

UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO

**FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y
EDUCACIÓN**

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



TESIS

**Resiliencia y ansiedad en docentes de instituciones educativas de la
región Lambayeque, en tiempos de COVID-19**

Presentado para obtener el Título Profesional de Licenciada en Psicología

Investigadoras: Cumpa Ayasta, Rocío Karina
Yarlaqué Sánchez, Karen Lucero

Asesores: Espinoza Yong, Nelson Pacífico

Lambayeque - Perú

2022

Resiliencia y ansiedad en docentes de instituciones educativas de la región Lambayeque, en tiempos de COVID-19

Tesis presentada para obtener el Título Profesional de Licenciada en Psicología



Bach. Rocío Karina Cumpa Ayasta
Investigadora



Bach. Karen Lucero Yarlaqué Sánchez
Investigadora



M. Sc. Raquel Yovana Tello Flores
Presidente



Dra. Nancy Liliana Heredia Carhuapoma
Secretario



M. Sc. Beder Bocanegra Vilcamango
Vocal



M. Sc. Nelson Pacífico Espinoza Yong
Asesor

ACTA DE SUSTENTACIÓN



**UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN**



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

N° 0372-VIRTUAL

Siendo las 10:00 horas, del día Viernes 05 de agosto de 2022; se reunieron vía online mediante la plataforma virtual Google Meet, <https://meet.google.com/fsk-ihrh-aft>, los miembros del jurado designados mediante Decreto N° 117-2020-V-U-I-FACHSE-U-I-FACHSE, de fecha 29 de setiembre de 2020, y su modificatoria la Resolución N° 0737-2021-V-D-NG-FACHSE de fecha 14 de junio de 2021, integrado por:

Presidente	: Dra. Raquel Yovana Tello Flores.
Secretario	: Dra. Nancy Liliana Heredia Carhuapoma
Vocal	: M. Sc. Beder Bocanegra Vilcamango
Asesor	: M. Sc. Nelson Pacífico Espinoza Yong



La finalidad es evaluar la Tesis titulada: "RESILIENCIA Y ANSIEDAD EN DOCENTES DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE LA REGIÓN LAMBAYEQUE, EN TIEMPOS DE COVID-19"; presentada por las bachilleres CUMPA AYASTA ROCIO KARINA y YARLAQUE SANCHEZ KAREN LUCERO para obtener el Título Profesional de Licenciado(a) en Psicología.

Producido y concluido el acto de sustentación, de conformidad con el Reglamento General de Investigación (aprobado con Resolución N° 620-2021-CU de fecha 30 de diciembre de 2021); los miembros del jurado procedieron a la evaluación respectiva, haciendo las preguntas, observaciones y recomendaciones al(los) sustentante(s), quien(es) procedió(eron) a dar respuesta a las interrogantes planteadas.

Con la deliberación correspondiente por parte del jurado, se procedió a la calificación de la Tesis, obteniendo un calificativo de [17] (DIECISIETE) en la escala vigesimal, que equivale a la mención de BUENO.

Siendo las 11:00 horas del mismo día, se dio por concluido el acto académico online, con la lectura del acta y la firma de los miembros del jurado.

Dra. Raquel Yovana Tello Flores
PRESIDENTE

Dra. Nancy Liliana Heredia Carhuapoma
SECRETARIO

M. Sc. Beder Bocanegra Vilcamango
VOCAL

OBSERVACIONES:.....
.....
.....
.....
.....

El presente acto académico se sustenta en los artículos del 39 al 41 del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo (aprobado con Resolución N° 270-2009-CU de fecha 4 de setiembre del 2009); la Resolución N° 407-2020-S de fecha 13 de mayo del 2020 que ratifica la Resolución N° 004-2020-VIRTUAL-VRIMV del 07 de mayo del 2020 que aprueba la tramitación virtualizada para la presentación, aprobación de los proyectos de los trabajos de Investigación y de sus Informes de Investigación en cada Unidad de Investigación de las Facultades y Escuela de Posgrado; la Resolución N° 0372-2020-V-D-NG-FACHSE de fecha 21 de mayo del 2020 y su modificatoria Resolución N° 0080-2020-V-D-NG-FACHSE del 27 de mayo del 2020 que aprueba el INSTRUCTIVO PARA LA SUSTENTACIÓN DE TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN Y TESIS VIRTUALES.

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Nosotras, Rocío Karina Cumpa Ayasta y Karen Lucero Yarlaqué Sánchez, investigadoras principales y Nelson Pacífico Espinoza Yong, asesor del trabajo de investigación “Resiliencia y ansiedad en docentes de instituciones educativas de la región Lambayeque, en tiempos de COVID-19” declaramos bajo juramento que este trabajo no ha sido plagiado, ni contiene datos falsos. En caso se demostrará lo contrario, asumo responsablemente la anulación de este informe y por ende el proceso administrativo a que hubiera lugar. Que pueda conducir a la anulación del título o grado emitido como consecuencia de este informe.

Lambayeque, 17 de febrero del 2022



Bach. Rocío Karina Cumpa Ayasta
Investigadora principal



Bach. Karen Lucero Yarlaqué Sánchez
Investigadora principal



M. Sc. Nelson Pacífico Espinoza Yong
Asesor

DEDICATORIA

A Dios por darnos la vida, bendiciones y fuerzas para alcanzar nuestras metas día a día.

Gratitud a nuestra alma mater Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo, docentes y asesores por su apoyo incondicional en todo el proceso de planeación y ejecución para lograr nuestros objetivos.

A cada participante y directivos de las instituciones educativas por brindarnos las facilidades del caso y colaboración para el desarrollo del presente estudio.

AGRADECIMIENTOS

Por mi parte Rocio Karina Cumpa Ayasta, dedico esta investigación a Dios, por guiar mis pasos, por brindarme salud y fuerzas para luchar y enfrentar las adversidades en el camino.

A mis padres, por sus sabios consejos, apoyo incondicional para ser de mí una mejor persona y por brindarme la confianza necesaria para culminar mi carrera.

A ti mi ángel y mami Esmeralda que desde el cielo cuidaste de mis sueños, y me sigues protegiendo con el mismo amor y cariño de siempre enseñándome a enfrentar con coraje las adversidades de la vida.

En cuanto a mí, Karen Lucero Yarlaqué Sánchez dedico cada meta alcanzada a Dios, por brindarme las fuerzas necesarias para continuar con mi proyecto de vida.

Agradezco también a la mujer que es el motor y el motivo de mi vida, mi Delicia, que me impulsa a vivir y lograr cada meta trazada a pesar de no tenerla presente puedo imaginar su sonrisa, sus ojos brillantes y rostro de alegría, de escuchar su voz al decirme que me ama y que está orgullosa de mí.

A mi padre, mis hermanas y mi hermanito, que son el pilar que me mantienen de pie, aconsejan y me cuidan.

ÍNDICE

DEDICATORIA	v
AGRADECIMIENTOS	vi
ÍNDICE	vii
ÍNDICE DE TABLAS	viii
RESUMEN.....	ix
ABSTRACT	x
INTRODUCCIÓN	11
CAPITULO I: DISEÑO TEÓRICO.....	13
1.1. Antecedentes	13
1.1.1. Internacionales	13
1.1.2. Nacionales:.....	14
1.1.3. Local:.....	15
1.2. Bases teóricas	15
1.2.1. Bases teóricas de la Resiliencia.....	15
1.2.3. Bases teóricas de la Ansiedad	21
1.3. Definición y Operacionalización de variables.....	24
CAPITULO II. MÉTODOS Y MATERIALES	25
2.1. Diseño de contrastación de hipótesis.....	25
2.2. Población y muestra	25
2.3. Técnicas e instrumentos	27
2.4. Equipos y materiales	30
2.5. Aspectos éticos.....	30
CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN	31
CAPÍTULO IV: CONCLUSIONES	52
CAPÍTULO V: RECOMENDACIONES	53
REFERENCIAS	54
ANEXOS.....	61

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Relación entre la resiliencia y ansiedad según sexo, edad, tipo de institución y nivel de ingresos en los docentes.	32
Tabla 2 Niveles de resiliencia y sus dimensiones en los docentes	33
Tabla 3 Niveles de resiliencia según sexo, edad, tipo de institución e ingresos mensuales en los docentes	34
Tabla 4 Dimensiones de la resiliencia según sexo, edad, tipo de institución e ingresos mensuales en los docentes	35
Tabla 5 Indicadores de la resiliencia según sexo, edad, tipo de institución e ingresos mensuales en docentes	38
Tabla 6 Niveles de ansiedad y sus dimensiones en los docentes.....	39
Tabla 7 Niveles de ansiedad según sexo, edad, tipo de institución e ingresos mensuales en los docentes	40
Tabla 8 Dimensiones de la ansiedad según sexo, edad, tipo de institución e ingresos mensuales en los docentes	41
Tabla 9 Indicadores de la ansiedad según sexo, edad, tipo de institución e ingresos mensuales en los docentes	44
Tabla 10 Análisis comparativo de la resiliencia y ansiedad según sexo, edad, tipo de institución educativa e ingresos mensuales.....	45
Tabla 11 Rango promedio de la resiliencia y ansiedad según sexo, edad, tipo de institución educativa e ingresos mensuales.....	45
Tabla 12 Relación entre la ansiedad y las dimensiones de la resiliencia, según sexo, edad, tipo de institución e ingresos mensuales	47

RESUMEN

El estudio buscó analizar la relación entre la resiliencia y ansiedad, según sexo, edad, tipo de institución y nivel de ingresos, en docentes de instituciones educativas de la región Lambayeque, en tiempos de COVID-19. Se aplicó la Escala de Wagnild y Young y el Inventario de Ansiedad Rasgo- Estado (IDARE), ambos instrumentos contaron con adecuada validez y confiabilidad. Se evaluó a una muestra de 134 docentes, para ello se empleó un tipo de muestreo no probabilístico. Los hallazgos mostraron que en la mayoría de docentes predomina el nivel alto de la capacidad resiliente, así como en sus respectivas dimensiones e indicadores, según las características sociodemográficas evaluadas, exceptuando los indicadores de Ecuanimidad y serenidad y el Establecimiento de metas, los cuales se encontraron en un nivel medio. En cuanto al nivel de ansiedad prevalece el nivel medio según las características sociodemográficas evaluadas al igual que sus dimensiones (Ansiedad- Estado y Ansiedad-Rasgo) e indicadores. Por otro lado, se identificaron diferencias significativas con respecto a la ansiedad según la edad, siendo mayor en docentes de 21 a 40 años que en docentes mayores. Asimismo, se encontró que las dimensiones Competencia personal y aceptación de sí mismo y de la vida se relacionaron con la ansiedad de forma significativa según sexo, edad y tipo de institución. Se concluye que la resiliencia y la ansiedad se relacionan de manera significativa e inversa, según sexo, edad, tipo de institución y nivel de ingresos de los docentes.

Palabras claves: ansiedad, resiliencia, docentes

ABSTRACT

The study sought to analyze the relationship between resilience and anxiety, according to sex, age, type of institution and income level, in teachers of educational institutions in the Lambayeque region, during COVID-19. The Wagnild and Young Scale and the Inventory of Trait-State Anxiety (IDARE) were applied; both instruments had adequate validity and reliability. A sample of 134 teachers was evaluated using non-probabilistic sampling. The findings showed that the majority of teachers had a high level of resilience, as well as in their respective dimensions and indicators, according to the sociodemographic characteristics evaluated, except for the indicators of equanimity and serenity and goal setting, which were found at a medium level. As for the level of anxiety, the medium level prevails according to the sociodemographic characteristics evaluated, as well as its dimensions (Anxiety-State and Anxiety-Trait) and indicators. On the other hand, significant differences were identified with respect to anxiety according to age, being higher in teachers between 21 and 40 years old than in older teachers. Likewise, it was found that the dimensions Personal Competence and Acceptance of oneself and life were significantly related to anxiety according to sex, age and type of institution. It is concluded that resilience and anxiety are significantly and inversely related according to sex, age, type of institution and income level.

Key words: anxiety, resilience, teacher

INTRODUCCIÓN

La Organización Internacional del Trabajo (2015) conocida como OIT refiere que en los últimos años el trabajo de los docentes ha sido infravalorado, lo cual se manifiesta en condiciones de trabajo desfavorables que repercuten en la seguridad, salud y sobre todo en el bienestar psicológico de los docentes, causando en algunos casos estados de ansiedad, estrés y el síndrome de Burnout. En función a ello la Organización Mundial de la Salud (2019) entidad conocida como OMS registró que de cada cinco trabajadores uno de ellos tiene alguna afectación psicológica resaltando profesiones en las cuales se requieren mayor dedicación al servicio de los demás como es el caso de la docencia, precisamente indica que la ansiedad es una de las principales alteraciones psicológicas registrando más de 264 millones de casos a nivel mundial.

En nuestro país la ansiedad continúa siendo un tema de preocupación actual según una investigación nacional realizada por Rojas (2018), docente de la Universidad Privada del Norte, quien informa que el 70% de los trabajadores padecen estrés acompañado con la ansiedad. En el contexto educativo, según un estudio dirigido por el Ministerio de Educación (2019) también denominado MINEDU, se reveló que el 85% de la comunidad educativa en los que se registran a los docentes presenta alteraciones como la ansiedad con el 82% de la muestra evaluada. Así mismo, debido a las medidas tomadas por el gobierno por el Covid-19 los docentes han tenido que buscar medidas para adaptarse a nuevas formas de brindar los servicios educativos, según La República (2020) el dictado de clases de manera virtual, obliga a preparar material contextualizado a la situación, a su vez presentar informes, recibir llamadas de consultas constantemente por lo que está ocasionando estrés y alteraciones en la estabilidad emocional de los docentes; ante ello se hace relevante que el docente utilice recursos protectores como lo es la resiliencia para gestionar adecuadamente estas demandas exigidas (Flores, 2014). En el contexto local las responsabilidades en el sector estatal y privado han sido asumidas de distinta manera; sin embargo, la rápida adecuación a estos sistemas han generado en los docentes síntomas ansiosos tal es así que en la Institución Educativa Emblemática “Juan Manuel Iturregui”, los docentes al trabajar articuladamente con el Programa educativo “Aprendo en casa” tienen que generar reportes, atender dudas de los padres y lidiar con el aprendizaje desigual de sus estudiantes por lo que los docentes manifiestan sentirse preocupados, inseguros (síntomas cognitivos), con tensión muscular (síntomas fisiológicos) y conductas evitativas

(síntomas motores). En cuanto al colegio privado “Bruning” la exigencia a los docentes está relacionada al hecho de que tienen que preparar las clases para dictarlas de manera online lo que requiere contar con un manejo de tecnologías a las que la mayoría de docentes ha tenido que adaptarse, lo cual les ha generado miedo, pensamientos de no ser capaces de enfrentar las demandas presentadas y no tener el control sobre las mismas (síntomas cognitivos), tensiones musculares (síntomas fisiológicos) y manifestaciones motoras, similar a los que pasa en los docentes de la institución pública. Debido a ello se plantea el siguiente problema: ¿Qué relación existe entre la resiliencia y ansiedad, según sexo, edad, tipo de institución y nivel de ingresos, en docentes de instituciones educativas de la región Lambayeque, en tiempos de COVID-19? Se plantea como hipótesis la siguiente: Existe relación inversa entre la resiliencia y ansiedad, según sexo, edad, tipo de institución y nivel de ingresos, en docentes de instituciones educativas de la región Lambayeque, en tiempos de COVID-19. Para ello se considera como objetivo general: analizar la relación entre la resiliencia y ansiedad, según sexo, edad, tipo de institución y nivel de ingresos, en docentes de instituciones educativas de la región Lambayeque, en tiempos de COVID-19. Como objetivos específicos se plantea: i) Identificar los niveles de resiliencia, sus dimensiones e indicadores según sexo, edad, tipo de institución y nivel de ingresos, en docentes de instituciones educativas de la región Lambayeque, en tiempos de COVID-19. ii) Identificar los niveles de ansiedad, sus dimensiones e indicadores según sexo, edad, tipo de institución y nivel de ingresos, en docentes de instituciones educativas de la región Lambayeque, en tiempos de COVID-19. iii) Analizar comparativamente la resiliencia y ansiedad, según sexo, edad, tipo de institución y nivel de ingresos, en docentes de instituciones educativas de la región Lambayeque, en tiempos de COVID-19. iv) Analizar la relación entre las dimensiones de la resiliencia y la variable ansiedad, según sexo, edad, tipo de institución y nivel de ingresos, en docentes de instituciones educativas de la región Lambayeque, en tiempos de COVID-19.

La tesis se ha dividido en capítulos. Inicia con el Diseño teórico, en este primer capítulo se analizan los estudios previos y las bases teóricas. El segundo capítulo es Métodos y materiales, el cual abarca desde el diseño del estudio, la población, el tipo de muestreo utilizado, instrumentos, criterios éticos y la descripción de los equipos y materiales. En cuanto a Resultados y discusión la cual constituye el tercer capítulo se muestran los gráficos y tablas. En el capítulo cuatro las Conclusiones y finalmente en el quinto las Recomendaciones. El informe finaliza con las referencias y anexos.

CAPITULO I: DISEÑO TEÓRICO

1.1. Antecedentes

1.1.1. Internacionales

A nivel internacional, en Argentina Leyes (2019), en su tesis realizada en la ciudad de Paraná buscó comparar el grado de resiliencia en maestros de una escuela de educación integral y de una escuela de primaria. La investigación fue de tipo descriptivo comparativo. Se seleccionaron 40 educandos como muestra, a quienes se encuestó con la Escala de resiliencia de Wagnild y Young. Los hallazgos evidenciaron que el 67,5% puntuó en un grado de resiliencia medio, seguido del grado alto con el 22,5% y el 10,0% en un nivel bajo. En cuanto a la diferencia de ambas escuelas, los docentes de escuelas de educación primaria mostraron menor resiliencia que los maestros de la escuela integral; sin embargo, se evidenciaron leves diferencias.

Smedema y Paz (2018) buscó analizar la relación entre la resiliencia, ansiedad y sentido de vida. La investigación fue de tipo cuantitativo no experimental. Se empleó la escala de Resiliencia de Connor y Davidson (CD-RISC), el cuestionario de Ansiedad Estado- Rasgo (STAI) y el Purpose- In- Life (PIL) en una muestra de 215 estudiantes . Se evidenció en los resultados una relación negativa entre la ansiedad con la resiliencia y sentido de vida, sin embargo en estas dos últimas variables se halló una relación directa significativa. En cuanto al sexo no observaron diferencias significativas.

Flechas (2020) realizó una investigación en la cual se propuso como objetivo identificar la relación entre las mismas variables abordadas en el presente estudio solo que en maestros universitarios. Este estudio fue de corte cuantitativo y de alcance descriptivo correlacional. El muestreo fue no probabilístico obteniéndose una muestra de 17 docentes de 23 a 64 años. Se evaluó con la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young y la Autoaplicada de Zung. Se obtuvo en la mayoría de docentes presenta un nivel moderado de ansiedad y un bajo nivel de resiliencia. El estudio concluyó que la ansiedad y la resiliencia se relacionan de manera negativa y significativa ($p=-,437$).

Patiño (2021) en su investigación se planteó indagar el grado de ansiedad y depresión en los docentes durante el contexto de la pandemia. El estudio fue exploratorio de tipo cuantitativo. Se consideró como muestra 112 docentes a quienes se evaluó con la Escala de Hamilton. Los resultados mostraron que la mayoría de docentes se encuentran en un nivel bajo; sin embargo, al realizar la comparación por edades los docentes jóvenes (22 a 40 años) experimentaron niveles mayores que los de mayor edad (41 a 63) así como aquellos que laboran en el nivel primaria.

1.1.2.Nacionales:

Arévalo y Quezada (2021) optaron por investigar los niveles de resiliencia en docentes de diferentes instituciones educativas. El estudio fue de alcance descriptivo y de diseño no experimental. El muestreo seleccionado fue no probabilístico obteniendo una muestra de 70 profesores de 1ero a 5to de secundaria. Se evaluó con la Escala de Resiliencia Docente (ER-D). Los resultados evidenciaron un grado medio de mencionada capacidad con el 45,7%. Se concluye que no existen diferencias significativas de resiliencia según sexo, mientras que según edad los docentes jóvenes obtuvieron mayor resiliencia.

Ugarte (2021) realizó una indagación con el propósito de identificar la prevalencia de la resiliencia y el compromiso en la ansiedad social en el personal docente que laboran en una institución pública. El tipo de la indagación fue básica de enfoque cuantitativo. Se evaluó a una muestra de 103 docentes de tres colegios estatales a quienes se les aplicó el Cuestionario de Ansiedad Social para adultos (CASO-A 30), Escala de Resiliencia de Connor y Davidson y la de Compromiso organizacional. Por lo tanto, se concluye que la ansiedad está influenciada por la resiliencia y el compromiso.

Ayllon y Quispe (2020) con el objetivo de determinar la relación entre la ansiedad y resiliencia en personal de la policía durante la pandemia en el Departamento de Investigación Criminal de Puno realizó una investigación básica de diseño no experimental. Se consideraron 52 personas a quienes se les evaluó con la Escala de Ansiedad de Beck y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Los hallazgos indicaron que la ansiedad se presenta en un nivel medio en el 36,5% de la muestra y de igual manera en la variable resiliencia con el 42,4%. Se concluyó que la resiliencia y ansiedad se relacionan de manera significativa e inversa.

Huaman (2020) se planteó como objetivo determinar la resiliencia y el estrés laboral en docentes del nivel primaria, para lo cual diseñó un estudio no experimental de

tipo cuantitativo. Se realizó un muestreo no probabilístico intencionado y por conveniencia obteniéndose un grupo muestral de 145 docentes. Las evaluaciones fueron la Escala de Resiliencia y el de Estrés docente ED6. El análisis cuantitativo evidenció que ambas variables se relacionan de manera inversa y moderada.

Flores (2017) en su estudio realizado pretendió determinar la ansiedad Estado y la Resiliencia en adolescentes en situación de riesgo de la Casa de la Niña de Loreto de la ciudad Iquitos. El estudio fue de diseño no experimental y de tipo correlacional. El grupo evaluado en total sumaron 60 mujeres adolescentes entre 11 a 17 años de edad para lo cual se les aplicó en Inventario de Autoevaluación de la Ansiedad Rasgo- Estado (IDARE), sin embargo para fines del estudio solo se aplicó el cuestionario de Ansiedad Estado y la Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA). Se encontró que entre ambas variables se presenta una relación negativa y significativa. Esto indica que cuando la ansiedad aumenta existe menos capacidad de resiliencia. Se evidenció en Ansiedad Estado que el 45% de mujeres adolescentes tenían un nivel promedio mientras que en resiliencia el 55% evidenciaron un nivel bajo.

1.1.3. Local:

En el contexto local, Calle (2021) realizó un estudio en la ciudad de Chiclayo con el fin de describir el grado de ansiedad presente en los docentes de un colegio estatal. El estudio fue de tipo observacional, descriptivo y transversal. El tipo de muestreo calculado fue no probabilístico por conveniencia obteniéndose que 71 profesores deben ser evaluados. Se evaluaron con la Escala para el Trastorno de la Ansiedad generalizada. Los resultados mostraron que el 55% de profesores evidencia un nivel de ansiedad leve.

1.2. Bases teóricas

1.2.1. Bases teóricas de la Resiliencia

La resiliencia según Wagnild y Young (1993) es una cualidad de la personalidad del individuo que regula el impacto emocional ocasionado por situaciones estresantes impulsando la adaptación al contexto.

Grotberg (1995) describe a esta variable como una competencia personal que permite hacerle frente a las situaciones adversas, por lo que es parte del proceso de desarrollo y debe ser promovida desde los primeros años de vida del individuo debido a que depende de factores biológicos y a su vez ambientales.

Para Luthar et al. (2000) la resiliencia es un proceso el cual genera en el ser humano la adaptabilidad a situaciones difíciles de la vida de tal forma que logre actuar frente a las mismas.

Madriaga (2014) menciona que la resiliencia es una respuesta no estática que permite re significar situaciones adversas o complicadas y generar respuestas adaptativas frente a las mismas, identificando todo tipo de mecanismos que contribuyan a adecuarse.

Saavedra et al. (2015) refieren que la resiliencia es una cualidad personal o grupal que facilita enfrentar los obstáculos y aprender de esas experiencias ya sea de situaciones modificables o que no están sujetas al cambio.

1.2.2. Modelos teóricos de la Resiliencia

Se ha realizado una revisión teórica de los modelos, los cuales son descritos de manera cronológica:

Modelo del Rasgo Personalidad de la Resiliencia.

Bajo los postulados de la Psicología positiva la resiliencia es entendida por Wagnild y Young (1993) como un rasgo del temperamento y de la personalidad, lo cual permite que el individuo enfrente las situaciones difíciles de una manera adaptativa y de mayor facilidad. Los autores consideran dos factores relevantes que conforman la resiliencia:

Competencia personal: está referido al grado de autoconfianza, perseverancia, capacidad para decidir e ingenio.

Aceptación de sí mismo y de la vida: es la capacidad para aceptar la vida, equilibrarla, ser flexible y ser coherente en pensamiento y conducta.

Estos dos componentes integran cinco habilidades especiales que caracterizan al individuo resiliente, las cuales son expuestas por Ramos (2019): i) Confianza en sí mismo: implica tener confianza en las competencias personales, así como en la fortaleza interna para enfrentar las dificultades. ii) Ecuanimidad: constituido por un estado de tranquilidad cuando se presentan retos en la vida cotidiana. iii) Perseverancia: referida al estado de insistencia para continuar con el proyecto de vida a pesar de las dificultades. iv) Satisfacción personal: refiere al nivel de comprensión del sentido de vida y como el individuo emplea este recurso para no abandonar el mismo ante las adversidades. v) Sentirse bien solo: el cual refiere a la tranquilidad experimentada de disfrutar de sí mismo. A raíz de estas cinco habilidades se añaden los indicadores que son expuestos en la operacionalización de las dos variables indagadas.

Modelo Psicoanalítico de la Resiliencia

Propuesto por Wolin y Wolin (1993) quien indica que la resiliencia se construye según las etapas de desarrollo del individuo. Los autores describen siete pilares fundamentales que identifican al individuo resiliente, estos pilares contribuyen al establecimiento de la identidad y son aplicados en momentos de adversidad. A continuación, son descritos i) Introspección: hace referencia a la capacidad para identificar los aspectos por mejorar y potenciar los recursos personales a favor (Wolin y Wolin, 1993). ii) Interacción: habilidad para formar vínculos sanos con otras personas. iii) Iniciativa: según los investigadores esta característica permite empezar nuevos retos sin postergarlos o caer en la procrastinación. iv) Independencia: permite ser autónomo en las decisiones personales sin estar condicionado a otras perspectivas, esta competencia es equilibrada puesto que no significa aislarse o ignorar las opiniones de los demás. v) Humor: refiere a mostrarse optimista incluso en la dificultad. vi) Creatividad: habilidad para resignificar situaciones y darle una nueva perspectiva. vii) Moralidad: comportamiento guiado por valores que permitan ayudar a la sociedad.

Modelo de Grotberg de la Resiliencia

Grotberg (1995) refiere que la resiliencia se va construyendo y fortaleciendo mediante el entorno social, además plantean que si el individuo entra en un proceso de autoconocimiento puede reforzar su resiliencia. Toma en consideración las siguientes afirmaciones como base fundamental en el individuo resiliente: i) Yo tengo: está referido a las redes de apoyo con las que cuenta el individuo y que lo motivan a desempeñarse óptimamente en los ámbitos de su vida. ii) Yo soy: se asocia a los recursos personales que facilitan el afrontamiento y que son percibidas y respetadas por otras personas como también son valoradas por el propio individuo. iii) *Yo estoy*: capacidad para responsabilizarse de sus decisiones, así como la seguridad de que sus acciones conllevarán a buenos resultados. iv) Yo puedo: se asocian a las habilidades para relacionarse con otras personas, así como a la facilidad para gestionar los problemas.

Modelo de Vanistendael

Vanistendael (2005) refiere que la resiliencia se puede representar como una casa. En este sentido, para el autor la resiliencia es la suma de ciertos elementos indispensables para el individuo, estos son descritos a continuación: i) Suelo: representa las condiciones básicas que requiere el sujeto para sobrevivir como lo es el sueño y la comida; cuando son

limitadas o restringidas no se puede continuar de manera efectiva con los objetivos propuestos y por ende la dificultad no puede ser desafiada. ii) Cimientos: hace referencia a los vínculos e integración social en distintas áreas de vida como el colegio, el mundo laboral, la comunidad y otros entornos de socialización. Estos debido a que se apertura la oportunidad para entablar relaciones sanas e incrementar la red de apoyo. iii) Planta baja: referido al propósito de vida y al descubrimiento del porqué de las situaciones, la integración del sentido de vida a las metas profesionales y personales y a la convicción de un porvenir positivo. iv) Primer piso: aspectos fundamentales en el individuo como la autoestima, habilidades sociales y un estado de ánimo positivo. v) En el desván: capacidad para abrirse a nuevas experiencias y atreverse a nuevos retos.

Modelo de Henderson y Milstein (2013)

Henderson y Milstein (2013) señalan que son 6 elementos los que contribuyen a fortalecer la resiliencia: i) Enriquecer los vínculos: estabilidad en las relaciones sociales especialmente con las figuras significativas, familiares, docentes o amigos con el fin de que el vínculo no se deteriore o se distancie. ii) Fijar límites claros y firmes: los investigadores refieren que en el entorno escolar deben existir planes de estudio que guarden relación con las medidas tomadas para prevenir conductas de riesgo las cuales deben estar comunicadas a toda la comunidad educativa. iii) Enseñar habilidades para la vida: está referido a la capacidad para ser autónomo, reforzar el nivel de autoestima, gestionar los problemas y ser creativo frente a los mismos. iv) Brindar afecto y apoyo: los autores indican que es necesario que la comunidad educativa debe desarrollar la resiliencia no solo en ellos mismos sino también en los alumnos a través del apoyo, debido a que existen casos en los cuales los docentes son el único soporte del educando. v) Establecer expectativas elevadas y realistas: con la finalidad de motivar y no inducir a la frustración es necesario que los docentes reconozcan las competencias de sus alumnos y plantee metas adecuadas a su nivel de avance, de igual manera por los miembros de la dirección y de los progenitores. vi) Brindar oportunidades de participación significativa: se refiere a la facilidad que el docente le da al alumnado para que se comunique y manifieste sus necesidades principalmente cuando se quiera tomar una decisión.

Factores protectores de la resiliencia en docentes

Según Montoro (2020) los factores de protección se pueden clasificar en extrínsecos e intrínsecos. Los primeros están relacionados con el entorno de socialización, en el cual se añaden a las personas significativas como soporte emocional en situaciones de crisis y que facilitan al individuo enfrentar la adversidad ya que estas personas orientan o guían e incluso brindan ayuda. En cuanto a los factores intrínsecos se añaden características de la personalidad que ayudan a afrontar la dificultad, estos pueden ser: autoestima, autoconfianza, gestión de los conflictos, toma de decisiones y facilidad para dialogar.

Factores de riesgo de la resiliencia en docentes en tiempos de Covid-19

Los factores de riesgo se agrupan según Díaz et al., (2017) en tres grupos, los cuales son:

Factores Individuales: se encuentran dificultades a nivel físico como las enfermedades o la discapacidad, los problemas emocionales como la depresión o ansiedad que puede afectar al individuo. Uno de los mayores protagonistas en pandemia han sido los docentes debido a que su actividad profesional no ha paralizado siendo un factor de riesgo en este caso el estrés. En estos factores según la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2020) se encontraría el estado de estrés que ha venido afectando el bienestar psicosocial y la salud mental de las personas desde que el Covid-19 se anunció como una problemática internacional en enero del 2020; factor emocional que según el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2020) se deben tomar en cuenta en el docente ya que puede afectar su capacidad de adaptarse al cambio.

Factores familiares: constituyen los problemas en el entorno familiar, en los ingresos económicos cuando son insuficientes o nulos, así como la presencia de violencia.

Según el informe emitido por la Compañía peruana de estudios de mercados y opinión pública (CPI, 2020) uno de los problemas que ha acontecido en las familias peruanas está referido a los ingresos económicos percibidos ya que según este estudio el 90.3% de las familias refirió que su ingreso ha disminuido como desencadenante de las actividades restringidas por el Covid-19 y de este grupo el 76.6% manifestó requerir ayuda por lo que el 69, 7% se ha visto en la necesidad de realizar préstamos. Esta situación constituye un problema en todas las familias peruanas. La Comisión Interoamericana de mujeres (CIM, 2020) refiere que los niveles de resiliencia en las mujeres ante una crisis

sanitaria como lo fue en el virus de Ébola se vio reducido esto debido a las desigualdades que se asignan en las tareas del hogar las cuales traen como consecuencias en la mayoría de las mujeres problemas en la salud mental y física, ya que son ellas quienes realizan un trabajo no remunerado en las tareas del hogar laborando tres veces más que los varones en total, de esta manera esta carga laboral impacta desfavorablemente en el trabajo si remunerado; como lo es la practica de la labor docente. El panorama es preocupante ya que tomando en cuenta la información de la Encuesta Nacional de Hogares (ENAH, 2016) el 63% de los docentes son del sexo por lo que la capacidad de las docentes sumado al rol que cumplen en el hogar podría estar siendo más afectada que los docentes varones en esta coyuntura similar a la crisis del virus del Ébola.

Factores del medio: según Díaz et al. (2017) están conformados por los problemas que se encuentran en el medio ambiente, como los desastres naturales o estados de emergencia a nivel mundial. En este caso, según Acuña (2020) la actual crisis a nivel mundial que se vivencia representa para los docentes un desafío ya que implica trabajar bajo un contexto de desigualdades sociales lo que origina en los docentes angustia, fatiga, depresión y ansiedad reforzada por la mayor carga laboral, resolver pregunta y dudas de los padres de familia, horarios de consulta, rúbricas a diseñar, preparación de material contextualizado a la manera online y evidencia fotográfica.

Importancia de la resiliencia en los docentes en tiempos de Covid-19

Cavaco (2016) refiere que la resiliencia en el educador es un factor fundamental ya que pueden presentarse problemas en el alumnado o en el medio en la cual desarrolla su profesión, por lo que si se cuenta con una capacidad innata para ser resiliente va a ser posible que él o la docente solucione los problemas presentados y facilite el aprendizaje. En esta explicación se hace evidente la necesidad de este componente ya que según Acuña (2020) debido al Covid-19 la adaptabilidad de los y las docentes se ha visto necesaria ante la nueva modalidad de brindar las clases de manera *online* o realizar los seguimientos, representando una dificultad sobre todo para aquellos docentes que no tenían un manejo óptimo de las tecnologías. Precisamente teniendo en cuenta este desafío Cyrulnik (2015) manifestó que, en situaciones de emergencia, cuando la frustración y la ansiedad pueden presentarse con mayor facilidad, es necesario que el educador genere una conducta de afrontamiento resiliente, para que de esta manera supere cualquier circunstancia adversa, se haga responsable de sus acciones y genere decisiones que permitan disminuir o anular las limitaciones del medio o internas.

1.2.3. Bases teóricas de la Ansiedad

Spielberger (1966) menciona que la ansiedad es un estado de disconformidad y displacer que difiere al de otros estados, que implica una serie de alteraciones a nivel fisiológico como la tensión, aprensión e intranquilidad. Así mismo estos cambios varían de sujeto en sujeto por lo que se experimenta en distintos niveles, ya que influye la carga genética del sujeto, así como experiencias aprendidas.

Rojas (2014) refiere que la ansiedad es una experiencia de temor hacia algo que no es identificado con claridad por el individuo y que viene acompañada de reacciones fisiológicas tales como temblor, cambios en la respiración, dolores de pecho, cabeza, estómago y espalda, sudoraciones e incluso temblores que alteran el funcionamiento adecuado del organismo e impiden que el sujeto se adapte y se desempeñe efectivamente en sociedad.

Stossel (2014) define a la ansiedad como un proceso experimentado en situaciones significativas o difíciles en la que el ser humano origina respuestas a nivel cognitivo, fisiológico y conductual; estas reacciones se ponen de manifiesto ante un suceso que representa peligro y que es inconsciente repercutiendo en la salud del ser humano.

1.2.4. Modelos teóricos de la Ansiedad

Modelo de la Ansiedad estado-rasgo

Bajo un enfoque psicométrico-factorial debido a que se estudió la ansiedad considerando técnicas de análisis factorial basado en la teoría de los rasgos de la personalidad Spielberger (1972) explica que la ansiedad se desencadena frente a situaciones que son tomadas como alarmantes por el sujeto a través de procesos fisiológicos y cognitivos, los niveles altos de ansiedad causan displacer. Este autor distingue dos tipos de ansiedad:

Ansiedad Estado: este tipo de ansiedad es transitorio y dependerá de la persona quien lo presente su nivel y tiempo de recurrencia. Es de carácter subjetivo por lo que depende de la interpretación que se le dé al estímulo desencadenante, la cual genera una activación en el sistema nervioso autónomo, cambios corporales y fisiológicos esta ansiedad evidencia tensión, aprensión, nerviosismo y preocupaciones acompañados de los cambios mencionados anteriormente. Puede ser modificable.

Ansiedad Rasgo: consiste en una disposición de la personalidad por lo que se suele responder con altos niveles de ansiedad estado a distintas situaciones alarmantes ya que hay una mayor variedad de situaciones percibidas de tal forma.

Teoría psicoanalítica

Freud considera que la ansiedad es la desencadenante de la conducta neurótica y psicótica (citado en Morales, 2019). Freud de esta manera clasifica en tres tipos de ansiedad: i) Ansiedad ante la realidad: refiere al temor ante el medio en el cual el individuo se desarrolla, puede ser ocasionada por un examen, un asalto u otra situación que ocasionaría presencia de ansiedad debido a la exposición a una situación amenazante. ii) Ansiedad neurótica: tiene origen en la infancia cuando surge una lucha entre el ello y el superyó, por lo tanto, involucra situaciones en las cuales el individuo quiere complacer a sus necesidades pero que siente culpa o vergüenza ya que socialmente no está considerado como algo adecuado. iii) Ansiedad moral: surge del miedo a ser sancionado, a los sentimientos de culpa, vergüenza y miedo por expresar las necesidades del superyó (citado en Morales, 2019).

Teoría tridimensional de la ansiedad

La perspectiva de la ansiedad bajo esta teoría nace en los años 60, su principal impulsor fue Lange (1968), se expone que la ansiedad ocasiona una serie de respuestas a nivel cognitivo, fisiológico y conductual y que pueden variar según el individuo. Es un sistema de respuestas triple (citado en Álvarez et al., 2012). Estas manifestaciones pueden ser:

Manifestaciones o síntomas cognitivos: refiere a pensamientos, imágenes, ideas de esencia subjetiva que impactan en las funciones superiores causando tensión, miedo, preocupaciones, inseguridades y dificultades para la concentración, así como pensamientos de inferioridad o de ser incapaz de enfrentar las demandas presentadas, sensaciones de no tener el control sobre sí mismo y dificultad para pensar.

Manifestaciones fisiológicas: Provoca síntomas cardiovasculares tales como palpitaciones, aceleración del pulso, incremento de calor en algunas ocasiones, síntomas respiratorios como sensaciones de ahogo, aumento en la velocidad de la respiración, rigidez, síntomas neuromusculares como hormigueos, temblor, jaquecas, síntomas genitourinarios como micciones frecuentes y enuresis; finalmente sintomatología neurovegetativa tales como sequedad bucal, sudoraciones y mareos.

Manifestaciones motoras: Son observables referidos a la conducta las que se destacan movimientos repetitivos, hiperactividad, tartamudez, dificultad para manifestar ideas, movimientos torpes y conductas evitativas.

Teoría cognitiva conductual de la Ansiedad

En esta teoría se encuentra el modelo cognitivo de Beck y Emery. Según este modelo en la ansiedad intervienen procesos automáticos que van a conducir a una determinada respuesta. Considerando estos planteamientos, van a intervenir tres procesos: i) Creencias disfuncionales: estas refieren a pensamientos que intensifican el nivel de amenaza de un determinado estímulo y que alteran la realidad. ii) Una alta valoración subjetiva: referido a que ciertas experiencias o situaciones específicas varía en grado de importancia a otra por lo que en individuos que experimentan ansiedad el nivel de importancia es mayor. iii) Un estresor: debe existir un estímulo que desencadene las respuestas desadaptativas de la ansiedad.

1.2.5. La ansiedad en los docentes en tiempos de Covid-19

Acuña (2020) menciona que la actual crisis que se vivencia representa para los docentes un desafío ya que implica trabajar bajo un contexto de desigualdades sociales lo que origina en los docentes angustia, fatiga, depresión y ansiedad reforzada por la mayor carga laboral, resolver preguntas y dudas de los padres de familia, horarios de consulta, rúbricas, preparación de material contextualizado a la manera *online* y evidencia fotográfica. Según el Centro de Estudios Especializados en Trastornos de Ansiedad (CEETA, 2015) la docencia es una de las profesiones más predispuestas a que los profesionales que la ejercen sufran trastornos de ansiedad y/o el conocido Síndrome de Burnout, esto debido a que las responsabilidades del docente involucra estar relacionándose con niños o adolescentes, los que muchas veces no conocen los límites, lo que conlleva a un alta responsabilidades, cuidado, prevención, alta carga horaria y bajos salarios. Como se puede analizar no gestionar adecuadamente la ansiedad impactaría en la salud mental del docente teniendo en cuenta el panorama actual Geniz (2020) refiere que la ansiedad en la docencia constituye una preocupación debido al estado de alarma por el Covid-19 ya que ha generado sobrecarga en el trabajo que provocan las clases *online*, proceso que docentes han tenido que adaptarse rápidamente al cambio en su día a día sin previa planificación. Según Imbernón (2020) esta situación ha evidenciado las limitaciones en el sector educativo en cuanto al ingreso y capacitación de nuevas tecnologías, falta de compromiso socioemocional de los progenitores lo que genera en los maestros sentimientos y emociones intensas que afectan la estabilidad del docente como lo es el Síndrome de Burnout, estrés y ansiedad.

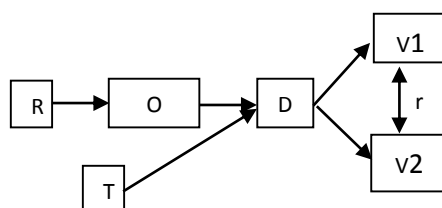
1.3. Definición y Operacionalización de variable

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA
RESILIENCIA	Wagnild y Young (1993) refieren que la resiliencia es una característica de la personalidad que regula el impacto emocional ocasionado por situaciones estresantes impulsando la adaptación al contexto.	Es la capacidad para enfrentar las dificultades y adversidades de la vida. Se mide con la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993), la cual está conformada por las dimensiones: Competencia personal y aceptación de sí mismo y de la vida. Esta escala consiste en 25 ítems con escala tipo Likert, cuya valoración es la siguiente: 1 refiere a “Estar en desacuerdo” hasta el 7 “Estar de acuerdo”.	Competencia personal	Ecuanimidad y serenidad	6 y 20	Ordinal
				Autodisciplina	14, 16, 17 y 18	
				Actitud constructiva de la vida.	8 y 11	
				Confianza en sí mismo	2, 3, 5, 9 y 23	
				Perspectiva equilibrada de la vida	1, 4 y 24	
			Aceptación de sí mismo y de la vida	Establecimiento de metas	19	
				Satisfacción personal	10, 12, 21 y 22	
				Capacidad del desarrollo del sentido de libertad	25, 7 y 13	
				Comprensión del sentido de vida	15	
ANSIEDAD	Según Spielberger (1972) la ansiedad es un estado emocional de tensión, nerviosismo, preocupación y aprensión que varía dependiendo el sujeto en intensidad y duración. Es de carácter subjetivo por lo que depende de la interpretación que se le atribuya al estímulo desencadenante.	Es un estado emocional alterado que genera cambios fisiológicos y alteraciones cognitivas frente un estímulo considerado como amenaza. Se mide con el Inventario de Ansiedad Rasgo- Estado IDARE (1970), la cual se distingue entre la ansiedad estado y ansiedad rasgo. La primera la Escala de Ansiedad- Estado compuesto por 20 ítems, 7 directos y 13 inversos y la segunda Escala Ansiedad-Rasgo la cual integra 20 ítems, 10 directos y 10 inversos. Ambas de escala tipo Likert de 4 puntos, la cual varía desde 1 que indica “No en absoluto” hasta 4 “Mucho” para la primera escala y 1 “Casi nunca” hasta “Casi siempre” en la otra.	Ansiedad Estado	Tensión transitoria	1, 3, 8, y 19	Ordinal
				Nerviosismo transitorio	9, 10, 12, 14 y 15	
				Preocupación transitoria	2, 4, 7, 11, 17 y 18	
				Aprensión transitoria	5, 6, 13, 16 y 20	
			Ansiedad Rasgo		26, 31 y 40	
				Tensión		
				Nerviosismo	23, 25, 27, 33 y 34	
				Preocupación	24, 28, 29, 30, 32, 35, 37, 38 y 39	
				Aprensión	21, 22 y 36	

CAPITULO II. MÉTODOS Y MATERIALES

2.1. Diseño de contrastación de hipótesis

Considerando a Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) el estudio pertenece a un diseño no experimental-transversal, y el nivel correlacional es al cual corresponde.



Dónde:

R es la realidad

O (m) es la observación de la realidad a través de una muestra representativa

T es la teoría

DV es el diagnóstico de las variables

V1 es la variable resiliencia

V2 es la variable ansiedad

r denota la correlación entre ambas variables

2.2. Población y muestra

La población estuvo integrada por las unidades de análisis que son los docentes de las instituciones educativas siendo un total de 195 docentes, distribuidos en los siguientes centros de estudios:

Institución Educativa	Nº docentes
IEP Prisma	17
Colegio Jesús Nazareno Cautivo	13
I.E. Juan Manuel Iturregui	35
I.E. Bruning College	11
I.E. N°10110 Sara Antonieta Bullón	54
I.E. Jorge Chávez	32
I.E.S San Martín	33
Total	195

Muestra: La muestra se calculó mediante la siguiente fórmula:

$$n = \frac{N \cdot Z_{\alpha}^2 \cdot p \cdot q}{e^2 \cdot (N - 1) + Z_{\alpha}^2 \cdot p \cdot q}$$

Dónde:

n= tamaño de muestra.

N= tamaño de la población.

Z= parámetro estadístico que depende el nivel de confianza.

e= error de estimación máximo aceptado.

p= probabilidad de que ocurra el evento analizado.

q= (1-p) = probabilidad de que no ocurra el evento analizado.

Si bien el tamaño de la muestra mediante la fórmula anterior fue de 130 docentes, en este caso se evaluaron 4 docentes adicionales, siendo un total de 134 docentes como muestra final. Y el tipo de muestreo utilizado fue el no probabilístico, por conveniencia. El siguiente cuadro muestra el porcentaje de docentes que representa cada institución del total de la muestra final.

Institución Educativa	Nº docentes	Porcentaje
I.E.P Prisma	10	7.5%
Colegio Jesús Nazareno Cautivo	10	7.5%
I.E. Juan Manuel Iturregui	23	17.2%
I.E. Bruning College	11	8.2%
I.E. N°10110 Sara Antonieta Bullón	32	23.9%
I.E. Jorge Chávez	17	12.7%
I.E.S San Martín	31	23.1%
Total	134	100%

Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión: docentes que se encuentren laborando actualmente en las instituciones educativas y que firmen el consentimiento informado.

Criterios de exclusión: docentes que no respondan a todos los ítems de los instrumentos.

2.3. Técnicas e instrumentos

2.1.1. Técnicas

Se empleó la encuesta como técnica de recolección de datos la encuesta. Sumado a ello se realizó una revisión de la literatura científica correspondiente a las dos variables.

2.1.2. Instrumentos

Para medir Resiliencia: Debido a su buen soporte científico y estadístico se eligió la Escala de Wagnild y Young (1993) la cual fue adaptada por Yauri (2016) en una muestra de docentes. La escala consta de 25 ítems clasificados en las dos dimensiones según la teoría Competencia personal con 17 ítems y Aceptación de sí mismo con 8 ítems. A continuación se muestra la ficha técnica:

Ficha técnica

Nombre original:	Escala de Wagnild y Young
Autor:	Wagnild y Young (1993)
Procedencia:	Estados Unidos
Año de publicación:	1993.
Adaptado por:	Yauri (2016)
Población:	Adultos.
Tiempo de aplicación:	25 a 30 minutos.
Tipo de administración:	Grupal e individual.
Validez:	Yauri (2016) realizó la validez de contenido por medio de 5 jueces expertos, donde el Coeficiente V de Aiken obtenido para la escala total y dimensiones supera el ,8. Las autoras de la presente investigación también realizaron una validación por 3 expertos, obteniendo una V de Aiken de 0,98.
Confiabilidad:	Yauri (2016) calculó los coeficientes Alfa de Cronbach resultando 0.95 para la totalidad de la escala. Las investigadoras de esta indagación encontraron un índice de alfa de Cronbach de 0,916.
Descripción del instrumento:	Integrado por 25 ítems: 17 evalúan “Competencia Personal” (11, 14, 16, 1, 2, 3, 4, 17, 18, 19, 5, 6, 8, 9, 20, 23, 24) y 8 en “Aceptación de Sí Mismo y de la Vida” (7, 10, 13, 15, 12, 22, 21, 25).

Normas: Las opciones de respuesta para el evaluado se clasifican en escala de tipo Likert. El instrumento no cuenta con ítems inversos por lo que la calificación va del 1 del 7, en donde 1= “Totalmente en desacuerdo”, 2= “En desacuerdo”, 3= “Parcialmente en desacuerdo”, 4= “Indiferente”, 5= “Parcialmente de acuerdo”, 6= “De acuerdo” y 7= “Totalmente de acuerdo”.

Calificación:

		Baja	Media	Alta
Dimensión 1	Competencia Personal	17 a 75	76 a 94	95 a 119
	Ecuanimidad y serenidad	2 a 6	7 a 11	12 a 14
	Autodisciplina	4 a 12	13 a 21	22 a 28
Indicadores	Actitud constructiva de la vida	2 a 6	7 a 11	12 a 14
	Confianza en sí mismo	5 a 15	16 a 26	27 a 35
	Perspectiva equilibrada de la vida	3 a 9	10 a 16	17 a 21
	Establecimiento de metas	1 a 3	4 a 6	7
Dimensión 2	Aceptación de Sí Mismo y de la Vida	8 a 31	32 a 39	40 a 56
	Satisfacción personal	4 a 12	13 a 21	22 a 28
Indicadores	Capacidad del desarrollo del sentido de libertad	3 a 9	10 a 16	17 a 21
	Comprensión del sentido de vida	1 a 3	4 a 6	7
Variable	Resiliencia	25 a 140	141 a 150	151 a 175

Para medir Ansiedad: para la medición de esta variable se empleará el inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) Spielberger et al. (1970). La ficha técnica se expone a continuación:

Ficha técnica

Nombre original:	Inventario de Ansiedad Rasgo- Estado (IDARE)
Autor:	Spielberger, Gorsuch y Lushene
Procedencia:	California
Año de publicación:	1967
Adaptado por:	De Priego (2014)
Población:	Adultos.
Tiempo de aplicación:	15 a 25 minutos.
Tipo de administración:	Grupal e individual.
Áreas de evaluación:	Ansiedad- Estado y Ansiedad- Rasgo.

Validez:	Domínguez et al. (2012) realizó un análisis factorial exploratorio. Gracias a ello reportó una estructural factorial que evidenciaba el 42,11% de la varianza para Ansiedad-Estado, los ítems en ambos casos mayores mostraron cargas factoriales mayores a .40. En los dos análisis se consideró los siguientes métodos: de componentes principales, análisis paralelo de Horn y una rotación oblicua (Promax). Se observó una estructura conforme a la teoría y con correspondencia a la variable. Las investigadoras calcularon la V de Aken mediante la evaluación de tres expertos quienes determinaron una validez de 0,98 para Ansiedad Rasgo, 1.00 en Ansiedad Estado, mientras que para el instrumento en general se obtuvo una V de Aken de 0,99.
Confiabilidad:	Spielberger revela que el alfa de Cronbach se encuentra entre el .83 a .92 para Ansiedad-Estado y de .86 a .92 para Ansiedad-Rasgo. Por otro lado, Pardo (2010) en Lima encontró un índice de confiabilidad de .81 de la escala de Ansiedad-Estado. Finalmente, De Priego (2014) calculó un Alfa de Cronbach de .84 para Ansiedad-Estado y .80 para Ansiedad-Rasgo. Las investigadoras de esta indagación encontraron un índice de alfa de Cronbach de 0,945.
Descripción del instrumento:	La Escala Ansiedad- Estado está compuesta por 20 ítems; 10 directos (3,4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17,18) y 10 inversos (1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19 y 20). Para su corrección se aplica una fórmula la cual consiste en la suma de los ítems directos menos la suma de los inversos menos 50. En cuanto a la Ansiedad- Rasgo cuenta con 20 ítems las cuales son 13 directos (22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38 y 40) y 7 inversos (21, 26, 27, 30, 33, 36, 39).
Normas:	Para la Escala Ansiedad- Estado las respuestas se clasifican en escala de tipo Likert que van desde puntuaciones de 1= Nada; 2= Algo; 3= Bastante y 4= Mucho. En cuanto a la Ansiedad- Rasgo las puntuaciones van de 1= Casi nunca, 2=Alguna vez, 3= Frecuentemente y 4=Casi siempre. Para la

obtener las puntuaciones se utilizan los siguientes parámetros: Para Ansiedad- estado ($\Sigma RP - \Sigma RN$) +50. Para la Ansiedad- Rasgo ($\Sigma RP - \Sigma RN$) +35. Donde RP significa la sumatoria de los ítems positivos y RN la sumatoria los ítems negativos.

Calificación:

		Baja	Media	Alta
Dimensión 1	Ansiedad-Estado	Menos de 30	30 a 44	Más de 44
	Tensión transitoria	4 a 5	6 a 10	11 a 16
Indicadores	Nerviosismo transitorio	5 a 6	7 a 13	14 a 20
	Preocupación transitoria	6 a 8	9 a 16	17 a 24
	Aprensión transitoria	5 a 6	7 a 13	14 a 20
Dimensión 2	Ansiedad-Rasgo	Menos de 30	30 a 44	Más de 44
	Tensión	3 a 4	5 a 8	9 a 12
Indicadores	Nerviosismo	5 a 6	7 a 13	14 a 20
	Preocupación	9 a 12	13 a 24	25 a 36
	Aprensión	3 a 4	5 a 8	9 a 12
Variable	Ansiedad	Menos de 60	60 a 88	Más de 88

2.4. Equipos y materiales

Para el estudio se utilizó Microsoft Excel con el fin de elaborar los gráficos y tablas. Asimismo, se empleó el programa SPSS 24 para corroborar la hipótesis planteada, la confiabilidad de los instrumentos y para calcular la relación presente entre las variables mencionadas, así como el porcentaje total encontrado según las características que se analizaron.

2.5. Aspectos éticos

Alvarez (2018) plantea que la investigación debe integrar tres principios fundamentales: i) Respeto por las personas: implica valorar la autonomía en las decisiones de las personas, conservando su capacidad de ser libre al tomar una decisión. ii) Beneficiencia: refiere que los investigadores protejan la integridad física, social y emocional de los participantes iii) Justicia: comprende ser equitativo con los participantes sin otorgarle beneficios a un grupo y discriminar a otro.

CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1. Resultados:

Considerando el objetivo general, en la tabla 1 se observó que, analizando toda la muestra en conjunto, la resiliencia se relaciona de manera significativa ($\text{Sig.} < .05$) e inversa con la ansiedad ($\text{Rho} = -.480$). Estos hallazgos indican que los docentes que presentaron mayor capacidad para afrontar los desafíos por más difíciles que estos sean, presentaron a su vez un menor nivel de desajuste emocional, y viceversa.

En cuanto al sexo, en los docentes varones se evidenció que la ansiedad se relaciona de forma significativa ($\text{Sig.} < .05$) e inversa con la ansiedad ($\text{Rho} = -.397$), lo mismo ocurre en las mujeres ($\text{Rho} = -.538$).

En cuanto a la edad, se encontró que la resiliencia y la ansiedad se relacionan de manera significativa ($\text{Sig.} < .05$) e inversa en los docentes de 21 a 40 años ($\text{Rho} = -.701$) y de 41 a 65 años ($\text{Rho} = -.344$).

Considerando el tipo de institución, se evidenció que la resiliencia se relaciona de manera significativa ($\text{Sig.} < .05$) e inversa con la ansiedad, esto se cumplió en aquellos que trabajan en una institución pública ($\text{Rho} = -.443$) y en quienes laboran en una institución privada ($\text{Rho} = -.715$).

Finalmente, según los ingresos mensuales, se halló de igual manera que la resiliencia y la ansiedad se relacionan de manera significativa ($\text{Sig.} < .05$) e inversa con la ansiedad en docentes que tienen una remuneración de S/429 a S/1071 ($\text{Rho} = -.380$) y en quienes ganan de S/1072 a S/5355 ($\text{Rho} = -.502$).

Tabla 1

Relación entre la resiliencia y ansiedad según sexo, edad, tipo de institución y nivel de ingresos en los docentes.

				Ansiedad
Rho de Spearman	General	Resiliencia	Rho	-,480**
			Sig. (bilateral)	.000
			N	134
Rho de Spearman	Sexo	Masculino	Rho	-,397**
			Sig. (bilateral)	.003
			N	53
		Femenino	Rho	-,538**
			Sig. (bilateral)	.000
			N	81
Rho de Spearman	Edad	21 a 40	Rho	-,701**
			Sig. (bilateral)	.000
			N	47
		41 a 65	Rho	-,344**
			Sig. (bilateral)	.001
			N	87
Rho de Spearman	Tipo de Institución	Institución pública	Rho	-,443**
			Sig. (bilateral)	.000
			N	113
		Institución particular	Rho	-,715**
			Sig. (bilateral)	.000
			N	21
Rho de Spearman	Ingresos mensuales	S/429 a S/1071	Rho	-,380*
			Sig. (bilateral)	.038
			N	30
		S/1072 a S/5355	Rho	-,502**
			Sig. (bilateral)	.000
			N	104

*, La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral). **, La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral). ***Rho=Coefficiente de correlación Rho de Spearman.

En la tabla 2 se visualizan los niveles de resiliencia y sus dimensiones. En el análisis general, se observó que predomina el nivel alto con el 54%, seguido del medio con 29% y el 17% se encontró en el bajo. En cuanto a las dimensiones, en ambas predominó el nivel alto con el 78% y el 98% respectivamente.

Tabla 2

Niveles de resiliencia y sus dimensiones en los docentes.

Variable						Dimensiones											
Resiliencia						Competencia Personal						Aceptación de Sí Mismo y de la Vida					
Baja		Media		Alta		Baja		Media		Alta		Baja		Media		Alta	
F	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
23	17%	39	29%	72	54%	4	3%	26	19%	104	78%	2	1%	1	1%	131	98%

En la tabla 3 se visualiza el nivel de resiliencia según características sociodemográficas. Considerando el sexo, las docentes presentaron un nivel alto de resiliencia con el 52%; mientras que en los varones de igual modo más de la mitad (57%) se encontró en este mismo nivel.

En ambos grupos etarios (21 a 40 años y de 41 a 65 años) se observa que prevalece el nivel alto en más de la mitad de los docentes evaluados con porcentajes que oscilan entre 53% y 54% respectivamente.

Considerando el tipo de institución educativa, aquellos docentes que laboran en el sector público presentaron un nivel de resiliencia en su mayoría alto con el 55%; mientras que en los docentes que trabajan en el sector privado menos de la mitad presentó un nivel alto con el 47%. En ambos casos el segundo nivel que destaca es el medio con el 29% y finalmente el bajo con el 16% y 24%.

Teniendo en cuenta los ingresos mensuales, aquellos que reportaron una remuneración de S/429 a S/1071 soles obtuvieron en su mayoría un nivel alto de resiliencia con el 57%. Finalmente, aquellos con un ingreso de S/1072 a S/5355 presentaron el mismo nivel que los de menor remuneración con el 53%. De igual manera, en ambos casos el segundo nivel de mayor prevalencia fue el medio y finalmente el bajo.

Tabla 3

Niveles de resiliencia según sexo, edad, tipo de institución e ingresos mensuales en los docentes.

	Sexo				Edad				Tipo IE				Ingresos mensuales			
	Masculino		Femenino		21 a 40		41 a 65		Pública		Particular		S/429 a S/1071		S/1072 a S/5355	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	F	%	f	%	f	%
Baja	9	17%	14	17%	11	23%	12	14%	18	16%	5	24%	6	20%	17	16%
Resiliencia Media	14	26%	25	31%	11	24%	28	32%	33	29%	6	29%	7	23%	32	31%
Alta	30	57%	42	52%	25	53%	47	54%	62	55%	10	47%	17	57%	55	53%

En la tabla 4 se observa que, en la dimensión de competencia personal, los docentes varones presentaron un nivel alto (81%) al igual que en aceptación de sí mismo con el 98%. En cuanto a las docentes mujeres, se aprecia que en ambas dimensiones destacó el mismo nivel con el 75% y el 98% respectivamente.

Considerando la edad, aquellos docentes que tienen de 21 a 40 años en Competencia personal y en Aceptación de sí mismo y de vida prevalece la categoría alta con el 75% y el 94% respectivamente. Considerando aquellos docentes de 41 a 65 años en ambas dimensiones el nivel que prevaleció fue el alto en casi la totalidad de los docentes con el 80% y el 100% respectivamente.

Según el tipo de institución educativa, aquellos docentes que laboran en el sector público de la misma forma en ambas dimensiones destacan el nivel alto con el 77% y el 97% respectivamente. Por su parte, los docentes que trabajan en el sector privado en Competencia personal, en su mayoría (81%) presentaron un nivel alto al igual que en Aceptación de sí mismo y de la vida el 100% de docentes obtuvo el mismo nivel.

Considerando los ingresos mensuales en Competencia personal, aquellos que reportaron una remuneración de S/429 a S/1071 soles en su mayoría presentaron un nivel alto con el 73% y en Aceptación de sí mismo y de la vida el 97% reflejó el mismo nivel. En aquellos con un ingreso de S/1072 a S/5355, en ambas dimensiones se presentó el nivel alto con el 79% y el 98%.

Tabla 4

Dimensiones de la resiliencia según sexo, edad, tipo de institución e ingresos mensuales en los docentes.

Dimensiones de la resiliencia		Sexo				Edad				Tipo IE				Ingresos mensuales			
		Masculino		Femenino		21 a 40		41 a 65		Pública		Particular		S/429 a S/1071		S/1072 a S/5355	
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Competencia Personal	Baja	3	6%	1	1%	2	4%	2	2%	4	4%	0	0%	3	10%	1	1%
	Media	7	13%	19	24%	10	21%	16	18%	22	19%	4	19%	5	17%	21	20%
	Alta	43	81%	61	75%	35	75%	69	80%	87	77%	17	81%	22	73%	82	79%
Aceptación de Sí Mismo y de la Vida	Baja	1	2%	1	1%	2	4%	0	0%	2	2%	0	0%	1	3%	1	1%
	Media	0	0%	1	1%	1	2%	0	0%	1	1%	0	0%	0	0%	1	1%
	Alta	52	98%	79	98%	44	94%	87	100%	110	97%	21	100%	29	97%	102	98%

La tabla 5 muestra en el indicador Ecuanimidad y serenidad, considerando el sexo, que el 53% de los docentes varones al igual que la mayoría de las mujeres (56%) tenía desarrollada esta competencia en un nivel medio. En Autodisciplina, el 91% de los varones obtuvo un nivel alto al igual que en las mujeres con el 94%. En Actitud constructiva de la vida, predominó en varones y mujeres la categoría alta con el 83% y el 75% respectivamente. En Confianza en sí mismo, 89% de los varones presentó un nivel alto, mientras que en las mujeres destacó el mismo nivel con el 91%. En Perspectiva equilibrada de la vida, más de la mitad de los docentes (56%) presentó un nivel alto; por otro lado, 59% de docentes mujeres presentó el mismo nivel. En establecimiento de metas, destacó el nivel medio en varones y mujeres con el 58% y 53% respectivamente. En Satisfacción personal, los docentes varones en su mayoría se ubicaron en la categoría alta con el 96%, al igual que en casi la totalidad de las mujeres predominó lo mismo con el 96%. En Capacidad del desarrollo del sentido de libertad, el 77% de los docentes varones se encontró en un nivel alto y con respecto a las mujeres el 90% logró el mismo nivel. En Comprensión del sentido de vida, los docentes varones en su mayoría se ubicaron en la categoría alta con el 72% al igual que las docentes mujeres, seguido del nivel medio con 26% para los varones y 28% para las mujeres, solo el 2% de los docentes varones obtuvo un nivel bajo.

Tomando en cuenta la edad, en el indicador Ecuanimidad y serenidad, en docentes de 21 a 40 años, el 60% obtuvo un nivel medio y en cuanto a los docentes de 41 a 65 años, destacó el mismo nivel con el 52%.

Referente a la Autodisciplina, en el 89% de docentes que tienen de 21 a 40 años predominó el nivel alto al igual que en los docentes de 41 a 65 años con el 94%. En Actitud constructiva de la vida, en los docentes de 21 a 40 años, predominó la categoría alta con el 70% al igual que en los docentes de 41 a 65 años quienes presentaron en casi la totalidad (83%) el mismo nivel. En Confianza en sí mismo, los docentes de 21 a 40 años evidenciaron en 91% un nivel alto; considerando a los que tienen 41 a 65 años, destacó el mismo nivel con el 90%. En Perspectiva equilibrada de la vida, los docentes de 21 a 40 años presentaron en 66% un nivel alto al igual que los docentes de 41 a 65 años que en su mayoría 54% presentaron un nivel alto. En Establecimiento de metas, destacó el nivel medio en docentes de 21 a 40 años y de 41 a 65 años con el 53% y 56% respectivamente. En Satisfacción personal, los docentes de 21 a 40 años en su mayoría se ubicaron en la categoría alta con el 92%, seguido del nivel medio con el 6% y bajo con el 2%; por otro lado, en los docentes de 41 a 65 años predominó el nivel alto con el 99% y solo el 1% se ubicó en el nivel medio. En Capacidad del desarrollo del sentido de libertad, el 70% de los docentes que tienen de 21 a 40 años alcanzó un nivel alto, al igual que los docentes de 41 a 65 años con el 93%. En Comprensión del sentido de vida, los docentes de 21 a 40 años presentaron en su mayoría la categoría alta con el 68%; en cuanto a docentes de 41 a 65 años, el 74% se ubicó en el mismo nivel mencionado.

Considerando el tipo de institución educativa, en el indicador Ecuanimidad y serenidad, aquellos docentes que laboran en una institución pública, el 54% desarrolló esta competencia en un nivel medio; en cuanto a los docentes que laboran en un colegio privado, de igual manera con el 57%. En Autodisciplina, el 92% de docentes que laboran en una institución pública obtuvieron un nivel alto al igual que los docentes que laboran en un colegio privado con el 95%. En Actitud constructiva de la vida, aquellos docentes que laboran en una institución pública, obtuvieron la categoría alta con el 79%, mientras que los docentes que laboran en un colegio privado, el 76% presentó esta misma categoría. En Confianza en sí mismo, los docentes que laboran en una institución pública evidenciaron en el 88% un nivel alto y considerando a los docentes que laboran en una institución privada, destacó el nivel alto en el 100% de ellos. En Perspectiva equilibrada de la vida, el más de la mitad de docentes (55%) que laboran en una institución pública obtuvieron un nivel alto; mientras que, el 76% de los docentes que laboran en una institución privada presentaron este mismo nivel. En Establecimiento de metas, destacó el nivel medio en docentes que trabajan en un colegio privado y público con el 53% y 67% respectivamente.

En Satisfacción personal, los docentes que laboran en una institución pública obtuvieron en su mayoría una categoría alta con el 95%; por otro lado, en quienes trabajan en un colegio privado predominó el mismo hallazgo en toda la muestra. En Capacidad del desarrollo del sentido de libertad, el 87% de los docentes que laboran en una institución pública se ubicaron en un nivel alto y de la misma forma se presentó en docentes que trabajan en un colegio privado con el 76%. En Comprensión del sentido de vida, los docentes que laboran en una institución pública en su mayoría se encontraron en la categoría alta con el 73% y de igual manera en docentes que trabajan en un colegio privado con el 62%.

Tomando en cuenta los ingresos mensuales, en el indicador Ecuanimidad y serenidad, de aquellos docentes que reciben una remuneración de S/429 a S/1071 más de la mitad (53%) tenía desarrollada esta competencia en un nivel medio al igual que los docentes con un ingreso mensual de S/1072 a S/5355 con el 55%. En Autodisciplina, 87% de los docentes que reciben una remuneración de S/429 a S/1071 obtuvieron un nivel alto, al igual que los docentes con un ingreso mensual de S/1072 a S/5355. En Actitud constructiva de la vida, en los docentes que reciben una remuneración de S/429 a S/1071, predominó la categoría alta con el 77%, mientras que en los docentes con un ingreso mensual de S/1072 a S/5355 presentó el mismo nivel con el 79%.

En Confianza en sí mismo casi la totalidad de los docentes (90%) que reciben una remuneración de S/429 a S/1071 presentaron un nivel alto al igual que los que tienen un ingreso mensual de S/1072 a S/5355 con el 90%. En Perspectiva equilibrada de la vida, el 66% de docentes que reciben una remuneración de S/429 a S/1071 presentaron un nivel alto al igual que el 57% de los docentes que tienen un ingreso mensual de S/1072 a S/5355. En Establecimiento de metas, destacó el nivel medio en docentes con un ingreso mensual de S/429 a S/1071 y de S/1072 a S/5355 con el 47% y 58% respectivamente. En Satisfacción personal, los docentes que reciben una remuneración de S/429 a S/1071 en su mayoría se ubicaron en la categoría alta con el 90% al igual que casi la totalidad de los docentes (98%) que tienen un ingreso mensual de S/1072 a S/5355. En Capacidad del desarrollo del sentido de libertad, el 87% de los docentes que reciben una remuneración de S/429 a S/1071 se ubicó en un nivel alto al igual que los docentes que tienen un ingreso mensual de S/1072 a S/5355 con el 85%. En Comprensión del sentido de vida, los docentes que reciben una remuneración de S/429 a S/1071 en su mayoría se ubicaron en la categoría alta con el 60% al igual que los docentes que tienen un ingreso mensual de S/1072 a S/5355, con el 75%.

Tabla 5

Indicadores de la resiliencia según sexo, edad, tipo de institución e ingresos mensuales en docentes.

Indicadores de la resiliencia		Sexo				Edad				Tipo IE				Ingresos mensuales			
		Masculino		Femenino		21 a 40		41 a 65		Pública		Particular		S/429 a S/1071		S/1072 a S/5355	
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Ecuanimidad y serenidad	Baja	2	4%	1	1%	2	4%	1	1%	3	3%	0	0%	1	4%	2	2%
	Media	28	53%	45	56%	28	60%	45	52%	61	54%	12	57%	16	53%	57	55%
	Alta	23	43%	35	43%	17	36%	41	47%	49	43%	9	43%	13	43%	45	43%
Autodisciplina	Baja	1	1%	0	0%	1	2%	0	0%	1	1%	0	0%	1	3%	0	0%
	Media	4	8%	5	6%	4	9%	5	6%	8	7%	1	5%	3	10%	6	6%
	Alta	48	91%	76	94%	42	89%	82	94%	104	92%	20	95%	26	87%	98	94%
Actitud constructiva de la vida	Baja	1	2%	0	0%	1	2%	0	0%	1	1%	0	0%	1	3%	0	0%
	Media	8	15%	20	25%	13	28%	15	17%	23	20%	5	24%	6	20%	22	21%
	Alta	44	83%	61	75%	33	70%	72	83%	89	79%	16	76%	23	77%	82	79%
Confianza en sí mismo	Baja	1	2%	0	0%	1	2%	0	0%	1	1%	0	0%	1	3%	0	0%
	Media	5	9%	7	9%	3	6%	9	10%	12	11%	0	0%	2	7%	10	10%
	Alta	47	89%	74	91%	43	91%	78	90%	100	88%	21	100%	27	90%	94	90%
Perspectiva equilibrada de la vida	Baja	3	6%	2	3%	1	2%	4	5%	5	4%	0	0%	1	4%	4	4%
	Media	20	38%	31	38%	15	32%	36	41%	46	41%	5	24%	10	33%	41	39%
	Alta	30	56%	48	59%	31	66%	47	54%	62	55%	16	76%	19	63%	59	57%
Establecimiento de metas	Baja	2	4%	3	4%	4	9%	1	1%	5	4%	0	0%	3	10%	2	2%
	Media	31	58%	43	53%	25	53%	49	56%	60	53%	14	67%	14	47%	60	58%
	Alta	20	38%	35	43%	18	38%	37	43%	48	43%	7	33%	13	43%	42	40%
Satisfacción personal	Baja	1	2%	0	0%	1	2%	0	0%	1	1%	0	0%	1	3%	0	0%
	Media	1	2%	3	4%	3	6%	1	1%	4	4%	0	0%	2	7%	2	2%
	Alta	51	96%	78	96%	43	92%	86	99%	108	95%	21	100%	27	90%	102	98%
Capacidad del desarrollo del sentido de libertad	Baja	1	2%	1	1%	2	4%	0	0%	2	2%	0	0%	1	3%	1	1%
	Media	11	21%	7	9%	12	26%	6	7%	13	11%	5	24%	3	10%	15	14%
	Alta	41	77%	73	90%	33	70%	81	93%	98	87%	16	76%	26	87%	88	85%
Comprensión del sentido de vida	Baja	1	2%	0	0%	1	2%	0	0%	1	1%	0	0%	1	3%	0	0%
	Media	14	26%	23	28%	14	30%	23	26%	29	26%	8	38%	11	37%	26	25%
	Alta	38	72%	58	72%	22	68%	64	74%	83	73%	13	62%	18	60%	78	75%

En la tabla 6 se muestra que el nivel de ansiedad que se presentó en la mayoría de docentes 58% es el medio al igual que en ambas dimensiones (Ansiedad-estado y Ansiedad-Rasgo), en más de la mitad de los docentes se presentó el mismo nivel con el 53% y 66% respectivamente.

Tabla 6

Niveles de ansiedad y sus dimensiones en los docentes.

Variable						Dimensiones											
Ansiedad						Ansiedad-Estado						Ansiedad-Rasgo					
Baja		Media		Alta		Baja		Media		Alta		Baja		Media		Alta	
f	%	F	%	F	%	f	%	f	%	f	%	F	%	f	%	f	%
31	23%	78	58%	25	19%	30	22%	71	53%	33	25%	27	20%	88	66%	19	14%

En la tabla 7 se observa los niveles de la ansiedad según el sexo, los varones evidenciaron un nivel medio con el 62%, en el caso de las docentes mujeres, destaca el mismo nivel en más de la mitad de evaluadas con el 56%.

Considerando la edad, los docentes de 21 a 40 años presentaron un nivel medio con el 51%; por su parte en los docentes de 41 a 65 años, el 62% de ellos mostró una prevalencia del mismo nivel.

Según el tipo de institución educativa, aquellos que laboran en el sector público y quienes trabajan en el sector privado presentaron un nivel medio en su mayoría con el 59% y el 53% respectivamente.

En cuanto a los docentes que ganan de S/429 a S/1071 predominó el nivel medio con el 63%. Finalmente, aquellos que ganan S/1072 a S/5355 destaca el mismo nivel que en los docentes de menor ingreso con el 57%.

Tabla 7

Niveles de ansiedad según sexo, edad, tipo de institución e ingresos mensuales en los docentes.

		Sexo				Edad				Tipo IE				Ingresos mensuales			
		Masculino		Femenino		21 a 40		41 a 65		Pública		Particular		S/429 a S/1071		S/1072 a S/5355	
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Ansiedad	Baja	12	23%	19	23%	8	17%	23	26%	28	25%	3	14%	5	17%	26	25%
	Media	33	62%	45	56%	24	51%	54	62%	67	59%	11	53%	19	63%	59	57%
	Alta	8	15%	17	21%	15	32%	10	12%	18	16%	7	33%	6	20%	19	18%

En la tabla 8, se observa que en ansiedad estado según el sexo; en los docentes varones, el 53% presenta en un nivel medio al igual que en las mujeres con el 53%. En cuanto a la edad, 53% de los docentes de 21 a 40 años se encontraron en la categoría media; por su parte aquellos que tienen 41 a 65 años, presentaron la misma ansiedad en un nivel medio, seguido del nivel bajo con el 25% y en el 22% de ellos prevaleció el nivel alto. Considerando la institución educativa, en aquellos maestros que laboran en el sector público predominó el nivel medio con el 53%, mientras que el 24% y 23% se encontró en niveles altos y medios respectivamente; mientras aquellos que laboran en el sector privado, el 52% prevaleció la ansiedad estado en el mismo nivel de aquellos que laboral en una institución del estado. Considerando el ingreso mensual en aquellos que reciben de S/429 a S/1071 destacó el nivel medio con el 57%; por su parte quienes reportaron un ingreso de S/1072 a S/5355, prevaleció la misma categoría con el 52%.

En cuanto a la ansiedad rasgo según el sexo, el 73% de los docentes varones presentó este tipo de ansiedad en un nivel medio y al igual que en más de la mitad de las mujeres (60%). En cuanto a la edad, los docentes de 21 a 40 años presentaron en un nivel medio con el 62%; por su parte el 68% de aquellos que tienen 41 a 65 años, presentaron la misma ansiedad en el mismo nivel. Considerando la institución educativa, en aquellos que laboran en el sector público destacó la categoría media con el 66%; en cuanto a los docentes que laboran en el sector privado, la mayoría presentaron la ansiedad rasgo en el mismo nivel mencionado con el 62%. Considerando el ingreso mensual aquellos que

reciben de S/429 a S/1071 y en quienes reportaron un ingreso de S/1072 a S/5355 destacó el nivel medio con el 70% y 64% respectivamente.

Tabla 8

Dimensiones de la ansiedad según sexo, edad, tipo de institución e ingresos mensuales en los docentes.

Dimensiones de la ansiedad		Sexo				Edad				Tipo IE				Ingresos mensuales			
		Masculino		Femenino		21 a 40		41 a 65		Pública		Particular		S/429 a S/1071		S/1072 a S/5355	
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	F	%	f	%	f	%
Ansiedad Estado	Baja	12	23%	18	22%	8	17%	22	25%	26	23%	4	19%	6	20%	24	23%
	Media	28	53%	43	53%	25	53%	46	53%	60	53%	11	52%	17	57%	54	52%
	Alta	13	24%	20	25%	14	30%	19	22%	27	24%	6	29%	7	23%	26	25%
Ansiedad Rasgo	Baja	11	21%	16	20%	5	10%	22	25%	26	23%	1	5%	4	13%	23	22%
	Media	39	73%	49	60%	29	62%	59	68%	75	66%	13	62%	21	70%	67	64%
	Alta	3	6%	16	20%	13	28%	6	7%	12	11%	7	33%	5	17%	14	14%

En la tabla 9 se muestra que en el indicador Tensión transitoria considerando el sexo, en el 70% de los docentes varones prevaleció el nivel medio y de igual manera destacó la categoría media con el 62%. En Nerviosismo transitorio, en el 75% de los varones destacó el nivel medio y solo el 25% presentó un bajo nivel; en cuanto a las mujeres, destacó el nivel medio con el 74%, seguido del nivel bajo con el 21%. En Preocupación transitoria, en los docentes varones predominó la categoría media con el 77% y en cuanto a las mujeres, se repitió la misma dinámica destacando en el 73% el nivel medio. En Aprensión transitoria, en el 89% de los varones prevaleció un nivel medio y considerando a las mujeres, destacó la misma categoría con el 78%.

En Tensión considerando el sexo, en el 81% de los docentes varones prevaleció el nivel medio y el 19% presentó un nivel bajo; en cuanto a las mujeres, de igual manera destacó la categoría media con el 69%. En Nerviosismo en el 89% de los varones indicó que predominó el nivel medio y en cuanto a las mujeres, destacó lo mismo con el 86%. En Preocupación, predominó la categoría media con el 66% y en cuanto a las mujeres más de la mitad (58%) presentó prevalencia de la misma categoría. En Aprensión el 83% de los varones presentó un nivel medio; considerando a las mujeres, destacó el mismo nivel con el 79%.

Considerando la edad, en Tensión transitoria el 60% de los docentes que tienen entre 21 a 40 años señalaron estar en un nivel medio y de la misma manera en los docentes de 41 a 65 años destaca la categoría media con el 68%. En Nerviosismo transitorio en el 77% de los docentes que tienen entre 21 a 40 años prevaleció el nivel medio; en cuanto a los docentes de 41 a 65 años, destacó el nivel medio con el 74% y el 26% se encontró en un nivel bajo. En Preocupación transitoria en docentes que tienen entre 21 a 40 años predominó la categoría media con el 72% al igual que los docentes de 41 a 65 años con el 76%. En Aprensión transitoria, en los docentes que tienen entre 21 a 40 años e incluso en aquellos de 41 a 65 años se evidenció que destaca el nivel medio con el 83% y 82% lo que corresponde a casi la totalidad de evaluados.

En Tensión considerando la edad, el 79% de los docentes que tienen entre 21 a 40 años se encontró en la categoría media al igual que los docentes de 41 a 65 años con el 71%. En Nerviosismo en el 83% de los docentes que tienen entre 21 a 40 años predominó el nivel medio y de la misma manera en docentes de 41 a 65 años con el 90%. En Preocupación, predominó la categoría media en los docentes que tienen entre 21 a 40 años con el 66% al igual que aquellos que tienen 41 a 65 años con el 59. En Aprensión, en los docentes que tienen entre 21 a 40 años predominó la categoría medica con el 74%, seguido del 13% quienes señalan estar entre la categoría baja y alta respectivamente; considerando a los docentes de 41 a 65 años, destacó el nivel medio con el 84% seguido del 11% quienes señalan estar en un nivel bajo y solo el 5% presentó un nivel alto.

Considerando la institución, en Tensión transitoria en el 66% y 57% respectivamente de los docentes que trabajan en el sector público y privado prevaleció la categoría media. En Nerviosismo transitorio en el 74% de los docentes que trabajan en el sector público predominó el nivel medio al igual que los docentes que laboran en una institución educativa privada con el 76%. En Preocupación transitoria en los docentes que trabajan en el sector público predominó la categoría media con el 73% y en cuanto a los docentes que laboran en una institución educativa privada, el 81% presentó el mismo nivel. En Aprensión transitoria, en los docentes que trabajan en el sector público, prevaleció la categoría media con el 81% y de la misma manera casi todos los docentes que laboran en una institución educativa privada con el 85%.

En Tensión, considerando los docentes que trabajan en el sector público, el 72% de ellos se evidenció que se encontraban en un nivel medio al igual que los docentes que

laboran en una institución educativa privada con el 80%. En Nerviosismo en el 88% de los docentes que trabajan en el sector público, predominó el nivel medio al igual que casi la totalidad de los docentes que laboran en una institución educativa privada con el 86%. En Preocupación, predominó la categoría media en los docentes que trabajan en el sector público con el 59% al igual que los docentes que laboran en una institución educativa privada con el 71%. En Aprensión, de los docentes que trabajan en el sector público, el 82% de ellos presentó un nivel medio mientras que en los docentes que laboran en una institución educativa privada, destacó la misma categoría con el 72%.

Considerando los ingresos mensuales, en Tensión transitoria el 60% de los docentes que reciben de S/429 a S/1071 evidenciaron estar en un nivel medio; en cuanto a los docentes que reportaron un ingreso de S/1072 a S/5355, de igual manera destacó la categoría media con el 66%. En Nerviosismo transitorio en el 73% de los docentes que reciben de S/429 a S/1071 predominó el nivel medio al igual que los docentes que reportaron un ingreso de S/1072 a S/5355 con el 75%. En Preocupación transitoria en los docentes que reciben de S/429 a S/1071 predominó la categoría media con el 87%; en cuanto a los docentes que reportaron un ingreso de S/1072 a S/5355, el 71% se encontró en la misma categoría. En Aprensión transitoria, en los docentes que reciben de S/429 a S/1071 se evidenció que en el 77% de ellos destaca el nivel medio de la misma manera que los docentes que reportaron un ingreso de S/1072 a S/5355 con el 84%.

En Tensión, el 77% de los docentes que reciben de S/429 a S/1071 se encontraron en la categoría media al igual que los docentes que reportaron un ingreso de S/1072 a S/5355 con el 73%. En Nerviosismo en casi la totalidad de los docentes (80%) que reciben de S/429 a S/1071 predominó el nivel medio al igual que los docentes que reportaron un ingreso de S/1072 a S/5355 con el 89%. En Preocupación, predominó la categoría media en los docentes que reciben de S/429 a S/1071 al igual que en los docentes que reportaron un ingreso de S/1072 a S/5355 con el 61%. En Aprensión, en los docentes que reciben de S/429 a S/1071 se encontró que en el 73% de ellos se presentó un nivel medio de la misma manera que los docentes que reportaron un ingreso de S/1072 a S/5355 con el 83%.

Tabla 9

Indicadores de la ansiedad según sexo, edad, tipo de institución e ingresos mensuales en los docentes.

Indicadores de la Ansiedad		Sexo				Edad				Tipo IE				Ingresos mensuales			
		Masculino		Femenino		21 a 40		41 a 65		Pública		Particular		S/429 a S/1071		S/1072 a S/5355	
		f	%	F	%	F	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Tensión transitoria	Baja	7	13%	13	16%	6	13%	14	16%	16	14%	4	19%	5	17%	15	15%
	Media	37	70%	50	62%	28	60%	59	68%	75	66%	12	57%	18	60%	69	66%
	Alta	9	17%	18	22%	13	27%	14	16%	22	20%	5	24%	7	23%	20	19%
Nerviosismo transitorio	Baja	13	25%	17	21%	7	15%	23	26%	27	24%	3	14%	6	20%	24	23%
	Media	40	75%	60	74%	36	77%	64	74%	84	74%	16	76%	22	73%	78	75%
	Alta	0	0%	4	5%	4	8%	0	0%	2	2%	2	10%	2	7%	2	2%
Preocupación transitoria	Baja	12	23%	20	25%	11	24%	21	24%	28	25%	4	19%	4	13%	28	27%
	Media	41	77%	59	73%	34	72%	66	76%	83	73%	17	81%	26	87%	74	71%
	Alta	0	0%	2	2%	2	4%	0	0%	2	2%	0	0%	0	0%	2	2%
Aprensión transitoria	Baja	5	9%	14	17%	5	11%	14	16%	17	15%	2	10%	5	16%	14	13%
	Media	47	89%	63	78%	39	83%	71	82%	92	81%	18	85%	23	77%	87	84%
	Alta	1	2%	4	5%	3	6%	2	2%	4	4%	1	5%	2	7%	3	3%
Tensión	Baja	10	19%	19	24%	7	15%	22	25%	27	24%	2	10%	4	13%	25	24%
	Media	43	81%	56	69%	37	79%	62	71%	82	72%	17	80%	23	77%	76	73%
	Alta	0	0%	6	7%	3	6%	3	4%	4	4%	2	10%	3	10%	3	3%
Nerviosismo	Baja	5	9%	6	8%	3	6%	8	9%	10	9%	1	5%	3	10%	8	8%
	Media	47	89%	70	86%	39	83%	78	90%	99	88%	18	86%	24	80%	93	89%
	Alta	1	2%	5	6%	5	11%	1	1%	4	3%	2	9%	3	10%	3	3%
Preocupación	Baja	18	34%	32	40%	14	30%	36	41%	45	40%	5	24%	9	30%	41	39%
	Media	35	66%	47	58%	31	66%	51	59%	67	59%	15	71%	19	63%	63	61%
	Alta	0	0%	2	2%	2	4%	0	0%	1	1%	1	5%	2	7%	0	0%
Aprensión	Baja	8	15%	8	10%	6	13%	10	11%	13	12%	3	14%	3	10%	13	12%
	Media	44	83%	64	79%	35	74%	73	84%	93	82%	15	72%	22	73%	86	83%
	Alta	1	2%	9	11%	6	13%	4	5%	7	6%	3	14%	5	17%	5	5%

En la tabla 10 y 11 se observa que en la ansiedad se presentó una diferencia significativa (Sig. < .05) entre las edades comparadas. Siendo los docentes de 21 a 40 años los cuales presentaron un mayor rango promedio (77.66) que los docentes de 41 a 65 años (62.01), lo cual quiere decir que los docentes de menor edad perciben mayor ansiedad. En el análisis de comparación de la ansiedad por otros factores se encontró que las mujeres presentaron un mayor rango promedio que los varones, los docentes de instituciones particulares obtuvieron mayor rango promedio que los de instituciones públicas y los que tienen mayores ingresos presentaron mayor rango promedio que los de menores ingresos. No obstante, tales diferencias no fueron significativas.

En cuanto a la resiliencia al comparar por factores se obtuvo que los varones tienen un mayor rango promedio que las mujeres, los docentes de 41 a 65 años evidenciaron un mayor rango promedio que los de 21 a 40 años, los docentes de instituciones públicas obtuvieron mayor rango promedio que los de instituciones particulares y los que tienen menores ingresos presentaron mayor rango promedio que los de mayores ingresos. No obstante, tales diferencias no fueron significativas.

Tabla 10

Análisis comparativo de la resiliencia y ansiedad según sexo, edad, tipo de institución educativa e ingresos mensuales.

	Sexo		Edad		Tipo IE		Ingresos mensuales	
	Ansiedad	Resiliencia	Ansiedad	Resiliencia	Ansiedad	Resiliencia	Ansiedad	Resiliencia
U de Mann-Whitney Z	2063.500	2059.000	1567.000	1939.500	926.500	1072.000	1433.500	1537.500
Sig. asintótica (bilateral)	-.427	-.441	-2.514	-.542	-1.797	-.776	-.763	-.133
	.670	.659	.012	.588	.072	.438	.446	.894

Tabla 11

Rango promedio de la resiliencia y ansiedad según sexo, edad, tipo de institución educativa e ingresos mensuales.

			N	Rango promedio	Suma de rangos
Sexo	Ansiedad	Masculino	53	65.93	3494.50
		Femenino	81	68.52	5550.50
	Resiliencia	Masculino	53	69.15	3665.00
		Femenino	81	66.42	5380.00
Edad	Ansiedad	21 a 40	47	77.66	3650.00
		41 a 65	87	62.01	5395.00
	Resiliencia	21 a 40	47	65.27	3067.50
		41 a 65	87	68.71	5977.50
Tipo IE	Ansiedad	Institución pública	113	65.20	7367.50
		Institución particular	21	79.88	1677.50
	Resiliencia	Institución pública	113	68.51	7742.00
		Institución particular	21	62.05	1303.00
Ingresos mensuales	Ansiedad	S/429 a S/1071	30	71.72	2151.50
		S/1072 a S/5355	104	66.28	6893.50
	Resiliencia	S/429 a S/1071	30	68.25	2047.50
		S/1072 a S/5355	104	67.28	6997.50

En la tabla 12 se visualiza que la ansiedad en general se relacionó de manera significativa (Sig. < .05) e inversa con las siguientes dimensiones: Competencia personal (Rho=-,444) y Aceptación de sí mismo y de la vida (Rho=-,469).

Considerando el sexo, en los docentes varones la ansiedad mantuvo una relación significativa (Sig. < .05) e inversa con las dimensiones Competencia personal (Rho=-,385) y Aceptación de sí mismo y de la vida (Rho=-,306). En las mujeres, la ansiedad también mantuvo una relación significativa (Sig. < .05) e inversa con las dimensiones Competencia personal (Rho=-,490) y Aceptación de sí mismo y de la vida (Rho=-,570).

En cuanto a la edad, se encontró que en los docentes de 21 a 40 años la ansiedad se relacionó de manera significativa (Sig. < .05) e inversa con las dimensiones Competencia personal (Rho=-,673) y Aceptación de sí mismo y de la vida (Rho=-,640). En los docentes de 41 a 40 años la ansiedad también se relacionó de manera significativa (Sig. < .05) e inversa con las dimensiones Competencia personal (Rho=-,323) y Aceptación de sí mismo y de la vida (Rho=-,342).

Considerando el tipo de institución, se evidenció que en los docentes que laboran en una institución educativa pública la ansiedad se relacionó de manera significativa (Sig. < .05) e inversa con las dimensiones Competencia personal (Rho=-,435) y Aceptación de sí mismo y de la vida (Rho=-,395). En docentes de instituciones privadas la ansiedad también se relacionó de manera significativa (Sig. < .05) e inversa con las dimensiones Competencia personal (Rho=-,597) y Aceptación de sí mismo y de la vida (Rho=-,797).

Finalmente, según los ingresos mensuales, se evidenció que en los docentes que ganan de S/429 a S/1071 la ansiedad solo se relacionó de manera significativa e inversa con la dimensión Aceptación de sí mismo y de la vida (Rho=-,599), mientras que en aquellos que perciben un ingreso de S/1072 a S/5355 la ansiedad se relacionó de manera significativa e inversa con las dimensiones Competencia personal (Rho=-,486) y Aceptación de sí mismo y de la vida (Rho=-,431).

Tabla 12

Relación entre la ansiedad y las dimensiones de la resiliencia, según sexo, edad, tipo de institución e ingresos mensuales.

				Competencia Personal	Aceptación de Sí Mismo y de la Vida
SEXO	General	Ansiedad	Rho	-,444**	-,469**
			Sig. (bilateral)	.000	.000
			N	134	134
	Masculino	Ansiedad	Rho	-,385**	-,306*
			Sig. (bilateral)	.004	.026
			N	53	53
	Femenino	Ansiedad	Rho	-,490**	-,570**
			Sig. (bilateral)	.000	.000
			N	81	81
EDAD	21 a 40	Ansiedad	Rho	-,673**	-,640**
			Sig. (bilateral)	.000	.000
			N	47	47
	41 a 65	Ansiedad	Rho	-,323**	-,342**
			Sig. (bilateral)	.002	.001
			N	87	87
TIPO DE IE	Institución pública	Ansiedad	Rho	-,435**	-,395**
			Sig. (bilateral)	.000	.000
			N	113	113
	Institución particular	Ansiedad	Rho	-,597**	-,797**
			Sig. (bilateral)	.004	.000
			N	21	21
INGRESOS MENSUALES	S/429 a S/1071	Ansiedad	Rho	-.280	-,599**
			Sig. (bilateral)	.134	.000
			N	30	30
	S/1072 a S/5355	Ansiedad	Rho	-,486**	-,431**
			Sig. (bilateral)	.000	.000
			N	104	104

. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral). *Rho=Coeficiente de correlación Rho de Spearman.

3.2. Discusión

La investigación tiene como objetivo de analizar la relación entre la resiliencia y ansiedad, según sexo, edad, tipo de institución y nivel de ingresos, en docentes de instituciones educativas de la región Lambayeque, en tiempos de COVID-19. Para ello, se emplearon dos instrumentos con adecuada validez y confiabilidad para garantizar resultados objetivos sometiendo a los instrumentos a una validación de expertos. Además, se contó con una cantidad suficiente de muestra para realizar el análisis correlacional. Las limitaciones presentadas en el estudio fue principalmente la falta de disponibilidad de los docentes para responder a la evaluación; no obstante, se realizaron las coordinaciones previas para cumplir con el objetivo.

En cuanto a los hallazgos obtenidos, se encuentra una relación significativa e inversa entre la ansiedad y la resiliencia, esto quiere decir que a mayor capacidad para enfrentar situaciones adversas existe menores síntomas de tensión, nerviosismo y preocupación. Estos datos son explicados por Cyrulnik (2015) quien refiere que en situaciones frustrantes o de emergencia que provocan ansiedad se manifiesta con mayor intensidad por lo que el docente debe generar una respuesta resiliente para enfrentar este desafío y gestionar esta respuesta emocional. Investigaciones que coinciden con los hallazgos se encuentran a los autores como Flechas (2020), quien en una muestra de docentes que laboran en una entidad pública en el contexto de la pandemia encontró una relación inversa entre ambas variables. Del mismo modo, Smedema y Paz (2018) y Ayllón y Quispe (2020) quienes a pesar de ser investigaciones antes y durante el contexto del Covid-19 en adultos con otras características también encontraron una relación significativa y negativa entre ambas variables analizadas en la presente indagación. De igual manera Ugarte (2021) halla que la resiliencia influye en el nivel de ansiedad en una muestra de docentes; este resultado es relevante ya que evidencia la importancia de generar estrategias de intervención que contribuyan a desarrollar esta capacidad como factor protector contra la ansiedad intensificada. Estudios realizados bajo otro tipo de población del sector educativo también han obtenido hallazgos similares, Flores (2017) realizado en una muestra de adolescentes encontró que ambas variables se relacionaron de manera inversa. Por otro lado, se ha identificado que existen pocas investigaciones que analicen la relación entre las dos variables (ansiedad y resiliencia) en muestras de docentes, por lo que se sugiere a los futuros investigadores profundizar este aspecto. Considerando lo mencionado se puede reafirmar lo mencionado por Díaz et al., (2017) quien señala que

factores individuales como los problemas en la salud mental perjudican el desarrollo de la resiliencia del individuo ya que conforman un riesgo; es por ello que los hallazgos muestran una relación negativa.

En cuanto al primer objetivo específico los niveles de resiliencia al igual que sus dimensiones e indicadores se encontraron en el nivel alto según sexo, tipo de institución educativa, edad e ingresos mensuales. Esto indica que la capacidad para enfrentar la adversidad y adaptarse a situaciones estresantes está adecuadamente desarrollada. Esto coincide con lo mencionado por Acuña (2020) quien señala que la adaptabilidad ha sido una herramienta que los docentes han tenido que aplicar en la crisis sanitaria debido a los cambios que han surgido en la educación, en los seguimientos y en las clases de manera virtual. Investigaciones que se asemejan a estos resultados, se encuentra la de Huamán (2021) quien halló niveles normales de resiliencia. A pesar de que existen investigaciones que analizan el nivel de resiliencia, se han encontrado en su mayoría niveles medios como el de Leyes (2019), Ayllón y Quispe (2020), Arévalo y Quezada (2021); estas leves diferencias se pueden haber dado porque fueron estos estudios se han desarrollado en otros contextos peruanos e incluso internacionales, debido a que en el ámbito local no se han encontrado investigaciones que analicen la resiliencia en docentes. Por otro lado, Flechas (2020) evidencia que el nivel de resiliencia en docentes durante el contexto de la pandemia fue bajo; hallazgo que contrasta con el presente estudio debido a que fue realizado en el ámbito internacional y en docentes de educación universitaria. Considerando lo mencionado la resiliencia en un aspecto relevante en el ejercicio docente no solo por los cambios que la crisis ha ocasionado sino por las características que presentan algunos estudiantes, los problemas que pueden surgir en el salón de clases por lo que el docente necesita esta capacidad para solucionar los problemas presentados y facilitar el aprendizaje (Cavaco, 2016).

En cuanto al segundo objetivo específico, la ansiedad se presenta en un nivel medio a nivel general al igual que en sus dimensiones e indicadores según sexo, edad, tipo de institución educativa e ingresos mensuales. Esto quiere decir que existe regularmente en los docentes un estado de disconformidad que ocasiona cambios a nivel físico como tensión, aprensión, nerviosismo e intranquilidad (Spielberger, 1966). Estos hallazgos coinciden con la perspectiva de Geniz (2020) quien señala que la ansiedad se ha elevado en la docencia por los procesos cambiantes que han tenido que afrontar, además de la sobrecarga laboral y el poco apoyo de las familias en algunos casos. Estudios con similares

resultados son los de Ayllon y Quispe (2020) y Calle (2021), Flechas (2021) quienes encontraron un nivel de ansiedad moderado, media o leve, siendo la segunda categoría medida según los instrumentos aplicados. Al igual que en sus dimensiones Ansiedad Estado y Ansiedad Rasgo ha puesto en evidencia que no solo el personal docente presenta ansiedad como estado transitorio o como parte del contexto en el cual se vive sino también refleja que; existe una disposición de la personalidad por lo que se suele responder con altos niveles de ansiedad estado a distintas situaciones alarmantes (Spielberger, 1972). Ante ello, se ha identificado que los estudios realizados durante la pandemia se han centrado en analizar la ansiedad en el docente mientras que durante la búsqueda antes de la crisis están focalizados en el estrés docente por lo tanto se sugiere a los investigadores profundizar que factores han sido los mayores detonantes para elevar en los docentes los niveles de ansiedad y cuáles han sido los factores de mantenimiento que desde antes estaban originando tensión en los docentes. CEETA (2015) la docencia es una de las profesiones que están más propensas a que los profesionales padezcan afectaciones en su salud mental tal como lo es la ansiedad, esto se da por las responsabilidades del docente involucra estar relacionándose con niños o adolescentes, los que muchas veces no conocen los límites y orienta al docente que busque la solución de los problemas. En este sentido, es necesario que los docentes aprendan a gestionar la ansiedad de manera efectiva para que puedan lidiar con los desafíos de la educación.

En cuanto al tercer objetivo específico se encuentran diferencias significativas con respecto a la ansiedad según la edad, siendo mayor en docentes de 21 a 40 años que en docentes de 41 a 65 años. Esto quiere decir considerado a Geniz (2020) que el contexto ha obligado a los docentes a adaptarse fácilmente sin previa planificación, hecho que los ha puesto en un estado de alarma y preocupación; esta diferencia probablemente se da porque son los docentes más jóvenes los que además de adaptarse al mundo laboral han experimentado y enfrentando nuevos cambios en la educación tradicional. Un estudio que refuerza este resultado es el de Patiño (2021) quien encontró niveles bajos a nivel general en los docentes; sin embargo, en el análisis por edad encontró que los docentes más jóvenes habían alcanzado puntajes más altos de ansiedad en relación a docentes mayores.

Por otro lado, según sexo, tipo de institución e ingresos no existen diferencias significativas al igual que en el estudio de Smedema y Paz (2018) quienes, según el análisis por sexo, no se evidenciaron diferencias significativas y la investigación de Leyes (2019) quien al analizar los niveles de resiliencia entre escuelas de educación integral y

otra de primaria solo se observaron leves diferencias. Esto indica que los programas de intervención deben estar orientados especialmente a los profesores que recién están iniciando el ejercicio profesional.

Finalmente, considerando el último objetivo específico se evidencia que las dimensiones Competencia personal y Aceptación de sí mismo y de la vida se relacionan de manera significativa e inversa con la ansiedad. Estos datos considerando el sustento teórico de Wagnild y Young (1993) cuando existe un nivel adecuado de autoconfianza, perseverancia y una percepción coherente entre lo que se piensa y actúa existe menores respuestas desadaptativas que ocasionan síntomas a nivel físico, emocional y cognitivo. A pesar de que se hallaron esos resultados, existe una excepción en los docentes con mayor ingreso mensual ya que en este caso la ansiedad no se relacionó con la dimensión Competencia personal probablemente porque el nivel de ingreso también genere en el docente cierto grado de seguridad mucho más en el contexto de la pandemia; sin embargo, si se relacionó con la Aceptación de sí mismo y de la vida. Investigaciones similares no se han logrado identificar debido a que no se han focalizado en analizar la ansiedad y resiliencia según el ingreso mensual; no obstante, Henderson y Milstein (2013) consideran que se debe enseñar habilidades para la vida en los adultos tales como el manejo del estrés, solución de problemas para que se logre construir la resiliencia; mucho más en el profesorado (Cavaco, 2016).

Por lo tanto, considerando lo mencionado se acepta la hipótesis planteada en la cual indica que ambas variables se relacionan. Considerando estos hallazgos se hace hincapié en la importancia de abordar y analizar bajo este contexto estas dos variables; ya que se ha puesto en evidencia que los docentes han experimentado dificultades para manejar las nuevas tecnologías y adecuar la enseñanza a través de estos recursos, situación que genera en los docentes emociones intensificadas de miedo, sentimientos de insuficiencia los cuales pueden afectar la salud mental del docente y ocasionar problemas como la ansiedad, estrés e incluso el síndrome de Burnout (Imbernón, 2020).

CAPÍTULO IV: CONCLUSIONES

La relación que existe entre la ansiedad y resiliencia es significativa e inversa a nivel general, según sexo, edad, tipo de institución e ingresos mensuales. Esto quiere decir, que si se presenta una adecuada capacidad para afrontar los problemas existe menos presencia de tensión, nerviosismo, preocupación y aprensión.

El nivel que prevalece de resiliencia y sus dimensiones a nivel general, según sexo, edad, tipo de institución e ingresos mensuales es el alto. En cuanto a los indicadores de igual manera predomino el nivel alto, exceptuando la Ecuanimidad y serenidad y el Establecimiento de metas, los cuales se encontraron en un nivel medio.

La ansiedad se presenta en un nivel medio a nivel general al igual que en sus dimensiones (Ansiedad- Estado y Ansiedad-Rasgo) e indicadores según sexo, edad, tipo de institución educativa e ingresos mensuales.

Se encuentran diferencias significativas con respecto a la ansiedad según la edad, siendo mayor en docentes de 21 a 40 años; mientras que en la resiliencia no se evidenciaron diferencias significativas.

Existe una relación entre la ansiedad y las dimensiones de la resiliencia de forma significativa e inversa según sexo, edad y tipo de institución; mientras que según los ingresos mensuales solo en docentes con un ingreso mensual de S/429 a S/1071 la ansiedad no se relacionó con la dimensión Competencia personal.

CAPÍTULO V: RECOMENDACIONES

A los directores de las instituciones educativas, se les sugiere crear un clima que brinde seguridad a los docentes, en el cual se clarifiquen los objetivos y dificultades identificadas durante el desarrollo de las actividades académicas con el fin de brindar soporte al docente.

A los docentes practicar técnicas de relajación, organizar el tiempo de disponibilidad para sus labores e identificar situaciones que desencadenen tensión, preocupación, nerviosismo o aprensión con el fin de plantear alternativas que contribuyan a gestionar esas dificultades.

Al Servicio de Psicología diseñar talleres en el cual se entrene a los docentes en técnicas que contribuyan a gestionar la ansiedad.

A futuros investigadores se sugiere realizar estudio los cuales tengan por objetivo identificar los factores que desencadenan mayor ansiedad en los docentes.

REFERENCIAS

- Acuña, L. (21 de Abril de 2020). COVID-19, burnout y educación: el rostro que no se ve. *Educación Futura*. <http://www.educacionfutura.org/covid-19-burnout-y-educacion-el-rostro-que-no-se-ve/>
- Álvarez, P. (2018). Ética e investigación. *Boletín Virtual*, 7(2), 122-149. <https://www.csic.es/es/el-csic/etica/etica-en-la-investigacion>
- Arévalo, Y. y Quezada, Y. (2020). *Resiliencia en docentes de educación secundaria de lima metropolitana* [tesis de pregrado, Universidad Marcelino Champagne] https://repositorio.umch.edu.pe/bitstream/handle/UMCH/3236/194.Ar%C3%A9valo%20y%20Quezada_Trabajo%20de%20Investigaci%C3%B3n_Bachiller_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ayllón , M. y Quispe, G. (2020). *Ansiedad y resiliencia en el personal policial del departamento de investigación criminal durante la pandemia por el COVID 19, Puno - 2020* [tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo] https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_7b8b3d8f67c1316278ae31e52f838b35
- Calle, K. (2021). *Ansiedad generalizada en docentes de una institución educativa pública de Chiclayo, 2020* [tesis de preparado, Universidad Los Ángeles de Chimbote]. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/19412>
- Cavaco, A. (2016). La resiliencia del docente como factor crucial para superar las adversidades en una sociedad de cambios. *Tendencias pedagógicas*(28), 167-180. <https://revistas.uam.es/tendenciaspedagogicas/article/view/3831>
- Centro de Estudios Especializados en Trastornos de Ansiedad. (8 de Junio de 2015). <https://www.ceeta.org/2015/06/08/los-docentes-tienen-una-alta-propension-a-sufrir-trastornos-de-ansiedad/>
- Comisión Interoamericana de mujeres. (2020). *COVID-19 en la vida de las mujeres*. OEA.
- Compañía peruana de estudios de mercados y opinión pública . (2020). *Cuarentena Covid 19: Cómo afecta en lo económico a las familias del Perú urbano*. CPI.

<http://www.cpi.pe/images/upload/paginaweb/archivo/26/04-2020%20COVID-19%20COMO%20AFECATA%20EN%20LO%20ECONO%CC%81MICO.pdf>.

Cyrulnik, B. (2015). *Prólogo*. En Rubio, J. y Puig, G. Tutores de resiliencia. Dame un punto de apoyo y moveré mi mundo. Gedisa.

Díaz, C. y Barra, E. (2017). Resiliencia y satisfacción laboral en profesores de colegios municipales y particulares subvencionados de la comuna de Machalí*. *Estudios Pedagógicos XLIII*(1), 75-86.
https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0718-07052017000100005&lng=es&nrm=iso

Díaz, R., Gonzáles, S., González, N. y Montero, M. (2017). Resiliencia en adultos mayores: estudio de revisión. *Neurama*, 4(2), 22-29.
https://www.researchgate.net/profile/Ricardo_Diaz-Castillo/publication/326188717_Resiliencia_en_adultos_mayores_estudio_de_revisiion/links/5b3cfb4c4585150d23fdcb20/Resiliencia-en-adultos-mayores-estudio-de-revision.pdf?origin=publication_detail

De Priego, W. M. (2018). *Ansiedad y autorregulación emocional en acogedores de Lima* [tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú].
<http://repositorio.ucp.edu.pe/handle/UCP/460>.

Flores, D. (2018). *Relación entre ansiedad y resiliencia en las adolescentes en situación de riesgo de la casa de la niña de Loreto- Iquitos, 2017* [tesis de pregrado, Universidad Científica del Perú]. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/5544>.

Flores, M. (2014). *Nivel de Salud mental de las y los docentes que laboran en el Instituto Superación San Francisco y el Instituto Salesiano San Miguel de Tegucigalpa en el año 2013* [tesis de maestría, Universidad Pedagógica Nacional Francisco Morazán].
<http://www.cervantesvirtual.com/obra/nivel-de-la-salud-mental-de-las-y-los-docentes-que-laboran-en-el-instituto-superacion-san-francisco-y-en-el-instituto-salesiano-san-miguel-de-tegucigalpa-en-el-ano-2013/>

Flechas, A. (2020). Ansiedad y resiliencia en docentes de la Universidad Santo Tomás sede Villavicencio [tesis de pregrado, Universidad Santo Tomás sede Villavicencio].
<https://repository.usta.edu.co/jspui/bitstream/11634/31167/1/2020antonioflechas.pdf>

- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2020). *Acompañar la tarea del equipo docente, las familias y las y los estudiantes en casa*. UNICEF. <https://www.unicef.org/argentina/sites/unicef.org.argentina/files/2020-06/EDU-equipos-conduccion-Covid-2.pdf>.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (5 de Noviembre de 2020). *Salud mental e infancia en el escenario de la Covid-19*. UNICEF. <https://www.unicef.org/mexico/comunicados-prensa/m%C3%A1s-del-20-de-los-adolescentes-de-todo-el-mundo-sufren-trastornos-mentales>
- Geniz, D. (2020). Angustia, estrés y ansiedad. *La enseñanza a distancia pasa factura a los maestros*. Diario de Sevilla. https://www.diariodesevilla.es/andalucia/Andalucia-Educacion-ensenanza-distancia-maestros-angustia-estres-ansiedad_0_1463853868.html
- Gómez, M. (2019). *Estandarización de la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young en universitarios de Lima metropolitana* [tesis de pregrado, Universidad Ricardo Palma]. <https://url2.cl/mDdfI>
- Gonzales, I., Santos, E., Paiva, L., Aparecida, L., Aparecida, R y Alcalá, D. (2016). Ansiedad, depresión, resiliencia y autoestima en individuos con enfermedades cardiovasculares. *Revista Latinoamericana de Enfermagem*(24), 1-10. <https://url2.cl/PT93t>
- Grotberg, E. (1995). The Internacional Resilience Project: Promoting Resilience in Children. Wisconsin: Universidad de Wisconsin. *ERIC*, 1-56.
- Henderson, N. y Milstein, M. (2003). Resiliencia en la escuela. Buenos Aires: Paidós.
- Huamán, J. (2020). *Análisis de resiliencia y estrés laboral en docentes del nivel primaria del distrito de sunampe provincia de chincha, 2020* [tesis de maestría, Universidad Autonoma de Ica] <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/898/1/Jos%C3%A9%20Huam%C3%A1n%20Narvay%20.pdf>
- Imbernón, F. (18 de Mayo de 2020). El malestar del profesorado en tiempos de confinamiento y enseñanza virtual. *El periódico*. [https://www.elperiodico.com/es/opinion/20200518/articulo-francisco-imbern-](https://www.elperiodico.com/es/opinion/20200518/articulo-francisco-imbern%C3%B3n)

malestar-del-profesorado-en-tiempos-de-confinamiento-y-ensenanza-virtual-7966492

La República. (15 de Abril de 2020). El estrés que provoca la enseñanza virtual. *La República*.

Lara, G. (11 de Junio de 2020). Cuarentena afecta la conducta de más del 69% de niños. *El comercio*. <https://elcomercio.pe/lima/sucesos/cuarentena-afecta-la-conducta-de-mas-del-69-de-ninos-coronavirus-en-peru-coronavirus-covid-19-ninos-pandemia-noticia/>

Leyes, M. (2019). *Capacidad resiliente en docentes de Escuela de Educación Integral y Escuela primaria de la ciudad de Parana* [tesis de pregrado, Universidad Católica Argentina]. <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/8557>

Luthar, S., Cicchetti, D. y Becker, B. (2000). Research on resilience: Response to commentaries. *Response to commentaries*, 3(71), 573-575. https://www.researchgate.net/publication/227717654_Research_on_Resilience_Response_to_Commentaries

Madriaga, J. (2014). *Nuevas miradas sobre la Resiliencia*. Gedisa.

Mendoza, R. (2015). *Resiliencia y Síndrome de Burnout en docentes de nivel secundario de C.E.E del distrito de Villa María* [tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. <https://url2.cl/f3j8R>

Ministerio de Educación. (15 de Octubre de 2019). *Plataforma digital única del Estado*. Obtenido de <https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa-trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental>

Ministerio de Educación. (2019). *Política Nacional de Juventud [Decreto supremo N°013-2019]*. <https://juventud.gob.pe/wp-content/uploads/2019/10/POL%C3%8DTICA-NACIONAL-DE-LA-JUVENTUD.pdf>.

Morales, J. (2017). Ansiedad y agresividad en adolescentes de 13 a 17 años de dos instituciones educativas del distrito de Puente Piedra, 2017 [tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/3572/Morales_NJL.pdf?sequence=6&isAllowed=y

- Montoro, P. (2020). Factores protectores de la resiliencia en estudiantes de enfermería de una universidad nacional Lima, 2019 [tesis de prgrado, UniversidadnACIONAL MAYOR DE San Marcos]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/3572/Morales_NJL.pdf?sequence=6&isAllowed=y
- Organización Internacional del Trabajo. (24 de Abril de 2015). *Empoderamiento de los docentes: La enseñanza en la agenda para la educación después de 2015*. OIT
- Organización mundial de la salud. (Mayo de 2019). OMS. https://www.who.int/mental_health/in_the_workplace/es/
- Organización Panamericana de la Salud. (2020). *Consideraciones psicosociales y de salud mental durante el brote de COVID-19*. OPS. <https://www.paho.org/sites/default/files/2020-03/smmaps-coronavirus-es-final-17-mar-20.pdf>.
- Patiño, G. (2021). Niveles de ansiedad y depresión en la práctica docente por confinamiento [tesis de maestría, Universidad Internacional Sek] <https://repositorio.uisek.edu.ec/bitstream/123456789/4088/1/G%C3%A9nesis%20Jhael%20Pati%C3%B1o%20Navarrete.pdf>
- Ramos, M. (2019). *Nivel de resiliencia en alumnos del 4to y 5to año de secundaria de una Institución Educativa Estatal de Lima 2018* [tesis de pregrado, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/3709>
- Rojas, J. (22 de Agosto de 2018). *Fonde CYT*. <http://www.fondecyt.gob.pe/interactiva/fondecyt-informa/70-de-los-trabajadores-peruanos-sufren-estres-laboral>
- Saavedra, E., Salas, G., Cornejo, C. y Morales, P. (2015). *Resiliencia y Calidad de vida: La Psicología educacional en diálogo con otras disciplinas* [tesis de pregrado, Universidad Católica Maule]. <https://url2.cl/zH7Ds>
- Smedema, Y., & Paz, F. (2018). Resiliencia, ansiedad y sentido de vida en estudiantes universitarios. *Cauriensia*, 13, 87-106. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6747999>
- Spielberger, C. (1966). *Anxiety and Behavior*. Academic Press.

- Stossel, S. (2014). *Ansiedad; miedo, esperanza y la búsqueda de la paz interior*. Planeta S.A.
- Taboada, A., Ezpeleta, L. y De la Osa, N. (1998). Factores de riesgo de los trastornos de ansiedad en la infancia y adolescencia: Una revisión. *Apuntes de Psicología*, 16(1), 47-72. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2892047>
- Tineo, E. y Berna, Y. (2017). *Niveles de Ansiedad y Agresividad en adolescentes de una Institución educativa, Chiclayo 2017* [tesis de pregrado, Universidad de Señor de Sipán].
<http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/4626/Berna%20Carlos%20-%20Tineo%20D%3%adaz.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Ugarte, S. (2021). Resiliencia, compromiso organizacional y ansiedad social en docentes del sector público, del distrito de Santa María, 2021 [tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo]
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/70396/Ugarte_DSJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Universidad Continental. (13 de Marzo de 2020). *Coronavirus en el Perú: ¿Cuál es el impacto psicológico?* . <https://blogs.ucontinental.edu.pe/coronavirus-en-el-peru-cual-es-el-impacto-psicologico/temas/psicologia/>
- Vanistendael, S. (2005). *La resiliencia: desde una inspiración hacia cambios práctico, II Congreso Internacional de los Trastornos del Comportamiento en Niños adolescentes*. Madrid.
- Vargas, E. (2016). *Ansiedad Estado- Rasgo y Resiliencia en las adolescentes en situación de riesgo de un albergue de Trujillo* [tesis de pregrado, Universidad Privada Antenor Orrego]. <http://repositorio.upao.edu.pe/handle/upaorep/1972>.
- Vicente, I. y Gabari, I. (2019). Burnout y Factores de Resiliencia en Docentes de Educación Secundaria. *RISE – International Journal of Sociology of Education*, 8(2), 127-152. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7324275>
- Virues, R. (2005). Estudio sobre ansiedad. *Psicología Científica.com*, 8(7), 1-10. <https://www.psicologiacientifica.com/ansiedad-estudio/>

- Wagnild, G. y Young, H. (1993). Desarrollo y evaluación psicométrica de la resiliencia. *Journal of Nursing Measurement*, 2(1), 165-168.
<https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar/article/view/26772>
- Yauri, E. (2016). *Resiliencia y estrés laboral en docentes de Instituciones Educativas de nivel primario del Distrito de Colcabamba – Huancavelica* [tesis de pregrado, tesis de preparado, Universidad Nacional del Centro del Perú].
<http://hdl.handle.net/20.500.12894/4519>.

ANEXOS

ANEXO 1: ESCALA DE RESILENCIA DE WAGNILD Y YOUNG

Estimado docente a continuación se le presenta una escala con el objetivo de evaluar su nivel de resiliencia para ello se presentan una serie de ítems la cual deberán ser respondidos conforme su nivel de desacuerdo o acuerdo.

ÍTEMS	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Parcialmente en desacuerdo	Indiferente	Parcialmente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista.	1	2	3	4	5	6	7
2. La confianza en mí mismo me permite pasar los tiempos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7
3. Soy decidido.	1	2	3	4	5	6	7
4. Usualmente manejo los problemas de distintos modos.	1	2	3	4	5	6	7
5. Siento que puedo manejar varias cosas a la vez.	1	2	3	4	5	6	7
6. Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	1	2	3	4	5	6	7
7. Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás.	1	2	3	4	5	6	7
8. Usualmente encuentro cosas en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7
9. En una emergencia soy alguien en quien las personas pueden confiar.	1	2	3	4	5	6	7
10. Siento orgullo de haber logrado cosas en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7
11. He podido atravesar situaciones difíciles, porque he experimentado dificultades antes	1	2	3	4	5	6	7
12. Me basto a mí mismo si lo creo necesario.	1	2	3	4	5	6	7
13. A veces yo hago cosas quiera o no.	1	2	3	4	5	6	7
14. Mantengo interés en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
15. Mi vida tiene sentido.	1	2	3	4	5	6	7
16. Generalmente tengo energía para hacer aquello que tengo que hacer.	1	2	3	4	5	6	7
17. Soy auto disciplinado	1	2	3	4	5	6	7
18. Mantengo el interés en aquellas cosas importantes para mí.	1	2	3	4	5	6	7
19. Cuando hago planes los llevo a cabo hasta el final.	1	2	3	4	5	6	7
20. Acostumbro a tomar las cosas sin mucha preocupación.	1	2	3	4	5	6	7
21. Soy amigable conmigo mismo.	1	2	3	4	5	6	7
22. Hago las cosas de una por vez.	1	2	3	4	5	6	7
23. Rara vez me pregunto sobre el objetivo de las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
24. No insisto en cosas en las que no puedo hacer nada al respecto.	1	2	3	4	5	6	7
25. Me siento cómodo si hay gente que no me agrada.	1	2	3	4	5	6	7

ANEXO 2

ESCALA DE ANSIEDAD- ESTADO

INSTRUCCIONES: Estimado(a) docente. A continuación, se le presenta un cuestionario con una serie de vivencias que pretende medir sus niveles de Ansiedad- estado. Marcar la alternativa que refleje cómo te sientes sin saltarse ninguna pregunta

Nº	VIVENCIAS	Nada	Algo	Bastante	Mucho
1	Me siento calmado				
2	Me siento seguro				
3	Estoy tenso				
4	Estoy contrariado				
5	Me siento cómodo				
6	Me siento alterado				
7	Estoy preocupado ahora por posibles desgracias futuras				
8	Me siento descansado				
9	Me siento angustiado				
10	Me siento confortable				
11	Tengo confianza en mí mismo				
12	Me siento nervioso				
13	Estoy desasosegado				
14	Me siento muy “atado” (como oprimido)				
15	Estoy relajado				
16	Me siento satisfecho				
17	Estoy preocupado				
18	Me siento aturdido y sobreexcitado				
19	Me siento alegre				
20	En este momento no me siento bien				

ESCALA DE ANSIEDAD- RASGO

INSTRUCCIONES: Estimado (a) docente. A continuación, se le presenta un cuestionario con una serie de vivencias que pretende medir sus niveles de Ansiedad Rasgo. Marcar la alternativa que refleje cómo te sientes sin saltarse ninguna pregunta.

Nº	VIVENCIAS	Casi nunca	Algunas veces	Frecuente	Casi siempre
21	Me siento mal				
22	Me canso rápidamente				
23	Siento ganas de llorar				
24	Quisiera ser tan feliz como otras personas parecen ser.				
25	Pierdo oportunidades por no poder decidirme.				
26	Me siento descansado.				
27	Soy una persona tranquila serena y sosegada.				
28	Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas.				
29	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.				
30	Soy feliz.				
31	Tomo las cosas muy a pecho.				
32	Me falta confianza en mí mismo.				
33	Me siento seguro.				
34	Trato de sacarle “el por qué” a las crisis y dificultades.				
35	Me siento melancólico.				
36	Me siento satisfecho.				
37	Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente.				
38	Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza.				
39	Soy una persona estable.				
40	Cuando pienso en los asuntos que temo entre manos me tensa y altera.				

ANEXO 3

CARACTERÍSTICAS DE LOS DOCENTES

Variables de agrupación		F	%
Sexo	Masculino	53	40%
	Femenino	81	60%
Edad	21 a 40	47	35%
	41 a 65	87	65%
Tipo IE	Institución pública	113	84%
	Institución particular	21	16%
Nivel de enseñanza	Primaria	21	16%
	Secundaria	113	84%
Ingresos mensuales	S/429 a S/1071	30	22%
	S/1072 a S/5355	104	78%

ANEXO 4

CONFIABILIDAD Y VALIDEZ DE LOS INSTRUMENTOS

Estadísticas de fiabilidad		
Instrumento	Alfa de Cronbach	N de elementos
Escala de Resiliencia de Wagnild y Young	.916	25
Inventario de Ansiedad Rasgo- Estado (IDARE)	.945	40
V de Aken de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young		
Competencia personal		0.98
Aceptación de sí mismo y de la vida		0.99
Ansiedad		0.98
V de Aken del Inventario de Ansiedad Rasgo- Estado (IDARE)		
Ansiedad Rasgo		0.98
Ansiedad Estado		1.00
Ansiedad		0.99

ANEXO 5

Pruebas de normalidad

		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Variable	Ansiedad	.072	134	.000	.977	134	.022
Dimensión 1	Ansiedad-Estado	.079	134	.038	.978	134	.032
	Tensión transitoria	.125	134	.000	.963	134	.001
Indicadores	Nerviosismo transitorio	.105	134	.001	.952	134	.000
	Preocupación transitoria	.122	134	.000	.970	134	.005
	Aprensión transitoria	.091	134	.008	.964	134	.001
Dimensión 2	Ansiedad-Rasgo	.065	134	.200*	.977	134	.021
	Tensión	.131	134	.000	.954	134	.000
Indicadores	Nerviosismo	.110	134	.000	.972	134	.007
	Preocupación	.123	134	.000	.941	134	.000
	Aprensión	.168	134	.000	.943	134	.000

*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

Pruebas de normalidad

		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Variable	Resiliencia	.116	134	.000	.795	134	.000
Dimensión 1	Competencia Personal	.109	134	.001	.825	134	.000
	Ecuanimidad y serenidad	.186	134	.000	.924	134	.000
Indicadores	Autodisciplina	.181	134	.000	.768	134	.000
	Actitud constructiva de la vida	.214	134	.000	.782	134	.000
	Confianza en sí mismo	.182	134	.000	.804	134	.000
	Perspectiva equilibrada de la vida	.172	134	.000	.929	134	.000
	Establecimiento de metas	.277	134	.000	.726	134	.000
Dimensión 2	Aceptación de Sí Mismo y de la Vida	.169	134	.000	.756	134	.000
	Satisfacción personal	.178	134	.000	.693	134	.000
Indicadores	Capacidad del desarrollo del sentido de libertad	.150	134	.000	.881	134	.000
	Comprensión del sentido de vida	.406	134	.000	.515	134	.000

*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

ANEXO 6

Validación por expertos de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young

EVALUACION POR JUICIO DE EXPERTOS

Dimensión	Indicador	Ítems	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observación / recomendación
Competencia personal	Ecuanimidad y serenidad	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	4	4	4	
		Acostumbro a tomar las cosas sin mucha preocupación.	4	4	4	
	Autodisciplina	Los obstáculos no me impiden abandonar las actividades para lograr una meta.	4	4	4	
		Mantengo el interés en aquellas cosas importantes para mí.	4	4	4	
		Generalmente tengo energía para cumplir con mis deberes.	4	4	4	
		Soy autodisciplinado(a).	4	4	4	
	Actitud constructiva de la vida	Mantengo una actitud positiva ante cualquier circunstancia.	4	4	4	
		Puedo afrontar situaciones difíciles, porque antes ya he experimentado y superado otras dificultades.	4	3	4	
	Confianza en sí mismo	La confianza en mí mismo(a) me permite mantenerme tranquilo y seguro en los tiempos difíciles.	4	4	4	
		Tengo confianza en mis decisiones.	4	4	4	
		Siento que soy eficiente y eficaz, incluso cuando hago varias cosas a la vez.	4	4	4	

		En una emergencia soy alguien en quien las personas pueden confiar.	4	4	4	
		Tengo lo necesario dentro de mí para conseguir mis objetivos.	4	4	4	
	Perspectiva equilibrada de la vida	Puedo tener diferentes puntos de vista con respecto a una misma situación.	4	4	4	
		Manejo los problemas de distintos modos.	4	4	4	
		No insisto en cosas en las que no puedo hacer nada al respecto.	4	4	4	
	Establecimiento de metas	Cuando hago planes los llevo a cabo hasta el final.	4	4	4	
Aceptación de sí mismo y de la vida	Satisfacción personal	Siento orgullo de todo lo que he logrado hasta ahora en mi vida.	4	4	4	
		Estoy satisfecho con mis capacidades personales.	4	4	4	
		Reconozco mis habilidades y fortalezas.	4	4	4	
		Disfruto de las cosas que hago.	4	4	4	
	Capacidad del desarrollo del sentido de libertad	Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo(a) sin depender de los demás.	4	4	4	
		Me siento libre de hacer las cosas que yo quiero.	4	4	4	
		Me siento libre de ser yo mismo(a) ante cualquier persona.	4	4	4	
	Comprensión del sentido de vida	Mi vida tiene sentido.	4	4	4	

ESCALA DE VALORACIÓN:

NIVEL	DESCRIPCIÓN	NIVEL DE VALIDACIÓN (X)
ALTA	El instrumento evaluado está apto para su aplicación	X
MEDIA	El instrumento evaluado requiere reajuste antes de su aplicación	
BAJA	Rehacer el instrumento	

SUGERENCIAS Y RECOMENDACIONES:

Ninguna

CONSTANCIA DE JUICIO DE EXPERTO:

El que suscribe Anshirley Solange Silva Cabanillas, identificado con DNI N° 72248375, certifico que realicé el juicio de experto del instrumento adaptado por las tesis: Rocío Karina Cumpa Ayasta y Karen Lucero Yarlaqué Sánchez en la investigación: "Resiliencia y ansiedad en docentes de dos instituciones educativas de Lambayeque, en tiempos de COVID-19".


LIC. Anshirley Solange Silva Cabanillas
N° de Colegiatura: 38545

EVALUACION POR JUICIO DE EXPERTOS

Dimensión	Indicador	Ítems	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observación / recomendación
Competencia personal	Ecuanimidad y serenidad	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	4	4	4	
		Acostumbro a tomar las cosas sin mucha preocupación.	3	4	4	
	Autodisciplina	Los obstáculos no me impiden abandonar las actividades para lograr una meta.	4	4	4	
		Mantengo el interés en aquellas cosas importantes para mí.	4	4	4	
		Generalmente tengo energía para cumplir con mis deberes.	4	4	4	
		Soy autodisciplinado(a).	4	4	4	
	Actitud constructiva de la vida	Mantengo una actitud positiva ante cualquier circunstancia.	4	4	4	
		Puedo afrontar situaciones difíciles, porque antes ya he experimentado y superado otras dificultades.	4	3	4	
	Confianza en sí mismo	La confianza en mí mismo(a) me permite mantenerme tranquilo y seguro en los tiempos difíciles.	4	4	4	
		Tengo confianza en mis decisiones.	3	4	4	
		Siento que soy eficiente y eficaz, incluso cuando hago varias cosas a la vez.	4	4	4	
		En una emergencia soy alguien en quien las personas pueden confiar.	4	4	4	

		Tengo lo necesario dentro de mí para conseguir mis objetivos.	4	4	4	
	Perspectiva equilibrada de la vida	Puedo tener diferentes puntos de vista con respecto a una misma situación.	4	4	4	
		Manejo los problemas de distintos modos.	4	4	4	
		No insisto en cosas en las que no puedo hacer nada al respecto.	4	4	4	
	Establecimiento de metas	Cuando hago planes los llevo a cabo hasta el final.	4	4	4	
Aceptación de sí mismo y de la vida	Satisfacción personal	Siento orgullo de todo lo que he logrado hasta ahora en mi vida.	4	4	4	
		Estoy satisfecho con mis capacidades personales.	4	4	4	
		Reconozco mis habilidades y fortalezas.	4	4	4	
		Disfruto de las cosas que hago.	4	4	4	
	Capacidad del desarrollo del sentido de libertad	Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo(a) sin depender de los demás.	4	4	4	
		Me siento libre de hacer las cosas que yo quiero.	4	4	4	
		Me siento libre de ser yo mismo(a) ante cualquier persona.	4	4	4	
	Comprensión del sentido de vida	Mi vida tiene sentido.	4	4	4	

ESCALA DE VALORACIÓN:

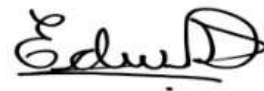
NIVEL	DESCRIPCIÓN	NIVEL DE VALIDACIÓN (X)
ALTA	El instrumento evaluado está apto para su aplicación	X
MEDIA	El instrumento evaluado requiere reajuste antes de su aplicación	
BAJA	Rehacer el instrumento	

SUGERENCIAS Y RECOMENDACIONES:

Ninguna

CONSTANCIA DE JUICIO DE EXPERTO:

El que suscribe **Edwin Abel Tarrillo Vásquez** identificado con DNI N° **48014706**, certifico que realicé el juicio de experto del instrumento adaptado por las tesis: Rocío Karina Cumpa Ayasta y Karen Lucero Yarlaqué Sánchez en la investigación: "Resiliencia y ansiedad en docentes de dos instituciones educativas de Lambayeque, en tiempos de COVID-19".



LIC. Edwin Abel Tarrillo Vásquez
N° de Colegiatura: 36718

Dimensión	Indicador	Ítems	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observación / recomendación
Competencia personal	Ecuanimidad y serenidad	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	4	4	4	
		Acostumbro a tomar las cosas sin mucha preocupación.	4	4	4	
	Autodisciplina	Los obstáculos no me impiden abandonar las actividades para lograr una meta.	4	4	4	
		Mantengo el interés en aquellas cosas importantes para mí.	4	4	4	
		Generalmente tengo energía para cumplir con mis deberes.	3	4	4	
		Soy autodisciplinado(a).	4	4	4	
	Actitud constructiva de la vida	Mantengo una actitud positiva ante cualquier circunstancia.	4	4	4	
		Puedo afrontar situaciones difíciles, porque antes ya he experimentado y superado otras dificultades.	3	4	4	
	Confianza en sí mismo	La confianza en mí mismo(a) me permite mantenerme tranquilo y seguro en los tiempos difíciles.	3	4	4	
		Tengo confianza en mis decisiones.	4	4	4	
		Siento que soy eficiente y eficaz, incluso cuando hago varias cosas a la vez.	2	4	4	
		En una emergencia soy alguien en quien las personas pueden confiar.	4	4	4	
		Tengo lo necesario dentro de mí para conseguir mis objetivos.	4	4	4	
		Puedo tener diferentes puntos de vista con respecto a una misma situación.	2	4	4	
		Manejo los problemas de distintos modos.	4	4	4	

	Perspectiva equilibrada de la vida	No insisto en cosas en las que no puedo hacer nada al respecto.	4	4	4	
	Establecimiento de metas	Cuando hago planes los llevo a cabo hasta el final.	4	4	4	
Aceptación de sí mismo y de la vida	Satisfacción personal	Siento orgullo de todo lo que he logrado hasta ahora en mi vida.	2	4	4	
		Estoy satisfecho con mis capacidades personales.	4	4	4	
		Reconozco mis habilidades y fortalezas.	4	4	4	
		Disfruto de las cosas que hago.	4	4	4	
	Capacidad del desarrollo del sentido de libertad	Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo(a) sin depender de los demás.	4	4	4	
		Me siento libre de hacer las cosas que yo quiero.	4	4	4	
		Me siento libre de ser yo mismo(a) ante cualquier persona.	4	4	4	
	Comprensión del sentido de vida	Mi vida tiene sentido.	4	4	4	

ESCALA DE VALORACIÓN:

NIVEL	DESCRIPCIÓN	NIVEL DE VALIDACIÓN (X)
ALTA	El instrumento evaluado está apto para su aplicación	X
MEDIA	El instrumento evaluado requiere reajuste antes de su aplicación	
BAJA	Rehacer el instrumento	

SUGERENCIAS Y RECOMENDACIONES:

Ninguna

CONSTANCIA DE JUICIO DE EXPERTO:

El que suscribe Eliana Vanessa Castro Rentería identificada con DNI N° **73022256**, certifico que realicé el juicio de experto del instrumento adaptado por las tesis: Rocío Karina Cumpa Ayasta y Karen Lucero Yarlaqué Sánchez en la investigación: "Resiliencia y ansiedad en docentes de dos instituciones educativas de Lambayeque, en tiempos de COVID-19".



Lic. En Psic. Eliana Vanessa Castro
Rentería
N° Colegiatura: 36719

ANEXO 7:

Validación por expertos del Inventario de Ansiedad Rasgo- Estado (IDARE)

EVALUACION POR JUICIO DE EXPERTOS

Dimensión	Indicador	Ítems	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observación / recomendación
Ansiedad Rasgo	Tensión	26. He sido una persona relajada.	4	4	4	
		31. Tomo las cosas muy a pecho.	4	4	4	
		40. Cuando pienso en los asuntos que tengo pendientes me tenso y altero.	4	4	4	
	Nerviosismo	23. Ante situaciones difíciles siento ganas de llorar.	4	4	4	
		25. Pierdo oportunidades por no poder decidirme.	4	4	4	
		27. Soy una persona tranquila, serena y sosegada.	4	4	4	
		33. Me considero una persona segura.	4	4	4	
		34. En mi vida me he sido inseguro ante las crisis y dificultades.	4	4	4	
	Preocupación	24. Quisiera ser tan feliz como otras personas parecen ser.	4	4	4	
		28. Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas.	3	4	4	
		37. Me molesto mucho incluso por las cosas que considero poco importantes.	4	4	4	
		32. Me falta confianza en mí mismo(a).	4	4	4	

Ansiedad Estado		30. Soy feliz con lo que tengo.	4	4	4	
		35. Soy una persona impaciente.	4	4	4	
		29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.	4	4	4	
		38. Me afectan tanto las decepciones que no puedo dejar de pensar en ellas.	4	4	4	
		39. Soy una persona estable.	4	4	4	
	Aprensión	22. Me canso rápidamente.	4	4	4	
		36. Realizo actividades físicas sin agitarme demasiado.	4	4	4	
		21. Me considero una persona saludable.	4	4	4	
	Tensión transitoria	8. Me siento cómodo(a) en este momento.	4	4	4	
		3. Estoy tenso(a).	4	3	4	
		19. Me siento alegre.	4	4	4	
		1. Me siento tranquilo(a).	4	4	4	
	Nerviosismo transitorio	9. Me siento angustiado(a).	4	4	4	
		10. Me encuentro a gusto donde estoy ahora.	4	4	4	
		12. Me siento nervioso(a).	4	4	4	
		14. Me siento muy presionado(a).	4	4	4	
		15. Estoy relajado(a).	4	4	4	
	Preocupación transitoria	2. Me siento seguro(a).	4	4	4	
		7. Estoy preocupado(a) ahora por posibles desgracias futuras.	4	4	4	
		11. Tengo confianza en mí mismo(a).	4	4	4	
		17. Estoy preocupado(a) por la actual situación.	4	4	4	
		4. Estoy disgustado con mi situación actual.	4	4	4	

	Aprensión transitoria	18. Me siento aturdido(a) y estresado(a).	4	4	4	
		5. Me siento calmo y sereno.	4	4	4	
		13. Siento que me agito.	4	4	4	
		6. Me siento alterado(a).	4	4	4	
		16. Siento que mi salud marcha bien.	4	4	4	
		20. Me siento saludable.	4	4	4	

ESCALA DE VALORACIÓN:

NIVEL	DESCRIPCIÓN	NIVEL DE VALIDACIÓN (X)
ALTA	El instrumento evaluado está apto para su aplicación	X
MEDIA	El instrumento evaluado requiere reajuste antes de su aplicación	
BAJA	Rehacer el instrumento	

SUGERENCIAS Y RECOMENDACIONES:

Ninguna

CONSTANCIA DE JUICIO DE EXPERTO:

El que suscribe Anshirley Solange Silva Cabanillas, identificado con DNI N° 72248375, certifico que realicé el juicio de experto del instrumento adaptado por las tesis: Rocío Karina Cumpa Ayasta y Karen Lucero Yarlaqué Sánchez en la investigación: "Resiliencia y ansiedad en docentes de instituciones educativas de la región Lambayeque, en tiempos de COVID-19"



LIC. Anshirley Solange Silva Cabanillas
N° de Colegiatura: 38545

EVALUACION POR JUICIO DE EXPERTOS

Dimensión	Indicador	Ítems	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observación / recomendación
Ansiedad Rasgo	Tensión	26. He sido una persona relajada.	4	4	4	
		31. Tomo las cosas muy a pecho.	3	4	4	
		40. Cuando pienso en los asuntos que tengo pendientes me tenso y altero.	4	4	4	
	Nerviosismo	23. Ante situaciones difíciles siento ganas de llorar.	4	4	4	
		25. Pierdo oportunidades por no poder decidirme.	4	4	4	
		27. Soy una persona tranquila, serena y sosegada.	4	4	4	
		33. Me considero una persona segura.	4	4	4	
		34. En mi vida me he sentido inseguro ante las crisis y dificultades.	4	3	4	
	Preocupación	24. Quisiera ser tan feliz como otras personas parecen ser.	4	4	4	
		28. Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas.	3	4	4	
		37. Me molesto mucho incluso por las cosas que considero poco importantes.	4	4	4	
		32. Me falta confianza en mí mismo(a).	4	4	4	
		30. Soy feliz con lo que tengo.	4	4	4	
		35. Soy una persona impaciente.	4	4	4	

Ansiedad Estado	Aprensión	29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.	4	4	4	
		38. Me afectan tanto las decepciones que no puedo dejar de pensar en ellas.	3	4	4	
		39. Soy una persona estable.	4	4	4	
		22. Me canso rápidamente.	4	4	4	
		36. Realizo actividades físicas sin agitarme demasiado.	4	4	4	
		21. Me considero una persona saludable.	4	4	4	
	Tensión transitoria	8. Me siento cómodo(a) en este momento.	4	4	4	
		3. Estoy tenso(a).	4	3	4	
		19. Me siento alegre.	4	4	4	
		1. Me siento tranquilo(a).	4	4	4	
	Nerviosismo transitorio	9. Me siento angustiado(a).	4	4	4	
		10. Me encuentro a gusto donde estoy ahora.	4	4	4	
		12. Me siento nervioso(a).	4	4	4	
		14. Me siento muy presionado(a).	4	4	4	
		15. Estoy relajado(a).	4	4	4	
	Preocupación transitoria	2. Me siento seguro(a).	4	4	4	
		7. Estoy preocupado(a) ahora por posibles desgracias futuras.	4	4	4	
		11. Tengo confianza en mí mismo(a).	4	4	4	
		17. Estoy preocupado(a) por la actual situación.	4	4	4	
		4. Estoy disgustado con mi situación actual.	4	4	4	
		18. Me siento aturdido(a) y estresado(a).	4	4	4	
		5. Me siento calmo y sereno.	4	4	4	

	Aprensión transitoria	13. Siento que me agito.	4	4	4	
		6. Me siento alterado(a).	4	4	4	
		16. Siento que mi salud marcha bien.	4	4	4	
		20. Me siento saludable.	4	4	4	

ESCALA DE VALORACIÓN:

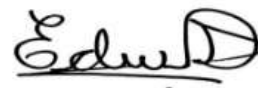
NIVEL	DESCRIPCIÓN	NIVEL DE VALIDACIÓN (X)
ALTA	El instrumento evaluado está apto para su aplicación	X
MEDIA	El instrumento evaluado requiere reajuste antes de su aplicación	
BAJA	Rehacer el instrumento	

SUGERENCIAS Y RECOMENDACIONES:

Ninguna

CONSTANCIA DE JUICIO DE EXPERTO:

El que suscribe **Edwin Abel Tarrillo Vásquez** identificado con DNI N° **48014706**, certifico que realicé el juicio de experto del instrumento adaptado por las tesis: Rocío Karina Cumpa Ayasta y Karen Lucero Yarlaqué Sánchez en la investigación: "Resiliencia y ansiedad en docentes de instituciones educativas de la región Lambayeque, en tiempos de COVID-19"



LIC. Edwin Abel Tarrillo Vásquez
N° de Colegiatura: 36718

EVALUACION POR JUICIO DE EXPERTOS

Dimensión	Indicador	Ítems	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observación / recomendación
Ansiedad Rasgo	Tensión	26. He sido una persona relajada.	3	4	4	
		31. Tomo las cosas muy a pecho.	4	4	4	
		40. Cuando pienso en los asuntos que tengo pendientes me tenso y altero.	4	4	4	
	Nerviosismo	23. Ante situaciones difíciles siento ganas de llorar.	2	4	4	
		25. Pierdo oportunidades por no poder decidirme.	4	4	4	
		27. Soy una persona tranquila, serena y sosegada.	4	4	4	
		33. Me considero una persona segura.	4	4	4	
	Preocupación	34. En mi vida me he sido inseguro ante las crisis y dificultades.	4	4	4	
		24. Quisiera ser tan feliz como otras personas parecen ser.	4	4	4	
		28. Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas.	4	4	4	
		37. Me molesto mucho incluso por las cosas que considero poco importantes.	3	4	4	
		32. Me falta confianza en mí mismo(a).	4	4	4	
		30. Soy feliz con lo que tengo.	4	4	4	
		35. Soy una persona impaciente.	4	4	4	

Ansiedad Estado	Aprensión	29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.	4	4	4	
		38. Me afectan tanto las decepciones que no puedo dejar de pensar en ellas.	4	4	4	
		39. Soy una persona estable.	4	4	4	
		22. Me canso rápidamente.	4	4	4	
		36. Realizo actividades físicas sin agitarme demasiado.	4	4	4	
		21. Me considero una persona saludable.	2	4	3	
	Tensión transitoria	8. Me siento cómodo(a) en este momento.	4	4	4	
		3. Estoy tenso(a).	4	4	4	
		19. Me siento alegre.	4	4	4	
		1. Me siento tranquilo(a).	4	4	4	
	Nerviosismo transitorio	9. Me siento angustiado(a).	4	4	4	
		10. Me encuentro a gusto donde estoy ahora.	4	4	4	
		12. Me siento nervioso(a).	4	4	4	
		14. Me siento muy presionado(a).	4	4	4	
		15. Estoy relajado(a).	4	4	4	
	Preocupación transitoria	2. Me siento seguro(a).	4	4	4	
		7. Estoy preocupado(a) ahora por posibles desgracias futuras.	4	4	4	
		11. Tengo confianza en mí mismo(a).	4	4	4	
		17. Estoy preocupado(a) por la actual situación.	4	4	4	
		4. Estoy disgustado con mi situación actual.	4	4	4	
		18. Me siento aturdido(a) y estresado(a).	4	4	4	
		5. Me siento calmo y sereno.	4	4	4	

	Aprensión transitoria	13. Siento que me agito.	4	4	4	
		6. Me siento alterado(a).	4	4	4	
		16. Siento que mi salud marcha bien.	4	4	4	
		20. Me siento saludable.	4	4	4	

ESCALA DE VALORACIÓN:

NIVEL	DESCRIPCIÓN	NIVEL DE VALIDACIÓN (X)
ALTA	El instrumento evaluado está apto para su aplicación	X
MEDIA	El instrumento evaluado requiere reajuste antes de su aplicación	
BAJA	Rehacer el instrumento	

SUGERENCIAS Y RECOMENDACIONES:

Ninguna.

CONSTANCIA DE JUICIO DE EXPERTO:

El que suscribe Eliana Vanessa Castro Rentería identificada con DNI N° **73022256**, certifico que realicé el juicio de experto del instrumento adaptado por las tesis: Rocío Karina Cumpa Ayasta y Karen Lucero Yarlaqué Sánchez en la investigación: "Resiliencia y ansiedad en docentes de instituciones educativas de la región Lambayeque, en tiempos de COVID-19"

Lic. En Psic. Eliana Vanessa Castro
Rentería
N° Colegiatura: 36719

ANEXO 08:

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado(a) docente, usted ha sido invitada(o) para participar de la investigación "Resiliencia y ansiedad en docentes de instituciones educativas de la región Lambayeque, en tiempos de COVID-19". En esta investigación se utilizarán dos cuestionarios. Si en caso presenta dudas, puede consultarlo con: Rocío Karina Cumpa Ayasta (945082007) y Karen Lucero Yarlaqué Sánchez (964526894), egresadas de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo, responsables de la investigación.

Tenga en cuenta que su participación es voluntaria, todos los datos recabados solo serán utilizados para fines de investigación, asegurando la confidencialidad de sus respuestas, en la evaluación podrá colocar de forma opcional un correo si desea tener sus resultados individuales, los cuales serán enviados luego de terminar el proceso de evaluación y procesamiento de resultados. La duración aproximada es de 30 minutos. Es libre de participar o no del estudio.

He leído el consentimiento informado y acepto formar parte del estudio:

SÍ () NO ()

NOMBRES Y APELLIDOS:

FECHA:

FIRMA: _____

ANEXO 09:

Autorizaciones del lugar de estudio



"AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERÚ: 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA"

MONSEFÚ, DICIEMBRE DE 2021.

CONSTANCIA

El Director de la Institución Educativa Privada "PRISMA - MONSEFÚ", hace constar que las Srtas.

Cumpa Ayasta Rocio Karina

Yarlaqué Sánchez Karen Lucero

Recibieron la autorización para evaluar a los docentes de nuestra institución y aplicar la investigación "Resiliencia y ansiedad en docentes de instituciones educativas de Lambayeque, en tiempos del COVID-19".

Expedimos la presente constancia a solicitud de la parte interesada para los fines que estime conveniente.

Atentamente.



LIC. EDWIN F. CARRIÓN RODRÍGUEZ
DIRECTOR

¡El camino a la Excelencia!

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA "SAN MARTÍN" - LAMBAYEQUE



"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

Lambayeque, noviembre del 2021.

Oficio N°093-2021- DI. IES. San Martín/UGEL-L

Srtas.

Cumpa Ayasta Rocio Karina

Yarlaqué Sánchez Karen Lucero

Asunto: Conceder autorización para llevar a cabo la investigación "Resiliencia y ansiedad en docentes de instituciones educativas de Lambayeque, en tiempos del COVID-19".

Referencia: Carta solicitud para autorización

Tengo el agrado de saludarlas, en atención al documento de referencia quién suscribe, Director de la Institución Educativa San Martín de Lambayeque, deja constancia, tras recibir el documento de la referencia, para llevar a cabo el estudio "Resiliencia y ansiedad en docentes de instituciones educativas de Lambayeque, en tiempos del COVID-19".

Mi despacho concede la autorización solicitada por ustedes en su calidad de investigadoras para que puedan evaluar a los docentes de la Institución Educativa Secundaria San Martín, de la ciudad de Lambayeque.

Es propicia la oportunidad para expresarle las muestras de mi especial consideración y estima.

Atentamente.




Dr. Carlos A. Nima Montesa
DIRECTOR



Teléfono: (074) 281659



IES San Martín Lambayeque

Dirección: Elyra García Y García 1011, Lambayeque

INSTITUCIÓN EDUCATIVA JEC "JORGE CHAVEZ"- SALAS



"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

AUTORIZACIÓN

Yo, **LUZ ANGELICA CARRASCO VALDERRAMA**, directora de la I.E. "Jorge Chávez" del distrito de Salas; autorizo a las Srtas. **Cumpa Ayasta Rocío Karina y Yarlaqué Sánchez Karen Lucero**; para llevar a cabo el estudio "Resiliencia y ansiedad en docentes de instituciones educativas de Lambayeque, en tiempos del COVID-19".

Mi despacho concede la autorización solicitada por las interesadas, antes mencionadas en su calidad de investigadoras, para que puedan evaluar a los docentes de la Institución Educativa "Jorge Chávez" del distrito de Salas.

Se firma la siguiente autorización para la ejecución de la solicitud.

Atentamente.



Dña. Luz A. Carrasco Valderrama
C.M. Nº 1017630406
DIRECTORA

Lambayeque, diciembre del 2021.



PERÚ

Ministerio
de Educación

Institución Educativa Emblemática
"Juan Manuel Iturregui"
— Lambayeque —



Código modular
0346935 (general)
0452587 (especializado)

Disciplina: estudio y trabajo

"AÑO DEL DIALOGO Y LA RECONCILIACIÓN NACIONAL"

Lambayeque, 2018 julio 25

CARTA N° 43/2018/DIE.E." JMI"L

Mg. Raquel Tello Flores

Directora de la Escuela Profesional de Psicología - FACHSE

ASUNTO : ACEPTACIÓN PARA EJECUCIÓN DE TESIS.

Por el presente me dirijo a usted para saludarla cordialmente, y la vez comunicarle la **aceptación para ejecución del proyecto de tesis** en nuestra Institución Educativa Emblemática "Juan Manuel Iturregui", de **Cumpa Ayasta Rocío Karina** estudiante del IX ciclo de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Pedro Ruiz Gallo de Lambayeque.

Seguros de contar con su atención, aprovecho la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente,



Alberto S. Pizarro Cevallos
DIRECTOR

Creado por ley N°10262 (27 de octubre de 1945)

Andrés Avelino Cáceres N° 148 - Lambayeque
Teléfono (074) 669818

<http://iturregui.mw.com/1945>

iturregui_2011@hotmail.com

"AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERÚ: 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA"

Pimentel, 19 de abril del 2021

OFICIO N 008 – 2021 – L.E.P. "B" – P.

Srtas.
Cumpa Ayasta Rocío Karina
Yarlaqué Sánchez Karen Lucero

ASUNTO: Conceder autorización para llevar a cabo la investigación "Resiliencia y ansiedad en docentes de instituciones educativas de Lambayeque, en tiempos del COVID-19".

Referencia: Carta solicitud para autorización

Tengo a bien dirigirme a ustedes para expresarles mi más cordial saludo. En atención al documento de referencia quién suscribe como Directora de la Institución Educativa Privada Brüning - Pimentel, deja constancia la recepción de la misma para llevar a cabo el estudio "Resiliencia y ansiedad en docentes de instituciones educativas de Lambayeque, en tiempos del COVID-19".

Mi despacho concede la autorización solicitada por ustedes en su calidad de investigadoras para que puedan evaluar a los docentes de nuestra Institución Educativa Brüning del distrito de Pimentel.

Es propicia la oportunidad para expresarles las muestras de mi especial consideración y estima.

Atentamente,



SEDES

Carretera Pimentel Km 5 (frente a USS) - Chiclayo
Telf. 074 202870 - Cel. 978933551
Email: informeschi@bruningcolegio.edu.pe

www.bruningcolegio.edu.pe

TRUJILLO - Centro

TRUJILLO - Villa del Mar



Recibo digital

Este recibo confirma que su trabajo ha sido recibido por Turnitin. A continuación podrá ver la información del recibo con respecto a su entrega.

La primera página de tus entregas se muestra abajo.

Autor de la entrega: NELSON PACIFICO ESPINOZA YONG_PreviewUser
Título del ejercicio: Turnitin
Título de la entrega: -Informe-Resiliencia-y-Ansiedad-17.03.22.docx
Nombre del archivo: -Informe-Resiliencia-y-Ansiedad-17.03.22.docx
Tamaño del archivo: 694.74K
Total páginas: 53
Total de palabras: 16,821
Total de caracteres: 82,328
Fecha de entrega: 17-mar.-2022 10:35p. m. (UTC-0500)
Identificador de la entrega: 1786844985

UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICAS SOCIALES Y EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



TESIS
Resiliencia y ansiedad en docentes de instituciones educativas de la región Lambareque, en tiempos de COVID-19
Presentado para obtener el Título Profesional de Licenciado en Psicología

Investigadora: Cienpo, Ayuda, Rocio Katia
Yachapi, Sánchez, Karen Lucero
Asesor: Espinoza, Yong, Nelson Pacífico

Lambareque - Perú
2021

M. Sc. Nelson Pacífico Espinoza Yong
Asesor

-Informe-Resiliencia-y-Ansiedad-17.03.22.docx

INFORME DE ORIGINALIDAD

13%	11%	3%	5%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.unprg.edu.pe:8080 Fuente de Internet	4%
2	Submitted to Universidad Nacional del Centro del Peru Trabajo del estudiante	2%
3	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
5	revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe Fuente de Internet	<1%
6	www.consorcio.org Fuente de Internet	<1%
7	repositorio.upeu.edu.pe Fuente de Internet	<1%
8	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1%
9	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias

Apagado

Excluir bibliografía

Apagado

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Nelson Pacifico Espinoza Yong', with a long horizontal stroke extending from the bottom.

M. Sc. Nelson Pacifico Espinoza Yong
Asesor