert Wiener]. Repositorio Universidad Norbert Wiener. <https://cutt.ly/VmcrPOc>
- Temel, M., Celikkalp, U., Bilgic, S. & Saracoglu, G. (2017) Anger, Anger Expression Style and Related Factors in a Group of Associate Degree Students. *Balkan and Near Eastern Journal of Social Sciences*, 3(4), 125-135. [http://ibaness.org/bnejss/2017\\_03\\_04/13\\_Temel\\_et\\_al.pdf](http://ibaness.org/bnejss/2017_03_04/13_Temel_et_al.pdf)
- Ticona, M. (2020) *Personalidad y Agresividad en Adolescentes de una Institución Educativa de Tacna - Perú - 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional <https://hdl.handle.net/20.500.12692/60729>
- Toribio-Ferrer, C. & Franco-Bárceñas, S. (2016) Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante. *Revista Salud y Administración*. 3(7). 11-18. <https://cdam.unsis.edu.mx/revista/index.php/saludyadmon/article/view/49/46>
- Uzquiano, S. (2020) *Propiedades Psicométricas del Inventario de Expresión Ira Estado-Rasgo en Adolescentes de la Ciudad de Trujillo* [Tesis de

- licenciatura, Universidad César Vallejo] Repositorio institucional UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/45844>
- Valiente-Borroso, C., Suarez-Riveiro, J. & Martínez-Vicente, M. (2020). Autorregulación del aprendizaje, estrés escolar y rendimiento académico. *European Journal of Education and Psychology*. 13(2). 161-176. <https://revistas.uautonoma.cl/index.php/ejep/article/view/1324/1107>
- Vanega-Romero, S., Sosa-Correa, M. & Castillo-Ayuso, R., (2018). Acoso escolar, ira y depresión en adolescentes mexicanos: un estudio preliminar de la eficacia de una intervención. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 5(2), 49-54. [https://doi: 10.21134/rpcna.2018.05.2.7](https://doi:10.21134/rpcna.2018.05.2.7)
- Vargas, R. (2018) *Relación entre estrés académico y rendimiento académico en las estudiantes del 5° grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada de Tacna] Repositorio de la UPT. <https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/618/Vargas-Zarate-Richard.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Vásquez, K. (2021) *Evidencias Psicométricas del Inventario SISCO SV-21 Estrés Académico en Universitarios en el Contexto Educativo Virtual de Lima Metropolitana*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/75173>
- Vega, Z., Anguiano, S., Soria, R., Nava, C. & González, F. (2008) Estrés infantil. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*. 10(26). Disponible en <http://www.psicologiacientifica.com/evaluacion-estres-infantil>
- Zárate, N., Soto, M., Castro, M. & Quintero, J. (2017). Estrés académico en estudiantes universitarios: medidas preventivas. *Revista de la Alta Tecnología y la Sociedad*. 9(4). 92-98. [http://sistemanodalsinaloa.gob.mx/archivoscomprobatorios/\\_11\\_articulosrevistasindexadas/22159.pdf](http://sistemanodalsinaloa.gob.mx/archivoscomprobatorios/_11_articulosrevistasindexadas/22159.pdf)

## ANEXO 1: Matriz operacional del trabajo de investigación

## MATRIZ

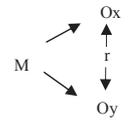
Estrés académico y Expresión de Ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022

Problema General	Objetivo General	Hipótesis General	Variables	Indicadores/ Dimensiones	Instrumentos	Metodología
¿Existe relación entre el estrés académico y expresión de ira en estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022?	Establecer la relación entre estrés académico y expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022	Existe relación entre estrés académico y la expresión de ira en estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022.	Estrés académico	Estresores Reacciones Afrontamiento al estrés	Inventario de estrés académico SISCO-SV	<b>Enfoque</b> Cuantitativo  <b>Tipo</b> Descriptivo correlacional  <b>Diseño</b> No experimental, transversal Correlacional  <b>Donde:</b>

Problemas Específicos	Objetivo Específico	Hipótesis Específica
¿Cuál es el nivel de estrés académico en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022?	Determinar el nivel de estrés académico que presentan los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022	El nivel de estrés académico que prevalece es severo en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022.
¿Cuál es el nivel de expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022?	Determinar el nivel de expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022	El nivel de expresión de ira que prevalece es alto en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022.
¿Cuál es el tipo de relación que existe entre estrés académico y la expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022?	Determinar el tipo de relación que existe entre el estrés académico y la expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022	Existe un tipo de relación positivo entre estrés académico y expresión de ira en los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de la institución educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022.

- Estado de ira
- Rasgo de ira
- Expresión de ira
- Control de ira

Inventario de expresión de ira rasgo-estado STAXY-NA



M: Muestra donde se realiza el estudio  
 Ox: Medición del Estrés Académico  
 Oy: Medición de expresión de ira  
 R: Relación

**Muestra:**  
 Estudiantes de 3ero a 5to año de secundaria

**Método:**  
 cuantitativos, en este caso pruebas estandarizadas y/o inventarios

**Técnica**  
 Encuesta

## ANEXO 2: Aceptación de Carta de Presentación



**UPT**  
FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN Y HUMANIDADES

Sin fines de lucro

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

### CARTA DE PRESENTACIÓN

Tacna, 2022 julio 08

Señor Prof.  
**José Antonio Clares Perca**  
Director de la Institución Educativa Enrique Paillardelle  
Ciudad.-

Con especial agrado me dirijo a usted para expresarle un cordial saludo y así mismo manifestarle que la señorita **Fabiola Noemi Layme Mamani**, egresada de la Carrera Profesional de Psicología, viene realizando su trabajo de investigación titulado "Estrés académico y expresión de ira en estudiantes de tercer a quinto año de secundaria de Institución Educativa Enrique Paillardelle, Tacna 2022", para lo cual requiere la aplicación de los instrumentos "Inventarios de estrés académico SISCO-SV y el Inventario de expresión de ira rasgo-estado STAXY"

Por lo que mucho agradeceré tenga a bien brindarle las facilidades necesarias para que pueda recabar información académica de los estudiantes de la Institución que tan dignamente dirige.

Quedando muy reconocidos por su colaboración, es propicia la ocasión para expresarle las muestras de mi consideración más distinguida.

Atentamente,

**I.E. ENRIQUE PAILLARDELLE**

**RECIBIDO**

FECHA: 13 / 07 / 20 22

HORA: 10:35

FIRMA: 

Firmado por  
**MARCELINO RAUL VALDIVIA DUEÑAS**



CN = MARCELINO RAUL VALDIVIA DUEÑAS  
O = UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA  
T = DECANO FACULTAD EDUCACIÓN, CS.  
COMUNICACIÓN Y HUMANIDADES  
SerialNumber = DNI-00412536  
C = PE

c.c. - Archivo  
gca\*  
Reg. Carta Nº 148-2022

---

Universidad Privada de Tacna  
Campus Capanique s/n, Tacna – Perú  
Fono: 427212 Anexo 405, correo electrónico: educacion@upt.pe

**ANEXO 3: Evidencia Fotográfica**



**ANEXO 4: Tablas de datos sociodemográficos****Tabla 14***Frecuencia de estudiantes por sexo*

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Masculino	228	48%
Femenino	247	52%
Total	475	100%

**Tabla 15***Frecuencia de estudiantes por grado*

Grado	Frecuencia	Porcentaje
Tercero	145	30,5%
Cuarto	158	33,3%
Quinto	172	36,2%
Total	475	100,0%

**Tabla 16***Frecuencia de estudiantes por edad*

Edad	Frecuencia	Porcentaje
14	95	20,0%
15	164	34,5%
16	176	37,1%
17	38	8,0%
Total	475	100,0%



*“Año del fortalecimiento de la soberanía nacional”*

Tacna, 07 de octubre del 2022

**INFORME N° 018-2022-UPT/FAEDCOH/EPH/CBFR**

**PARA : Dr. M. RAÚL VALDIVIA DUEÑAS**  
Decano de la Facultad de Educación Ciencias de la Comunicación y Humanidades.

**DE : Mgr. Cristina Beatriz Flores Rosado**  
Docente de la Carrera Profesional de Psicología

**ASUNTO : Presentación de Tesis de bachiller LAYME MAMANI, Fabiola Noemi**

**REFERENCIA : RESOLUCIÓN N° 356-D-2022-UPT/FAEDCOH**

---

Tengo el agrado de dirigirme a Ud., para saludarlo cordialmente y hacer de su conocimiento la culminación de la evaluación del plan de tesis, que lleva por título: “ESTRÉS ACADÉMICO Y EXPRESIÓN DE IRA EN ESTUDIANTES DE TERCER A QUINTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ENRIQUE PAILLARDELLE, TACNA 2022”, bajo RESOLUCIÓN N° 356-D-2022-UPT/FAEDCOH, presentada por la Bachiller en Psicología LAYME MAMANI, Fabiola Noemi,, para obtener el Título Profesional de Licenciada en Psicología.

Tras haber realizado la asesoría correspondiente y las respectivas revisiones en merito a la resolución antes descrita, el Bachiller ha levantado todas las observaciones hechas y se encuentra APTO para continuar con los trámites correspondientes.

Sin otro particular aprovecho la oportunidad para expresarle mi especial deferencia.

Atentamente,

---

Mgr. Cristina Beatriz Flores Rosado  
Docente – Escuela Profesional de Humanidades  
*Carrera Profesional de Psicología*

## ANEXO: Estructura del informe de investigación o TESIS

<b>TÍTULO DE LA TESIS</b>	“ESTRÉS ACADÉMICO Y EXPRESIÓN DE IRA EN ESTUDIANTES DE TERCER A QUINTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ENRIQUE PAILLARDELLE, TACNA 2022”
<b>AUTORÍA Y AFILIACIÓN</b>	LAYME MAMANI, Fabiola Noemi,
<b>SEMESTRE ACADÉMICO</b>	2022-II
<b>JURADO DICTAMINADOR</b>	Mag. Cristina Beatriz Flores Rosado
<b>FECHA DE EVALUACIÓN</b>	07/10/2022

Nº	COMPONENTES DE LA TESIS	INDICADORES	% AVANCE
1	<b>Portada</b>	Contiene los datos principales de acuerdo a la estructura del Plan de Trabajo de Investigación (monografía) de la FAEDCOH	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
2	<b>Título, autor y asesor</b>	En el título se encuentran las variables del estudio, la unidad del estudio del lugar y el tiempo	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
		Declara correctamente la autoría (va centrado y en orden: apellidos y nombres) y al asesor que contribuyó en el desarrollo de la Tesis	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
3	<b>Líneas y Sublínea de investigación</b>	El título de la Tesis se desarrolla en las líneas de Investigación y las sub líneas correspondiente a la escuela profesional de la FAEDCOH	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
4	<b>Índice de contenido, tablas y figuras</b>	El índice de contenidos refleja la estructura de la tesis en capítulos y acápite indicando la página en donde se encuentran	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
		En el índice de tablas y figuras se ubican las mismas con el número de páginas en que se encuentran	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
5	<b>Resumen y Abstract</b>	El resumen tiene una extensión adecuada no mayor a una página y se encuentran: los principales objetivos, el alcance de la investigación, la metodología empleada, los resultados alcanzados y las principales conclusiones	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
		Se encuentra el abstract en la tesis (traducción del resumen en inglés) e incluye las palabras claves como mínimo 5 y están escrita en minúscula, separada con coma y en orden alfabético	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
6	<b>Introducción</b>	Describe contextual y específicamente la problemática a investigar, establece el propósito de la investigación e indica la estructura de la investigación	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
7	<b>Determinación del problema</b>	Describe específicamente donde se encuentra la problemática objeto del estudio y describe las posibles causas que generan la problemática en estudio	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
8	<b>Formulación del problema</b>	Las interrogantes del problema principal y secundario contienen las variables del estudio, el sujeto de estudio, la relación y la condición en que se realiza la investigación.	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
9	<b>Justificación de la investigación</b>	Responde a las preguntas ¿Por qué se está realizando la investigación?, ¿cuál es la utilidad de estudio?, ¿Por qué es importante la investigación?	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
10	<b>Objetivos</b>	Guardan relación con el título, el problema de la investigación, son medibles y se aprecia un objetivo por variable como mínimo.	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	

11	<b>Antecedentes del estudio</b>	Presenta autoría, título del proyecto de investigación, conclusiones relacionadas con su Informe de investigación y metodología de la investigación	5 %	
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>		
12	<b>Definiciones operacionales</b>	Da significado preciso según el contexto y expresión de las variables de acuerdo al problema de investigación formulado	5 %	
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>		
13	<b>Fundamentos teórico científicos de la variables</b>	Las bases teóricas, abordan con profundidad el tratamiento de las variables del estudio y está organizado como una estructura lógica, y sólida en argumentos bajo el estilo APA	5 %	
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>		
		En el fundamento teórico científico se desarrollan los indicadores de cada una de las variables, la extensión del fundamento teórico científico le da solidez a la tesis y respeta la corrección idiomática	5 %	
Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>				
14	<b>Enunciado de las Hipótesis</b>	Las hipótesis general y específica son comprobables, guardan relación y coherencia con el título, el problema y los objetivos de la investigación.	5 %	
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>		
15	<b>Operacionalización de las variables y escala de medición</b>	Las variables se encuentran bien identificadas en el título del informe de investigación o Tesis	5 %	
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>		
		Se establecen las dimensiones o los indicadores de las variables que permiten su medición.	5 %	
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>		
16	<b>Tipo y diseño de investigación</b>	Se precisa claramente la escala de medición de las variables	5 %	
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>		
16	<b>Tipo y diseño de investigación</b>	El informe de investigación guarda correspondencia con el tipo de investigación y la relación entre las variables.	5 %	
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>		
		El informe de investigación guarda correspondencia con el tipo de investigación y la relación entre las variables.	5 %	
Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>				
17	<b>Ámbito de la investigación</b>	Precisa el ámbito y el tiempo social en que se realizó la investigación	5 %	
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>		
18	<b>Unidad de estudio, población y muestra</b>	Se encuentra claramente definida la unidad de estudio en cuanto al objeto Precisa el ámbito y el tiempo social en que se realizó la investigación y el ámbito de la investigación	5 %	
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>		
		Se identifica con precisión la población en la se realiza la investigación.	5 %	
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>		
19	<b>Procedimientos, técnicas e instrumentos de recolección de datos</b>	Se precisa la forma en que se determinó el tamaño de la muestra, su margen de error y muestreo utilizado para la selección de las unidades muestrales	5 %	
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>		
19	<b>Procedimientos, técnicas e instrumentos de recolección de datos</b>	Se señala la pertinencia de las técnicas e instrumentos por variable y se indica cómo se recopiló la información. A su vez presenta la validez y confiabilidad de los instrumentos aplicados	5 %	
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>		
20	<b>El trabajo de campo</b>	Se indica cómo se presentó y analizó los datos y los procedimientos para su interpretación	5 %	
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>		
20	<b>El trabajo de campo</b>	Se describe la forma en que se realizó la aplicación de los instrumentos, el tiempo utilizado y las coordinaciones realizadas.	5 %	
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>		
21	<b>Diseño de presentación de los resultados</b>	El diseño de presentación de resultados es pertinente con el diseño de investigación seleccionado.	5 %	
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>		

22	<b>Los resultados</b>	La presentación de las tablas y figuras cumplen con los requisitos formales requeridos y conducen a la comprobación de la hipótesis	5 %
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>	
		Los argumentos planteados son suficientes para comprobar las hipótesis específicas de la investigación.	5 %
23	<b>Comprobación de las hipótesis</b>	Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>	
		La investigación considera pruebas estadísticas	5 %
		La comprobación de la hipótesis específica permite la comprobación de la hipótesis general	5 %
24	<b>Discusión</b>	Describe las contribuciones más originales o de mayor impacto del estudio, las posibles aplicaciones prácticas de los resultados y también las limitaciones de la investigación.	5 %
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>	
		Las conclusiones guardan correspondencia con los objetivos de la investigación y se encuentran redactadas con claridad y precisión	5 %
25	<b>Conclusiones</b>	Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>	
		Las sugerencias planteadas parten de las conclusiones de la investigación y muestra su viabilidad	5 %
		Respeto las normas APA y las fuentes bibliográficas de artículos y tesis deben estar dentro de los rangos de actualidad, salvo excepciones de libros clásicos.	5 %
26	<b>Sugerencias</b>	Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>	
		Se encuentra la matriz de consistencia, el formato de los instrumentos utilizados y presenta otros elementos que permiten reforzar los resultados presentados en el informe de investigación o Tesis	5 %
		La Tesis cumple con la totalidad de los aspectos formales (tipo de letra, tamaño, interlineado, párrafos justificados) indicados en la estructura del Plan de Trabajo de Investigación (ensayo) de la FAEDCOH.	5 %
27	<b>Referencias</b>	Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>	
		<b>TOTAL % DE APROBACIÓN</b>	100%

% de APROBACIÓN: 205 = 100 %

DONDE:

Bueno	Regular
5 %	2.5 %

$$x = \frac{? \times 100\%}{205}$$

**EVALUACIÓN:**

- **80 a 100% = Cumple con los requisitos del Informe de Investigación o Tesis**
- 60 a 79 % = Cumple medianamente con los requisitos del Informe de Investigación o Tesis, debe subsanar las recomendaciones
- 0 a 59 % = No Cumple con los requisitos, debe volver a realizar el Informe de Investigación o Tesis

Mgr. Cristina Beatriz Flores Rosado  
 Docente – Escuela Profesional de Humanidades  
 Carrera Profesional de Psicología

## INFORME N°02/2022 YATG/ FAEDCOH

Al: **Dr. Marcelino Raúl Valdivia Dueñas**  
Decano de la Facultad de Educación, Ciencias de la comunicación  
y Humanidades.

De: **Maestro. Yefer Andrés Torres Gonzales.**  
Jurado Dictaminador.

Asunto: Culminación de evaluación del informe de investigación o tesis.

Fecha: Tacna 14 de noviembre de 2022.

Doc. Ref.: Resolución N° 412-D-2022-UPT/FAEDCOH

Me dirijo a Ud., para hacerle llegar el informe de evaluación del informe de investigación o tesis titulada: ESTRÉS ACADÉMICO Y EXPRESIÓN DE IRA EN ESTUDIANTES DE TERCER A QUINTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ENRIQUE PAILLARDELLE, TACNA, 2022.; realizado por la bachiller en psicología: LAYME MAMANI, Fabiola Noemi.

Al respecto debo informar que:

Cumple con los requisitos del informe de investigación o tesis.

No cumple con los requisitos del informe de investigación o tesis

Observaciones: Se levantaron las observaciones hechas directamente.

Atte.



.....  
Mgtr. Yefer Andrés Torres Gonzales  
D.N.I. 29688902  
ORCID: 0000000238230915

**ESCUELA PROFESIONAL DE HUMANIDADES**  
Carrera Profesional de Psicología

**ESTRUCTURA DEL INFORME DE INVESTIGACIÓN O TESIS**

<b>Título</b>	“ESTRÉS ACADÉMICO Y EXPRESIÓN DE IRA EN ESTUDIANTES DE TERCER A QUINTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ENRIQUE PAILLARDELLE, TACNA, 2022”
<b>AUTORÍA Y AFILIACIÓN</b>	LAYME MAMANI, Fabiola Noemi
<b>SEMESTRE ACADÉMICO</b>	2022-II
<b>JURADO DICTAMINADOR</b>	Mtro. YEFER ANDRES TORRES GONZALES
<b>FECHA DE EVALUACIÓN</b>	15-11-2022

Nº	COMPONENTES DE LA TESIS	INDICADORES	% AVANCE
1	<b>Portada</b>	Contiene los datos principales de acuerdo a la estructura del Plan de Trabajo de Investigación (monografía) de la FAEDCOH	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
2	<b>Título, autor y asesor</b>	En el título se encuentran las variables del estudio, la unidad del estudio del lugar y el tiempo	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
		Declara correctamente la autoría (va centrado y en orden: apellidos y nombres) y al asesor que contribuyó en el desarrollo de la Tesis	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
3	<b>Líneas y Sub línea de investigación</b>	El título de la Tesis se desarrolla en las líneas de Investigación y las sub líneas correspondiente a la escuela profesional de la FAEDCOH	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
4	<b>Índice de contenido, tablas y figuras</b>	El índice de contenidos refleja la estructura de la tesis en capítulos y acápite indicando la página en donde se encuentran	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
		En el índice de tablas y figuras se ubican las mismas con el número de páginas en que se encuentran	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
5	<b>Resumen y Abstract</b>	El resumen tiene una extensión adecuada no mayor a una página y se encuentran: los principales objetivos, el alcance de la investigación, la metodología empleada, los resultados alcanzados y las principales conclusiones	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
		Se encuentra el abstract en la tesis (traducción del resumen en inglés) e incluye las palabras claves como mínimo 5 y están escrita en minúscula, separada con coma y en orden alfabético	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
6	<b>Introducción</b>	Describe contextual y específicamente la problemática a investigar, establece el propósito de la investigación e indica la estructura de la investigación	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
7	<b>Determinación del problema</b>	Describe específicamente donde se encuentra la problemática objeto del estudio y describe las posibles causas que generan la problemática en estudio	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
8	<b>Formulación del problema</b>	Las interrogantes del problema principal y secundario contienen las variables del estudio, el sujeto de estudio, la relación y la condición en que se realiza la investigación.	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
9	<b>Justificación de la investigación</b>	Responde a las preguntas ¿Por qué se está realizando la investigación?, ¿cuál es la utilidad de estudio?, ¿Por qué es importante la investigación?	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
10	<b>Objetivos</b>	Guardan relación con el título, el problema de la investigación, son medibles y se aprecia un objetivo por variable como mínimo.	5

		Bueno	Regular	Recomendaciones:	
11	<b>Antecedentes del estudio</b>	Presenta autoría, título del proyecto de investigación, conclusiones relacionadas con su Informe de investigación y metodología de la investigación			5
		Bueno	Regular	Recomendaciones:	
12	<b>Definiciones operacionales</b>	Da significado preciso según el contexto y expresión de las variables de acuerdo al problema de investigación formulado			5
		Bueno	Regular	Recomendaciones:	
13	<b>Fundamentos teórico científicos de la variables</b>	Las bases teóricas, abordan con profundidad el tratamiento de las variables del estudio y está organizado como una estructura lógica, y sólida en argumentos bajo el estilo APA			5
		Bueno	Regular	Recomendaciones:	
		En el fundamento teórico científico se desarrollan los indicadores de cada una de las variables, la extensión del fundamento teórico científico le da solidez a la tesis y respeta la corrección idiomática.			5
		Bueno	Regular	Recomendaciones:	
14	<b>Enunciado de las Hipótesis</b>	Las hipótesis general y específica son comprobables, guardan relación y coherencia con el título, el problema y los objetivos de la investigación.			5
		Bueno	Regular	Recomendaciones:	
15	<b>Operacionalización de las variables y escala de medición</b>	Las variables se encuentran bien identificadas en el título del informe de investigación o Tesis			5
		Bueno	Regular	Recomendaciones:	
		Se establecen las dimensiones o los indicadores de las variables que permiten su medición.			5
		Bueno	Regular	Recomendaciones:	
		Se precisa claramente la escala de medición de las variables			5
		Bueno	Regular	Recomendaciones:	
16	<b>Tipo y diseño de investigación</b>	El informe de investigación guarda correspondencia con el tipo de investigación y la relación entre las variables.			5
		Bueno	Regular	Recomendaciones:	
		El diseño de investigación guarda correspondencia con el tipo de investigación y el nivel de investigación			5
		Bueno	Regular	Recomendaciones:	
17	<b>Ámbito de la investigación</b>	Precisa el ámbito y el tiempo social en que se realizó la investigación			5
		Bueno	Regular	Recomendaciones:	
18	<b>Unidad de estudio, población y muestra</b>	Se encuentra claramente definida la unidad de estudio en cuanto al objeto y el ámbito de la investigación			5
		Bueno	Regular	Recomendaciones:	
		Se identifica con precisión la población en la se realiza la investigación.			5
		Bueno	Regular	Recomendaciones:	
		Se precisa la forma en que se determinó el tamaño de la muestra, su margen de error y muestreo utilizado para la selección de las unidades muestrales			5
		Bueno	Regular	Recomendaciones:	
19	<b>Procedimientos, técnicas e instrumentos de recolección de datos</b>	Se señala la pertinencia de las técnicas e instrumentos por variable y se indica cómo se recopiló la información. A su vez presenta la validez y confiabilidad de los instrumentos aplicados			5
		Bueno	Regular	Recomendaciones:	
		Se indica cómo se presentó y analizó los datos y los procedimientos para su interpretación			5
		Bueno	Regular	Recomendaciones:	
20	<b>El trabajo de campo</b>	Se describe la forma en que se realizó la aplicación de los instrumentos, el tiempo utilizado y las coordinaciones realizadas.			5
		Bueno	Regular	Recomendaciones:	
21	<b>Diseño de presentación de los resultados</b>	El diseño de presentación de resultados es pertinente con el diseño de investigación seleccionado.			5
		Bueno	Regular	Recomendaciones:	
22	<b>Los resultados</b>	La presentación de las tablas y figuras cumplen con los requisitos formales requeridos y conducen a la comprobación de la hipótesis			5
		Bueno	Regular	Recomendaciones:	

		Los argumentos planteados son suficientes para comprobar las hipótesis específicas de la investigación.	5
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>	
		La investigación considera pruebas estadísticas	5
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>	
23	<b>Comprobación de las hipótesis</b>	La comprobación de la hipótesis específica permite la comprobación de la hipótesis general	5
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>	
24	<b>Discusión</b>	Describe las contribuciones más originales o de mayor impacto del estudio, las posibles aplicaciones prácticas de los resultados y también las limitaciones de la investigación.	5
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>	
25	<b>Conclusiones</b>	Las conclusiones guardan correspondencia con los objetivos de la investigación y se encuentran redactadas con claridad y precisión	5
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>	
26	<b>Sugerencias</b>	Las sugerencias planteadas parten de las conclusiones de la investigación y muestra su viabilidad	5
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>	
27	<b>Referencias</b>	Respetar las normas APA y las fuentes bibliográficas de artículos y tesis deben estar dentro de los rangos de actualidad, salvo excepciones de libros clásicos.	5
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>	
28	<b>Anexos</b>	Se encuentra la matriz de consistencia, el formato de los instrumentos utilizados y presenta otros elementos que permiten reforzar los resultados presentados en el informe de investigación o Tesis	5
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>	
29	<b>Aspectos formales</b>	La Tesis cumple con la totalidad de los aspectos formales (tipo de letra, tamaño, interlineado, párrafos justificados) indicados en la estructura del Plan de Trabajo de Investigación (ensayo) de la FAEDCOH.	5
		Bueno Regular <b>Recomendaciones:</b>	
<b>TOTAL % DE APROBACIÓN</b>			100%

% de APROBACIÓN: 205 = 100 %

DONDE:

<b>Bueno</b>	<b>Regular</b>
5 %	2.5 %

$$x = \frac{205 \times 100\%}{205}$$

## EVALUACIÓN

- (X) 80 a 100% = Cumple con los requisitos del Informe de Investigación o Tesis
- ( ) 60 a 79 % = Cumple medianamente con los requisitos del Informe de Investigación o Tesis, debe subsanar las recomendaciones
- ( ) 0 a 59 % = No Cumple con los requisitos, debe volver a realizar el Informe de Investigación o Tesis



.....  
Mgtr. Yefer Andrés Torres Gonzales

D.N.I. 29688902

ORCID: 0000000238230915

Tacna, 19 de noviembre del 2022

**Informe N° 065-2022-JBVV**

**Señor**

Dr. Raúl Valdivia Dueñas

Decano de la Facultad de Educación, Ciencias de la Comunicación y Humanidades

Presente.-

**ASUNTO:** Dictamen de Tesis.

Tengo el agrado de dirigirme a usted, para hacer de su conocimiento la culminación de la revisión de tesis presentada por la Bachiller en Psicología LAYME MAMANI, Fabiola Noemi, la cual fue designada a mi persona con resolución con resolución N°412-D-2022-UPT/FAEDCOH, que lleva por título ESTRÉS ACADÉMICO Y EXPRESIÓN DE IRA EN ESTUDIANTES DE TERCERO A QUINTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ENRIQUE PAILLARDELLE, TACNA 2022, la cual fue modificada y *debe decir*: "**ESTRÉS ACADÉMICO Y EXPRESIÓN DE IRA EN ESTUDIANTES DE TERCERO A QUINTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ENRIQUE PAILLARDELLE, TACNA 2022**".

Se propone: Seguimiento de tesis, por cuanto reúne las condiciones del caso.  
Sin otro particular aprovecho la oportunidad para expresarle mi especial deferencia.

Atentamente,



---

Mtro. Julio Berne Valencia Valencia

**ESCUELA PROFESIONAL DE HUMANIDADES**  
Carrera Profesional de Psicología

**Estructura del informe de investigación o TESIS**

<b>TÍTULO DE LA TESIS</b>	<b><i>“ESTRÉS ACADÉMICO Y EXPRESIÓN DE IRA EN ESTUDIANTES DE TERCERO A QUINTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ENRIQUE PAILLARDELLE, TACNA 2022”.</i></b>
<b>AUTORÍA Y AFILIACIÓN</b>	LAYME MAMANI, Fabiola Noemí
<b>SEMESTRE ACADÉMICO</b>	2022-II
<b>JURADO DICTAMINADOR</b>	Mtro. Julio Valencia Valencia
<b>FECHA DE EVALUACIÓN</b>	19/11/2022

<b>Nº</b>	<b>COMPONENTES DE LA TESIS</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>% AVANCE</b>
1	<b>Portada</b>	Contiene los datos principales de acuerdo a la estructura del Plan de Trabajo de Investigación (monografía) de la FAEDCOH	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
2	<b>Título, autor y asesor</b>	En el título se encuentran las variables del estudio, la unidad del estudio del lugar y el tiempo	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
		Declara correctamente la autoría (va centrado y en orden: apellidos y nombres) y al asesor que contribuyó en el desarrollo de la Tesis	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
3	<b>Líneas y Sublínea de investigación</b>	El título de la Tesis se desarrolla en las líneas de Investigación y las sub líneas correspondiente a la escuela profesional de la FAEDCOH	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
4	<b>Índice de contenido, tablas y figuras</b>	El índice de contenidos refleja la estructura de la tesis en capítulos y acápite indicando la página en donde se encuentran	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
		En el índice de tablas y figuras se ubican las mismas con el número de páginas en que se encuentran	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
5	<b>Resumen y Abstract</b>	El resumen tiene una extensión adecuada no mayor a una página y se encuentran: los principales objetivos, el alcance de la investigación, la metodología empleada, los resultados alcanzados y las principales conclusiones	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
		Se encuentra el abstract en la tesis (traducción del resumen en inglés) e incluye las palabras claves como mínimo 5 y están escrita en minúscula, separada con coma y en orden alfabético	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
6	<b>Introducción</b>	Describe contextual y específicamente la problemática a investigar, establece el propósito de la investigación e indica la estructura de la investigación	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
7	<b>Determinación del problema</b>	Describe específicamente donde se encuentra la problemática objeto del estudio y describe las posibles causas que generan la problemática en estudio	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
8	<b>Formulación del problema</b>	Las interrogantes del problema principal y secundario contienen las variables del estudio, el sujeto de estudio, la relación y la condición en que se realiza la investigación.	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
9	<b>Justificación de la investigación</b>	Responde a las preguntas ¿Por qué se está realizando la investigación?, ¿cuál es la utilidad de estudio?, ¿Por qué es importante la investigación?	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	

10	<b>Objetivos</b>	Guardan relación con el título, el problema de la investigación, son medibles y se aprecia un objetivo por variable como mínimo.	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
11	<b>Antecedentes del estudio</b>	Presenta autoría, título del proyecto de investigación, conclusiones relacionadas con su Informe de investigación y metodología de la investigación	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
12	<b>Definiciones operacionales</b>	Da significado preciso según el contexto y expresión de las variables de acuerdo al problema de investigación formulado	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
13	<b>Fundamentos teórico científicos de la variables</b>	Las bases teóricas, abordan con profundidad el tratamiento de las variables del estudio y está organizado como una estructura lógica, y sólida en argumentos bajo el estilo APA	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
		En el fundamento teórico científico se desarrollan los indicadores de cada una de las variables, la extensión del fundamento teórico científico le da solidez a la tesis y respeta la corrección idiomática.	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
14	<b>Enunciado de las Hipótesis</b>	Las hipótesis general y específica son comprobables, guardan relación y coherencia con el título, el problema y los objetivos de la investigación.	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
15	<b>Operacionalización de las variables y escala de medición</b>	Las variables se encuentran bien identificadas en el título del informe de investigación o Tesis	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
		Se establecen las dimensiones o los indicadores de las variables que permiten su medición.	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
16	<b>Tipo y diseño de investigación</b>	El informe de investigación guarda correspondencia con el tipo de investigación y la relación entre las variables.	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
		El diseño de investigación guarda correspondencia con el tipo de investigación y el nivel de investigación	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
17	<b>Ámbito de la investigación</b>	Precisa el ámbito y el tiempo social en que se realizó la investigación	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
18	<b>Unidad de estudio, población y muestra</b>	Se encuentra claramente definida la unidad de estudio en cuanto al objeto y el ámbito de la investigación	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
		Se identifica con precisión la población en la se realiza la investigación.	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
19	<b>Procedimientos, técnicas e instrumentos de recolección de datos</b>	Se señala la pertinencia de las técnicas e instrumentos por variable y se indica cómo se recopiló la información. A su vez presenta la validez y confiabilidad de los instrumentos aplicados	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
		Se indica cómo se presentó y analizó los datos y los procedimientos para su interpretación	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
20	<b>El trabajo de campo</b>	Se describe la forma en que se realizó la aplicación de los instrumentos, el tiempo utilizado y las coordinaciones realizadas.	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
21	<b>Diseño de presentación de los resultados</b>	El diseño de presentación de resultados es pertinente con el diseño de investigación seleccionado.	5
		Bueno Regular Recomendaciones:	
22	<b>Los resultados</b>	La presentación de las tablas y figuras cumplen con los requisitos formales requeridos y conducen a la comprobación de la hipótesis	5

		Bueno	Regular	<b>Recomendaciones:</b>	
		Los argumentos planteados son suficientes para comprobar las hipótesis específicas de la investigación.			5
		Bueno	Regular	<b>Recomendaciones:</b>	
		La investigación considera pruebas estadísticas			5
23	<b>Comprobación de las hipótesis</b>	La comprobación de la hipótesis específica permite la comprobación de la hipótesis general			5
		Bueno	Regular	<b>Recomendaciones:</b>	
24	<b>Discusión</b>	Describe las contribuciones más originales o de mayor impacto del estudio, las posibles aplicaciones prácticas de los resultados y también las limitaciones de la investigación.			5
		Bueno	Regular	<b>Recomendaciones:</b>	
25	<b>Conclusiones</b>	Las conclusiones guardan correspondencia con los objetivos de la investigación y se encuentran redactadas con claridad y precisión			5
		Bueno	Regular	<b>Recomendaciones:</b>	
26	<b>Sugerencias</b>	Las sugerencias planteadas parten de las conclusiones de la investigación y muestra su viabilidad			5
		Bueno	Regular	<b>Recomendaciones:</b>	
27	<b>Referencias</b>	Respetar las normas APA y las fuentes bibliográficas de artículos y tesis deben estar dentro de los rangos de actualidad, salvo excepciones de libros clásicos.			5
		Bueno	Regular	<b>Recomendaciones:</b>	
28	<b>Anexos</b>	Se encuentra la matriz de consistencia, el formato de los instrumentos utilizados y presenta otros elementos que permiten reforzar los resultados presentados en el informe de investigación o Tesis			5
		Bueno	Regular	<b>Recomendaciones:</b>	
29	<b>Aspectos formales</b>	La Tesis cumple con la totalidad de los aspectos formales (tipo de letra, tamaño, interlineado, párrafos justificados) indicados en la estructura del Plan de Trabajo de Investigación (ensayo) de la FAEDCOH.			5
		Bueno	Regular	<b>Recomendaciones:</b>	
<b>TOTAL % DE APROBACIÓN</b>					100%

% de APROBACIÓN: 205 = 100 %

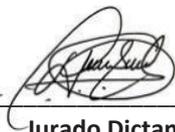
DONDE:

<b>Bueno</b>	<b>Regular</b>
5 %	2.5 %

$$x = \frac{? \times 100\%}{205}$$

## EVALUACIÓN

- 80 a 100% = Cumple con los requisitos del Informe de Investigación o Tesis
- 60 a 79 % = Cumple medianamente con los requisitos del Informe de Investigación o Tesis, debe subsanar las recomendaciones
- 0 a 59 % = No Cumple con los requisitos, debe volver a realizar el Informe de Investigación o Tesis



Jurado Dictaminador