

“UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN”

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



**“TEMPERAMENTO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE
SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE HUÁNUCO
2019”**

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: DESARROLLO HUMANO Y SALUD
PSICOLÓGICA**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA
EN PSICOLOGÍA**

TESISTAS:

HUAMAN LEANDRO LESLIE ASDRID

MALLQUI MARIÑO NOELIA FLOR

ASESOR:

Mg. CISNEROS MARTINEZ LEO

HUÁNUCO-PERÚ

2023

DEDICATORIA

A Dios por la vida, y guía a lo largo de nuestra carrera.

A nuestras familias por apoyarnos en todo y brindarnos su
amor.

A nuestro asesor, Mg. Cisneros Martínez, Leo, ya que su
asesoría fue constante.

A la Facultad de Psicología, por brindar docentes de alto nivel

Bach. Psic Mallqui Mariño Noelia F.

A mi Familia por su apoyo incondicional,
por su soporte en los momentos de crisis
y su motivación a seguir adelante

A mi hijo,
quien me enseñó que puedo ser mejor que ayer
y me motiva a superarme cada día

Bach. Psic Huaman Leandro L. Asdrid

AGRADECIMIENTO

Agradecemos a Dios por darnos la vida, y habernos acompañado y guiado a lo largo de nuestra carrera, por ser la fortaleza en los momentos de debilidad y por brindarnos una vida llena de aprendizajes, experiencias y sobre todo felicidad.

A nuestras familias por apoyarnos en todo momento y brindarnos todo lo necesario para poder concluir nuestros estudios, por ser el soporte, motor y motivo para superarnos cada día más.

A nuestro asesor, Mg. Cisneros Martínez, Leo, quien fue una pieza fundamental para poder desarrollar bien la tesis durante su proceso; ya que su asesoría fue constante, por guiarnos y responder a las interrogantes oportunamente.

A la Facultad de Psicología, por brindar a sus estudiantes la disposición de instruirse para el desarrollo profesional en el campo laboral.

A nuestros compañeros de práctica y demás personas involucradas en nuestro proceso de formación por su constante apoyo, crítica y respeto.

Las autoras.

RESUMEN

El propósito del presente trabajo fue determinar la relación entre el temperamento y el estrés académico de los estudiantes del 5° de secundaria de una institución educativa pública de Huánuco 2019. La población muestral fue de 100 estudiantes, de 15 a 17 años de edad. Para la recolección de datos se utilizaron dos instrumentos: el Inventario del Estrés Académico SISCO y el Inventario de personalidad EYSENCK y EYSENCK – forma B. Ambos cuentan con adecuada fiabilidad y validez. Para el análisis e interpretación, se empleó la estadística descriptiva. El estudio se concreta dentro de un tipo de investigación descriptivo correlacional, porque describe la relación entre dos variables en un momento determinado, vale señalar; el temperamento (V1) y el estrés académico (V2), con un diseño transversal porque se obtienen datos en un mismo momento y en un tiempo único; así mismo, es no experimental. Los resultados indican que existe asociación estadísticamente significativa entre las variables Temperamento y Estrés Académico, no existe correlación significativa (0,207) entre las variables de Estrés Académico y el factor Neuroticismo y que si existe correlación significativa (0,002) entre las variables de Estrés Académico y el factor Extraversión. El temperamento predominante es el Melancólico (41%). Así como también el nivel de Estrés Académico predominante es el Medio (50%), la mayor frecuencia de Estrés Académico Moderado se presenta en estudiantes con temperamento Melancólico, con un (30%); así mismo en los Flemáticos también prevalece la categoría Medio de la variable estrés académico con un (13%)

Palabras claves: Temperamento, Estrés académico.

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the relationship between temperament and academic stress in 4th year high school students of a public educational institution in Huánuco, Peru. The sample population was 100 students, aged 14 to 16 years old. Two instruments were used for data collection: the SISCO academic stress inventory and the EYSENCK and EYSENCK personality inventory - form B. Both have adequate reliability and validity. Descriptive statistics were used for analysis and interpretation. The study is circumscribed within a descriptive correlational type of research, because it describes the relationship between two variables at a given time, temperament (V1) and academic stress (V2), with a cross-sectional design because data are obtained at the same time and in a single moment; likewise, it is non-experimental. The results indicate that there is a statistically significant association between the temperament and academic stress variables, there is no significant correlation (0.207) between the academic stress variables and the neuroticism factor and that there is a significant correlation (0.002) between the academic stress variables and the extraversion factor, the predominant temperament is melancholic (41%). As well as the predominant level of academic stress is medium (50%), the highest frequency of moderate academic stress occurs in students with a Melancholic temperament, with (30%); Likewise, in Phlegmatics, the Medium category of the academic stress variable also prevails with (13%)

Key words: temperament, academic stress

ÍNDICE

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
RESUMEN	iv
ABSTRACT	v
ÍNDICE	vi
INTRODUCCIÓN	ix
CAPÍTULO I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	11
1.1. Fundamentación del problema de investigación	11
1.2. Formulación del problema de investigación general y específicos	13
1.3. Formulación de objetivos generales y específicos	14
1.3.1. Objetivo general	14
1.3.2. Objetivos específicos	14
1.4. Justificación	15
1.5. Limitaciones	16
1.6. Formulación de hipótesis general y específica	17
1.7. Variables	18
1.8. Definición teórica y operacionalización de variables	20
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO	30
2.1. Antecedentes de la investigación	30
2.1.1. Antecedentes internacionales	30
2.1.2. Antecedentes nacionales	34
2.1.3. Antecedentes locales	38
2.2. Bases Teóricas	41
2.3. Bases conceptuales	54
2.4. Bases epistemológicas o bases filosóficas o bases antropológicas	55
CAPÍTULO III. METODOLOGÍA	57
3.1. Ámbito	57
3.2. Población	58
3.3. Muestra	59
3.4. Nivel y tipo de estudio	60
3.5. Diseño de investigación	61
3.6. Métodos, técnicas e instrumentos	62
3.7. Procedimiento.	69

3.8. Tabulación y análisis de datos	70
3.9. Consideraciones éticas	71
CAPÍTULO IV. RESULTADOS	72
CAPÍTULO V. DISCUSIÓN	81
CONCLUSIONES	85
RECOMENDACIONES O SUGERENCIAS	86
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	87
ANEXOS	101
ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA	101
ANEXO 2: INSTRUMENTOS	103
ANEXO 3: CONSENTIMIENTO INFORMADO	111
NOTA BIBLIOGRÁFICA	112

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	
Operacionalización de variables	19
Tabla 2	
<i>Muestra de estudiantes seleccionados de la Institución Educativa Nuestra Señora de las Mercedes Quinto grado Sección "A", "B", "C"</i>	60
Tabla 3	
<i>Ficha Técnica del inventario del Estrés Académico SISCO</i>	62
Tabla 4	
<i>Ficha Técnica del Inventario de Personalidad Eysenck y Eysenck</i>	66
Tabla 5	
<i>Métodos y técnicas de recopilación de datos</i>	69
Tabla 6	
<i>Temperamento Predominante de los estudiantes de Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019</i>	72
Tabla 7	
<i>Nivel de Estrés Académico Predominante de los estudiantes de Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco - 2019</i>	73
Tabla 8	

Nivel de estrés académico predominante entre los diferentes tipos de Temperamentos (Colérico, Flemático, Melancólico y Sanguíneo) de los estudiantes de Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019. 74

Tabla 9

Prueba de Normalidad 75

Tabla 10

Asociación entre el Temperamento y el nivel de Estrés Académico de los estudiantes de Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019 77

Tabla 11

Correlación del Factor Neuroticismo del temperamento y Estrés Académico de los estudiantes de Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019. 78

Tabla 12

Correlación del Factor Extraversión del temperamento y Estrés Académico de los estudiantes de Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019. 79

INTRODUCCIÓN

La adolescencia se caracteriza por ser una etapa de gran importancia, enfatizando que el ser humano empieza a consolidar su desarrollo biológico, físico y psicológico. En esta etapa las relaciones intra e interpersonales constituyen un factor fundamental para desempeñarse en la vida.

El temperamento forma parte de nuestra vida como seres humanos, es por ello que conocer y saber el tipo de temperamento que tenemos nos ayudará a sobrellevar las actividades y contexto de nuestras vidas.

Es comúnmente conocido que el estrés existe en casi todas las actividades y entornos del desarrollo humano. Como resultado, la mayoría de los estudiantes enfrentan una alta presión académica en la educación secundaria, donde saben que pasan la mayor parte de su vida diaria y aprenden los comportamientos. Es responsable de cumplir con sus obligaciones académicas; en ocasiones se sienten ansiosos por la sobrecarga de tareas y trabajo, así como por los docentes, padres y sus evaluaciones de desempeño. Esta activación masiva puede afectar negativamente el desempeño de los estudiantes en diversas actividades académicas, así como el bienestar físico y mental de los estudiantes. El estilo de vida de un estudiante cambia a medida que se acerca el período de exámenes, lo que resulta en hábitos inadecuados que pueden causar problemas de salud a largo plazo. Esto significa que el estilo de vida y el estrés académico están influenciados por varios factores que conducen a desequilibrios emocionales y físicos que provocan en los estudiantes ansiedad, tristeza, inseguridad, mayor concentración y dificultades de memoria, así como habilidades de razonamiento que afectan negativamente el óptimo aprendizaje del estudiante.

La presente investigación se planteó estudiar el Temperamento y Estrés Académico en Estudiantes de secundaria de una Institución

Educativa Pública de Huánuco- Perú 2019, mostrada en cinco capítulos, además de las conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y los anexos respectivos.

En el Capítulo I, se menciona al problema de investigación, en la que se describe y formula el problema de la investigación, asimismo se presentan los objetivos, justificación y limitaciones.

En el Capítulo II se presenta el marco teórico, se inicia con los antecedentes internacionales, nacionales y regionales, además se exponen las bases teóricas, las definiciones conceptuales, hipótesis, variables y la operacionalización de las mismas.

En el Capítulo III, se muestra la parte del marco metodológico mencionando así el tipo y diseño de investigación. Seguidamente señalamos y describimos los instrumentos que se utilizaron, al igual que los procedimientos estadísticos utilizados para la obtención de los datos y las técnicas de análisis y procesamiento de datos.

El capítulo IV, presentamos los resultados obtenidos en la investigación, según los objetivos e hipótesis propuestas, la discusión de los resultados, se analizó lo hallado en función al sistema de hipótesis planteadas.

En el Capítulo V, finalmente presentamos las conclusiones planteadas, formulando recomendaciones, y, por último, las referencias bibliográficas al igual que los anexos.

CAPÍTULO I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Fundamentación del problema de investigación

En la actualidad los estudiantes de educación básica regular viven bajo la presión constante de exigencias y cumplimientos de los deberes educativos, siendo este uno de los factores del estrés académico. Hoy en día se puede observar que el estrés es uno de los problemas de salud más común actualmente presente en las personas de todas las edades, ocasionada ante alguna situación que puede percibirse como dolorosa, difícil o más aún peligrosa, dificultando su capacidad para poder enfrentarla.

Rocha (2010) analizando su población de estudiantes mostró que estaba pasando por un período particularmente estresante cuando las demandas académicas, los nuevos horarios, las nuevas relaciones y las formas de hacer el trabajo práctico requerían esfuerzos de ajuste significativos, dejándolos exhaustos y menos interesados en un aprendizaje extenso y a su propio ritmo. Las críticas pueden incluso hacer que pierdan el control de su entorno, aunque sea por poco tiempo.

Arteaga (2005) planteó que el estrés académico puede generar agotamiento, pérdida de interés por aprender, nerviosismo e incluso pérdida de control; para ello necesitan el aprecio y la ayuda del profesorado. Enfrentar las consecuencias anteriores puede afectar el desempeño académico del estudiante, puede conducir al consumo de drogas, trastornos del sueño, elusión de responsabilidad y otras transformaciones que pueden afectar negativamente su desempeño laboral y el cumplimiento de sus ambiciones personales como futuros profesionales.

Según Pintado y Jiménez, (2010) mencionan que existen estudios psicológicos donde nos indican que una de las situaciones más difíciles y complicadas que afrontan las personas, se da en la etapa

de la adolescencia debido a que en esta edad estamos más expuestos a situaciones de estrés y ansiedad, ya que el proceso de desarrollo de la etapa de infancia a desarrollarse como adulto es muy complicado sobre todo, porque comienzan a realizarse como personas mayores, sin tener los recursos necesarios para poder superar estas situaciones de la mejor manera.

El estrés es un problema psicológico que ha venido creciendo con el paso del tiempo, afectando a las personas mayores como también a niños y adolescentes. El estrés consiste en la reacción en conjunto del cuerpo y el sistema nervioso ante situaciones complicadas, difíciles o dolorosas. Ante una situación de estrés se produce una reacción inmediata, el cuerpo y la mente de la persona se prepara como si fuera a enfrentar un peligro. La reacción inmediata se manifiesta a través de un aumento inusual en la velocidad de los latidos del corazón y la respiración, las manos se vuelven frías y húmedas, y la sangre se distribuye a los músculos de brazos y piernas, exponiéndose a un estado despavorido; al estar expuesto constantemente a una situación de estrés y tener que afrontarlo en un breve lapso de tiempo, ocasiona que el cuerpo se encuentre agotado, dificultando su capacidad adaptativa, pierda resistencia y comienza a sentirse mal para enfrentarlo (Larraburu, 2019).

La investigación del temperamento representaba un rol importante en el desarrollo de la psicología del siglo XX. En la actualidad, representa una gran determinación y preparación para la sociedad que están en busca de un valor a su vida a través de su expresión temperamental y de sus virtudes (Angarita, 2013).

Según Aguirre (2015) el temperamento se define como el núcleo institucional genéticamente heredado de la personalidad, que se expresa en conductas y respuestas emocionales, y que es el precursor de características psicológicas de los individuos.

Según Pelaz et al. (2008) el temperamento se refiere al componente de la personalidad que se hereda de forma moderada, se

mantiene estable a lo largo de la vida y está en relación con los hábitos, emociones y respuestas automáticas.

Es por ello que, la importancia del estudio residió en “conocer la relación que existe entre el Estrés Académico y el Temperamento en los estudiantes de una Institución Pública de Huánuco”. Esto permitirá dar pie al conocimiento e intervenciones a modo de prevención y afrontamiento que permitirá mejorar la salud mental y social de la población beneficiaria.

A su vez, se reconoce que la realidad en las instituciones educativas públicas en nuestro país carece en su mayoría de profesionales psicólogos. Por ello, es de importancia empezar a priorizar la salud mental en las instituciones educativas que puedan servir en intervenciones directas.

1.2. Formulación del problema de investigación general y específicos

1.2.1. Problema General

¿Existe asociación entre el Temperamento y el nivel de Estrés Académico de los estudiantes de Quinto grado Sección “A”, “B”, “C” de secundaria de una Institución Educativa Pública de Huánuco - 2019?

1.2.2. Problemas específicos

- a) ¿Cuál es el Temperamento predominante de los estudiantes de Quinto grado Sección “A”, “B”, “C” de secundaria de una Institución Educativa Pública de Huánuco 2019?
- b) ¿Cuál es el Nivel de Estrés Académico predominante de los estudiantes de Quinto grado sección “A”, “B”, “C” de secundaria de una Institución Educativa Pública de Huánuco 2019?
- c) ¿Cuál es el Nivel de Estrés Académico predominante en cada uno de los Temperamentos Colérico, Flemático, Melancólico y Sanguíneo de los estudiantes de Quinto grado

sección “A”, “B”, “C” de secundaria de una Institución Educativa Pública de Huánuco 2019?

- d) ¿Existe relación entre el Estrés Académico y el Factor Neuroticismo de los estudiantes del Quinto grado sección “A”, “B”, “C” de secundaria de una Institución Educativa Pública de Huánuco - 2019?
- e) ¿Existe relación entre el Estrés Académico y el Factor Extraversión de los estudiantes del Quinto grado Sección “A”, “B”, “C” de secundaria de una Institución Educativa Pública de Huánuco - 2019?

1.3. Formulación de objetivos generales y específicos

1.3.1. Objetivo general

Determinar la asociación entre el Temperamento y el nivel de Estrés Académico de los estudiantes de Quinto grado Sección “A”, “B”, “C” de secundaria de una Institución Educativa Pública de Huánuco Perú 2019.

1.3.2. Objetivos específicos

- a) Identificar el Temperamento predominante de los estudiantes del Quinto grado Sección “A”, “B”, “C” de secundaria de una Institución Educativa Pública de Huánuco Perú 2019.
- b) Identificar el nivel de Estrés Académico predominante de los estudiantes del Quinto grado Sección “A”, “B”, “C” de secundaria de una Institución Educativa Pública de Huánuco Perú 2019.
- c) Identificar el nivel de Estrés Académico predominante entre los diferentes tipos de Temperamentos (Colérico, Flemático, Melancólico y Sanguíneo) de los estudiantes de Quinto grado sección “A”, “B”, “C” de secundaria de una Institución Educativa Pública de Huánuco 2019

- d) Determinar si existe relación entre el Estrés Académico y el Factor Neuroticismo del temperamento de los estudiantes del Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una Institución Pública de Huánuco - 2019
- e) Determinar si existe relación entre el Estrés Académico y el Factor Extraversión del temperamento de los estudiantes del Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una Institución Pública de Huánuco - 2019

1.4. Justificación

En esta investigación se buscó conocer la relación del nivel de estrés académico y temperamento en los adolescentes, esto es pertinente ya que va ayudar a los padres, docentes y profesionales afines a la educación a conocer el temperamento de cada adolescente y a su vez conocer el nivel de estrés que este experimentará.

La justificación teórica de la presente investigación evidencia la importancia del tema actual sobre la relación que existe entre los niveles de estrés académico y temperamento, si bien es cierto se cuenta con otros estudios de investigación relacionados al tema, algunos de ellos se realizaron en años posteriores, con otra población, en otra localidad y distintas variables, por lo que es de gran interés la comparación de dicho estudio ya que permitirá la consulta bibliográfica para la revisión y realización de investigaciones afines a esta problemática.

En la parte educativa, la presente investigación pretende ser de mucha utilidad, busca ayudar y beneficiar a los adolescentes del nivel académico de secundaria, ya que ellos representan a una población que es vulnerable, desarrollando capacidades y estrategias para poder manejar una situación de estrés académico de la mejor manera, puedan mantener una buena relación en interacción con otras personas y enfocarse en estar bien física y psicológicamente, además de ello se puede plantear recomendaciones para llevar una rutina saludable en su vida escolar y practicar diferentes métodos para

el manejo de estrés como lo son “la atención plena y la respiración profunda”.

La justificación social de esta investigación pretende dar a conocer a la población en general la importancia de identificar y reconocer aspectos sobre el estrés académico y temperamento ya que son una problemática que está presente en los estudiantes dañando la integridad física y psicológica de los estudiantes y sus familias trayendo como consecuencia agotamiento emocional, bajo rendimiento académico, frustración, entre otros afectando ello a todo el ámbito social del que lo padece.

La justificación metodológica de la investigación se basó en función de los resultados obtenidos, se podrá utilizar como fuente para el reconocimiento de signos y síntomas del estrés en relación al temperamento en una población educativa joven con el propósito de asegurar el “bienestar y la salud mental” de los escolares de educación secundaria.

La Investigación ha contado con disponibilidad bibliográfica, recursos materiales, financieros y humanos, así como también tuvimos accesibilidad a la población para la recolección de datos, los instrumentos utilizados son fiables y válidos a nivel regional.

1.5. Limitaciones

Existe gran cantidad de información referente al tema de estrés académico y temperamento en el ámbito local, nacional e internacional; sin embargo, se ha encontrado escasa información de estudios comparativos con respecto a la población y variable investigada.

Otra limitación identificada es que los resultados obtenidos no pudieron ser generalizados a todos los grados y centros educativos de la ciudad de Huánuco, solo a la muestra que formó parte de este estudio.

La investigación presentó una limitada disponibilidad de tiempo por parte de los evaluados, para la recopilación de datos por lo que se tuvo que adaptar a la disponibilidad de tiempo.

Los resultados de la investigación son generalizables sólo para el contexto donde se realizó la investigación. No se encontró más limitaciones ya que se contó con el consentimiento de los directivos de la institución educativa para la aplicación de los instrumentos a la muestra de estudio así mismo no se presentó impedimento financiero ya que se contó con el financiamiento de los investigadores.

1.6. Formulación de hipótesis general y específica

1.6.1. Hipótesis general:

H1: Existe asociación entre el Temperamento y el nivel de Estrés Académico de los estudiantes de Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una Institución Pública de Huánuco – 2019

Ho: No existe asociación entre el Temperamento y Estrés Académico en estudiantes de Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco - 2019

1.6.2. Hipótesis específicas:

- **H12:** Existe relación entre el Estrés Académico y el factor Neuroticismo de los estudiantes del Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una Institución Pública de Huánuco 2019.

H02: No existe relación entre el Estrés Académico y el factor Neuroticismo de los estudiantes del Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco 2019

- **H13:** Existe relación entre el Estrés Académico y el factor Extraversión de los estudiantes del Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una Institución Pública de Huánuco 2019.

H03: No existe la relación entre el Estrés Académico y el factor Extraversión de los estudiantes del Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco 2019.

1.7. Variables

Variable 1: Temperamento

Variable 2: Estrés Académico

Tabla 1

Operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
ESTRÉS ACADÉMICO	Respuesta fisiológica, sentimiento de presión física o emocional del organismo ante una situación que representa peligro de demanda incrementada en el entorno académico.	Según Chrousos y Gold (1992) definen al estrés como un estado de falta de armonía o una amenaza a la homeostasis. (citado por Florencia,2012)	Reacciones fisiológicas	<ul style="list-style-type: none"> Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas). Fatiga crónica (cansancio permanente). Dolores de cabeza o migrañas. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc. Somnolencia o mayor necesidad de dormir. 	<ul style="list-style-type: none"> Ordinal
		Inventario Sisco de estrés académico Barraza (2007)	Reacciones psicológicas	<ul style="list-style-type: none"> Inquietud (preocupación, incapacidad para relajarse). Sentimientos de depresión o tristeza (decaído). Ansiedad, angustia o desesperación. Problemas de concentración. Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad. 	
		Consta de 5 apartados con 31 ítems, y cada uno de ellos está compuesto por 5 alternativas La calificación es directa y se realiza a partir de la dimensión estresores, sumando los códigos de las respuestas a los ítems	Reacciones comportamentales	<ul style="list-style-type: none"> Conflictos o tendencia a polemizar o discutir. Aislamiento de los demás. Desgano para realizar las labores escolares. Aumento o reducción del consumo de alimentos. 	
TEMPERAMENTO	Se define al temperamento como la "peculiaridad e intensidad" personal del individuo de las susceptibilidades psíquicas y de estructura predominante de "humor y motivación".	Inventario de personalidad Eysenck y Eysenck – Forma B (1964) Consta de 57 ítems distribuidos en 3 escalas de respuesta dicotómica (si – no) La calificación es 1 punto por cada ítem contestado de acuerdo a cada dimensión.	"E" Dimensión: Introversión – Extroversión. "N" Dimensión: Estabilidad – Inestabilidad.	<ul style="list-style-type: none"> Cantidad de respuestas al inventario. 	<ul style="list-style-type: none"> Ordinal

Nota. Elaboración propia

1.8. Definición teórica y operacionalización de variables

1.8.1. Estrés

Se define como una respuesta fisiológica del organismo en la que intervienen diversos mecanismos de defensa ante una situación que se percibe como amenazante o de gran exigencia. El estrés es una respuesta natural y es necesario para la supervivencia. Si esta respuesta natural se da en exceso, se produce una sobrecarga de tensión que afecta al organismo y provoca la aparición de enfermedades y anomalías patológicas que dificultan el normal desarrollo y funcionamiento del organismo (Regueiro,2018).

El término estrés describe la reacción general e inespecífica del organismo ante factores estresantes o situaciones estresantes, es decir, cuando el organismo reacciona de forma no específica ante diversos factores estresantes, sin llegar a la etapa denominada agotamiento, donde una persona puede adaptarse (Selye, 1935, como se citó en Proaño, 2015).

a) Fases del Estrés

Se determinó que había tres fases del estrés la fase aguda o reacción de alerta, fase de resistencia o de vigilancia prolongada y por último el estrés crónico fase de claudicación del sistema de estrés, a manera de ejemplo la acción de presionar una pelota de tenis: la tensión a que a sometemos la deforma, fase aguda o de alerta, pero al cesar la misma pelota recobra su forma original, pero luego de sucesivas tensiones por golpes o si la presión es constante durante mucho tiempo, la pelota quedara permanentemente deformada, fases de resistencia y agotamiento (Melgosa,1999, como se citó en Proaño, 2015, p. 15-16)

b) Síntomas del Estrés

Según Rossi (2001) reconoce tres tipos de reacciones al estrés:

Reacciones físicas: Los síntomas más comunes son el dolor de cabeza hasta migrañas, la fatiga crónica que se manifiesta por el cansancio, la hipertensión arterial, las anomalías gástricas, insomnio y dolor de espalda, presencia de catarrros y gripes constantes, pérdida del apetito sexual, vaginitis, excedente sudoración, el sobrepeso o la pérdida de peso, y los nervios frecuentes.

Reacciones psicológicas: Las más frecuentes son las ideas suicidas ocasionadas por la ansiedad y la depresión. El desarrollo en esta etapa causa susceptibilidad, tristeza, sentimientos de abandono, irritabilidad excesiva, indecisión, baja autoestima, ansiedad, sentimientos de inutilidad, falta de entusiasmo, sensación de estar fuera de control, pesimismo sobre la vida, autoimagen negativa, sentirse triste la mayoría del día, preocupación excesiva, falta de concentración, estado de ánimo infeliz, incierto y deprimido, rendimiento reducido y pérdida de autoestima.

Reacciones comportamentales: Expresados por los cuasi-accidentes que se encargan de indicar de que un accidente (incidente) se puede ocasionar en cualquier momento, los indicadores para poder identificarlo son: la dificultad en la concentración, el aplazamiento de actividades, no tener control al momento de fumar, olvidos, aislamiento y conflictos frecuentes, tendencia a polemizar, desgano que provoca la ausencia laboral, incapaz de asumir

responsabilidades, poco o excesivo apetito para ingerir alimentos, inconvenientes para sostener las obligaciones tomadas, descuido e indiferencia en la propia persona y hacia los demás.

Cuando el individuo presenta con frecuencia estos síntomas se ve obligada a tomar acciones para retornar a su estilo de vida saludable y recobrar la estabilidad física y emocional, por lo cual deberá iniciar una segunda evaluación para poder enfrentar de la mejor forma la demanda del entorno, ésta segunda evaluación lo conducirá a identificar y planificar la estrategia de afrontamiento más conveniente a la que se someterá (Barraza, 2005).

1.8.2. Estrés Académico

Para Barraza (2005) se puede definir al estrés académico, como la reacción que enfrentan los estudiantes ante situaciones de exigencias internas o externas educativas a las que se tienen que adecuar, lo cual impactará su desempeño escolar.

Los estudios del nivel universitario es la etapa principal y culminante de estrés académico, a causa de la carga académica, además de ello a los cambios que se debe de adaptar el estudiante como “reacción de activación fisiológica, emocional, conductual y cognitiva ante estímulos y eventos académicos” (Berrio y Mazo, 2011, p. 80)

Orlandini (2005) describe al estrés como la presión excesiva, nos dice que el estrés académico se desarrolla desde la etapa preescolar hasta la educación del nivel universitario de postgrado, el individuo al estar en un período de aprendizaje constante experimenta un proceso de tensión, esto se da tanto en el estudio particular como grupal (Orlandini, 2005, como se citó en Berrio y Mazo, 2011, p. 28).

El investigador Berrío (2011), plantea al estrés como un proceso ordenado (sistémico) de carácter psicológico y adaptativo que se presenta a) se da cuando el estudiante considera factores estresores a todas las exigencias y contextos escolares a los que se ve sometido; b) Se da cuando estos factores estresores producen una alteración sistemática (situación estresante) que se va manifestar a través de diversos síntomas psicológicos y físicos y; c) esta etapa se da cuando el individuo toma acciones para enfrentar a los factores que le ocasionan estrés, para así poder restaurar el equilibrio sistemático.

a) Estresores Académicos

Según Barraza (2008), menciona los siguientes estresores académicos:

- El concurso entre compañeros del grupo.
- El exceso de cursos y trabajos asignados.
- La personalidad y el carácter del profesor.
- Las evaluaciones, ensayos, trabajos de investigación, etc. planteados por los profesores.
- El modelo de trabajo que exigen los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.).
- No captar el desarrollo de los temas que se tocan en la clase.
- La intervención en la clase (responder a interrogantes, curiosidades, exposiciones, etc.).
- Tiempo limitado para hacer el trabajo.

b) Consecuencias del Estrés Académico

Mendiola (2010) refiere la existencia de consecuencias fisiológicas y psicológicas:

Fisiológicas: El individuo presenta incrementos altos de los niveles de presión arterial, además de alteraciones respiratorias e insomnios.

Psicológicas: El individuo tiene cambios en el estado cognitivo que se manifiestan por ansiedad, depresión, agitación, irritabilidad, memoria, tanto a corto como a largo plazo, y falta de interés en cosas que antes le motivaban, lo que indica procesos mentales disfuncionales.

Naranjo (2009) sostiene que en efecto el estrés académico desarrollado a largo plazo puede llegar a provocar: "Tristeza, malestar, baja autoestima, falta de habilidades sociales entre otras" (p.171). Estas reacciones intervienen directamente para que el desarrollo académico del estudiante sea mucho más complejo; no obstante, aquel estudiante que tenga la fortaleza y la capacidad para poder superar estas situaciones estresantes, logrará mantener un estado de equilibrio adecuado.

c) Dimensiones del Estrés Académico

Se presentan tres dimensiones del estrés académico según Barraza (2006).

- Dimensión estresores

Los estresores según estudios se dividen en: aquellos que estudian a los estresores en general, abarcando además los estresores académicos y los

estresores que se concentran únicamente en los “académicos”.

Los estresores en general representan o se refieren a la presencia de situaciones como el rompimiento de parejas, enfermedad de un familiar o terceros, muerte de un ser querido etc.

Los que abordan únicamente los estresores académicos, se da cuando al individuo le cuesta adaptarse a los cambios que representa la vida académica (la sobrecarga escolar, relación trivial y la interacción entre los integrantes de la facultad, etc.).

Así, como la situación personal afectiva; aspectos biológicos-salud; el estado en el hogar y el aspecto académico en general, la preocupación sobre el futuro y problemas en la familia.

- Dimensión Reacciones

Según Estrada (2004) ante un estado de “estrés” los estudiantes suelen manifestar reacciones fisiológicas, físicas, psicológicas y comportamentales.

Reacciones fisiológicas: en un estado de estrés los estudiantes presentaran disminución en sus niveles de inmunoglobulina tipo A secretora, disminución considerable en los recuentos de linfocitos totales, monolitos, linfocitos T CD8+ y células NK, disminución de la actividad fagocítica y bactericida; aumento de la sintomatología psicósomática e infecciosa autoinformada, aumento del porcentaje de neutrófilos, leucocitos totales, células CD8 e interleucina, disminución de las defensas, los glóbulos rojos aumentan de tamaño y disminuyen en cantidad, se alteran las plaquetas; se

incrementan las frecuencias cardíacas y respiratorias, incluso se destruyen neuronas y, en determinadas situaciones de estrés relacionadas con acontecimientos de la vida, se observa un aumento en la secreción de cortisol (p.31)

Reacciones físicas: Según las investigaciones hasta la actualidad se han identificado reacciones físicas como la sudoración excesiva, dificultades para conciliar el sueño, dolores de cabeza hasta migraña, problemas gastrointestinales, cansancio y somnolencia.

Reacciones psicológicas: De acuerdo a estudios psicológicos se pueden identificar reacciones psicológicas como “ansiedad, nerviosismo, angustia, miedo, irritabilidad, problemas de concentración, inquietud sentimientos de depresión, tristeza y bloqueo mental” (Barraza, 2005, p. 28)

Reacciones comportamentales: Las reacciones comportamentales de los estudiantes pueden manifestarse a través de la dificultad en la interacción en las relaciones sociales, además de violencia y flojera (Estrada, 2024, p. 32)

- Dimensión estratégica de afrontamiento

Barraza (2003) lo divide en estrategias, tipos y estilos.

Estrategias de afrontamiento: se pudo determinar que las respuestas más comunes al momento de afrontar los problemas de estrés, se da con el consumo excesivo de drogas y alcohol, que trae consigo problemas de salud al organismo cuando se le da un mal uso. Los estudiantes emplean estrategias de afrontamiento, las más usuales son “el esfuerzo por razonar y mantener la calma y el aumento de actividad”. (p.11)

Un estudio encontró que una estrategia de afrontamiento que los estudiantes usan a menudo cuando lidian con el estrés académico se encuentra en las estrategias centradas en problemas, que se consideran "afrontamiento efectivo porque les permite a los estudiantes reconocer sus habilidades y capacidades para resolver problemas" (Chávez et. al. 2016, p. 24).

Vallez (2014) sostiene que la utilización de estrategias negativas de afrontamiento emocional acentúa el problema produciendo depresión o aislamiento social. Mientras que las estrategias de afrontamiento emocionalmente inteligente regulan el estado de ánimo y la conducta, dirigidas a cambiar la situación provocadora del malestar emocional.

Entre los estilos de afrontamiento, encontramos a los más utilizados como el afrontamiento activo, la reinterpretación positiva y crecimiento y la focalización y expresión de las emociones (Navarro y Romero, 2001). Los que rara vez se utilizan como "el escape cognitivo y el consumo de alcohol y drogas". El afrontamiento se centra en las "emociones y el afrontamiento conductual" el cual obtiene una mayor relación de predicción en otros estilos y facetas de personalidad (De Miguel y Lastenia, 2006).

Los hallazgos demostraron que a mayor edad se asoció con mayores niveles de estrés, y mayor estrés en problemas futuros relacionados con uno mismo; por otro lado, los estilos que se centraron en los problemas y las emociones se utilizaron con mayor frecuencia para el

afrontamiento y los estilos asociados con niveles más bajos de estrés. (Cassaretto et al. 2003).

1.8.3. Temperamento

Del latín *temperamentum*, medida, peculiaridad e intensidad individual de los afectos psíquicos y de la estructura dominante de humor y motivación. El temperamento es la forma natural en que los humanos interactúan con su entorno. Puede ser genético, y los factores externos no tienen ningún efecto (solo si estos estímulos son demasiado fuertes y persistentes). Es la capa emocional visceral de la personalidad que el intelecto y la voluntad darán forma al carácter (influencias ambientales). Esto también se aplica a la resistencia, el estado de ánimo, la intensidad, el nivel de actividad, la disponibilidad y la regularidad. En psicología, el temperamento es una cualidad general de la personalidad de una persona basada en las características de los tipos neurológicos (Martínez y Molina, 2008).

El temperamento es el instinto “primario”, se da a través de una reacción “espontánea y natural”, por otro lado, el carácter, es el instinto “secundario” el cual es influido por el entorno y por ende la educación. Lo que quiere decir que el carácter es capaz de “adquirirse, modificarse y perderse”. Cuando un individuo naturalmente es impulsivo (temperamento) presentará esta característica toda su vida, sin embargo, si la persona aprende a controlar su conducta y actúa reflexivamente, “su conducta se sobrepondrá a tal tendencia”, imposibilitando sus consecuencias perjudiciales. Para comprender la función del temperamento, es necesario tener en claro el concepto de buen y mal ajuste. De acuerdo a los resultados obtenidos, se pone en evidencia que de acuerdo del buen o el mal ajuste del individuo hacia el entorno: a) Los

mecanismos de la personalidad están influenciadas directamente por el ambiente social, que resultan ser “congruentes como incongruentes” con reacciones temperamentales formadas en los individuos o b) incongruencias internas ocasionan problemas en las relaciones sociales y de salud. Así nos manifiestan los estudios realizados por (Thomas y Chess, 1977, 1984 como se citó en Martínez y Molina, 2008, p. 9).

Chávez (2017) afirma que Buss y Pomim plantean formas de clasificación del temperamento, contrastado con Eysenck, describiendo los siguientes:

a) Temperamento Sanguíneo:

La persona se caracteriza por la su calidez, inteligente, que disfruta, comunicativos, dinámicos, etc. Se puede decir que los sentimientos dominan a la mente.

b) Temperamento Colérico:

La persona se caracteriza por ser rápido, energético, práctico, acalorado, voluntarioso, autosuficiente y autónomo. Su personalidad no requiere de estimulación por el entorno, sino que el mismo se estimula por sus planes, metas, ideas y ambiciones.

c) Temperamento Melancólico:

La persona se caracteriza por ser analítico, altruismo, con relación a su estado emocional se muestra muy sensible, es muy distante, no da la iniciativa.

d) Temperamento Flemático:

La persona se caracteriza por ser calmado, quieto, estable, es una persona que no es partícipe de la violencia y le fascina las artes y cosas bellas (Chávez, 2017 como se citó en Valdez, 2020, p.32)

Capítulo II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Antecedentes internacionales

Cabrera et al. (2000) en su estudio titulado “Aspectos del Estrés (la vulnerabilidad y los signos), las cualidades de la Personalidad, el Temperamento y las características Tipológicas del Sistema Nervioso”, tuvo como objeto detectar el porcentaje de personas vulnerables al estrés y cuales presentan signos ligeros y severos de éste, además, el tipo de temperamento. El estudio se realizó en un grupo de personas (especialistas) sometidos a un riesgo por estrés laboral, las cuales acudieron al Instituto Superior de Medicina Militar "Dr. Luis Díaz Soto" Cuba. Para la ejecución de esta investigación se empleó una “batería de test e instrumentos psicológicos”, que consiste en la elaboración de un cuestionario de signos de estrés, el inventario de la personalidad 16 PF de Cattell, test de Spielberg, la prueba de cálculo numérico regresiva acompañada con la frecuencia cardíaca, y vulnerabilidad, Eysenck y Kazán. Los resultados obtenidos fueron: El 65,38 % de la población estudiada es vulnerable al estrés y sólo el 34,62 % no lo es; el 77 y el 7,2 % de los sujetos de prueba presentan signos ligeros y severos de estrés, los cuales representan el 84,2 % de la población estudiada. Los temperamentos coléricos (51,47 %) y melancólicos (37,5 %) son significativamente vulnerables, a diferencia de los otros tipos de temperamento. Se concluyó que se puede determinar el porcentaje de personas vulnerables al estrés y cuales presentan signos ligeros y severos de éste, además, permitió determinar el tipo de temperamento. Se lograron identificar las características tipológicas del sistema nervioso de la persona en estado vulnerable, así como la revelación de las cualidades

de personalidad: “la reserva, la timidez, la emotividad y la desconfianza”.

Rodríguez, Fonseca y Aramburú (2020) realizaron un estudio del Estrés Académico, el cual tuvo como objetivo “evaluar el Estrés Académico auto percibido en estudiantes ingresantes a la carrera de Odontología de la Universidad Nacional de Córdoba (Córdoba, Argentina)”. Para este estudio se aplicó el nivel descriptivo, donde la población muestra estuvo conformada por 291 estudiantes. Los datos para la investigación se obtuvieron a través del “Cuestionario Autoadministrado Inventario Sisco del Estrés Académico” (Macias, 2007). El análisis de los datos se realizó empleando baremos específicos, y para la asociación entre variables se utilizaron las pruebas de Pearson y Anova, fijando el nivel de significación estadística en $p < 0,05$. Los resultados del estudio evidencio que una significativa parte de los estudiantes (98,3 %) presentó estrés académico, con un 88,81 % inclinándose por las categorías de intensidad más altas de estrés. Además, se identificó una muy significativa correlación entre las dimensiones Estresores y Reacciones ($p < 0,001$) y entre Estresores y Estrategias ($p = 0,034$). Se concluyo que el desarrollo de esta investigación, servirá como antecedente para la identificación de estrés académico, su caracterización y la prevención sobre la potencial instalación de hábitos o empleo de medicamentos en muchos casos insalubres, permitirá desarrollar estrategias, técnicas y medidas que favorezcan a los estudiantes, al momento de hacer frente a situaciones de estrés y que el nuevo entorno demanda.

Barraza y Barraza (2019) realizaron un estudio que tuvo como objetivo central determinar la relación que existe entre la Procrastinación Académica y el Estrés Académico en

estudiantes de educación media superior de la Universidad de Durango, México. La investigación fue de tipo cuantitativo, se realizó a partir de un diseño no experimental con un nivel de medición correlacional y transversal. Su metodología se basó en la Escala de Procrastinación Académica y el Inventario SISCO para el estudio del estrés académico, se tomó una muestra de 300 estudiantes de una institución de educación media superior. Los resultados obtenidos muestran los niveles de relación y no relación entre ambas variables, empleando como base sus dimensiones constitutivas o su valor general como variables. Concluyendo que es necesario revisar el concepto de procrastinación y su relación con la autorregulación académica.

Soto, et al. (2018) realizaron una investigación que tuvo como objetivo conocer si el nivel educativo de los progenitores se asocia con la percepción de los estresores académicos en el alumnado de fisioterapia. La muestra de estudio estaba formada por 151 estudiantes matriculados en el Grado de Fisioterapia de la Universidad de Vigo España, estableciendo como variable socioeducativa el nivel de estudio de los progenitores, agrupándolos en estudios primarios, medios y superiores, y para el estrés académico, se utilizó la escala de estresores académicos del cuestionario de estrés académico (CEA). Como resultado se obtuvo que el factor 'exámenes' correlaciona con el nivel de estudios de ambos progenitores, pero el nivel académico de la madre se muestra como un factor determinante en la percepción de los estresores académicos, debido a que correlaciona con más de la mitad de los estresores, coincidiendo un mayor nivel educativo con una menor percepción de estrés. Se concluyó que existe una relación e influencia directa de la madre sobre el nivel educativo de la percepción de estrés académico y que el nivel educativo

del padre se asocia de forma más discreta, ya que solo actúa sobre uno de los nueve factores analizados.

Martínez, et al. (2014) realizaron su estudio con el objetivo de reconocer las relaciones entre el temperamento de una muestra de niños de 1 año, las expectativas y prácticas de crianza de sus padres y el cortisol en saliva como respuesta al estrés en una submuestra de la anterior. Se realizó un estudio de tipo no experimental transversal, La muestra para la primera etapa consistió en 264 familias de varias ciudades de Colombia cuyos padres estaban inscritos el Club Pequeñín, Para la evaluación de las variables de Temperamento se utilizó la versión en español del Cuestionario de Conducta Infantil Revisado- IBQ-R (*Revised Infant Behavior Questionnaire*), que está dirigido a niños de 3 a 12 meses Para la evaluación de las variables de crianza se utilizó la Escala de Comportamientos para Madres y Padres de Niños Pequeños ECMP De acuerdo al estudio la reacción ante el estrés se encontró asociada con la variable prácticas disciplinarias ($R=0,31$) y se correlacionó negativamente con las variables extroversión ($R=-0,35$) y regulación ($-0,21$). Concluyeron que no existe ninguna correlación entre las variables de “temperamento y crianza”, comprendiéndose interpretándose como la teoría de la bondad del ajuste. De acuerdo a estos resultados se tomaron relevancia al tema de la planificación de los programas de educación de padres, el cual resalta la importancia de erradicar el castigo físico e impulsar una crianza dócil que se acople a las diferencias individuales.

Tur Porcar, et. al (2004) realizaron una investigación donde la población general estuvo conformada sobre una muestra aleatoria de 531 participantes, comprendidas entre adolescentes de 12 y 16 años, que representan a la población general. El estudio tuvo como objetivo analizar la relación que

existe entre los problemas de conducta de los adolescentes y algunas variables como estructura familiar, la clase social y los estilos educativos de los padres de España. De la misma manera se analiza la influencia que tiene la estructura de la “personalidad y la crianza” en los problemas conductuales que manifiestan los hijos. Los resultados evidenciaron que los problemas de conducta de los adolescentes en las dimensiones exteriorizada e interiorizada, están estrechamente relacionados con los hábitos de crianza, estos se basan principalmente en factores como la Disciplina, Apoyo y Autonomía. Así como, las variables socio-familiares, la clase social y la estructura de la familia tienen una fuerte conexión con la emisión de conductas antisociales.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Mariños (2017) en su estudio “Estrés académico y expresión de ira en estudiantes de secundaria de instituciones públicas de la comuna de Coishco” tuvo como objetivo determinar la relación entre el estrés académico y la expresión de ira en estudiantes de secundaria de instituciones públicas de la comuna de Coishco Ancash. Para la ejecución de su proyecto utilizó el instrumento el inventario de SISCO de estrés académico de Barraza” adaptado en el Perú por Puestas (2010) y el inventario de expresión de ira creado por Tobal, Cano y Spielberg adaptado por Vasallo en el (2013), para la evaluación del estrés académico. La población muestra de estudio, estuvo conformada por 327 estudiantes, que están entre los 14 y 16 años y cursan el grado de entre tercer y quinto año de educación secundaria, agrupados ambos sexos. El estudio es de tipo descriptivo correlacional, en los resultados entre el estrés académico y la expresión de ira se obtuvo (0.354**), lo que evidencia la correlación positiva baja, es decir que a mayor estrés académico mayor será la expresión de ira

del adolescente. Por otro lado, en los niveles de estrés académico predomina el nivel profundo con 82% (268), mientras que en expresión de ira predomina el nivel alto con 65.4% (214) adolescentes.

Callacna (2015) realizó un trabajo de investigación que tuvo como objetivo principal establecer la relación que existe entre el Estrés académico y los Aprendizajes de los estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Centro del Perú– 2015 Huancayo. En la presente investigación cuantitativa de tipo descriptiva correlacional que tuvo como propósito describir situaciones o eventos, Para responder las interrogantes planteadas como problemas de investigación y cumplir con los objetivos de este trabajo, se elaboró dos cuestionarios dirigidos a los 80 estudiantes del IX y X ciclo de la Facultad Enfermería de la Universidad Nacional del Centro del Perú., el proceso de validez y confiabilidad de los instrumentos, así como el tratamiento de los datos fueron procesadas con el paquete estadístico SPSS V- 22. Los resultados obtenidos mediante la prueba no paramétrica rho de Spearman a un nivel de significancia del 0.05, nos permite evidenciar que los estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Centro del Perú– 2015, tienen un nivel alto de Estrés académico y presentan un nivel bajo de Aprendizaje.

Guevara et al. (2001) realizaron un estudio para investigar “Estilos de afrontamiento del estrés en pacientes drogodependientes atendidos en una comunidad de tratamiento del Área Metropolitana de Lima”. La muestra incluyó a 88 pacientes con problemas de adicción a sustancias psicoactivas como “alcohol, crema de cocaína, clorhidrato de cocaína y marihuana”. El instrumento utilizado fue el cuestionario COPE, que evalúa los “estilos de afrontamiento del

estrés". El análisis se realizó mediante una correlación ítem-test, lo que significa que se comparó el ítem con el test sin incluirlo. La consistencia se determinó mediante el coeficiente de confiabilidad alfa de Cronbach. Los resultados mostraron que los usuarios de drogas utilizaron "planificación, afrontamiento proactivo, afrontamiento tardío y recurrir a la religión" para afrontar el estrés. También tienen reacciones menos deseables, como letargo conductual, inhibición de acciones competentes, negación y discordia mental. Estos individuos a menudo prefieren el afrontamiento basado en problemas y terminan prefiriendo otros estilos de afrontamiento como "principalmente disociación mental-conductual". En conclusión, se puede encontrar que no existe una correlación significativa entre el consumo de tiempo y los estilos de afrontamiento, por lo que se puede decir que no existe diferencia entre el consumo de tiempo y los estilos de afrontamiento.

Galdós (2014) realizó un estudio cuyo principal objetivo fue determinar la relación entre el rendimiento, el estrés académico y las dimensiones de la personalidad en estudiantes de la Facultad Técnica de Lima. En cuanto a la idea principal del estudio de seguimiento, se encontró que los niveles más altos de extraversión estaban asociados con menos situaciones que se percibían académicamente estresantes y los estudiantes tenían menos síntomas. No hubo correlación entre la dimensión extraversión y el rendimiento académico. Por otro lado, existe evidencia de que, a mayor nivel de neuroticismo, mayor es el estrés académico percibido y más severos los síntomas en los estudiantes. No hubo correlación entre la dimensión neuroticismo y el rendimiento académico. Finalmente, en cuanto a los hallazgos, se observó que existe una correlación entre la dimensión de personalidad del test y el

estrés académico. Además, estas dimensiones no influyeron en su rendimiento académico, es decir, pueden estar relacionadas con otras variables o determinantes.

Panez (2019) realizó un estudio con el objetivo de determinar “la relación existente entre temperamento y depresión en estudiantes de 5to grado de secundaria” en la institución educativa “Gran Mariscal Ramón Castilla” de Yauli, junio de 2017. El tipo de estudio fue cuantitativo, descriptivo, correlacional, prospectivo y observacional, y los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Personalidad de Eysenck y el Formulario b de Eysenck y el Inventario de Depresión de Beck. De acuerdo con el objetivo, el resultado está en la región de importancia, es decir, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa. Comparando este valor con los resultados del análisis estadístico chi-cuadrado ($X^2=12,45$), con 4 grados de libertad (4df), el nivel de significancia es de 0,030; indica que la significación es menor que el rango de error estándar (0.05); por lo tanto, si se comparan los dos valores, se ven resultados significativos ($0.03 < 0.05$). Las hipótesis se confirmaron con el estadístico chi-cuadrado y se encontró una relación estadísticamente significativa entre las variables de temperamento y depresión en la muestra de estudio, lo que también demostró que los estudiantes con temperamento melancólico tenían puntuaciones más altas de depresión y alcanzaban una mayor frecuencia de depresión moderada. Los resultados son significativos, es decir, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa. En resumen, existe una correlación estadísticamente significativa entre la variable temperamento y la depresión en la muestra de estudio, y también muestra que los estudiantes con temperamento melancólico tienen una alta tasa de depresión y una moderada mayor frecuencia se logra con la depresión.

Bárrig y Alarcón (2017) realizaron un estudio que tuvo como objetivo conocer” la relación entre temperamento, competencia social y problemas de conducta en niños y niñas preescolares en San Juan de Lurigancho Lima”. Para ello, se contó con una muestra de 66 participantes: 40 niños y 26 niñas, entre 2 y 6 años de edad ($M = 3.92$, $DE = 1.01$) y sus madres. Para medir temperamento se utilizó el Cuestionario sobre Conducta Infantil, versión corta (CBQ; Putnam & Rothbart, 2006). Además, se usó el Inventario de Evaluación de Competencia Social y Comportamiento (SCBE-30, LaFreniere y Dumas, 1996) para medir competencia social, problemas de ansiedad y de agresividad del niño o la niña. El análisis principal del estudio identificó una asociación negativa y significativa entre extraversión y ansiedad. Además, las tres dimensiones del temperamento se asociaron con los problemas de conducta agresiva: extraversión y afecto negativo de manera positiva y control intencional de forma negativa. Finalmente, el control intencional, que fue el único predictor, correlacionó positiva y moderadamente con competencia social. Los resultados obtenidos son consistentes con lo reportado por las evidencias teóricas y empíricas contemporáneas sobre el tema.

2.1.3. Antecedentes locales

Ramos (2017) realizó un estudio con el objeto de determinar la relación que existe entre el nivel de estrés y el desempeño laboral de los profesionales de la salud que trabajan en el Centro de Salud Perú Corea de Huánuco, 2016. Se llevó a cabo un estudio correlacional, realizado en 41 profesionales del Centro de Salud Perú Corea de Huánuco, para el análisis de los resultados utilizó el estadístico de prueba Tau b de Kendall para determinar la relación entre las variables planteadas. Los resultados que obtuvo fue El nivel de Estrés en

32 (78,0%) de la muestra tienen un nivel medio de Estrés, y 09 (22,0%) de la muestra tienen bajo nivel de Estrés. En cuanto al 24 (58,5%) de la muestra califican como Excelente y 17 (41,5%) de la muestra tienen la calificación Regular Desempeño. A través de la prueba Tau b de Kendall se determinó que no existe relación significativa entre las variables nivel de estrés y desempeño laboral. En Conclusión, El nivel de Estrés de los profesionales del Centro de Salud Perú Corea de Huánuco del (78,0%) demuestran nivel medio de Estrés. El nivel de Desempeño de los profesionales del Centro de Salud Perú Corea de Huánuco en el (58,5%) es Excelente.

Oroya y Rodríguez (2019) realizaron una investigación denominada “Estilos de vida y estrés académico en estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco, 2017”, el cual tuvo como objetivo determinar la relación entre estilos de vida y el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Psicología. La investigación se realizó en una muestra de tipo probabilístico, donde participaron 182 estudiantes de la Facultad de Psicología. Para ello utilizaron el Cuestionario de estilos de vida saludable y el Inventario SISCO de Estrés Académico. Concluyendo que existe una alta relación y significativa entre los estilos de vida y el estrés académico en los estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán. Esto significa que a menos prevalencia de estilos de vida saludable mayor será la prevalencia de estrés académico en los estudiantes de la Facultad de Psicología.

Berrios y Clemente (2018) realizaron una investigación con el objeto de “determinar la relación entre los niveles de estrés y las actitudes de satisfacción laboral en docentes de una

Institución Educativa Pública en la ciudad de Huánuco”. En la investigación se empleó el tipo cuantitativo, del nivel no experimental, debido a que las variables planteadas no fueron manipuladas, por lo tanto el estudio se basa en un diseño del nivel descriptivo correlacional, porque se evaluó si existe relación o no entre las dos variables, La población de estudio estuvo conformada por 83 docentes, pertenecientes a una la “Institución Educativa Pública Nuestra Señora de las Mercedes” de la ciudad de Huánuco, donde se empleó el Inventario de estrés, encargada de medir el nivel de estrés “¿Cuánto Estrés Tengo? de Juan Melgosa” con una confiabilidad de 0.917 y las actitudes hacia a la satisfacción laboral con la “Escala De Actitudes SL-SPC de Sonia Palma” con un coeficiente de equivalencia de 0,69 a 0,81. Los resultados obtenidos en esta investigación, fue que “existe una correlación inversa y débil”, además de ser significativa en un 0,05. “Entre el nivel de Estrés y el nivel de Satisfacción Laboral en docentes de la muestra evaluada”. El estudio demuestra que los factores estresores del medio que lo rodea, tienen una influencia directa en el trabajo de las personas, a su vez se determinó que “no existe relación entre la satisfacción y cada dimensión de estilo de vida, ambiente, síntomas, empleo, relaciones interpersonales y personalidad” de acuerdo a los datos obtenidos en el nivel de significancia mayor al 0,05. Por lo que se pasó a aceptar todas las hipótesis nulas y rechazar las alternativas. En cuanto a los resultados se obtuvo en relación a la escala de estrés y las actitudes frente a la satisfacción laboral, se encontró que existe una relación significativa de 0,05. En la correlación de Pearson de las actitudes frente a la satisfacción laboral con las dimensiones: estilo de vida, ambiente, personalidad, relaciones interpersonales no existe una relación, pues su significancia es mayor a 0,05, además de tener una correlación negativa, inversa y débil. Por otro lado, la correlación de Pearson con las actitudes

frente a la satisfacción laboral con la dimensión síntoma, su correlación es positiva y débil, mas no existe significancia porque es mayor a 0,05.

Camacho (2017) realizó un estudio con el objetivo de determinar la efectividad de la técnica de musicoterapia aplicada en disminución de los niveles de estrés en adultos mayores del Centro de Salud Perú-Corea, Huánuco, 2017". Se utilizaron los siguientes tipos de estudio: "experimental, prospectivo, longitudinal, analítico y con un diseño cuasi experimental". Se tomó muestra de estudio, a 30 adultos mayores seleccionados a través del método no probabilístico (por conveniencia según los criterios de inclusión y exclusión). El instrumento para la recolección de datos se utilizó la "escala PQS (Test Psicológica)". Resultados: en cuanto la "prueba de Wilcoxon y la prueba de normalidad de "Shapiro-Wilk" se encontró significancia estadística (P) menor que el valor teórico de 0,05 en relación a la variable estrés ($p \leq 0,000$) y sus dimensiones de preocupación ($p \leq 0,008$), tensión ($p \leq 0,005$) y alegría ($p \leq 0,001$). Por lo tanto, la variable y sus dimensiones no siguen una distribución normal. Se concluyó que un 60 % en promedio de los adultos mayores estudiados antes de la intervención de la técnica de musicoterapia presentaron un nivel de estrés alto y medio, a diferencia del 93.3% que presentaron estrés bajo después de la intervención de la técnica de musicoterapia.

2.2. Bases Teóricas

2.2.1. Temperamento

Brosson, menciona que "el temperamento es un estado dinámico variable compuesto de energías físicas, bioquímicas y psíquicas, cuyo conjunto determina el ritmo vital propio de cada individuo, es decir, el comportamiento de su vitalidad"(Brosson, como se citó en Rivas, 2018, p. 8).

El temperamento es propio de un individuo, se trata de la tendencia natural, ante alguna situación, de acuerdo a los estímulos de su entorno. Se trata de la reacción espontánea e innata, el cual no ha sido inducido por el ambiente o la educación. Están determinados por las constituciones peculiares del individuo, es un proceso de una simple manifestación de las disposiciones psíquicas básicamente, de índole afectiva, instintiva y tendencia. Debido a ello el temperamento, es mejor caracterizado por niños y animales.

El temperamento es hereditario, innato e invariable, que depende de su constitución corporal, formando la personalidad la raíz biológicamente permanente (Izquierdo, 2002, p. 621)

a) Teoría de Eysenck (1916 – 1997)

La teoría de Eysenck (Eysenck, 1990; Eysenck y Eysenck, 1985, citado por Carranza 2016) considera a los rasgos y las dimensiones como componentes básicos de la estructura de la personalidad. Estas variables son esencialmente "factores de carácter que determinan regular y continuamente nuestro comportamiento en muchas situaciones diferentes" (p.4).

Por lo tanto, los rasgos representan amplios patrones de comportamiento que brindan consistencia y estabilidad al comportamiento, las respuestas emocionales y los patrones cognitivos de las personas. Desde una perspectiva, las personas con un alto nivel de sociabilidad tienden a exhibir un comportamiento social (p. ej., hablar más, tomar la iniciativa, buscar ser el centro de atención) en muchas situaciones sociales. Usando el rasgo de ansiedad como ejemplo, las personas con ansiedad baja son más propensas a enfrentar varias situaciones estresantes o amenazantes (por ejemplo, exámenes, conversaciones con figuras de autoridad o del sexo

opuesto, emergencias) muestren un nivel de ansiedad menor que las personas con alto rasgo de ansiedad (Eysenck, 1990; Eysenck y Eysenck, 1985, citado por Carranza 2016).

El concepto de personalidad de Eysenck enfatiza jerarquías de dimensiones que se dividen en grupos interrelacionados de rasgos.

Además, Eysenck se dio cuenta de que los rasgos y las dimensiones son relativamente estables y persistentes, y estos rasgos se derivan de la teoría disposicional. También argumenta que las dimensiones de la personalidad deben estar vinculadas a los mecanismos biológicos subyacentes, que también hacen de la teoría un modelo biológico. (Carver y Scherier, 1992, citado por Carranza 2016).

b) Descripción de la personalidad

(Eysenck y Eysenck, 1985 citado por Carranza 2016)
Argumentan que "el estudio de un campo científico es imposible sin algún grado de clasificación" (p. 51). En el estado actual de desarrollo de la investigación de la personalidad, se necesita un enfoque sistemático para describirla. En más de cincuenta años de investigación científica, Eysenck ha tratado de dar y desarrollar el espacio suficiente para una correcta descripción de la personalidad.

Extraversión (E)

Esta dimensión, junto con el neuroticismo, es la dimensión que más investigación y trabajo empírico ha recibido, no solo del propio Eysenck, sino también de otros investigadores de la personalidad. Ya en la década de 1940, Eysenck (1947) inició una serie de estudios basados en el concepto de extraversión e introversión de Jung, especialmente en el contexto de las crisis neuróticas. Según el DSM-IV (APA, 1994), los introvertidos padecen distimia, ansiedad y trastornos del estado de ánimo en presencia de alguna neurosis, mientras que los extrovertidos

padecen histeria, trastornos somatomorfos y disociativos, según el DSM-IV (APA, 1994). Eysenck argumentó que existen dos dimensiones separadas de la personalidad normal, la extraversión y el neuroticismo, cuya combinación determinará el tipo de neurosis. Para probar esta hipótesis, el primer análisis factorial con una muestra de soldados neuróticos representó efectivamente las dos dimensiones propuestas, una entendida como E y la otra como N, y su género esperado de independencia. (Eysenck, 1952 citado por Carranza 2016).

Este es el punto de partida de la extraversión, una dimensión que determina el tipo de perturbación que experimentan las personas durante una crisis neurótica. Sin embargo, la extroversión se retrata de manera diferente a lo largo del desarrollo de la historia. Así, encontramos diferencias en la definición de las dimensiones en torno a 1976, cuando se publicó el libro de Eysenck *La psiquiatría como dimensión de la personalidad*. La publicación de este libro marca la introducción "oficial" de la dimensión psiquiátrica en su modelo (la introducción no oficial tuvo lugar hace unos 25 años). Prevé cambios relacionados con el concepto de extraversión al involucrar un componente impulsivo. Este rasgo, hasta entonces extroversión y sociabilidad, pasa a formar parte de la nueva dimensión (Claridge, 1981; Eysenck y Eysenck, 1985 citado por Carranza 2016).

Aunque los propios autores lo admiten, la cuestión de la impulsividad es más compleja que la asignación de extraversión o P, porque la impulsividad en sí misma no parece ser un simple constructo único, sino que consta de subfactores más estrechamente relacionados. O una dimensión más pequeña con tres dimensiones. Sin embargo, Eysenck fue motivado

principalmente por P (Eysenck y Eysenck, 1985 citado por Carranza 2016).

Se espera que la inclusión de las dimensiones de la personalidad y la elaboración de escalas apropiadas para medirlas estén influenciadas por modificaciones menores de los modelos teóricos. Esto no significa ningún cambio significativo en él de ninguna manera. En este sentido, la correlación entre la escala EPI E (antes de incluir la escala P) y la escala EPQ E (incluyendo la escala P) fue de aproximadamente 0,80, haciéndolas casi idénticas (Eysenck y Eysenck, 1985 citado por Carranza 2016).

Neuroticismo (N)

N parece ser una dimensión asociada a la tendencia a desarrollar neurosis (histeria y distimia). Las personas que obtienen una puntuación alta en esta dimensión tienen más probabilidades de desarrollar un trastorno tradicionalmente llamado neuroticismo, y el tipo de trastorno dependerá de las puntuaciones en otras dimensiones de la personalidad. Es decir, Eysenck trató de combinar la personalidad normal con las neurosis típicas, postulando el modelo psicopatológico de diátesis-estrés. (Eysenck y Eysenck, 1985 citado por Carranza 2016).

2.2.2. Estrés

Según Barrio, et al. (2006) el estrés es una de las causas principales de malestar físico como psicológico en las personas, el cual influye en la “calidad de vida y el desempeño del individuo” (pp. 41). El estrés y sus consecuencias pueden provenir de la relación individuo – entorno o la combinación de

ellos. El estrés es la reacción del cuerpo frente a un desafío o demanda

El diccionario de la Real Academia de España define el estrés como la tensión provocada por una situación abrumadora que provoca reacciones psicósomáticas y, en ocasiones, graves trastornos psicológicos. Este ha sido un tema de interés y preocupación para diversos científicos que estudian el comportamiento humano por sus efectos en la salud física y mental, así como en el desempeño laboral y escolar de una persona.

Martínez y Díaz (2007) menciona que “el problema radica en los requerimientos de la Modernidad, concentrada en la obtención de resultados al margen de sus consecuencias sobre la calidad de vida, y por ende en la salud física y mental de las personas afectadas” (p.12)

El estrés se “caracteriza” por ser una respuesta “subjetiva” ante actividades en nuestro entorno que resulte incómodo; Arellano, 2002 menciona, que es el “estado mental interno de tensión o excitación” (p. 16), en el que el individuo responde ante cualquier demanda estresora, donde muestra “alteración en su comportamiento y en su conducta” diaria. Las personas que sienten que son propensos ante una situación de estrés, es necesario que se informen y busquen maneras de poder prevenirlo y tomar el control de este, por ello quien conociendo los riesgos no lo realiza pone en peligro su tranquilidad y salud. Mientras que aquellas personas que ponen en práctica y establecen un plan de estrategias adecuadas para su prevención y tratamiento, podrán disfrutar un estilo de vida sano y satisfactorio.

Una persona identifica al estrés cuando se encuentra frente una situación que desde su punto de vista resulta ser riesgosa, cuya intensidad supera sus propios límites, esta situación pone en riesgo el bienestar del individuo. De tal manera que se presentan dos procesos: “una valoración cognitiva del acontecimiento y un proceso de afrontamiento en el que la persona valora si la situación puede dañarla o beneficiarla, es decir, cuánto y cómo repercute en su autoestima” (Montalvo, et al.,2015, p.311).

Buscando una salida el individuo estima alternativas, lo que puede y no puede hacer para enfrentar esta situación, así mismo previniendo un daño y mejorar sus perspectivas. Según, Lazarus (1984) manifiesta que la reacción de afrontamiento frente al estrés, consiste en sobreesfuerzos cognitivos y conductuales que cambian con frecuencia, los cuales se desarrollan con la finalidad de poder equilibrar o mejorar las demandas específicas externas y/o internas, que son calificadas como “excedentes o desbordantes” para las personas que lo sufren. Cuando la persona reacciona frente al estresor de forma positiva, se dice que el afrontamiento que más predomina es del tipo activo, además es “el más ejecutivo en la resolución de las condiciones desencadenantes, también proporciona regulación emocional” (p.36)

a) Tipos de estrés

Según Flores (2007) dentro de lo que denomina estrés, aparecen dos clases: el eustrés y el distrés.

Distrés: Es cuando el organismo no responde en forma adecuada a los estresores, o responde en forma exagerada, ya sea en el plano biológico, físico o psicológico, no pudiendo consumirse el exceso de

energía desarrollada. Si el organismo es activado constantemente o se encuentra bajo una carga continua más o menos pesada, se acomoda a ella con una mutación del conjunto de su situación fisiológica, y esto puede llevar a numerosos daños patológicos y en determinadas circunstancias a la muerte del individuo.

Eustrés: cuando el organismo responde armónicamente respetando los parámetros fisiológicos y psicológicos de la persona, o sea cuando la energía de reacción ante los estresores se consume biológica y físicamente; estamos en presencia del denominado eustrés, se puede decir que es el estrés “bueno”, el necesario para que podamos seguir desarrollándose como personas

De acuerdo a esta diferenciación que hizo Selye, (1973) hoy se dice que cuando el individuo no busca la forma de ejercer algún tipo de control, se va transformar en Eustrés y cuando no se trata este tipo de estrés, se transforma en Distrés.

Entonces se puede decir que el estrés es imprescindible para la vida, por ende, se pueden apreciar diferencias en el grado de estrés, con lo cual podemos determinar si es “óptimo o positivo si este es eustrés, y negativo si es distrés”. El nivel de “eustrés” resulta ser lo más conveniente y necesario para hacerle frente al estrés, aun así, hay niveles altos de estrés, que se vuelven adictivos, como por ejemplo suele darse en las personas llamadas “buscadores de sensaciones” y en aquellos que son adictos a los deportes o actividades de riesgo. (Smith, 1987). Esto quiere decir que cuando nos encontramos ante alguna situación de estrés y

reaccionamos de forma positiva, nos va ayudar a encontrar una solución efectiva. La sensación de enfrentarse a situaciones de reto e incluso de peligro, provoca una alta autoestima, generando importantes dosis de afecto positivo.

Estrés Académico. Este tipo de estrés se desarrolla en el ámbito escolar, afectando a los estudiantes como docentes. (Berrio y Mazo, 2011). Se llama “estrés académico” a los cambios que ocasionan tensión cuando la persona se encuentra en una etapa de aprendizaje, se da desde “grados preescolares hasta la educación universitaria de postgrado” esto ocurre tanto en estudios que se realizan de manera individual como también las que se realizan en el aula escolar.

El estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se describe en tres momentos:

- Primero: el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son consideradas estresores.
- Segundo: esos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio).
- Tercero: ese desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico (Gutiérrez, 1987, p.27).

b) Manifestaciones Del Estrés**❖ Fisiológicas**

Selye, 1973 define al estrés como una cadena de “reacciones fisiológicas” expresadas por el individuo, menciona que hay indicadores para identificar una situación de estrés, se da cuando “las pupilas se dilatan para mejorar la visión, el oído se agudiza, los músculos se tensan, preparados para actuar, y la frecuencia cardiaca y respiratoria aumenta”, entre otros cambios fisiológicos establecen la fase inicial o fase de preparación, que se da como respuesta al estrés. En la segunda fase o fase de mantenimiento se conservan los cambios fisiológicos como respuesta de afrontamiento ante una situación de estrés. En la última fase (tercera) o fase de agotamiento, en este nivel la capacidad fisiológica disminuye considerablemente ya que de otro modo el organismo llegaría al colapso.

Montoya, et al. (2010) refieren que en el organismo se producen cambios biológicos, cuando se está sometido a una situación de estrés, así mismo menciona que estos cambios no son percibidos por las personas y se fijan procedimientos de diagnósticos para determinar el nivel de la reacción. “Sin embargo, a nivel psicológico muchos síntomas producidos por el estrés pueden ser fácilmente identificados” (p.18). La respuesta más común cuando el individuo se encuentra sometido a una situación de estrés, es la llamada “ansiedad”, la cual se define como un sentimiento desagradable de temor, que se percibe como una señal de alerta que advierte de un peligro amenazante, frecuentemente esta amenaza es desconocida, se manifiesta con molestas palpitaciones, un miedo irracional, ahogo, temblores y la desagradable sensación de perder el control de la situación. También nos menciona que existen

otros síntomas que se pueden identificar, como lo son el “agotamiento físico, la falta de rendimiento, etc.” (p.43). En el caso de que el estrés continúe siga siendo intenso y se prolongue en el tiempo, podría causar enfermedades físicas y mentales

Selye, (1973) destacó el coste del “proceso adaptativo”, menciona que esto va depender del tiempo de exposición frente al estresor y también las estrategias de afrontamiento planteadas, al referirse a los efectos negativos, del proceso de la confrontación con el estresor o también denominados indirectos, residuales y secundarios.

❖ Cognitivo conductuales

A nivel conductual, Hernández (1994) menciona en su estudio que los estudiantes cambiaron sus estilos de vida durante las evaluaciones académicas en respuesta a hábitos poco saludables como “el uso excesivo de cafeína, tabaco, sustancias psicoactivas como la agitación y en algunos casos incluso la sedación”. Los hábitos pueden conducir más tarde a una "salud desordenada".

Martin (2007) en su estudio determinó que el consumo de tabaco y cafeína se dio en dos etapas de estudio. El primero se trata de aquellos alumnos que se dedicaban al consumo de cafeína, y no solo en periodo de examen, estas personas no aumentaron su consumo durante este proceso, sin embargo, aquellos que solo consumían cafeína en periodo de exámenes aumentaron su consumo.

❖ Psicológicas

Se puede decir que el estrés es un proceso adaptativo, que llega a causar reacciones, debido a que nos enfrenta a

una situación de cambios en nuestra vida cotidiana, estos cambios pueden ser tanto positivos como negativos o evitativos. Selye diferenció los dos tipos de estrés: “el distrés o estrés negativo y el eustrés o estrés positivo” (Montalvo et al.,2015, p.314).

c) Supuesto sistémico del estrés académico

El modelo a desarrollar para el caso específico del estrés debe tener una conceptualización multidimensional y comprensiva, que refleje la tendencia de la investigación del estrés desde el trabajo de Lazar (1966), quien propuso considerar este concepto como un concepto organizador, un intento de comprender una amplia gama de fenómenos importantes en la adaptación humana. En este sentido, algunos autores no consideran el estrés como una sola variable, sino como un conjunto de variables y procesos (Barraza,2006, p.12).

Ante esta situación, surge la pregunta: ¿cómo crear un modelo multidimensional e integral que respete el estrés? La respuesta hay que buscarla en la teoría general de los sistemas, porque esta teoría parte del supuesto de que todo ámbito de la realidad tiene una composición sistémica, es decir constituye un sistema, por microscópico que sea, y por lo tanto sólo puede derivarse de un modelo del sistema proporcionado por el conocimiento real. “Nos permite mirar un fenómeno como un todo, enumerar sus componentes y estudiar las relaciones que los unen, sin reducir el todo a sus partes, pero siempre teniendo presente que el todo es mayor que la suma de sus partes.” (Colle, 2002; p. 4 citado por Barraza,2006).

Según Arnold y Osorio (1998), estos esfuerzos de modelado sistemático se basan en el supuesto de que las personas, como un sistema abierto, están relacionadas con su entorno en un flujo continuo de entradas (input) y salidas (output). Para lograr el equilibrio del sistema.

a. Una persona puede ser percibida como un sistema abierto: en la definición más común, un sistema se identifica como un conjunto de elementos estrechamente relacionados que directa o indirectamente mantienen unido al sistema de una manera más o menos estable y cuyo comportamiento global suele seguir algún tipo de propósito. Esta definición enfatiza los aspectos estructurales del sistema y conduce necesariamente a la identificación de los subsistemas que componen el sistema.

Esta definición, que conduce a la estructura del sistema interno, debe complementarse con el concepto de sistema abierto, donde el establecimiento de un flujo de relaciones con el entorno es condición de la continuidad del sistema (Arnold y Osorio, 1998), citado en Barraza, 2006). Esta orientación conceptual conduce al sistema. La identificación de procesos relacionados está en el corazón de este modelo.

b. Las personas como sistema abierto se relacionan con el entorno en un flujo continuo de entrada y salida, la relación entre el sistema y su entorno puede describirse como una red formada por circuitos de entrada-salida. La entrada se llama la importación de recursos necesarios para iniciar el ciclo de vida del sistema, y la salida es la salida actual del sistema.

Complementando esta relación de entrada-salida está el concepto de retroalimentación, que define los mecanismos

por los cuales un sistema abierto recopila información sobre el impacto de sus decisiones internas en el medio ambiente e información que informa futuras decisiones o acciones. Mediante el uso de mecanismos de retroalimentación, el sistema ajusta su comportamiento en función de sus efectos reales en lugar de un programa de salida fijo.

c. Como sistema abierto, los seres humanos están conectados con el medio ambiente en un flujo continuo de entrada y salida para lograr el equilibrio del sistema; antes de que cambien las condiciones ambientales, las personas reemplazan, previenen, complementan o corrigen estos cambios para mantener el equilibrio del sistema.

Un sistema abierto puede alcanzar el estado de equilibrio del sistema a través de varios caminos, llamados equilibrio y multifinalidad; equifinalidad significa que el sistema "entra" desde diferentes condiciones iniciales, "procesa" a lo largo de diferentes caminos y alcanza el mismo estado final en la "salida". Este estado final es el mantenimiento de un estado de homeostasis. El proceso inverso se llama multiplicidad, es decir, Condiciones iniciales similares de "entrada" pueden conducir a diferentes estados finales de "salida". (Barraza, 2006, p.43)

2.3. Bases conceptuales

a. Estrés

Estrés se define como la presión provocada por situaciones que ocasionan reacciones "psicosomáticas o trastornos psicológicos" en ocasiones graves.

b. Temperamento

El temperamento es un estado dinámico variable compuesto de energías físicas, bioquímicas y psíquicas, cuyo conjunto determina el

ritmo vital propio de cada individuo, es decir, el comportamiento de su vitalidad.

c. Adolescentes

Se trata de la etapa que precede la niñez y que comprende la pubertad, al cual ya la podemos llamar como adolescencia. "El término proviene de la palabra latina adolescencia".

d. Estrés Académico

El estrés académico es nuestra respuesta normal a las demandas y exigencias de la universidad, tales como pruebas, exámenes, ensayos, presentaciones, etc. Esta respuesta nos activa y moviliza para responder con eficacia y alcanzar nuestros objetivos.

2.4. Bases epistemológicas o bases filosóficas o bases antropológicas

La fenomenología biológica de Maturana (2007) define la base epistemológica y los métodos de afrontamiento en situaciones estresantes. "El estrés es de origen biológico y es un fenómeno de resolución automática" (p. 38). Este campo de estudio se aborda tradicionalmente desde una perspectiva científica reduccionista con principios de seguridad modernos. "Si nos acercamos a la fenomenología social del estrés, no existen estados de estrés específicos, sino que todos los estados de estrés están definidos por un contexto cultural y social, donde el individuo y el contexto importan" (Maturana, 2007 como se citó en Romero y Verde, 2020, p.68).

Hobfoll (1998), refiriéndose a su teoría de "definiciones culturales de conservación de recursos y estrés", menciona:

El estrés puede ser representado como (1) una amenaza para su salud o (2) la pérdida de los recursos necesarios actuales que puede sumergir a una persona en su entorno, así como la capacidad de incluir a su familia en su organización social. Otra forma de entender el estrés se da cuando una persona está acostumbrada a invertir en

algo que cree que le dará más, y a partir de ese momento se puede predecir el estrés (3) cuando el individuo siente que él mismo no está ganando lo justo o que en sí mismo es una pérdida. después de que su grupo social haya invertido sus recursos.

CAPÍTULO III. METODOLOGÍA

3.1. **Ámbito**

El contexto donde se llevó a cabo la investigación fue la ciudad de Huánuco, departamento de Huánuco, provincia de Huánuco, ubicado en la región centro oriental peruana entre la cordillera occidental y el río Ucayali con una altura de 1894 m.s.n.m tierra prometedora de la eterna primavera y del mejor clima del mundo, cuenta con nevadas cordilleras, cálidos valles y selva, la provincia de Huánuco limita por el Norte con las provincias de Leoncio Prado y Dos de Mayo, por el Este con Pachitea, por el Sur con Ambo, y por el Oeste con Lauricocha y Yarowilca (INEI, 2018,p. 19).

De acuerdo con las proyecciones del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2018), la población de Huánuco hasta el año 2017 es de 721 047 habitantes, de los cuales el 50,8% está conformado por hombres y el 49,2% por mujeres; la mayoría se encuentra habitando en la zona rural de la región (63,1%), y solo el 36,9% habita en el área urbana (p.23).

En economía, la ciudad de Huánuco fue considerada como una de las regiones del Perú que tiene un gran potencial de recursos naturales y turísticos que requieren inmediata explotación y ejecución de proyectos de inversión. En la parte del centro oriente del país, presenta múltiples alternativas productivas y desarrollo de sectores como la agroindustria, agricultura, ganadería, piscigranjas, industrias, turismo, artesanía, comercio, servicios entre otras actividades” (INEI, 2000, p.37).

La estructura económica del departamento de Huánuco se sostiene en la actividad de la agricultura y caza, así también como el comercio y servicios. Finalmente, el departamento de Huánuco cuenta con un total de 2209 colegios entre públicos y privados, 416 de educación inicial, 1543 de educación primaria y 250 de educación secundaria. Además, alberga tres universidades: Universidad Nacional

Hermilio Valdizán, Universidad de Huánuco y Universidad Nacional Agraria de la Selva. La ciudad de Huánuco está considerada como zona urbana, ya que está en un buen auge de desarrollo y crecimiento. Blogger (2013).

Para este estudio se aplicó las pruebas psicológicas de SISCO de estrés académico e Inventario de personalidad Eysenck y Eysenck en estudiantes de secundaria de una I.E pública de Huánuco, la institución educativa “Nuestra Señora De Las Mercedes” se encuentra ubicada en el departamento de Huánuco, distrito de Huánuco, ubicada en Jr. Ayancocha 132, Huánuco 10001.

3.2. Población

3.2.1. Población

La población total fueron los estudiantes del Quinto grado Sección “A”, “B”, “C” del nivel secundario de la institución educativa pública “Nuestra Señora de las Mercedes” de Huánuco que consta de 313 estudiantes.

3.2.1.1. Criterios de inclusión

- Estudiantes de la I.E.” Nuestra Señora de las Mercedes”
Huánuco
- Adolescentes de 15 a 17 años de edad
- De lugar de procedencia Huánuco
- Que residen en Huánuco

3.2.1.2. Criterios de exclusión

- Estudiantes que no sean de la I.E.” Nuestra Señora de las Mercedes” Huánuco

- Adolescentes que no sean de 15 a 17 años de edad
- Que no sean de lugar de procedencia Huánuco
- Que no residen en Huánuco

3.3. Muestra

La muestra se estableció de manera no probabilística intencional ya que los elementos muestrales fueron escogidos en base a criterios o juicios preestablecidos por el investigador. (Arias, 2006).

Según Hernández, et al. (2014) sugirieron que las muestras “no probabilísticas” son representativas de un subconjunto de la población, donde la selección de elementos depende de las características de la encuesta en lugar de las probabilidades.

De acuerdo con Arias (2006), el muestreo Intencional, implica la identificación de elementos muestrales, los cuales serán seleccionados a criterios establecidos con anterioridad por el investigador, o también como lo describe Parra (2003), este tipo de muestreo se caracteriza por un esfuerzo deliberado de obtener muestras representativas mediante la inclusión en la muestra de grupos supuestamente típicos; En la investigación se empleó un muestreo no probabilístico Intencional, donde se escogió a 100 estudiantes de sexo femenino y masculino, de las edades de 15 a 17 años del Quinto grado Sección “A”, “B”, “C” de secundaria la I.E. “Nuestra Señora de las Mercedes”, tomando en cuenta criterios de inclusión y exclusión; quienes conforman el 100% de la muestra no probabilística.

Muestra de estudiantes de Quinto grado Sección “A”, “B”, “C” de nivel secundario de la I.E.P. “Nuestra Señora de las Mercedes” Huánuco – 2019

Tabla 2

Muestra de estudiantes seleccionados de la Institución Educativa Nuestra Señora de las Mercedes Quinto grado Sección "A", "B", "C"

GRADO Y SECCIÓN	TOTAL
5º "A"	35
5º "B"	33
5º "C"	32
TOTAL	100

Nota. Elaboración propia

3.4. Nivel y tipo de estudio

3.4.1. Nivel

La investigación corresponde al nivel correlacional, en el que se describe la "relación" entre los variables temperamento y estrés académico en estudiantes de secundaria. Según (Garay, et al, 2012) menciona que: "este tipo de estudio tiene por finalidad conocer la relación de o grado de asociación de dos o más variantes en un contexto particular" (p.90).

Según Caballero (2019) la investigación correlacional no es causal, se utiliza para saber cómo se puede comportar una variable al conocer el comportamiento de la otra variable correlacionada cuantitativamente.

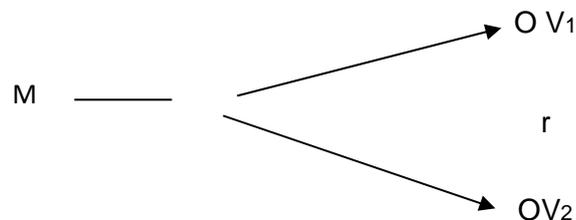
3.4.2. Tipo

La investigación es de tipo de estudio sustantiva, ya que pretende dar respuesta a un problema teórico de la variabilidad de un modelo y se orienta a "describir y explicar", lo cual, de cierta forma lo "encamina hacia la investigación básica o pura" (Sánchez y Reyes, 2006). Haciendo valedero la observación siguiente: "Todas las investigaciones básicas pueden ser

sustantivas, pero no todas las investigaciones sustantivas, necesariamente son básicas"(p.170). Se establecen dos alternativas, la descriptiva y la explicativa como "niveles "de la investigación sustantiva, y de acuerdo al marco hipotético representado en un modelo de variable latente, cabe destacar que "tanto la investigación descriptiva como la explicativa están estrechamente ligadas, ya que no se puede explicar un fenómeno si antes no conocemos sus características"(p.180)

3.5. Diseño de investigación

El diseño de la presente investigación es no experimental, porque no se ejecuta la manipulación de variable, además de ello en este diseño, nuestra población muestra fue estudiada en su entorno natural y en su realidad (Hernández, et al., 2014). Es correlacional ya que busca instaurar relación entre las variables de estudio y transversal, debido a que la medición se ejecutará en un determinado tiempo. Su presentación gráfica es la siguiente:



Donde:

O1: VARIABLE 1: Estrés Académico

O2: VARIABLE 2: Temperamento

r: Relación

3.6. Métodos, técnicas e instrumentos

3.6.1. Método

El método de la presente investigación es de tipo descriptivo, el cual consiste en la observación, en analizar e interpretar sistemáticamente un grupo de hechos, fenómenos y variables. El método descriptivo se encarga de estudiar la forma natural del estado actual; dificultando el control directo de las variables de estudio. Siendo indiscutible su validez interna. El propósito de este método, es “describir cómo se presenta y que existe con respecto a las variables o condiciones en una situación”. (Sánchez y Reyes, 2006, p. 76).

3.6.2. Técnicas

En la presente investigación para la recolección de los datos, se utilizó la técnica de la psicometría que está dirigida en medir los procesos psíquicos (Rust y Golombok, 2009). Como “instrumentos psicométricos” para su medición de variables de estudio se emplearon el inventario del estrés académico SISCO y el inventario de personalidad Eysenck y Eysenck – forma B.

3.6.3. Instrumentos

A. INVENTARIO DEL ESTRÉS ACADÉMICO SISCO

Tabla 3

Ficha Técnica del inventario del Estrés Académico SISCO

Nombre	Inventario SISCO de Estrés Académico
Autor	Arturo Barraza Macías
Procedencia	México
Año	2007

Objetivo	Se trata de una escala independiente que evalúa las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales
Administración	Individual y Colectiva
Tiempo	Sin tiempo límite, entre 10 a 15 minutos aprox.
Tipo	Los ítems son respondidos a través de escalamiento tipo Likert de cinco valores categoriales nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre)

El Inventario SISCO se encarga de medir el Estrés Académico, el instrumento está formado por cinco apartados con 31 ítems, distribuidos de la siguiente manera:

- Cláusula que representa pase de filtro representado por términos dicotómicos (si-no), el cual permitirá decidir si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario.
- Cláusula que permitirá establecer valores de 1 al 5 donde 1 representa poco y 5 representa mucho, lo cual permitirá determinar el grado de intensidad del “estrés académico”.
- 8 cláusulas que otorgan valores de escalamiento de 5 valores categoriales que estarán representados por “nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre”, estableciendo de esta forma la frecuencia en que las situaciones del entorno son valoradas como “estímulos estresores”.

- 15 cláusulas que va en escala tipo Likert presentado por 5 valores categóricos “nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre”, determinando de esta manera la frecuencia con la que se identifica los síntomas o reacciones al estímulo estresor del entorno.
- 6 cláusulas que van en escala de tipo Likert presentado por 5 valores categoriales “nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre”, identificando la frecuencia de las estrategias de afrontamientos.

Este inventario reportó originalmente las siguientes propiedades psicométricas (Barraza, 2007).

- **Confiabilidad original**

Según Barraza (2007) La confiabilidad del inventario es de 0,87 Alfa de Cronbach para las dimensiones y para la prueba total es de 0.90, estos niveles pueden ser valorados como muy buenos o elevados.

- **Confiabilidad nacional**

Olivas, et all (2021) La confiabilidad se determinó a partir de los coeficientes omega ($\omega > 0,80$) para los tres factores: estresores = 0,90, síntomas = 0.89 y estrategias de afrontamiento = 0,89. Por lo tanto, se puede concluir que la lista de cotejo SISCO reunió evidencias sobre la validez y confiabilidad de su uso entre los estudiantes de la Universidad de Lima.

- **Confiabilidad regional**

Picoy (2015), realizó un estudio de confiabilidad en una muestra de estudiantes de la Facultad de Psicología

de la UNHEVAL para lo cual utilizó la herramienta: Inventario de Estrés Académico SISCO en una muestra de 50 estudiantes; el método de muestreo para este procedimiento fue aleatorio. Saber que la consistencia interna se basa en dos características de análisis: la longitud del instrumento (número de ítems) y la variabilidad dentro de los sujetos (variación entre puntajes). El coeficiente alfa de Cronbach es 0,82, lo que indica una alta fiabilidad.

- **Validez original**

La evidencia se obtuvo de acuerdo a la estructura interna basada en 3 procedimientos: “análisis factorial, análisis de consistencia interna y análisis de grupos de comparación”. Los resultados obtenidos muestran que la “composición tridimensional del inventario Sisco” de estrés académico, analizado por reducción de datos, corresponde al modelo teórico para el estudio del estrés académico desde la perspectiva del cognitivismo de sistemas (Barraza, 2006).

“Se confirmó la homogeneidad y la direccionalidad única de los ítems que componen el inventario a través del análisis de consistencia interna y de grupos contrastados. Estos resultados centrados en la relación entre los ítems y el puntaje global del inventario permiten afirmar que todos los ítems forman parte del constructo establecido en el modelo conceptual construido, en este caso, el estrés académico” (p.92)

- **Validez nacional**

Olivas, et al (2021) El propósito de este estudio instrumental fue analizar las evidencias psicométricas del inventario SISCO entre estudiantes universitarios de la

ciudad de Lima metropolitana. Participaron 560 hombres y mujeres de 18 a 50 años de universidades estatales y privadas. El análisis factorial confirmatorio confirmó el ajuste del modelo con tres factores relacionados: CFI = 0,929, TLI = 0,920, RMSEA = 0,083 [0,078–0,088], SRMR = 0,061.

- **Validez regional**

Picoy (2015) encontró la validez de contenido del Inventario por el coeficiente de validación "V" de Aiken por cuatro jueces; los resultados mostraron que los ítems fueron estadísticamente significativos para la validez declarada, con un margen de error de 0,05 y un límite inferior por encima de la V de Aiken de 0,5. Es decir, cumplir criterios estadísticos superiores al mínimo.

B. INVENTARIO DE PERSONALIDAD EYSENCK Y EYSENCK – FORMA B

Tabla 4

Ficha Técnica del Inventario de Personalidad Eysenck y Eysenck

Nombre	Inventario de Personalidad – Eysenck Forma B para Adultos
Autor	Hans Jürgen Eysenck.
Procedencia	Universidad de Londres. Inglaterra
Aparición	1964

Objetivo	Evalúa de manera indirecta las dimensiones de la personalidad.
Administración	Para sujetos adultos tanto varones como mujeres. también se aplica desde los 16 años. básicamente pudiendo tomarse también en forma individual y grupal
Aspectos Que Evalúa	Dimensión “E”.- Introversión – Extroversión. Dimensión “N”.- Estabilidad – Inestabilidad
Tiempo	El tiempo promedio es de 15 minutos.
Tipo	Es de tipo verbal – escrita y con respuestas dicotómicas.
Adaptación	Baremo general (adaptado en estudiantes de psicología de una universidad de Chiclayo, 2006).
Aspectos Que Evalúa	“E” Dimensión: Introversión – Extroversión. “N” Dimensión: Estabilidad – Inestabilidad.

- **Fundamento Teórico del instrumento**

La teoría de Eysenck se basa por lo general en la “psicología y la genética”. A pesar de ser conductista que manifestaba que los hábitos desarrollados eran de mucha importancia, planteó que la variedad en la personalidad se desarrolla a partir de la “herencia genética”. Por lo que su interés en particular se basó en lo que denominamos temperamento. (Fernando, et al, 2013)

El temperamento es la forma de ser, de reaccionar de forma natural, el cual está basado en “nuestra genética, innata”, dado desde el nacimiento o incluso antes. Esto quiere decir que la teoría sobre el temperamento, el cual menciona que otros aspectos de nuestra personalidad son aprendidos; es sólo que Eysenck se centró en lo "natural" y dejó la "crianza" para que la estudiaran otros teóricos.

Cuando se realiza el análisis de reducción de datos, se extrae factores o dimensiones como timidez-extraversión del total de información. Seguidamente se pasa al proceso donde se tiene que examinar y nombrar al factor con un término específico como “introversión-extraversión”. Existen otras técnicas que consisten en comparar los datos de diversas posibles dimensiones y otras que buscan dimensiones con niveles más altos.

El trabajo de “Personalidad de Eysenck y el inventario” establecido para medir los factores que se utilizan, se da a través del análisis factorial, no deja de lado a otros criterios como elementos constitucionales y de temperamento y los integran. Este estudio consta de 57 ítems de contestación (Sí / No). Tiene dos formas A y B. Ambas formas tienen dos factores con dos polos: Extraversión versus Introversión y Neuroticismo versus Control; tiene añadida una escala de sinceridad para contrarrestar las respuestas deseables.

- **Confiabilidad original**

García, et al (1979) El coeficiente de fiabilidad de la escala N hallados con el cuestionario inglés original en una gran población normal (0 '81) y en una muestra de neuróticos (0' 87) y en otra de psicóticos (0 '91).

La escala E, en general, siempre muestra una fiabilidad ligeramente inferior a la escala N, en una gran muestra normal (0'76) y en una muestra de neuróticos (0'75) y en otra de psicóticos (0'74).

La escala L es francamente poco fiable (0'44).

- **Validez original**

García, et al (1979) la escala L muestra un nivel inferior de validez. Por otra parte, las escalas N y E muestran, una usual correlación negativa.

Tabla 5

Métodos y técnicas de recopilación de datos

Método	Técnicas	Instrumentos
Observación indirecta medición	Psicometría	Inventario de personalidad Eysenck y Eysenck Inventario Sisco de estrés académico

3.7. Procedimiento.

El trabajo se llevó a cabo estableciendo la relación entre las variables de estudio: Estrés académico y temperamento en un solo momento de evaluación, sin manipular las variables.

Desarrollándose así la investigación de la siguiente manera:

- Se realizó el trámite administrativo correspondiente para obtener la aprobación del

proyecto de la tesis en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán Huánuco.

- Se revisó bibliografía adecuada para elaborar el proyecto.
- Se envió el proyecto para la revisión y corrección.
- Se levantaron las observaciones respectivas y las correcciones del proyecto de tesis.
- Para la recolección de los datos se solicitó la autorización de ingreso con la directora de la Institución “Nuestra señora de las mercedes”
- Luego de conseguir el permiso se coordinó el ingreso en las respectivas instalaciones asignadas y en sus horarios más adecuados.
- Los instrumentos fueron aplicados de forma colectiva y se proporcionaron los protocolos y hojas de respuestas con lápices y/o lapiceros.
- Durante la recolección de datos, se acompañó a los estudiantes durante el proceso de aplicación; respondiendo las dudas y preguntas de los alumnos sobre algunos ítems.

3.8. Tabulación y análisis de datos

1. Se recogió la información.
2. Se puntuaron los datos recogidos.
3. Se transformaron los datos cuantitativos en cualitativos.
4. Los resultados de la investigación fueron procesados mediante la tabulación y análisis de los datos obtenidos. Asimismo, los resultados se visualizaron en tablas bidimensionales, permitiendo así la presentación de los datos en forma sistemática

5. Para el Análisis de la Información se utilizó el chi cuadrado que mide la asociación entre dos variables discretas y, los criterios de significación a tenerse en cuenta.
6. Se revisaron los resultados
7. Se obtuvo la conclusión
8. Se realizó la comparación de los resultados obtenidos con cada uno de los objetivos trazados (general y específicos)
9. Y por último se aceptó la hipótesis.

3.9. Consideraciones éticas

Dentro de las consideraciones éticas de la investigación, se tuvo en cuenta lo siguiente:

- La presentación de los evaluadores a toda la población de estudio.
- La investigación no efectuó ningún riesgo a los participantes de nuestro estudio.
- Consentimiento Informado verbal a los participantes que estuvieron de acuerdo con ser evaluados y conocer sus derechos y responsabilidades.
- Confidencialidad, asegurando la protección de la identidad de las personas que participaron como evaluadores.
- La equidad, en referencia que los evaluados fueron tratados en condiciones de igualdad tanto varones como mujeres.

CAPÍTULO IV. RESULTADOS

Tabla 6

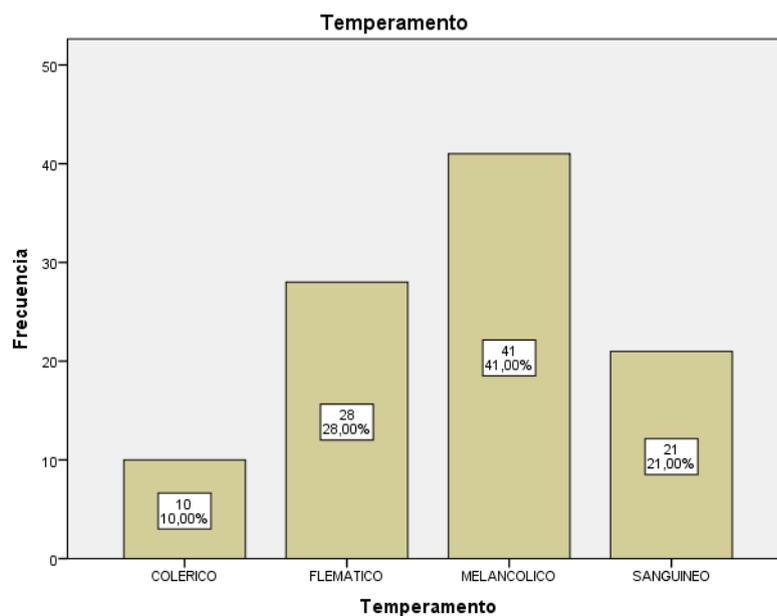
Temperamento predominante de los estudiantes de Quinto grado Sección “A”, “B”, “C” de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019.

		f	%
TEMPERAMENTO	COLÉRICO	10	10.0
	FLEMÁTICO	28	28.0
	MELANCÓLICO	41	41.0
	SANGUÍNEO	21	21.0
	Total	100	100.0

Nota. Resultados de administración del Inventario de personalidad Eysenck y Eysenck (versión adultos).

Figura 1

Temperamento predominante de los estudiantes de Quinto grado sección “A”, “B”, “C” de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019.



En la figura y la tabla se puede apreciar la frecuencia y porcentaje de la variable temperamento; donde se puede evidenciar que existe una prevalencia del

temperamento Melancólico con un 41. % (41), seguido del temperamento Flemático con un 28%; indicándonos claramente que hay mayor prevalencia de personas con características más introvertidas y reservadas.

Tabla 7

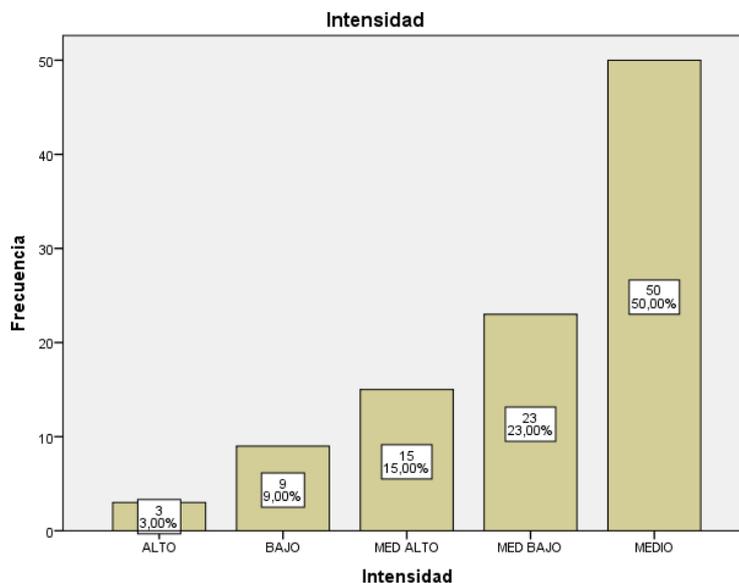
Nivel de Estrés Académico predominante de los estudiantes de Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019.

		f	%
ESTRÉS ACADÉMICO	ALTO	3	3.0
	MED ALTO	15	15.0
	MEDIO	50	50.0
	MED BAJO	23	23.0
	BAJO	9	9.0
	Total	100	100.0

Nota. Resultados de administración del Inventario de Estrés Académico Sisco.

Figura 2

Nivel de Estrés Académico predominante de los estudiantes de Quinto grado sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019.



En la figura y la tabla se puede apreciar la distribución de frecuencias de la variable Intensidad de Estrés, indicándonos claramente que existe mayor frecuencia y porcentaje en el nivel medio de Intensidad al estrés con un 50%. Seguido de la categoría nivel Medio Bajo con un 23%.

Tabla 8

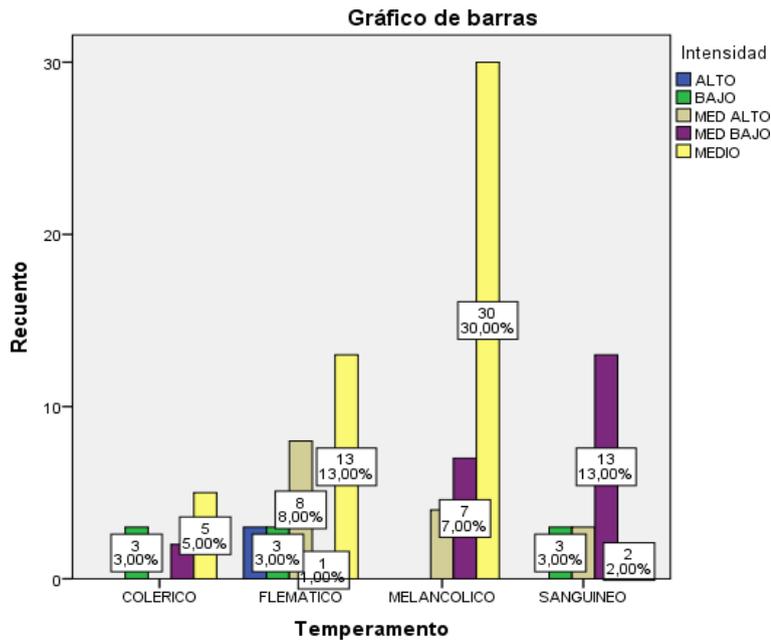
Nivel de estrés académico predominante entre los diferentes tipos de Temperamentos (Colérico, Flemático, Melancólico y Sanguíneo) de los estudiantes de Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019.

		Estrés Académico					Total	
		BAJO	MED BAJO	MEDIO	MED ALTO	ALTO		
Temperamento	COLÉRICO	F	3	2	5	0	0	10
		%	3.0%	2.0%	5.0%	0.0%	0.0%	10.0%
	FLEMÁTICO	F	3	1	13	8	3	28
		%	3.0%	1.0%	13.0%	8.0%	3.0%	28.0%
	MELANCÓLICO	F	0	7	30	4	0	41
		%	0.0%	7.0%	30.0%	4.0%	0.0%	41.0%
	SANGUÍNEO	F	3	13	2	3	0	21
		%	3.0%	13.0%	2.0%	3.0%	0.0%	21.0%
Total	F	9	23	50	15	3	100	
	%	9.0%	23.0%	50.0%	15.0%	3.0%	100.0%	

Nota. Resultados de administración del inventario de Estrés Académico SISCO.

Figura 3

Nivel de estrés académico predominante entre los diferentes tipos de Temperamentos (Colérico, Flemático, Melancólico y Sanguíneo) de los estudiantes de Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019.



De la tabla y la figura se puede evidenciar que hay mayor frecuencia del nivel Medio de la variable Estrés Académico en personas con temperamento Melancólico, con un 30%; así mismo en los Flemáticos también prevalece la categoría Medio de la variable Estrés Académico con un 13%; como también en los sanguíneos prevalece el nivel Medio Bajo con un 13%

PRUEBA DE HIPÓTESIS

Se ha realizado el análisis de Normalidad con el test estadístico de Kolmogorov-Smirnov, con el objetivo de identificar la distribución de los resultados obtenidos y procesar los resultados en la elección de la prueba estadística.

Tabla 9

Prueba de Normalidad.

PRUEBAS DE NORMALIDAD			
	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Estrés Académico	,069	100	,200*
Neuroticismo	,104	100	,010
Extraversión	,098	100	,019

*Nota. *Este es un límite inferior de la significación verdadera. Fuente: Administración del inventario de Estrés Académico Sisco.*

Contrastando Normalidad

H1: No es una Distribución Normal

Ho: Es una Distribución Normal

Si el p-valor es mayor al Alfa; entonces se acepta la hipótesis nula (Los datos tienen una distribución normal. Si el p-valor es menor al Alfa; entonces se rechaza la hipótesis nula (Los datos no tienen una distribución normal)

En la variable del factor de personalidad Neuroticismo (N) se ha obtenido un valor de significancia de 0.010, y que es menor a 0.05 (margen de error estándar); por ello se denota como diferente a una distribución normal; por lo tanto, no es una distribución normal.

En la variable del factor de personalidad Extraversión (E) se ha obtenido un valor de significancia de 0.019, y que es menor a 0.05 (margen de error estándar); por ello se denota como diferente a una distribución normal; por lo tanto, no es una distribución normal.

En la variable Estrés Académico, se ha obtenido un valor de significancia de 0.200, y que es mayor a 0.05 (margen de error estándar); por ello se denota como igual a una distribución normal; por lo tanto, los datos tienen una distribución normal.

De acuerdo a la distribución estadística de los resultados, se ha obtenido un nivel de significancia menor a 0.05 (margen de error estándar), en los factores de Neuroticismo y Extraversión de la variable Temperamento, sin embargo, en la variable Estrés académico, se ha obtenido un nivel de significancia mayor a 0.05 (margen de error estándar), lo cual nos indica que tiene una distribución Normal, por tanto, a criterio del investigador, según las características de las variables, para lograr los objetivos se decide usar un estadístico paramétrico

En la tabla se puede apreciar los resultados de la Prueba estadística de Kolmogorov-Smirnov; donde se ha obtenido un nivel de significancia menor a 0.05 (En las variables Neuroticismo y Extraversión), sin embargo mayor en la variable Intensidad del Estrés Académico donde categóricamente se puede determinar que la distribución de los

resultados es Normal; por tanto se pueden usar pruebas estadísticas No Paramétricas o Paramétricas para el procesamiento Inferencial; por tal motivo se trabajó con la prueba estadística no paramétrica de Correlación de Spearman (Rho).

Tabla 10

Asociación entre el Temperamento y el nivel de Estrés Académico de los estudiantes de Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019.

	Valor	gl	Sig. asintótica (2 caras)
Chi-cuadrado de Pearson	53,180	12	,000
Razón de verosimilitud	56,829	12	,000
N de casos válidos	100		

Nota. Resultados obtenidos de la asociación de las variables temperamento y estrés académico de los estudiantes de Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019 en el software SPSS -21.

En la tabla se evidencia los resultados Chi cuadrado de las variables de Estrés Académico y Temperamento, obtenido un valor estadístico de 53.180, con 12 grados de libertad y un valor de significancia de 0.000 (p -valor $<$ 0.05), Es por ello que se tiene una asociación estadísticamente significativa entre el Estrés Académico y el Temperamento.

Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, indicándonos que existe una asociación estadísticamente significativa entre temperamento y estrés académico de los estudiantes del quinto grado sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019.

Tabla 11

Correlación del Factor Neuroticismo del Temperamento y Estrés Académico de los estudiantes de Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019.

CORRELACIONES SPEARMAN			
		Neuroticismo	Intensidad
Neuroticismo	Correlación de Spearman	1	,127
	Sig. (bilateral)		,207
	N	100	100
Estrés Académico	Correlación de Spearman	,127	1
	Sig. (bilateral)	,207	
	N	100	100

Nota. Resultados de administración del Inventario de Estrés Académico SISCO

Se obtiene en el siguiente cuadro de correlación que el valor es 0.127; indicándonos una correlación de Spearman positiva Nula y con un nivel de significancia de 0.207; indicándonos que el valor de significancia es mayor a 0.05; esto quiere decir que no hay una correlación estadísticamente significativa entre la variable Neuroticismo y la variable Estrés Académico; aceptando la hipótesis nula.

Figura 4

Correlación del Factor Neuroticismo del temperamento y Estrés Académico de los estudiantes de Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019.

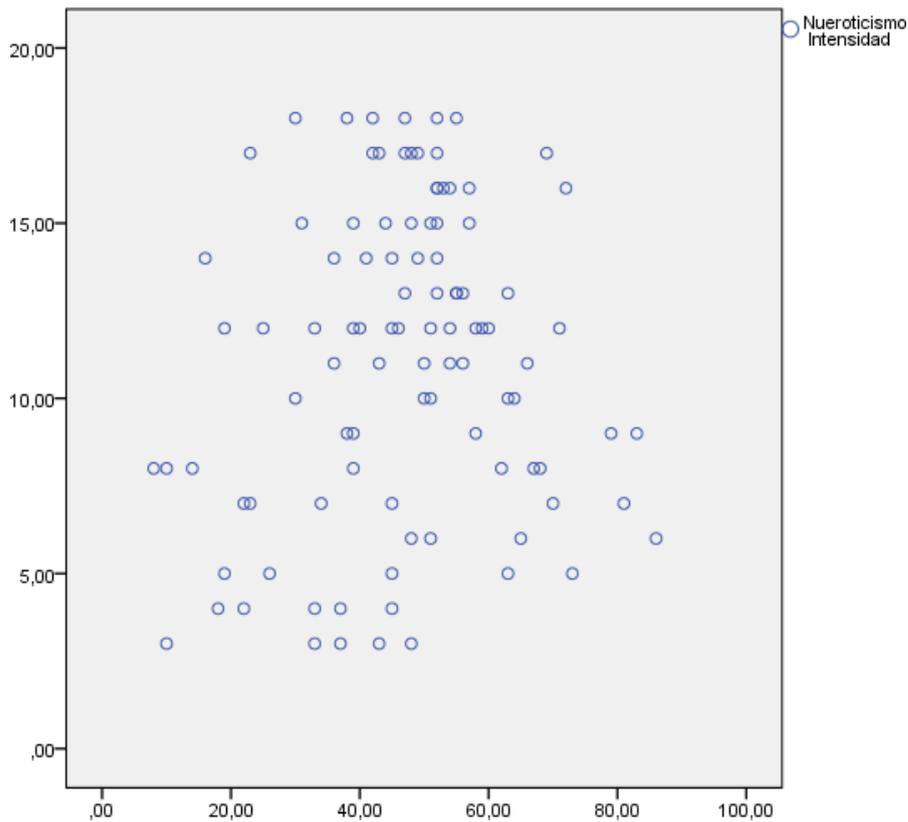


Tabla 12

Correlación del Factor Extraversión del temperamento y Estrés Académico de los estudiantes de Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019.

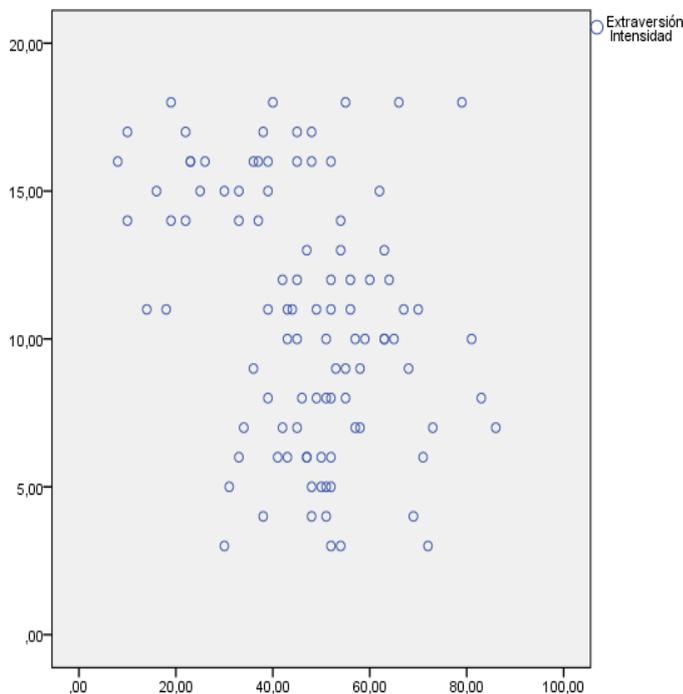
CORRELACIONES SPEARMAN			
		Intensidad	Extraversión
Estrés Académico	Correlación de Spearman	1	-,303**
	Sig. (bilateral)		,002
	N	100	100
Extraversión	Correlación de Spearman	-,303**	1
	Sig. (bilateral)	,002	
	N	100	100

Nota. Resultados de administración del Inventario de Estrés Académico SISCO.

Se obtiene en el siguiente cuadro de correlación que el valor es -0.303; indicándonos una correlación de Spearman negativa Débil y con un nivel de significancia de 0.002; indicándonos que el valor de significancia es menor a 0.05; esto quiere decir que si hay una correlación estadísticamente significativa entre la variable Extraversión y la variable Estrés Académico; rechazando la hipótesis nula.

Figura 5

Correlación del Factor Extraversión del temperamento y Estrés Académico de los estudiantes de Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019.



CAPÍTULO V. DISCUSIÓN

En la presente investigación se buscó determinar la asociación existente entre el estrés académico y el temperamento en los estudiantes de secundaria de una institución pública de Huánuco - 2019. En base a los resultados obtenidos y el análisis estadístico de los datos, se llegó a establecer que, existe asociación estadísticamente significativa entre las variables antes mencionadas, sin embargo, esto puede significar que los estudiantes con temperamento melancólico, sanguíneo, colérico o flemático van a presentar un alto, medio alto, medio, medio bajo o bajo nivel de estrés académico.

Dichos resultados encontrados no difieren totalmente con los encontrados por Cabrera, et al (2000) en su investigación realizada en Cuba. Estos investigadores en su estudio de un grupo de personas hallaron que El 65,38 % de la población estudiada es vulnerable al estrés y sólo el 34, 62 % no lo es; el 77 y el 7,2 % de los sujetos de prueba presentan signos ligeros y severos de estrés, los cuales representan el 84,2 % de la población estudiada. Los temperamentos coléricos (51,47 %) y melancólicos (37,5 %) son significativamente vulnerables, a diferencia de los otros tipos de temperamento. Esto quiere decir que aparecen relaciones entre los factores pertenecientes a la variable temperamento y los propios del estrés, lo cual significa que hay influencia tanto directa como indirecta del temperamento sobre el estrés; así mismo, en el presente estudio se encontró que el temperamento predominante al estrés es el melancólico con un 41% de la población y el 28% de la población presenta el temperamento flemático; no se encontró correlación positiva entre los factores neuroticismo y estrés académico, pero sí se encontró correlación estadísticamente significativa entre los factores extraversión y estrés académico.

Probablemente, la diferencia en los resultados entre ambos estudios puede deberse a distintos factores como: las poblaciones de estudio pertenecen a diferentes contextos sociales, culturales, etc. son realidades diferentes; sin embargo, los estudiantes participantes de esta investigación

están recibiendo una educación básica moldeándolos a las necesidades y exigencias de nuestra realidad, por lo que sus características de personalidad y comportamiento pueden no asemejarse entre las poblaciones de ambos estudios.

Por otro lado, en cuanto a la variable estrés académico, se ha encontrado que el 50 % de los estudiantes poseen niveles medios o moderados en esta variable y un 3 % de la población muestra un nivel alto respecto al promedio. Ante estos resultados, se debe partir del hecho de que los estudiantes de este estudio se encuentran cursando el quinto grado de secundaria, esto hace comprensible que se hayan ubicado en niveles medios de estrés académico, ya que en una institución pública la formación tiene como uno de los principales objetivos el fortalecimiento y desarrollo académico de los estudiantes, lo cual implica mejorar sus aspectos cognitivos (memoria, comprensión, pensamiento crítico, evaluación e innovación entre otros.) para que puedan elegir una carrera profesional y lidiar con el trabajo que les espera en el futuro. Hecha esta aclaración se puede deducir que los estudiantes que presentan niveles altos de estrés podrían estar atravesando por cambios de tipo cognitivo y conductual debido a la exigencia de la carga académica que están recibiendo y que seguirán recibiendo hasta el término de la formación en la secundaria. No obstante, las habilidades emocionales, personales e interpersonales siguen siendo parte del temperamento de estos estudiantes, sin embargo, ellos están aprendiendo a manejarlas para enfrentarse a las exigencias del futuro.

El resultado mencionado en el párrafo anterior coincide con los resultados obtenidos en el estudio de Oroya y Rodríguez (2019), estos investigadores encontraron en relación al estrés académico, un mayor porcentaje de 68,7% que representan un estrés académico “moderado”, seguido del 22,0% que representa un estrés académico “leve”.

Por otro lado, en cuanto a la variable temperamento, se ha encontrado predominancia del tipo melancólico (41%), ya que menos de la mitad de los alumnos presentan características de este tipo de temperamento. Al respecto (Eysenck, 1982 citado por Chuquillanqui y Fabian, 2019) en su teoría, indica que la personalidad melancólica se obtiene cuando se cruzan dos dimensiones: introversión e inestabilidad emocional; son personas volubles, ansiosas, rígidas, sobrias, pesimistas, reservadas, insociables y tranquilas, estas personas tienen un sistema nervioso débil, muy alta sensibilidad (muy susceptible), baja reactividad y actividad, ritmo lento, rigidez e introversión.

Dentro de la misma variable también se encontró que un porcentaje menor, pero considerable de la población presenta características de temperamento de tipo flemático (28%). (Eysenck, 1982 citado por Chuquillanqui y Fabian, 2019), sostiene que la personalidad flemática se obtiene cuando se cruzan dos dimensiones: introversión y estabilidad emocional. Son personas pasivas, cuidadosas, pensativas, pacíficas, controlados, fiables, calmados, ecuanímenes, Este tipo de temperamento se basa en un tipo de sistema nervioso lento y equilibrado que se caracteriza por tener una baja sensibilidad, pero una alta actividad y concentración de la atención, es introvertido y posee baja flexibilidad a los cambios de ambiente. Es tranquilo, nunca pierde la compostura y casi nunca se enfada, por su equilibrio, es el más agradable de todos los temperamentos, trata de no involucrarse demasiado en las actividades de los demás, por lo general suele ser una persona apática, además de tener una buena elocuencia, no busca ser un líder, sin embargo, puede llegar a ser uno muy capaz.

Se observa que para ambos resultados obtenidos en la variable temperamento (flemático y melancólico), los estudiantes se encuentran dentro de la dimensión introversión, esto indica que los estudiantes introvertidos no mantienen el equilibrio de sus emociones y se ven afectados con facilidad por los problemas ya que los flemáticos muestran estabilidad emocional mientras que los melancólicos muestran inestabilidad emocional. Así mismo, muestran intensidad media o moderada al estrés físico y psicológico, resuelven con

calma las situaciones desagradables, canalizando su carga emocional hasta cierto punto.

Por otro lado, al realizar el análisis para determinar si existe relación entre el temperamento y estrés académico, nos encontramos con que no existe relación significativa entre la variable neuroticismo y la variable estrés académico, a excepción de la variable extraversión, donde sí se encontró relación significativa; es decir, la variable neuroticismo no pueden influir en el nivel de estrés que puedan presentar los estudiantes de la institución pública, sin embargo la variable extraversión si puede influir en el nivel de estrés. Así mismo, como ya se ha explicado en los párrafos anteriores, los estudiantes pueden poseer distintos tipos de temperamento y diferentes niveles de estrés académico y aun así cubrir las necesidades de estudiante que requieren para sobresalir académicamente.

CONCLUSIONES

De la investigación realizada en los estudiantes de Quinto grado sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco - 2019 se llegó a las siguientes conclusiones:

1. En base a los resultados obtenidos y el análisis estadístico de los datos, se llegó a establecer que, existe asociación estadísticamente significativa entre las variables, es decir es mayor de lo esperable que ocurra solamente por casualidad.
2. El temperamento predominante en los estudiantes de Quinto grado Sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019 es el Melancólico (41 %).
3. El nivel de Estrés Académico predominante en los estudiantes de Quinto grado sección "A", "B", "C" de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019 es el Medio (50 %).
4. La mayor frecuencia del nivel Medio de la variable estrés académico se presenta en estudiantes con temperamento Melancólico, con un (30%); así mismo en los Flemáticos también prevalece la categoría Medio de la variable Estrés Académico con un (13%); como también en los sanguíneos prevalece el nivel Medio Bajo con un (13%).
5. No existe correlación estadísticamente significativa (0,207) entre las variables de Estrés Académico y Neuroticismo, siendo la correlación de Spearman positiva Nula (0,127).
6. Existe correlación estadísticamente significativa (0,002) entre las variables de Estrés Académico y Extraversión, siendo la correlación de Spearman negativa Débil (-0,303).

RECOMENDACIONES O SUGERENCIAS

1. Se recomienda a la institución tener en cuenta el temperamento encontrado en los estudiantes para emplear métodos de enseñanza acorde a sus características y de esta manera garantizar una buena educación.
2. Se recomienda a la institución implementar el servicio de psicología de manera permanente, para que de esta manera se pueda programar el desarrollo de programas, talleres de prevención y promoción para fortalecer aquellas características que les permiten desarrollarse adecuadamente en el entorno académico y otros aspectos de su vida.
3. Se recomienda realizar estudios futuros para profundizar los conocimientos sobre el estrés académico y temperamento en estudiantes de una institución pública de Huánuco.
4. Se pueden considerar otros factores como género, edad y lugar de procedencia
5. Es recomendable trabajar en el desarrollo de una categoría de temperamento mucho más aceptable, e incorporar técnicas educativas que disminuyan en lo posible el estrés académico.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguirre, E. (2015) *Prácticas de crianza, temperamento y comportamiento prosocial de estudiantes de educación básica*. Revista Latinoamericana de ciencias sociales. 13(1), 4-5.
- Aherne, D. (2012). *Understanding student stress: A qualitative approach*. *Theish Journal of Psychology*, 22(3-4), 176-187.
<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/03033910.2001.10558278>
- Albores, L., Marquez, Ma. E. y Estañol, B. (2003). *¿Qué es el temperamento? El entorno de un concepto ancestral*. *Salud Mental. Instituto Nacional De Psiquiatría Ramon de la Fuente Muñiz*, 26(3), 16-26.
<https://www.redalyc.org/pdf/582/58232603.pdf>
- Angarita, D., Sánchez, A y Barreiro de Motta, E. (2013). *Relación entre los Niveles de Procrastinación Académica y el Rendimiento en Estudiantes de Psicología de una Universidad Privada en Bogotá, Colombia* (resumen de la presentación de la conferencia). *Memorias II congreso internacional psicología y educación, psychology investigación*, universidad konrat lorenz, Bogotá Colombia.
https://static.s123-cdn-static-d.com/uploads/3743669/normal_5efcc1fcbef76.pdf
- Ancajima, L. (2017). *Propiedades psicométricas del Inventario Sisco del Estrés Académico en universitarios de la ciudad de Trujillo*. (tesis de pregrado) Universidad César Vallejo. Trujillo-Perú.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/650>
- American College Health Association. (2006). *Estrés Académico y su relación con la ansiedad en estudiantes universitarios*.
<http://www.ehowenespanol.com/estres-academico-relacion-ansiedadestudiantesuniversitarios>.

Arellano, N. (2002.) *Estrés*. Consultado en octubre del 2020 de:

http://www.quadernsddigitals.net/datos-web/emeroteca/nr_507/a-7061/7061.html

Arias, O. (2006). *El proyecto de investigación*. 6ta ed. Editorial Episteme.

https://www.researchgate.net/publication/301894369_EL_PROYECTO_DE_INVESTIGACION_6a_EDICION

Arteaga, A (2005). *El Estrés en adolescentes*. México: Universidad Autónoma Metropolitana

http://inpsiquiatria.inteliglobe-mex.com/portal/saludxmi/biblioteca/estres/002_ESTRES_enla_Adolescencia.PDF

Barraza, A. (2003). *El estrés académico en los alumnos de postgrado de la Universidad Pedagógica de Durango, Guadalajara*. Memoria electrónica del VII Congreso Nacional de Investigación Educativa.

<http://www.upd.edu.mx/PDF/Varios/EstresAcademicoAlumnosMaestria.pdf>

Barraza, A. (2005). *Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior*. Revista Electrónica de Psicología Científica.

<http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologiapdf-19-aracteristicas-del-estresacademico-de-los-alumnos-de-educacion-media-uperior.pdf>

Barraza, A. (2006). *Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico*. *Revistas UNAM. Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 3-9.

<https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol9num3/art6vol9no3.pdf>

Barraza, A. (2006). *Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico*. PsicologíaCientífica.com. Extraído el 10 de enero, 2021 de <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologiapdf-167-un-modelo-conceptual-para-el-estudio-del-estres-academico.pdf>

Barraza, A. (2007). *Inventario Sisco del Estrés Académico, Universidad Pedagógica de Durango México*

file:///C:/Users/FELICITA/Downloads/DialnetElInventarioSISCOdelEstrésAcademico-2358921%20(18).pdf

Barraza, A, y Barraza, S. (2019) *Procrastinación y estrés. Análisis de su Relación en estudiantes de educación media superior*. CPU-e, Revista de Investigación Educativa, (28), 132-151. <https://doi.org/10.25009/cpue.v0i28.2602>

Barraza, A. & Silerio, J. (2007). *El estrés académico en alumnos de educación media superior: un estudio comparativo* [Versión electrónica]. INED, 7, 48-65.

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2358918.pdf>

Barraza, A. (2008) *El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos*. Avances en Psicología Latinoamericana. Universidad del Rosario Bogotá, Colombia. 26(2), 270-289.

<https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://www.redalyc.org/pdf/799/79926212.pdf&ved=2ahUKEwjQtqiW IX5AhWvD7kGHXrnBToQFnoECAMQAQ&usg=AOvVaw0F4OFffzVuP3yo DhQ4CPk>

Barrio, J.A., García, M.R. y Arce, A. (2006). *El Estrés Como Respuesta*. Red de revistas científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal, 1(1), 37-48.

Barrig, P y Alarcón, D. (2017). *Temperamento y competencia social en niños y niñas preescolares de San Juan de Lurigancho: un estudio preliminar*. *Liberabit*, 23(1) Lima ene./jun. 2017 doi:

<http://dx.doi.org/https://doi.org/10.24265/liberabit.2017.v23n1.05>

Bernal, C. (2010) *Metodología de la investigación*. PERSON, tercera Edición. P. 100-190.

<https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://abacoenred.com/wp-content/uploads/2019/02/El-proyecto-de-investigaci%25C3%25B3n-F.G.-Arias-2012-pdf.pdf&ved=2ahUKEwjE96fngob5AhUMK7kGHe6BAw8QFnoECAMQAQ&usg=AOvVaw0aUltVtaWz8Dh22uLIPhk>

Berrío, N y Mazo, R. (2011.). *Estrés Académico*. *PEPSIC. Revista de psicología de la Universidad de Antioquia*. 3(2).

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006

Berrio N. (2011) *Caracterización Psicométrica del Inventario de Estrés Académico en estudiantes de Pregrado de la Universidad De Antioquia*. [Tesis de pregrado] Universidad de Antioquia. Facultad de Ciencias sociales y Humanas; Medellín

Berrios, N, y Clemente. (2018) *Nivel de estrés y actitudes frente a la satisfacción laboral en docentes de una institución educativa pública - Huánuco 2018*, [Tesis de Pregrado]. Universidad Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco, Perú.

Caballero, A.(2009) *Invocaciones en las guías metodológicas para los planes y tesis de maestría y doctorado*. Instituto metodológico ALEN CARO. Lima Perú Pág 578

Cabrera, P., Simón, E., Fernández, R., Palazón, A., Santo Domingo, O. (2000) *Personalidad y Estrés en el personal sometido a un trabajo de tensión y riesgo*. Revista Cubana Medicina Militar, 29(2), 79-83.
<https://xdoc.mx/preview/personalidad-y-estres-en-el-personal-sometido-a-un-trabajo-de-5dfa8a2507eb4>

Camacho, C (2017) *Efectividad de la Técnica de Musicoterapia Aplicada en Disminución de los Niveles de Estrés en Adultos Mayores del Centro de Salud Perú-Corea, Huánuco 2017*. [tesis de pregrado] Universidad de Huánuco, Huánuco, Perú.

<http://repositorio.udh.edu.pe/handle/123456789/583?show=full>

Callacna, J. (2015) *Estrés académico y aprendizajes de los estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Centro del Perú -2015* [Tesis para optar el grado académico de maestro en ciencias de la educación con mención en docencia universitaria]. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. Lima Perú

<https://repositorio.une.edu.pe/handle/20.500.14039/4512>

Carranza, E. (2016). *Inteligencia emocional y personalidad en alumnos de la escuela técnica superior PNP*. Chiclayo, 2015 [Tesis de maestría en Psicología Clínica con mención en Psicología de la Salud] Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. Cajamarca - Perú

Cassaretto, M., Chau, C., Oblitas, H y Valdéz, N. (2003) *Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología*,21(2)

DOI: <https://doi.org/10.18800/psico.200302.006>

Chávez, M., Ortega, E y Palacios, M. (2016) *Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico que utilizan los estudiantes de una academia preuniversitaria de Lima Metropolitana, enero 2016* [Tesis de pregrado]. Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima Perú

<https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/100>

Chuquillanqui, C., Fabián, Y. (2019) *Inteligencia Emocional en alumnos de una cadena pre policial de Pasco 2019*. [Tesis para optar el grado de licenciado en psicología]. Universidad Nacional Hermilio Valdizán. Huánuco - Perú

De Miguel, A y Hernández, L (2006). *Afrontamiento y personalidad en estudiantes universitarios*. Disponible en:

<http://webpages.ull.es/users/admiquel/mejico.pdf>.

Dirección Departamental del Instituto Nacional de Estadística e Informática INEI- Huánuco, 2000).

Dyson, R. Renk, K. (2006). *Adaptación de los estudiantes de primer año a la vida Universitaria: síntomas depresivos, estrés y Dopaje*. *Psicología J Clin*.2006 octubre;62(10):1231-44. doi: 10.1002/jclp.20295.

Eysenck, H. (1971). *Modelo Psicobiológico de Personalidad de Eysenck*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6161336.pdf>

Flores (2007). *Estrés laboral*. (Monografía para Obtener el Grado de Licenciado en Psicología). Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Instituto de Ciencias de la Salud, Área Académica de Psicología. México.

<http://dgsa.uaeh.edu.mx:8080/bibliotecadigital/bitstream/handle/231104/1750/Estr%C3%A9s%20laboral.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Florencia, M. (2012) *Psicobiología del Estrés. (Trabajo Práctico)*. Universidad de Buenos Aires, Facultad de Psicología, Biología Del Comportamiento - 090.Argentina.

https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedras/electivas/090_comportamiento/material/tp_estres.pdf

Fuentes, D. (2021) Influencia del estrés laboral en la satisfacción laboral del personal de la Coordinación Zonal 2 del Instituto de Fomento al Talento Humano-FIFTH Quito, en el año 2019. [Tesis de Maestría Profesional en Desarrollo del Talento Humano]. Universidad Andina Simón Bolívar, Sede Ecuador.

<https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/8315/1/T3610-MDTH-Fuentes-Influencia.pdf>

Garay, G., Hilario, J., Vargas, R. (2012) Proyecto de investigación Guía Elaborada. Unión Gráfica. Huánuco Perú, pp. 90-93

García Sevilla, Luis; Pérez, Jorge y Tobeña, Adolf (1979). Fiabilidad y validez de la versión castellana del E.P.I. (Eysenck Personality Inventory). *Revista latinoamericana de psicología*, 11(3), p.393-402.

Galdós tanguis Parodi, A (2014), *Relación entre el rendimiento, estrés académico y dimensiones de personalidad en universitarios* [Tesis para optar el Título en Psicología]. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. Lima Perú.

<http://hdl.handle.net/10757/552258>

Guevara, G., Hernández, H y Flores, T. (2001). Estilos de afrontamiento al estrés en pacientes drogodependientes. *Revista de Investigación En Psicología*, 4(1), 53–65.

<https://doi.org/10.15381/rinvp.v4i1.5007>

Hernández, R., Fernández, C y Baptista, P. (2014). Metodología de la *investigación*, 6ª edición, Mc Graw Hill, México.

Hobfoll, SE (1998). *Estrés, cultura y comunidad: psicología y filosofía del estrés*. Prensa Pleno.

<https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0115-6>

Instituto Nacional de Estadística e Informática (2000) *Conociendo Huánuco*. Lima-Perú.

https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib0381/Libro.pdf

Instituto Nacional de Estadística e Informática (2018) *Huánuco*. Resultados Definitivos, Tomo 1. Lima – Perú.

https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1570/10TOMO_01.pdf

Izquierdo, A. (2002). *Temperamento, Carácter, Personalidad. Una aproximación a su concepto e interacción*. Revista Complutense de Educación, 13(2), 617-643.

Jiménez, L. (2010). *Estrés en estudiantes de Farmacia de la Universidad de Costa Rica*. Revista electrónica "Actualidades Investigativas en Educación". Redalyc.org, 10(2), 1-29.

<https://www.redalyc.org/pdf/447/44717910005.pdf>

Larraburu, I. (6 de febrero de 2019). *Estrés en la adolescencia*. Psicología clínica Online- Barcelona. Sant Cugat, publicado en la revista Megatop. Recuperado el 10 diciembre de 2021 de:

<https://www.isabel-larraburu.com/estres-en-la-adolescencia/>.

Martínez, M., García, M. C. & Aguirre-Acevedo, D. C. (2015). Respuesta al estrés, Temperamento y Crianza en niños colombianos de 1 año. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 13 (2), pp. 1065-1080.

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-715X2015000200037

Martínez, M. y Molina, M. (2008) *El Temperamento* [Archivo PDF].
http://www.paidopsiquiatria.cat/files/modulo-7_temperamento.pdf

Martínez, E., Díaz, D. (2007) *Una aproximación psicosocial al estrés escolar*. Educación y Educadores. vol.10 no.2 Chía julio/dic. 2007.

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-12942007000200002

Martin, I. (2007). *Estrés Académico en Estudiantes Universitarios*. Apuntes de Psicología, Colegio Oficial de Psicología de Andalucía Occidental, Universidad de Sevilla. 25(1), 87-99.

https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/12812/file_1.pdf

Mariños Rojas, B. (2017). *Estrés académico y expresión de ira en estudiantes del nivel secundario de las instituciones públicas del distrito de Coishco*. [tesis para optar el título profesional de licenciado en psicología]. Universidad Cesar Vallejo, escuela académica profesional de psicología. Chimbote Perú.

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/405>

Mendiola, J. (2010). *El manejo del Estrés Académico en estudiantes universitarios: una propuesta de intervención*. [Tesis inédita de Licenciatura]. UNAM, Chimalhuacán, México.

https://repositorio.unam.mx/contenidos/ficha/el-manejo-del-estres-academico-en-estudiantes-universitarios-una-propuesta-de-intervencion-378574?c=wYwxD3&d=false&q=*&i=2&v=1&t=search_0&as=1

Montalvo, A., Blanco, K., Cantillo, N., Castro, y., Downs, A. y Romero, E. (2015). Estrés Académico en los Estudiantes del área de Salud en una universidad pública, Cartagena-Colombia. *Revista ciencias biomédicas*.

[file:///C:/Users/gielhiel/Downloads/Estres académico en los estudiantes del área de la.pdf](file:///C:/Users/gielhiel/Downloads/Estres%20academico%20en%20los%20estudiantes%20del%20area%20de%20la.pdf)

Montoya L, Gutiérrez J, Toro B., Briñón M, Rosas, E y Salazar L. *Depresión en Estudiantes Universitarios y su Asociación con el Estrés Académico*. *Rev CES Med* 2010; 24(1): 7-17.

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-87052010000100002

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://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/download/511/527/>

Navarro, M y Romero, D (2001). *Acercamiento al estrés en una muestra de estudiantes de medicina*. Ponencia presentada en la II Jornada Científica Estudiantil Virtual de Ciencias Médicas.

<http://fcmfajardo.sld.cu/jornada/trabajos/estresII.html>

OLIVAS UGARTE, Lincoln Orlando; MORALES HERNANDEZ, Shanny Fiorella y SOLANO JAUREGUI, Milagros Kateryn (2021). Evidencia psicométrica del Inventario SISCO SV-21 para el estudio del estrés académico en estudiantes universitarios peruanos. *Revista psicológica educativa Propósitos y Representaciones*,9(2). <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9n2.647>.

Oroya, F y Rodríguez, S, (2019) *Estilos De Vida Y Estrés Académico En Estudiantes De La Facultad De Psicología De La Universidad Nacional Hermilio Valdizán-*

Huánuco, 2017, {tesis de pregrado}. Universidad Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco.

Panez Palacios, L (2019) *Temperamento y depresión* en estudiantes del 5to año de secundaria de la Institución Educativa “Gran Mariscal Ramón Castilla” Yauli, Junín – 2017 [tesis para optar el grado de maestro]. Universidad nacional Hermilio Valdizán, escuela de post grado Huánuco Perú.

Pelaz, A., Bayon, C., Fernández, A. y Rodríguez, P. (2008) *Temperamento, ansiedad y depresión en población infantil*. Revista Pediatría Atención Primaria - Asociación Española de Pediatría de atención primaria. 10(40), 617-625

Picoy, J. (2015) *Inteligencia Emocional y Estrés Académico en los Estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán – Huánuco, 2014*. [tesis de pregrado, para optar el título de licenciado en psicología]. Universidad Hermilio Valdizán, Facultad de Psicología. Huánuco, Perú.

Polo A, Hernández J, Poza C. (1996) *Evaluación del Estrés Académico en Estudiantes Universitarios*. Revista Dialnet. 2(2-3), 159-172. [Ejemplar dedicado a: Análisis y Estrés en el Ámbito Educativo]

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=186664>

Putwain, D. (2007). *Researching academic stress and anxiety in students: some methodological considerations*. British Educational Research Journal, 33, 207-219.

Proaño, D. (2015). *Como el estrés laboral incide en el desempeño de los conductores de transporte de carga pesada transhercules*. [informe final de titulación de psicología industrial]. Universidad central del ecuador. Quito ecuador

<https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/7501/1/T-UCE-0007->

[400i.pdf&ved=2ahUKEwjr3d2t-oX5AhVxAtQKHcaSCyl4ChAWegQICRAB&usq=AOvVaw0esd0AzD3KEGEW_5KANq74](#)

Ramos, L. (2017). *Nivel De Estrés Y Desempeño Laboral De Los Profesionales De La Salud Que Trabajan En El Centro De Salud Perú Corea – Huánuco*, 2016 [tesis para optar el grado de licenciado en psicología]. Universidad de Huánuco. Huánuco Perú.

[http://repositorio.udh.edu.pe/handle/123456789/362;jsessionid=EEA9F2A6AEBBD9CAAE7BCCBF07929433#:~:text=Conclusiones%3A%20El%20nivel%20de%20Estr%C3%A9s,58%2C5%25\)%20es%20Excelente.](http://repositorio.udh.edu.pe/handle/123456789/362;jsessionid=EEA9F2A6AEBBD9CAAE7BCCBF07929433#:~:text=Conclusiones%3A%20El%20nivel%20de%20Estr%C3%A9s,58%2C5%25)%20es%20Excelente.)

Real Academia Española. (2009). *Estrés*. En Diccionario de la lengua española. 22ª. <http://lema.rae.es/drae/?val=estres>.

Regueiro, A. (2018) *Que es el Estrés y Cómo nos Afecta*. Especialista en Psicología Clínica y de la Salud. Servicio de Atención Psicológica de la Universidad de Málaga.

<https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://www.uma.es/media/files/tallerestr%25C3%25A9s.pdf&ved=2ahUKEwiWyN-994X5AhXmCbkgHc8VBSsQFnoECAUQAQ&usq=AOvVaw1wYcN1Vsq6jhgBNaT7c75v>

Rivas, E. (2018) *Temperamento de los estudiantes del segundo grado de secundaria del colegio ciencias del cusco 2017*. [tesis de post grado, para optar el título profesional de segunda especialidad con mención en psicología, tutoría y orientación educativa]. Universidad Nacional de San Agustín, Facultad de Ciencias de la Educación. Arequipa, Perú.

<https://docplayer.es/91968186-Universidad-nacional-de-san-agustin-facultad-de-ciencias-de-la-educacion-unidad-de-segunda-especialidad.html>

Rocha R. 1010 *Factores de estrés en estudiantes universitarios. Bibliopsiquis, interpsiquis*. Presentado en el 11º congreso virtual de Psiquiatría 1-10

Rodríguez, I., Fonseca, G. M. y Aramburú, G. (2020) *Estrés Académico En Alumnos Ingresantes A La Carrera De Odontología En La Universidad Nacional De Córdoba, Argentina*. Int. J. Odontostomat., 14(4), 639-647.

<http://ijodontostomatology.com/es/articulo/estres-academico-en-alumnos-ingresantes-a-la-carrera-de-odontologia-en-la-universidad-nacional-de-cordoba-argentina/>

Romero, K. y Verde, M. (2020) *Clima Social Familiar y Modos de Afrontamiento al Estrés durante la cuarentena en alumnos de 5to de secundaria de la institución educativa Illathupa – Huánuco 2020* [Tesis para optar el título de Licenciado en Psicología]. universidad nacional Hermilio Valdizán. Huánuco Perú

Rossi, R (2001) *Para superar el estrés*, Barcelona, España, Editorial De Cecchi.

Sánchez, H. y Reyes, C. (2006). *Metodología y Diseños en la Investigación Científica*. Lima: Editorial Visión Universitaria. Pag. 170-180.

Selye (1973). *The Evolution of the Stress Concept American Scientist*, 61:692. Doi: <http://www.jstor.org/discover/10.2307/27844072?uid=2453809695&uid=3737808&uid=2&uid=3&uid=2453809455&uid=67&uid=62&sid=21102227650491>.

Soto, M; Da Cuna, I; Gutierrez, M y Barreira, Á. (2018) *Nivel educativo de los progenitores como factor mediador del estrés académico*. FEM: Revista de la Fundación Educación Médica.21(1), 23-29.

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2014-98322018000100005

Tur Porcar, A., Mestre, M y Del Barrio, M. (2017). *Los problemas de conducta exteriorizados e interiorizados en la adolescencia: relaciones con los hábitos de crianza y con el temperamento*. Revista Dialnet. Acción psicológica. 3(3), 207-221.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2218706>

Valdez, B. (2020) *Autoestima y Temperamento en pacientes del Hospital de apoyo San Miguel La Mar, Ayacucho 2020*. [Tesis desarrollada para optar Título Profesional de Licenciada en Psicología]. Universidad Autónoma de Ica, Facultad de Ciencias de la Salud, Programa Académico de Psicología. Chíncha – Perú.

[file:///C:/Users/gielhiel/Downloads/TESIS%20VALDEZ%20temperam%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/gielhiel/Downloads/TESIS%20VALDEZ%20temperam%20(1).pdf)

vallés, A. (2014) *Emociones y sentimientos en el acoso escolar*. Revista digital EOS, Perú Instituto Psicopedagógico, 3(1), 8-9.

https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://eosperu.net/revista/wp-content/uploads/2015/10/EMOCIONES-Y-SENTIMIENTOS-EN-EL-ACOSO-ESCOLAR.pdf&ved=2ahUKEwjU3_v93cT4AhUPBbkGHUTFDXsQFnoEACAcQAQ&usq=AOvVaw3ic4TGd3K1uVFCzmPIbCz1

ANEXOS

ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

“TEMPERAMENTO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE HUÁNUCO 2019”

PROBLEMA GENERAL	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES
<p>PRINCIPAL</p> <p>¿Existe asociación entre el temperamento y el estrés académico de los estudiantes de 5º año de secundaria de una institución pública de Huánuco - 2019?</p> <p>PROBLEMAS ESPECÍFICOS</p> <p>a) ¿Cuál es el temperamento predominante de los estudiantes de 5º año de secundaria de una institución educativa pública de Huánuco 2019</p> <p>b) ¿Cuál es el nivel de estrés académico</p>	<p>GENERAL:</p> <p>Determinar la asociación entre el temperamento y el nivel de estrés académico de los estudiantes del 5º de secundaria de una institución educativa pública de Huánuco Perú 2019.</p> <p>ESPECÍFICOS:</p> <p>a) Conocer el temperamento predominante de los estudiantes de 5º de secundaria de una institución educativa pública de Huánuco Perú 2019.</p> <p>b) Conocer el nivel de estrés académico predominante de los estudiantes de 5º de secundaria de</p>	<p>HIPÓTESIS GENERAL</p> <p>H1: Existe asociación entre el temperamento y estrés académico en estudiantes de 5º año de secundaria de una institución pública de Huánuco - 2019</p> <p>Ho: No existe asociación entre el temperamento y estrés académico en estudiantes de 5º año de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019</p> <p>HIPÓTESIS ESPECÍFICAS</p> <ul style="list-style-type: none"> H11: Existe relación estadísticamente significativa entre el estrés académico y el temperamento “colérico” de los estudiantes del 5º año de secundaria de una institución pública de Huánuco 2019. 	<p>Para demostrar y comprobar la hipótesis anteriormente formulada, la operacionalización determinando las variables e indicadores que a continuación se mencionan:</p> <p>V1: ESTRÉS ACADÉMICO</p> <p>dimensiones</p> <p>1 reacciones fisiológicas</p> <p>2 reacciones psicológicas</p>

<p>predominante de los estudiantes de 5º año de secundaria de una institución pública de Huánuco 2019?</p> <p>c) ¿Existe relación entre el estrés académico y el temperamento colérico de los estudiantes del 5º año de secundaria de una institución pública de Huánuco - 2019?</p> <p>d) ¿Existe relación entre el estrés académico y el temperamento sanguíneo de los estudiantes del 5º año de secundaria de una institución pública de Huánuco - 2019?</p> <p>e) ¿Existe relación entre el estrés académico y el temperamento melancólico de los estudiantes del 5º año de secundaria de una institución pública de Huánuco - 2019?</p> <p>f) ¿Existe relación entre el estrés académico y el temperamento flemático de los estudiantes del 5º año de secundaria de una institución pública de Huánuco - 2019?</p>	<p>una institución educativa pública de Huánuco Perú 2019.</p> <p>c) Determinar la relación entre el estrés académico y el temperamento colérico de los estudiantes del 5º año de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019</p> <p>d) Determinar la relación entre el estrés académico y el temperamento sanguíneo de los estudiantes del 5º año de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019</p> <p>e) Determinar la relación entre el estrés académico y el temperamento melancólico de los estudiantes del 5º año de secundaria de una institución pública de Huánuco – 2019</p> <p>f) Determinar la relación entre el estrés académico y el temperamento flemático de los estudiantes del 5º año de secundaria de una institución pública de Huánuco - 2019</p>	<p>H01: No existe relación entre el estrés académico y el temperamento “colérico” de los estudiantes del 5º año de secundaria de una institución pública de Huánuco 2019</p> <ul style="list-style-type: none"> • HI2: Existe relación entre el estrés académico y el temperamento “sanguíneo” de los estudiantes del 5º año de secundaria de una institución pública de Huánuco 2019. <p>H02: No existe relación entre el estrés académico y el temperamento “sanguíneo” de los estudiantes del 5º año de secundaria de una institución pública de Huánuco 2019</p> <ul style="list-style-type: none"> • HI3: Existe relación entre el estrés académico y el temperamento “melancólico” de los estudiantes del 5º año de secundaria de una institución pública de Huánuco 2019. <p>H03: No existe la relación entre el estrés académico y el temperamento “melancólico” de los estudiantes del 5º año de secundaria de una institución pública de Huánuco 2019.</p> <ul style="list-style-type: none"> • HI4: Existe relación entre el estrés académico y el temperamento “flemático” de los estudiantes del 5º año de secundaria de una institución pública de Huánuco 2019. <p>H04: No existe relación entre el estrés académico y el temperamento “flemático” de los estudiantes del 5º año de secundaria de una institución pública de Huánuco 2019.</p>	<p>3 reacciones Comportamentales</p> <p>V2: TEMPERAMENTO</p> <p>Indicadores</p> <table border="0"> <tr> <td>1.Dimensión</td> <td>“E”</td> </tr> <tr> <td>Extroversión</td> <td>–</td> </tr> <tr> <td>Introversión</td> <td></td> </tr> <tr> <td>2.Dimensión</td> <td>“N”</td> </tr> <tr> <td>Estabilidad</td> <td>–</td> </tr> <tr> <td>Inestabilidad</td> <td></td> </tr> <tr> <td>3.Dimensión</td> <td>“L”</td> </tr> <tr> <td>Veracidad</td> <td></td> </tr> </table>	1.Dimensión	“E”	Extroversión	–	Introversión		2.Dimensión	“N”	Estabilidad	–	Inestabilidad		3.Dimensión	“L”	Veracidad	
1.Dimensión	“E”																		
Extroversión	–																		
Introversión																			
2.Dimensión	“N”																		
Estabilidad	–																		
Inestabilidad																			
3.Dimensión	“L”																		
Veracidad																			

ANEXO 2: INSTRUMENTOS
INVENTARIO SISCO DE ESTRÉS ACADÉMICO

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la interpretación de los resultados.

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

Si

No

En caso de seleccionar la alternativa "no", el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa "si", pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

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

1	2	3	4	5

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

	1)Nunca	2) Rara vez	3)algunas veces	4)Casi siempre	5)Siempre
--	---------	-------------	-----------------	----------------	-----------

1. La competencia con los compañeros del grupo					
2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
3. La personalidad y el carácter del profesor					
4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
5. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
6. No entender los temas que se abordan en la clase					
7. Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
8. Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ (Especifique)					

4. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, **señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.**

Reacciones físicas					
	1) nunca	2) Rara vez	3) Algunas veces	4) Casi siem pre	(5) Siempre
1. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					

2. Fatiga crónica (cansancio permanente)					
3. Dolores de cabeza o migrañas					
4. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Reacciones psicológicas					
	(1) Nunca	2)Rar a vez	3)Algun as veces	4)Ca si siem pre	(5) Siempre
1. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
2. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
3. Ansiedad, angustia o desesperación.					
4. Problemas de concentración					
5. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Reacciones comportamentales					
	(1) Nunca	2)Rar a vez	(3) Algunas veces	4)Ca si siem pre	(5) Siempre
1. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
2. Aislamiento de los demás					
3. Desgano para realizar las labores escolares					
4. Aumento o reducción del consumo de alimentos					

Otra					

(Especifique)					

5. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, **señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.**

	1)Nunca	2) Rara vez	3)Algunas veces	4) Casi siempre	5)Siempre
1. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
2. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
3. Elogios a sí mismo					
4. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
5. Búsqueda de información sobre la situación					
6. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
Otra					

(Especifique)					

INVENTARIO DE PERSONALIDAD EYSENCK
FORMATO B
CUESTIONARIO

INSTRUCCIONES

Aquí tienes algunas preguntas sobre el modo como usted se comporta, siente y actúa. Después de cada pregunta, conteste en la hoja de respuestas con un "SI" o con una "NO" según sea su caso.

Trate de decir "SI" o "NO" representa su modo usual de actuar o sentir, entonces, ponga un aspa o cruz en el círculo debajo de la columna "SI" o "NO" de su hoja de respuestas. Trabaje rápidamente y no emplee mucho tiempo en cada pregunta; queremos su primera reacción, en un proceso de pensamiento prolongado.

El cuestionario total no debe de tomar más que unos pocos minutos. Asegúrese de omitir alguna pregunta.

Ahora comience. Trabaje rápidamente y recuerde de contestar todas las preguntas. No hay contestaciones "correctas" ni "incorrectas" y esto no es un test de inteligencia o habilidad, sino simplemente una medida de la forma como usted se comporta.

1. ¿Le gusta la abundancia de excitación y bullicio a su alrededor?
2. ¿Tiene a menudo un sentimiento de intranquilidad, como si quisiera algo, pero sin saber qué?
3. ¿Tiene casi siempre una contestación lista a la mano cuando se le habla?
4. ¿Se siente algunas veces feliz, algunas veces triste, sin una razón real?
5. ¿Permanece usualmente retraído (a) en fiestas y reuniones?
6. Cuando era niño(a) ¿hacia siempre inmediatamente lo que le decían, sin refunfuñar?
7. ¿Se enfada o molesta a menudo?
8. Cuando lo(a) meten a una pelea ¿prefiere sacar los trapitos al aire de una vez por todas, en vez de quedar callado(a) esperando que las cosas se calmen solas?
9. ¿Es usted triste, melancólico (a)?
10. ¿Le gusta mezclarse con la gente?
11. ¿Ha perdido a menudo el sueño por sus preocupaciones?
12. ¿Se pone a veces malhumorado (a)?
13. ¿Se catalogaría a sí mismo(a) como despreocupado (a) o confiado a su buena suerte?

14. ¿Se decide a menudo demasiado tarde?
15. ¿Le gusta trabajar solo (a)?
16. ¿Se ha sentido a menudo apático (a) y cansado(a) sin razón?
17. ¿Es por lo contrario animado(a) y jovial?
18. ¿Se ríe a menudo de chistes groseros?
19. ¿Se siente a menudo hastiado(a), harto, fastidiado?
20. ¿Se siente incómodo(a) con vestidos que no son del diario?
21. ¿Se distrae (vaga su mente) a menudo cuando trata de prestar atención a algo?
22. ¿Puede expresar en palabras fácilmente lo que piensa?
23. ¿Se abstrae (se pierde en sus pensamientos) a menudo?
24. ¿Está completamente libre de prejuicios de cualquier tipo?
25. ¿Le gustan las bromas?
26. ¿Piensa a menudo en su pasado?
27. ¿Le gusta mucho la buena comida?
28. Cuando se fastidia ¿necesita algún(a) amigo(a) para hablar sobre ello?
29. ¿Le molesta vender cosas o pedir dinero a la gente para alguna buena causa?
30. ¿Alardea (se jacta) un poco a veces?
31. ¿Es usted muy susceptible (sensible) por algunas cosas?
32. ¿Le gusta más quedarse en casa, que ir a una fiesta aburrida?
33. ¿Se pone a menudo tan inquieto(a) que no puede permanecer sentado(a) durante mucho rato en una silla?
34. ¿Le gusta planear las cosas, con mucha anticipación?
35. ¿Tiene a menudo mareos (vértigos)?
36. ¿Contesta siempre una carta personal, tan pronto como puede, después de haberla leído?
37. ¿Hace usted usualmente las cosas mejor resolviéndolas sólo(a) que hablando a otra persona sobre ello?
38. ¿Le falta frecuentemente aire, sin haber hecho un trabajo pesado?
39. ¿Es usted generalmente una persona tolerante, que no se molesta si las cosas no están perfectas?
40. ¿Sufre de los nervios?
41. ¿Le gustaría más planear cosas, que hacer cosas?

42. ¿Deja alguna vez para mañana? ¿Qué debería hacer hoy día?
43. ¿Se pone nervioso(a) en lugares tales como ascensores, trenes o túneles?
44. Cuando hace nuevos amigos(as) ¿es usted usualmente quien inicia la relación o invita a que se produzca?
45. ¿Sufre fuertes dolores de cabeza?
46. ¿Siente generalmente que las cosas se arreglarán por sí solas y que terminarán bien de algún modo?
47. ¿Le cuesta trabajo coger el sueño al acostarse en las noches?
48. ¿Ha dicho alguna vez mentiras en su vida?
49. ¿Dice algunas veces lo primero que se le viene a la cabeza?
50. ¿Se preocupa durante un tiempo demasiado largo, después de una experiencia embarazosa?
51. ¿Se mantiene usualmente técnico(a) o encerrado (a) en sí mismo(a), excepto con amigos muy íntimos?
52. ¿Se crea a menudo problemas por hacer cosas sin pensar?
53. ¿Le gusta contar chistes y referir historias graciosas a sus amigos?
54. ¿Se le hace más fácil ganar que perder un juego?
55. ¿Se siente a menudo demasiado consciente de sí mismo o poco natural cuando está con sus superiores?
56. Cuando todas las posibilidades están contra usted, ¿piensa aun usualmente que vale la pena intentar?
57. ¿Siente “sensaciones” en el abdomen, antes de un hecho importante?

INESTABLE

MELANCÓLICO

COLÉRICO

ALTAMENTE

ALTAMENTE



INTROVERSIÓN

EXTROVERSIÓN

ALTAMENTE

ALTAMENTE

FLEMÁTICO

SANGUÍNEO

ESTABLE

ANEXO 3: CONSENTIMIENTO INFORMADO

El propósito de esta ficha de consentimiento es dar a conocer a los participantes de esta investigación, de manera clara la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes. La presente investigación es conducida por las Srtas. Huaman Leandro Leslie Asdrid y Mallqui Mariño Noelia Flor de la Universidad Nacional de Hermilio Valdizán.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder 57 preguntas en un cuestionario. El tiempo empleado es de aproximadamente 30 minutos de su tiempo.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas al cuestionario serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas. Una vez procesada la información será destruida.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si tuviera alguna pregunta durante la entrevista, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador.

Desde ya le agradecemos su participación.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona.

Nombre del Participante:

Firma del Participante:

Fecha:

NOTA BIBLIOGRÁFICA

La bachiller en Psicología Leslie Asdrid, Huaman Leandro, nació el 2 de mayo de 1996, en el distrito de Huánuco, provincia de Huánuco, región Huánuco, cursó sus estudios primarios en la Institución Educativa Julio Armando Ruiz Vásquez, egresando en el año 2006, el nivel secundario lo realizó en la Institución Educativa de Aplicación Marcos Duran Martel, egresando en el año 2011, posteriormente cursó sus estudios superiores en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de la ciudad de Huánuco en la carrera profesional de Psicología.

Inició sus estudios superiores en el año 2013 hasta finales del 2021, toda su experiencia académica la motivó a plantearse temas relevantes de diferentes áreas, decidiendo investigar sobre “TEMPERAMENTO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE HUÁNUCO 2019”, los cuales fueron de impacto significativo de todo lo aprendido durante su formación educativa.

La bachiller en Psicología Noelia Flor Mallqui Mariño, nació el 16 de febrero de 1993, en el distrito de Llata, provincia de Huamalíes, región Huánuco, cursó sus estudios primarios en la Institución Educativa Tupac Amaru de la ciudad de Tingo María, egresando en el año 2004, el nivel secundario lo realizó en la Institución Educativa Víctor E, Vivar de la ciudad de Llata, egresando en el año 2009, posteriormente cursó sus estudios superiores en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de la ciudad de Huánuco en la carrera profesional de Psicología.

Inició sus estudios superiores en el año 2013 hasta finales del 2021, toda su experiencia académica la motivó a plantearse temas relevantes de diferentes áreas, decidiendo investigar sobre “TEMPERAMENTO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE HUÁNUCO 2019”, los cuales fueron de impacto significativo de todo lo aprendido durante su formación educativa.



**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZAN -HUANUCO
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
DECANATO**

**ACTA DE SUSTENTACION DE TESIS PARA OPTAR EL TITULO
PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

A los 19 días del mes de Julio del 2023, siendo las 10 ams, se reunieron en forma presencial, los Miembros integrantes del Jurado Examinador de la Tesis, titulada: **"TEMPERAMENTO Y ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PUBLICA DE HUANUCO -2019"**, de las Bachilleres **LESLIE ASDRID HUAMAN LEANDRO Y NOELIA FLOR MALLQUI MARIÑO**, teniendo como Asesor de tesis al Mg. Leo Cisneros Martínez, procedieron a dar inicio al acto de sustentación de tesis para el otorgamiento del título de Licenciada en Psicología, siendo los Miembros del Jurado los siguientes:

- | | |
|--|-------------------|
| • Dra. ROSARIO ELVA SANCHEZ INFANTAS | PRESIDENTE |
| • Mg. GABRIEL LEONARDO COLETTI ESCOBAR | SECRETARIO |
| • Mg. ELIZABETH CHAVEZ HUAMAN | VOCAL |

Finalizada la sustentación de la tesis, se procedió a deliberar y verificar la calificación, habiendo obtenido las notas y el resultado siguiente:

GRADUANDOS	1° Miembro	2° Miembro	3° Miembro	Prom. Final
HUAMAN LEANDRO, LESLIE ASDRID	14	14	14	14
MALLQUI MARIÑO, NOELIA FLOR	14	14	14	14

OBSERVACIONES:

Se da por concluido, el Acto de Sustentación de la Tesis a horas 11:45, en fe de lo cual firmamos.

.....

PRESIDENTE

.....

SECRETARIO

.....

VOCAL



Universidad Nacional "Hermilio Valdizán" de Huánuco



Facultad de Psicología
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

CONSTANCIA DE CONTROL ANTIPLAGIO N° 027-2023-DUI-FAPSI-UNHEVAL

Que en atención a lo solicitado por el asesor de tesis y en virtud del informe presentado de Conformidad y Control Antiplagio se hace constar que:

La investigación titulada: **"TEMPERAMENTO Y ESTRÉS ACÁDEMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE HUÁNUCO 2019."** presentada por las bachilleres de Psicología, **HUAMAN LEANDRO LESLIE ASDRID, MALLQUI MARIÑO NOELIA FLOR;** presenta un índice de **similitud de 16%** según lo verificado en el reporte del análisis del Software Turnitin.

Por lo anterior, se concluye que las coincidencias no exceden el máximo de porcentaje permitido establecido en el Reglamento General de Grados y Títulos vigente de la UNHEVAL. (Art. 10, segunda parte, inciso "e").

Se expide la presente CONSTANCIA a solicitud de los interesados para los fines pertinentes.

Huánuco, 06 de setiembre de 2023

DRA. FLOR MARÍA AYALA ALBITES
DIRECTORA DE LA UNIDAD INVESTIGACIÓN
FACULTAD DE PSICOLOGÍA



Universidad Nacional "Hermilio Valdizán" de Huánuco



Facultad de Psicología
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

**CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DEL TEMA N° 027-2023-DUI-
FAPSIC-UNHEVAL**

Que en atención a lo solicitado por el asesor de tesis y en virtud del informe presentado de Conformidad y Originalidad del tema de investigación, se hace Constar que:

La investigación titulada: **"TEMPERAMENTO Y ESTRÉS ACÁDEMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE HUÁNUCO 2019."** presentada por los bachilleres, **HUAMAN LEANDRO LESLIE ASDRID, MALLQUI MARIÑO NOELIA FLOR** presenta **ORIGINALIDAD** respecto al tema de investigación.

Se expide la presente **CONSTANCIA** a solicitud de la interesada para los fines pertinentes.

Huánuco, 19 de julio de 2023.

Dra. Flor María Ayala Albites
Directora de la Unidad de
Investigación
Facultad de Psicología

NOMBRE DEL TRABAJO

TEMPERAMENTO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE HUÁNUCO 2019

AUTOR

Huamán Leandro, Lesly Asdril - Mallqui Mariño, Noelia Flor

RECUENTO DE PALABRAS

24788 Words

RECUENTO DE CARACTERES

136706 Characters

RECUENTO DE PÁGINAS

119 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

5.0MB

FECHA DE ENTREGA

Sep 5, 2023 7:13 PM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Sep 5, 2023 7:15 PM GMT-5

● 16% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos:

- 14% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 5% Base de datos de trabajos entregados
- 2% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 15 palabras)
- Material citado
- Bloques de texto excluidos manualmente

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DIGITAL Y DECLARACIÓN JURADA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR UN GRADO ACADÉMICO O TÍTULO PROFESIONAL

1. Autorización de Publicación: (Marque con una "X")

Pregrado	<input checked="" type="checkbox"/>	Segunda Especialidad		Posgrado:	Maestría		Doctorado
-----------------	-------------------------------------	-----------------------------	--	------------------	----------	--	-----------

Pregrado (tal y como está registrado en **SUNEDU**)

Facultad	Psicología
Escuela Profesional	Psicología
Carrera Profesional	Psicología
Grado que otorga	
Título que otorga	Licenciada en psicología

Segunda especialidad (tal y como está registrado en **SUNEDU**)

Facultad	
Nombre del programa	
Título que Otorga	

Posgrado (tal y como está registrado en **SUNEDU**)

Nombre del Programa de estudio	
Grado que otorga	

2. Datos del Autor(es): (Ingrese todos los datos requeridos completos)

Apellidos y Nombres:	Huaman Leandro Leslie Asdrid						
Tipo de Documento:	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte		C.E.		Nro. de Celular: 923340159
Nro. de Documento:	73494363				Correo Electrónico:	leslie.huaman@unheval.pe	

Apellidos y Nombres:	Mallqui Mariño Noelia Flor						
Tipo de Documento:	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte		C.E.		Nro. de Celular: 931278463
Nro. de Documento:	72809818				Correo Electrónico:	flornoemallqui@gmail.com	

Apellidos y Nombres:							
Tipo de Documento:	DNI		Pasaporte		C.E.		Nro. de Celular:
Nro. de Documento:					Correo Electrónico:		

3. Datos del Asesor: (Ingrese todos los datos requeridos completos según DNI, no es necesario indicar el Grado Académico del Asesor)

¿El Trabajo de Investigación cuenta con un Asesor?: (marque con una "X" en el recuadro del costado, según corresponda)	SI	<input checked="" type="checkbox"/>	NO
Apellidos y Nombres:	Cisneros Martínez Leo		
Tipo de Documento:	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte
Nro. de documento:	22499593		
ORCID ID:	0000-0003-3540-6556		

4. Datos del Jurado calificador: (Ingrese solamente los Apellidos y Nombres completos según DNI, no es necesario indicar el Grado Académico del Jurado)

Presidente:	Dra. Sánchez Infantas Rosario Elva
Secretario:	Mg. Coletti Escobar Gabriel Leonardo
Vocal:	Mg. Chávez Huaman Elizabeth
Vocal:	
Vocal:	
Accesitario	

5. Declaración Jurada: (Ingrese todos los **datos** requeridos **completos**)

a) Soy Autor (a) (es) del Trabajo de Investigación Titulado: (Ingrese el título tal y como está registrado en el Acta de Sustentación)

TEMPERAMENTO Y ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE HUÁNUCO – 2019

b) El Trabajo de Investigación fue sustentado para optar el Grado Académico ó Título Profesional de: (tal y como está registrado en SUNEDU)

Licenciada en Psicología

c) El Trabajo de investigación no contiene plagio (ninguna frase completa o párrafo del documento corresponde a otro autor sin haber sido citado previamente), ni total ni parcial, para lo cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias.

d) El trabajo de investigación presentado no atenta contra derechos de terceros.

e) El trabajo de investigación no ha sido publicado, ni presentado anteriormente para obtener algún Grado Académico o Título profesional.

f) Los datos presentados en los resultados (tablas, gráficos, textos) no han sido falsificados, ni presentados sin citar la fuente.

g) Los archivos digitales que entrego contienen la versión final del documento sustentado y aprobado por el jurado.

h) Por lo expuesto, mediante la presente asumo frente a la Universidad Nacional Hermilio Valdizan (en adelante LA UNIVERSIDAD), cualquier responsabilidad que pudiera derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido del Trabajo de Investigación, así como por los derechos de la obra y/o invención presentada. En consecuencia, me hago responsable frente a LA UNIVERSIDAD y frente a terceros de cualquier daño que pudiera ocasionar a LA UNIVERSIDAD o a terceros, por el incumplimiento de lo declarado o que pudiera encontrar causas en la tesis presentada, asumiendo todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse de ello. Asimismo, por la presente me comprometo a asumir además todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse para LA UNIVERSIDAD en favor de terceros con motivo de acciones, reclamaciones o conflictos derivados del incumplimiento de lo declarado o las que encontraren causa en el contenido del trabajo de investigación. De identificarse fraude, piratería, plagio, falsificación o que el trabajo haya sido publicado anteriormente; asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan.

6. Datos del Documento Digital a Publicar: (Ingrese todos los **datos** requeridos **completos**)

Ingrese solo el año en el que sustentó su Trabajo de Investigación: (Verifique la Información en el Acta de Sustentación)		2023	
Modalidad de obtención del Grado Académico o Título Profesional: (Marque con X según Ley Universitaria con la que inició sus estudios)	Tesis	<input checked="" type="checkbox"/>	Tesis Formato Artículo
	Trabajo de Investigación		Trabajo de Suficiencia Profesional
	Trabajo Académico		Otros (especifique modalidad)
Palabras Clave: (solo se requieren 3 palabras)	Temperamento	Estrés Académico	Estudiantes
Tipo de Acceso: (Marque con X según corresponda)	Acceso Abierto	<input checked="" type="checkbox"/>	Condición Cerrada (*)
	Con Periodo de Embargo (*)		Fecha de Fin de Embargo:
¿El Trabajo de Investigación, fue realizado en el marco de una Agencia Patrocinadora? (ya sea por financiamientos de proyectos, esquema financiero, beca, subvención u otras; marcar con una "X" en el recuadro del costado según corresponda):			SI <input type="checkbox"/> NO <input checked="" type="checkbox"/>
Información de la Agencia Patrocinadora:			

El trabajo de investigación en digital y físico tienen los mismos registros del presente documento como son: Denominación del programa Académico, Denominación del Grado Académico o Título profesional, Nombres y Apellidos del autor, Asesor y Jurado calificador tal y como figura en el Documento de Identidad, Título completo del Trabajo de Investigación y Modalidad de Obtención del Grado Académico o Título Profesional según la Ley Universitaria con la que se inició los estudios.

7. Autorización de Publicación Digital:

A través de la presente. Autorizo de manera gratuita a la Universidad Nacional Hermilio Valdizán a publicar la versión electrónica de este Trabajo de Investigación en su Biblioteca Virtual, Portal Web, Repositorio Institucional y Base de Datos académica, por plazo indefinido, consintiendo que con dicha autorización cualquier tercero podrá acceder a dichas páginas de manera gratuita pudiendo revisarla, imprimirla o grabarla siempre y cuando se respete la autoría y sea citada correctamente. Se autoriza cambiar el contenido de forma, más no de fondo, para propósitos de estandarización de formatos, como también establecer los metadatos correspondientes.

Firma: 	
Apellidos y Nombres: Huaman Leandro Leslie Asdrid DNI: 73494363	Huella Digital
Firma: 	
Apellidos y Nombres: Mallqui Mariño Noelia Flor DNI: 72809818	Huella Digital
Firma:	
Apellidos y Nombres: DNI:	Huella Digital
Fecha: 31 de julio del 2023	

Nota:

- ✓ No modificar los textos preestablecidos, conservar la estructura del documento.
- ✓ Marque con una X en el recuadro que corresponde.
- ✓ Llenar este formato de forma digital, con tipo de letra **calibri**, **tamaño de fuente 09**, manteniendo la alineación del texto que observa en el modelo, sin errores gramaticales (*recuerde las mayúsculas también se tildan si corresponde*).
- ✓ La información que escriba en este formato debe coincidir con la información registrada en los demás archivos y/o formatos que presente, tales como: DNI, Acta de Sustentación, Trabajo de Investigación (PDF) y Declaración Jurada.
- ✓ Cada uno de los datos requeridos en este formato, es de carácter obligatorio según corresponda.