

**UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



**Estrategias de afrontamiento, regulación emocional y su impacto en el rendimiento académico de estudiantes secundarios**

Tesis para obtener el Título Profesional de Psicóloga

**Autor:**

Damaris Gómez  
Tania Enamorado Jiménez

**Asesora:**

Mtra. Celina Ramírez Vega

Lima, noviembre de 2025


## DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Celina Ramírez Vega, docente de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO, REGULACIÓN EMOCIONAL Y SU IMPACTO EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE ESTUDIANTES SECUNDARIOS”** del (los) autor (autores) (Damaris Gómez y Tania Enamorado Jiménez) tiene un índice de similitud de 5 % 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, Ñaña a los 22 días del mes de noviembre de 2025.



---

Celina Ramírez Vega

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS



En Lima, Naña, Villa Unión, a...03... día(s) del mes de...Octubre... del año 2025. siendo las... horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Lima, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Mtro Cristian Edwin Adriano Rengifo, el (la) secretario(a): Psic. Rosita

Nontoya Quintana y los demás miembros: Mtra. Hánica Eliana Cahuaña Cuti y el (la) asesor(a) Mtra. Celina Ramirez Vega

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado: "Estrategias de afrontamiento, regulación emocional y su impacto en el rendimiento académico de estudiantes secundarios"

de los (las) bachilleres:

a) Tania Enamorado Jiménez

b) Damaris Gómez

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): Tania Enamorado Jiménez

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	17	B+	muy bueno	Sobresaliente

Bachiller (b): Damaris Gómez

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	17	B+	muy bueno	Sobresaliente

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  
 Tania Enamorado.  
 Bachiller (a)

Miembro

Bachiller (b)

Secretario/a

Miembro

Bachiller (c)

## **Agradecimiento y dedicatoria**

### **Autora: Damaris Gómez**

Agradezco a Dios por haber guiado mi camino y brindarme Su cuidado en cada paso. Mi gratitud también es para el Hogar de Niños Reach International Honduras y su personal, quienes durante más de 25 años me dieron un hogar, valores y la oportunidad de estudiar en el extranjero, así como a la Fundación Crezco por su apoyo en los últimos años de mi formación.

Dedico mi título a Amanda Corea y a mi mami María Jesús Hernández Gómez, cuyo amor, cuidado y ejemplo inspiraron mi vocación por la Psicología y me motivaron a creer en mí. Gracias por acompañarme siempre y mostrarme que podía llegar más lejos.

A mis amigos, que me sostuvieron especialmente en el último año y me ayudaron a no rendirme: gracias por su compañía, ánimo y risas. Y a todas las personas que me guiaron y motivaron, directa o indirectamente, también les agradezco profundamente.

Este logro es de todos ustedes. Deseo que sea el inicio de una vida dedicada al servicio y al bienestar de otros.

### **Autora: Tania Enamorado Jiménez**

A Dios, fuente suprema de sabiduría y fortaleza, por iluminar mi camino, sostenerme en los momentos de incertidumbre y otorgarme la gracia necesaria para culminar esta etapa tan significativa de mi vida. Todo lo logrado es reflejo de Su guía y misericordia. A todas las personas que me acompañaron a lo largo de esta carrera, cuyo apoyo, comprensión y

palabras de aliento me impulsaron a continuar aun cuando el camino se volvió desafiante. Su presencia fue fundamental para alcanzar este propósito. De manera especial, a Amanda Corea, cuyo apoyo incondicional, dedicación y cariño dejaron una huella imborrable en este proceso. A Jennifer, quien ha sido como una madre para mí, le agradezco profundamente su respaldo constante, su cuidado y su fe en mis capacidades. Este logro también les pertenece a ustedes.

## Índice

Agradecimiento y dedicatoria .....	iv
Índice de tablas.....	vii
Resumen.....	viii
Abstract.....	ix
<b>1. Introducción.....</b>	<b>10</b>
<b>1.1. Antecedentes Internacionales .....</b>	<b>12</b>
<b>1.2. Antecedentes nacionales.....</b>	<b>15</b>
<b>2. Materiales y métodos.....</b>	<b>19</b>
<b>2.1. Diseño.....</b>	<b>19</b>
<b>2.2. Participantes .....</b>	<b>19</b>
<b>2.3. Instrumentos.....</b>	<b>21</b>
<b>2.4. Procedimiento.....</b>	<b>23</b>
<b>2.5. Análisis de los datos.....</b>	<b>23</b>
<b>3. Resultados.....</b>	<b>24</b>
<b>3.1. Análisis descriptivo.....</b>	<b>24</b>
<b>3.2. Análisis inferencial.....</b>	<b>25</b>
<b>4. Discusión.....</b>	<b>28</b>
<b>4.1. Limitaciones del estudio.....</b>	<b>30</b>
<b>4.2. Conclusiones .....</b>	<b>30</b>
<b>5. Referencias bibliográficas.....</b>	<b>32</b>
<b>Anexos.....</b>	<b>37</b>
<b>Anexo 1. Evidencia de sumisión del artículo .....</b>	<b>38</b>
<b>Anexo 2. Resolución de inscripción del perfil de proyecto de tesis en formato artículo .....</b>	<b>40</b>
<b>Anexo 3. Carta de aprobación de comité de ética .....</b>	<b>41</b>
<b>Anexo 4. Instrumentos de recolección de datos.....</b>	<b>42</b>
<b>Anexo 5. Validación de los instrumentos .....</b>	<b>44</b>
<b>Anexo 6. Matriz de consistencia.....</b>	<b>74</b>

## Índice de tablas

<b>Tabla 1</b> Datos sociodemográficos de los estudiantes.....	20
<b>Tabla 2</b> Análisis descriptivo de las variables y dimensiones .....	24
<b>Tabla 3</b> Análisis de correlación entre las variables y dimensiones.....	25
<b>Tabla 4</b> Análisis de regresión sobre el rendimiento académico .....	26

**Estrategias de afrontamiento, regulación emocional y su impacto en el rendimiento académico de estudiantes secundarios**

**Coping strategies, emotional regulation and their impact on the academic performance of secondary school students.**

Tania Enamorado <sup>1</sup>, Damaris Gómez <sup>2</sup>, Celina Ramírez-Vega<sup>3</sup>.

*Escuela Profesional de Psicología, Universidad Peruana Unión, Lima, Perú*

**Resumen**

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la capacidad predictiva de las estrategias de afrontamiento y la regulación emocional sobre el rendimiento académico en estudiantes de nivel secundaria. Se empleó un diseño cuantitativo, no experimental y transversal, con muestreo no probabilístico intencional por conveniencia, conformado por 642 estudiantes de ambos sexos pertenecientes a una institución educativa de Lima Este. Los resultados revelaron una correlación positiva significativa entre estrategias de afrontamiento y rendimiento académico ( $r = 0.5941$ ;  $p < .001$ ), siendo esta variable además un predictor estadísticamente significativo en el modelo de regresión lineal ( $B = 2.7654$ ;  $p < .001$ ). En contraste, la regulación emocional mostró una asociación positiva moderada ( $r = 0.2947$ ;  $p < .001$ ), pero sin capacidad predictiva dentro del modelo propuesto ( $p = .101$ ). Se concluye que las estrategias de afrontamiento tienen un impacto directo relevante en el desempeño académico, mientras que la regulación emocional podría actuar de forma indirecta.

**Palabras clave:** *Estrategias de afrontamiento, regulación emocional, rendimiento académico.*