

Victoria-de-Jesús Huerta-Bardales; Mario Andrés Terrones-Marreros; Kony Luby Duran-Llano; Juana Hilda Zaldívar-Cabanillas

<http://dx.doi.org/10.35381/r.k.v8i2.2867>

Impacto del programa psicoeducativo para el afrontamiento del estrés en adolescentes

Impact of psychoeducational program for stress coping in adolescents

Victoria-de-Jesús Huerta-Bardales

victoriahuerta@gmail.com

Universidad César Vallejo, Trujillo, La Libertad
Perú

<https://orcid.org/0000-0003-2686-8708>

Mario Andrés Terrones-Marreros

materronesm@ucvvirtual.edu.pe

Universidad César Vallejo, Trujillo, La Libertad
Perú

<https://orcid.org/0000-0001-7841-9977>

Kony Luby Duran-Llano

kduran@ucvvirtual.edu.pe

Universidad César Vallejo, Trujillo, La Libertad
Perú

<https://orcid.org/0000-0003-4825-3683>

Juana Hilda Zaldívar-Cabanillas

jzaldivarinicial@gmail.com

Universidad César Vallejo, Trujillo, La Libertad
Perú

<https://orcid.org/0000-0002-1010-4888>

Recepción: 15 de abril 2023

Revisado: 23 de junio 2023

Aprobación: 01 de agosto 2023

Publicado: 15 de agosto 2023

RESUMEN

La presente investigación tuvo como finalidad determinar en qué medida la aplicación del programa psicoeducativo mejora las estrategias de afrontamiento de los adolescentes. La indagación tuvo una metodología cuantitativa, tipo aplicada, diseño cuasiexperimental corte longitudinal, con dos grupos de estudio, siendo estos el grupo control y experimental, de manera que la muestra estuvo representada por 32 adolescentes, a los cuales se les aplicó la técnica encuesta y un cuestionario como instrumento. Inicialmente, se observó que el grupo control alcanzó un nivel eficiente del 68.8%, mientras que el grupo experimental obtuvo un nivel promedio del 50%. Después de la implementación del programa, ambos grupos experimentaron mejoras significativas en sus puntajes, alcanzando niveles eficientes en la escala. Finalmente, se encontraron diferencias significativas en los puntajes entre los dos grupos ($p=0.000$), lo que demuestra la efectividad del programa y su capacidad para mejorar las estrategias de afrontamiento en la muestra de los adolescentes.

Descriptores: Programas de educación; psicología de la educación; estrés mental. (Tesoro UNESCO).

ABSTRACT

The purpose of this research was to determine to what extent the application of the psychoeducational program improves the coping strategies of adolescents. Thus, the inquiry has followed a quantitative methodology, being the study of the applied type, of a quasi-experimental design and of longitudinal cut, for which there were two study groups, these being the control and experimental group, so that the sample was represented by 32 adolescents, to whom the the survey technique and a questionnaire as an instrument. Initially, it was observed that the control group reached an efficient level of 68.8%, while the experimental group obtained an average level of 50%. After the implementation of the program, both groups experienced significant improvements in their scores, reaching efficient levels on the scale. Finally, significant differences were found in the scores between the two groups ($p=0.000$), which demonstrates the effectiveness of the program and its ability to improve coping strategies in adolescents.

Descriptors: Educational programmes; educational psychology; mental stress. (UNESCO Thesaurus).

Victoria-de-Jesús Huerta-Bardales; Mario Andrés Terrones-Marreros; Kony Luby Duran-Llano; Juana Hilda Zaldívar-Cabanillas

INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud, indica que gran parte de los trastornos mentales se manifiestan en los adolescentes a los 14 años, no obstante, la mayor parte no son identificados ni tampoco tratados, es un acontecimiento que solo se observa durante esta etapa, la respuesta hormonal al estrés presenta un nivel drástico (Palencia y Coronel, 2019). Del mismo modo, Tacca *et al.* (2022), mencionaron que un factor causante del estrés es la exigencia académica durante el proceso de aprendizaje, mismo que se encuentra conformado por los exámenes, proyectos y actividades que diariamente son instruidos en clase, hecho que se da con mayor intensidad debido al cambio de modalidad y, en este sentido, son las emociones negativas las que predisponen el padecimiento.

A nivel local, en un centro educativo se ha observado que los adolescentes presentan estrés, siendo el cambio de etapas en su vida lo que origina esta situación. De igual manera, el ambiente en el que conviven que en muchos casos no es el adecuado, la modalidad de las clases aunado a las actividades que suelen desarrollar, mismas que a veces son abrumadoras, todo ello son factores que influyen para que comiencen a presentar comportamientos no idóneos, generando cierta agresividad hacia los compañeros de clase, incluso, con los docentes y en sus hogares, causando así preocupación en la misma comunidad educativa (González, 2022).

Tal es el caso de la realidad vivida en el centro de desarrollo integral familiar, en donde un número importante de adolescentes que allí acuden, se encuentran en situaciones estresantes propios de su contexto económico, familiar, social o escolar; afectando su desarrollo. Todo ello originó que se impulsara la presente iniciativa de desarrollar un estudio con el fin de conocer si la ejecución de un programa psicoeducativo podría mejorar los mecanismos de afrontamiento en los adolescentes.

En este sentido se planteó como objetivo determinar en qué medida la aplicación del programa psicoeducativo mejora las estrategias de afrontamiento de los adolescentes de un centro de desarrollo integral de la familia (Iquitos, 2022).

Victoria-de-Jesús Huerta-Bardales; Mario Andrés Terrones-Marreros; Kony Luby Duran-Llano; Juana Hilda Zaldívar-Cabanillas

MÉTODO

La investigación fue de tipo aplicada, la cual se fundamenta en buscar conocimiento obtenido a fin de aplicarse o emplearse de forma directa al problema de la sociedad (Kothari, 2022). Aunado a ello, es un estudio experimental que va a generar modificaciones intencionales en la variable independiente, evidenciándose efectos ocasionados en la variable dependiente (Reyes *et al.*, 2021).

El diseño cuasiexperimental permitió estructurar dos grupos con la finalidad que uno de ellos se sometiera a una prueba sobre la variable dependiente, mientras que el otro grupo seguiría comportándose en los términos de siempre (Miller *et al.*, 2020). Asimismo, es de tipo longitudinal, pues se recabaron datos solicitados en dos momentos, previa y posteriormente a la aplicación del programa psicoeducativo a los mismos sujetos (Hernández y Mendoza, 2018).

Tipo de diseño cuasi experimental, con dos grupos control y experimental, pre y post prueba, cuyo esquema es el siguiente:

Ge	O1	X	O3
Gc	O2		O4

Donde:

Ge/Gc	:	Grupo Experimental/Grupo Control
O1 y O2	:	Pre test
X	:	Programa psicoeducativo
O3 y O4	:	Post test

Se aplicó estadística descriptiva con la intención de conocer el comportamiento estadístico de las variables de estudio con apoyo del programa SPSS V25.

Victoria-de-Jesús Huerta-Bardales; Mario Andrés Terrones-Marreros; Kony Luby Duran-Llano; Juana Hilda Zaldívar-Cabanillas

RESULTADOS

Descripción de resultados:

Tabla 1.

Niveles de las estrategias de afrontamiento del estrés en adolescentes que asisten a los servicios de un centro de desarrollo integral según grupo experimental y control.

Estrategias de afrontamiento	Experimental				Control			
	Pretest		Post test		Pretest		Post test	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Deficiente	1	6,3%	1	6,3%	1	6,3%	1	6,3%
Promedio	8	50,0%	6	37,5%	4	25,0%	6	37,5%
Eficiente	7	43,8%	9	56,3%	11	68,8%	9	56,3%
TOTAL	16	100,0%	16	100,0%	16	100,0%	16	100,0%

Nota. Información obtenida de la base de datos de las estrategias de afrontamiento a través del programa estadístico SPSS versión 27.0.

Elaboración: Los autores.

En la tabla 1 se observa que, en el grupo experimental antes de aplicar el programa psicoeducativo (pretest), el 6,3% de los adolescentes tenía un nivel deficiente de estrategias de afrontamiento, el 50,0% tenía un nivel promedio y el 43,8% tenía un nivel eficiente. Tras la intervención (post test), se observa que el porcentaje de adolescentes con nivel deficiente se mantuvo en 6,3%, el porcentaje con nivel promedio disminuyó a 37,5% y el porcentaje con nivel eficiente aumentó a 56,3%.

En el grupo de control, en el pre test, el 6,3% de los adolescentes tenía un nivel deficiente de estrategias de afrontamiento, el 25,0% tenía un nivel promedio y el 68,8% tenía un nivel eficiente. En el post test, se observa que el porcentaje de adolescentes con nivel deficiente se mantuvo en 6,3%, el porcentaje con nivel promedio aumentó a 37,5% y el porcentaje con nivel eficiente se mantuvo en 56,3%.

Victoria-de-Jesús Huerta-Bardales; Mario Andrés Terrones-Marreros; Kony Luby Duran-Llano; Juana Hilda Zaldívar-Cabanillas

Análisis ligado a la hipótesis

Prueba de normalidad

Tabla 2.

Prueba para determinar la normalidad de los datos del afrontamiento al estrés de los adolescentes del centro de desarrollo integral de la familia, Iquitos, 2022.

Grupo	VARIABLE / DIMENSIONES	SHAPIRO WILK		
		Estadístico	gl	Sig.
Experimental	Afrontamiento del estrés	,951	16	,498
	Estilo dirigido a la resolución de problemas	,951	16	,498
	Estilo dirigido a la relación con los demás	,941	16	,364
	Estilo improductivo/ no productivo	,982	16	,977
Control	Afrontamiento del estrés	,951	16	,498
	Estilo dirigido a la resolución de problemas	,951	16	,498
	Estilo dirigido a la relación con los demás	,941	16	,364
	Estilo improductivo/ no productivo	,982	16	,977

Nota. Información obtenida de la base de datos de las estrategias de afrontamiento a través del programa estadístico SPSS versión 27.0

Elaboración: Los autores.

La tabla 2, muestra que, en ambos grupos, control y experimental, las probabilidades obtenidas fueron significativas. Por lo tanto, se concluye que los datos obtenidos del afrontamiento del estrés, estilo dirigido a la resolución de problemas, estilo dirigido a la relación con los demás y estilo improductivo/ no productivo en el grupo experimental y control, tienden a una distribución normal.

Victoria-de-Jesús Huerta-Bardales; Mario Andrés Terrones-Marrerros; Kony Luby Duran-Llano; Juana Hilda Zaldívar-Cabanillas

Tabla 3.

Prueba de hipótesis del afrontamiento al estrés de los adolescentes de un centro de desarrollo integral de la familia, Iquitos 2022.

Afrontamiento al estrés	Grupo	Prom	Dif	T Student	Significancia
Pre-Test	Experimental	150,75	10,461	0,621	p = 0,539 > 0,05 No Significativo
	Control	157,25			
Post-Test	Experimental	330,00	-162,875	0,000	p = 0,000 < 0,05 Significativo
	Control	167,13			

Nota. Los datos indican la comparación entre los grupos independientes luego de aplicar el programa psicoeducativo

Elaboración: Los autores.

En la tabla 3, se observa el pre test, en el cual se compararon los grupos experimental y de control en términos de su promedio de afrontamiento al estrés. En el grupo experimental, se obtuvo un promedio de 157,25, mientras que en el grupo de control el promedio fue de 150,75. La diferencia entre los promedios fue de 10,461. Para evaluar la significancia de esta diferencia, se realizó una prueba t de Student. El resultado mostró que el valor de t fue de 0,621 y la significancia (p) fue de 0,539, lo que indica que no se encontró una diferencia significativa entre los grupos en el pretest.

En el post test, nuevamente se compararon los grupos experimental y de control en términos de su promedio de afrontamiento al estrés. En el grupo experimental, se obtuvo un promedio de 167,13, mientras que en el grupo de control el promedio fue de 330,00. La diferencia entre los promedios fue de -162,875. La prueba t de Student reveló que el valor de t fue de 0,000 y la significancia (p) fue de 0,000, lo que indica una diferencia significativa entre los grupos en el post test.

En resumen, los resultados indican que no se encontraron diferencias significativas entre los grupos experimental y de control en el pretest, lo que sugiere que inicialmente los grupos tenían niveles similares de afrontamiento al estrés. Sin embargo, en el post test, se observó una diferencia significativa entre los grupos, lo que sugiere que el programa psicoeducativo implementado en el grupo experimental tuvo un efecto positivo en el

Victoria-de-Jesús Huerta-Bardales; Mario Andrés Terrones-Marreros; Kony Luby Duran-Llano; Juana Hilda Zaldívar-Cabanillas

afrontamiento al estrés en comparación con el grupo de control. En este sentido, se concluye que la aplicación del programa psicoeducativo mejoró las estrategias de afrontamiento de los adolescentes de un centro de desarrollo integral de la familia, Iquitos 2022.

La tabla 4, presenta los resultados de la prueba de hipótesis del estilo dirigido a la resolución de problemas frente al estrés en los adolescentes de un centro de desarrollo integral de la familia en Iquitos en el año 2022. En el pretest, se compararon los grupos experimental y de control en términos de su promedio de estilo dirigido a la resolución de problemas frente al estrés.

Tabla 4.

Prueba de hipótesis del estilo dirigido a la resolución de problemas frente al estrés de los adolescentes de un centro de desarrollo integral de la familia, Iquitos 2022.

Resolución de problemas	Grupo	Prom	Dif	T Student	Significancia
Pre-Test	Experimental	51,875	-2,375	-0,453	p = 0,664 > 0,05 No Significativo
	Control	49,500			
Post-Test	Experimental	56,938	-	-8,664	p = 0,000 < 0,05 Significativo
	Control	51,875	54,437		

Nota. Información obtenida de la base de datos de las estrategias de afrontamiento a través del programa estadístico SPSS versión 27.0

Elaboración: Los autores.

En el grupo experimental, se obtuvo un promedio de 51,875, mientras que en el grupo de control el promedio fue de 49,500. La diferencia entre los promedios fue de -2,375. Para evaluar la significancia de esta diferencia, se realizó una prueba t de Student. El resultado mostró que el valor de t fue de -0,453 y la significancia (p) fue de 0,664, lo que indica que no se encontró una diferencia significativa entre los grupos en el pretest.

Luego, para el caso del post test, nuevamente se compararon los grupos experimental y de control en términos de su promedio de estilo dirigido a la resolución de problemas frente al estrés. En el grupo experimental, se obtuvo un promedio de 56,938, mientras

Victoria-de-Jesús Huerta-Bardales; Mario Andrés Terrones-Marreros; Kony Luby Duran-Llano; Juana Hilda Zaldívar-Cabanillas

que en el grupo de control el promedio fue de 51,875. La diferencia entre los promedios fue de -54,437. La prueba t de Student reveló que el valor de t fue de -8,664 y la significancia (p) fue de 0,000, lo que indica una diferencia significativa entre los grupos en el post test.

En síntesis, los resultados indican que no se encontraron diferencias significativas entre los grupos experimental y de control en el pretest, lo que sugiere que inicialmente los grupos tenían niveles similares de estilo dirigido a la resolución de problemas frente al estrés. Sin embargo, en el post test, se observó una diferencia significativa entre los grupos, lo que sugiere que el programa psicoeducativo implementado en el grupo experimental tuvo un efecto positivo en el desarrollo del estilo dirigido a la resolución de problemas frente al estrés en comparación con el grupo de control. Estos hallazgos respaldan la eficacia del programa en la promoción de habilidades de resolución de problemas en los adolescentes del centro de desarrollo integral.

DISCUSIÓN

Los resultados indican que, antes de la implementación del programa, la mayoría de los adolescentes en ambos grupos ya contaban con un nivel eficiente de estrategias de afrontamiento del estrés. Sin embargo, es interesante destacar que en el grupo experimental se encontró una proporción mayor de participantes con un nivel promedio de estrategias de afrontamiento en comparación con el grupo control. Las conclusiones de los estudios de Murga (2020) y Gutiérrez (2022) respaldan y refuerzan los hallazgos de la presente investigación en relación con los efectos positivos de los programas psicoeducativos en el afrontamiento del estrés en adolescentes.

En el estudio de Murga (2020) se observó que la implementación de programas psicológicos tuvo efectos significativos en la prevención del estrés. Los resultados indicaron que un porcentaje significativo de participantes realizaron las sesiones de manera convencional y pusieron en práctica técnicas como la relajación y las técnicas cognitivas. Estos hallazgos respaldan la idea de que la aplicación de programas

Victoria-de-Jesús Huerta-Bardales; Mario Andrés Terrones-Marreros; Kony Luby Duran-Llano; Juana Hilda Zaldívar-Cabanillas

psicoeducativos puede ser efectiva en el desarrollo de habilidades de afrontamiento en los adolescentes.

Por su parte, el estudio de Gutiérrez (2022) también encontró resultados similares en cuanto a la efectividad del programa cognitivo conductual en el afrontamiento del estrés. Se observó una mejora significativa en la capacidad de afrontamiento ante el estrés después de la implementación del programa. Estos resultados son consistentes con los hallazgos del presente estudio, donde también se observó una mejora en las estrategias de afrontamiento de los adolescentes después de la aplicación del programa psicoeducativo.

En contrastación con los resultados anteriores, en el estudio de (Sandoval, 2022), se encontró que un porcentaje significativo de los participantes presentaba nivel de estrés, lo cual puede ser preocupante en términos de su bienestar psicológico. La propuesta de implementar un programa para mejorar los estilos de afrontamiento es una iniciativa valiosa, ya que busca abordar esta problemática y promover habilidades más efectivas para enfrentar el estrés. Por otro lado, los hallazgos de Díaz y Duin (2018) indican que la mayoría de los individuos estudiados utilizan estrategias adecuadas para afrontar el estrés y cuentan con apoyo familiar y social. Sin embargo, también resaltan la importancia de proporcionar herramientas adicionales a través de un programa psicoeducativo que aborde las deficiencias identificadas.

Los hallazgos presentados en diferentes estudios resaltan la presencia de niveles bajos en las estrategias de afrontamiento y altos niveles de estrés en distintas poblaciones de adolescentes. (Escobar, 2021; Díaz y Duin, 2018; Rojas, 2019; Sandoval, 2022; Anrago, 2022; Salas *et al.*, 2022) Dichos resultados son consistentes con la importancia de abordar el manejo del estrés y el desarrollo de estrategias de afrontamiento en esta etapa de la vida, donde los jóvenes pueden enfrentar múltiples desafíos y presiones.

CONCLUSIONES

Se evidenció la existencia de diferencias significativas en la evaluación pre y post de la puesta en marcha de un programa psicoeducativo a los adolescentes de un centro de

Victoria-de-Jesús Huerta-Bardales; Mario Andrés Terrones-Marreros; Kony Luby Duran-Llano; Juana Hilda Zaldívar-Cabanillas

desarrollo integral de la familia, descrito tras el uso de la prueba t de Student, la cual arrojó una probabilidad significativa ($p=0.000$, $t\text{-Student}=-162.875$). En tal sentido, el programa aplicado fue efectivo para mejorar las estrategias de afrontamiento del estrés. Los resultados del pre test revelaron que, tanto en el grupo control como en el grupo experimental, existían adolescentes con niveles deficientes, promedio y eficientes de estrategias de afrontamiento del estrés, siendo más resaltante el nivel eficiente en el grupo control (68.8%) y el nivel promedio para el grupo experimental (50%).

Se evidenció el impacto positivo del programa psicoeducativo en el grupo experimental, ya que se logró reducir significativamente el uso de estrategias improductivas/no productivas de afrontamiento, y se fomentó el desarrollo de estrategias más eficientes. En este sentido, los puntajes entre el grupo control y experimental fueron distintos significativamente ($p=0.000$, $t\text{-Student}=-9.908$).

FINANCIAMIENTO

No monetario.

AGRADECIMIENTO

A los asesores de la Universidad César Vallejo por su aporte en cada etapa del proceso investigativo.

REFERENCIAS CONSULTADAS

Anrango, I. (2022). Plan de intervención para reducir el estrés académico en estudiantes adolescentes de Otavalo [Intervention plan to reduce academic stress in adolescent students of Otavalo]. [Tesis de posgrado, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio Institucional PUCESA. <https://n9.cl/4ur22>

Díaz, G., y Duin, A. (2018). Propuesta de un programa psicoeducativo de estrategias de afrontamiento ante el estrés de crianza dirigido a padres y representantes [Proposal of a psychoeducational program of coping strategies for parents and guardians to deal with parenting stress]. *Boletín Médico de Postgrado*, 34(2), 52-57. <https://n9.cl/hqdnwm>

Victoria-de-Jesús Huerta-Bardales; Mario Andrés Terrones-Marreros; Kony Luby Duran-Llano; Juana Hilda Zaldívar-Cabanillas

- Escobar, A. (2021). Programa cognitivo conductual en el afrontamiento al estrés de adolescentes en situación de riesgo de desprotección familiar [Cognitive-behavioral program for coping with stress in adolescents at risk of family abandonment]. [Tesis de posgrado, Universidad Nacional de Piura]. Repositorio UNP. <https://n9.cl/6jyop>
- González, A. (2022). Propuesta de programa de afrontamiento de la agresividad en adolescentes de tercer año de secundaria de una institución educativa pública de Trujillo 2022 [Proposal for a program to cope with aggression in adolescents in third year of high school in a public educational institution in Trujillo 2022]. [Tesis de posgrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. <https://n9.cl/8nut6>
- Gutiérrez, N. (2022). Efectividad de un programa cognitivo conductual en el mejoramiento de las habilidades sociales y el afrontamiento del estrés en estudiantes de psicología de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega [Effectiveness of a cognitive behavioral program in the improvement of social skills and stress coping in psychology students of the Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. [Tesis de posgrado, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio Institucional UIGV. <https://n9.cl/ccejd>
- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta [Research methodology. Quantitative, qualitative and mixed routes]. Editorial Mc Graw Hill Education.
- Kothari, C. (2020). Research Methodology. Methods and Techniques (2nd Edition). New Age International Publishers.
- Miller, C., Smith, S. y Pugatch, M. (2020). Experimental and quasi-experimental designs in implementation research. *Psychiatry Research*, 283(7). <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2019.06.027>
- Murga, O. (2020). Programas en la prevención del estrés en estudiantes universitarios: una revisión sistemática [Programs in the prevention of stress in university students: a systematic review]. [Tesis de posgrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. <https://n9.cl/b77k9>

Victoria-de-Jesús Huerta-Bardales; Mario Andrés Terrones-Marrerros; Kony Luby Duran-Llaro; Juana Hilda Zaldívar-Cabanillas

- Palencia, E. y Coronel, A. (2019). El estrés crónico coadyuvante de los problemas de salud sexual de los adolescentes en Ecuador [Chronic stress contributes to sexual health problems among adolescents in Ecuador]. *Revista Científica UISRAEL*, 6(2): 53-63. <https://doi.org/10.35290/rcui.v6n2.2019.105>
- Reyes, J. Cabrera, G. y Ocampo, N. (2021). Curricular Perspectives of Selected Mathematics Teachers: A Descriptive Cross-Sectional Non-Experimental Research. *Eurasian Journal of Teacher Education*, 2(3). <https://n9.cl/1kbi9>
- Rojas, S. (2019). Estrategias de afrontamiento al estrés en adolescentes primigestas del Centro de Salud "Santa Cruz" en Miraflores, período 2019 [Coping strategies to stress in primigravid adolescents of the "Santa Cruz" Health Center in Miraflores, period 2019]. [Tesis de posgrado, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio Institucional UIGV. <https://n9.cl/4o7h4>
- Salas, R., Castillo, E., Carbonell, C. y López, E. (2022). Intervención educativa como mecanismo de afrontamiento en el estrés académico: Array [Educational intervention as a coping mechanism for academic stress: Array]. *Espacios en blanco. Revista de educación (Serie Indagaciones)*, 2(32), 21-29. <https://doi.org/10.37177/UNICEN/EB32-328>
- Sandoval, J. (2022). Propuesta de un programa para mejorar los estilos de afrontamiento en adolescentes con estrés académico en tiempos de pandemia en Moyobamba, 2022 [Proposal of a program to improve coping styles in adolescents with academic stress in times of pandemic in Moyobamba, 2022]. [Tesis de posgrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. <https://n9.cl/2n9ip7>
- Tacca, D., Alva, M. y Tacca, A. (2022). Estrés, afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes adolescentes peruanos durante tiempos de covid-19 [Stress, coping and academic performance in Peruvian adolescent students during times of covid-19]. *Revista de Investigación Psicológica*, 27: 15-32. <https://doi.org/10.53287/yhtp7673mi81z>

Victoria-de-Jesús Huerta-Bardales; Mario Andrés Terrones-Marreros; Kony Luby Duran-Llano; Juana Hilda Zaldívar-Cabanillas

©2023 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).