



UNIVERSIDAD ABIERTA INTERAMERICANA

FACULTAD DE PSICOLOGIA Y RELACIONES HUMANAS

TESIS DE GRADO

**ESTRÉS ACADÉMICO Y PERSONALIDAD EN ALUMNOS
UNIVERSITARIOS AL INICIAR Y FINALIZAR LA CARRERA DE
PSICOLOGÍA.**

PRESENTADA POR

Erika Eugenia, Sacks (Legajo n° 102.61)

TUTORA: Prof. Lic. Leticia PEDEMONTE

**Título a obtener con la presentación de la tesis: Licenciatura en
Psicología.**

Fecha: Agosto 2018

Agradecimientos

Agradezco a mi mamá por darme los valores que tengo, y por impulsarme a seguir estudiando. También agradezco a mis tíos Daniel, Claudia y María por ayudarme en mis comienzos académicos, por darme un lugar importante en sus vidas. Gracias a mi novio, Esteban por esos días de estudios juntos, por darme fuerzas para seguir y por estar siempre presente. También a mis hermanos que me comprendieron al no estar presente en varias oportunidades. Sobre todo agradezco haber podido llegar hasta acá, cerrando una etapa importante en mi vida, para luego poder comenzar a ejercer esta hermosa profesión.

Título: Estrés académico y personalidad en alumnos universitarios al iniciar y finalizar la carrera de Psicología.

Resumen

El estrés académico es definido como aquél que se produce a partir de las demandas que exige el ámbito educativo (Caldera Montes & Pulido Castro, 2007).

Por otro lado la teoría de la personalidad de Eysenck (1985) se apoya en la psicología y en la genética. Él consideró que las diferencias en la personalidad de los individuos se fomenta a partir de la transmisión genética, poniendo su interés en el temperamento, que se encuentra basado en lo innato. A partir de los conceptos planteados precedentemente, ésta investigación pretende indagar sobre la relación entre estrés académico y la personalidad en alumnos universitarios al iniciar y finalizar la carrera de Psicología como objetivo general. Y a la vez, investigar si existen diferencias estadísticamente significativas en los niveles de estrés académico y los rasgos de personalidad según variables académicas. Los instrumentos utilizados son: Inventario SISCO de estrés académico (Barraza, 2007) realizado en España, Big Five Inventory diseñado por (Paul Costa y Robert McCrae PAR, 1992), en su versión traducida y adaptada al castellano (Castro Solano & Casullo, 2001). Además se utilizó un cuestionario sociodemográfico. Las técnicas fueron administradas a cien alumnos de la Universidad Abierta Interamericana de 1° y 5° año. Los resultados arrojaron que los alumnos de 5° año tienen un mejor afrontamiento con respecto a los alumnos de 1° año y además no se encuentran diferencias significativas en relación a la personalidad.

Palabras claves: Estrés Académico- personalidad - alumnos universitarios de 1° y 5°

Title: Academic stress and personality in university students at the beginning and end of the Psychology degree

Abstract

Academic stress is defined as that which is produced from the demands by the educational environment (Caldera Montes & Pulido Castro, 2007).

On the other hand the theory of Eysenck (1985) is based on psychology and genetics. He considered that differences in the personality of individuals are fostered by genetic transmission. Putting your interest in the temperament, which is based on the innate. Based on the concepts presented above, this research aims to investigate the relationship between academic stress and personality in university students at the beginning and end of the Psychology degree, as a general objective and, at the same time, investigate whether there are statistically significant differences in the levels of academic stress and personality traits according to academic variables. The instruments used are: SISCO Inventory of academic stress (Barraza, 2007) conducted in Spain, Big Five Inventory designed by (Paul Costa and Robert McCrae PAR, 1992), in its translated version and adapted to Spanish by adaptation Castro Solano & Casullo, 2001), the techniques were administered to one hundred students of the Inter-American Open University of the 1st and 5th year and a Sociodemographic Questionnaire was used, the results showed that the 5th year students usually face with respect to the students of the 1st year and that there are no significant differences in relation to the personality.

Key words are: Academic stress - personality - 1st and 5th year university students

ÍNDICE GENERAL

<i>Agradecimientos</i>	1
Resumen.....	2
Abstract.....	3
Introducción	6
1-Estado del arte	6
CAPÍTULO 1.....	11
ESTRÉS ACADÉMICO Y PERSONALIDAD	11
1.1 Etimología del término estrés	12
1.2 Distrés	13
1.3 <i>Síndrome General de Adaptación</i>	14
1.4 Estrés Académico.....	14
1.5 Definición conceptual del estrés académico:	16
1.6 Síntomas del Estrés Académico	16
1.7 Consecuencias a corto y largo plazo	19
1.8 Personalidad.....	20
1.9 Teoría de la Personalidad de Eysenck	20
1.10 Personalidad según Millon.....	21
1.11 a) Métras Motivacionales.	22
1.12 b) Modos Cognitivos.....	23
1.13 c) Relaciones Interpersonales.....	23
CAPÍTULO II. METODOLOGÍA.....	25
2.1 Tipo de estudio:.....	26
2.2 Tipo de diseño:.....	26
2.3 Objetivo general.....	26
2.4 Objetivos específicos.	26
2.5 Hipótesis	26
2.6 Justificación y relevancia	26
2.7 Muestreo.	27
2.8 Muestra.	27
2.9 Técnicas e instrumentos para la recolección de datos.....	27
2.10 Instrumentos.....	27
Características de las cinco dimensiones.	28

2.11 Procedimiento	31
2.12 Análisis	31
CAPÍTULO III. RESULTADOS	32
Tabla n°1. Caracterización de la muestra.....	33
Tabla n° 2. Edad.....	33
Tabla n°3. Estado civil.....	33
Tabla n° 4. Trabaja actualmente	33
Tabla n° 5. Desde cuando trabaja	34
Tabla n° 6. Grupo conviviente	34
Tabla n°7. Tiene hijos	34
Tabla n° 8. Lugar de nacimiento.....	35
Tabla n° 9. Lugar de residencia	35
Tabla n°10. En qué año de la carrera se encuentra	35
Tabla n° 11. Datos académicos	36
Tabla n° 12. Actualmente cuántas materias está cursando	36
Tabla n° 13. Cuántos días a la semana concurre a estudiar	36
Tabla n° 14. Con cuánto tiempo estudia para los parciales.....	37
Tabla 15. Puntuaciones medias de rasgos de personalidad.....	37
Tabla 16. Estrés académico.....	38
Análisis de normalidad	38
Tabla 17. Prueba de normalidad	38
Tabla 18. Personalidad y etapa carrera	39
Tabla n° 19. Estrés académico y etapa de la carrera	40
Tabla n° 20. Asociaciones entre personalidad y estrés académico	41
Tabla n° 21. Estrés académico y variables académicas	43
Tabla n° 22. Rasgos de personalidad y variables académicas	44
CAPÍTULO IV. CONCLUSIÓN Y DISCUSIÓN.....	45
Conclusión	46
Discusión	46
ANEXO	48
Referencia bibliográfica.....	59

Introducción

La presente investigación pretende definir el estrés académico y la personalidad en estudiantes de psicología, tanto hombres como mujeres de 1° y 5° año, y estudiar como afecta el estrés académico en la personalidad de los mismos.

El estrés académico es aquel que se produce a partir de las demandas que exige el ámbito educativo (Cassaretto, Chau, Oblitas & Valdez, 2003; citado en Hobfoll, 1989).

Considerando lo anteriormente mencionado el estrés es un tema que preocupa en la actualidad y afecta la vida diaria de las personas, impactando cada vez más en sus diferentes realidades. Como señalan Rinaudo, De La Barrera & Danolo (2006), un alumno logrará un buen rendimiento académico si está realmente motivado, teniendo al lado un profesor que sea dedicado y con buenas herramientas para enseñar. El papel del profesor tanto como el del alumno a lo largo del tiempo ha cambiado, el alumno según los postulados constructivistas tiene un papel activo en su vida y aprende reinterpretando los conceptos de la cultura.

También es necesario resaltar que existen diversos planteamientos sobre la personalidad. Este constructo tiene gran importancia en las diversas corrientes psicológicas, a lo largo del tiempo el concepto es más estudiado y por ende mejor descripto (Ciniestra, Cruz & Diaz, 2009), es por eso que se pretende ahondar sobre varias corrientes que conceptualizan sobre la personalidad.

1-Estado del arte

Se han realizado varias investigaciones sobre el Estrés académico y personalidad en alumnos universitarios siendo estas variables uno de los temas principales a estudiar. Cabe señalar que se han encontrado pocas investigaciones realizadas en la Argentina.

Uno de los estudios realizados en relación al tema en cuestión fue realizado por Monzón (2007) Esta investigación intenta estudiar la relación entre el nivel de estrés y los exámenes en los estudiantes universitarios, en donde participaron 40 estudiantes de 4° año de las carreras de Licenciaturas en Psicología, Ciencias Económicas, Filología Inglesa y Filología Hispánica. Fueron evaluados en dos momentos temporales, en fecha de exámenes y sin exámenes. En general los resultados a los que llegaron indicaron un aumento en el nivel de estrés de los universitarios durante el período de exámenes, habiéndose encontrado

diferencias significativas en el nivel de estrés alcanzado por los estudiantes de Psicología respecto al de Filología Hispánica durante los dos períodos analizados. Asimismo se han encontrado efectos sobre la salud (ansiedad, consumo de tabaco, cafeína o fármacos, alteraciones en el sueño y en la ingesta de alimentos) y sobre el autoconcepto académico de los estudiantes durante el período de presencia del estresor.

Otra investigación realizada por Collazo, Felino, Ortiz, Rodríguez & Hernández Rodríguez (2008), es sobre las Ciencias Médicas, en donde se evaluó el estrés académico en 205 estudiantes cursantes del primer año de la carrera de Medicina, correspondiente al curso 2006-2007 en la Escuela Latinoamericana de Medicina en Cuba. En cuanto a los resultados se concluyó que el estrés académico es un fenómeno elevado en la muestra estudiada, con un predominio en el sexo femenino, incluyendo la presencia de manifestaciones fisiológicas, conductuales y cognitivo-afectivas, las cuales se asocian, moderadamente, a variables como los resultados académicos, la edad y el sexo del estudiante. Por último los principales estresores detectados corresponden al área docente.

García Ros, Pérez- González & Blasco (2012), en su investigación analizaron las principales fuentes de estrés académico de los estudiantes de nueva incorporación a la universidad y se presenta la validación de un instrumento de evaluación de este constructo psicológico. En esta investigación participaron 199 estudiantes universitarios de nuevo acceso a las titulaciones de Psicología (142 estudiantes) y Magisterio (57 estudiantes) de la Universidad de València en el período 2007-2008, la edad media fue 21 años, 170 son mujeres y 29 varones, los estudiantes a tiempo completos son 117, mientras que 81 estudian a tiempo parcial. Los resultados constatan la existencia de diferencias significativas en función del género de los estudiantes, siendo las mujeres las que presentan niveles significativamente superiores de estrés. Por otra parte pese a que no se obtienen diferencias significativas en las mujeres, presentan niveles promedio superiores al de los varones.

En su investigación Leal, Vidales & Vidales (citado en Sinisterra, Cruz & Diaz, 2009) realizan un recorrido histórico de los diferentes enfoques teóricos del concepto de personalidad. También se describe un modelo integrador que retoma postulados de algunos enfoques para construir una visión mucho más amplia de las posibles conceptualizaciones para la personalidad. Asimismo, se ha desarrollado gran variedad de instrumentos para la

medición de la personalidad, entre los cuales se pueden mencionar: el Rorschach, el Machover, Ordenamiento Q, MMPI, 16PF, Big Five, MACI, EPI, EPQ, etc.

Salgado (2005) realiza una revisión de las diversas medidas de personalidad para revelar diversos criterios organizacionales, lo que incluye estudiar, el desempeño laboral, el éxito en la formación, la emergencia del liderazgo, la eficacia del liderazgo, los accidentes laborales, la satisfacción laboral, la rotación en el empleo, las conductas nocivas, el absentismo y el salario. Examina uno de los conflictos principales a los que se enfrenta las medidas de personalidad en el trabajo. De esta investigación se desprende que la deseabilidad social tiene un efecto promedio de inflar (o desinflar) las puntuaciones alrededor de 0.38 unidades de desviación en contextos de selección, aunque no afecta a la validez de dichas medidas. Llegaron a la conclusión que la deseabilidad social no está relacionada con el desempeño en el trabajo. En cuanto a los resultados, la deseabilidad social como distorsión relevante, sólo afectaría a un porcentaje pequeño de las personas evaluadas en los procesos organizacionales. El efecto de la deseabilidad social varía según la forma elegida para provocar dicha deseabilidad. En las situaciones habituales de selección, la deseabilidad tiene un efecto promedio de 0.38 unidades de desviación. Puesto en puntuaciones T, hace que se incrementen o decrementen las puntuaciones en 3.8 puntos. La deseabilidad social se compone de dos factores, el manejo de impresiones y el autoengaño. En los contextos organizacionales, el primero es el más relevante y el que infla (o desinfla) las puntuaciones en los cuestionarios de personalidad. Y en conclusión, la deseabilidad social no está relacionada con el desempeño laboral, por tanto no tiene efectos sobre la validez de las medidas de personalidad.

En concordancia con los estudios en las carreras de grado, Polo, Hernández & Poza (1996) en España, utilizaron el cuestionario IEA (un instrumento para medir estrés académico creado por ellos mismos) para llevar adelante su investigación. Los sujetos que participaron de la misma fueron alumnos de la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Madrid. El número de estudiantes fue un total de 64, perteneciendo 32 alumnos al 1º año y 32 a 3º. Dicho instrumento constaba de un listado con once situaciones potencialmente generadoras de estrés en los educandos dentro del ámbito académico. El resultado al que arribaron fue que la situación que más estrés les produjo resultó ser la ausencia de tiempo

para poder cumplir con las actividades académicas, seguida por la realización de un examen, por la exposición de trabajos en clase, la realización de trabajos obligatorios para aprobar la materia, la tarea de estudio y participación en el aula. Todas ellas percibidas con un nivel de estrés elevado.

En relación al predominio del estrés de acuerdo al año y a la carrera estudiada (Medicina, Enfermería, Odontología o Psicología) los investigadores Marty, Lavín, Figueroa, Larraín & Cruz (2005) realizaron un estudio del cual se pudo concluir que la carrera de Medicina tenía significativamente más prevalencia de estrés, en tanto que Psicología era la que la poseía en menor medida. Entre los cursos de primero a séptimo año de Medicina, se observó que el primer año tenía significativamente mayor estrés, mientras que el curso con menor prevalencia fue sexto año. Los mismos autores al estudiar la posible relación entre estrés y enfermedad infecciosa, encontraron una correlación positiva, es decir, que a mayor nivel de estrés ocasionado es mayor la frecuencia de enfermedad.

En la universidad de Mexico, Aragón Borja (2011) en su investigación describió el perfil de personalidad del estudiante de Psicología de la Facultad Iztacala, aplicando un cuestionario a una muestra de 433 estudiantes de 1° y 8° semestre. En general lo que se encontró fueron factores de expresividad emocional, sociabilidad, confianza, dominancia, autosuficiencia, inteligencia, impulsividad y autoestima. Como características positivas se llegó a la conclusión que los estudiantes son poseedores de pensamiento liberal, poco convencional y con poco apego a las normas morales; son compasivos, sensibles y emotivos, así como espontáneos, sinceros y francos. Sin embargo, los tres primeros años de la carrera los mismos poseen poco autocontrol y son emocionalmente poco estables y maduros. Por último se discuten los resultados a la luz de las características idóneas para esta profesión así como la necesidad de fortalecer aquellas que les permitan desempeñarse adecuadamente en su ejercicio profesional en beneficio de los futuros pacientes.

Haciendo referencia también a los niños, en la provincia de Tucumán, en Argentina, Castro Llomparte (2007) indagó sobre los niveles de estrés de aquellos que concurren a EGB3, buscó reconocer los factores que lo producen y así poder establecer si esos niveles educativos se relacionan con el rendimiento escolar. Para la realización de dicho estudio, administró una encuesta a 44 alumnos de entre 12 y 16 años de edad que concurren a EGB3 de un Instituto Privado durante el mes de Julio-Agosto del año 2007. Los datos hallados

fueron que un 45% de los alumnos presentaba estrés de intensidad media y un 34% elevada, pero no se encontró asociación estadística significativa entre los niveles de estrés y cambios en las evaluaciones, disminución de las notas y ganas de realizar las tareas.

CAPÍTULO 1
ESTRÉS ACADÉMICO Y PERSONALIDAD

1.1 Etimología del término estrés

Caldera Montes & Pulido Castro (2007) consideran que el término stress es de origen anglosajón y significa: “tensión”, “presión”, “coacción”. Así, por ejemplo, “to be under stress” se puede traducir como “sufrir una tensión nerviosa”. En este sentido, “stress” es casi equivalente a otro término inglés, “strain”, que también alude a la idea de “tensión” o “tirantez”. Aunque ambos vocablos tengan semejanzas, presentan algunas diferencias. También consideran que diversas disciplinas se aproximan al estrés con teorías diferentes y orientaciones fisiológicas, bioquímicas con gran interés a los procesos internos del sujeto, dando por situaciones generadoras del estrés a lo psicológico y social como estímulo del mismo (p.79).

Los autores también hacen mención a otras tendencias que apuntaron a superar esa dicotomía interno-externo, acentuando la interrelación y los procesos mediacionales o transaccionales. Por lo general, la bibliografía destaca estos tres modelos; sin embargo, la investigación ha continuado descubriendo nuevas líneas de análisis, permitiéndonos, por lo menos, agregar dos perspectivas más: la primera se centra en la calidad o naturaleza del estrés, distinguiendo si es negativo –le llama “distrés”– o positivo, denominado “eustrés”. El último enfoque, más reciente, integra un conjunto complejo de variables, construyendo modelos multimodales que presentan visiones comprensivas más amplias y abarcadoras del tema.

Cià (2007) plantea que la palabra estrés es la traducción española del término original inglés stress que significa constricción o esfuerzo y demanda de energía. La misma deviene del latín *strictiare*, que significa estrechar o constreñir. El estrés designa a todas las exigencias, tensiones y agresiones a las que se ha sometido un organismo humano o animal, en forma aguda o crónica. Es decir, se define al estrés como una respuesta fisiológica y psicológica que manifiesta el individuo ante los diferentes estresores. La sumatoria de la interacción de diferentes demandas o exigencias a las que es sometido el individuo y la respuesta específica o idiosincrática a las mismas. Es decir entonces, que el estrés es un desequilibrio sustancial, entre la demanda y la capacidad de respuesta de la persona bajo

condiciones en las que el fracaso ante esta demanda tiene importantes consecuencias (Osca Segovia, Sánchez-Cabezudo & García Castilla, 2006)

Por lo tanto, las condiciones sociales, organización social, apoyo social, aspectos socioeconómicos, estatus marital, rol laboral, género, etc, pueden estar implicadas tanto en el origen como en las consecuencias de las experiencias estresantes, ya que las mismas, pueden ser provocadas por situaciones sociales que, a su vez, afectan a la salud, a la calidad de vida y la longevidad (Cockerham, 2001).

Por otro lado, según Lazarus (2000), el estrés en cambio, es un factor muy importante para la salud psicológica, fisiológica y social para las personas. Esta afirmación explica la aparición de varias teorías e investigaciones acerca de este fenómeno. Se aprecia que los modelos más relevantes son tres:

1. Los que conciben al estrés como una respuesta
2. Los que conciben al estrés como un estímulo
3. Los que conciben al estrés como una interacción entre el individuo y el entorno.

Pero más allá del modelo que se considere, hay que reconocer que existe cierto consenso en afirmar que no todo tipo de estrés es perjudicial para la salud. Cualquier individuo al responder a las exigencias de la vida cotidiana requiere de una determinada cantidad de estrés. Este incremento de estrés es saludable, positivo y facilita la búsqueda de bienestar y realización personal. A este nivel se lo denomina eustrés y fue definido como una situación en la que la buena forma física y el bienestar mental facilitan que el cuerpo en su conjunto adquiera y desarrolle su máximo potencial. El estado de eustrés viene asociado con una gran claridad mental y unas facultades físicas máximas.

1.2 Distrés

A diferencia del eustrés, existe otro tipo de estrés muy habitual, que lejos de ser saludable, resulta peligroso para la salud y provoca una sensación incómoda de malestar. En estos casos se habla de distrés. El mismo hace referencia a un tipo de estrés destructivo que puede generar angustia, dolor o ambos; impactando tanto en el cuerpo como en la mente,

manifestando una disminución en los recursos que dispone todo individuo para su afrontamiento. Los síntomas del estrés son muy variados, pero los más destacados son los físicos, emocionales y psíquicos. Estos síntomas incluyen ansiedad, depresión, miedo, hostilidad, tensión, problemas gastrointestinales que varían entre diarrea o estreñimiento, falta de apetito o no, fatiga intensa, insomnio, vértigo, taquicardia, sensación de nudo en la garganta, boca seca, excesiva sudoración en la palma de las manos, perjuicio del funcionamiento intelectual y detrimento del aprendizaje.

Resulta interesante destacar de esta investigación el reconocimiento de la existencia de estrés en los estudiantes universitarios, ya que el mismo puede generar desde baja autoestima y sentimientos de impotencia ante los exámenes, hasta depresiones severas y cuadros psicósomáticos de tipo cardiovascular, específicamente la aparición de hipertensión arterial.

1.3 Síndrome General de Adaptación

El científico Selye (1960) fundó el concepto de reacción general de adaptación al estrés, que consta de tres fases:

Reacción de alarma: Se caracteriza por la liberación de hormonas. Se movilizan los sistemas defensivos del organismo para lograr la adaptación y afrontar la situación de estrés y se presenta una baja resistencia a los estresantes.

Resistencia: La activación hormonal sigue siendo elevada. El organismo llega al clímax en el uso de sus reservas, al reaccionar ante una situación que lo desestabiliza. Desaparece el síndrome de lucha o huida, y hay una alta resistencia es decir una adaptación a los estresantes.

Agotamiento: El organismo pierde de manera progresiva su capacidad de activación. Queda inhibida la provisión de reservas, lo que trae como consecuencia enfermedades e incluso la muerte.

1.4 Estrés Académico

Caldera Montes & Pulido Castro (2007) señalan que el estrés académico es aquel que se produce a partir de las demandas que exige el ámbito educativo. En términos estrictos, éste podría afectar tanto a profesores (recordemos los problemas de ansiedad a hablar en

público o el llamado síndrome de Burnout o el estrés informado por los profesores en el abordaje de sus tareas docentes) como a estudiantes. Incluso, dentro de éstos, podría afectar en cualquier nivel educativo.

Berrio Garcia & Mazo Zea (citado en Román, Ortiz & Hernández, 2008) plantean que un nivel elevado de estrés académico genera modificaciones en el sistema de respuestas del individuo ya sea a nivel motor, cognitivo y fisiológico, siendo esto perjudicial para su rendimiento académico, causándoles problemas para la presentación de exámenes o abandonando el mismo antes de comenzar. Además establecen que el estrés no puede determinarse solo desde una concepción sino que debe entenderse desde un conjunto de variantes que van desde lo sincrónico a lo diacrónico a lo largo de la especie humana.

Por otro lado Monzón (2007) explica que estresores académicos, experiencia subjetiva de estrés, moderadores del estrés académico y finalmente, consecuencias del estrés académico en las personas, son variantes que aparecen en un mismo entorno organizacional: la Universidad. Este entorno sobre el que se centra esta investigación, representa un conjunto de situaciones meramente estresantes debido a que el individuo puede experimentar temporalmente una falta de control sobre el ambiente que lo rodea, potencialmente generador de estrés y, en último término, potencial generador con otros factores de fracaso académico universitario.

Por último, entendemos que además de conocer cuáles son las causas principales del estrés académico, se debe analizar diferentes variables y los efectos consecuentes de las mismas (variables como los moderadores biológicos sexo, edad, las variables psicosociales, estrategias de afrontamiento, apoyo social, las variables psicosocioeducativas, el autoconcepto académico, tipo de estudios, curso, y las variables socioeconómicos tales como lugar de residencia, becas, etc.) Dichas variables modulan e inciden en todo el proceso del estrés, desde los factores causales, hasta las propias consecuencias, por lo que unas y otras pueden contribuir a que se afronte el estresor con mayores probabilidades de éxito (Labrador, 1995, citado en Monzón, 2007).

1.5 Definición conceptual del estrés académico:

Consecuencia de los siguientes tres elementos: estresores académicos, síntomas y estrategias de afrontamiento. Dicho concepto representa la tensión que tiene como fuente estresores relacionados exclusivamente con el ámbito académico, en este caso, el universitario. Barraza (2006) refiere a *“un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta a) cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados Estresores (input); b) cuando estos estresores provocan un desequilibrio sistémico(situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio) y; c) cuando este desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de Afrontamiento(output) para restaurar el equilibrio sistémico”* (p.46).

1.6 Síntomas del Estrés Académico

Tal como se venía definiendo el estrés académico puede producir una serie de reacciones clasificadas de la siguiente manera: físicas, psicológicas y comportamentales (Rossi, 2001, citado en Barraza 2005); físicas, mentales, comportamentales y emocionales (Barraza 2005) o fisiológicas y psicológicas (Trianes, 2002 y Kyriacou, 2003 citado en Barraza,2005).

Dentro de las reacciones físicas posibles que puede manifestar una persona, se encuentran las siguientes (Barraza, 2005):

- ✓ Cansancio difuso o fatiga crónica
- ✓ Dolor de cabeza.
- ✓ Elevada presión arterial
- ✓ Disfunciones gástricas
- ✓ Bruxismo (rechinar los dientes durante el sueño)
- ✓ Impotencia
- ✓ Dolor de espalda

- ✓ Dificultad para dormir o sueño irregular
- ✓ Frecuentes catarrros y gripes
- ✓ Disminución del deseo sexual
- ✓ Excesiva sudoración
- ✓ Aumento o pérdida de peso
- ✓ Temblores o tics nerviosos.

Los síntomas psicológicos que tienen que ver con las funciones cognitivas o emocionales de cada persona podrían ser (Barraza, 2005):

- ✓ Susceptibilidad
- ✓ Ansiedad
- ✓ Indecisión
- ✓ Sensación de no ser tenido en consideración
- ✓ Irritabilidad excesiva.
- ✓ Tristeza.
- ✓ Escasa confianza en uno mismo.
- ✓ Sensación de inutilidad
- ✓ Falta de entusiasmo.
- ✓ Sensación de no tener el control sobre la situación.
- ✓ Pesimismo hacia la vida.
- ✓ Imagen negativa de uno mismo.
- ✓ Sensación de melancolía durante la mayor parte del día.
- ✓ Preocupación excesiva.
- ✓ Dificultad de concentración.
- ✓ Infelicidad.

- ✓ Inseguridad.
- ✓ Tono de humor depresivo.

Entre los síntomas del comportamiento estarían aquellos que involucran la conducta de las personas. Ellos son (Barraza, 2005):

- ✓ Fumar excesivamente
- ✓ Desgano
- ✓ Olvidos frecuentes.
- ✓ Aislamiento.
- ✓ Conflictos frecuentes.
- ✓ Escaso empeño en ejecutar las propias obligaciones.
- ✓ Tendencia a polemizar.
- ✓ Ausentismo laboral.
- ✓ Dificultad para aceptar responsabilidades.
- ✓ Aumento o reducción del consumo de alimentos.
- ✓ Dificultad para mantener las obligaciones contraídas.
- ✓ Escaso interés en la propia persona.
- ✓ Indiferencia hacia los demás.

Como plantea Barraza (2008) *“este conjunto de indicadores se articulan de manera idiosincrática en las personas, dicho de otro modo, el desequilibrio sistémico va a ser manifestado de manera diferente, en cantidad y variedad, por cada estudiante”* (p.274).

Por otro lado, Polo, Hernández & Poza (1996) organizan los síntomas que puede llegar a tener una persona en 3 niveles:

- ✓ Nivel Fisiológico: corazón agitado, molestias en el estómago, temblores, sequedad en la boca y dificultad para tragar.
- ✓ Nivel Cognitivo: preocupaciones, miedo, pensamientos negativos,

inseguridad, llanto.

- ✓ Nivel motor: movimientos repetitivos utilizando alguna parte del cuerpo, desplazamientos torpes, fumar, beber, tartamudeo, dificultad para expresar lo que quiere decir.

En el estudio realizado por los mismos autores en el año 1996 se comprobó que las manifestaciones cognitivas eran altamente superiores a las fisiológicas y motoras.

1.7 Consecuencias a corto y largo plazo

Monzón (2007) señala que el estrés académico afecta a muchas variables, tales como la salud física, estado emocional, o las relaciones interpersonales, siendo vivenciadas de forma diferente por distintas personas. Se puede distinguir tres tipos principales de efectos: en el plano de la conducta, lo fisiológico y lo cognitivo. Dentro de cada uno de estos tres tipos, encontramos efectos del estrés académico en una persona a corto y largo plazo.

En el plano conductual, Hernández, Pozo & Polo, 1994 (citado en Monzón, 2007) estudiaron de qué manera el estilo de vida de los estudiantes se ve modificado según se acerca la etapa de parciales, convirtiendo perjudiciales sus hábitos, exceso en el consumo de cigarrillos, cafeína, sustancias psicoactivas como excitantes e incluso en algunos casos, ingestión de tranquilizantes, lo que esto pueda llevar a la aparición de trastornos de la salud.

Orlandini (1999) plantea que los estudiantes se encuentran inmersos a una tarea homogénea constituida por períodos específicamente estresantes. Las estrictas exigencias académicas, nuevos horarios que cumplir, las relaciones interpersonales que son nuevas, los límites de tiempos de entrega de los trabajos prácticos y por supuesto el período que circunda a la época de exámenes, asistir a una universidad pública o privada, los seres humanos que en ese momento se encuentran en el rol de alumno, es posible que vivencien esa etapa universitaria como estresante. Todas estas cuestiones exigen de los estudiantes respuestas que puedan ser empleadas frente a los estímulos académicos. Con el fin de hacer frente a las situaciones que son de gran importancia porque pueden ser estresantes, los estudiantes ponen en funcionamiento estrategias que ayudan a cesar estos factores estresantes para que su organismo vuelva a ponerse en equilibrio. Por ejemplo, los estudiantes experimentarán estrés cuando sientan que una tarea académica solicita habilidades superiores a las capacidades que

crea tener para llevarla a cabo o resolverla; y si estas situaciones llegan a ser crónicas podrían también desembocar en fracaso académico por parte del alumno.

Una cantidad óptima de estrés, sobre todo cuando nos encontramos en el ámbito universitario, produce un estado en el que la persona esté alerta para obtener un rendimiento tanto físico y mental, que permitirá al estudiante ser creativo y productivo. Desde este supuesto, el estrés da lugar a una sensación de confianza, y de control, con la condición necesaria para sobrellevar las situaciones y demandas reales, sin grandes dificultades.

Las fuentes generadoras de estrés son diversas. Otros componentes, como se señaló anteriormente, son los componentes cognitivos (habilidades, capacidades o estrategias de afrontamiento) de los estudiantes, que juegan un rol importante, para el entendimiento sistémico que posee el estrés académico (Orlandini, 1999).

1.8 Personalidad

Distintas miradas psicológicas de la personalidad han definido el concepto. Leal, Vidales & Vidales, 1997 (citado en Sinisterra, Cruz & Diaz, 2009) plantean la personalidad desde tres miradas distintas. Ellas son: a) organización total de las tendencias reactivas, de hábitos que se repiten y cualidades físicas que describen en sentimiento social del individuo; b) como un modo usual en el que el organismo actúa entre sus impulsos internos y las exigencias del ambiente; y c) como un sistema donde participan las actitudes y conductas cotidianas en el individuo, que se ajustan a las particularidades del ambiente.

Cassaretto (2010) hace referencia a que el concepto de personalidad es relevante en Psicología, porque explica el comportamiento humano y manifiesta sobre qué diferencia a una persona de otra; las formas únicas y diferentes que se tienen para pensar, sentir y actuar.

1.9 Teoría de la Personalidad de Eysenck

La teoría de Eysenck (1985) se apoya en la psicología y en la genética. Él consideró que las diferencias en la personalidad de los individuos se fomenta a partir de la transmisión genética. Poniendo su interés en el temperamento, que se encuentra basado en lo innato. A través de sus investigaciones, observó que esas diferencias y similitudes entre los individuos se encuentran influenciadas por causas situacionales y ambientales, es decir, que los rasgos de personalidad también están constituidos por

lo sociocultural.

El autor centra su teoría en el rasgo y propone que cada individuo se diferencia con los demás por los diferentes factores de la personalidad. La idea se basa en una clasificación, en niveles: el primero es el de las acciones, emociones o cogniciones específicas, la segunda clasificación se basa en las emociones, actos y cogniciones habituales; y en la última, se encuentran los rasgos de las personas. (Eysenck, 1987).

Además hace mención a cuatro principios del análisis dimensional de la personalidad: biológico, metodológico, dinámico estructural y el aprendizaje empírico. En cuanto al biológico expresa que el Sistema Nervioso Central y las inhibiciones corticales cumplen un papel relevante en las dimensiones de la personalidad; en el metodológico, utiliza el método hipotético deductivo, establece una hipótesis para luego comprobarla mediante un análisis factorial; el dinámico estructural menciona que las diferencias individuales colaboran en la realización de conexiones del sistema nervioso. En cuanto al aprendizaje empírico, destaca los procesos de aprendizaje, remarcando como relevante la condicionalidad del organismo (Eysenck, 1987).

Por otro lado propone tres dimensiones vitales heredables y con base fisiológica, se expresa mediante el sistema nervioso central. Lo presenta como un modelo taxonómico o descriptivo, proponiendo un modelo de la personalidad basado en los rasgos que la configuran, lo hace a través del análisis factorial para explicar la personalidad.

Las dimensiones básicas son: Extraversión (E), Neuroticismo (N) y Psicoticismo (P, agrega una cuarta dimensión que es la Inteligencia general o factor g, una dimensión que hace mención a las habilidades cognitivas que es totalmente diferente a las otras que describen carácter y temperamento (Eysenck, 1990).

1.10 Personalidad según Millon

Millon (1990) conceptualiza los estilos de personalidad como patrones de conducta, sentimientos, pensamientos y relaciones con los otros que caracterizan a un individuo frente a otro. Establece una continuidad entre normalidad y patología, entendiendo que las personalidades sanas y enfermas del mismo tipo son principalmente las mismas en la

constitución de sus rasgos básicos. Los estilos de personalidad refieren a formas en las que el sujeto se adapta al contexto y también a los estilos de vida. La personalidad es entendida como un patrón, con características que se relacionan, en gran medida constantes y no conscientes, que se manifiestan de manera casi automática en los comportamientos habituales de las personas. Esas características o rasgos aparecen de manera compleja en donde están presentes disposiciones biológicas y experiencias de aprendizaje en función de los cuales se estructuran estilos de pensar, percibir, maneras de afrontar situaciones y establecer vínculos psicosociales. Millon caracteriza su posición respecto al estudio de la personalidad como integradora, en la medida que propone una serie de estilos y prototipos esencialmente nomotéticos (medidas idióticas) dado que integran constructos compuestos por modelos evolutivos (polaridades) a los que agrega subtipos de personalidad fruto de estudios más específicos o ideográficos (Casullo, 2000).

Las personas sanas precisan tareas evolutivas en tanto organismos bio-psico-sociales basadas en los siguientes principios:

a) La existencia (buscar el placer y evitar el dolor); **b)** La adaptación al contexto (activa o pasiva); **c)** La replicación (importancia que se otorga al sí mismo o a los otros); **d)** La abstracción (posibilidad de pensar, reflexionar sobre la propia experiencia).

La propuesta de Millon es incorporar tres ejes básicos que incluyen las polaridades siguientes:

1.11 a) Métras Motivacionales.

La polaridad placer-dolor se analiza en términos de los conceptos de apertura/ preservación. Las personas pueden experimentar los sucesos de la vida de manera positiva-optimista o de manera negativa- pesimista.

La bipolaridad actividad-pasividad se valora en términos de modificación/ asimilación al contexto. Las personas intentan cambiar de manera activa los eventos de su entorno o se confrontan de manera pasiva a ellos.

La relación Uno mismo / Otros. Es considerada de la manera en que los comportamientos son denominados individualistas o de protección a los demás.

1.12 b) Modos Cognitivos.

Las funciones cognitivas permiten obtener información de las personas de como procesa y transforma la información. Las fuentes de información pueden ser:

- Internas o Externas (introversión/ extraversión).
- Tangibles o Intangibles (sensación/ intuición).

Los medios para la transformación de la información posibles son:

- b) Intelectuales o Afectivos (reflexión/ afectividad).
- c) Asimilativos o Imaginativos (sistematización/ innovación).

1.13 c) Relaciones Interpersonales.

Los seres humanos establecen vínculos psicosociales o relaciones interpersonales. Millon (1997) propone cinco maneras bipolares de analizarlas:

a) Retraimiento/ Comunicatividad. Pueden primar relaciones de indiferencia y frialdad social o bien, en el otro extremo, necesidad de pertenencia a grupos sociales, la búsqueda constante de estimulación.

b) Vacilación / Firmeza. El patrón de comunicación se basa en la inseguridad y las dudas o bien en la autodeterminación y la asertividad, en el otro polo.

c) Discrepancia / Conformismo. Las relaciones con los demás pueden estar sostenidas en vínculos que suponen alta independencia y bajo conformismo o bien ser de tipo cooperativo, respetuosos de las asimetrías necesarias y muy formales.

d) Sometimiento / Control. Muchas personas se caracterizan por establecer relaciones de sumisión en tanto que en otras priman el dominio del otro, la obstinación y el estar muy seguras de sí mismas.

e) Insatisfacción / Concordancia. El patrón comunicacional es de tipo pasivo/ agresivo o, en el otro extremo, se caracteriza por la empatía social y las lealtades.

CAPÍTULO II. METODOLOGÍA

2.1 Tipo de estudio:

Se realizó un estudio exposfacto, descriptivo, correlacional, de diferencias entre grupos (Cancela Gordillo, Cea Mayo, Gabildo Lara & Valilla Gigante, 2010).

2.2 Tipo de diseño:

No experimental transversal, ya que se estudiará una determinada población en un tiempo determinado (Vieytes, 2004).

2.3 Objetivo general.

Indagar sobre la relación estrés académico y la personalidad en alumnos universitarios al iniciar y finalizar la carrera de Psicología.

2.4 Objetivos específicos.

1. Caracterizar la muestra según variables sociodemográficas y académicas a saber: edad, sexo, estado civil, año en curso de la carrera, si trabaja, lugar de residencia.
2. Describir las variables estrés académico y personalidad.
3. Comparar el estrés académico y la personalidad en alumnos de 1° y 5° año de la carrera de Psicología.
4. Indagar si existen diferencias estadísticamente significativas en los niveles de estrés académico y los rasgos de personalidad según variables académicas.
5. Determinar la relación de las variables estrés académico y personalidad.

2.5 Hipótesis

Los alumnos de 5° año de la carrera de Psicología se encuentran más estresados académicamente y muestran mayores niveles de neuroticismo.

2.6 Justificación y relevancia

Justificación teórica: La realización de esta investigación se origina primordialmente en el interés de poder realizar aportes de nuevos conocimientos que a su vez logren promover el desarrollo de propuestas de intervención. Principalmente resulta interesante estudiar sobre el tema ya que se podría indagar sobre el estrés académico, entendiéndolo “como aquél que se produce en relación con el ámbito educativo” (Polo et al., 1996, p. 159), y de qué manera

influye en los estudiantes que se encuentran cursando la carrera universitaria de Psicología, teniendo en cuenta sus motivaciones.

Justificación práctica: Por otra parte, se intenta proporcionar datos contundentes para un abordaje más profundo sobre lo estudiado por otras investigaciones.

Justificación social: Por tal motivo, es importante estudiar sobre el estrés académico y la personalidad ya que la verdadera motivación del estudiante universitario es aprender en un ambiente de universalidad del conocimiento, pues cada aprendizaje conseguido le permite variar en la carrera escogida y presenta un paso más en la meta hacia su logro académico. Este concepto de universalidad en la educación universitaria, está ligado a la influencia de la ocupación, integrada a las nuevas tendencias globalizantes y de competencia del mercado y cumple una función importante en el discurso pedagógico, el cual podría asegurar o influir en el grado de motivación de los estudiantes, ya que una persona motivada es aquella que muestra persistencia en una carrera o una actividad (Polanco Hernández, 2005).

2.7 Muestreo.

No probabilístico de tipo intencional.

2.8 Muestra.

Estará compuesta por un grupo de cien alumnos que se encuentren cursando la carrera de psicología en el 1° y 5° año, en la Universidad Abierta Interamericana.

2.9 Técnicas e instrumentos para la recolección de datos.

2.10 Instrumentos.

Big Five Inventory diseñado por (Paul Costa y Robert McCrae PAR, 1992), en su versión traducida y adaptada al castellano (Castro Solano & Casullo, 2001). Consiste en un instrumento de 44 ítems que evalúa los cinco enormes rasgos de personalidad: extraversión, agradabilidad, responsabilidad, neuroticismo, apertura a la experiencia. En cuanto a la fiabilidad en población adulta argentina se obtuvieron coeficientes satisfactorios en el rango de 0.66 a 0.77.

Características de las cinco dimensiones.

- a. **EXTRAVERSIÓN:** evalúa la tendencia a comunicarse con las demás personas, a ser asertivos, cordiales, activos y verbalizadores, que disfrutan estando con otros y buscan establecer vínculos.
- b. **RESPONSABILIDAD:** evalúa la capacidad para controlar los impulsos, actuar con propósitos o metas claras, competencia e idoneidad para planificar, organizar y llevar adelante proyectos e ideas. Además miden la capacidad para poner orden, cumplir obligaciones, al tiempo que buscan sus propios logros.
- c. **NEUROTICISMO:** evalúa inestabilidad emocional, tendencia a experimentar emociones negativas como ansiedades, miedos, sentimientos de culpa, tristeza, hostilidad y enojo. Además, mide la impulsividad y la vulnerabilidad ante el estrés.
- d. **AGRADABILIDAD:** evalúa la capacidad para establecer vínculos psicosociales, el altruismo, la sinceridad, la disposición a preocuparse por los demás, establecer vínculos de confianza con las demás personas y mostrar sensibilidad social.
- e. **APERTURA A LA EXPERIENCIA:** evalúa la presencia de imaginación activa, sensibilidad estética, capacidad de introspección, sentir y emocionarse y curiosidad intelectual. Además mide la capacidad de llevar a cabo acciones novedosas dejando de lado lo rutinario y convencional (Castro Solano & Casullo, 2001).

Inventario SISCO de estrés académico (Barraza, 2007) realizado en España, tiene como objetivo reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios. Se configura por 31 ítems, un ítem filtro en términos dicotómicos (sí- no), otro de escalonamiento tipo Likert donde el escalonamiento va de 1 poco y 5 es mucho. Y por último veintinueve ítems en un escalonamiento tipo Likert de cinco valores categoriales que va de nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre. Obteniendo una confiabilidad en alfa de Crombach de 90.

Este cuestionario está diseñado a partir de variables relacionadas con el estrés: Nivel de Estrés Autopercebido, Estresores, Síntomas y Estrategias de Afrontamiento. Se encuentra conformado de la siguiente manera:

- El primer cuestionamiento es de filtro, en términos dicotómicos (si-no), permite determinar si el alumno es candidato o no a seguir contestando el inventario, es decir, que si el sujeto no tuvo situaciones de nerviosismo o preocupación en el último tiempo no seguirá respondiendo el mismo.
- El segundo permite identificar el nivel de intensidad de Estrés Académico autopercebido por el sujeto.
- El tercer cuestionamiento refiere a los Estresores. Se encuentra conformado por 9 ítems que permiten identificar aquellas demandas del entorno que son valoradas por el sujeto como estímulos que le producen estrés. Los mismos son:
 1. La competencia con los compañeros
 2. Sobrecarga de tareas
 3. La personalidad y el carácter del profesor
 4. Las evaluaciones de los profesores
 5. Problemas con el Horario de clases
 6. El tipo de trabajo que piden los profesores
 7. No comprender los temas
 8. Participación en clase
 9. El tiempo limitado para hacer los trabajos.
- El cuestionamiento número cuatro (15 ítems) hace alusión a los Síntomas; éstos son probables reacciones frente al estrés académico. Las mismas pueden ser Físicas, Psicológicas o Comportamentales. Es por eso que el Inventario divide esta cuarta pregunta en tres

subdimensiones:

- Reacciones Físicas (compuesta por 6 ítems):
 1. refieren a trastornos del sueño
 2. fatiga crónica
 3. dolores de cabeza
 4. problemas de digestión
 5. rascarse o morderse las uñas
 6. somnolencia
- Reacciones Psicológicas (compuesta por 5 ítems): refiere a las actitudes frente al nerviosismo o preocupación excesiva:
 1. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar intranquilo)
 2. Sentimientos de depresión y tristeza
 3. Ansiedad, angustia o desesperación
 4. Problemas de concentración
 5. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.
- Reacciones Comportamentales (compuesta por 4 ítems): comportamientos frecuentes frente a la inquietud o nerviosismo, que incluyen:
 1. Conflictos o tendencia a discutir
 2. Aislamiento de los demás
 3. Desgano para realizar labores académicas
 4. Aumento o reducción del consumo de alimentos.
- La quinta pregunta, refiere a las Estrategias de Afrontamiento (compuesta por 8 ítems): estos son modos en que los estudiantes hacen frente a la situación que causó preocupación o nerviosismo:
 1. Habilidad Asertiva

2. Elaboración de un plan y ejecución de tareas,
3. Concentrarse en resolver la situación preocupante
4. Elogios a uno mismo
5. La religiosidad
6. Búsqueda de información sobre la situación
7. Tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa
8. Verbalización de la situación.

Las escalas para cada uno de los ítems que integran los cuestionamientos anteriores se establecieron en un continuo de cinco valores categoriales (Nunca, Rara Vez, Algunas Veces, Casi Siempre y Siempre) ante las cuales se solicita al encuestado que elija uno de los cinco puntos de la escala.

Al final de cada una de las preguntas 3, 4 y 5 el instrumento cuenta con la opción “otra” para que el estudiante mencione algún estresor, síntomas o estrategia de afrontamiento que no haya sido contemplado en la lista de las preguntas correspondientes.

Además una encuesta sociodemográfica para recabar datos.

2.11 Procedimiento

Los participantes contestaron voluntariamente, de forma anónima un cuestionario autoadministrado entregado personalmente, en la Universidad Abierta Interamericana a cursantes de 1° y de 5° año, con previa autorización del consentimiento informado.

2.12 Análisis

Los datos fueron cargados y procesados a través de la utilización del software SPSS para el procesamiento de los datos. Estadística descriptiva e inferencial.

CAPÍTULO III. RESULTADOS

Tabla n°1. Caracterización de la muestra

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	masculino	36	36.0
	femenino	64	64.0
	Total	100	100.0

Tabla n° 2. Edad

Media	29.00
Mínimo	18
Máximo	45

Tabla n°3. Estado civil

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Soltero	51	51.0
	Casado	18	18.0
	Divorciado	6	6.0
	convive	8	8.0
	pareja	17	17.0
	Total	100	100.0

Tabla n° 4. Trabaja actualmente

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Si	93	93.0
	No	7	7.0
	Total	100	100.0

Tabla n° 5. Desde cuando trabaja

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Desde antes de comenzar la facultad	87	87.0
	Después de comenzar la facultad	7	7.0
	Total	94	94.0
	Total	100	100.0

Tabla n° 6. Grupo conviviente

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Solo	39	39.0
	padre y madre	15	15.0
	Amigo	6	6.0
	Conyugue	25	25.0
	con hijos	5	5.0
	con hijos y conyugue	10	10.0
	Total	100	100.0

Tabla n°7. Tiene hijos

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Si	23	23.0
	No	76	76.0
	Total	100	100.0

Tabla n° 8. Lugar de nacimiento

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Buenos Aires	47	47.0
	Provincia del interior	20	20.0
	Capital Federal	33	33.0
	Total	100	100.0

Tabla n° 9. Lugar de residencia

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Zona sur	63	63.0
	Capital Federal	35	35.0
	Total	100	100.0

Tabla n°10. En qué año de la carrera se encuentra

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Primer año	50	50.0
	Quinto año	50	50.0
	Total	100	100.0

Tabla n° 11. Datos académicos

		Actualmente cuántas materias está cursando	Cuántos días a la semana concurre a estudiar	Con cuanto tiempo estudia para los parciales
N	Válidos	100	100	100
	Media	3.68	3.62	2.41
	Desv. típ.	1.197	1.080	.753
	Mínimo	1	1	1
	Máximo	6	6	4

Tabla n° 12. Actualmente cuántas materias está cursando

		Frecuencia	Porcentaje
	1	2	2.0
	2	18	18.0
	3	24	24.0
Válidos	4	24	24.0
	5	30	30.0
	6	2	2.0
	Total	100	100.0

Tabla n° 13. Cuántos días a la semana concurre a estudiar

		Frecuencia	Porcentaje
	1	1	1.0
	2	16	16.0
Válidos	3	29	29.0
	4	29	29.0
	5	24	24.0
	6	1	1.0

Total 100 100.0

Tabla n° 14. Con cuánto tiempo estudia para los parciales

	Frecuencia	Porcentaje
un día antes	12	12.0
dos días antes	39	39.0
Válidos una semana antes	45	45.0
el mismo día del parcial	4	4.0
Total	100	100.0

En relación a los rasgos de personalidad de los estudiantes de psicología, se verificó que presentan una apertura a la imaginación activa, una capacidad de introspección y curiosidad intelectual (Ver tabla n° 15).

Tabla 15. Puntuaciones medias de rasgos de personalidad

Estadísticos					
	extroversión	responsabilidad	neuroticismo	agradabilidad	apertura
Media	16.78	23.91	22.55	31.37	33.42
DE	2.68	3.90	3.76	4.25	5.93

Nota: la puntuación va de 1 (poco) y 5 (mucho).

En relación al estrés académico de los estudiantes de psicología, se encontró que tienen una buena capacidad de afrontamiento (Ver tabla n° 16).

Tabla 16. Estrés académico

	FRECUENCIA	FISICA	PSICOLOGIC AS	COMPORTA MENTALES	AFRONTAMIEN TO
Media	2.46	1.85	1.97	2.03	2.84
Desv. típ.	.73	.72	.69	.68	.79

Nota: la puntuación va de 1 (poco) y 5 (mucho).

Análisis de normalidad

Con el objetivo de indagar sobre el estrés académico y la personalidad en alumnos de 1° y 5° año de la carrera de Psicología. Se utilizaron las pruebas de normalidad de Kolmogorow– Smirnov(a). Que indica que no se asume la normalidad de las variables dependientes, por lo que se utilizarán pruebas no paramétricas para el análisis de resultados. La significación en todos los casos fue menor a 0,05 ($n=0,05$) por lo tanto, se distribuyen de forma no normal.

Tabla 17. Prueba de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a	
	Estadístico	Sig.
Extroversión	.122	.001
Responsabilidad	.096	.028
Neuroticismo	.103	.013
Agradabilidad	.102	.015
Apertura	.174	.000
Frecuencia	.075	.200*

Física	.157	.000
Psicológicas	.209	.000
Comportamentales	.154	.000
Afrontamiento	.099	.020

En relación a la personalidad y en qué año de la carrera se encuentran los alumnos, arrojó que los de quinto año son más responsables y los de primer año tienden más a la inestabilidad emocional, tendencia a experimentar emociones negativas como ansiedades, miedos, etc., tal como se puede ver en la tabla 18.

Tabla 18. Personalidad y etapa carrera

	En qué año de la carrera se encuentra	Rango promedio	U de Mann- Whitney	Z	Sig
extroversión	Primer año	49.34	1192.500		
	quinto año	51.62		-397	.692
responsabilidad	Primer año	46.13	1035.500	-1.484	.138
	quinto año	54.70			
neuroticismo	Primer año	51.03	1126.500	-525.600	.600
	quinto año	48.03			
agradabilidad	Primer año	49.32	1191.500	-402	.688
	quinto año	51.64			
apertura	Primer año	50.77	1187.000	260	.795
	quinto año	49.27			

Con el objetivo de indagar si hay relacion al estrés académico y la etapa de la carrera, se puede verificar que hay diferencias en la manera que afrontan los alumnos de 1er año y 5to, teniendo los alumnos de 5to año un mayor afrontamiento (Ver tabla n° 19).

Tabla n° 19. Estrés académico y etapa de la carrera

	En qué año de la carrera se encuentra	Rango promedio	U de Mann-Whitney	Z	Sig
FRECUENCIA	Primer año	49.88	1219.000	-211	.833
	quinto año	51.10			
	Total				
FISICA	Primer año	49.28	1189.500	-.416	.677
	quinto año	51.68			
	Total				
PSICOLOGICAS	Primer año	51.92			
	quinto año	49.14	1180.000	-.483	.629
	Total				
COMPORTAMENTALES	Primer año	53.11	1121.500	-.889	.374
	quinto año	47.99			
	Total				
AFRONTAMIENTO	Primer año	44.76	968.000	-1.947	.050
	quinto año	56.02			
	Total				

Con el objetivo de indagar si los rasgos de personalidad se asocian con el estrés académico, se calcula una prueba de Rho -de Spearman, que verificó que se asocia de manera positiva las reacciones psicológicas con la responsabilidad, y la responsabilidad con afrontamiento, por lo que los alumnos muestran un mejor afrontamiento (Ver tabla n° 20).

Tabla n° 20. Asociaciones entre personalidad y estrés académico

		Extroversion	Responsabilidad	neuroticism	Agradabili dad	Apertura
FRECUCENCIA	Coficie nte de correlac ión	-.050	.061	.254*	-.141	.105
	Sig. (bilatera l)	.621	.546	.012	.161	.301
FÍSICA	Coficie nte de correlac ión	.102	-.045	.248*	-.021	.154
	Sig. (bilatera l)	.313	.655	.014	.833	.128
PSICOLÓGICAS	Coficie nte de correlac ión	-.052	.013	.247*	-.121	.237*
	Sig. (bilatera l)	.610	.899	.014	.231	.018
COMPORTAMENTALE S	Coficie nte de	-.035	-.086	.149	-.164	.258**

	correlac ión					
	Sig.	.726	.393	.144	.103	.010
	(bilatera l)					
AFRONTAMIENTO	Coeficie nte de correlac ión	.000	.377**	-.071	-.068	.041
	Sig.	1.000	.000	.485	.501	.685
	(bilatera l)					

Con el objetivo de indagar si existen diferencias significativas en los niveles de estrés académico según variables académicas, se verificó que se asocian de manera positiva las variables físicas, psicológicas y comportamentales a actualmente cuantas materias está cursando, y se asocian de manera positiva la cantidad de días que concurre a estudiar con la variable psicológica. Por lo que a mayores materias cursadas, mayor es la consecuencia física, psicológica y comportamental y a mayores días a la semana que concurre a estudiar, mayor es la consecuencia psicológica (Ver tabla n° 21).

Tabla n° 21. Estrés académico y variables académicas

		Actualmente cuántas materias está cursando	Cuántos días a la semana concorre a estudiar	Con cuánto tiempo estudia para los parciales	
Rho de Spearman	Apertura	Coefficiente de correlación	.049	-.033	.068
		Sig. (bilateral)	.628	.749	.504
	FRECUENC IA	Coefficiente de correlación	.186	.169	.015
		Sig. (bilateral)	.064	.093	.886
	FÍSICA	Coefficiente de correlación	.221*	.144	-.047
		Sig. (bilateral)	.027	.152	.643
	PSICOLÓGI CAS	Coefficiente de correlación	.315**	.258**	-.067
		Sig. (bilateral)	.001	.010	.509
	COMPORT AMENTAL ES	Coefficiente de correlación	.201*	.134	-.116
		Sig. (bilateral)	.045	.183	.252
	AFRONTA MIENTO	Coefficiente de correlación	.038	.048	-.105
		Sig. (bilateral)	.707	.635	.299

Con relación a los rasgos de personalidad y las variables académicas no hay diferencias significativas por lo cual no hay relación entre las variables (Ver tabla n°22)

Tabla n° 22. Rasgos de personalidad y variables académicas

		Actualmente cuantas materias está cursando	Cuantos días a la semana concorre a estudiar	Con cuánto tiempo estudia para los parciales
	r=	0.012	-0.014	0.103
extroversion	Sig. (bilateral)	0.909	0.893	0.309
	r=	-0.017	-0.117	-0.129
responsabilidad	Sig. (bilateral)	0.868	0.245	0.199
	r=	0.065	0.13	-0.033
neuroticismo	Sig. (bilateral)	0.527	0.201	0.75
	r=	0.071	-0.055	0.175
agradabilidad	Sig. (bilateral)	0.484	0.589	0.082
	r=	0.049	-0.033	0.068
apertura	Sig. (bilateral)	0.628	0.749	0.504

CAPÍTULO IV. CONCLUSIÓN Y DISCUSIÓN

Conclusión

Se concluye ésta investigación indicando que la hipótesis plantada no se confirma ya que los resultados arrojaron que los alumnos de quinto año tienen un mejor afrontamiento con respecto al estrés académico en relación a los alumnos de primer año y no se encuentran diferencias en relación al neuroticismo, personalidad. A la hora de plantear los objetivos e indagar sobre los niveles de estrés académico según variables académicas, se observa que se relacionan de manera positiva, ya que a mayor exigencia con respecto a la cantidad de días a cursar o la cantidad de materias, es mayor la consecuencia física, psicológica y comportamental, sería lo esperado que pase a la hora de exigirse.

En base a los resultados obtenidos y el marco teórico se concluye que los alumnos al iniciar el primer año se encuentren con menos experiencia con respecto a lo que implica ser alumnos universitarios y lo que conlleva transitarlo. Los de quinto año al tener todo un recorrido con parciales, exposiciones y haber transitado cinco años, tienen más recursos para afrontarlos. Lo que se recomendaría para otras investigaciones es estudiar el estrés académico y la personalidad en ciclos lectivos como segundo o tercer año con la posibilidad de evaluar al estrés y el bienestar psicológico. Y con respecto a la institución se sugiere que para los alumnos de primero se realice encuentros o charlas con alumnos avanzados de quinto año o realice talleres para orientar a los alumnos sobre el manejo de autocontrol antes y durante las evaluaciones así como enseñarles a detectar los diferentes síntomas del estrés y cómo afrontarlo de la mejor manera, ya sea por medio de la actividad física y el deporte, técnicas de la relajación o talleres, para así poder llevar un estilo de vida más saludable dentro de la institución.

Discusión

En el presente trabajo de investigación se propuso verificar si los alumnos de 5° año de la carrera de Psicología se encuentran más estresados académicamente y muestran mayores niveles de neuroticismo, en este sentido los resultados arrojaron que los de quinto tienen mejor afrontamiento que los de primero y que no hay asociación entre la personalidad y el estrés académico. Ya que los rasgos de personalidad y las variables académicas mostraron que no hay relación, con respecto a lo dicho anteriormente Eysenck (1985) que en su teoría

se apoya en la psicología y en la genética. Por lo que consideró que las diferencias en la personalidad de los individuos se fomenta a partir de la transmisión genética, poniendo su interés en el temperamento, que se encuentra basado en lo innato. A través de sus investigaciones, observó que esas diferencias y similitudes entre los individuos se encuentran influenciadas por causas situacionales y ambientales, es decir, que los rasgos de personalidad también están constituidos por lo sociocultural. Por lo que la personalidad sería un constructo estable difícil de cambiar, en cambio las diferentes situaciones estresantes en las que se puede encontrar una persona a lo largo de su vida y los niveles de estrés si, pueden ir fluctuando y el mismo es muy importante para la salud psicológica, fisiológica y social de las personas (Lazarus, 2000).

Los estudiantes se encuentran inmersos en una tarea homogénea constituida por períodos específicamente estresantes. Las estrictas exigencias académicas, nuevos horarios que cumplir, las relaciones interpersonales que son nuevas, los límites de tiempos de entrega de los trabajos prácticos y por supuesto el período que circunda a la época de exámenes, asistir a una universidad pública o privada, los seres humanos que en ese momento se encuentran en el rol de alumno, es posible que vivencien esa etapa universitaria como estresante. Todas estas cuestiones exigen de los estudiantes respuestas que puedan ser empleadas frente a los estímulos académicos. Con el fin de hacer frente a las situaciones que son de gran importancia porque pueden ser estresantes, los estudiantes ponen en funcionamiento estrategias que ayudan a cesar estos factores estresantes para que su organismo vuelva a ponerse en equilibrio. (Orlandini, 1999)

Continuando con los demás objetivos y en relación a los rasgos de personalidad de los estudiantes de psicología, se llegó a concluir que los alumnos muestran una apertura a la imaginación activa, una capacidad de introspección y cierta curiosidad intelectual.

Respecto a las reacciones psicológicas con la responsabilidad, y la responsabilidad con afrontamiento, se asocia de manera positiva por lo que los alumnos muestran un mejor afrontamiento y tendrían la capacidad para controlar los impulsos, actuar con propósitos o metas claras, competencia e idoneidad y planificar, organizar y llevar adelante proyectos e ideas. Además miden la capacidad para poner orden, cumplir obligaciones, al tiempo que buscan sus propios logros.

ANEXO

1. CRONOGRAMA.

ACTIVIDAD	MES											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Recorte del tema	■	■	■									
Planteamiento del Problema			■	■	■							
Relevamiento del estado del arte				■	■	■	■					
Planteo de objetivos						■	■	■				
Construcción de marco teórico							■	■	■	■		
Diseño de instrumentos								■	■			
Administración de instrumentos										■	■	
Análisis de resultados												■
												■

Por la presente acepto a participar en el proyecto de investigación en la que se estudia el “Estrés Académico y personalidad en alumnos universitarios al iniciar y finalizar la carrera de Psicología” respondiendo a un instrumento de evaluación psicológica para la recolección de datos utilizados en la Tesis de Grado, como parte de la carrera Lic. En Psicología, de la universidad Abierta Interamericana.

Al firmar este consentimiento acepto a participar de manera voluntaria en este estudio. Manifiesto haber comprendido que no se me brindara devolución de la información obtenida en dicha práctica, estar satisfecha con las explicaciones que se me han brindado y notificado que se garantiza la confidencialidad de los datos y el anonimato de mí persona.

Firma:.....

Aclaración.....

DNI N°.....

Lugar y fecha.....

a) Edad: _____ años. (Indique número)

b) Sexo: (marque con una cruz) 1.Masculino 2. Femenino

c) Estado civil:

1. Soltero/a 2. Casado /a 3. Divorciado/a

4. Viudo/a

5- Convive

6- en pareja

d) Trabaja actualmente?

1. Si 2. No

e) Desde cuándo trabaja?

1. desde antes de comenzar la facultad 2. Después de comenzar la facultad

e) Grupo conviviente:

1. Solo. 2. Padre y/o Madre. 3. Amigo. 4. conyugue. 5. Con hijos 6. Con hijos y conyugue

f) ¿Tiene hijos?

1. Si 2. No.

g) Lugar de Nacimiento:

1. Buenos Aires 2. Provincia del interior 3. Capital Federal

h) Lugar de Residencia:

1. Zona sur 2. Capital Federal

i) ¿En qué año de la carrera se encuentra?:

1. Primer año 2. Quinto año

j) Actualmente, ¿Cuántas materias está cursando?

1. Una 2. Dos 3. Tres 4. Cuatro 5. Cinco
6. Seis

k) ¿Cuántos días a la semana concurre a estudiar

1. Uno 2. Dos 3. Tres 4. Cuatro
 5. Cinco 6. Seis

l) Con cuanto tiempo estudia para los parciales?

1- Un día antes 2. Dos días antes 3. Una semana antes 4.
El mismo día del parcial

Inventario

P.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

P.2.3.Reacciones físicas					
	1 Nunca a	2 Rara vez	3 Algunas veces	4 Casi siempre	5 Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
P.2.4Reacciones psicológicas					
	1 Nunca	2 Rara vez	3 Algunas veces	4 Casi siempre	5 Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación					
Problemas de concentración					

Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
P.2.5 Reacciones comportamentales					
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimento					
Otras (especifique)					
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre

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

	1 Nunca	2 Rara vez	3 Algunas veces	4 Casi siempre	5 Siempre
La competencia con los compañeros del grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
La personalidad y el carácter del profesor					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					

El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
No entender los temas que se abordan en la clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ (Especifique)					

P.2.2.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

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

	1 Nunca	2 Rara vez	3 Algunas veces	4 Casi siempre	5 Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus					
Elogios a sí mismo					

La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					

Otra _____					

¡Gracias por su colaboración!

Como alumna de la Universidad Abierta Interamericana solicito su apoyo para la realización de mi tesis de grado con la finalidad de obtener el título de Licenciatura en Psicología. La información brindada por usted es anónima y sus datos no serán difundidos. Los resultados de la misma serán utilizados sólo para fines académicos-científicos.

Recuerde que no hay respuestas correctas o incorrectas, por favor intente no omitir ninguna pregunta y responder a todo el cuestionario.

Por favor, indique en que medida la frase lo describe adecuadamente. Si esta **Muy en desacuerdo** marque el **1**. Si esta **En parte en desacuerdo** marque **2**. Si esta **Ni de acuerdo ni en desacuerdo** marque **3**. Si esta **En parte de acuerdo** marque **4**. Y si esta **Muy de acuerdo** marque **5**.

	muy en desacu erdo	en parte en desacu erdo	ni de acuerd o ni desacu erdo	en part e de acue rdo	muy de de acue rdo
	1	2	3	4	5
<i>YO ME VEO A MI MISMO/A COMO ALGUIEN</i>					
1- A quien le gusta hablar					
2- Que tiende siempre a encontrar fallas en los demás					
3- Que tiene capacidad para realizar una tarea					

4- Que es depresivo/a o triste					
5- Que es original y a quien se le ocurren nuevas ideas					
6- Que es reservado/a					
7- Que ayuda a los demás y no es egoísta					
8- Que puede ser descuidado/a					
9- Que es relajado/a y que maneja bien los problemas					
10- Que es curioso/a respecto de cosas					
11- Que está lleno/a de energía					
12- Que empieza pelea con los demás					
13- Que es trabajador/a y confiable					
	1	2	3	4	5
14- Que puede ser tenso/a					
15- Que es ingenioso/a					
16- Que siempre genera mucho entusiasmo					
17- Que tiene una naturaleza por la cual puede perdonar					
18- Que tiende a ser desorganizado/a					
19- Que se preocupa mucho por todo					

20- Que tiene una imaginación muy activa					
21- Que tiende a ser callado/a					
22- Que generalmente es muy confiable					
23- Que tiende a ser perezoso/a					
24- Que es emocionalmente estable y que no se altera fácilmente					
25- Que es imaginativo/a					
26- Que tiene una personalidad asertiva					
27- Que puede ser frío/a y distante					
28- Que persevera hasta que las tareas están terminadas					
29- Que puede tener alteraciones en los estados de animo					
30- Que tiene valores artísticos y disfruta de las experiencias estéticas					
31- Que a veces es tímido/a e inhibido/a					
32- Que es muy considerado/a y amable con los demás					
33- Que hace las cosas de modo eficiente					

34- Que permanece calmo/a en situaciones tensas					
35- Que prefiere el trabajo rutinario					
36- Que es sociable					
37- Que a veces puede tratar mal a los demás					
38- Que puede fijarse metas y seguirlas					
39- Que se pone nervioso fácilmente					
40- A quien le gusta pensar y reflexionar					
41- Que tiene pocos intereses artísticos					
42- A quien le gusta cooperar con los demás					
43- Que se distrae fácilmente					
44- Que tiene gustos sofisticados en arte, música o literatura					

¡Gracias por su colaboración!

Referencia bibliográfica

Aragon Borja, L (2011) Perfil de personalidad de estudiantes universitarios de la carrera de psicología. El caso de la facultad de estudios superiores Iztacala *Perfiles educativos* 23, recuperado de : http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-26982011000300005

Barraza Macías Arturo (2007), *Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico*, En la Biblioteca Virtual de Psicología Científica.com, disponible en <http://www.psicologiacientifica.com>

Barraza Macias, A (2008) El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. *Avances en Psicología Latinoamericana/Bogotá, Colombia* 26 (2), 272-281. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/apl/v26n2/v26n2a12.pdf>

Barraza Macias, A (2008) El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. *Avances en Psicología Latinoamericana/Bogotá, Colombia* 26 (2), 272-281. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/apl/v26n2/v26n2a12.pdf>

Barraza Macías, A. (2005) Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior. *Revista Electrónica Psicología Científica* (2) 19-1 disponible en: <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologia-caracteristicas-del-estres-academico-de-los-alumnos-de-educa.html>

Barraza Macías, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista electrónica Psicología Científica* recuperado de: <http://www.psicologiacientifica.com>

Berrío García, N & Mazo Zea R. (2011) Estrés académico. *Revista de Psicología: (Universidad de Antioquía)* 3, (2) 65-82. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4865240>

- Caldera Montes, J F & Pulido Castro, B E (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 7, 78-80. Recuperado de <http://repositorio.cualtos.udg.mx:8080/jspui/bitstream/123456789/319/1/Niveles%20de%20estrés%20y%20rendimiento%20académico%20en.pdf>
- Cancela Gordillo, R., Cea Mayo, N., Gabildo Lara, G., & Valilla Gigante, S. (2010). *Metodología de la Investigación Educativa: Investigación Ex Post Facto*. Madrid: Universidad Autónoma de Madrid.
- Cassaretto, M, Chau, C, Oblitas H & Valdez, N. (2003) Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Revista de Psicología de la PUCP* 21, (2) 365-372. Recuperado de <http://ezproxybib.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/6849/6983>
- Castro Llomparte, G. (2007) Estrés en la niñez y su Influencia en el Rendimiento Escolar. Pasantía Rural Aguilares Informe final. Tucumán, Argentina: Universidad Nacional de Tucumán. Facultad de Medicina.
- Cia, A. (2007). *La ansiedad y sus trastornos: manual diagnóstico y terapéutico*. (2ª ed.). Buenos Aires: Polemos
- Cia, A. (2007). *La Ansiedad y sus Trastornos: Manual Diagnóstico y Terapéutico*. (2ª ed.). Buenos Aires: Polemos.
- Cockerham, W. C. (2001). *Handbook of Medical Sociology*. New York: Prentice Hall.
- Dewey, J. (2000). *Experiencia y Educación*. Buenos Aires: Losada.
- Eysenck, H. J. & Eysenck, M. (1985). *Personality and Individual Differences*. N.Y.: Plenum Press.
- Eysenck, H. J. (1990). Genetic and environmental contributions to individual differences: the three major dimensions of personality. *Jnal of Personality*, 58, 245-261.
- García Ros, R. Pérez- González F, & Blasco –Natividad, L A (2012). Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad. *Revista Latinoamericana de Psicología* 44 (2), 143-152. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rlps/v44n2/v44n2a12.pdf>

Martin Monzon, I. (2007) Estrés Académico en Estudiantes Universitarios. *Apuntes de Psicología*. 25 (1), 87-99. Recuperado de <http://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/117/119>

Martin Monzon, I. (2007) Estrés Académico en Estudiantes Universitarios. *Apuntes de Psicología*. 25 (1), 87-99. Recuperado de <http://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/117/119>

Marty, M., Lavín M., Figueroa, M., Larraín, D. & Cruz, M. (2005). Prevalencia de estrés en estudiantes del área de la salud de la Universidad de los Andes y su relación con enfermedades infecciosas. *Revista Chil Neuro-Psiquiat*, 43 (1), 25-32.

Millon, T. (1990). *Toward a new personology: an evolutionary model*. New York: Wiley-Interscience

Montaño Sinisterra, R, Palacios Cruz, L & Gantiva Día, C (2009) Teorías de la personalidad. Un análisis histórico del concepto y su medición. *Psychologia. Avances de la disciplina*. 3 84-86. Recueprado de <http://www.redalyc.org/pdf/2972/297225531007.pdf>

Polo, A., Hernández, J. & Pozo, C (1996). Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios *Análisis y Estrés en el Ámbito Educativo, Universidad de La Rioja*, 159-172 recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=186664>.

Salgado, J, (2005) Personalidad y deseabilidad social en contextos organizacionales: implicaciones para la practica de la psicología del trabajo y las organizaciones. *Redalyc Seccion Monografica* (26), 118-123. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/778/77809207/>

Sánchez de Gallardo, M & Maldonado Ortiz, L. (2003). Estrés en docentes universitarios. Caso LUZ, URBE y UNICA. *Revista de Ciencias Sociales* 4 (2), 325-327. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/280/28009211.pdf>