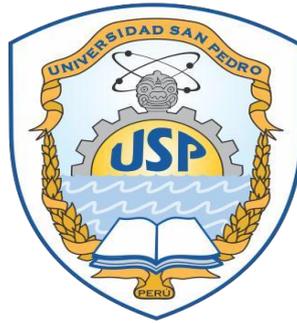


**UNIVERSIDAD SAN PEDRO
VICERRECTORADO ACADÉMICO
ESCUELA DE POSGRADO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES**



**Relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes del I
ciclo de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas de la
Universidad Nacional de Cajamarca, 2017**

**Tesis Para Obtener el Grado Académico de Maestro en Educación con
mención en Docencia Universitaria y Gestión Educativa**

Autora:

Valera Quiroz, Dayanna Arami

Asesor:

Dr. Julca Novoa, Juan Edilberto

Cajamarca – Perú

2018

Palabras Clave

Tema :Autoestima

Especialidad :Psicopedagogía

Key Words

Topic :Self-esteem

Specialty :Psychopedagogy

Linea de Investigación

OCDE

04 Educación y Humanidades

05 Ciencias Sociales

03 Ciencias de la Educación

Educación General (Incluye Capacitación, Pedagogía).

Relación entre Autoestima y Estrés Académico en Estudiantes del I Ciclo de
la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas de la Universidad Nacional de
Cajamarca, 2017

ÍNDICE GENERAL

Palabras Clave -----	i
Título -----	ii
Índice General -----	iii
Resumen -----	v
Abstract -----	vi
5. Introducción -----	01
5.1. Antecedentes y fundamentación científica -----	03
5.1.1. Antecedentes-----	03
5.1.2. Fundamentación científica-----	06
5.1.3. Marco Conceptual -----	08
5.1.4. Definición de términos básicos -----	10
5.2. Justificación-----	11
5.3. Planteamiento del problema -----	12
5.3.1. Planteamiento del problema-----	12
5.3.2. Formulación del problema de investigación -----	14
5.4. Conceptualización y Operacionalización de las variables-----	15
5.4.1.- Operacionalización de las variables-----	15
5.5.- Hipótesis-----	16
5.5.1. Hipótesis Estadística-----	16
5.6. Objetivos -----	16
5.6.1. Objetivo General -----	16
5.6.2 Objetivos específicos-----	17
6. Metodología -----	18
6.1. Tipo y Diseño de Investigación -----	18
6.1.1. Tipo de Investigación-----	18
6.1.2. Diseño de Investigación-----	18
6.2. Población -----	19

6.2.1. Población-----	19
6.3. Técnicas e Instrumentos de Recojo de Información -----	20
6.3.1 Técnicas-----	20
6.3.2. Instrumento -----	20
6.4. Análisis y procesamiento de información -----	21
7. Resultados -----	22
7.1. Presentación-----	22
7.2. Análisis e interpretación -----	22
8.- Análisis y Discusión-----	26
9. Conclusiones y Recomendaciones -----	29
9.1. Conclusiones-----	29
9.2. Recomendaciones -----	30
10. Referencias Bibliográficas -----	31
11. Anexos -----	34
Anexo 01 Escala de autoestima (RSE) modificado -----	34
Anexo 02 Escala de estrés (SISCO) Modificado -----	35
Anexo 03 Prueba de Relación -----	37
Anexo 04 Constancia de validación de instrumentos -----	38

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar si existe relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes universitarios del I Ciclo de la Universidad Nacional de Cajamarca. El diseño de investigación fue de tipo descriptiva correlacional, porque intenta ver la relación entre autoestima y estrés académico. La población estuvo constituida por 35 estudiantes matriculados en el I ciclo de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas. Para la recolección de la información se utilizaron como instrumento la encuesta, las cuales fueron, la Escala de autoestima de Rosenberg (RSES), para la variable autoestima y la Escala de estrés académico (SISCO), para la variable estrés académico, ambas fueron estandarizadas por la autora y validada por juicio de expertos. Se concluyó que no existe relación entre las variables autoestima y estrés académico, puesto que el valor p (significación de la prueba), identificado del *estadístico chi cuadrado*, es 0.566.

ABSTRACT

The purpose of this research was focus on to determine if there is a relationship between self-esteem and academic stress in university students of the First Cycle of the National University of Cajamarca. The research design was of the correlational descriptive type, because it tries to see the relationship between self-esteem and academic stress. The student population was composed by 35 students registered in the 1st cycle of the Law and Political SciencesFaculty. To the collection of the information, the survey was used as an instrument, which were the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES), for the self-esteem variable and the Academic Stress Scale (SISCO), for the academic stress variable, both were standardized by the author and validated by expert judgment. It was concluded that there is no relationship between the variables self-esteem variables and academic stress, since the p value (significance of the test), identified from the statistic chi-square, is 0.566.

5. INTRODUCCIÓN

La autoestima es la actitud integral que tiene una persona hacia sí misma ya sea positiva o negativa, esta actitud llevará a la persona afrontar las diversas situaciones que puedan presentarse en su vida diaria (Rosenberg, 1965). Actualmente se tiene conciencia de que la sociedad vive muchas situaciones estresantes. Y este también incluye el ámbito educativo, el cual se le denomina estrés académico (Berrio y Mazo, 2011).

A nivel Mundial uno de cada cuatro individuos sufre de algún problema grave de estrés (Berrio y Mazo, 2011). En nuestro país, el 58 % de peruanos sufriría de estrés (Instituto de Integración (II, 2015, P1). Debido a que la autoestima influye en como la persona puede afrontar el estrés (Branden, 2011).

Desde esta perspectiva es que se realiza el presente trabajo de investigación, cuyo objetivo principal fue determinar cuál es la relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes universitarios de I Ciclo de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas de la Universidad nacional de Cajamarca, en el año 2017.

La presente tesis se encuentra estructurada de la siguiente manera:

El acápite 1 corresponde a las palabras claves.

El acápite 2 corresponde el título de la presente tesis.

El acápite 3 corresponde al resumen.

El acápite 4 corresponde al Abstrac

El acápite 5 corresponde a la Introducción, en el cual se ha tenido en cuenta los antecedentes y fundamentación científica, el marco conceptual, la justificación de la investigación, el planteamiento del problema, la formulación del problema, la conceptualización y operacionalización de las variables, la hipótesis, los objetivos.

El acápite 6 corresponde al Tipo y Diseño de Investigación, en donde encontramos el tipo de investigación, el diseño, la población y muestra, las técnicas e instrumentos de recojo de información y el análisis y procesamiento de información.

El acápite 7 corresponde a los resultados de la investigación.

El acápite 8 corresponde al análisis y discusión de los resultados.

El acápite 9 corresponde a las conclusiones y recomendaciones.

El acápite 10 corresponde al agradecimiento.

El acápite 11 corresponde a las referencias bibliográficas.

El acápite 12 corresponde a los anexos.

La autora.

5.1. Antecedentes y fundamentación científica

5.1.1. Antecedentes

En la indagación bibliográfica sobre el tema de investigación en el contexto internacional se han ubicado estudios que anteceden a la presente investigación y son los siguientes:

Gonzales, Fernández, Gonzales y Freire (2010), encontraron en su estudio denominado Estresores Académicos Percibidos por Estudiantes Universitarios de Ciencias de la Salud, en la Universidad de la Coruña, ubicada en Madrid, que los principales estresores académicos eran los exámenes y las intervenciones en público, por este orden, son las 2 situaciones académicas percibidas como más estresantes. Estos resultados sugieren que las situaciones más directas y claramente relacionadas con la evaluación son las que generan un mayor estrés a los estudiantes. Muy próximos se encuentran también los promedios resultantes en los factores sobrecarga del estudiante y deficiencias metodológicas del profesorado, factores que podemos considerar comparten la característica de externalidad e incontrolabilidad con respecto a los anteriores.

Cabanach, Souto, Freire, Ferradás, Del Mar (2014), España, encontraron en su estudio denominado “Relaciones entre autoestima y estresores percibidos en estudiantes universitarios, de Galicia, Andalucía y Madrid”, que las intervenciones en público, los exámenes y las deficiencias metodológicas del profesorado constituyen, por este orden, los principales sucesos que el estudiante percibe como amenazantes. Asimismo, se constata que cuanto mayor es la autovalía del estudiante que es la mayoría, menor es la percepción del contexto académico como estresante.

Por otro lado, en la indagación bibliográfica sobre el tema de investigación en el contexto nacional se han ubicado estudios que anteceden a la presente investigación y son los siguientes:

Nicho (2013), encontró en su estudio denominado “Relación entre la autoestima y el rendimiento académico de los estudiantes de la de la facultad de educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión”, que del 100% de los estudiantes, el 60% de ellos tienen una baja autoestima, aunque no se creen inferiores al resto de sus compañeros, si consideran que ellos se encuentran en una posición más elevada a la suya. Esto supone que, inconscientemente, se sientan en una posición retrasada en relación a los que le rodean a la hora de iniciar o realizar alguna acción.

Lizarraga (2014), encontró en su estudio titulado “Estrés académico en estudiantes de la facultad de medicina de la Universidad Católica de Santa María. Arequipa – 2014”, que 89.1% de estudiantes manifestaron sentir la presencia de algún tipo de estresor en su labor académica. Referente al nivel de intensidad del estrés, en el 1er Semestre que presentaron mayor nivel de intensidad con un 55.2% de estudiantes que manifestaron sentirlo en un nivel medianamente alto. Ante la presencia de estrés, un 18.3% en promedio, han sentido reacciones físicas, presentan constantemente problemas estomacales, dolores abdominales agudos, inapetencia, etc. El estudio evidenció que, en promedio el 22.5% de los estudiantes tienen claras sus estrategias de afrontamiento, siendo los estudiantes del 5° Semestre los que más las utilizan y de mejor manera, así tenemos la búsqueda de información como la estrategia más usada por ellos. Finalmente, si analizamos este último resultado, frente al obtenido en las demandas del entorno representadas en promedio por el 32.8% de estudiantes; podemos inferir que un 10.3% de los estudiantes en promedio sienten estrés por diversas demandas del entorno académico, pero no saben cómo afrontarlo.

Por otro lado, en la indagación bibliográfica sobre el tema de investigación en el contexto Local se han ubicado estudios que anteceden a la presente investigación y son los siguientes:

Vigo (2014), encontró en su estudio denominado “Nivel de estrés relacionado a factores sociodemográficos y académicos de los estudiantes del primer año de enfermería universidad nacional de Cajamarca – 2014 ”, Los resultados más relevantes fueron: la mayoría de sexo femenino, no tienen pareja, solo estudian, cuentan con servicios de agua, desagüe, con residencia y procedencia en Cajamarca capital, todos son solteros y cuentan con servicio básico de luz, más de la mitad de religión católica, tienen casa propia y la comunicación con sus padres es regular, menos de la mitad comprendidos en el grupo etario de 16 a 20 años de edad; viven con sus padres y hermanos, cuentan con el apoyo económico de sus padres. Los factores académicos estudiados destacan: la mayoría son alumnos regulares, llevan asignaturas obligatorias, no son beneficiarios del comedor universitario ni de incentivo económico por 1 o 2° puesto en su carrera profesional, con horarios de estudio de lunes a viernes de 50 - 60 horas semanales, descansan en su tiempo libre, con insuficiente tiempo para culminar actividades y no tienen relación conflictiva con los docentes ni compañeros de clase. Existe alta correlación entre el nivel de estrés y los servicios básicos de agua y desagüe y ser beneficiario de incentivo económico por 1 o 2° puesto en su carrera profesional Concluyendo que los servicios básicos agua, desagüe y no ser beneficiario de incentivo económico por 1 o 2 o puesto en su carrera profesional se relacionan con el nivel de estrés de los estudiantes del primer año de enfermería investigados.

Silva (2016), encontró en su estudio denominado “Influencia del estrés en el rendimiento académico del estudiante de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2016”, En cuanto al nivel de estrés, los estudiantes de Enfermería se encuentran en un nivel moderado, siendo las manifestaciones más frecuentes que inquietaron a los estudiantes, y referente a la influencia del estrés en el rendimiento académico se evidenció que el mayor porcentaje de los estudiantes que refirieron un nivel de estrés moderado tuvieron un rendimiento académico regular. Llegando a la conclusión que el estrés tiene influencia estadística altamente significativa en el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería.

5.1.2. Fundamentación Científica

5.1.2.1. Teoría de Autoestima

La autoestima es Según Rosenberg (1965) “Es la actitud integral que tiene una persona hacia sí misma ya sea positiva o negativa”. Además, teoriza que la autoestima es esencial para el ser humano porque: implica el desarrollo de patrones y define el establecimiento de comparaciones entre los individuos y la comprensión de quién es uno como persona basada en el resultado (Sparisci, 2013).

Otra aportación de suma importancia para el estudio de la autoestima, fue la desarrollada por Coopersmith, que al igual que Rosenberg, considera que la autoestima es la evaluación que el individuo hace y generalmente mantiene con respecto a sí mismo; ésta expresa una actitud de aprobación o desaprobación e indica la medida en la que el sujeto es capaz, importante, exitoso y valioso. Stanley a diferencia de Rosenberg se basa en una teoría conductual (Sparisci, 2013).

Comprende dos tipos:

La autoestima positiva comprende, según Ronsenberg (1995) lo valiosa se siente la persona, las cualidades buenas que posee, las cosas que soy capaz de hacer bien, la actitud positiva con uno mismo y por último la satisfacción propia con uno mismo.

La autoestima negativa comprende, según Ronsenberg (1995) la inclinación a pensar si soy un fracaso, no tener mucho de estar orgulloso, a tener más respeto por uno mismo, sentirse inútil en algunas ocasiones, sentir que no sirvo para nada, ambas son indicadores del nivel de autoestima negativa que puede tener una persona.

5.1.2.2. Teoría de Estrés Académico

Existen diversos tipos de estrés, los cuales suelen ser clasificados tomando como base la fuente que los genera, en ese sentido, se puede hablar del estrés familiar, sexual, ocupacional, académico, marital, entre otros. En la presente investigación se hablará acerca del estrés académico, entendido como aquel estrés que se produce en el ámbito educativo y es manifestado por los estudiantes (Galdós, 2014, p.15).

El estrés académico viene a ser es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico que se presenta de manera descriptiva en tres momentos. En primer lugar, el alumno se ve expuesto a una serie de demandas que son consideradas estresores bajo su propia valoración (Barraza, 2004). Luego, dichos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante), que se manifiesta en una serie de síntomas, los cuales representan los indicadores del desequilibrio provocado. Finalmente, el desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico. (Galdós, 2014, p.16).

El estrés académico viene a ser es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, el cual es una reacción frente a un estímulo externo (Barraza, 2004).

Este comprende:

Los estresores académicos Según Barraza (2006), comprende a la competencia con los compañeros del grupo, sobrecarga de las tareas y trabajos escolares, la personalidad y carácter del profesor, las evaluaciones de los profesores, el tipo de trabajo que piden los profesores, no entender los temas que se abordan en la clase, la participación en clase y el tiempo limitado para hacer el trabajo.

Las reacciones físicas, frente al estímulo estresor Según Barraza (2006), comprende a los trastornos de sueño (Insomnio o pesadillas); fatiga crónica (cansancio permanente); dolores de cabeza o migraña; problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea; rascarse, morderse las uñas, frotarse; somnolencia o mayor necesidad de dormir.

5.1.3. Marco Conceptual

5.1.3.1. Autoestima

La autoestima es definida “Como la actitud integral que tiene una persona hacia sí misma ya sea positiva o negativa” (Rosenberg, 1965).

5.1.3.2. Autoestima positiva

La autoestima positiva comprende, según Ronserberg (1995) lo valiosa que se siente la persona, las cualidades buenas que posee, las cosas que es capaz de hacer bien, la actitud positiva con uno mismo y por último la satisfacción propia con uno mismo.

5.1.3.3. Autoestima Negativa

La autoestima negativa comprende, según Ronsenberg (1995) la inclinación a pensar si es un fracaso, no tener mucho de estar orgulloso, a tener más respeto por uno mismo, sentirse inútil en algunas ocasiones, sentir que no sirve para nada, ambas son indicadores del nivel de autoestima negativa que puede tener una persona.

5.1.3.4. Estrés Académico

El estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, el cual es una reacción frente a un estímulo externo (Barraza, 2004).

5.1.3.5. Estresor Académico

Los estresores académicos Según Barraza (2006), comprende a la competencia con los compañeros del grupo, sobrecarga de las tareas y trabajos escolares, la personalidad y carácter del profesor, las evaluaciones de los profesores, el tipo de trabajo que piden los profesores, no entender los temas que se abordan en la clase, la participación en clase y el tiempo limitado para hacer el trabajo.

5.1.3.6. Reacciones Físicas al estímulo Estresor

Las reacciones físicas, frente al estímulo estresor Según Barraza (2006), comprende a los trastornos de sueño (Insomnio o pesadillas); fatiga crónica (cansancio permanente); dolores de cabeza o migraña; problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea; rascarse, morderse las uñas, frotarse; somnolencia o mayor necesidad de dormir.

5.1.4. Definición de Términos Básicos

5.1.4.1. Autoestima

“Valoración generalmente positiva de sí mismo” (Real Academia española, 2014).

5.1.4.2. Autoestima positiva

Es la aceptación y/o valoración positiva de sí mismo (Zorrilla, Céspedes y Ávila, 2010, p. 5).

5.1.4.3. Autoestima Negativa

Es la dificultad que tiene la persona para sentirse valiosa, generando desagrado, malestar, disgusto, insatisfacción, con uno mismo (Zorrilla, Céspedes y Ávila, 2010, p. 5).

5.1.4.4. Estrés

“Tensión provocada por situaciones agobiantes que originan reacciones psicósomáticas o trastornos psicológicos a veces graves” (RAE, 2014).

5.1.4.5. Estrés Académico

Estrés que se presenta en el ámbito académico (Galdós, 2014, p.15).

5.1.4.6. Estresor académico

Son las situaciones desencadenantes del estrés y pueden ser cualquier estímulo, externo o interno, en este caso se presenta en el ámbito académico (Galdós, 2014, p.15).

5.1.4.7. Reacciones Físicas al estímulo Estresor

Son aquellos que implican una reacción propia del cuerpo. Entre ellos están: los trastornos en el sueño (insomnio, pesadillas), dolores de cabeza o migrañas, problemas de digestión, la fatiga crónica (cansancio permanente), somnolencia o mayor necesidad de dormir, el dolor abdominal y las diarreas (Galdós, 2014, p.16).

5.2. Justificación de la investigación

El estrés académico es un problema de salud mental pública ya que impacta directamente en la calidad de vida del alumno y en su entorno más cercano, con lo que la presente investigación se justifica porque responde a la necesidad de contar con estudios actualizados sobre autoestima y estrés en estudiantes universitarios, que inician su carrera en un centro superior de estudios, ya que en el enfoque actual de prevención enfermedad - daño; es de vital importancia, ya que conocer sus causas nos permitirá actuar y prevenir futuros problemas psicológicos.

Así mismo la contribución práctica del presente estudio se advierte en la constatación, para mejorar la autoestima del alumno universitario y así reducir sus niveles de estrés y de esta forma poder mejorar su desempeño académico y calidad de vida de él y del entorno que lo rodea.

Finalmente existe una razón de carácter social, que justifica la presente investigación, vinculándose con uno de los ejes estratégicos del proyecto educativo regional: Educación Equitativa e Inclusiva.

5.3. Problema

5.3.1. Planteamiento del Problema

A nivel Mundial uno de cada cuatro individuos sufre de algún problema grave de estrés (Berrio y Mazo, 2011). En nuestro país las cifras, según la última encuesta del Instituto Integración realizada en el 2015, el 58 % de peruanos sufriría de estrés, el cual es más de la mitad de la población (Instituto de Integración, 2015, p1).

Actualmente se tiene conciencia de que la sociedad vive muchas situaciones estresantes. El estrés está presente en todos los medios y ambientes, incluido el educativo, el cual se le denomina estrés académico, de ahí que los psicólogos, los docentes, hayan identificado la necesidad de conocer las implicaciones que tiene sobre los estudiantes (Berrio y Mazo, 2011).

La universidad y su ambiente representan un conjunto de situaciones que son altamente estresantes para el estudiante debido a que puede experimentar, aunque sea de manera transitoria, una falta de control sobre el ambiente mencionado. Las investigaciones realizadas concuerdan en que existe una variedad de estresores académicos que pueden ocasionar altos índices de estrés en los estudiantes universitarios (Galdos, 2014).

De la revisión de estudios respecto al estrés académico, se puede apreciar que éste afecta el plano conductual, cognitivo y fisiológico, dentro de los cuales, a su vez, se han podido distinguir efectos tanto a corto como a largo plazo (Martín, 2007). Los altos niveles de estrés que el estudiante pueda presentar podrían ser causados, entre otros motivos, por su patrón de conducta (Galdós, 2014).

La autoestima a nivel de Perú, según la Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2016) en su informe mundial de la felicidad, el Perú figura en el puesto 64 de 157 Países. 6 puestos más abajo comparado con el 2015, que, si bien el informe evalúa varios factores, evalúa también componentes importantes de la autoestima como es el afecto positivo y otras variables.

Debido a que la autoestima influye en como la persona puede afrontar el estrés (Branden, 2011). Se ha seleccionado como factor importante es esta investigación. La autoestima es definida según Rosenberg (1965) “Como la actitud integral que tiene una persona hacia si misma ya sea positiva o negativa” (p03). La autoestima, que tiene un estudiante es muy importante. Branden (2011) nos dice que “la autoestima, es la confianza en nuestra capacidad de pensar y afrontar los desafíos que se presentan en la vida y el derecho a ser felices” (p33). Esto es de vital importancia sobre todo en estudiantes universitarios, que viven situaciones estresantes cada día.

Campos (2013) afirma que:

El estudiante universitario al poseer una autoestima alta es importante dentro del proceso de aprendizaje, ya que un estudiante que confía en sí mismo tiene más posibilidades de aprender, ya que se siente capaz de hacerlo, por el contrario, un estudiante con baja autoestima se siente incapaz de aprender, muchas veces ni siquiera lo intenta. (p13)

A nivel de Cajamarca, existe un solo estudio realizado a nivel de la región por el Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado Iguchi (INSM 2003), en el cual solo el 16.7 %, tenía un grado de satisfacción global Lo cual es muy preocupante ya que, al tener una baja autoestima, llamada también el sistema inmune del psiquismo (Fundación AMIGO, 2008), la persona no puede afrontar situaciones estresantes de la vida.

También en dicho estudio (INSM 2003), el estrés académico representaba el 38.2 %, el cual era bastante, el 27.5 % regular y el 34.3 % era poco. Dato que nos indica que siempre existe estrés a nivel académico.

Los estudiantes universitarios de la región Cajamarca, no son ajenos a esta situación, hecho que ha constituido como motor impulsor, para conocer cómo influye la autoestima en el estrés académico de los estudiantes Universitarios de I ciclo de la Facultad de Ciencia Políticas de la Universidad Nacional de Cajamarca, a fin de promover una alta autoestima y evitar el estrés en dichos estudiantes.

Lo anteriormente expuesto ha generado la necesidad de investigar la autoestima y su influencia en el estrés académico en los estudiantes universitarios de I ciclo de la Facultad de Ciencia Políticas de la Universidad Nacional de Cajamarca.

5.3.2. Formulación del Problema de Investigación

¿Cuál es la relación entre la autoestima y estrés académico en estudiantes de I ciclo de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas de la Universidad Nacional de Cajamarca, en el año 2017?

5.4. Conceptualización y Operacionalización de las variables

5.4.1. Operacionalización de las variables

Variable	Conceptualización	Dimensiones	Indicadores	Escala	Técnica	Instrumento
Autoestima	Es la actitud integral que tiene una persona hacia sí misma ya sea positiva o negativa (03). Es esencial para el ser humano porque implica el desarrollo de patrones y define el establecimiento de comparaciones entre los individuos y la comprensión de quién es uno como persona basada en el resultado (Universidad Abierta Interamericana, 2013).	Autoestima Positiva	Me siento una persona valiosa como las otras. Siento que tengo algunas cualidades buenas. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo Me siento satisfecho conmigo mismo	Likert	Encuesta	Cuestionario de encuesta
		Autoestima negativa	Pienso que soy un fracaso. No tengo mucho de lo que estar orgulloso Me gustaría tener más respeto por mí mismo Realmente me siento inútil en algunas ocasiones Pienso que no sirvo para nada	Likert	Encuesta	Cuestionario de encuesta
Estrés Académico	El estrés académico viene a ser es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico que se presenta de manera descriptiva en tres momentos. En primer lugar, el alumno se ve expuesto a una serie de demandas que son consideradas estresores bajo su propia valoración (Barraza, 2004). Luego, dichos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante), que se manifiesta en una serie de síntomas, los cuales representan los indicadores del desequilibrio provocado. Finalmente, el desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico. (Galdós, 2014, p.16).	Estresor Académico	Me agobia la competencia con los compañeros de grupo Me siento sobrecargado de tareas y trabajos escolares Me preocupa la personalidad y carácter imperativo del profesor Siento que los exámenes son fuertes. Siento que el tipo de trabajos que me piden los profesores son fuertes. No entiendo los temas que se abordan en clase. Me obligan a participar en clase Siento que tengo tiempo limitado para hacer los trabajos asignados.	Likert	Encuesta	Cuestionario de encuesta
		Reacciones físicas al estímulo estresor	Tengo trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas) Tengo fatiga crónica (cansancio permanente) Tengo dolores de Cabeza o migraña Tengo problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea Tengo tendencia a rascarme, mordirme las uñas, frotarse Tengo somnolencia o mayor necesidad de dormir	Likert	Encuesta	Cuestionario de encuesta

Escala de Likert:

Muy en desacuerdo	1
En desacuerdo	2
Indiferente	3
De Acuerdo	4
Muy de Acuerdo	5

5.5. Hipótesis

Existe relación significativa entre autoestima y estrés académico en estudiantes de derecho del I ciclo de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas de la Universidad nacional de Cajamarca, año 2017.

5.5.1. Hipótesis Estadística:

Hipótesis Nula: No Existe relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes de derecho del I ciclo de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas de la Universidad nacional de Cajamarca, año 2017.

Hipótesis Estadística: Existe relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes de derecho del I ciclo de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas de la Universidad nacional de Cajamarca, año 2017.

5.6. Objetivos**5.6.1. Objetivo General**

Determinar cuál es la relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes universitarios de I Ciclo de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas de la Universidad nacional de Cajamarca, en el año 2017.

5.6.2. Objetivos Específicos

- Identificar el nivel de autoestima de los estudiantes universitarios de I Ciclo.
- Identificar el nivel de estrés académico de los estudiantes universitarios de I Ciclo.
- Describir la relación entre Autoestima y estrés académico en estudiantes universitarios de I Ciclo.

6. METODOLOGÍA

6.1. Tipo y Diseño de Investigación

6.1.1. Tipo de Investigación

Según La Torre (1996, p.43), esta investigación fue de tipo descriptiva, transeversal y correlacional, porque estudio la relación entre autoestima y estrés académico, en estudiantes universitarios de I ciclo de la Universidad Nacional de Cajamarca, durante el año 2017.

Descriptivo: porque buscó especificar el nivel de autoestima y estrés académico en estudiantes universitarios de I ciclo de la Universidad Nacional de Cajamarca.

Correlacional: porque tuvo como finalidad conocer la relación o grado de asociación que existen entre la autoestima y en nivel de estrés en los estudiantes universitarios de I ciclo de la Universidad Nacional de Cajamarca.

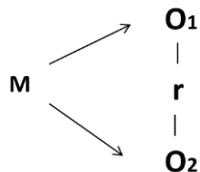
De corte transversal, porque el estudio se realizó en un solo tiempo sin cortes.

Es de naturaleza prospectiva pues se inició con la observación de ciertas causas presumibles y avanzaron longitudinalmente en el tiempo a fin de observar sus consecuencias.

Por la orientación del estudio fue una investigación básica y por la contratación de los resultados es una investigación correlacional.

6.1.2. Diseño de Investigación

El diseño corresponde a una investigación descriptivo - correlacional, de corte transversal y de naturaleza prospectiva, la cual se gráfica, de la siguiente manera (La Torre, 1996).



M: Estudiantes Universitarios de I ciclo

O1: Variable autoestima

O2: Variable estrés académico

r: Coeficiente de correlación

(Elaborado por autora, en base a La Torre, 1996).

6.2. Población y muestra

6.2.1. Población

El estudio se llevó a cabo en el distrito de Cajamarca que está ubicado al norte del Perú y entre los paralelos - 7°10'00" latitud sur y los meridianos - 78°31'00", con referencia de la plaza de armas; a una altitud de 2 750 m.s.n.m y cuenta con una temperatura anual media anual de 14° C.

La población estuvo constituida por 35 alumnos matriculados del primer ciclo semestre académico 2017 – I, de la Facultad de Derecho y Ciencias Política, la muestra fue por conveniencia.

6.3. Técnicas e Instrumentos de Recojo de Información

6.3.1. Técnicas

Para la realización del presente estudio, en una primera fase del estudio se solicitó el permiso correspondiente al Decano de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas de la Universidad Nacional de Cajamarca, se le informó de la realización del estudio al docente del curso que dictó clase en ese momento y luego se procedió al recojo de la información.

Para el presente estudio, se usó la técnica de la encuesta como instrumento de recolección de datos.

6.3.2. Instrumentos

Como instrumentos se asumieron los siguientes:

- Para la variable autoestima: La Escala de autoestima de Rosenberg (RSES) modificado por la autora, para ver el nivel de autoestima que tiene el estudiante universitario (Vázquez, Jiménez, Y Vázquez, 2004). Este instrumento permite determinar los siguientes tipos:

- Autoestima baja: 10 – 15 puntos.

- Autoestima normal: 16 - 30 puntos.

- Autoestima alta: 30 - 45 puntos.

- Para la variable estrés académico se administró la escala de estrés académico (SISCO), modificada por la autora, para evaluar el nivel de estrés académico, del estudiante universitario (Barraza, 2007). El cual consta de un ítem de filtro al principio, el cual permite ver si el encuestado es candidato o no, para aplicar el test. Dicho instrumento permite clasificar al estrés en los siguientes tipos:

- Estrés bajo: 15 - 35 puntos.
- Estrés medio: 36 - 50 puntos.
- Estrés alto: 51 - 75 puntos.

6.4. Análisis y procesamiento de información

El procesamiento electrónico de la información se realizó a través del Programa IBM SPSS V.22 y Microsoft Excel para Windows, a fin de generar una base de datos. El proceso será orientado a organizar los datos y resumirlos en tablas simples y de contingencia, frecuencias absolutas y relativas, analizando los mismos con indicadores estadísticos.

7. RESULTADOS

7.1. Presentación

Luego del regajo de datos a través de los instrumentos de investigación se ha procedido a organizar los resultados en tablas y figuras, así como en la tabla de contingencia para deducir si existe correlación entre ambas variables cuyos resultados se presentan a continuación.

7.2. Análisis e Interpretación.

7.2.1. Objetivo General: Determinar cuál es la relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes universitarios de I Ciclo de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas de la Universidad nacional de Cajamarca, en el año 2017.

Tabla 01. Relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes

			Niveles de Estrés			
			Estrés Bajo	Estrés Medio	Estrés Alto	Total
Nivel de Autoestima	Autoestima Normal	N	7	19	4	30
		%	7.7	18.9	3.4	30.0
	Autoestima Alta	N	2	3	0	5
		%	1.3	3.1	.6	5.0
Total	N		9	22	4	35
	%		9.0	22.0	4.0	35.0

Fuente: Matriz de sistematización de datos, elaborado con SPSS 19.

En la tabla N° 01 se aprecia que del 30 % que tiene autoestima normal, el 18.9 % tiene estrés medio, el 7.7 % tiene estrés bajo y el 3.4 % tiene estrés alto.; esto sugiere que existe relación entre las variables nivel de autoestima y nivel de estrés, por otro lado, solo el 5 % de quienes tienen autoestima alta el 3.1 % tiene estrés medio, el 1.3 % estrés bajo y 0 % estrés alto. Se puede ver que existe una relación entre autoestima alta y la ausencia de personas con estrés alto.

7.2.1. Objetivo Específico: Identificar el nivel de autoestima de los estudiantes universitarios de I Ciclo

Tabla 02. Nivel de Autoestima de estudiantes

Nivel de Autoestima	N	%
Autoestima Normal	30	85.7
Autoestima Alta	5	14.3
Total	35	100.0

Fuente: Matriz de sistematización de datos.

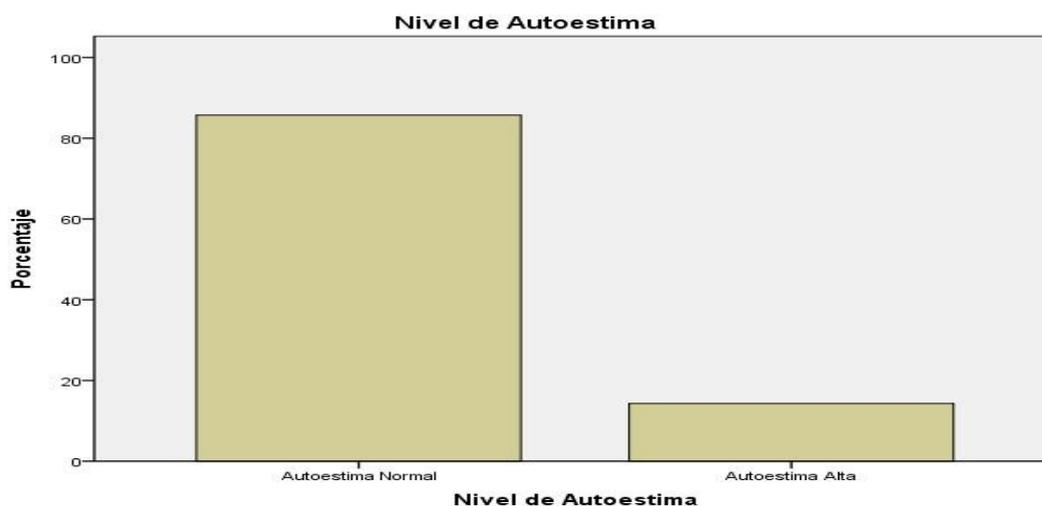


Figura N° 01. Nivel de Autoestima en estudiantes

Como se observa en la tabla N° 02 y el gráfico N° 01, de los 35 estudiantes que representan el 100 %, el 85.7 % tiene autoestima normal, lo cual representa más de la mitad, finalmente el 15.3 % tiene autoestima alta.

En consecuencia, un octavo de los estudiantes, en lo referente a autoestima es normal, con autoestima alta representa un medio.

7.2.2. Objetivo Específico: Identificar el nivel de estrés académico de los estudiantes universitarios de I Ciclo

Tabla 03. Nivel de Estrés de Estudiantes

Nivel de Estrés	N	%
Estrés Bajo	9	25.7
Estrés Medio	22	62.9
Estrés Alto	4	11.4
Total	35	100.0

Fuente: Matriz de sistematización de datos.

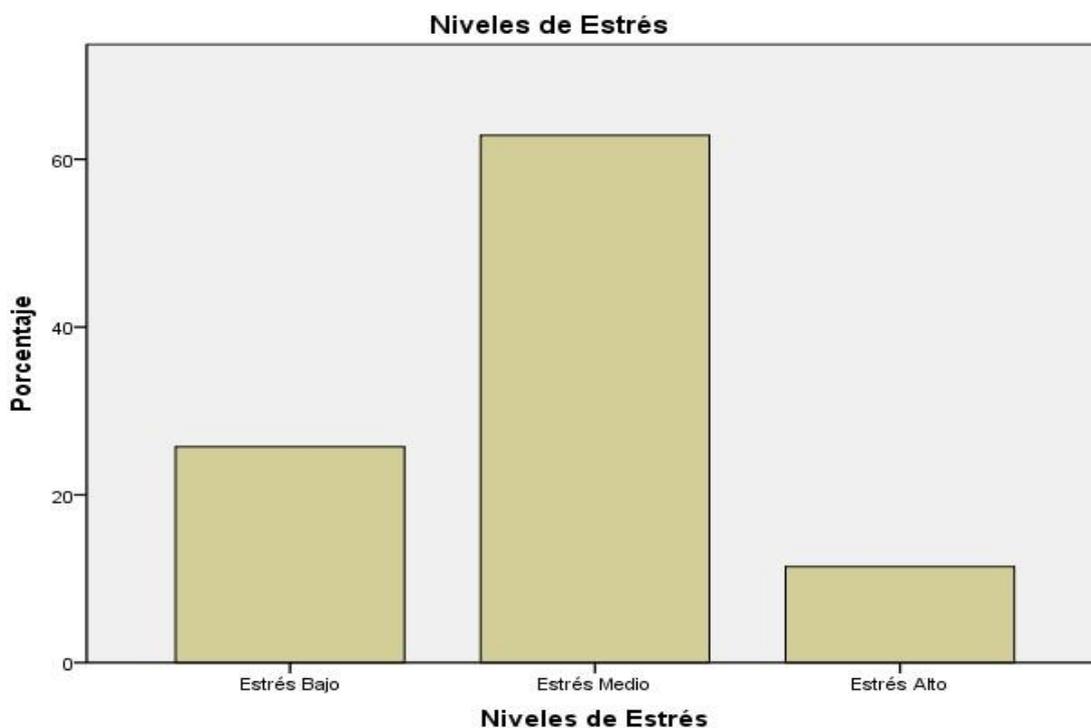


Figura N° 2. Relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes

Como se observa en la tabla N° 03 y el gráfico N° 02, de los 35 estudiantes que representan el 100 %, 22 que es el 62.9 % tiene estrés medio, lo cual representa más de la mitad, 9 estudiantes que es el 25.7 % tiene estrés bajo y solo 4 que representa el 11.4 % tiene estrés alto.

En consecuencia, un sexto de los estudiantes, en lo referente a estrés es medio, con estrés bajo representa un medio y estrés alto un décimo.

7.2.3. Objetivo específico Describir la relación entre Autoestima y estrés académico en estudiantes universitarios de I Ciclo

Tabla 04. Relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes

		Niveles de Estrés			Total	
		Estrés Bajo	Estrés Medio	Estrés Alto		
Nivel de Autoestima	Autoestima Normal	N	7	19	4	30
		%	7.7	18.9	3.4	30.0
	Autoestima Alta	N	2	3	0	5
		%	1.3	3.1	.6	5.0
Total		N	9	22	4	35
		%	9.0	22.0	4.0	35.0

Fuente: Matriz de sistematización de datos, elaborado con SPSS 19.

En la tabla N° 04 se aprecia que del 30 % que tiene autoestima normal, el 18.9 % tiene estrés medio, el 7.7 % tiene estrés bajo y el 3.4 % tiene estrés alto.; esto sugiere que existe relación entre las variables nivel de autoestima y nivel de estrés, por otro lado, solo el 5 % de quienes tienen autoestima alta el 3.1 % tiene estrés medio, el 1.3 % estrés bajo y 0 % estrés alto. Se puede ver que existe una relación entre autoestima alta y la ausencia de personas con estrés alto.

A pesar de lo anteriormente mencionado, los resultados de la prueba muestran una falta relación entre las variables autoestima y estrés académico, puesto que el valor p (significación de la prueba), identificado del *estadístico chi cuadrado*, es 0.566. (Anexo N° 03).

8. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

Los resultados que se encontraron en el presente estudio, vienen a plantear lo siguiente en lo referente al nivel de autoestima, el 85.7 % de los estudiantes tiene autoestima normal, lo cual representa más de la mitad, el 15.3 % tiene autoestima alta, no encontrándose ningún estudiante con autoestima baja.

La autoestima que es definida Según Rosenberg (1965) “Como la actitud integral que tiene una persona hacia sí misma ya sea positiva o negativa” (p03), cuando es normal, permite afrontar mejor, cualquier situación difícil que se pueda presentar en la vida (Rosenberg, 1965). Por lo tanto, cuando se tiene una autoestima normal o alta se va poder confrontar situaciones difíciles que se den en situaciones cotidianas, las cuales va ser de mucho beneficio, para poder afrontar estas, por el contrario de no poseerla.

Estos resultados difieren con lo encontrado por Nicho. (2013), en que encontró que el 60 % de los estudiantes encuestados tenía baja autoestima, los cuales no se creían inferiores que el resto, pero si consideraban que los otros se encontraban en una posición más elevada que ellos.

Estos datos concuerdan con lo encontrado con Cabanach (2014) en donde la mayoría tienen una autoestima normal, lo cual representa un protector frente al estrés académico.

Por otro lado, el nivel de estrés académico, de los 35 estudiantes que representan el 100 %, el 62.9 % tiene estrés medio, lo cual representa más de la mitad, el 25.7 % tiene estrés bajo y solo el 11.4 % tiene estrés alto.

El estrés académico viene a ser es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, el cual es una reacción frente a un estímulo externo, dicha reacción es muy importante ya que si esta se prolonga en el tiempo puede convertirse en depresión (Barraza, 2004), además podemos observar el 100 % de todos los estudiantes tiene un cierto grado de estrés ya sea medio, bajo o alto, concentrándose el mayor porcentaje en el estrés medio, lo cual es un indicador muy importante a tener en cuenta.

Estos resultados concuerdan los encontrados por Lizarraga. (2014), en el cual encontró que el 89.1 % de estudiantes manifestó sentir estrés por la presencia de algún estresor académico y de estos el 55,2 % tuvo estrés alto siendo estos los de primer semestre, en comparación con nuestro estudio que solo el 11.4 % tuvo estrés alto.

Dichos datos concuerdan con lo encontrado por Gonzales (2010), donde todos los estudiantes presentan un grado variable de estrés, siendo los dos principales estresores los exámenes y las intervenciones en público.

También vemos concordancia con lo encontrado por Vigo (2014), donde encuentra que los estudiantes presentan niveles de estrés variable, pero este es mayor en los no beneficiarios económicos por primer y segundo puesto, dándonos a entender que el estrés académico influye mucho en este.

Estos datos concuerdan en parte con lo encontrado por Silva (2016), donde existe un estrés moderado en la mayoría de estudiantes y este juega un rol importante en su rendimiento académico y este a su vez es un estresor a tener en consideración.

Al ver el nivel de autoestima en relación, con el nivel de estrés podemos apreciar que del 30 % que tiene autoestima normal, el 18.9 % tiene estrés medio, el 7.7 % tiene estrés bajo y el 3.4 % tiene estrés alto.; esto sugiere que existe relación entre las variables nivel de autoestima y nivel de estrés, por otro lado, solo el 5 % de quienes tienen autoestima alta el 3.1 % tiene estrés medio, el 1.3 % estrés bajo y 0 % estrés alto. Se puede ver que existe una relación entre autoestima alta y la ausencia de personas con estrés alto, solo se puede observar un pequeño porcentaje de estrés medio y bajo que concentran el 5%, entre ambas.

Como vemos la importancia de la autoestima es muy grande ya que el estudiante universitario al poseer una autoestima alta es importante dentro del proceso de aprendizaje, ya que confía en sí mismo, tiene más posibilidades de aprender, se siente capaz de hacerlo, por el contrario de un estudiante con baja autoestima que se siente incapaz de aprender, muchas veces ni siquiera lo intenta, además una autoestima sana le ayudara a enfrentar las situaciones estresantes que se pudieran presentar en el contexto académico a lo largo de su vida universitaria (Campos, 2013). Esto cobra relevancia la hora de enfrentar situaciones estresantes como podemos ver ya que de los que tienen autoestima alta, no se encuentran estudiantes con estrés alto, a diferencia de quienes tienen una autoestima normal que existe un 4 % con estrés alto, por lo que se puede decir que la autoestima es un factor protector contra el estrés (Rosenberg, 1965).

Los datos encontrados concuerdan con lo encontrado por Cabanach et al. (2014), en los que encontró que, a mayor autoestima, menor es la percepción de estrés en el contexto académico.

Finalmente, la prueba *chi cuadrado* que se efectuó no corroboró la presunción hecha en el análisis de las tablas de contingencia en el sentido que las variables autoestima y estrés académico no existe una relación entre ambas variables, puesto que el valor *p* (significación de la prueba), identificado del *estadístico chi cuadrado*, es 0.566. (Anexo N° 03).

9. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

9.1. Conclusiones

- Se determinó que del 30 % que tiene autoestima normal, el 18.9 % tiene estrés medio, el 7.7 % tiene estrés bajo y el 3.4 % tiene estrés alto.; esto sugiere que existe relación entre las variables nivel de autoestima y nivel de estrés, por otro lado, solo el 5 % de quienes tienen autoestima alta el 3.1 % tiene estrés medio, el 1.3 % estrés bajo y 0 % estrés alto. Se puede ver que existe una relación entre autoestima alta y la ausencia de personas con estrés alto
- El nivel de autoestima más frecuente en los estudiantes universitarios de I ciclo de la Universidad Nacional de Cajamarca fue el normal, con un 85.7 %, seguida de la autoestima alta con un 14.3 % (Tabla N° 02).
- El nivel de estrés académico más frecuente en los estudiantes universitarios de I ciclo de la Universidad Nacional de Cajamarca fue el estrés medio, con un 62.9 %, el estrés bajo con un 25.7 % y finalmente el estrés alto el en 11.4 % (Tabla N° 3).
- Se describió que no existe relación entre las variables autoestima y estrés académico en estudiantes universitarios de I ciclo de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas de la Universidad Nacional de Cajamarca, y esta última depende posiblemente de otras variables ajenas a este estudio.

9.2. Recomendaciones

- Se recomienda al Decano de la Facultad de Derecho Realizar más investigaciones comparativas, que incluyan más variables, para determinar la relación que existe con el estrés académico en estudiantes universitarios de I ciclo tanto en universidades públicas y privadas en la región de Cajamarca.

- Se recomienda al Decano de la Facultad de Derecho realizar más investigaciones sobre el nivel de autoestima en los estudiantes universitarios de I ciclo en las diferentes universidades públicas y privadas de la región de Cajamarca.

- Se recomienda al Decano de la Facultad de Derecho realizar más investigaciones sobre el nivel de estrés en los estudiantes universitarios de I ciclo en las diferentes universidades públicas y privadas de la región de Cajamarca.

- Se recomienda al Decano de la Facultad de Derecho considerar hacer investigaciones descriptivas, profundizando mas en las variables autoestima y estrés académico en estudiantes universitarios de I ciclo tanto en universidades públicas y privadas en la región de Cajamarca.

10. REFERENCIAS BIBLOGRAFICAS

Ballena, E. (2015). Autoestima y Actitud Relacionado con el Rendimiento Académico de los Estudiantes de la Escuela Profesional de Estadística del IX Ciclo De La UNPRG 2014- 11 – Lambayeque (Tesis Pregrado). Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo. Perú.

Berrio, M. y Mazo, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología*. 3 (2), 2.

Barraza, A. (2007). Propiedades psicométrías del Inventario SISCO. México: *Revista Psicología Científica*. Recuperado de: <http://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas/>

Barraza, A. (2004). El estrés académico en los alumnos de posgrado (Tesis Maestría). Universidad Pedagógica de Duran, Durango, México.

Branden, N. (2011). El poder de la autoestima. Barcelona. España: Paidós.

Cabanach, R., Souto, A., Freire, R. y Ferradás, M. (2014). Relaciones entre autoestima y estresores percibidos en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 1(7), 2.

Galdos, A. (2014). Relación entre el rendimiento, estrés académico y dimensiones de personalidad en universitarios (Tesis de pregrado). Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. Perú.

Gonzales, R. Fernandez, R. Gonzales, L. y Freire, C. (2010). Estresores Académicos Percibidos por Estudiantes Universitarios de Ciencias de la Salud. *Elselvier*. 32 (4), 1-2.

Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado Iguchi. (2003). Estudio Epidemiológico de Salud Mental en Cajamarca (10). Recuperado de: <http://www.insm.gob.pe/investigacion/estudios.html>

Instituto de Integración. (2015). Estrés en los peruanos (2015 – 1). Recuperado de: <https://es.scribd.com/document/254195467/Estres-en-los-peruanos>

La Torre, A. (1996). Bases Metodológicas de la Investigación Educativa. Barcelona, España: Ediciones experiencia.

Lizarraga, M. (2014). Estrés académico en estudiantes de la facultad de Medicina de la universidad católica de santa maría. Arequipa (Tesis maestría). Universidad Católica de Santa Maria, Arequipa, Perú.

Martín, I. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología*, 25(1), 87-99.

Nicho, J. (2013). Relación entre la autoestima y el rendimiento académico de los Estudiantes de la E.B.C. tecnológica de la facultad de educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión (Tesis Maestría). Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. Perú.

ONU. (2016). Informe de la felicidad. 2016-1. Recuperado de <http://worldhappiness.report/>

RAE. (2014). Autoestima. Diccionario de la Lengua española (versión electrónica). España; RAE, <http://dle.rae.es/?id=4SXAtku>.

RAE. (2014). Estres. Diccionario de la Lengua española (versión electrónica). España; RAE, <http://dle.rae.es/?id=GzAga0a>

Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University Press, 148-8, 3.

Silva, M (2017). Influencia del estrés en el rendimiento académico del estudiante de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2016. (Tesis de pregrado). Universidad Nacional de Cajamarca. Perú.

Sparisci, V. (2013). Representación de la autoestima y la personalidad en protagonistas de anuncios audiovisuales (Tesis maestría). Universidad Abierta Interamericana, Buenos Aires, Argentina.

Vazquez, A. Jimenez,R. Y Vasquez, R. (2004). Escala de autoestima de Rosenberg: fiabilidad y validez en población clínica española. *Apuntes de psicología*, 22 (2), 2.

Vigo, M (2014). Nivel de estrés relacionado a factores sociodemográficos y académicos de los estudiantes del primer año de enfermería universidad nacional de Cajamarca – 2014. (Tesis de pregrado). Universidad Nacional de Cajamarca. Perú.

Wikipedia. (2016). Estrategias de Afrontamiento. Wikipedia la enciclopedia libre. España; Wikipedia, https://es.wikipedia.org/wiki/Estrategias_de_afrontamiento

Zorrilla, A., Céspedes, P., y Ávila, J. (2010). , p. 5). Yo Autoestima, autoconcepto. *Gades*, 10, 5.

11. ANEXOS

ANEXO 01 ESCALA DE AUTOESTIMA (RSE) MODIFICADO

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

La sinceridad con que respondas a los cuestionamientos será de gran utilidad, para la investigación.

A continuación, se presenta un grupo de frases que pueden te pueden ocurrir. Señale el nivel de acuerdo o desacuerdo que tienes con cada una de ellas, marcando con un aspa la alternativa elegida, se agradece por anticipado su colaboración.

		(1) Muy en Desacuerdo	(2) En desacuerdo	(3) Indiferent e	(4) De acuerdo	(5) Muy de acuerdo
1	Me siento una persona valiosa como las otras.					
2	Pienso que soy un fracaso.					
3	Creo que tengo unas cualidades buenas.					
4	No tengo mucho de lo que estar orgulloso					
5	Tengo una actitud positiva hacia mí mismo					
6	Me siento satisfecho conmigo mismo					
7	Me gustaría tener más respeto por mí mismo					
8	Realmente me siento inútil en algunas ocasiones.					
9	Pienso que no sirvo para nada					

ANEXO 02
ESCALA DE ESTRÉS (SISCO) MODIFICADO

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

La sinceridad con que respondas a los cuestionamientos será de gran utilidad, para la investigación, se agradece por anticipado su colaboración.

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

a) Si

b) 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 N° 2 y continuar con el resto de 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 y (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:

Situación	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Alguna vez	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Me agobia la competencia con los compañeros de grupo					
Me siento sobrecargado de tareas y trabajos escolares					
Me preocupa la personalidad y carácter imperativo del profesor					
Siento que los exámenes son fuertes.					
Siento que el tipo de trabajos que me piden los profesores son fuertes.					
No entiendo los temas que se abordan en clase					
Me obligan a participar en clase					
Siento que tengo tiempo limitado para hacer los trabajos asignados.					

4.- En una escala del 1 al 5, donde (1) es nunca y (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, respectivamente.

Situación	Reacciones Físicas				
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Alguna vez	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Tengo trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
Tengo fatiga crónica (cansancio permanente)					
Tengo dolores de Cabeza o migraña					
Tengo problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Tengo tendencia a rascarme, morderme las uñas, frotarse					
Tengo somnolencia o mayor necesidad de dormir					

ANEXO N° 03

**PRUEBA DE RELACIÓN ENTRE AUTOESTIMA Y ESTRÉS ACADÉMICO
EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE I CICLO. FACULTAD DE
DERECHO Y CIENCIAS POLÍTICAS. UNIVERSIDAD NACIONAL DE
CAJAMARCA 2017**

Pruebas de Chi-cuadrado			
	Valor	Gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-			
cuadrado de Pearson	1.137	2	0.566
N de casos válidos	35		

Fuente: elaborado con SPSS19.

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS

El presente estudio denominado: "Autoestima y Estrés Académico en Estudiantes del I ciclo - Facultad de Derecho de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2017 - I" de la autora Obs. Dayanna Arami Valera Quiroz se procedió a validar sus instrumentos los cuales fueron:

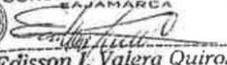
La escala de autoestima (RSE) Modificado.

La Escala de Estrés (SISCO) Modificado.

Ambos instrumentos son consistentes a nivel estadístico y están formulados correctamente.

Por lo que se le expide la presente constancia a la interesada.

Cajamarca 02 de Noviembre del 2017

CONSEJO REGIONAL XVI:
CAJAMARCA

Dr. Edison V. Valera Quiroz
MEDICO CIRUJANO
C.M.R. 71190