

Respuesta de afrontamiento y nivel académico profesional docente en instituciones educativas, Trujillo - 2016.

Coping response and professional academic level in educational institutions, Trujillo - 2016

LAGUNA AGUIRRE, Jenny Liliana

RESUMEN

La presente investigación denominada: "Respuesta de afrontamiento y nivel académico profesional docente en instituciones educativas, Trujillo, 2016", tiene como objetivo general establecer la relación entre respuestas de afrontamiento y nivel académico profesional docente en instituciones educativas, Trujillo, 2016. La muestra fue de 96 docentes utilizándose el muestreo probabilístico aleatoria, a quienes se les administró el inventario de respuestas de Afrontamiento para Adultos (CRI-A) para medir la respuesta de afrontamiento en sus dos dimensiones, aproximación y evitación, y la Hoja de vida para obtener el nivel académico profesional. Para los datos descriptivos, se utilizó tablas estadísticas especificando cantidades y frecuencias según grado académico adquirido por los docentes, para comprobar la hipótesis se utilizó la prueba de Correlación Chi cuadrada de Pearson. Del análisis de los resultados se llegó a las siguientes conclusiones: No existe relación entre respuesta de afrontamiento y nivel académico profesional docente en instituciones educativas de Trujillo, evidenciándose $\chi^2 = 4.877$ ($p > 0.05$). Con relación a la respuesta de afrontamiento por aproximación cognitiva se observó mediante la prueba Chi cuadrado que no existe relación ($p > 0.05$) con el nivel académico profesional docente. Respecto a la relación respuesta de afrontamiento por aproximación conductual y el nivel académico profesional docente se observó que no existe relación significativa, encontrándose en la búsqueda de guía y apoyo $\chi^2 = 2.958$ ($p > 0.05$). En solución de problemas $\chi^2 = 2.113$ ($p > 0.05$) se encontró relación entre respuestas de afrontamiento por evitación cognitiva y el nivel académico profesional docente, existiendo una relación en la evitación cognitiva $\chi^2 = 14.139$ ($p < 0.05$) y en aceptación - resignación $\chi^2 = 17.296$ ($p < 0.05$). Existe relación entre las respuestas de afrontamiento por evitación conductual y el nivel académico profesional en solo el indicador descarga emocional $\chi^2 = 9.457$ ($p < 0.05$).

Palabras clave: Respuesta de afrontamiento, estrés, nivel académico profesional, docente.

ABSTRACT

The present research called "Coping Response and teaching professional academic level in educational institutions, Trujillo, 2016" has as general objective to establish the relationship between coping responses and teaching professional academic level in Educational Institutions, Trujillo, 2016. The sample was composed of 96 teachers using random probabilistic sampling, who were given the CRI-A Adult Coping Response Inventory to measure the coping response in its two dimensions, approach and avoidance, and the Curriculum Vitae to obtain the professional academic level. For the descriptive data, statistical tables were used specifying quantities and frequencies according to academic degree obtained by teachers, and to test the hypothesis the Pearson's Chi square correlation test was used. From the analysis of the results, the following conclusions were reached: There is no relation between coping response and academic professional level in Educational Institutions of Trujillo, showing $\chi^2 = 4,877$ ($p > 0.05$). Regarding the coping response by cognitive approach, the Chi-squared test showed no relationship ($p > 0.05$) with the professional academic level of teachers. Regarding the relationship between coping response by behavioral approach and the professional academic level, it was observed that there is no significant relationship, finding in the search for guidance and support $\chi^2 = 2,958$ ($p > 0.05$). In problem solving $\chi^2 = 2.113$ ($p > 0.05$), the relation between coping responses due to cognitive avoidance and the professional academic level of teachers was found, with a relation in cognitive avoidance $\chi^2 = 14,139$ ($p < 0.05$) and in acceptance - resignation $\chi^2 = 17,296$ ($p < 0.05$). There is a relationship between coping responses due to behavioral avoidance and professional academic level in only the emotional discharge indicator $\chi^2 = 9,457$ ($p < 0.05$).

Key words: Coping response, stress, teaching professional academic level.

INTRODUCCIÓN

El afrontamiento, de acuerdo a Lazarus y Folkman (1984) se define como una respuesta dada frente a una situación específica estresante, a los esfuerzos cognoscitivos y conductuales que realiza una persona para manejar, reducir, minimizar, dominar y tolerar las demandas internas o externas habidas en la transacción entre persona y situación. Hombrados⁵, refiere que ante el estrés existe una respuesta adaptativa denominada afrontamiento, que es el resultado de la interacción entre el organismo y el entorno, en el cual no todas las personas afrontan igual las situaciones de estrés debido a las diferencias individuales, ya sea en la forma de analizar o valorar las exigencias planteadas y de los recursos que se dispone. El nivel académico profesional docente, tiene valor importante para el buen desempeño, este aspecto fortalece, da seguridad, confianza y también podría mediar en la respuesta de afrontamiento que ellos asuman frente a situaciones de estrés. El intento de conocer si las respuestas de afrontamiento dependen del nivel académico profesional, motivó a establecer la relación entre respuestas de afrontamiento y nivel académico profesional docente en instituciones educativas de la provincia de Trujillo. En tal sentido, se realizaron pesquisas donde, Garcete⁴, en Argentina, elaboró el trabajo "Estrategias de afrontamiento y estrés laboral en hombres y mujeres de 18 a 41 años de edad". Fue una investigación no experimental, descriptiva de corte transversal, en la cual se utilizó el inventario de Respuesta de Afrontamiento de Rudolf Moos, aplicado a 100 personas de ambos sexos. El objetivo fue evaluar estrategias de afrontamiento, tanto para hombres y mujeres que han pasado por una situación de estrés en su centro de trabajo, llegando a las siguientes conclusiones: las mujeres que han tenido estrés laboral presentaron estrategias de afrontamiento por evitación, mientras que los varones presentaron estrategias de afrontamiento por aproximación. Asimismo, Casari et al¹, en Argentina, realizaron el trabajo "Estrategia de afrontamiento y ansiedad ante exámenes", donde la muestra estuvo constituida por 140 estudiantes universitarios de 1° a 5° año de psicología.

El instrumento que se aplicó a dicha muestra fue el Inventario de Respuestas de Afrontamiento de Rudolf Moos. Los objetivos planteados fueron: describir nivel de ansiedad y estrategias de afrontamiento, evaluar correlaciones significativas entre estrategias de afrontamiento y ansiedad ante exámenes y, finalmente, analizar correlaciones y diferencias entre estrategias de afrontamiento y niveles de ansiedad respecto al género, año académico y cantidad de asignaturas rendidas.

Al finalizar el estudio los resultados obtenidos fueron: los estudiantes presentaron estrategias de afrontamiento por búsqueda de gratificaciones alternativas y descarga emocional, además, se encontraron relaciones significativas entre ansiedad ante exámenes y estrategias de afrontamiento.

Coras², en Lima, Perú, realizó el trabajo de investigación "Estrategias de afrontamiento ante el estrés y su relación con la experiencia profesional de enfermeras de sala de operaciones, en el Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas", siendo su objetivo determinar la relación entre estrategias de afrontamiento y experiencia profesional.

La población en estudio estuvo constituida por 25 profesionales de enfermería. Fue un trabajo descriptivo, correlacional de corte transversal, en el cual uno de los instrumentos empleados fue el Inventario de Respuestas de Afrontamiento ante el Estrés de Rudolf H. Moos. Esta investigación concluyó que el 72% de enfermeras presentaron estrategias de afrontamiento por aproximación, 20% estrategias entre aproximación y evitación; y 8% estrategias por Evitación. Concerniente a la relación entre estrategias de afrontamiento y experiencia profesional no existió relación significativa. Plasencia¹², en el distrito Florencia de Mora, Trujillo, realizó el trabajo "Estilos de personalidad y estrategias de afrontamiento del estrés en mujeres de organizaciones de base". El propósito de este trabajo fue determinar la relación entre estilos de personalidad y estrategias de afrontamiento del estrés. Fue una investigación descriptiva correlacional, donde la muestra estuvo constituida por 198 mujeres entre 19 y 54 años, utilizándose como uno de los instrumentos el Inventario de Respuestas de Afrontamiento-Forma Adultos de Moos. Los resultados señalaron una relación parcial entre estilos de personalidad y estrategias de afrontamiento del estrés, principalmente destacó una correlación negativa, de grado débil y altamente significativa. Respecto a los fundamentos teóricos, Moos¹⁰, afirma que "la valoración y las conductas de afrontamiento son los mecanismos esenciales para canalizar y modificar la influencia de los contextos vitales, tanto estables como transitorios, hacia el buen funcionamiento y la maduración personal" (p. 15). Igualmente, en su teoría transaccional, explicó la conducta humana vinculada al entorno en una situación de estrés, en el cual, el sujeto puso de manifiesto recursos para estar alerta y mantener el bienestar y equilibrio psicoemocional. La evaluación propuesta por Moos combinó dos aproximaciones conceptuales para clasificar las estrategias de afrontamiento del estrés: la orientación o enfoque de afrontamiento del estrés, y el método de afrontamiento.¹³

Con respecto al nivel académico, el observatorio laboral para la educación¹¹, especificó el nivel académico como la agrupación de distintos niveles de formación de manera secuencial dentro del sistema de educación superior. Alcanzar un grado académico, es solo el inicio de toda búsqueda para el perfeccionamiento del docente en general, debiendo tener entre algunas de sus metas el afrontar situaciones de estrés proporcionando satisfacción personal y profesional. La Ley Universitaria N°30220 (2014), en su artículo 44, establece que las instituciones universitarias

otorgan grados académicos de Bachiller, Maestro, Doctor y los títulos profesionales a nombre de la Nación. Si bien distintos estudios reconocen el papel central que el afrontamiento tiene en el manejo de diversas situaciones estresantes, también apoyan el supuesto que el tipo de situación generadora de estrés y las estrategias de afrontamiento utilizadas por los individuos, varían de acuerdo a las distintas etapas evolutivas.

Un estudio epidemiológico realizado por el Instituto Nacional de Salud Mental⁶, evidenció que la población adulta residente en la ciudad de Trujillo, expuesta a estresores psicosociales, presentaron índices de estrés elevados, fluctuando entre el 61.1% a 70.7% en mujeres, y el 66.5% a 79.9% en hombres, reflejándose así una inadecuada utilización de estrategias de afrontamiento, en el caso de la población de docentes de la Provincia de Trujillo, se desconoce datos epidemiológicos, pero se conoce la existencia de estresores psicosociales que afectan a la población docente en general (Ministerio de Educación, 2012). El presente estudio es conveniente, no se evidencia en nuestra ciudad investigaciones previas sobre el problema a investigar, lo que constituye una innovación que aportará en el campo de la investigación educativa, además será de utilidad para establecer la relación entre respuestas de afrontamiento y nivel académico profesional docente en Instituciones educativas. Con esta investigación los que se benefician son los docentes, su entorno laboral y familiar, tiene carácter relevante y significativo

porque el docente podrá establecer qué tipo de respuesta de afrontamiento emplea para hacer frente al estrés en relación a su nivel académico profesional, y así proceder a fortalecer respuestas de afrontamiento positivas (afrontamiento por aproximación) y controlar aquellas que no son favorables (afrontamiento por evitación).

A partir de los resultados obtenidos se podrá coordinar con las autoridades que corresponda en la institución educativa (director, subdirector y/o coordinadores), planes de motivación sobre desarrollo profesional docente, que implique técnicas de motivación laboral, apreciando la valiosa y esmerada labor que el docente realiza en bien de sus estudiantes. Del mismo modo programas curriculares donde se aborde conceptos teóricos y/o prácticos para una clara comprensión sobre respuestas de afrontamiento y estrés, reconociendo la importancia del manejo de una situación estresante con el fin de mantener un equilibrio emocional. Esta investigación generó reflexión y discusión sobre la relación de las variables investigadas, a través de ésta investigación se planteó la siguiente pregunta ¿Existe relación entre respuesta de afrontamiento y nivel académico profesional docente en Instituciones educativas, Trujillo, 2016?, esto dará indicios si se trata de una decisión personal para afrontar situaciones estresantes o es la seguridad que brinda el nivel académico profesional alcanzado.

MATERIAL Y MÉTODOS

El diseño de investigación que se utilizó en el presente trabajo, corresponde al diseño correlacional descriptivo. La población objeto de estudio estuvo conformado por todos los docentes asignados a la provincia de Trujillo, región La Libertad, período 2016; ya que no hay institución Educativa específica que abarque la población total. La muestra fue de 96 docentes de ambos sexos que laboren en instituciones del Ministerio de Educación y que aceptaron participar voluntariamente en el estudio, utilizándose el muestreo probabilístico aleatoria; también, como instrumentos se emplearon, el Inventario de

Respuestas de Afrontamiento para Adultos CRI-A cuyo autor es Rudolf H. Moos, adaptación española: Teresa Kirchner Nebot y Maria Forn i Santacana¹³ para medir la respuesta de afrontamiento y la Hoja de vida para obtener el nivel académico profesional; en el análisis estadístico se utilizó la prueba Chi cuadrada de Pearson que proporcionó datos para comprobar la hipótesis, y en los datos descriptivos, se utilizaron tablas estadísticas especificando cantidades y frecuencias según grado académico adquirido por los docentes.

RESULTADOS

Tabla 1. Respuesta de afrontamiento y el nivel académico profesional docente de las instituciones educativas de Trujillo

		Nivel académico profesional			Total	Chi	P
		Doctorado	Maestría	Bachiller			
Encima del promedio	Nº	12	10	12	34	4.877	0.300
	%	38,7%	31,3%	36,4%	35,4%		
Promedio	Nº	13	8	12	33		
	%	41,9%	25,0%	36,4%	34,4%		
Debajo del promedio	Nº	6	14	9	29		
	%	19,4%	43,8%	27,3%	30,2%		

Nota: Mediante la prueba Chi cuadrada, no existe relación entre respuesta de afrontamiento y el nivel académico profesional docente $\chi^2=4.877$ ($p>0.05$).

Tabla 2. Correlación entre los precios y las capacidades de las empresas exportadoras peruanas.

		Nivel académico profesional			Total	Chi	P	
		Doctorado	Maestría	Bachiller				
Análisis lógico	Encima del promedio	Nº	29	29	27	85	3.252	0.517
		%	93,5%	90,6%	81,8%	88,5%		
	Promedio	Nº	1	2	5	8		
		%	3,2%	6,3%	15,2%	8,3%		
	Debajo del promedio	Nº	1	1	1	3		
		%	3,2%	3,1%	3,0%	3,1%		
Reevaluación positiva	Encima del promedio	Nº	29	32	31	92	4.095	0.393
		%	93,5%	100,0%	93,9%	95,8%		
	Promedio	Nº	2	0	1	3		
		%	6,5%	0,0%	3,0%	3,1%		
	Debajo del promedio	Nº	0	0	1	1		
		%	0,0%	0,0%	3,0%	1,0%		

Nota: Mediante la prueba Chi cuadrada, no existe relación entre respuesta de afrontamiento por aproximación cognitiva y nivel académico profesional docente, encontrándose en el análisis lógico $\chi^2=3.252$ ($p>0.05$) y en la reevaluación positiva $\chi^2=4.095$ ($p>0.05$).

Tabla 3. Respuesta de afrontamiento por aproximación conductual y su relación con el nivel académico profesional docente.

		Nivel académico profesional			Total	Chi	P	
		Doctorado	Maestría	Bachiller				
Búsqueda de guía y apoyo	Encima del promedio	Nº	30	31	32	93	2.958	0.565
		%	96,8%	96,9%	97,0%	96,9%		
	Promedio	Nº	1	1	0	2		
		%	3,2%	3,1%	0,0%	2,1%		
	Debajo del promedio	Nº	0	0	1	1		
		%	0,0%	0,0%	3,0%	1,0%		
Solución de problemas	Encima del promedio	Nº	28	29	31	88	2.113	0.715
		%	90,3%	90,6%	93,9%	91,7%		
	Promedio	Nº	3	2	1	6		
		%	9,7%	6,3%	3,0%	6,3%		
	Debajo del promedio	Nº	0	1	1	2		
		%	0,0%	3,1%	3,0%	2,1%		

Nota: Mediante la prueba Chi cuadrada, no existe relación entre respuesta de afrontamiento por aproximación conductual y nivel académico profesional docente, encontrándose en la búsqueda de guía y apoyo $\chi^2=2.958$ ($p>0.05$) y en solución de problemas $\chi^2=2.113$ ($p>0.05$).

Tabla 4. Respuesta de afrontamiento por evitación cognitiva y su relación con el nivel académico profesional docente.

		Nivel académico profesional			Total	Chi	P	
		Doctorado	Maestría	Bachiller				
Evitación cognitiva	Encima del promedio	Nº	10	20	28	77	14.139	0.007
		%	61.3%	93.8%	84.8%	80.2%		
	Promedio	Nº	12	2	4	18		
		%	38.7%	6.3%	12.1%	18.8%		
	Debajo del promedio	Nº	0	0	1	1		
		%	0.0%	0.0%	3.0%	1.0%		
Aceptación Resignación	Encima del promedio	Nº	15	28	20	77	17.296	0.000
		%	48.4%	87.5%	87.9%	75.0%		
	Promedio	Nº	16	4	4	24		
		%	51.6%	12.5%	12.1%	25.0%		

Nota: En el análisis de relación, mediante la prueba Chi cuadrada; si se encontró relación significativa entre respuestas de afrontamiento por evitación cognitiva y nivel académico profesional docente, encontrándose en la evitación cognitiva $\chi^2 = 14.139$ ($p < 0.05$) y en aceptación resignación $\chi^2 = 17.296$ ($p < 0.05$).

Tabla 5. Respuesta de afrontamiento por evitación conductual y su relación con el nivel académico profesional docente.

		Nivel académico profesional			Total	Chi	P	
		Doctorado	Maestría	Bachiller				
Búsqueda de recompensas alternativas	Encima del promedio	Nº	26	23	20	69	5.549	0.235
		%	83,9%	71,9%	60,6%	71,9%		
	Promedio	Nº	0	0	1	1		
		%	0,0%	0,0%	3,0%	1,0%		
	Debajo del promedio	Nº	5	9	12	26		
		%	16,1%	28,1%	36,4%	27,1%		
Descarga emocional	Encima del promedio	Nº	23	30	32	85	9.457	0.009
		%	74,2%	93,8%	97,0%	88,5%		
	Promedio	Nº	8	2	1	11		
		%	25,8%	6,3%	3,0%	11,5%		

Nota: En el análisis de relación, mediante la prueba Chi cuadrada; si se encontró relación significativa entre las respuestas de afrontamiento por evitación conductual y el nivel académico profesional en sólo un indicador, encontrándose en la búsqueda de recompensas y alternativas $\chi^2 = 5.549$ ($p > 0.05$) y en descarga emocional $\chi^2 = 9.457$ ($p < 0.05$).

DISCUSIÓN

Se aprecia que siendo una investigación en la cual se estableció la relación existente entre las respuestas de afrontamiento y nivel académico profesional docente en instituciones educativas, Trujillo, 2016, mediante la prueba Chi cuadrada, no se encontró evidencia estadística que exista relación entre respuesta de afrontamiento y el nivel académico profesional docente, encontrándose $\chi^2 = 4.877$ ($p > 0.05$), se deduce que el afrontamiento forma parte de los recursos psicológicos de cualquier individuo, éstos resultados concuerdan con los hallazgos de Coras², en Lima, Perú, que realizó el trabajo de investigación "Estrategias de afrontamiento ante el estrés y su relación con la experiencia profesional de enfermeras de sala de operaciones, en el

Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas", siendo su objetivo determinar la relación entre estrategias de afrontamiento y experiencia profesional, en el cual concluyó que no existe relación significativa entre estrategias de afrontamiento y experiencia profesional. El individuo al afrontar situaciones estresantes valora el estresor y toma decisiones. En primer momento se da una valoración primaria, en el cual el sujeto analiza si tiene algo que arriesgar, en la valoración secundaria, el sujeto evalúa si puede hacer algo para vencer en ésta confrontación y decide si debe resolver el encuentro estresante. El carácter transaccional del afrontamiento está en este intercambio de juicios y decisiones entre situación y persona.

Las respuestas de afrontamiento por aproximación cognitiva, son similares en cada nivel académico profesional, encontrándose en el análisis lógico, que la mayoría de los docentes de cada grado académico presentaron respuestas de afrontamiento por encima del promedio, 93.5%, docentes con doctorado; 90.6%, docentes con maestría; y 81.8%, bachilleres. Esto significó que los profesionales mostraron interés para prepararse mentalmente para el estresor y sus consecuencias (Moos, 2010, p.17). Respecto a la reevaluación positiva, se encontraron respuestas de afrontamiento por encima del promedio en cada grado académico, 93.5% de doctorado, 100% de maestría y 93.9% de bachiller. Se dedujo que los profesionales presentaron intentos cognitivos para reestructurar un problema o situación estresante de forma positiva a la vez que se aceptó la realidad de la situación. Se encontró en el indicador búsqueda de guía y apoyo que la mayoría de los docentes de cada grado académico presentaron respuestas de afrontamiento por encima del promedio, 96.8% docentes con doctorado, 96.9% docentes con maestría y 97% docentes con bachiller; de esto se colige que los docentes presentaron intentos conductuales para buscar información, guía o soporte ante situaciones de estrés.

La búsqueda de guía y apoyo, se manifestó porque el sujeto siente una pérdida de recursos o el fracaso en la inversión de recursos para obtener un objetivo prefijado. Respecto a la solución de problemas, se encontraron respuestas de afrontamiento por encima del promedio en cada grado académico, observándose 90.3% de doctorado, 90.6% de maestría y 93.9% de bachiller. Se dedujo que los docentes presentaron intentos conductuales para emprender acciones que lleven a la solución directa del problema. Se observó, además que en relación al afrontamiento por evitación cognitiva, solo se encontró por encima del promedio al 61.3% de docentes con doctorado, mientras que 98.3% y 84.8% a los docentes con grado de maestría y bachiller respectivamente. Esto evidenció que los profesionales de maestría y bachiller evitan pensar de forma realista sobre el problema, optando por alternativas de solución. Al evitar una situación

estresante el sujeto busca un alivio psicológico, escapando de la constante presión que le genera dicha situación. Por el contrario, los docentes con doctorado, afrontaron situaciones de estrés de forma realista. Hombrados⁵, describió que no todas las personas afrontan igual las situaciones de estrés debido a las diferencias individuales, ya sea en su forma de analizar o valorar las exigencias planteadas y de los recursos que se dispone. En cuanto a la aceptación y resignación, solo el 48.4% de los docentes con grado de doctor, se encontraron por encima del promedio; es decir, aquel grupo de docentes no se alejan de la situación, más bien, ellos aceptan, manejan y controlan situaciones de estrés. Por el contrario, los educadores con grado de maestría y bachiller se encuentran por encima del promedio, observándose 87.5% y 87.9% respectivamente, logrando crear nuevas fuentes de satisfacción y/o implicarse en actividades sustitutivas. La confianza y la creencia en las propias capacidades a la hora de afrontar una meta, tarea o desafío se denomina autoeficacia. Bandura, citado por Chacón³, señaló que una alta autoeficacia percibida se relaciona con pensamientos y aspiraciones positivas acerca de realizar la conducta con éxito y menos estrés, es decir, se perciben los problemas como desafíos. Se observó que las respuestas de afrontamiento por evitación, según el método conductual, son similares en cada nivel académico profesional, encontrándose en la búsqueda de recompensas y alternativas que la mayoría de los docentes, de cada grado académico, presentaron respuestas de afrontamiento por encima del promedio 83.9% con doctorado, 71.9% con maestría y sólo el 60.7% con bachilleres. Respecto a la descarga emocional, se observó que las respuestas de afrontamiento en cada grado académico se encuentran por encima del promedio 93.8% de maestría y 97% de bachiller. En el caso de los docentes con doctorado solo el 74.2% presentan respuestas de descarga emocional por encima del promedio. Esto mostró que los docentes con grado de doctor no reducen sus tensiones mediante expresión de sentimientos negativos como gritar o llorar para desahogarse, discusiones con sus pares o familia, expresiones de enojo, entre otros.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Casari, L., Anglada, J. y Daher, C. (2014). Estrategias de Afrontamiento y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología* Vol. 32 (2).
2. Coras Bendezú, D. (2012) Estrategias de afrontamiento ante el estrés y su relación con la experiencia profesional de enfermeras de sala de operaciones, en el Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Trabajo de investigación para optar el título de Especialista en enfermería en Centro quirúrgico. Lima-Perú
3. Chacón, C. (2005) Las creencias de autoeficacia: un aporte para la formación del docente de inglés. *Acción pedagógica* N° 15, pp 44-54.
4. Garcete, M. (2008) Estrategias de afrontamiento y estrés laboral en hombres y mujeres de 18 a 41 años. Buenos Aires: Psicología Científica. Obtenido de <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologia-322-1-estrategias>.
5. Hombrados, M. (1997) Estrés, afrontamiento y adaptación. Estrés y salud, Valencia, Promolibro.
6. Instituto Nacional de Salud Mental, Estudio Epidemiológico de Salud Mental en la Costa Peruana 2006. (2007) *Anales de Salud Mental* 23 (1 – 2). Lima. Recuperado de <http://www.insm.gob.pe/publicacion.htm>.
7. Kirchner, T. Forms, M. (2010) Inventario de respuesta para adultos – R. H. Moos. Manual Madrid: TEA Ediciones.

8. Ley Universitaria N° 30220 (2014) Diario oficial El Peruano, Normas Legales. Año xxx. N°12914.
9. Ministerio de Educación (2012) Recuperado <http://www.minedu.gob.pe/noticias/index.php?id=17978>, el 01 de marzo 2016, párr. 5
10. Moos, R. (2010) CRI-A Inventario de Respuestas de Afrontamiento. Madrid: TEA Ediciones S. A., pp.15, 17.
11. Observatorio laboral para la Educación (2013) Colombia: Consejo de Estado. Recuperado el 8 de febrero, 2016 en: <http://www.graduadoscolombia.edu.co/html/1732/article-44586.html>, parr1
12. Plasencia, C. (2012) "Estilos de personalidad y estrategias de afrontamiento del estrés en mujeres de Organizaciones de Base". Revista de Investigación de estudiantes de psicología "JANG". Vol.01
13. Peñacoba, C., Díaz, L., Goiri, E., y Vega, R. (2000) Estrategias de afrontamiento ante situaciones de estrés: Un análisis comparativo entre bomberos con y sin experiencia. Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones, 16 (3), p.345

Recibido: 05 agosto 2016 | **Aceptado:** 20 noviembre 2016