

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



**Afrontamiento del estrés y el bienestar psicológico en estudiantes
de una universidad pública de Huamachuco**

Tesis para optar el Título Profesional de Psicólogo

Por:

Antony Johan Quintero Chila

Asesor:

Dr. Arnulfo Chico Robles

Lima, agosto de 2023

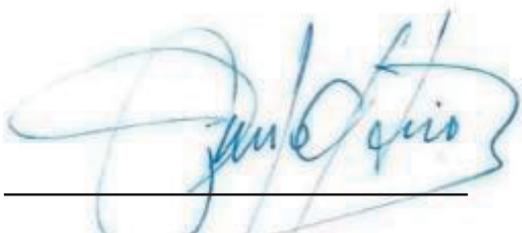
DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Dr. Arnulfo Chico Robles, docente de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS Y EL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE HUAMACHUCO”** del autor Bachiller Antony Johan Quintero Chila tiene un índice de similitud de 19 % verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 13 días del mes de diciembre del año 2023.



Dr. Arnulfo Chico Robles

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS



En Lima, Ñaña, Villa Unión, a.....10..... día(s) del mes de.....agos.10..... del año 20.23. siendo las...1.5:00... horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Lima, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Mtra. Emma Mérida Neira Suaña....., el (la) secretario(a): Mtro. Carlos Mario Galarraga Peñan..... y los demás miembros: Mtro. Jasiás Trinidad Ticse..... y el (la) asesor(a) Dr. Arnulfo Chico Robles.....

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado: "Afrontamiento del estrés y el bienestar psicológico en estudiantes de una universidad pública de Huamachuco."

del(los) bachiller(es): a) Antony Johan Quintero Chila..... b)..... c).....

conducente a la obtención del título profesional de: Psicólogo (Denominación del Título Profesional)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Bachiller (a): Antony Johan Quintero Chila.....

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	15	B-	Bueno	Muy bueno.

Bachiller (b):

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	

Bachiller (c):

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	

(*) Ver parte posterior
Finalmente, el Presidente del jurado invitó al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

Presidente/a

Asesor/a

Bachiller (a)

Miembro

Bachiller (b)

Secretario/a

Miembro

Bachiller (c)

Dedicatoria

Dedico los frutos de este trabajo a toda mi familia. El mayor agradecimiento a mis padres que me apoyaron y aguardaron, confiando que avanzaría con la ayuda de Dios. Gracias por enseñarme a enfrentar la adversidad en todo tiempo.

Me han enseñado quién soy hoy, mis principios, mis valores, mi constancia y compromiso. Todo esto se hace con amor y sin esperar nada a cambio.

También me gustaría dedicar este trabajo a mi esposa Jessie. Por tu paciencia, por tu comprensión, por tu compromiso, por tu fuerza, por tu amor, porque lo amo. De hecho, ella me ayudó a lograr el equilibrio y me permitió alcanzar mi máximo potencial. Nunca dejaré de estar agradecido por eso. También quiero dedicar este trabajo a mi hija Alice. Su nacimiento, accidental o causal, coincide con la finalización de este trabajo. Sin duda fue lo mejor que me ha pasado, llegó en el momento justo y me dio el empujón final que necesitaba para encaminar una responsabilidad de vida.

Agradecimientos

Cuando veo los resultados de este ambicioso proyecto, solo viene una palabra mi mente: ¡Gracias!

Gracias por su apoyo incondicional a mi esposa Jessie, quien estuvo a mi lado en los momentos difíciles, y a mi hermosa hija Alice, cuya paciencia soportó innumerables pruebas.

Gracias también a mis padres por darme todo lo que necesitaba y a mis hermanos por el apoyo moral constante. Nada de esto sería posible sin cada uno de ustedes siendo parte en mi vida. Este trabajo es el resultado de innumerables eventos que no tienen nada que ver con lo académico, sino con el amor. Muchas gracias y por supuesto a Dios por direccionar nuestras vidas.

Índice de Contenido

Dedicatoria.....	4
Agradecimientos	5
Índice de Contenido	6
Resumen.....	7
Abstract.....	8
Introducción	9
Metodología	24
1. Diseño, tipo de investigación.....	24
2. Participantes	24
3. Instrumentos	25
3.1. Inventario de Afrontamiento del Estrés	25
3.2. Escala de Bienestar Psicológico.....	25
4. Procedimiento y aspectos éticos.....	26
5. Análisis estadístico.....	27
Resultados	28
Discusión	33
Referencias.....	40

Afrontamiento del estrés y el bienestar psicológico en estudiantes de una universidad pública de Huamachuco

Resumen

El desarrollo del presente acto de investigación se abocó a determinar la relación que existe entre el afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico en una muestra conformada por 513 estudiantes universitarios de una institución pública de Huamachuco. Para ello, se trabajó con un enfoque cuantitativo, diseño no experimental y nivel correlacional descriptivo, haciendo uso de la encuesta como técnica y el cuestionario como instrumento de investigación, teniendo entre este último al Cuestionario de Modos de Afrontamiento del Estrés (COPE) y la Escala de Bienestar Psicológico. Los principales resultados señalaron la existencia de una relación significativa y directa entre las variables de estudio, dado que se obtuvo un p-valor cuyo coeficiente fue menor al 0.05 ($p = .000$), con lo que se pudo concluir que, a mejor afrontamiento, mayor bienestar psicológico.

Palabras clave: Afrontamiento, estrés, bienestar, universitarios.