

FACULTAD DE HUMANIDADES

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

**Estrategias de afrontamiento al estrés y
ciberbullying en estudiantes de una institución
educativa pública, Huancán - 2022**

Sherly Felicita Raymundo Esteban

Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología

Huancayo, 2023

Repositorio Institucional Continental
Tesis digital



Esta obra está bajo una Licencia "Creative Commons Atribución 4.0 Internacional" .

Estrategias de afrontamiento al estrés y ciberbullying

INFORME DE ORIGINALIDAD

41%

INDICE DE SIMILITUD

38%

FUENTES DE INTERNET

20%

PUBLICACIONES

24%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	8%
2	repositorio.continental.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	Submitted to Universidad Peruana Los Andes Trabajo del estudiante	2%
4	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	2%
5	1library.co Fuente de Internet	2%
6	repositorio.upeu.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	repositorio.une.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	repositorio.urp.edu.pe Fuente de Internet	1%
9	idus.us.es Fuente de Internet	1%

10	www.repositorio.upla.edu.pe Fuente de Internet	1 %
11	uvadoc.uva.es Fuente de Internet	1 %
12	dokumen.site Fuente de Internet	1 %
13	Submitted to Universidad Continental Trabajo del estudiante	1 %
14	es.scribd.com Fuente de Internet	1 %
15	repositorio.uca.edu.ar Fuente de Internet	1 %
16	revistas.uap.edu.pe Fuente de Internet	1 %
17	autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
18	core.ac.uk Fuente de Internet	<1 %
19	Submitted to Universidad Autónoma de Ica Trabajo del estudiante	<1 %
20	Submitted to Universidad Ricardo Palma Trabajo del estudiante	<1 %
21	repository.ucatolica.edu.co Fuente de Internet	<1 %

22	repositorio.umsa.bo Fuente de Internet	<1 %
23	repositorio.uss.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
24	repositorio.autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
25	Submitted to Universidad Católica San Pablo Trabajo del estudiante	<1 %
26	repositorio.utelesup.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
27	Carlos Evangelio, Pablo Rodríguez-González, Javier Fernández-Río, Sixto Gonzalez-Villora. "Cyberbullying in elementary and middle school students: A systematic review", Computers & Education, 2021 Publicación	<1 %
28	repositorio.upch.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
29	Submitted to Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo Trabajo del estudiante	<1 %
30	repositorio.unjfsc.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
31	Submitted to Pontificia Universidad Católica del Perú Trabajo del estudiante	<1 %

32	Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola Trabajo del estudiante	<1 %
33	informatica.upla.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
34	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
35	dspace.udla.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
36	Submitted to Universidad Europea de Madrid Trabajo del estudiante	<1 %
37	repositorio.unheval.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
38	repositorio.unasam.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
39	Submitted to Pontificia Universidad Catolica de Puerto Rico Trabajo del estudiante	<1 %
40	tesis.usat.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
41	upc.aws.openrepository.com Fuente de Internet	<1 %
42	www.redalyc.org Fuente de Internet	<1 %

43	Submitted to Grupo IOE Trabajo del estudiante	<1 %
44	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
45	www.uce.edu.do Fuente de Internet	<1 %
46	Almazan Martínez María Guadalupe. "El significado de la felicidad en estudiantes de un sistema educativo en línea : un estudio cualitativo", TESIUNAM, 2019 Publicación	<1 %
47	Submitted to Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco Trabajo del estudiante	<1 %
48	repositorio.uwiener.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
49	Chávez Chávez Ana Laura. "Estrategias y técnicas cognitivo-conductuales en la atención del estrés laboral", TESIUNAM, 2022 Publicación	<1 %
50	Submitted to Universidad Femenina del Sagrado Corazón Trabajo del estudiante	<1 %
51	Submitted to Fundación Universitaria del Area Andina Trabajo del estudiante	<1 %

52	repositorio.ual.es Fuente de Internet	<1 %
53	repositorio.udaff.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
54	issuu.com Fuente de Internet	<1 %
55	repositorio.uigv.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
56	riuma.uma.es Fuente de Internet	<1 %
57	repositorio.ucp.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
58	repositorio.unas.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
59	repositorio.usmp.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
60	repositorio.ucss.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
61	Submitted to Universidad Tecnológica Indoamerica Trabajo del estudiante	<1 %
62	www.coursehero.com Fuente de Internet	<1 %
63	docplayer.es	

Fuente de Internet

<1 %

64

Submitted to Universidad Peruana Cayetano Heredia

<1 %

Trabajo del estudiante

65

repositorio.unp.edu.pe

<1 %

Fuente de Internet

66

Submitted to Unviersidad de Granada

<1 %

Trabajo del estudiante

67

fundacionmetropolitana.org

<1 %

Fuente de Internet

68

www.researchgate.net

<1 %

Fuente de Internet

69

editorialeidec.com

<1 %

Fuente de Internet

70

Acedo Portillo Adriana. "Adolescencia y control de estrés, a través de estilos de afrontamiento positivos : una propuesta de intervención", TESIUNAM, 2016

<1 %

Publicación

71

Submitted to Universidad Santiago de Cali

<1 %

Trabajo del estudiante

72

Submitted to Universidad de Málaga - Tii

<1 %

Trabajo del estudiante

73	Submitted to Universidad Cooperativa de Colombia Trabajo del estudiante	<1 %
74	dspace.ucuenca.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
75	Submitted to Corporación Universitaria Minuto de Dios, UNIMINUTO Trabajo del estudiante	<1 %
76	Submitted to Universidad Internacional de la Rioja Trabajo del estudiante	<1 %
77	www.dspace.uce.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
78	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
79	repositorio.upsjb.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
80	Rubio Figueroa Paulina. "Comparación de nivel de estrés entre egresados empleados y desempleados de la Universidad Don Vasco", TESIUNAM, 2015 Publicación	<1 %
81	Submitted to UNIBA Trabajo del estudiante	<1 %
82	Submitted to Universidad de las Islas Baleares Trabajo del estudiante	<1 %

83	prezi.com Fuente de Internet	<1 %
84	worldwidescience.org Fuente de Internet	<1 %
85	Gudiño Cuevas Sheila Rubí. "Nivel de estrés en los alumnos de psicología de la Universidad don Vasco ante el proceso de elaboración de tesis", TESIUNAM, 2015 Publicación	<1 %
86	Submitted to Universidad Anahuac México Sur Trabajo del estudiante	<1 %
87	www.slideshare.net Fuente de Internet	<1 %
88	Submitted to Pontifical Catholic University of Puerto Rico Trabajo del estudiante	<1 %
89	Submitted to Universidad Andina del Cusco Trabajo del estudiante	<1 %
90	pirhua.udep.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
91	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
92	Doris Castro Huamani, Franklin Taipe Florez, Sonia Castro Huamani, Vilma Castro	<1 %

Huamani. "Estrés y resiliencia en el contexto del COVID-19, en estudiantes de educación secundaria", Revista peruana de investigación e innovación educativa, 2021

Publicación

93

idoc.pub

Fuente de Internet

<1 %

94

repositorio.cientifica.edu.pe

Fuente de Internet

<1 %

95

Submitted to Ministerio de Defensa

Trabajo del estudiante

<1 %

96

Submitted to National University of Ireland, Galway

Trabajo del estudiante

<1 %

97

Estera Twardowska-Staszek, Izabela Zych, Rosario Ortega-Ruiz. "Bullying and cyberbullying in Polish elementary and middle schools: Validation of questionnaires and nature of the phenomena", Children and Youth Services Review, 2018

Publicación

<1 %

98

Submitted to University of Hong Kong

Trabajo del estudiante

<1 %

99

mobile.buleria.unileon.es

Fuente de Internet

<1 %

100

Submitted to Universidad de Nebrija

Trabajo del estudiante

<1 %

101

vsip.info

Fuente de Internet

<1 %

102

Alatorre Castellanos Víctor Antonio. "Relación entre el estrés y la elevación de la presión arterial en mujeres embarazadas del HGZ 32 c/MF Minatitlán, Ver.", TESIUNAM, 2021

Publicación

<1 %

103

Submitted to Universidad Nacional Abierta y a Distancia, UNAD,UNAD

Trabajo del estudiante

<1 %

104

dspace.unitru.edu.pe

Fuente de Internet

<1 %

105

repositorio.upci.edu.pe

Fuente de Internet

<1 %

106

ri.uaq.mx

Fuente de Internet

<1 %

107

tariacuri.crefal.edu.mx

Fuente de Internet

<1 %

108

David Álvarez-García, Alejandra Barreiro-Collazo, José-Carlos Núñez. "Cyberaggression among adolescents: Prevalence and gender differences", Comunicar, 2017

Publicación

<1 %

109	Mata Torres Emma Giovanna. "Autoestima y su relación con el uso de Facebook en adolescentes de bachillerato : estudio correlacional", TESIUNAM, 2022	<1 %
Publicación		
110	Muñoz Maldonado Sandra Ivonne. "Emociones, estrés y afrontamiento relacionados con la conducta alimentaria en adolescentes obesos", TESIUNAM, 2016	<1 %
Publicación		
111	Sánchez Medina Omar. "Estrés, afrontamiento y expresión emocional : una correlación con la sintomatología del climaterio en mujeres perimenopáusicas del Hospital de la Mujer, de la Secretaría de Salud CdMx", TESIUNAM, 2018	<1 %
Publicación		
112	ayura.udea.edu.co Fuente de Internet	<1 %
113	dehesa.unex.es:8080 Fuente de Internet	<1 %
114	repositorio.uarm.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
115	repositorio.upt.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
116	www.asocolflores.org Fuente de Internet	<1 %

<1 %

117

www.labib.be

Fuente de Internet

<1 %

118

"Socio-ecological Studies in Natural Protected Areas", Springer Science and Business Media LLC, 2020

Publicación

<1 %

119

Cruz Vázquez Adriana. "Estrés en estudiantes de enfermería una comparación: FES Iztacala y Escuela de Enfermería Hospital Juárez de México", TESIUNAM, 2014

Publicación

<1 %

120

López García Dulce Alejandra. "Estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes", TESIUNAM, 2016

Publicación

<1 %

121

Navarro Orta Rosa Ma., Viruega Muñoz Mariana. "Percepción de acoso escolar, estilos de afrontamiento y sintomatología ansiosa y depresiva en estudiantes de una secundaria de Atizapán de Zaragoza", TESIUNAM, 2014

Publicación

<1 %

122

bibliotecadigital.uda.edu.ar

Fuente de Internet

<1 %

cybertesis.uach.cl

123	Fuente de Internet	<1 %
124	documents.mx Fuente de Internet	<1 %
125	gredos.usal.es Fuente de Internet	<1 %
126	repositorio.itm.edu.co Fuente de Internet	<1 %
127	repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
128	repositorio.unu.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
129	repositoriodspace.unipamplona.edu.co Fuente de Internet	<1 %
130	ruizhealytimes.com Fuente de Internet	<1 %
131	www.thefreelibrary.com Fuente de Internet	<1 %
132	www.unioviedo.net Fuente de Internet	<1 %
133	Barragán Aviña Lourdes Elena. "El ciberbullying : un enfoque hermenéutico", TESIUNAM, 2019 Publicación	<1 %

134 Betancourt Reyes Leticia, Figueroa Rubio Maria Enriqueta. "Muestreo de estrategias de afrontamiento en una población con dolor de cabeza crónico : estudio exploratorio", TESIUNAM, 1994

Publicación

<1 %

135 Cerda Ortiz David, Guevara Carreón Erika. "Afrontamiento : propuesta de un instrumento psicométrico, un estudio exploratorio realizado con el método del escalamiento multidimensional", TESIUNAM, 2014

Publicación

<1 %

136 Estela Muñoz González, Carlos Durantez-Fernández, Lucía Pérez-Pérez, María José de Dios-Duarte. "Influence of Coping and Self-Efficacy in Inflammatory Bowel Disease", Healthcare, 2023

Publicación

<1 %

137 Morales Rodríguez Arely Joselinne, Gallegos Ramírez Irvin Alejandro. "Relación entre las estrategias de afrontamiento y el bienestar laboral en trabajadores", TESIUNAM, 2019

Publicación

<1 %

138 O. STEINICKE NIELSEN. "Congenital Pyloric Stenosis as a Factor Predisposing to the Ulcer Syndrome", Acta Paediatrica, 9/1954

Publicación

<1 %

139	Soto Carrillo Josue Alan. "El hacinamiento en las aulas de una Escuela Secundaria de Iztapalapa y su relación con el Bullying", TESIUNAM, 2013 Publicación	<1 %
140	Submitted to Universidad de Guayaquil Trabajo del estudiante	<1 %
141	biblioteca.puntoedu.edu.ar Fuente de Internet	<1 %
142	chestnut.org Fuente de Internet	<1 %
143	csd.newcastle.edu.au Fuente de Internet	<1 %
144	documentop.com Fuente de Internet	<1 %
145	dspace.uazuay.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
146	herbshop.es Fuente de Internet	<1 %
147	id.scribd.com Fuente de Internet	<1 %
148	publicaciones.urbe.edu Fuente de Internet	<1 %
149	renati.sunedu.gob.pe Fuente de Internet	<1 %

150	repositorio.icte.ejercito.mil.pe Fuente de Internet	<1 %
151	repositorioacademico.upc.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
152	repository.ut.edu.co Fuente de Internet	<1 %
153	revistas.upeu.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
154	theibfr.com Fuente de Internet	<1 %
155	uk.x-pdf.ru Fuente de Internet	<1 %
156	www.cop-cv.org Fuente de Internet	<1 %
157	www.facebook.com Fuente de Internet	<1 %
158	www.unicef.org Fuente de Internet	<1 %
159	Alvarado González C. Concepción. "Estrategias de afrontamiento en madres que tienen hijos con diagnóstico de hipoacusia", TESIUNAM, 2012 Publicación	<1 %
160	Carmen Emilce Barrera-Mesa, Edgar Orlando Caro-Caro, Rosario Del Rey-Alamillo. "Víctimas	<1 %

de ciberviolencia: formas, prevalencia y diferencias de género", Revista de Investigación, Desarrollo e Innovación, 2022

Publicación

161

livrosdeamor.com.br

Fuente de Internet

<1 %

162

Armenta Vázquez José Rodrigo. "Conductas de riesgo internalizadas y externalizadas: su relación con el afrontamiento en adolescentes", TESIUNAM, 2014

Publicación

<1 %

163

Delgado García Eunice Alejandra, Martínez Osorio Midory Berenice. "Análisis de estrés académico y estrategias de afrontamiento : estudio comparativo entre estudiantes universitarios de UNAM-UNITEC", TESIUNAM, 2016

Publicación

<1 %

164

Oddgeir Friborg, Odin Hjemdal, Jan H. Rosenvinge, Monica Martinussen. "A new rating scale for adult resilience: what are the central protective resources behind healthy adjustment?", International Journal of Methods in Psychiatric Research, 2003

Publicación

<1 %

165

Vázquez Sánchez Sandra. "Evaluación e identificación del estrés en enfermería en un

<1 %

hospital de segundo nivel del Estado de Tlaxcala", TESIUNAM, 2013

Publicación

166

repositorio.upao.edu.pe

Fuente de Internet

<1 %

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias

Apagado

Excluir bibliografía

Apagado

Resumen

Las estrategias de afrontamiento pueden constituir una variable muy importante como factor de protección al *ciberbullying*, ante ese contexto se planteó la investigación denominada “Estrategias de afrontamiento al estrés y *ciberbullying* en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)” y tuvo como propósito determinar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el *ciberbullying* en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán. La investigación fue de tipo cuantitativo, diseño no experimental, alcance correlacional, la muestra estuvo constituida por 159 estudiantes adolescentes (15 -17 años de edad) de ambos géneros, quienes cursaban el 4. ° grado y 5. ° grado de nivel secundaria.

Para la recolección de datos se utilizaron los instrumentos que fueron el Cuestionario de Cibervictimización y el Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento (Cope 28), los mismos que se sometieron a la prueba de confiabilidad y validez por tres expertos. En los resultados más significativos se encontró que el 40.22 % de la muestra tuvo adecuadas estrategias de afrontamiento, centrado en la emoción y centrado en la resolución del problema. Se encontró que el 81.8 % experimentó un rango de nivel medio de *ciberbullying* y el 93.1 % de la muestra vivenció más afectación en la dimensión verbal-escrito del *ciberbullying*. La prueba de hipótesis mostró resultados estadísticos que demostraron la relación entre estrategias de afrontamiento y *ciberbullying* ($r_s=0,05$) fue positiva, baja y su significancia ($\text{sig.} =0,68$) fue mayor a la establecida ($p>0,021$), por lo que se concluyó que no existe una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y *ciberbullying* en los estudiantes de una institución educativa pública, Huancán. Se recomienda continuar más estudios en base a los resultados de la investigación.

Palabras clave: estrategias de afrontamiento, estrés, *ciberbullying*, estudiantes.

Abstract

Coping strategies can be a very important variable as a protection factor against cyberbullying. In this context, the investigation called "Coping strategies to stress and cyberbullying in students of a public school, Huancán (2022)", its purpose was to determine the relationship between stress coping strategies and cyberbullying in students of a public school, Huancán. The research was quantitative, non-experimental design, correlational scope. The sample consisted of 159 adolescent students (15 -17 years old) of both genders who are in the 4th and 5th grade of secondary school. For data collection, the instruments that were the Cybervictimization Questionnaire and the Coping Strategies Questionnaire (Cope 28) were used, the same ones that were submitted to the reliability and validity test by three experts. In the most significant results, it was found that 40.22 % of the sample adequate coping strategies, focused on emotion and focused on solving the problem. It was found that 81.8 % experienced a range of medium level of cyberbullying, and 93.1 % of the sample experienced more affectation in the verbal-written dimension of cyberbullying. The hypothesis test shows statistical results that demonstrated the relationship between coping strategies and cyberbullying ($r_s=0.05$) was positive and low and its significance ($\text{sig.}=0.68$) was higher than that established ($p>0.021$) by which concluded that there is no significant relationship between coping strategies for stress and cyberbullying in the students of a public educational institution, Huancán. It is recommended to continue further studies based on the results of the investigation.

Keywords: coping strategies, stress, cyberbullying, students

Contenido

1.1 Planteamiento y Formulación del Problema	11
1.1.1 Problema general.....	15
1.1.2 Problemas específicos	15
1.2 Objetivos de la investigación.....	15
1.2.1 Objetivo general	15
1.2.2 Objetivos específicos	16
1.3 Justificación e Importancia de la Investigación.....	16
1.4 Hipótesis	17
1.4.1 Hipótesis general	17
1.4.2 Hipótesis específicas.....	18
1.5 Variables.....	19
1.5.1 Variable 1: Estrategia de afrontamiento al estrés	19
1.5.2 Variable 2: ciberbullying	19
1.5.3 Operacionalización de variables.....	20
2.1 Antecedentes	22
2.1.1 Antecedentes internacionales	22
2.1.2 Antecedentes nacionales	23
2.2 Bases Teóricas	25
2.2.1 Afrontamiento al estrés	25
2.2.2 Definición ciberbullying.....	38

3.1 Método de Investigación	47
3.2 Tipo de Investigación	47
3.2.1 Según el propósito extrínseco de la investigación	47
3.2.2 Según el enfoque	48
3.2.3 Según la planificación de la toma de datos	48
3.2.4 Según número de mediciones de las variables	48
3.2.5 Diseño de investigación.....	48
3.2.6 Nivel de Investigación	49
3.2.7 Alcance de la Investigación	49
3.3 Población y Muestra.....	49
3.3.1 Muestra	49
3.3.2 Tipo de Muestreo	49
3.4 Criterios de Inclusión.....	50
3.6 Técnica de Recolección de Datos	50
3.6.1 Técnica	50
3.6.2 Instrumentos	50
3.7 Instrumentos	51
3.7.1 Cuestionario de estrategias de afrontamiento al estrés	51
3.7.2 Cuestionario de cibervictimización	52
3.8 Descripción de Procedimiento de Análisis.....	53
3.9 Aspectos Éticos	54
4.1 Procesamientos Estadísticos:	55

4.2 Descripción de Resultados:.....	55
4.3 contrastación de hipótesis.....	67
4.4. Discusión de los resultados.....	70
Anexo 1.	84
Instrumento de evaluación para la variable estrategia de afrontamiento	84
Anexo 2.	86
Instrumento de evaluación para la variable <i>ciberebullying</i>	86
Cuestionario de Cuestionario de Cibervictimización.....	86
Anexo 3.	88
Asentimiento informado de los apoderados de los participantes	88
Anexo 4. Carta de Presentación para aplicación de instrumentos.....	90
Anexo 5. Carta de Aceptación de la Institución	91
Anexo 6. Constancia de aprobación del Comité de Ética	92
Anexo 7. Jurado revisor N.º 1	93
Anexo 8 Jurado revisor N.º 2	104
Anexo 9. Jurado revisor N.º 3	115
Anexo 10 Matriz de consistencia.....	126
Anexo 11. Aplicación de Instrumentos	129
Anexo 12. Data de Procesamiento.....	130

Contenido de Tablas

Tabla 1	40
Tabla 2	46
Tabla 3	55
Tabla 4	56
Tabla 5	57
Tabla 6	58
Tabla 7	59
Tabla 8	61
Tabla 9	62
Tabla 10.....	63
Tabla 11.....	64
Tabla 12.....	65
Tabla 13.....	67
Tabla 14.....	68
Tabla 15.....	69

Contenido de Figuras

Figura 1	12
Figura 2	14
Figura 3	34
Figura 4	41
Figura 5	55
Figura 6	56
Figura 7	58
Figura 8	60
Figura 9	61
Figura 10	62
Figura 11	63
Figura 12	64
Figura 13	66

Introducción

El presente trabajo de investigación estudió una problemática de violencia inmersa en la convivencia escolar a nivel secundaria que además ha sido trasladada por sus actores a entornos virtuales como es el *ciberbullying* y, frente a esta situación, los estudiantes emplean sus estrategias de afrontamiento para reducir su estado fisiológico y emocional contrarrestando efectos de esta situación percibida como amenazante.

A nivel país, el Ministerio de Educación (2022), en su portal SíSeVe, visualiza esta problemática registrando 40 000 reportes de violencia escolar realizados por parte del personal educativo y el alumnado entre los años 2013 al 2022. Los casos van en aumento a partir de la virtualidad debido a la situación de pandemia por coronavirus. De acuerdo con las cifras de la plataforma hubo 58 denuncias de ciberacoso en el 2020, mientras que, en el 2021 aumentó a 66. En muchos de los casos, son las autoridades de las instituciones educativas quienes desconocen sobre sucesos concernientes al *ciberbullying*, ya que ocurre en redes personales de los y las escolares, a las cuales no siempre se tiene acceso. La plataforma proporciona información estadística, pero carece de análisis del comportamiento del estudiante que vivencia estos eventos, así como también de las estrategias de afrontamiento que emplea para afrontar esta experiencia a la que está expuesto.

Conociendo la situación de la problemática descrita en párrafos anteriores existía la necesidad de realizar estudios de investigación respecto al tema, teniendo como propósito determinar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el *ciberbullying* en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022). Para la presente investigación se usó el método científico, siendo el tipo de investigación no experimental, nivel relacional y diseño no experimental de corte transversal.

Así mismo, el capítulo I detalla la realidad problemática en el contexto mundial y en el ámbito de nuestro país, se presenta también la demarcación del problema; justificación teórica, metodológica, practica y el objetivo general seguido de los específicos.

De la misma manera, en el capítulo II, se menciona el marco teórico teniendo en cuenta los antecedentes internacionales y nacionales de la investigación; además contiene las definiciones conceptuales y operacionales de ambas variables, así mismo las bases teóricas necesarias para abordar y/o fundamentar adecuadamente el presente tema de investigación.

El capítulo III plantea la hipótesis general y corresponde también los específicos, además se muestran el contenido acerca de las variables que se investigó y se realizó la operacionalización de las mismas.

En el capítulo IV se menciona acerca de la metodología utilizada, se establece el tipo, el nivel, diseño de la investigación y, de la misma forma, se describe la población y la muestra; seguidamente se establece las técnicas e instrumentos que se utilizará como es el Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento al Estrés-COPE 28 y el Cuestionario de Cibervictimización necesarios para recolección de información según se requiera.

En el capítulo V, se describe los resultados y la discusión de la presente investigación, continuando con las conclusiones, recomendaciones e información bibliográfica utilizada, finalizando con los anexos que evidencian la investigación.

CAPÍTULO I

1.1 Planteamiento y Formulación del Problema

La violencia escolar continúa siendo uno de los principales problemas que afecta la salud mental de los estudiantes y dificulta la convivencia entre ellos. Con el avance de la tecnología, esta problemática emerge en nuevos escenarios y causa efectos que se le denomina *ciberbullying*. Para Gratacós (2022) es una conducta agresiva e intencionada realizada entre iguales por niños y adolescentes con aparente libertad y escaso control, quienes utilizan plataformas para acosar, agredir o atacar psicológicamente a otros que se conocen como víctimas. Ante la problemática, los escolares emplean sus estrategias de afrontamiento, que según Lazarus y Folkman (como se citó en Fernandez, 2009), está compuesto por respuestas de tipo emocional, cognitivo y conductual e intervienen ante experiencias de estrés con el objetivo de reducir el estado fisiológico y emocional de la persona contrarrestando efectos de una situación percibida como amenazante en la interacción con su medio ambiente.

En la actualidad, a nivel internacional, el *ciberbullying*, según la International Telecommunication Union (2022), se ha vuelto apremiante para progenitores, maestros y cuidadores por mantener la seguridad de los niños y jóvenes en el entorno virtual. De acuerdo con sus estadísticas, las personas entre las edades de 15 y 24 años son el grupo que emplea mayor tiempo en línea, con este motivo realizaron una encuesta para conocer la principal preocupación de seguridad en línea de los niños dirigida a sus seguidores de Twitter y LinkedIn, y se obtuvo como resultado al ciberacoso en primer lugar con un 40 %, seguido de fallas en la protección de datos y amenazas de captación de abusadores que explotan deliberadamente a niños a través de línea.

Figura 1

Encuesta de la principal preocupación de seguridad del niño en línea en el 2022



Nota: Encuesta de UIT. Fuente International Telecommunication Union (2022).

De acuerdo con Fryndenberg y Lewis, 2007 (como se citó en Cabrera, 2017) este escenario de violencia altera la vida de los adolescentes generando preocupaciones, quienes emplean como respuesta conductual al afrontamiento, que es un conjunto de estrategias emocionales y cognitivas que la persona desarrolla para tener una adaptación y transición efectiva al afrontar dicha situación catalogada como problemática y convivir con la misma.

Por su parte Sutton, U. (2020) menciona que, en el reporte de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) el *ciberbullying* aumentó de 7 % a 12 % entre los años del 2014 al 2020 con predominancia en estudiantes de 11 a 16 años que repercute en el área educativa y social, información obtenida de 7 países europeos. En otro estudio del año 2019 realizado en 144 países, la organización informa que uno de cada tres estudiantes ha sido víctima de ciberbullying. Según Bosada., M. (2021) en los reportes de la

UNESCO del año 2021, el *ciberbullying* aumentó en varias regiones del mundo debido al confinamiento por pandemia de COVID -19, siendo el 44 % de niños víctimas de este acoso.

Para Frydenberg y Lewis (1996), la adolescencia es una etapa de desarrollo que implica una serie de cambios en la cual se adquieren habilidades, recursos a nivel conductual y cognitivo con el fin de lograr mejor adaptación y reducir efectos de un evento conflictivo. En este sentido, las estrategias de afrontamiento en el adolescente sería el resultado de enseñanzas previas proveniente de experiencias anteriores, y concluye al considerar que sí el estudiante no cuenta con estrategias de afrontamiento positivas para enfrentar una situación de conflicto podría generar un comportamiento menos adaptativo y esto afectaría su desarrollo psicológico (González, Montoya, Casullo, & Bernabéu, 2002).

A nivel nacional, el Ministerio de Educación (2022), a través de portal Siseve en el último registro entre los años 2013 y 2022, informa que se tiene más de 40 000 reportes de violencia escolar registrado por el personal educativo y el alumnado. De esta cifra, 7144 corresponde a denuncias por bullying, mientras 611 al ciberbullying. En el 2022, hasta fines de febrero se registró tres casos nuevos de este tipo de violencia. Según la plataforma, esta problemática continúa en aumento, en el 2020 hubo 58 denuncias de ciberbullying; y en el 2021 fueron 66, también considera que la cifra puede ser mayor, pero los reportes han disminuido, debido a la falta de acceso a dispositivos tecnológicos y además se perpetúa desde redes personales de los y las adolescentes, a los cuales no siempre se tiene acceso. De acuerdo con Gratacós (2022), estas conductas tienen consecuencias negativas para todos los implicados (agresores, víctimas y observadores). En este nuevo espacio, la agresión no termina con la hora ni el espacio, se realiza desde el anonimato, ocasiona mayor probabilidad de generar síntomas depresivos, ansiedad, problemas de comportamiento y desajuste social, consumo de drogas, tiende a mermar la autoestima y autoconfianza de la víctima que ocasiona bajo rendimiento académico y disminución en la interacción a través de sus relaciones sociales, en algunos casos podrían volverse agresores.

quienes establezcan estrategias enfocadas a la mejora de la convivencia entre pares y el bienestar de los escolares.

1.1.1 Problema general

¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el *ciberbullying* en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)?

1.1.2 Problemas específicos

- ¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización verbal-escrita en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)?
- ¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización visual en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)?
- ¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión exclusión en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)?
- ¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión suplantación en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)?

1.2 Objetivos de la Investigación

1.2.1 Objetivo general

Determinar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el *ciberbullying* en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).

1.2.2 Objetivos específicos

- Identificar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización verbal-escrita en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).
- Identificar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización visual en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).
- Identificar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión exclusión *online* en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).
- Identificar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión excusión en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).

1.3 Justificación e Importancia de la Investigación

El presente estudio está fundamentado por la teoría de afrontamiento al estrés de Lazarus y Folkman, y el modelo de factores de *ciberbullying* que fundamenta las variables del presente estudio, los cuales poseen poca investigación en el campo educativo. Asimismo, la investigación servirá para verificar, rechazar o aportar importancia del afrontamiento y sus estrategias en la población de estudio ante un escenario de violencia en el ámbito virtual. Desarrollándose nuevas interpretaciones sobre hallazgos encontrados que servirán de referencia para futuras investigaciones en reacción a estos temas, generando conciencia crítica de la importancia de mejorar el entorno educativo en el cual se desarrollan los adolescentes.

La investigación está provista de instrumentos psicométricos, los cuales tienen validez y confiabilidad, fueron empleados en estudios a nivel internacional y nacional. El Cope28 evalúa los estilos y estrategias de afrontamiento al estrés en el Perú fue adaptada por Chávez, Ortega y Palacios (2016) con estudiantes de la ciudad de Lima, posteriormente fue validada por Lévano

(2018) en personal militar de Lima. Para evaluar la variable *ciberbullying*, se emplea el Cuestionario de Cibervictimización con 26 ítems en escala Likert y evalúa si el adolescente ha sido víctima de agresión a través de un teléfono móvil o Internet, que fue adaptado por Peña (2017) y validado en población peruana. Para la presente investigación se realizó la validez de contenido por el criterio de jueces expertos y también una prueba piloto respectiva para ver la confiabilidad de los instrumentos.

La importancia del conocimiento del afrontamiento al estrés podría establecer mejores recursos para que el estudiante se desenvuelva frente a una situación de *ciberbullying*. Un análisis adecuado de sus estrategias y niveles de estrés podrá ayudarlo a determinar cuál es la situación real, haciendo consciente de cómo actuar para resguardar su seguridad y sobrellevar de una manera más equilibrada las condiciones estresantes. Dentro de la educación, son los actores sociales quienes se beneficia de manera indirecta con la información para que a través de su rol activo realicen acciones preventivas como charlas, talleres, campañas y otras necesarias para actuar frente a la violencia en línea y proteger a los estudiantes contra las diferentes formas en que pueda presentarse porque de acuerdo con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS, 2015) en la Agenda 2030 en el ODS4 se establece garantizar una educación inclusiva, equitativa de calidad y promover oportunidades de aprendizaje para todos en un marco de aprendizaje efectivo, seguro, exento de violencia y accesible para todos.

1.4 Hipótesis

1.4.1 Hipótesis general

Hi: Existe una relación significativa inversa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el *ciberbullying* en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).

Ho: No existe una relación significativa inversa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el *ciberbullying* en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).

1.4.2 Hipótesis específicas

Hi: Existe una relación significativa inversa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización verbal-escrita en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).

Ho: No existe una relación significativa inversa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización verbal-escrita en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).

Hi: Existe una relación significativa inversa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización visual en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).

Ho: No existe una relación significativa inversa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización visual en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).

Hi: Existe una relación significativa inversa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión exclusión *online* en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).

Ho: No existe una relación significativa inversa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión exclusión *online* en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).

Hi: Existe una relación significativa inversa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión suplantación en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).

Ho: No existe una relación significativa inversa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión suplantación en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).

1.5 Variables

1.5.1 Variable 1: estrategia de afrontamiento al estrés

Definición conceptual. El individuo ajusta constantemente su comportamiento y esfuerzo mental para satisfacer demandas externas o internas que considera demasiado difíciles de manejar. Lazarus y Folkman (1986) indicaron que esto fue evaluado como excesivo por el individuo.

1.5.2 Variable 2: cyberbullying

Definición conceptual. Smith (2000) sostiene que el acoso electrónico involucra a una o más personas que actúan repetidamente de manera agresiva hacia una víctima específica que no puede defenderse. Esto ocurre durante un largo período de tiempo.

1.5.3 Operacionalización de variables

Variable 1

Título preliminar. Estrategias de afrontamiento al estrés y *ciberbullying* en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Huancán-2022.

Variable de estudio: estrategia de afrontamiento al estrés

Conceptualización de la variable. El denominado Cope 28 de Carver's, identifica tres categorías de estrategias de afrontamiento: centradas en el problema, en la emoción y en la evitación. Montoya y Moreno (2012) afirmaron que el nombre proviene del hecho de que estas estrategias fueron descubiertas originalmente por Carver. Asimismo, Cope 28 describe 2 dimensiones, 14 indicadores para cada dimensión y 28 opciones específicas. Estas opciones se presentan como respuestas estilo Likert; las opciones son *raramente, depende de las circunstancias y con frecuencia*.

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Centrado en el problema.	- Afrontamiento	2,3,6,21,26,10	- Muy pocas veces emplea estilos de afrontamiento.
	- Activo		
	- Planificación		
Centrado en la emoción	- Apoyo emocional	9,1,16,17,20,28	- Depende de las circunstancias. - Forma frecuente de afrontar el estrés.
	- Apoyo instrumental	14,18	
	- Reinterpretación positiva		
	- Aceptación		
Centrado en la evitación del problema	- Desconexión conductual	5,25,22,11,12,23,15, 24,19,7,4,	
	- Desahogo	13,8,27.	
	- Uso de sustancias		
	- Humor		
	- Autodestrucción		
	- Negación		
	- Autoinculpación		

Variable 2

Título preliminar. Estrategias de afrontamiento al estrés y *ciberbullying* en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Huancán-2022.

Variable de estudio: *ciberbullying*

Conceptualización de la variable: Alvares, Dobarro y Nuñez (2014) definen que es una nueva forma de violencia perjudicial al desarrollo de jóvenes en edades tempranas, quienes interactúan en un entorno virtual. La agresión se realiza en cualquier momento y desde el anonimato se procesa con la difusión de contenido agresivo a través de aparato tecnológico, siendo su difusión de forma inmediata a través de mensajes de texto, publicaciones de redes sociales o videojuegos. El cuestionario de cibervictimización contiene 26 ítems de respuestas tipo Likert, siendo estos: nunca, pocas veces, muchas veces, siempre.

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Cibervictimización verbal-escrita	Agresiones de palabra por medio del teléfono móvil o Internet.	2,8,10,11,13 15,17,19,21, 23,24,26	Intervalo de puntaje mínimo máximo de 13 - 52.
Cibervictimización visual	Agresiones por medio de imágenes o videos a través del teléfono móvil o internet.	4,7,9,14,20	Intervalo de puntaje mínimo máximo de 5-20.
Exclusión <i>online</i>	Rechazo, aislamiento a través del teléfono móvil o internet.	3,6,18,22	Intervalo de puntaje mínimo máximo de 4-16.
Suplantación	Hacerse pasar por otra persona a través del teléfono móvil o internet.	1,5,12,16,25	Intervalo de puntaje mínimo máximo de 5-20.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes

2.1.1 Antecedentes internacionales

Nacimiento (2018), en su investigación titulada “Estrategias de afrontamiento ante *bullying* y *ciberbullying*: condicionantes y consecuencias”, estableció como objetivo identificar qué variables están influyendo en la selección de las estrategias de afrontamiento que utilizan los escolares ante episodios de *bullying* y *ciberbullying* y el impacto. En su estudio empleó el enfoque cualitativo, diseño transversal y tipo descriptivo no experimental. Para la recolección de datos y su medición utilizó La escala Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24), Escala de Resiliencia de Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC 10), Inventario de Habilidades Metacognitivas frente al *bullying*, Inventario de Estrategias de afrontamiento frente al *bullying* / *ciberbullying*, Cuestionario European Bullying Intervention Project Questionnaire (EBIP-Q), Cuestionario European Cyberbullying Intervention project Questionnaire (ECIP-Q), Victimization Emotional Impact Scale y el análisis a nivel estadístico lo realizó por medio del programa IBM® SPSS® y MLPLUS7 ®. La población de estudio estuvo compuesta por adolescentes (entre 12-18 años) de centros de educación secundaria obligatoria de la Comunidad Autónoma de Andalucía (España) con una muestra compuesta por un total de 1107 adolescentes estableciendo un muestreo intencional. Encontró que las variables personales, emocionales y cognitivas intervienen de manera directa en el uso de estrategias de afrontamiento desde el rol de víctima y su impacto emocional.

Por su arte, Moreno (2018) realizó una investigación denominada “Estrategias de afrontamiento en adolescentes víctimas de *ciberbullying*”, con el propósito de caracterizar las estrategias de afrontamiento de adolescentes víctimas de *ciberbullying*. El enfoque de su investigación fue cuantitativo, con alcance descriptivo. El investigador utilizó los instrumentos de European Cyberbullying Intervention Project Questionnaire (ECIPQ) y Escalas de Afrontamiento

para adolescentes (ACS), en una población constituida por 122 estudiantes de dos unidades educativas de la ciudad de Cuenca, con una muestra no probabilística por conveniencia identificando solamente a estudiantes categorizados como víctimas de *ciberbullying*. En este grupo se realizó un muestreo no probabilístico a conveniencia, estableciendo una muestra de 32 escolares clasificados de acuerdo con su género de los cuales 9 son hombres y 23 mujeres, quienes se encuentran entre las edades de 13 y 15 años, cursando el noveno y décimo de Educación General Básica (EGB) de Ecuador. Obtuvo como resultado que para las adolescentes mujeres la preocupación, esforzarse y tener éxito son las estrategias de afrontamiento más específicas; mientras que en los adolescentes hombres son la distracción física y la búsqueda de diversiones relajantes. Sin embargo, en la modalidad de *ciberbullying* que destaca en su investigación es la de difusión de rumores o chismes por canales de Internet que está representado en un 47 %, seguida de la exclusión intencional o bloqueo de una red social en un 28 %. Con esta información, el investigador concluye en que el uso de estrategias de afrontamiento frente a una misma modalidad de *ciberbullying* cambia según la variable sociodemográfica sexo.

2.1.2 Antecedentes nacionales

Chunga (2019) desarrolló una investigación titulada “Estrategias de afrontamiento frente al *bullying* utilizadas por escolares de la Institución Educativa 20 de Abril, Los Olivos, Lima”. Su propósito general fue determinar las estrategias de afrontamiento ante el *bullying* aplicado por los alumnos de la institución educativa 20 de Abril en los Olivos. La investigación de diseño no experimenta, enfoque cualitativo, tipo descriptiva y de corte transversal o transaccional. La población estudiada estuvo conformada por estudiantes del nivel secundario de la institución educativa “20 de Abril” del nivel secundaria, la cual se ubica en el distrito de los Olivos en San Martín de Porres. El muestreo aplicado en el grupo de población es no probabilístico por conveniencia, teniendo de muestra a 55 alumnos de tercer grado de secundaria, de ambos sexos, quienes se encuentran entre las edades de 12 a 14 años. Se empleó la Escala Francesa Echelle

Toulousaine de Coping Afrontamiento para Adolescentes. Determinando que el total de alumnos utilizan la estrategia cognitiva frente al *bullying*, proseguido por la estrategia de evasión, estrategia espiritual, estrategia de búsqueda de apoyo. Se concluye que en el orden mencionado de las estrategias de afrontamiento frente al *bullying* se halla la estrategia cognitiva, que es la más empleada, la misma que se encarga de lograr conocimientos para actuar con patrones específicos complementados que reducen las acciones causantes de la incomodidad en el estudiante.

A su vez, Vásquez (2020) realizó una investigación titulada “Estrategias de afrontamiento y acoso escolar en adolescentes de instituciones educativas de distrito de Trujillo”. Con el objetivo de determinar la relación que existe en las variables de afrontamiento y acoso escolar de estudiantes de instituciones educativas del distrito de Trujillo, el tipo de estudio es básica, no experimental, diseño descriptivo correlacional. En una población de 2046 estudiantes del nivel secundario, distintos niveles culturales y económicos del distrito de Trujillo, en el cual se estableció un tipo de muestreo probabilístico por conveniencia conformada por 324 estudiantes del primero al quinto grado de secundaria. Se utilizaron el Inventario Estilos de Afrontamiento al ESTRÉS PARA Adolescentes (EAA-RC) y la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS). En su investigación, el autor demuestra que existe una relación inversa de magnitud pequeña estadísticamente significativa para las estrategias de afrontamiento orientado en la resolución de problema y socioemocional, pero una relación directa para el afrontamiento improductivo, y estas dos primeras estrategias son funcionales para reducir el acoso escolar mientras que el último está relacionado con la aparición de la problemática.

Mientras que Castillo y Melo (2021), en su investigación titulada “Acoso escolar y estrategias de afrontamiento en adolescentes de una institución educativa pública de Chorrillos-Lima Metropolitana” tuvo el objetivo de establecer el tipo de acoso escolar que prevalece y las estrategias de afrontamiento en adolescentes de una institución educativa pública de Chorrillos. El estudio es de tipo descriptivo correlacional, se aplicaron el Cuestionario de Acoso y Violencia

Escolar (AVE) y la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS). La población estuvo compuesta por 500 escolares de una escuela pública de Chorrillos, en la cual se aplicó un muestreo no probabilístico intencional seleccionando a un grupo de 105 estudiantes entre las edades de 12 a 18 años. Se concluyó que el hostigamiento es el tipo de acoso escolar que predomina y los estudiantes emplean como estrategias de afrontamiento el preocuparse.

2.2 Bases Teóricas

2.2.1 Afrontamiento al estrés

Previo al abordaje teórico de las variables de estudio en la presente investigación, referimos algunas concepciones teóricas que se tiene sobre el estrés, al ser parte de las variables de estudio.

2.2.1.1 Definición

Estrés. Está relacionado a procesos psicológicos como fisiológicos que influyen en el sistema del organismo humano frente a una demanda de adaptación. La Real Academia Española (2021) la describe como una tensión estimulada por condiciones agobiantes que generan reacciones psicósomáticas o perturbaciones psicológicas del ser humano.

Para Lazarus y Folkman (1986), el estrés se desarrolla a partir de la relación entre el individuo con el ambiente. Describen que el individuo evalúa al entorno como amenazante o desbordante para sus recursos y esto genera peligro a su bienestar, esta percepción es significativa y propia del sujeto.

Por su parte, para Hans Selye (1960, como se citó en Fernandez, 2009), el estrés es un estado de síndrome específico que manifiesta cambios inespecíficos dentro de un sistema biológico, el mismo que tiene su forma y composición característica, pero ninguna causa exclusiva, que además está relacionado con estímulos desagradables y experiencias agradables por ello no es necesario evitarlo. Es decir, que si una persona presenta estrés ha iniciado un sobreesfuerzo y para sobreponerse debe generar resistencia porque el estresor (demanda física,

psicológica, emocional o cognitiva) provoca una respuesta de estrés donde se generan los cambios del organismo, a los cuales se nombra síndrome general de adaptación, este último es mencionado por Sandín (2003), quien indica que incluye tres etapas:

- Reacción de alarma: que pasa por dos fases y es cuando el organismo se expone inesperadamente a estímulos y se da el choque (reacción inmediata frente al estímulo calificado como dañino e inicia diversos síntomas fisiológicos) y contra choque (reacción de defensa primaria y activación de diversas hormonas).
- Reacción de resistencia: adaptación del organismo al estímulo estresor que genera disminución de síntomas, cambios morfológicos y bioquímicos.
- Agotamiento: el individuo pierde la adaptación e inicia la reaparición de los síntomas de la reacción de alarma y puede generar la muerte del organismo.

Para Chiavenato (2009), el estrés es característico del individuo, considera que la persona está expuesta a estrés por la condición de vida moderna, existe mayor urgencia, plazos por cumplir, retrasos, metas y objetivos, existe la falta de medios y recursos, está la expectativa de los otros y exigencias que repercuten en la persona.

2.2.1.2 Tipos de estrés

La Asociación Psicológica Americana (APA, 2010), en la publicación “La solución al estrés” de Miller y Dell Smith, mencionan la diferencia de los tipos de estrés que son el estrés agudo, agudo episódico y crónico.

a) *Estrés agudo*

Es el más frecuente, surge de las exigencias y presiones del pasado reciente y requerimientos o presiones anticipadas del futuro más cercano. Depende del nivel para establecerse en un efecto agotador. A corto plazo provoca angustia, dolores de cabeza, malestar estomacal y otras sintomatologías. Las siguientes son síntomas más comunes:

- Agonía emocional, sentimiento de enojo o irritabilidad, ansiedad y depresión.

- Dolor muscular, en la cabeza, espalda y en otras partes del cuerpo.
- Problemas estomacales e intestinales.
- Hiperactividad sobre excitación de carácter temporal el cual provoca aumento de la presión arterial, ritmo cardíaco, presencia de sudoración palmar, mareos constantes, migrañas agudas, temperatura corporal fría en manos y pies, opresión en el pecho y dificultades de respiración.

Este tipo de estrés puede desarrollarse en cualquier momento de la vida del ser humano, y es necesario tratarlo según lo mencionan los autores (Miller y Dell Smith, como se citó en APA, 2010).

b) *Estrés agudo episódico*

Es característico en una persona que con frecuencia se encuentra con premura del tiempo, debido a muchas responsabilidades que le impiden organizarse y todas reclaman su atención y preocupación, cada una requiere dedicación a la misma vez. Frente a esta situación suelen estar hiperagitados, malhumorados, irritables, ansiosos y nerviosos. A veces, la irritabilidad puede manifestarse en forma de hostilidad, está llena de agresividad, impaciencia y en la mayoría de casos profunda sensación de inseguridad. Los síntomas persistentes son la agitación, dolores de cabeza, nervios persistentes, migraña, aumento de presión arterial, dolor de pecho y genera enfermedades del corazón. La persona con esta afectación va a requerir atención múltiple de especialidades y podría llevar meses a su recuperación, es necesario tener en cuenta los rasgos de carácter de la persona y el estilo de vida para establecer estrategias al alivio de los síntomas (Miller y Dell Smith, como se citó en APA, 2010).

c). *Estrés crónico*

Produce un desgaste de manera recurrente, causa afectación física y mental a largo plazo. Los requerimientos y demandas durante periodos parecieran que son interminables y la persona no encuentra solución y por ese motivo abandona la búsqueda de resultados de valoración significativa. Las causas son multifactoriales que inician con un sistema de creencias irracionales

en el cual debe trabajarse en su reformulación. Podría manifestarse a través del suicidio, violencia, ataque del corazón, apoplejía, dificultades con el sistema nervioso generar cáncer. Esta disminuye la calidad de vida de la persona y las constantes crisis puede generar la muerte. (Miller y Dell Smith, como se citó en APA, 2010).

2.2.1.3 Diferencias entre el distrés y eustrés

Según Szabado, Tache y Somogyi (2012), Hans Selye describió el eustrés y la angustia en 1976. El eustrés se considera un estrés positivo porque fomenta el comportamiento proactivo y se centra en el bienestar y la mejora. Por otro lado, según Hans Selye en 1976, citado por Szabo, Tache y Somogyi (2012), el estrés puede ser eustrés o angustia. La angustia se considera estrés negativo porque causa agresión, ira y angustia más allá de la capacidad de control o adaptación del individuo. Por otro lado, el eustrés implica preocupación por el bienestar y la mejora, calificándolo como una forma positiva de estrés.

Por su parte, Neidhardt, Weinstein y Conry (1989) se refieren a la teoría de Hans Selye acerca de que el estrés es la ausencia de armonía entre el cuerpo y la mente. Afirman que cuando los niveles de estrés alcanzan un punto crítico, se produce una gran agitación en la mente y una tensión corporal que supera la capacidad del que la padece para manejar las circunstancias cotidianas. Esto conduce a dolencias y angustias, lo contrario del eustrés, que se asocia con claridad mental y condiciones físicas saludables.

Mientras que Bensabat (1987) menciona al tema de Selye en su explicación del eustrés. El estrés es una respuesta necesaria para que el cuerpo funcione de manera óptima. Es causado por demandas físicas, emocionales o psicológicas en el cuerpo. Sin embargo, una cantidad excesiva de estrés da como resultado una angustia que requiere que el cuerpo se adapte por encima de sus límites físicos y fisiológicos regulares. Bensabat también afirma que el eustrés es un estrés bueno que produce placer porque activa la capacidad de una persona para adaptarse armónicamente, de acuerdo con su personalidad y capacidades. Cada persona debe conocer su nivel de estrés, la cantidad de presión que puede manejar y su capacidad para adaptarse al

estrés. También, deben comprender el tipo de estrés al que están sometidos, ya que esto está determinado por la forma en que reciben e interpretan los eventos. Al hacer esto, pueden evitar el estrés innecesario que les haría exceder su umbral de tolerancia.

2.2.1.4 Fases del estrés

A decir de Melgosa (1995), hay tres etapas de estrés por las que pasa nuestro cuerpo cuando se expone repentinamente a altos niveles y son detectadas por nuestro cuerpo mucho antes del inicio repentino del estrés.

- a) *Fase de alarma*. En ella se identifica que una situación estresante provoca reacciones fisiológicas una vez percibida. La glándula del hipotálamo activa las glándulas suprarrenales para liberar adrenalina en el torrente sanguíneo. La función principal de la adrenalina es proporcionar energía adicional al cuerpo; como resultado, se activan varios efectos. Estos incluyen un aumento de la frecuencia cardíaca y respiratoria, venas faciales dilatadas y una mayor conciencia general conocida como hipervigilancia. El Sistema Nervioso Simpático del cuerpo se activa cuando ocurre el estrés. Esto prepara el cuerpo para una posible respuesta física. Cuando el estrés persiste durante mucho tiempo, se ingresa a la segunda etapa del estrés.
- b) *Fase de resistencia*. En esta fase, el cuerpo experimenta una reacción de estrés cuando cree que se requiere una acción inmediata para lidiar con un factor estresante. Inmediatamente después de esta reacción, las glándulas suprarrenales secretan cortisol, que ayuda a mantener la glucosa en sangre en niveles elevados, en el torrente sanguíneo. El cortisol también ayuda a nutrir y sostener inmediatamente órganos importantes del cuerpo como el corazón, el cerebro y el sistema músculo esquelético. Al mismo tiempo, el cortisol promueve el almacenamiento de energía en el cuerpo. Cuando un individuo se enfrenta a una situación estresante, es consciente de que su capacidad es limitada. Esto los lleva a frustrarse y experimentar sufrimiento. Pueden darse cuenta de que se están quedando atrás y que su desempeño está por debajo del

promedio. Esto a menudo hace que intenten superar sus límites; sin embargo, no pueden encontrar una solución para superar el obstáculo. La respuesta al estrés se convierte entonces en un bucle sin fin; incluso puede llevar a la ansiedad por un posible fracaso en algunos casos.

- c) *Fase de agotamiento* La última fase incluye fatiga, ansiedad y depresión. La fatiga se caracteriza por un agotamiento constante que no se alivia con el sueño. Otros síntomas incluyen irritabilidad, ira, nerviosismo y tensión. La ansiedad puede presentarse de múltiples maneras; una persona puede sentirse estresada cuando se trata de presiones o factores estresantes, pero también cuando se enfrenta a escenarios que normalmente no ocurrirían. La depresión puede hacer que alguien pierda interés en las actividades que normalmente disfruta; también pueden tener problemas para dormir y experimentar pensamientos pesimistas. Además, puede desarrollar una imagen negativa de sí mismo y ver su situación como desesperada. La etapa final involucra una disminución a largo plazo en la activación, que resulta en déficits significativos en los procesos mentales. Esto se evidencia por la falta de memoria y concentración; sin embargo, los pensamientos irracionales persisten. Además, del agotamiento fisiológico y el estado de ánimo deprimido, esta etapa agota la capacidad de adaptación de la persona, como explicaron Davis y Palladino (2008).

2.2.1.5 La respuesta al estrés

Al identificar las tres fases del estrés: alarma, resistencia y agotamiento. Melgosa (1995) propone tres categorías de respuestas del organismo frente al estrés que son cognitivas, emotivas y conductuales.

- a) Área cognitiva, en ella una persona que padece una enfermedad mental, experimentará problemas de memoria, atención y toma de decisiones. Sus problemas se remontan a sus pensamientos e ideas; pueden tener dificultades para concentrarse,

perder la atención, no recordar o retener recuerdos durante un período de tiempo corto o largo.

- b) Área emotiva, en ella, el paciente tiene dificultad para relajarse tanto física como emocionalmente. Los síntomas incluyen falta de autocontrol, intolerancia, impaciencia, autoritarismo y tendencia a fingir superioridad. Estos pacientes también pueden perder energía, desanimarse, sentir desdén y perder interés en seguir viviendo.
- c) Área conductual, en esta área, los síntomas de la ansiedad social incluyen niveles de energía erráticos, insomnio, falta de entusiasmo por las actividades favoritas, fumar y beber más de lo habitual. Alguien con ansiedad social también puede presentar dificultad para hablar en público, tartamudeo o fluidez verbal reducida. Estos síntomas son el resultado de actitudes y comportamientos subyacentes que se presentan como una incapacidad para hablar frente a un grupo.

En cuanto a sus relaciones interpersonales, empieza con la tendencia de sospechas, culpa a los otros o les atribuye responsabilidades, presenta reacciones extrañas, aparición de tics, en algunos casos se manifiesta ideas de suicidio o intentos de llevarlo a cabo.

2.2.1.6 Definición del afrontamiento

Lazarus y Folkman (1986) refieren que el afrontamiento es el esfuerzo cognitivo y conductual cambiante que desarrolla una persona frente a las demandas específicas ya sean externas o internas, previamente evaluadas como desbordante a los propios recursos.

Mientras que Frdenberg y Lewis (1990, como se citó en Canessa 2002) definen que el estrés se origina con las demandas que el individuo se plantea, y con la intención de remediarlo surge el afrontamiento. Es decir, es el efecto que busca modificar la demanda, proceso por el cual el individuo maneja las necesidades y emociones que son resultado de la relación entre el ambiente y el propio sujeto, y en el cual se están constantemente evaluando demandas estresantes.

Por su parte, Fernández (2009, citando a Lazarus y Folkman, 1984) menciona que el afrontamiento es la agrupación de respuestas emocionales, cognitivas y conductuales que intervienen en las experiencias de estrés para reducir las respuestas fisiológica y emocional, de esa manera el sujeto contrarresta los efectos de las situaciones que él mismo valora como amenazador para buscar el equilibrio que fue afectado por la relación entre la persona y el ambiente.

A su vez, Díaz (2010) describe al afrontamiento como una variable personal que es parte de los recursos psicológicos de la persona que emplea para responder a requerimientos o necesidad en la interacción con el entorno.

A su turno, para Castaño y Leon (2010), el afrontamiento no se trata de buscar resultados positivos a corto plazo o de afrontar con éxito una situación fuera del control de la persona, además muestra al individuo ser capaz de sobrellevar esa situación minimizando, reduciendo o aceptando lo agobiante. El afrontamiento efectivo es el que desarrolla mejores relaciones entre el individuo con las circunstancias que acontecen desde una perspectiva positiva y que pueda controlarla.

2.2.1.7 Teorías del afrontamiento frente al estrés

Macías et al. (2013) describen el proceso que realiza el individuo en una situación que le genera estrés y trata de manejarlo a través de estrategias, emplea fundamentos desde modelos médicos, psicoanálisis del yo y, por último, emplea la psicología cognitiva sociocultural, que se menciona a continuación:

- a) Modelo fisiológico. Es de carácter médico empleado en la década de los treinta y cuarenta, que demuestra que la conservación de las especies depende en gran medida de la capacidad de reconocer que en el entorno se puede controlar.
- b) Modelo psicoanalítico del yo. En el afrontamiento a partir del conjunto de pensamientos y acciones reflexivas con objetivo de corregir el problema o demanda y como consecuencia reducir el estrés, se establece estrategias inicialmente primitivas que

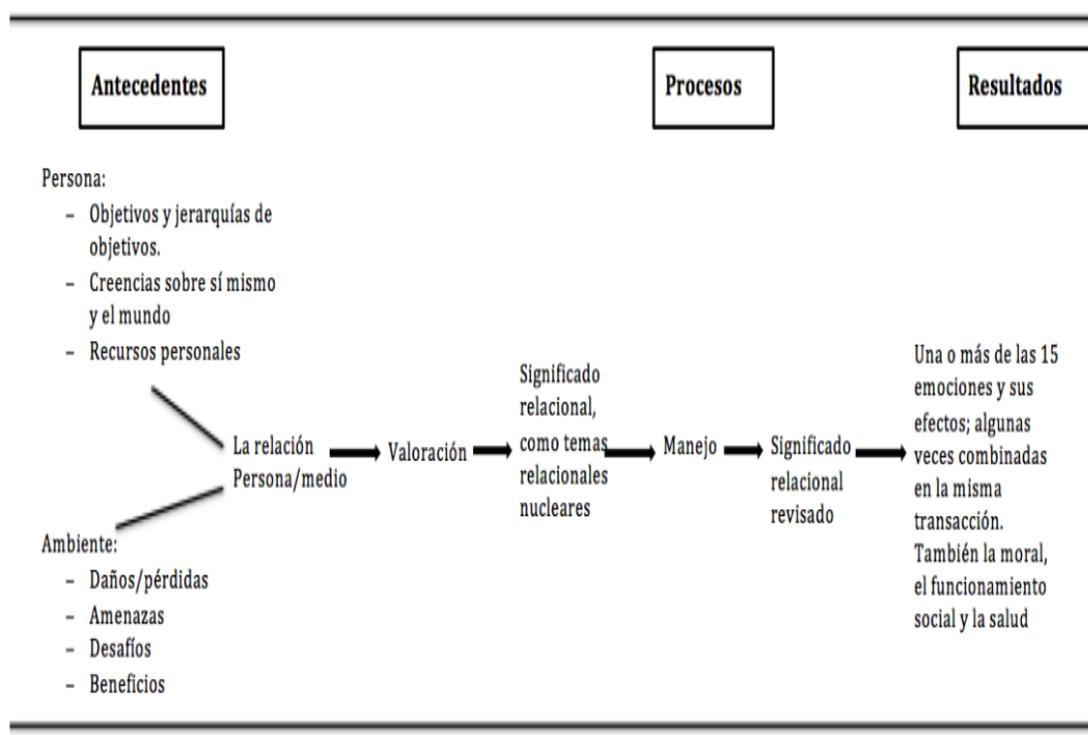
distorsionan parte de la realidad hasta un conjunto de medios mejor abordados denominados mecanismos de protección que el individuo gestiona en su relación con el entorno.

- c) Modelo transaccional de Lazarus y Folkman. Mencionan que el afrontamiento está condicionado a la percepción y análisis del individuo frente a cambiar la situación. Ante el desbordamiento de recursos del individuo, emplea su afrontamiento desde esfuerzos cognitivos y conductuales para gestionar necesidades externas y/o internas.

Lazarus y Folkman (1986) establecen que el afrontamiento nos indica qué hacer cuando sufrimos una situación estresante, dentro de las bases de fundamento está la de la teoría de sistemas que se presenta en tres esquemas que son la valoración, el manejo y el tema relacional de cada emoción. En el esquema que plantean está la diferenciación entre los tipos de variables y procesos, incluyendo antecedentes causales, procesos mediadores y efectos que se presentan en la persona y el ambiente.

Figura 3

Esquematación teórica del estrés, del manejo y de la adaptación



Nota: Modelo revisado del estrés y su manejo por Lazarus (2006).

Para Lazarus (2006), lo más importante en el afrontamiento es el significado que el sujeto da a la situación, y lo denomina “valoración” y “significado relacional”. Es así como el individuo y el entorno se unen en una relación bidireccional dinámica y recíproca.

2.2.1.8 Fases del proceso de afrontamiento

Folkman, Lazarus, Gruen y DeLongis, 1986 (como se citó en Fernández, 2009), refieren que en el vínculo entre la persona y su medio se pone énfasis en la evaluación de carácter cognitiva en dos etapas que son las siguientes:

- a) Evaluación primaria. El individuo hace un proceso de evaluación del evento estresante y su impacto, si este resulta como amenaza va a provocar el afrontamiento de manera inmediata y tendrá consecuencia emocional.

- b) Evaluación secundaria. Al actuar el afrontamiento, en este proceso se realiza el análisis de los recursos y evaluar las habilidades que se necesita para resolver el problema de manera efectiva. Es decir, el sujeto valora el contexto y los recursos personales, y en la tercera fase procede al uso de estrategias de afrontamiento que genere equilibrio (solución del problema y control de emociones).

2.2.1.9 Estilos de afrontamiento

Centrado en el problema. Lazarus y Folkman (1986) consideraron el afrontamiento centrado en el problema como un método para resolver el problema en cuestión teniendo en cuenta los beneficios y costos de cambiar el entorno o uno mismo. Los métodos sugeridos anteriormente para resolver problemas eran crear un plan para la resolución.

Afrontamiento centrado en la emoción. Para Lazarus y Folkman (1986) a decir de Tello (2010), el objetivo es gestionar el malestar emocional relacionado con la situación, modificar el cómo se esté interpretando la situación desde el significado que se le otorgue.

Afrontamiento evitativo. Fernández (2009) empleó de estrategias evasivas direccionadas a la situación estresante, que generará distanciamiento conductual y mental, haciendo uso de la negación y/o humor.

2.2.1.10 Recursos del afrontamiento al estrés

Tello (2010) menciona que los recursos con los que cuenta el afrontamiento para sobrellevar el estrés, son considerados instrumentos eficaces que se encuentra en fuentes internas o externas, las cuales son calificadas por Lazarus y Folkman (1986) como lo siguiente:

- Recursos personales. Son las que posee el individuo a nivel cognitivo, emocional, espiritual y físico.
- Recurso social. Instrumento de fuente colectiva que es externo al individuo como el soporte social o financiero.

Tello (2010) menciona que en el trabajo de Zeidner y Hammer (1992) se analizan los recursos de afrontamiento como parte de la capacidad de adaptación de una persona. Estos recursos influyen en la respuesta de una persona al estrés, la forma en que interpreta el evento, su esfuerzo y capacidad para manejar las variables sociales. Además, estos recursos ayudan a las personas a lidiar con las consecuencias de los eventos estresantes.

2.2.1.11 Estrategias de afrontamiento

Lazrus y Folkman (1986) indicaron que se deben usar al menos tres estrategias de afrontamiento diferentes al considerar un problema. Estas estrategias se centran en el problema, las emociones y la distancia, el autocontrol, la búsqueda de apoyo social, la aceptación de responsabilidades, la evitación, la planificación y la reevaluación positiva.

Por su parte, Montoya y Moreno (2013) mencionan tres formas de afrontar un problema. Carvers et al. (1989), como se menciona en la fuente citada, sugieren estrategias para cada método:

- a) Estilo de afrontamiento dirigido al problema: se da cuando el sujeto pretende modificar una situación al tratar de reducir el efecto de las amenazas, que incluye lo siguiente:
 - Adaptación positiva: adopción de conductas que aumentan los esfuerzos para evitar, reducir los efectos negativos.
 - Planificación de actividades: análisis de cómo lidiar con el estrés, organizar y planificar las estrategias de acción para seleccionar la más adecuada a afrontar el problema.
 - Suprimir actividades que distraen: ignorar o minimizar distracciones con el fin de manejar adecuadamente los factores estresantes que afectan el equilibrio del individuo.
 - Parar el afrontamiento: capacidad de retrasar a enfrentar el agente estresante hasta que se pueda abordar el problema evitando una acción prematura.

- Búsqueda de apoyo social por motivos instrumentales: buscar consejería de terceros con la finalidad de buscar solución al evento estresante.
- b) Estilos de afrontamiento dirigidos a la emoción: busca reducir las respuestas emocionales causadas por el agente de estrés, que son los siguientes:
- Buscar el apoyo emocional de los demás reduce los sentimientos negativos; esta es la razón por la cual la gente suele hacer esto.
 - Las experiencias estresantes se pueden evaluar positivamente. Ver una experiencia estresante como una lección ayuda a reducir sus efectos negativos. Se pueden atribuir atributos positivos al evento y se puede enfatizar el lado positivo de la experiencia. Alternativamente, las personas pueden desarrollar nuevas perspectivas cambiando su forma de pensar.
 - La aceptación de la realidad es el primer paso para hacer frente a los factores estresantes. Esto implica reconocer que un factor estresante está presente y evaluar la situación cuando se encuentra por primera vez. El segundo paso es enfrentar el hecho de que algunas situaciones no se pueden cambiar; en cambio, tenemos que vivir con ellos.
 - La liberación emocional se puede lograr enfocándose en los sentimientos negativos y luego expresándolos.
 - Para aliviar el estrés, algunas personas se convierten a la religión en lugar de a una religión cuando se enfrentan a un evento estresante.
- c) Estilos adicionales de afrontamiento: se encuentran las acciones de evasión frente a situaciones estresantes, que son los siguientes:
- Los factores estresantes se eliminan del pensamiento consciente con la ayuda de las distracciones. Estas distracciones permiten que las personas ignoren las pautas que normalmente usarían al considerar un problema.

- Excluir la idea de un factor estresante requiere una actitud inflexible.
- La ironía agrega humor a una situación al restarle importancia a través de bromas.
- Al centrarse en sus factores estresantes en lugar de sus objetivos, las personas que experimentan una desconexión conductual reducen el esfuerzo que ponen en su comportamiento. Esta desconexión les permite dejar de cumplir metas con las que interfieren los factores estresantes.
- Para aliviar los problemas causados por el uso de sustancias, las personas comúnmente beben alcohol o toman otras drogas.

2.2.2 Definición ciberbullying

Belsey (2005) considera que en el *ciberbullying* se emplea la tecnología con el objetivo de perjudicar a una persona, es una acción que ha sido premeditada, se realiza de manera reiterada a través de mensajes de texto, correo electrónico, redes sociales para difamar, humillar y causar amenaza.

Mientras que Kowalski, Limber y Aganston (2010) definen al *ciberbullying* como el conjunto de acciones que desde una intención maliciosa difunde información en redes sociales a través de mensajes de texto, emails, en sitios personales y otras plataformas. Esta información puede ser con texto, imágenes, fotografías editadas expuestas para ridiculizar, utilizado bajo amenazas o chantaje con el objetivo de perjudicar la dignidad de la persona, estas acciones son realizadas a través de un dispositivo electrónico.

A su vez, para Tokunaga (2010), el *ciberbullying* es una conducta realizada a través de medios electrónicos o digitales por una o más personas que envían constantemente mensajes hostiles o agresivos con el objetivo de causar malestar a otra persona, esta situación no solo compete al ámbito escolar, sino también fuera.

Por su parte, Calmaestra (2010) describe que el *ciberbullying* es el acoso cibernético que comparte características del acoso tradicional, pero tiene particularidades propias debido al uso

de la tecnología porque se lleva a cabo desde teléfonos móviles, Internet u otras tecnologías con la predisposición de intimidar, acosar o amenazar.

Mientras que Smith, et al. (2008, como se citó en López, 2018) consideran que este nuevo escenario de violencia con conductas agresivas e intencionados y de manera repetitiva en el tiempo hace uso de diversos canales electrónicos que podría ser ejercido por una persona o un grupo sobre otro a quien se denomina víctima, el último no puede defenderse por sí solo.

2.2.2.1 Relación entre *ciberbullying* y *bullying*

El entorno virtual considerado como ambiente en el cual los estudiantes hacen uso de las TIC ha generado nuevos problemas en la convivencia entre escolares, el cual supera la barrera de horarios y escenarios para dirigirse en contra de la víctima (Kowalski y Limber, 2007).

Lo descrito hace comprender que el *ciberbullying* es una evolución de acoso tradicional que se realiza en la realidad virtual, comparte características con el *bullying* que son la existencia de conducta agresiva, desequilibrio de poder entre la víctima y el agresor, es una conducta que se realiza de manera reiterativa (Kowalski et al., 2010).

El *bullying* es el acoso tradicional y está ligado al entorno escolar, en cambio, el *ciberbullying* se desarrolla fuera del contexto físico escolar, la víctima puede ser instigada a todas horas a través de redes sociales e Internet que afecta diversas facetas de la vida a nivel familiar, con amigos y compañeros, el daño puede ser mayor por la velocidad de la difusión de contenidos en agresión a la víctima, y se estaría actuando desde la impunidad debido a que el agresor se encuentra en el anonimato a diferencia de la violencia escolar tradicional donde se le puede identificar.

Respecto a la variable género, en las diferencias de *bullying* y *ciberbullying*, según Avilés (2010), existen estudios que concluyen que los chicos tienen mayor probabilidad de ser agresores, sin embargo, Mark y Ratliffe (2011) mencionan que las investigaciones no encuentran diferencias en el caso de *ciberbullying*. Para Hinduja y Patchin (2008), en la violencia tradicional,

los estudios indican una diferencia significativa, mencionando que los chicos están más involucrados como agresores.

Tabla 1

Similitudes y diferencias entre bullying y ciberbullying

Diferencias	
<i>Bullying</i>	<i>Ciberbullying</i>
Dentro del entorno escolar	En cualquier horario y lugar
Identificación de actores	Anonimato
Espectadores directos	Amplitud de audiencia
Agresiones directas	Agresión sin límite de alcance.
Similitudes	
<ul style="list-style-type: none"> • Conducta agresiva • Desequilibrio de poder entre víctima y agresor • Conducta reiterada 	

Nota: Elaboración del investigador en referencia de Kowalski et al. (2010).

2.2.2.2 Características de agresión en el *ciberbullying*

El uso de las TIC ha generado un uso desmedido de los medios que ocasiona un nuevo escenario de violencia escolar como es el *ciberbullying*. Para Cuesta et al., (2020), se puede presentar repentinamente, debido a que los mensajes, imágenes y videos son muy sencillos de postearlo a las redes y en menos de minutos ya se encuentran en el ciberespacio, es así como las víctimas son vulnerables y están en situación de indefensión frente a comentarios ofensivos, burlas, suplantación de identidad y otros con el único objetivo de dañar su integridad ya sea exponiéndole a agresiones, hostigamientos, humillaciones y burlas. A lo que Cañizal (2018)

refiere que estos actos se realizan desde el anonimato durante los 365 días del año y las 24 horas del día con suma rapidez.

Figura 4

Agresión mediante el uso de las TIC



Nota: Adaptado de Domínguez y Portela, 2020; Domínguez-Mora et al., 2019; Magaz et al., 2016.

2.2.2.3 Participantes de cyberbullying

Según Avilés (2013), en el *cyberbullying* intervienen tres participantes, quienes tienen roles marcados que son el agresor, víctima y observador que se describe en posteriores párrafos.

a) *Cyberbullie* o ciberagresor

Se le conoce como agresor a la persona que hace uso de las tecnologías con un objetivo perjudicial hacia otro individuo a quien envía mensajes con contenido de amenazas, humillaciones u otras acciones convirtiéndola en su víctima que se muestra indefensa.

Por su parte, Teruel (2007) menciona que este agresor podría estar generando esta conducta, debido a que se enfrenta a problemas que no puede solucionar y cumplir este rol le permite transmitir otra imagen.

Según Giménez et al., (2013), ciertos rasgos del agresor pueden mejorar con la intervención psicológica el soporte familiar que se le brinde, que menciona a continuación:

- Dentro de su modelo social existe dos polos que son el dominio y la sumisión en esta fundamente la violencia, que ejerce que se mejoraría dentro de terapia enfocada a en valores de igualdad dentro de la convivencia con sus pares.
- Carece de falta de empatía, dentro de la intervención psicológica se podría trabajar desde generar conciencia del daño que genera el agresor con sus acciones en el escenario de *ciberbullying*, que por el uso de medios electrónicos se evidencia distancia emocional, el cual sería la causa para que no se establezca la empatía y el cocimiento real del daño que se ocasiona.
- Dificultades para asumir responsabilidades, los agresores justifican su conducta indicando que la víctima es quien ha generado el círculo de violencia, culpabilizándola de la situación.
- Impulsividad y baja tolerancia a la frustración, los agresores no tienen desarrollada habilidades en la resolución de conflictos.
- Constantemente infringen las reglas o normas, tiene conflicto la autoridad.
- Emplean conductas destructivas para generar atención y obtener mayor protagonismo, reconocimiento social, mostrado soberbia ante los demás.
- Dentro de la dinámica familiar se evidencia conflictos en las relaciones con sus miembros, escasa comunicación y en algunos casos rompimiento de lazos afectivos.
- En algunos casos existe antecedentes de consumo de drogas como alcohol u otras, dependencia a la tecnología.

Según los autores existen dos tipos de agresores que son el activo y pasivo, el primero actúa directamente sobre la víctima y el segundo es testigo de la agresión y también interviene en ocasiones para reforzar conductas o siendo parte de ellas.

b) Cibervíctima.

De acuerdo con Garaigordobil (2011), la cibervíctima es la persona que sufre el acoso por parte del agresor o agresores y la padece en silencio y posee las siguientes características:

- Con rasgos de inseguridad, nivel bajo de autoestima, altos niveles de ansiedad. En algunos casos está presente las ideas suicidas. Sentimientos de ira, frustración e indefensión. Padece niveles de irritabilidad y somatización, alteraciones de sueño, dificultad en atención y concentración.
- En el ámbito social, la víctima tiende a aislarse de su entorno social se muestra retraído.

A nivel de la afectación depende de su capacidad de resiliencia, resolución de conflictos, conocimientos digitales. Sin embargo, de acuerdo con Álvarez (2016), son los estudiantes de entre 13 y 14 años quienes tiene mayor vulnerabilidad a ser víctimas que se dividen en los siguientes tipos:

- Víctima psicológica, la afectación del individuo no es visible debido a que no hay daño físico y la terapia psicológica es relevante para la recuperación.
- Víctima social, el agresor ocasiona que la víctima se aisle de entornos sociales, actividades de interacción.
- Víctimas físicas, que es el precedente del *cibebullying* y es cuando sufrieron agresiones como empujones, pellizcos, codazos u otros que lastiman a nivel físico. En ocasiones han generado mayores consecuencias, son visibles.
- Víctimas morales, cuando el agresor filtra información en su mayoría con contenido falso en medios tecnológicos que mellan la imagen de la víctima, que ocasiona que esta tenga mayor alcance.

En cualquiera de los casos mencionados, la víctima posee una baja autoestima, percepción negativa de sí misma y dificultades para relacionarse con otros.

c) Cibertestigos u observadores

Para Álvarez (2016), son individuos quienes asumen una posición de silencio o encubrimiento frente a actos de violencia que se comenten de manera reiterada durante un tiempo. En ocasiones actúan desde el miedo y, por ello, no lo denuncian otras se debe a que de cierto modo ayudan o participan como reforzadores de conducta en otros casos son el soporte de las víctimas durante este tiempo.

Este grupo de escolares que presencian el acoso en redes sociales para Shariff (2008) hay diferencias del *ciberbullying* con el *bullying*, en el primero se produce una menor intervención de los cibertestigos. Para Olweus (1993), en el segundo caso son personas con poca seguridad, quienes también muestran cuadros de ansiedad y suelen seguir al agresor reforzando positivamente sus actos.

2.2.2.4 Tipos de *ciberbullying*

Kowalski, Limber y Agatston (2008) identifican tres tipos de *ciberbullying* que se da a través de acciones con intención maliciosa a través de canales de Internet, que son los siguientes:

- a) Insultos electrónicos: describen que son breves intercambios de actitud exaltada (ofensas o palabras hirientes) entre individuos y se da por medio de tecnologías de comunicación.
- b) Hostigamiento: se da por medio de mensajes humillantes con frecuencia que son enviados al sujeto considerado víctima
- c) Denigración: información despectiva, engañosa que ha sido divulgada por mensajes instantáneos en canales de páginas web o mensajes.

2.2.2.5 Modelo de los Factores de *ciberbullying*

Nocentini, Calmaestra, Schultze-Krumbholz, Scheithauer, Ortega y Menesini (2010) presentan este modelo desde el análisis de comportamiento de los individuos involucrados en el *ciberbullying*, considerando que es una nueva forma de agresión con el uso de tecnología, y es complejo debido a la evolución acelerada. De acuerdo con esta tipología, los estudiantes perciben estos tipos de comportamiento en esta modalidad de violencia.

- a) Comportamientos escritos y verbales: agresión por medio de mensajes de texto o correo electrónico, chats, blogs, comunidades de redes sociales, sitios web o a través de llamadas telefónicas.
- b) Comportamientos visuales: agresión por medio de imágenes (fotos o vídeos) que son publicadas, enviadas, compartidas por medio del Internet.
- c) Exclusión: aislamiento premeditado de alguien o grupo en línea de una red social, de grupo de mensajería.
- d) Suplantación: robo de identidad, información personal, usar cuenta de otra persona con la finalidad de hacerse pasar por esta.

2.2.2.6 Consecuencias del *ciberbullying*

Según Garaigordobil (2011), el perjuicio de este nuevo escenario de violencia es para los tres participantes de quienes es variado los síntomas a padecer. Menciona que la víctima es quien tiene mayor repercusión, pero en el caso de agresores y observadores sus formas de actuar repercutirán en sus comportamientos actuales y futuros. Todos están más propensos a situaciones de riesgo, desajuste psicosocial, trastorno psicopatológico que puede iniciar en la adolescencia o en la vida adulta.

Las consecuencias del *ciberbullying*, en la víctima, son que está sometida a constantes situación de estrés, lo que genera daños psicológicos; desde su conducta se muestran evasivos al tema, guardan silencio, porque consideran tener culpa o por miedo acciones realizadas por su agresor o agresores, y hacen que ello se agrave aún más. El tema cobra relevancia en medios de comunicación cuando posee un final trágico para la víctima, como son los casos de suicidio donde estuvo desbordada la capacidad de la víctima para afrontar dicho escenario.

Los casos de violencia escolar que se exponen en medios de comunicación son lo que ocasionan impacto en los padres, profesores y estudiantes. Sin embargo, como lo exponen Álvarez (2018), en la mayoría de los otros casos, esta dinámica de violencia solo lo sabe la víctima, el agresor y el observador, convirtiéndose en un espacio privado. Y es en ese contexto

donde la víctima puede generar ideas suicidas por sentirse vulnerable y en situación de indefensión, en la siguiente tabla mostramos un resumen de las consecuencias para cada actor.

Tabla 2

Consecuencias del ciberbullying para sus participantes

Cibervíctima
Afectación en la salud y bienestar, episodio depresivo, frustración, irritabilidad, ansiedad, insomnio, estrés, pensamiento suicida y otros.
Bajos niveles de autoestima, inestabilidad emocional, indefensión, baja percepción de confianza en sí mismo.
Generación de somatización, experimentar dolores estomacales de cabeza, náuseas y otros.
Dificultades a nivel de atención y concentración, capacidades que se ven perturbadas.
Dificultades en el área social, inhibición u retraimiento en interacción con sus pares.
Ciberbullie o ciberagresor
Inicia empleando conductas agresivas que no son sancionadas, lo que fomentaría en posteriores conductas delictivas.
Bajo nivel de empatía
Rendimiento académico por debajo.
Desafiante a las normas impuestas por autoridades, incumplimiento de manera sistemática.
En algunos casos se encuentran en el grupo de consumidores de alcohol y drogas.
Cibertestigo u observadores
Creencias irracionales sobre el poder frente a la indefensión, para convertirse en posible agresor.
Capacidad frente a toma de decisiones asertivas

Nota: Elaboración del investigador, basado en Mosquete (2018).

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1 Método de Investigación

La presente investigación utilizará el método científico hipotético-deductivo. Este método comienza con la formación de un problema y luego propone una hipótesis que involucra variables específicas. Los pasos posteriores incluyen la verificación, el análisis y el procesamiento de datos para confirmar o negar la hipótesis, lo que finalmente conduce a conclusiones. Este método fue esbozado por Arias (2016).

3.2 Tipo de Investigación

Cerda (1993) explica que normalmente un estudio de investigación utiliza un enfoque cuantitativo para describir y correlacionar variables. Sin embargo, esto también se puede usar para medir propiedades en función de una medida, longitud o cantidad específicas. En este caso, la propiedad que se mide es algo que se puede medir con una determinada magnitud, extensión o cantidad.

Los datos recopilados a través de la investigación cuantitativa se procesan con la ayuda de estadísticas para responder a preguntas o resolver problemas. La investigación descriptivo-correlativa básica implica recopilar hechos y analizarlos, como sostienen Ñaupas et. al. (2018). Su propósito principal es presentar una interpretación precisa de los datos, y su característica esencial es comprender las realidades fácticas. Se formulan hipótesis, se desarrollan instrumentos y técnicas, se analizan y procesan datos, se identifican correlaciones entre variables y se describe el problema a decir de Tamayo (2003).

3.2.1 Según el propósito extrínseco de la investigación

El estudio será de tipo básico, enfocado a producir nuevos conocimientos en relación con el tema de investigación del cual se pretende buscar o rechazar la hipótesis planteada para

proceder a impartir información a partir de la obtención de resultados y conclusiones obtenidas del estudio (Hernández et al., 2014).

3.2.2 Según el enfoque

La investigación será de enfoque cuantitativo, ya que considera necesario analizar información observable por medio de la medición empleando un procedimiento secuencial y probatorio (Hernández et al., 2014).

3.2.3 Según la planificación de la toma de datos

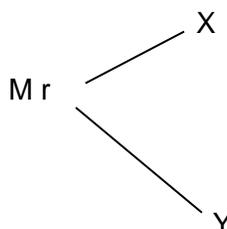
Es prospectivo, a razón que la recolección de datos fue de forma primaria e inició después del diseño de la investigación (Hernández et al., 2014).

3.2.4 Según número de mediciones de las variables

Según el número de mediciones es transversal, el cual se caracteriza por evaluar las variables de interés en un tiempo y espacio en (Hernández et al., 2014).

3.2.5 Diseño de investigación

Hernández et al. (2014) afirmaron que la investigación que el diseño transversal, cuantitativo, correlacional, implica la imposibilidad de que las variables sean manipuladas. Agregaron que cualquier relación entre variables puede determinarse procesando datos en un momento y momento específico. De esta forma el diseño fue como sigue:



M = 162 Estudiantes de la institución educativa Alfonso Ugarte, Huancán.

X= Variable 1 estrategias de afrontamiento

r= Relación

Y= Variable 2 *ciberbullying*

3.2.6 Nivel de Investigación

Corresponde a la investigación un nivel de estudio descriptivo correlacional. “Este tipo de estudios tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en una muestra o contexto en particular” (Hernández et al., 2014 p. 93).

3.2.7 Alcance de la investigación

El alcance será correlacional.

3.3 Población y Muestra

Conforman la población de nuestro estudio un total de 162 estudiantes entre varones y mujeres de 4. ° y 5. ° grado de la institución educativa Alfonso Ugarte, en el distrito de Huancán.

A decir de Hernández (2019) “(...) en la investigación cuantitativa, la población es el conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones” (p. 199).

3.3.1 Muestra

Ramírez (1997), como lo cita Ramírez (2018), indica que una muestra censal es aquella en la que todas las unidades de investigación son consideradas como muestra. En este caso, la población de estudio es un censo porque también se considera universo, población y muestra. Al elegir encuestar a un número manejable de sujetos, los resultados de la encuesta se pueden generalizar a una población más grande.

3.3.2 Tipo de muestreo

Tipo de muestreo no probabilístico intencional, ya que “la elección de la muestra no depende de la probabilidad, sino del contexto, como a las características de la fórmula de probabilidad, para obtener los intereses establecidos para la recolección” (Hernández et al 2014, p. 189).

3.4 Criterios de Inclusión

- Estudiantes matriculados en el 4.º y 5.º grado de una institución educativa pública, Huancán.
- Estudiantes cuyos padres aceptan el consentimiento informado.
- Estudiantes de 15 a 17 años
- Estudiantes que asistan el día que se recolectará los datos.

3.5 Criterios de Exclusión

- Estudiantes que no estén matriculados en el 4.º y 5.º grado de una institución educativa pública, Huancán.
- Estudiantes que cuenten con alguna discapacidad intelectual.
- Estudiantes que no se encuentren en los rangos de edad de 15 a 17 años.

3.6 Técnica de Recolección de Datos

3.6.1 Técnica

Mediante el uso de métodos de encuesta, se puede adquirir una comprensión integral de los rasgos de una población. Las encuestas recopilan datos de un grupo seleccionado de personas; las encuestas siempre se recopilan de la misma manera con procedimientos estandarizados. Al seguir este método, puede ver rápidamente el conocimiento, las actitudes, las creencias, las expectativas y los comportamientos de una población. (Behar, 2008).

3.6.2 Instrumentos

Se utilizarán dos encuestas de preguntas cerradas para recopilar datos. Estos cuestionarios utilizan respuestas de estilo de escala de Likert para preguntas de opción múltiple. Los participantes tienen que elegir entre opciones previamente decididas al completar estas encuestas. Una encuesta se basa en una variable, mientras que la otra, en dos variables. (Hernández et al., 2014), los instrumentos en esta investigación serán los siguientes:

- Variable 1: Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento al Estrés-COPE 28.

- Variable 2: Cuestionario de Cibervictimización

3.7 Instrumentos

3.7.1 Cuestionario de estrategias de afrontamiento al estrés

3.7.1.1 Ficha técnica

Nombre	: Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento (Cope 28)
Autores	: Carver (versión en español fue realizada por Moran y Manga)
Procedencia	: Estados Unidos
Adaptación	: Chávez, Ortega y Palacios (2016)
Rango de edad	: General
Administración	: Individual o colectiva
Duración	: 15 minutos aproximadamente individual y colectiva
Objetivo	: Evaluación de los estilos y estrategias de afrontamiento al estrés
Estructura	: El instrumento tiene Presenta tres dimensiones, centrados en el problema, centrados en la emoción y centrados en la evitación del problema.
Escala	: Las respuestas son tipo Likert de cuatro valores, donde nunca lo hago = 0, hago esto un poco = 1, hago bastante esto = 2 y siempre lo hago = 3.
Calificación	: Se suman los puntajes obtenidos, la puntuación alta indica un uso más frecuente del estilo de afrontamiento.

3.7.1.2 Descripción de la prueba

Los ítems están presenten como acciones mientras las respuestas están ordenadas de la siguiente manera 0 = nunca lo hago, 1 = lo hago, 2 = lo hago seguido y 3 = siempre lo hago. Para la calificación se tendrá en cuenta que las puntuaciones altas indican un uso más frecuente de estos estilos o estilos de afrontamiento.

Chávez, et. al. (2016) adaptaron a nuestro país este instrumento, aplicándolo en estudiantes universitarios de Lima metropolitana. Su validez fue por un juicio de expertos.

3.7.1.3 Validez y confiabilidad

La prueba binomial produjo valores de $p < 0,05$, que demuestra la validez de la herramienta. Esto significa que las evaluaciones de los jueces mostraron una correlación significativa, según lo determinado por el análisis estadístico. Además, el alfa de Cronbach calculó que el análisis de cada ítem produjo una puntuación alta en cada dimensión es:

- De la dimensión “centrado en el problema” = 0.70, es confiable.
- De la dimensión “centrado en la emoción” = 0.74 es confiable.
- De la dimensión “centrado en la evitación del problema” = 0.68 es confiable.

El alfa de Cronbach es 0,78, lo que indica una alta consistencia interna para las dimensiones. Esto significa que la confiabilidad de las dimensiones se establece a través de alfa 0.70 o superior. El alfa de Cronbach también presenta confiabilidad para cada uno de los 14 indicadores contenidos en las tres dimensiones. (Chong y Martínez 2021).

3.7.2 Cuestionario de cibervictimización

3.7.2.1 Ficha técnica

Nombre	: Cuestionario de cibervictimización.
Autores	: Álvarez, Dobarro y Núñez (2014)
Procedencia	: España
Adaptación	: Peña (2017)
Rango de edad	: Adolescentes, de 11 años en adelante
Administración	: Individual o colectiva
Duración	: 20 minutos
Objetivo	: Mide sí el adolescente es víctima de agresiones por medio del internet o celular.

- Estructura : Tiene cuatro dimensiones que son cibervictimización visual, suplantación, cibervictimización verbal/escrita y exclusión *online*.
- Escala : Los ítems son respondidos a través de escala Likert de cuatro alternativas, nunca (1), pocas veces (2), muchas veces (3), siempre (4).
- Calificación : Se suma para obtener la puntuación correspondiente que conlleva a una categoría como baja (26-29), media (30-47) y alta (48 a más).

3.7.2.2 Validez y confiabilidad

Para la construcción del instrumento se utilizó una muestra de 3.016 sujetos entre 12 y 18 años. El 48,5 % de ellos eran hombres; y el 51,5 %, mujeres. Fueron extraídos del País Vasco, que es el lugar de construcción del instrumento. El 75,4 % de estos sujetos eran hombres; y el 24,6 %, mujeres en la enseñanza de bachillerato. Adicionalmente, el 45,6 % de las materias cursaba en colegios públicos y el 54,4 % estudiaba en colegios privados. Luego de realizar un estudio correlacional descriptivo transversal sobre estos sujetos, se comprobó que la prueba era confiable y válida.

3.8 Descripción de Procedimiento de Análisis

Se aplicarán los instrumentos en la muestra de estudiantes y la información recabada será analizada por medio del *software* IBM SPSS® Statistics 24. Para identificar las características específicas de la muestra se empleará estadísticos descriptivos (media, moda, mediana, entre otros). Para el análisis inferencial se utilizará el estadístico chi cuadrado, el cual permite determinar el nivel de asociación entre las variables categóricas. Asimismo, se emplearán los estadígrafos de correlación como r de Pearson o Rho de Spearman dependiendo de los resultados de la prueba de normalidad Kolgomorov-Smirnov. Esto permitirá responder a los objetivos tanto general y específicos de la investigación.

3.9 Aspectos Éticos

El trabajo garantizará el respeto, libertad, bienestar e integridad de los participantes.

Además, cumple con los siguientes aspectos éticos:

Integridad científica: se hace un uso honesto, transparente, justo y responsable de la metodología.

No existe conflicto de intereses: no se altera la objetividad del trabajo por intereses económicos, comerciales o de servicio.

Buena práctica científica: la investigadora no incurre en malas acciones para realizar el proyecto de investigación, está comprometida con el uso correcto de la ciencia para construir conocimiento.

Plagio o autoplagio: el proyecto reconoce la autoría de ideas e información de terceros mediante las citas parafraseadas o directas, la investigadora reconoce el esfuerzo de los otros y difunden información veraz.

Los participantes de la presente investigación fueron contactados en una institución educativa pública de Huancán, para la aplicación de los instrumentos se hizo la presentación del asentimiento informado a los padres de familia de los 159 estudiantes que vendrían a conformar el 100 % de la población estudiada, a quienes se les informó de los objetivos y propósitos de la investigación, y quienes autorizaron la utilización de la información con fines académicos y la publicación con fines científicos de los resultados recogidos en la presente investigación; información corroborada por la responsable de tutoría de la institución educativa.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1 Procesamientos Estadísticos

El procesamiento estadístico se realizó con ayuda del SPSS® y Microsoft Excel™.

4.2 Descripción de Resultados

Tabla 3

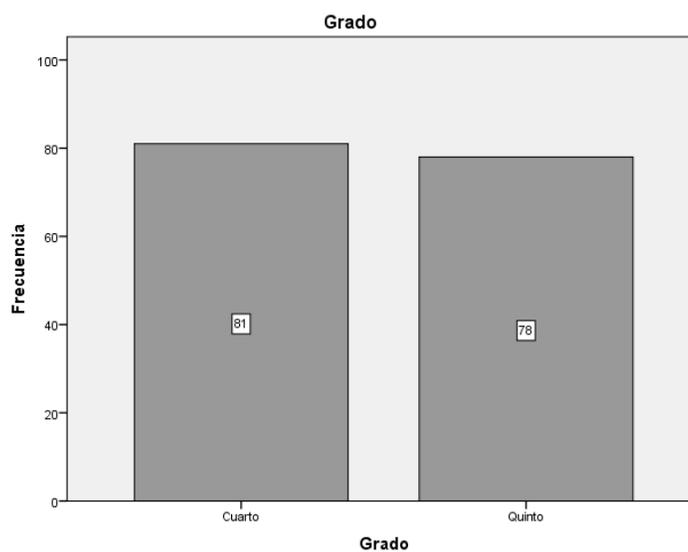
Tabla de distribución de frecuencias según el grado de los estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)

Grado	Frecuencia	Porcentaje
Cuarto	81	50,9
Quinto	78	49,1
Total	159	100,0

Nota. Esta tabla muestra los resultados de la base de datos procesada, IBM-SPSS®

Figura 5

Resultados según el grado de los estudiantes de una institución educativa pública, Huancán-2022



Nota. La figura representa el grado de los estudiantes de una institución educativa pública, Huancán-2022.

Interpretación

En la tabla 3 y en la figura 5, se evidencia que del total de estudiantes de la institución educativa pública (159), quienes participaron de la presente investigación, el 81 % de los estudiantes se encuentran en el cuarto grado de nivel secundario. Por otro lado, el 78 % del total se hallan en el 5.º grado de nivel secundaria.

Tabla 4

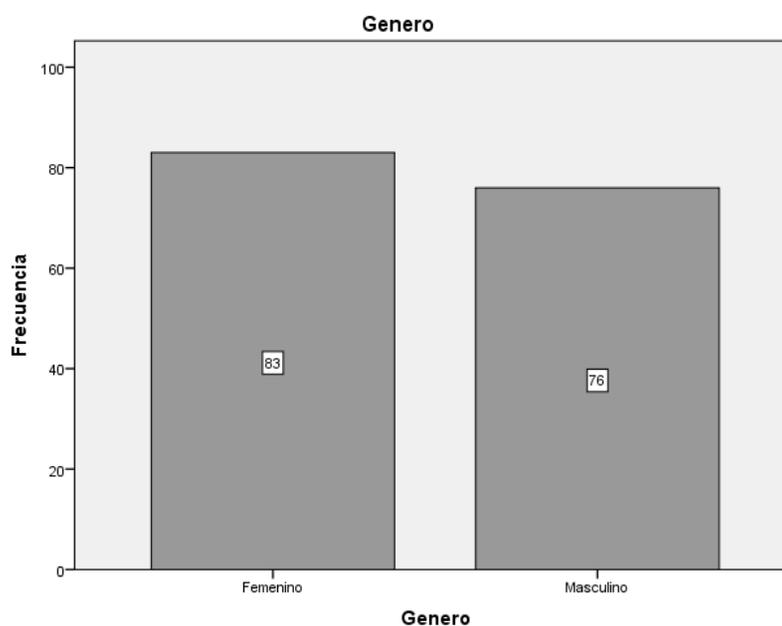
Tabla de distribución de frecuencias según el género de los estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)

Genero	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	83	52,2
Masculino	76	47,8
Total	159	100,0

Nota. Esta tabla muestra los resultados de la base de datos procesada, IBM-SPSS®

Figura 6

Resultados según el grado de los estudiantes de una institución educativa pública, Huancán-2022



Nota. La figura representa el género de los estudiantes de una institución educativa pública, Huancán-2022.

Interpretación

En la tabla 4 y en la figura 6, se evidencia que la población estudiada es de 159 estudiantes, de los cuales el 83 % de son mujeres mientras que el 76 % son varones.

Tabla de frecuencia

Tabla 5

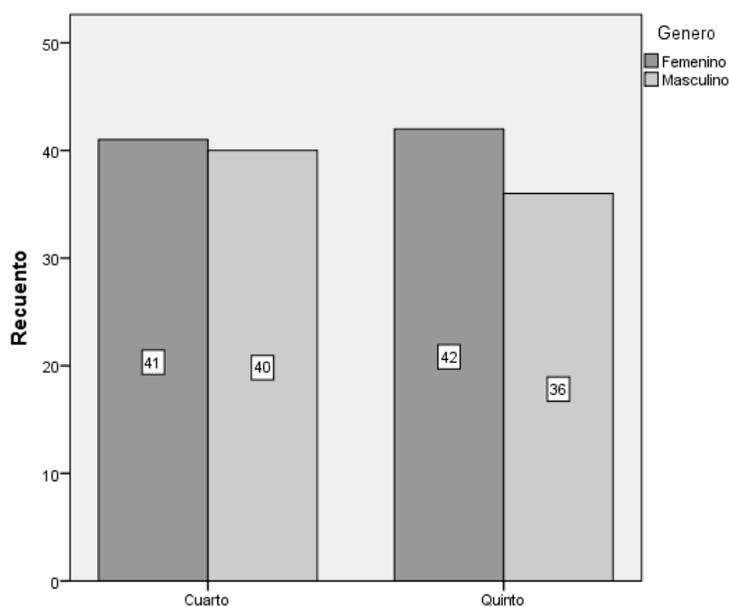
Tabla de distribución de frecuencias según el género y grado de los estudiantes de una IEP, Huancán-2022

Grado	Género		Total
	Femenino	Masculino	
Cuarto	41	40	81
Quinto	42	36	78
Total	83	76	159

Nota. Esta tabla muestra los resultados de la base de datos procesada, IBM-SPSS®

Figura 7

Resultados según el género y grado de los estudiantes de una IEP, Huancán-2022



Nota. La figura representa el género y grado de los estudiantes de una IEP, Huancán-2022.

Variable I: Estrategias de afrontamiento al estrés

Tabla 6

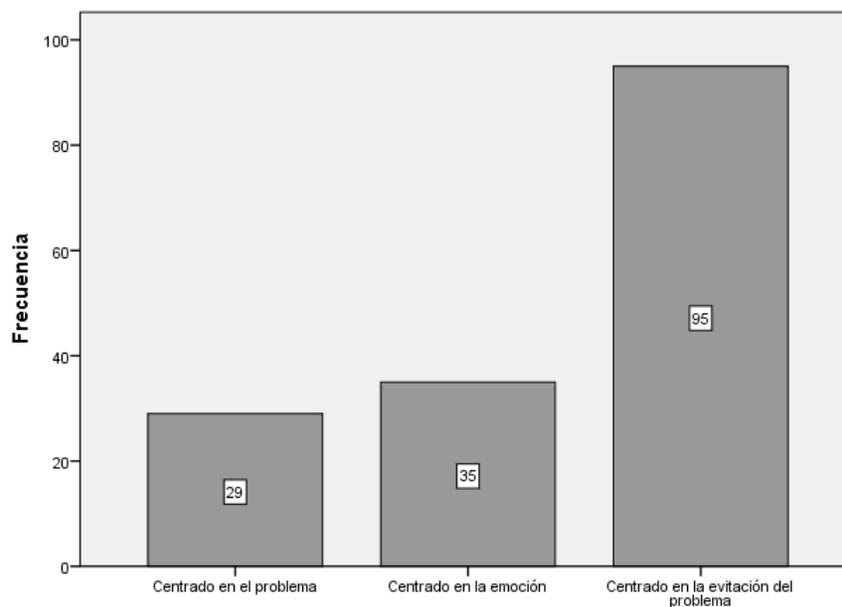
Distribución de la dimensión de la estrategia de afrontamiento en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)

	Frecuencia	Porcentaje
Centrado en el problema	29	18,2
Centrado en la emoción	35	22,0
Centrado en la evitación del problema	95	59,7
Total	159	100,0

Nota. Esta tabla muestra los resultados de la Base de datos procesada, IBM-SPSS®.

Figura 8

Resultado de las dimensiones de la estrategia de afrontamiento al estrés en los estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)



Nota. La figura muestra la distribución de acuerdo con las dimensiones de las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).

Interpretación

En la tabla N.º 6 y en la figura N.º 8 de la variable estrategias de afrontamiento al estrés, se observa que 29 (18.2 %) estudiantes emplean estrategias centrado en el problema; 35 (22.0 %) estrategias centrado en la emoción; y 95 (59.7 %), estrategias centradas en la evitación del problema. Para Carver (1997), en relación con el Cope 28, menciona que las estrategias se agrupan en dos estilos más generales de afrontamiento que son funcional y disfuncional o problemático. Los estilos centrados en la emoción y el problema son considerados funcionales y sus niveles, dependiendo de las circunstancias y forma frecuente de afrontar el problema, serán más adecuados en los modos de afrontamiento. Al estilo o modo de afrontamiento denominado evitación del problema se le considera disfuncional, debido a que no resuelve el problema, más aún si es usado en un nivel de forma frecuente. Por otro lado, dentro del estilo centrado en el problema las estrategias más utilizadas son el afrontamiento, activo y la planificación; en el modo centrado de la emoción las estrategias más utilizadas fueron reinterpretación positiva, aceptación y religión. En evitación del problema estuvieron auto distracción, desahogo y negación como formas de evitar resolver los problemas.

Variable II: *ciberbullying*

Tabla 7

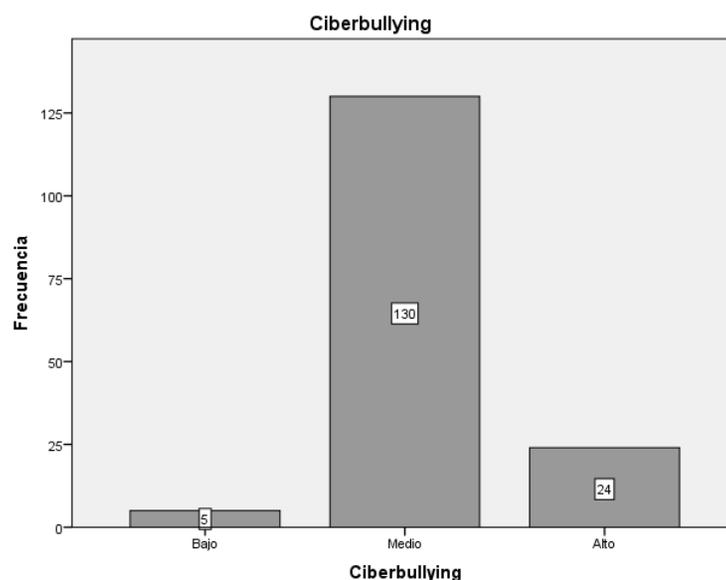
Nivel de ciberbullying en los estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	5	3,1
Medio	130	81,8
Alto	24	15,1
Total	159	100,0

Nota. Este dato presentado en tabla muestra los resultados de la base de datos procesada, IBM-SPSS® en relación a los niveles del *ciberbullying*.

Figura 9

Resultados del nivel de ciberbullying que están expuestos los estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)



Nota. La figura muestra los niveles de *ciberbullying* al que están expuestos los estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).

Interpretación

En la tabla N.º 7 y en la figura N.º 9 de la variable *ciberbullying* se observa que 5 estudiantes perteneciente al 31.1 % están expuestos en un bajo nivel de experiencia al *ciberbullying*, mientras que 130 estudiantes perteneciente al 81.8 % se ubican en un índice medio de esta experiencia de situación de violencia mediante redes sociales, mientras que 24 estudiantes que representan al 15.1 % experimentan un índice alto de *ciberbullying*.

Dimensiones del *ciberbullying*

Dimensión 1: verbal-escrito

Tabla 8

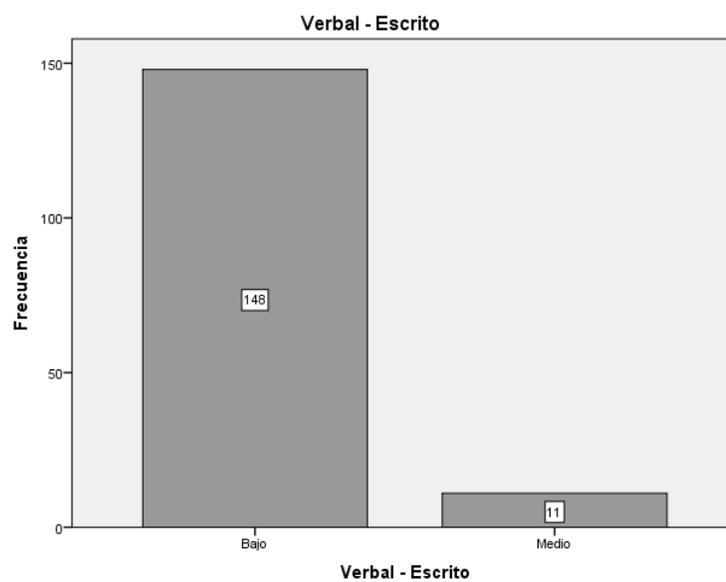
Nivel de ciberbullying según la dimensión verbal-escrito en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	148	93,1
Medio	11	6,9
Total	159	100,0

Nota. Distribución de la dimensión verbal-escrito al que están expuestos estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).

Figura 10

Resultados del nivel de ciberbullying según la dimensión verbal-escrito



Nota. Resultados según la dimensión verbal-escrito al que están expuestos los estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).

Interpretación

En la tabla N.º 8 y en la figura N.º 10 de dimensión verbal-escrito del *ciberbullying*, se observa que 148 estudiantes pertenecientes al 93.1 % tienen bajo índice de experiencia de *ciberbullying* verbal-escrito y 11 estudiantes perteneciente al 6.9 % consideran estar en un índice medio.

Dimensión 2: visual

Tabla 9

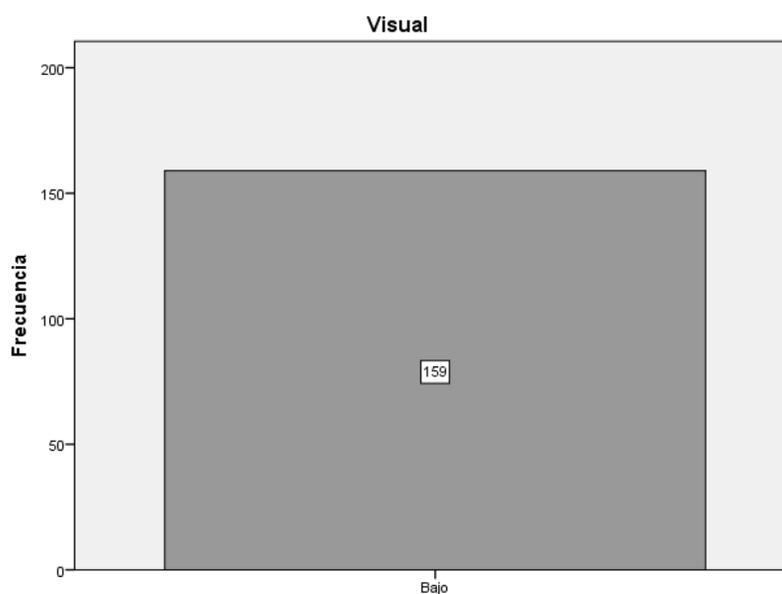
Distribución de la dimensión visual

	Frecuencia	Porcentaje
Baja	150	100,0
Total	150	100,0

Nota: Según los datos de la dimensión visual, los estudiantes refieren exponerse a un nivel bajo.

Figura 11

Resultados de la dimensión visual que presentan los estudiantes de una IEP, Huancán (2022)



Nota: La figura presenta los resultados de la dimensión visual del *ciberbullying*.

Interpretación

En la tabla N.º 9 y en la figura N.º 11 de la dimensión visual del *ciberbullying*, todos los estudiantes (159) se encuentran en un índice bajo de *ciberbullying*.

Dimensión 3: Exclusión *online*

Tabla 10

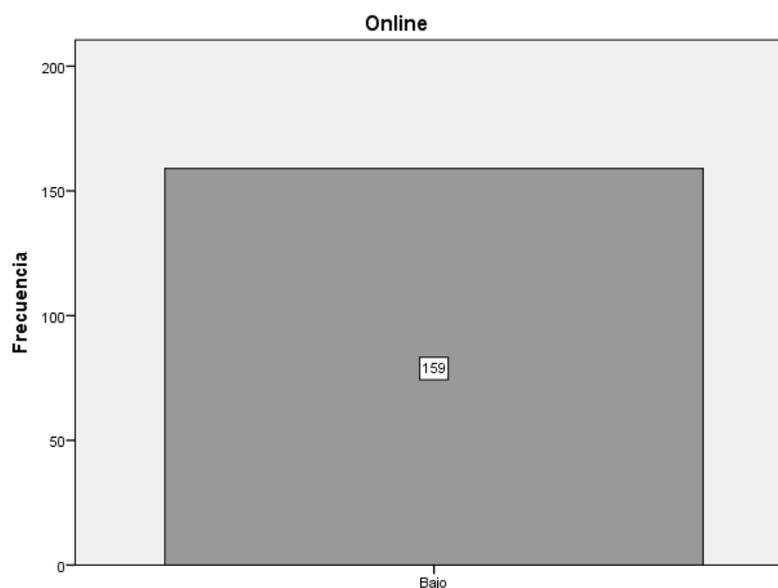
Distribución de frecuencia de la dimensión exclusión online que presentan los estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)

	Frecuencia	Porcentaje
Baja	150	100,0
Total	150	100,0

Nota: Según los datos de la dimensión exclusión online, los estudiantes refieren exponerse a un nivel bajo.

Figura 12

Resultado de la dimensión exclusión online que presentan los estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)



Nota: Resultados de la dimensión exclusión online del ciberbullying.

Interpretación

En la tabla N.º 10 y en la figura N.º 12 se observa que los estudiantes identifican que, en la dimensión *online* del *ciberbullying*, todos los estudiantes (159) han experimentado un nivel bajo en esta dimensión.

Dimensión 4: Suplantación

Tabla 11

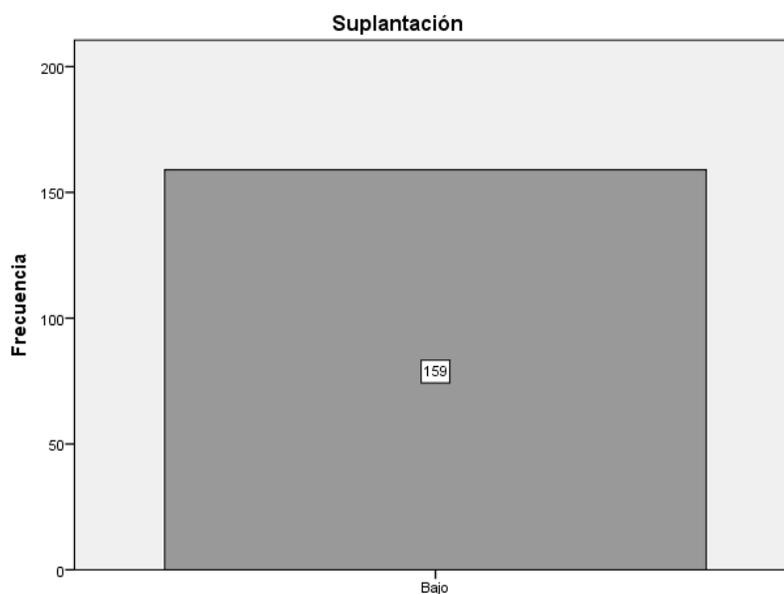
Distribución de frecuencia de la dimensión suplantación que presentan los estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)

	Frecuencia	Porcentaje
Baja	150	100,0
Total	150	100,0

Nota: Según los datos de la dimensión suplantación, los estudiantes refieren exponerse a un nivel bajo.

Figura 13

Resultado de la dimensión suplantación que presentan los estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)



Nota: La figura muestra los resultados de la dimensión suplementación, los estudiantes refieren exponerse a un nivel bajo.

Interpretación

En la tabla N.º 11 y en la figura N.º 13 se muestra que la experiencia de los estudiantes respecto a la dimensión suplantación del *ciberbullying*, se muestra que el total de ellos (159) tienen un nivel bajo con respecto a esta dimensión.

Relación entre estrategias de afrontamiento y *ciberbullying*

Tabla 12

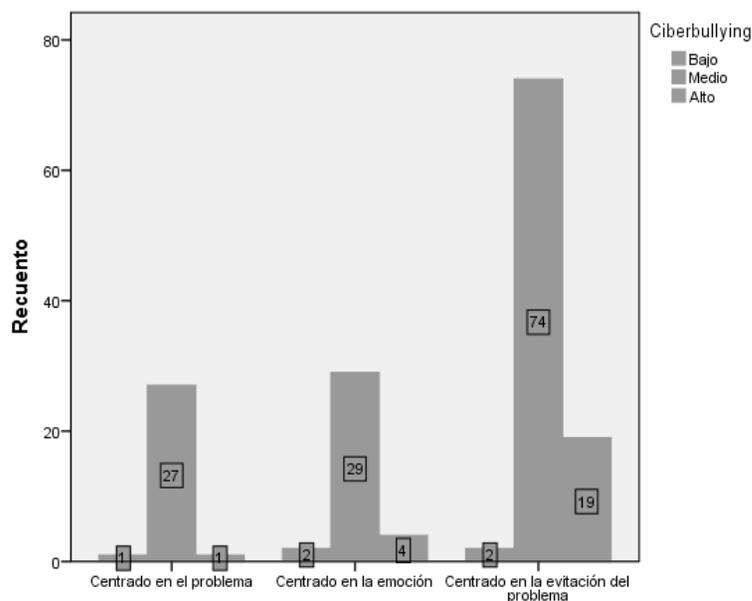
Tabla cruzada estrategias de afrontamiento al estrés y ciberbullying

		Bajo <i>ciberbullying</i>			Total	
		Bajo	Medio	Alto		
Estrategias de afrontamiento al estrés	Centrado en el problema	Recuento	1	27	1	29
		% del total	0,6 %	17,0 %	0,6 %	18,2 %
	Centrado en la emoción	Recuento	2	29	4	35
		% del total	1,3 %	18,2 %	2,5 %	22,0 %
	Centrado en la evitación del problema	Recuento	2	74	19	95
		% del total	1,3 %	46,5 %	11,9 %	59,7 %
Total		Recuento	5	130	24	159
		% del total	3,1 %	81,8 %	15,1 %	100,0 %

Nota. Esta tabla muestra los resultados de la base de datos procesada, IBM-SPSS® en relación a las dos variables de estudio.

Figura 14

Resultados de consolidación del estudio de las dos variables, estrategias de afrontamiento al estrés y *ciberbullying*



Nota: Resultado de las estrategias de afrontamiento al estrés en relación al *ciberbullying*

Interpretación

En la tabla N.º 12 y en la figura N.º 14 de la relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el *ciberbullying*, se observa que 1 estudiante presenta bajo nivel de *ciberbullying* y su estrategia de afrontamiento está centrado en el problema; 27 estudiantes experimentaron un nivel medio *ciberbullying* y su estrategia estuvo centrado en el problema. En otro grupo, 2 estudiantes tienen un índice bajo de *ciberbullying* y su estrategia es centrado en la emoción; 29 estudiantes tienen un índice medio *ciberbullying* y su estrategia en la emoción; 2 estudiantes tienen un índice bajo *ciberbullying* y su estrategia es centrado en la emoción. Los otros participantes de la investigación indican que 19 estudiantes tienen un índice alto de *ciberbullying* y su estrategia centrado en la evitación del problema, y 74 estudiantes tienen un índice medio *ciberbullying* y su estrategia centrado en la evitación del problema.

4.3 Contrastación de hipótesis

Prueba de hipótesis

Proceso de análisis:

Para el proceso de datos se utilizó los siguientes criterios:

$p\text{-val} > 0.05$: Se acepta la hipótesis nula (H_0).

$p\text{-val} < 0.05$: Se rechaza la hipótesis nula (H_0).

Para los criterios de coeficiente de correlación se utilizó el siguiente cuadro de interpretación (Hernández Sampieri):

Tabla 13

Criterios de correlación

Coeficiente	Tipo de correlación
[-1,00 ; -0,90>	Correlación negativa perfecta
[-0,90 ; -0,75>	Correlación negativa muy fuerte
[-0,75 ; -0,50>	Correlación negativa considerable
[-0,50 ; -0,25>	Correlación negativa media
[-0,25 ; 0,00>	Correlación negativa débil
0	No existe correlación alguna entre las variables
<0,00 ; 0,20]	Correlación positiva débil
<0,25 ; 0,50]	Correlación positiva media
<0,50 ; 0,75]	Correlación positiva considerable
<0,75 ; 0,90]	Correlación positiva muy fuerte
<0,90 ; 1,00]	Correlación positiva perfecta

Nota. La tabla muestra los parámetros para indicar el tipo de correlación

Contraste de la hipótesis general

H₀: No existe relación significativa inversa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el *ciberbullying* en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).

H₁: Existe una relación significativa inversa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el *ciberbullying* en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).

Para realizar esta prueba se utilizó la prueba de Spearman para una muestra con el fin de evaluar si existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el *ciberbullying* en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022). Los datos han sido ingresados en el programa estadístico SPSS® 25, con los resultados:

Tabla 14

Correlación entre estrategias de afrontamiento al estrés y ciberbullying

		Estrategias de afrontamiento al estrés	
Rho de	ciberbullying	Coeficiente de correlación	,183
Spearman		Sig. (bilateral)	,021
		N	159

Nota. Esta tabla muestra los resultados de la correlación entre las variables de estudio.

A partir de los resultados se puede ver que el coeficiente de correlación de Rho Spearman = 0,05, lo que indica que las estrategias de afrontamiento están débilmente correlacionadas positivamente con el *ciberbullying*, y el p-valor = 0,021 (nivel de significación estadística) es mayor que $\alpha = 0,05$, aceptando la hipótesis nula y el rechazo de la hipótesis alterna de que no existe una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento al estrés el *ciberbullying* en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).

Contraste de la Hipótesis Especificas

Hipótesis especifica 1

Ho₁: No existe una relación significativa inversa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización verbal-escrita en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).

Ha₁: Existe una relación significativa inversa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización verbal-escrita en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).

Tabla 15

Correlación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización verbal

		Estrategias de afrontamiento al estrés	
Rho de Spearman	Cibervictimización Verbal	Coeficiente de correlación	,137
		Sig. (bilateral)	,086
		N	159

Nota. Esta tabla muestra los resultados de la Base de datos procesada, IBM-SPSS®.

Interpretación

Puede verse a partir de los resultados que siendo el p valor igual a 0,086 mayor al nivel de significancia (0,05); se acepta la hipótesis nula por lo tanto se concluye que “No existe una relación significativa inversa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización verbal-escrita en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)”.

Hipótesis específica 2

La relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización visual no es posible realizar un análisis de correlación debido a que la variable de cibervictimización posee una sola categoría diagnóstica.

Hipótesis específica 3

La relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión exclusión *online* no es posible realizar un análisis de correlación debido a que la variable de cibervictimización posee una sola categoría diagnóstica.

Hipótesis específica 4

La relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión suplantación no es posible realizar un análisis de correlación debido a que la variable de cibervictimización posee una sola categoría diagnóstica.

4.4. Discusión de los Resultados

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el *ciberbullying* en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).

Lazarus y Folkman (1984), como se citó en Fernández (2009), refiere que lidiar con el estrés, por medio del afrontamiento, no está relacionado con los resultados, puede o no ser adaptativo, depende del contexto y de una evaluación de lo que se puede o no hacer para cambiar la situación. El afrontamiento se interpreta como aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales evolutivos desarrollados para gestionar necesidades externas y/o internas, que se perciben como exceso o desbordamiento de los recursos humanos, y que van acompañados de emociones. Por otro lado, haciendo referencia al *ciberbullying* para Kowalski, Limber y Aganston (2010), este nuevo entorno de violencia se desarrolla en un ámbito virtual considerado como ambiente en el cual los estudiantes hacen uso de las TIC y que ha generado nuevos problemas en la convivencia entre escolares, superando la barrera de horarios y escenarios, en el cual se muestra una conducta agresiva por parte del agresor o agresores, desequilibrio de poder entre la víctima y el agresor, y es una conducta que se realiza de manera reiterativa. En atención a estas variables de estudio, podemos explicar y describir los resultados encontrados en esta investigación, los mismos que serán contrastados y relacionados a otras investigaciones. Dicho propósito de investigación fue apoyado instrumental y científicamente por los cuestionarios Cope 28 de Carver, y el cuestionario de cibervictimización, continuando con el respectivo procesamiento estadístico de la muestra y sus resultados.

En comparación con la hipótesis general, se encontró que el coeficiente de correlación de Rho Spearman = 0,055, el valor de p dado = 0,021 (significación estadística) es menor que $\alpha = 0,05$, por lo que se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alternativa estableciendo que, no existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el *ciberbullying*, interactuando como variables dependientes dentro del estudio abordado.

Estos resultados presentan similitud a la investigación realizada en una Comunidad Autónoma de Andalucía (España) por Nacimiento (2018), quien concluye, en su investigación, sobre la influencia de la selección de las estrategias de afrontamiento que utilizan los escolares ante episodios de *bullying* y *ciberbullying*, identifica que la dimensión centrada en el problema y la emoción son las estrategias de afrontamiento de los adolescentes más empleados en casos de *bullying* a diferencia del *ciberbullying* que es conocido como acoso cibernético existe mayor predominio del centrado en la evitación. Sin embargo, refiere que el estudiar los tres estilos de estrategias de afrontamiento en fenómenos de *ciberbullying* no es fácil de categorizar el comportamiento del adolescente y en muchos casos ha optado por preguntar directamente a los sujetos evaluados de qué forma afrontarían la situación sí fueran víctimas haciéndolo a través de registro de forma oral, mediante entrevistas o técnicas de *focus group*. Se identifica que existen otros factores socioculturales que influyen en el comportamiento y la toma de decisión de los adolescentes porque identifican las estrategias adecuadas para resolver la implicación, pero que esto no asegura que las lleven a la práctica en dichas situaciones más aun en un entorno nuevo de violencia que implica el uso de las TIC.

De la misma forma en la investigación de Moreno (2018) sobre estas dos variables con adolescentes de la ciudad de Cuenca, los resultados destacan que la difusión de rumores que se ubica en la dimensión verbal-escrita de la cibervictimización, que está representado por un 47 %, y son quienes vivencian un nivel alto de *ciberbullying* más frecuente. Seguido por la exclusión con un 28 %, y en cuanto a la estrategia de afrontamiento cambia según la variable sociodemográfica sexo, las adolescentes mujeres tienden a centrarse en el problema; mientras

que los adolescentes hombres a la evitación del problema. Se concluye que podría ser explicado por las características clínicas de la etapa de desarrollo que atraviesan los adolescentes, tomando en cuenta los aspectos importantes del contexto y su posible influencia en la elección de una estrategia u otra.

Así mismo, Vásquez (2020), en su estudio correlacional inverso sobre las estrategias de afrontamiento y el *ciberbullying*, ha mostrado valores de débil fuerza de correlación, pero estadísticamente significativos ($p < .05$), correlaciones inversas para la estrategia de afrontamiento orientado hacia la resolución de problemas con la valoración global de acoso escolar para los sujetos de sexo masculino y femenino con valores de (-.224) y (-.140), respectivamente.

De otra manera, estos resultados difieren de la investigación de Chunga (2019) que en su investigación descriptiva sobre las estrategias de afrontamiento frente al *bullying* se evidencia que la estrategia más utilizada por los estudiantes es la cognitiva que se encuentra dentro de la dimensión centrado en el problema. Lo que genera aprendizaje y elementos que la complementen, quienes presentan una similar conclusión a la que llegan Castillo y Melo (2021). Se concluye que, en su investigación, los escolares de nivel secundaria experimentan una vivencia de acoso escolar de manera presencial o de entorno virtual y tiende a emplear la estrategia de afrontamiento centrado el problema.

Dados los resultados estadísticos donde se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula, se puede inferir que las dos variables de estudio a través de los instrumentos mencionados reflejan una significativa independencia una de la otra. Asimismo, se suman la variedad de indicadores sociodemográficos y culturales que pueden coincidir o diferir de otros contextos de investigación encontrados.

Estos resultados son consistentes teóricamente con la teoría procesual o transaccional de Lazarus y Folkman (1986), quienes sostienen que el afrontamiento es un cambio dinámico en una persona que puede adoptar estrategias defensivas en un principio, mientras que en otras puede adoptar estrategias de servicio para resolver problemas. Todo esto va cambiando en su

entorno. Carver (1997) también mencionó patrones y estrategias de afrontamiento funcionales y disfuncionales, siendo los patrones y estrategias más funcionales los centrados en la emoción y el problema.

En cuanto al primer objetivo específico propuesto, que tuvo como objetivo Identificar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización verbal-escrita en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022), se encontró que se establece una correlación de $r = 0.05$ y $p = 0.086$, por tanto, acepta la hipótesis nula y rechaza la hipótesis alternativa. Por ello, se considera que no existe una relación significativa inversa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización verbal-escrita.

Estos resultados presentan similitud con la investigación de Moreno (2018), quien al estudiar ambas variables señala que las conductas sobre difundir rumores o chismes en Internet (47 %), que corresponden a una dimensión de cibervictimización verbal-escrita pertenece a un nivel alto a diferencia de las otras tres dimensiones. Y, frente a esta misma modalidad de *ciberbullying*, la estrategia de afrontamiento se obtiene que la distracción física (Fi) (M=77) y el buscar diversiones relajantes (Dr) (M=65) son conductas de afrontamiento correspondiente a la dimensión de evitación al problema y son las más usada por los adolescentes hombres. Mientras que las adolescentes mujeres, la conducta más representativa es preocuparse (Pr) (M=68), seguida de esforzarse y tener éxito (Es) (M=63), correspondiente a la dimensión centrada en el problema y la conducta menos utilizada es la acción social (So), con (M=30) para los adolescentes hombres y (M=35) en adolescentes mujeres que se encuentra dentro de la estrategia centrado en la emoción. Los resultados nos indican que el uso de las estrategias de afrontamiento frente a una misma modalidad de *cyberbullying* va a cambiar según la variable sociodemográfica sexo, y ello se debería a que el afrontamiento varía de acuerdo con los procesos intrapsíquicos de cada adolescente y este es el resultado de aprendizajes adquiridos en experiencias previas.

La evaluación del *ciberbullying* junto con las estrategias de afrontamiento resulta compleja por la variedad de características personales, culturales y del propio entorno, por lo que tengamos en cuenta de la reflexión de Lazarus (1986) sobre la dinámica cambiante del afrontamiento y sus estrategias. También, para Calmaestra (2010), el *ciberbullying* al ser un acoso cibernético, que comparte características con el tradicional, tiene particularidades propias, debido al uso de la tecnología y porque se lleva a cabo desde teléfonos móviles, internet u otras tecnologías con la predisposición de intimidar, acosar o amenazar de manera repetitiva en el tiempo que es empleado por uno o un grupo de adolescentes. Por su parte, Garaigordobil (2011) refiere que el perjuicio de este nuevo escenario de violencia es para los tres participantes (agresor, víctima y testigo). Asimismo, menciona que la víctima es quien tiene mayor repercusión, pero en el caso de agresores y observadores sus formas de actuar repercutirán en sus comportamientos actuales y futuros. Todos están más propensos a situaciones de riesgo, desajuste psicosocial, trastorno psicopatológico que puede iniciar en la adolescencia o en la vida adulta.

Tomando en consideración los resultados de esta investigación, debemos considerar que los estudiantes en su mayoría no presentan adecuadas estrategias de afrontamiento frente al estrés, lo que se refleja al vivenciar un nivel medio de *ciberbullying*. Debemos tener en cuenta también que los resultados de las variables de estudio reflejan distintas realidades, y que estas pueden estar influenciados por una variedad de indicadores, como son las variables sociodemográficas y procesos intrapsíquicos de cada adolescente, aprendizajes adquiridos en experiencias previas. Por lo mismo que es necesario profundizar aún más en próximas investigaciones relacionadas con la población de estudio.

Conclusiones

1. De acuerdo con los resultados de la investigación y el objetivo general, se establece que no existe una relación significativa entre las variables de estrategias de afrontamiento al estrés y el *ciberbullying* en estudiantes de una institución educativa pública Huancán (2022). De los resultados se obtiene que el coeficiente de correlación Rho Spearman = 0.05 y dado el valor p-val = 0,021 (grado de significación estadística) mayor que $\alpha = 0,05$ se acepta la hipótesis nula, por lo tanto, se concluye que “no existe relación significativa inversa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el *ciberbullying*”.
2. En relación con el primer objetivo específico se obtiene que el coeficiente de correlación Rho Spearman = 0.086, y dado el valor p = 0,05 (grado de significación estadística) mayor que $\alpha = 0,05$ se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna, es decir, no existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización verbal-escrita en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).
3. En cuanto al segundo objetivo específico, de acuerdo con el análisis estadístico, se obtiene que no es posible obtener un resultado para identificar si existe o no una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización visual, debido a que la variable de cibervictimización posee una sola categoría diagnóstica.
4. En cuanto al tercer objetivo específico, de acuerdo con el análisis estadístico, se obtiene que no es posible obtener un resultado para identificar si existe o no una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión exclusión online, debido a que la variable de cibervictimización posee una sola categoría diagnóstica.
5. En cuanto al cuarto objetivo específico, de acuerdo con el análisis estadístico, se obtiene que no es posible obtener un resultado para identificar si existe o no una relación

significativa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la suplantación, debido a que la variable de cibervictimización posee una sola categoría diagnóstica.

Recomendaciones

1. Se sugiere la publicación de los resultados de la investigación a la Universidad Continental, y en general a las instituciones dedicadas a la labor de investigación, a fin de dar a conocer los resultados del presente estudio, con los aportes, similitudes y diferencias respecto a otros estudios de variable y población similar.
2. De los resultados obtenidos en la investigación, en relación con el *ciberbullying* se recomienda a la institución educativa implementar un plan de prevención y promoción en el centro educativo, para concientizar y educar a los estudiantes sobre este tema, debido a que en las dimensiones de dicha variable se encuentran en niveles bajos.
3. Se propone implementar programas de promoción y prevención que permitan informar sobre este tipo de violencia realizada a través del uso del Internet a fin de evitar y/o reducir los casos de ciberacoso, desarrollar habilidades para la vida y estimular una cultura de paz dentro de la convivencia escolar.
4. Se sugiere continuar con nuevas investigaciones del tema basándose a los resultados encontrados, incorporar otros recursos para la obtención de data informativa, profundizar ampliar y mejorar los métodos de investigación.

Referencias Bibliográficas

- Álvarez, G. (2016). Ciberbullying, una nueva forma de acoso escolar. (Tesis doctoral). UNED. Recuperado de: <http://e-spacio.uned.es/fez/view/tesisuned:CiencPolSoc-Galvarez>
- Álvarez, G. (2018). Consecuencias e impacto del ciberacoso. Implications and impact of cyberbullying. BOSCO, 38, 109-127.
- Arias, Fidas. (2016). El proyecto de Investigación 7ma edición – Episteme.
- Alvarez García, D., Dobarro, A., Álvarez, L., Núñez, J. C., & Rodríguez, C. (2014). La violencia escolar en los centros de educación secundaria de Asturias desde la perspectiva del alumnado. Educación XX1, 17(2),337-360. [fecha de Consulta 27 de Marzo de 2023]. ISSN: 1139-613X. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70630580014>
- American Psychological Association. (2010, May 13). *Los distintos tipos de estrés*. <https://www.apa.org/topics/stress/tipos>
- Avilés, J. M. (2010). Éxito escolar y ciberbullying. Boletín de Psicología, 98, 73-85.
- Avilés, J. M. (2013). Acoso entre iguales. Ciberacoso. Revista digital de la Asociación CONVIVES (3), 4-16.
- Behar, D. (2008). Metodología de la investigación. Editorial Shalom. <http://rdigital.unicv.edu.cv/bitstream/123456789/106/3/Libro%20metodologia%20investigacion%20este.pdf>
- Belsey, B. (2005). Cyberbullying: Anemerging Threta to the always on generation [en línea]. Disponible en: <http://www.cyberbullying.ca> [consulta 2022, 20 de junio].
- Bensabat, S. (1987). Stress. Grandes especialistas responden. Bilbao: Mensajero.
- Bosada., M. (2021, 11 de marzo). El ciberacoso escolar se dispara con la pandemia: claves para prevenirlo Educaweb.com; Educaweb. <https://www.educaweb.com/noticia/2021/11/03/ciberacoso-escolar-se-dispara-pandemia-claves-prevenirlo-20725/>
- Cabrera, G. (2017). “Estilos de afrontamiento y agresividad en los adolescentes del nivel secundario de las instituciones educativas estatales del distrito de Comas en el 2017” [Tesis de bachiller inédita]. Universidad César Vallejo. Recuperado de: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/3187>
- Calmaestra, J., Ortega, R., Maldonado, A. y Mora-Merchán, J. A. (2010). Exploring Cyberbullying in Spain. En J. A. Mora-Merchán y T. Jäger (Eds.), Cyberbullying. A cross-national comparison (pp. 146-162). Landau: Verlag Empirische Pädagogik.

- Canessa, Beatriz (2002). Adaptación psicométrica de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima metropolitana. *Persona*, (5),191-233. [fecha de Consulta 14 de Junio de 2022]. ISSN: 1560-6139. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147118132008>
- Cañizal, F. (2018). *Cyberbullying en Educación Secundaria: ¿Un problema escolar?* (Tesis de Máster). Universidad de Cantabria. España.
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 92-100.
- Carver, C., Kumari, J., & Scheier, M. (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56 (2), 267-283.
- Castaño, Elena Felipe, & León del Barco, Benito (2010). Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 10(2),245-257. [fecha de Consulta 4 de junio de 2022]. ISSN: 1577-7057. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56017095004>
- Castillo y Melo (2021) "Acoso escolar y estrategias de afrontamiento en adolescentes de una institución educativa pública de Chorrillos – Lima Metropolitana" [Tesis de bachiller inédita]. Universidad Ricardo Palma.
- Cerda, Hugo. (1993). *Los elementos de la investigación* Editorial-EI Búho.
- Chávez, M., Ortega, E. y Palacios, M. (2016) "*Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico que utilizan los estudiantes de la academia preuniversitaria ACEM del distrito del Cercado de Lima*" [Tesis de bachiller inédita]. Universidad Ricardo Palma.
- Chiavenato, I. (2009) *Comportamiento de las Organizaciones. La dinámica del éxito en las Organizaciones.* Mac Graw Hill. Educación. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/335680/Comportamiento_organizacional_La_dinamica_en_las_organizaciones..pdf
- Chunga, L. (2019) "Estrategias de afrontamiento frente al *bullying* utilizadas por escolares de la Institución Educativa 20 de Abril, Los Olivos" [Tesis de bachiller inédita]. Universidad Cesar Vallejo.
- Chong, J., y Sáenz, M. (2021) *Estrategias de afrontamiento al estrés en tiempos de pandemia, del personal de emergencia de un hospital de Lima Sur, 2020.* [Tesis de grado]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/62691>.
- Cuesta, L., Hennig, C., Lady, Duque, L., & Malfasi, S. (2020) *Cyberbullying: tackling the silent enemy.* *International Journal of Inclusive Education*, 24(9), 936-947.
- Davis, S., & Palladino, J. (2008). *Psicología.* México: Prentice Hall.
- Domínguez, J., y Portela, I. (2020). Violencia a través de las TIC: comportamientos diferenciados por género. *RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 23(1), 273-286. <https://doi.org/10.5944/ried.23.2.25916>

- Fernandez, M. (2009). *Estrés percibido, estrategias de afrontamiento y sentido de coherencia en estudiantes de enfermería: su asociación con salud psicológica y estabilidad emocional*. (Tesis doctoral) Universidad de León. <https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/902/2009FERN%C3%81NDEZ%20MART%C3%8DNEZ,%20MAR%C3%8DA%20ELENA.pdf?sequence>
- Frydenberg, E., & Lewis, R. (1996). ACS. Escalas de Afrontamiento para adolescentes. Madrid: Tea Ediciones.
- Garaigordobil, M. (2011). *Prevalencia y consecuencias del cyberbullying: una revisión*. *International Journal of Psychology and Psychological therapy*, 11(2), 233-254.
- Giménez, A., Arnaiz, P. y Maquilón, J. J. (2013). *Cyberbullying, la nueva cara de la violencia escolar*. Saarbrücken, Alemania: Académica Española.
- González, R., Montoya, I., Casullo, M., & Bernabéu, J. (2002). Relación entre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. (Asturias, Ed.) *Psicothema*, 14(2), 363-368.
- Gratacós, Marcel. (27 de abril de 2022). *Cyberbullying*. Lifered. <https://www.lifered.com/cyberbullying/>.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (M. H. Education (ed.); 6ta ed.). <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Hernández, R. (2019). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Ed. Mc Graw-Hill. Education.
- Hinduja S y Patchin JW (2008). *Cyberbullying: an exploratory analysis of factors related to offending and victimization*. *Deviant Behavior*, 29, 129-156.
- International Telecommunication Union (8 de febrero de 2022). *Safer Internet Day: el ciberacoso encabeza las preocupaciones sobre la seguridad de los niños en línea*. The UN specialized agency for ICTs <https://www.itu.int/hub/2022/02/safer-internet-day-poll-cyberbullying-concerns/>
- Kowalski, R. M., Limber, S. P., & Agatston, P. W. (2008). *Cyberbullying: bullying in the Digital Age*. Malden, MA: Blackwell Publishing.
- Kowalski, R. M. y Limber, S. P. (2007). Electronic Bullying Among Middle School Students. *Journal of Adolescent Health*, 41(6), 22-30.
- Kowalski R, Limber, S. y Agatston, P. (2010). *Cyber bullying: El acoso escolar en la era digital*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Lazarus, R y Folkman, S. (1986) *Estrés y procesos cognitivos*. 2da edición. Editorial Martínez Roca.

- Lazarus, R.S. (2006) Emotions and interpersonal relationships: toward a person centered conceptualization of emotions and coping. *Journal of personality*, 74(1), 9-46.
- Lévano, J. (2018) “Afrontamiento al estrés en el personal militar de diferentes unidades hospitalarias del Hospital Militar Central del Perú “Crl. Luis Arias Schreiber” [Tesis de bachiller inédita] Universidad Nacional Federico Villarreal.
- López, L., Quezada, M., Navarro, C. (2018). Manifestaciones de violencias entre alumnos de educación superior: Los usos del WhatsApp. *Alteridad*, 13(2), 204-213.
- Macías, María Amarís, Madariaga Orozco, Camilo, Valle Amarís, Marcela, & Zambrano, Javier. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30(1), 123-145. Retrieved July 04, 2022, from http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-417X2013000100007&lng=en&tlng=es.
- Mark, L., y Ratliffe, K. (2011). Cyber worlds: New playgrounds for bullying. *Computers in the Schools*, 28(2), 92-116.
- Melgosa, J. (1995). Nuevo estilo de vida. ¡Sin estrés! Madrid: Safeliz.
- Melgosa, J. (1995). Nuevo estilo de vida. ¡Sin estrés! Madrid: Safeliz.
- Ministerio de Educación (30 de junio de 2022). *Número de casos reportados en el Síseve nivel nacional*. <https://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12799/6545/N%20de%20casos%20reportados%20en%20el%20S%20nacional%20www.siseve.pe.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Montoya Zuluaga, Paula Andrea, & Moreno, Sara (2012). Relación entre síndrome de burnout, estrategias de afrontamiento y engagement. *Psicología desde el Caribe*, 29(1), 205-227. [fecha de Consulta 25 de mayo de 2022]. ISSN: 0123-417X. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21323171011>
- Moreno, N.C. (2018) “*Estrategias de afrontamiento en adolescentes víctimas de cyberbullying*” [Tesis de bachiller inédita]. Universidad de Cuenca.
- Mosquete, C. (2018). Estrategias de prevención e intervención del *bullying* y el *ciberbullying* en Educación Secundaria Obligatoria: diseño e implementación de un programa TIC para uso en contexto escolar y como herramienta de empoderamiento personal (Trabajo de Máster). Universidad de Salamanca, Salamanca. <http://hdl.handle.net/10366/138127>
- Nacimiento, L. (2018) “*Estrategia de afrontamiento ante bullying y ciberbullying: condicinantes y consecuencias*” [Tesis doctoral]. Universidad de Sevilla.
- Neidhardt, J., Weinstein, M., y Conry, R. (1989). Seis programas para prevenir y controlar el estrés. Madrid: Deusto.
- Nocentini, A., Calmaestra, J., Schultze-Krumbholz, A., Scheithauer, H., Ortega, R., & Menesini, E. (2010). *Cyberbullying: Labels, behaviours and definition in three European countries*. *Australian Journal of Guidance and Counselling*, 20(2), 129–142. <https://doi.org/10.1375/ajgc.20.2.129>

- Ñaupas, H. et.al. (2018) Metodología de la investigación cuantitativa-cualitativa y redacción de la tesis 5a. Ed. Ediciones de la U. <https://corladancash.com/wpcontent/uploads/2020/01/Metodologia-de-la-inv-cuanti-y-cuali-Humberto-Naupas-Paitan.pdf>
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school. What we know and what we can do.* Malden: Blackwell Publishing.
- Peña, D. (2017) “Habilidades sociales y cyberbullying en adolescentes del distrito de Laredo” [Tesis licenciatura] Universidad Cesar Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/309/quispe_pd.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ramírez, A., (2018). Estrategias metodológicas del docente y el aprendizaje de los estudiantes de la Especialidad Contabilidad – Informática del Instituto Superior Tecnológico Estatal Quillabamba Filial Pichari – Cusco, 2017. [Tesis para optar al Grado Académico de Maestro en Ciencias de la Educación con mención en Docencia Universitaria]. Universidad Nacional de Educación; Lima, Perú.
- Real Academia Española. (2021). *Diccionario de la Lengua Española*, 23.^a ed. <https://dle.rae.es>.
- Sandín, B., & Chorot, P. (2003). Cuestionario de afrontamiento del estrés (CAE) desarrollo y validación preliminar. *Revisata de Psicopatología y Psicología Clínica*, 8 (1), 39-54
- Shariff, S. (2008). *Cyber-bullying*. New York: Routledge.
- Smith PK (2000). What good schools can do about bullying. *Childhood*, 7, 193-212.
- Sutton, U. (2020, 5 de noviembre). Uno de cada tres estudiantes es víctima de acoso . Noticias ONU. <https://news.un.org/es/story/2020/11/1483622>
- Szabo, S., Tache, Y., & Somogyi, A. (2012). The legacy of Hans Selye and the origins of stress research: A retrospective 75 years after his landmark brief "letter" to the Editor of Nature. *Informa Healthcare USA, Inc*, 15 (5), 472-478.
- Tamayo, M. (2003) *El proceso de la investigación científica* 4ta edición. Limusa
- Teruel, J. (2007). Estrategias para prevenir el *bullying* en las aulas. Madrid: Ojos Solares. <http://www.redalyc.org/pdf/1798/179814023011>
- Tello, A. (2010). Nivel de síndrome de Burnout y estrategias de afrontamiento en enfermeros de los Servicios Críticos del Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión (Tesis de grado). Universidad Nacional de San Marcos, Perú.
- Tokunaga RS (2010). Following you home from school: A critical review and synthesis of research on *cyberbullying* victimization. *Computers in Human Behavior*, 26, 277-287.
- Vásquez (2020) “Estrategias de afrontamiento y acoso escolar en adolescentes de instituciones educativas de distrito de Trujillo” (Tesis de grado). Universidad Cesar Vallejo.

Anexo

Anexo 1.**Instrumento de evaluación para la variable estrategia de afrontamiento****CUESTIONARIO COPE 28**

Edad: ----- sexo. -----

Fecha-----

Instrucciones:

Las frases que aparecen a continuación describen formas de pensar, sentir o comportarse, que las personas utilizan para enfrentarse a los problemas o situaciones de la vida que causan tensión o estrés. Las formas de enfrentarse a los problemas, como las que aquí se describen, no son ni buenas ni malas, ni tampoco unas son mejores o peores que otras. Marque con un aspa (X) en los recuadros de la derecha de cada ítem según refleje mejor su propia forma de actuar, teniendo en cuenta las opciones de respuestas. Gracias.

Opciones de Respuestas:

0	1	2	3
Nunca lo hago	Hago esto un poco	Hago bastante esto	Siempre lo hago

N.º	Estrategias de afrontamiento	Nunca	Hago	Hago	Siempr
1.	Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer.				
2.	Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación en la que estoy.				
3.	Acepto la realidad de lo que ha sucedido.				
4.	Recurso al trabajo o a otras actividades para apartar las cosas de mi mente.				
5.	Me digo a mí mismo "esto no es real".				
6.	Intento proponer una estrategia sobre qué hacer.				
7.	Hago bromas sobre ello.				
8.	Me critico a mí mismo.				
9.	Consigo apoyo emocional de otros.				
10.	Tomo medidas para intentar que la situación mejore.				
11.	Renuncio a intentar ocuparme de ello.				

12.	Digo cosas para dar rienda suelta a mis sentimientos desagradables.				
13.	Me niego a creer que haya sucedido.				
14.	Intento verlo con otros ojos, para hacer que parezca más positivo.				
15.	Utilizo alcohol u otras drogas para hacerme sentir mejor.				
16.	Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales.				
17.	Consigo el consuelo y la comprensión de alguien.				
18.	Busco algo bueno en lo que está sucediendo.				
19.	Me río de la situación.				
20.	Rezo o medito.				
21.	Aprendo a vivir con ello.				
22.	Hago algo para pensar menos en ello, tal como ir al cine o ver la televisión.				
23.	Expreso mis sentimientos negativos.				
24.	Utilizo alcohol u otras drogas para ayudarme a superarlo.				
25.	Renuncio al intento de hacer frente al problema.				
26.	Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir.				
27.	Me echo la culpa de lo que ha sucedido.				
28.	Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen.				

Gracias por su colaboración

Anexo 2.**Instrumento de evaluación para la variable *cibebullying*****Cuestionario de Cuestionario de Cibervictimización**

Edad: ----- sexo. -----

Fecha-----

Instrucciones:

A continuación, se presenta un cuestionario, indica con qué frecuencia has sido víctima de las siguientes situaciones, en los últimos 3 meses:

1	2	3	4
Nunca	Pocas Veces	Muchas Veces	Siempre

N.º	Ítem	Nunca	Pocas Veces	Muchas Veces	Siempre
1	Se han hecho pasar por mí en Internet publicando comentarios a mi nombre como si fuese yo.				
2	Han copiado conversaciones privadas mías y se las han enviado a otros para dañarme.				
3	Alguna persona no me ha admitido o me ha expulsado de su equipo en juegos <i>online</i> , sin haber hecho nada malo que lo justifique.				
4	Han colgado en Internet fotos mías trucadas (modificadas), para hacerme daño o reírse de mí.				
5	Alguien se ha hecho pasar por otra persona, para reírse de mí a través de Internet o del celular.				
6	Me han retirado o no me han aceptado en la lista de contactos de algún chat, red social (por ej., Facebook o programa de mensajería instantánea por ej., Messenger, WhatsApp), sin haber hecho nada, solo por ser yo.				
7	Me han enviado fotos o vídeos «fuertes», desagradables para mí.				
8	He recibido llamadas a celular, que no contestan, supongo que para fastidiar.				
9	Han colgado en Internet fotos o vídeos reales, sin mi permiso, para hacerme daño o reírse de mí.				
10	Se han publicado en Internet informaciones que había dado en secreto, para que no se lo dijese a nadie, y que me dañan.				
11	He recibido llamadas para insultarme o burlarse de mí.				
12	Me han bloqueado el acceso al correo electrónico, a una red social (Facebook) o a un programa de mensajería instantánea (Messenger, WhatsApp), cambiando mi contraseña.				
13	Se han burlado de mí con comentarios ofensivos o insultantes en las redes sociales.				

14	Me han pegado, lo han grabado y luego lo han difundido.				
15	He recibido insultos a través de mensajes cortos de texto (sms) o programas de mensajería instantánea (por ej., WhatsApp).				
16	Se han hecho pasar por mí en Twitter, Facebook u otras redes sociales creando un falso perfil de usuario (utilizando mi foto y datos personales) con el que se me han insultado o ridiculizado.				
17	He recibido mensajes anónimos (en SMS, WhatsApp), en los que se me amenazaba o atemorizaba.				
18	Se han hecho quejas falsas sobre mí en algún foro, red social o juego <i>online</i> , que han hecho que me expulsasen.				
19	Han reenviado a otras personas, para dañarme, correos o mensajes privados que yo había enviado.				
20	Me han obligado a hacer algo humillante, lo han grabado y luego lo han difundido para burlarse de mí.				
21	Me han amenazado públicamente, a través de las redes sociales (Twitter, Facebook y otros).				
22	Se ponen de acuerdo para ignorarme en las redes sociales.				
23	He recibido llamadas anónimas, para amenazarme o atemorizarme.				
24	He recibido comentarios sexuales no deseados a través de Internet.				
25	Alguien que ha conseguido mi contraseña ha enviado mensajes molestos a algún conocido, como si hubiese sido yo, para meterme en líos.				
26	Se han publicado rumores falsos sobre mí en alguna red social.				

Gracias por su colaboración

Anexo 3.

Asentimiento informado de los apoderados de los participantes

Estrategias de afrontamiento al estrés y *ciberbullying* en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)

Invitamos a su menor hijo (a) o tutorado (a) participar de esta investigación con el objetivo de determinar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el *ciberbullying* en estudiantes de la institución educativa Alfonso Ugarte, Huancán-2022. Para esta finalidad su menor hijo (a) o tutorado (a) deberá de brindar una respuesta honesta a dos cuestionarios, utilizar el tiempo que necesite y usar su libertad de no participar o de dejar de participar si lo considera necesario. Si su menor hijo (a) o tutorado (a) decide participar en la investigación tenga en cuenta la siguiente información:

Se aplicará el Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento (Cope 28)

Se aplicará Cuestionario de cibervictimización.

Riesgos

La aplicación de estas encuestas no tiene ningún riesgo para la salud de su menor hijo (a) o tutorado (a).

Beneficios

Se planteará un diagnóstico de estrategias de afrontamiento al estrés y *ciberbullying*, este permitirá fortalecer las estrategias de afrontamiento al estrés ante circunstancias del *ciberbullying* en estudiantes de la institución educativa Alfonso Ugarte. Los costos serán responsabilidad de la investigadora.

Costos y Compensación

No deberá pagar por que su menor hijo (a) o tutorado (a) participe en esta investigación. Asimismo, no recibirá incentivo económico o de otra índole.

Confidencialidad

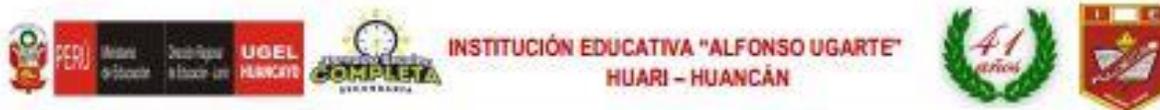
Los datos de su menor hijo (a) o tutorado (a) serán administrados con confidencialidad. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ningún dato que permita la identificación de las personas que participaron.

Declaración y/o consentimiento

Acepto de forma voluntaria que mi menor hijo (a) o tutorado (a) participe en este estudio, comprendo las actividades en las que participará, también entiendo que puede decidir no participar y que puede retirarse del estudio en cualquier momento.

Nombres y apellidos: Apoderado del participante Fecha y hora:	Firma
Nombres y apellidos: Sherly Felicita Raymundo Esteban Investigador Fecha y hora:	Firma

Anexo 5. Carta de Aceptación de la Institución



"Decenio de la igualdad de oportunidades para mujeres y hombres"
"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Huari, 18 de julio de 2022.

OFICIO N° 084 - 2022-DIE"AU"

Mg.

Jorge Salcedo Chuquimantari

DIRECTOR DE LA EAP DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD CONTINENTAL

ASUNTO : Autorización para realizar Trabajo de Investigación del Proyecto de Tesis "Estrategias de afrontamiento al estrés y cyberbullying en estudiantes de una Institución Educativa pública, Huancán 2022" en la Institución Educativa "Alfonso Ugarte" de Huari – Huancán.

Tengo el honor de dirigirme a Ud. para saludarlo cordialmente a nombre de la Institución Educativa "Alfonso Ugarte" de Huari – Huancán, al mismo tiempo comunicarle que mi despacho a decidido **AUTORIZAR** la realización del Trabajo de Investigación del Proyecto de Tesis "Estrategias de afrontamiento al estrés y cyberbullying en estudiantes de una Institución Educativa pública, Huancán 2022" el mismo que será desarrollado por la Srta. Sherly Felicita Raymundo Esteban de la Carrera Profesional de Psicología de la Universidad Continental, a partir de la fecha y en el horario que se coordinará previamente.

Sin otro particular, aprovecho de la ocasión para reiterarle las muestras de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente,

DR. LUIS ALVÁREZ MENDOZA
DIRECTOR
C.M. 1020024661

Anexo 6. Constancia de aprobación del Comité de Ética



Huancayo, 06 de octubre de 2022

OFICIO N° 201-2022-CE-FH-UC

Señor(es):
BACH. SHERLY FELICITA RAYMUNDO ESTEBAN

Presente-

EXP. 201- 2022

Tengo el agrado de dirigirme a usted para saludarle cordialmente y a la vez manifestarle que el estudio de investigación titulado: **"Estrategias de afrontamiento al estrés y cyberbullying en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán -2022"**, ha sido **APROBADO** por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Humanidades, bajo las siguientes observaciones:

- El Comité de Ética puede en cualquier momento de la ejecución del trabajo solicitar información y confirmar el cumplimiento de las normas éticas (mantener la confidencialidad de datos personales de los individuos entrevistados).
- El Comité puede solicitar el informe final para revisión final.

Aprovechamos la oportunidad para renovar los sentimientos de nuestra consideración y estima personal.

Atte,



 **Claudia Ríos Cataño**
Comité de Ética en Investigación
Facultad de Humanidades
Presidente
Universidad Continental

Anexo 7. Jurado revisor N.º 1

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE

- VARIABLE: "Estrategias de Afrontamiento"

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de Medición
<i>Centrado en el Problema</i>	- Afrontamiento - Activo - Planificación	2,3,6,21,26,10	Escala Likert de cuatro valores Nunca lo hago = 0 Hago esto un poco = 1 Hago bastante esto = 2 siempre lo hago = 3
<i>Centrado en la Emoción</i>	- Apoyo emocional - Apoyo instrumental - Reinterpretación positiva - Aceptación - Religión	9,1,16,17,20,28 14,18	
<i>Centrado en la Evitación del Problema</i>	- Desconexión conductual - Desahogo - Uso de sustancias - Humor - Autodestrucción - Negación - Autoinculpación	5,25,22,11,12,23,15, 24,19,7,4, 13,8,27.	

Fuente: Elaboración propia

JUICIO DE EXPERTOS "Cuestionario de estrategias de afrontamiento (Cope 28)"

INSTRUCCIONES: Coloque en cada casillero un aspa correspondiente al aspecto cualitativo de cada ítems y la alternativa de respuesta, según los criterios que a continuación se detallan. Las categorías a evaluar son:

- **Pertinencia¹:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
- **Relevancia²:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.
- **Claridad³:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

En el casillero de Observaciones puede sugerir el cambio o mejora de cada ítems.

Dimensión	Ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Observaciones
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
Centrado en el problema.	2.- Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación en la que estoy.	X		X		X		
	3.- Acepto la realidad de lo que ha sucedido.	X		X		X		
	6.- Intento proponer una solución sobre qué hacer.	X		X		X		
	110.- Tomo estrategias para intentar que la situación mejore.	X		X		X		
	21.- Aprendo a vivir con ello.	X		X		X		
	26.- Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir.	X		X		X		
Centrado en la emoción	1.- Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer.	X		X		X		
	9.- Consigo apoyo emocional de otros.	X		X		X		

	14.- Intento interpretar de manera diferente a la situación para hacer que parezca más positivo.	X		X		X		
	16.- Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales.	X		X		X		
	17.- Consigo el consuelo y la comprensión de alguien.	X		X		X		
	18.- Busco algo bueno en lo que está sucediendo.	X		X		X		
	20.- Rezo o medito.	X		X		X		
	28.- Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen.	X		X		X		
Centrado en la evitación del problema	4.- Recorro a otras actividades para apartar la situación de mi mente.	X		X		X		
	5.-Me digo a mí mismo "esto no es real".	X		X		X		
	7.-Hago bromas sobre ello.	X		X		X		
	8.- Me critico a mí mismo.	X		X		X		
	11.- Renuncio a intentar ocuparme de ello.	X		X		X		
	12.- Menciono sentimientos desagradables sobre la situación.	X		X		X		
	13.- Me niego a creer que haya sucedido.	X		X		X		
	15.- Utilizo alcohol u otras drogas para hacerme sentir mejor.	X		X		X		
	19.- Me río de la situación.	X		X		X		
	22.- Hago algo para pensar menos en ello, tal como ir al cine o ver la televisión.	X		X		X		
23.- Expreso mis sentimientos negativos.	X		X		X			
24.- Utilizo alcohol u otras drogas para ayudarme a superarlo.	X		X		X			

25.- Renuncio al intento de hacer frente al problema.	X		X		X		
27.- Me echo la culpa de lo que ha sucedido,	X		X		X		

INFORME DE JUICIO DE EXPERTO
DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

- Nombres y Apellidos del experto : *MOISES CORDOVA BREÑA.*
- Grado académico : *LIC. PSICOLOGIA*
- Especialidad : *EDUCATIVA.*
- Institución donde labora : *I.E. SAN MIGUEL - UBEL CHUPACA.*
- Cargo que desempeña : *PSICOLOGO.*
- Años de experiencia : *8 años.*
- Denominación del instrumento : *Cuestionario de estrategias de afrontamiento (Cope 28)*
- Autor del instrumento : *Carver (versión en español fue realizada por Moran y Manga)*

II. RESULTADOS DE LA VALIDACIÓN:

En resumen, cuál es su opinión sobre el instrumento

- ADECUADO
- MEDIANAMENTE ADECUADO
- INADECUADO

III. OBSERVACIONES:

- SE LEVANTARON LAS OBSERVACIONES INDICADAS.

.....

.....

.....

Fecha:



M. Cordova B.
.....
Moisés Cordova Breña
PSICÓLOGO
C.Ps.P. 25610
Sello y Firma

DNI N° *45879409.*

C Ps. *25610.*

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE

- VARIABLE: "Ciberbullying"

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de Medición
<i>Cibervictimización verbal – escrita</i>	Agresiones de palabra por medio del teléfono móvil o Internet.	2,8,10,11,13 15,17,19,21, 23,24,26	Escala Likert de cuatro valores Nunca = 1 Pocas veces = 2 Muchas veces = 3 Siempre = 4
<i>Cibervictimización visual</i>	Agresiones por medio de imágenes o videos a través del teléfono móvil o internet.	4,7,9,14,20	
<i>Exclusión Online</i>	Rechazo, aislamiento a través del teléfono móvil o internet.	3,6,18,22	
<i>Suplantación</i>	Hacerse pasar por otra persona a través del teléfono móvil o internet.	1,5,12,16,25	

Fuente: Elaboración propia

JUICIO DE EXPERTOS “Cuestionario de cibervictimización”

INSTRUCCIONES: Coloque en cada casillero un aspa correspondiente al aspecto cualitativo de cada Ítems y la alternativa de respuesta, según los criterios que a continuación se detallan. Las categorías a evaluar son:

- *Pertinencia*¹: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
- *Relevancia*²: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.
- *Claridad*³: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

En el casillero de Observaciones puede sugerir el cambio o mejora de cada Ítems.

Dimensión	Ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Observaciones
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
Cibervictimización verbal – escrita	2.- Han copiado conversaciones privadas mías y se las han enviado a otros para dañarme.	×		×		×		
	8.- He recibido llamadas a celular, que no contestan, considero que lo hacen para fastidiarme.	×		×		×		
	10.- Se han publicado en Internet informaciones que había dado en secreto, para que no se lo dijeren a nadie.	×		×		×		
	11.- He recibido llamadas telefónicas para insultarme o burlarse de mí.	×		×				
	13.- Se han burlado de mí con comentarios ofensivos o insultantes en las redes sociales.	×		×		×		

	15.- He recibido insultos a través de mensajes cortos de texto (sms) o de mensajería instantánea (por ej., WhatsApp).	X		X		X		
	17.- He recibido mensajes anónimos (por SMS, WhatsApp), en los que se me amenazaba o atemorizaba.	X		X		X		
	19.- Han reenviado a otras personas correos o mensajes que yo había enviado en privado, eso es para dañarme.	X		X		X		
	21.- Me han amenazado públicamente, a través de las redes sociales (Twitter, Facebook y otros).	X		X		X		
	23.- He recibido llamadas anónimas, para amenazarme o atemorizarme.	X		X		X		
	24.- He recibido comentarios sexuales no deseados a través de Internet.	X		X		X		
	26.- Se han publicado rumores falsos sobre mí en alguna red social.	X		X		X		
Cibervictimización visual	4.- Han colgado en Internet fotos mías trucadas (modificadas), para hacerme daño.	X		X		X		
	7.- Me han enviado fotos o videos desagradables a mis redes sociales.	X		X		X		
	9.- Han colgado en Internet fotos o videos reales, sin mi permiso, para hacerme daño.	X		X		X		

	14.- Me han maltratado físicamente, lo han grabado y luego lo han difundido en Internet.	X		X		X		
	20.- Me han obligado a hacer algo humillante, lo han grabado y luego lo han difundido en Internet para hacerme daño.	X		X		X		
Exclusión Online	3.- Alguna persona no me ha admitido o me ha expulsado de su equipo en juegos online, sin haber hecho nada malo que lo justifique.	X		X		X		
	6.- Me han retirado o no me han aceptado en la lista de contactos de algún chat, red social (por ej., Facebook o programa de mensajería instantánea por ej., Messenger, WhatsApp), sin haber hecho nada, solo por ser yo.	X		X		X		
	18.- Se han hecho quejas falsas sobre mí en algún foro, red social o juego online, que han hecho que me expulsasen.	X		X		X		
	22.- Mis compañeros del colegio se ponen de acuerdo para ignorarme en las redes sociales.	X		X		X		
	12.- Me han bloqueado el acceso al correo electrónico, a una red social (Facebook) o a un programa de mensajería instantánea (Messenger, WhatsApp), cambiando mi contraseña.	X		X		X		

	1.- Se han hecho pasar por mí en Internet publicando comentarios a mi nombre como si fuese yo.	X		X		X				
	5.- Alguien se ha hecho pasar por otra persona, para reírse de mí a través de Internet o del celular.	X		X		X				
	16.- Se han hecho pasar por mí en Twitter, Facebook u otras redes sociales creando un falso perfil de usuario (utilizando mi foto y datos personales) con el que se me han insultado o ridiculizado.	X		X		X				
	25.- Alguien que ha conseguido mi contraseña ha enviado mensajes incómodos a algún conocido, como si hubiese sido yo, para meterme en problemas.	X		X		X				

INFORME DE JUICIO DE EXPERTO
DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

- Nombres y Apellidos del experto : *Moisés Cordova Breña*
- Grado académico : *Lic. Psicología*
- Especialidad : *Psicólogo Educativa*
- Institución donde labora : *I.E. SAN MIGUEL - UGEL CHUPACA*
- Cargo que desempeña : *Psicólogo I.E.*
- Años de experiencia : *8 años*
- Denominación del instrumento : *Cuestionario de cibervictimización*
- Autor del instrumento : *Álvarez, Dobarro y Núñez*

II. RESULTADOS DE LA VALIDACIÓN:

En resumen, cuál es su opinión sobre el instrumento

- ADECUADO
- MEDIANAMENTE ADECUADO
- INADECUADO

III. OBSERVACIONES:

- SE LEVANTARON LAS OBSERVACIONES MENCIONADAS.

Fecha:



Moisés Cordova Breña
PSICÓLOGO
C.Ps.P. 25610

Sello y Firma

DNI N° *45879409.*

C Ps. *25610.*

Anexo 8 Jurado revisor N.º 2

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE

- VARIABLE: "Estrategias de Afrontamiento"

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de Medición
<i>Centrado en el Problema</i>	- Afrontamiento - Activo - Planificación	2,3,6,21,26,10	Escala Likert de cuatro valores Nunca lo hago = 0 Hago esto un poco = 1 Hago bastante esto = 2 siempre lo hago = 3
<i>Centrado en la Emoción</i>	- Apoyo emocional - Apoyo instrumental - Reinterpretación positiva - Aceptación - Religión	9,1,16,17,20,28 14,18	
<i>Centrado en la Evitación del Problema</i>	- Desconexión conductual - Desahogo - Uso de sustancias - Humor - Autodestrucción - Negación - Autoinculpación	5,25,22,11,12,23,15, 24,19,7,4, 13,8,27.	

Fuente: Elaboración propia

JUICIO DE EXPERTOS “Cuestionario de estrategias de afrontamiento (Cope 28)”

INSTRUCCIONES: Coloque en cada casillero un aspa correspondiente al aspecto cualitativo de cada ítems y la alternativa de respuesta, según los criterios que a continuación se detallan. Las categorías a evaluar son:

- *Pertinencia*¹: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
- *Relevancia*²: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.
- *Claridad*³: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

En el casillero de Observaciones puede sugerir el cambio o mejora de cada ítems.

Dimensión	Ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Observaciones
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
Centrado en el problema.	2.- Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación en la que estoy.	X		X		X		
	3.- Acepto la realidad de lo que ha sucedido.	X		X		X		
	6.- Intento proponer una solución sobre qué hacer.	X		X		X		
	110.- Tomo estrategias para intentar que la situación mejore.	X		X		X		
	21.- Aprendo a vivir con ello.	X		X		X		
	26.- Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir.	X		X		X		
Centrado en la emoción	1.- Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer.	X		X		X		
	9.- Consigo apoyo emocional de otros.	X		X		X		

	14.- Intento interpretar de manera diferente a la situación para hacer que parezca más positivo.	X		X		X	
	16.- Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales.	X		X		X	
	17.- Consigo el consuelo y la comprensión de alguien.	X		X		X	
	18.- Busco algo bueno en lo que está sucediendo.	X		X		X	
	20.- Rezo o medito.	X		X		X	
	28.- Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen.	X		X		X	
Centrado en la evitación del problema	4.- Recorro a otras actividades para apartar la situación de mi mente.	X		X		X	
	5.-Me digo a mí mismo "esto no es real".	X		X		X	
	7.-Hago bromas sobre ello.	X		X		X	
	8.- Me critico a mí mismo.	X		X		X	
	11.- Renuncio a intentar ocuparme de ello.	X		X		X	
	12.- Menciono sentimientos desagradables sobre la situación.	X		X		X	
	13.- Me niego a creer que haya sucedido.	X		X		X	
	15.- Utilizo alcohol u otras drogas para hacerme sentir mejor.	X		X		X	
	19.- Me río de la situación.	X		X		X	
	22.- Hago algo para pensar menos en ello, tal como ir al cine o ver la televisión.	X		X		X	
	23.- Expreso mis sentimientos negativos.	X		X		X	
24.- Utilizo alcohol u otras drogas para ayudarme a superarlo.	X		X		X		

	25.- Renuncio al intento de hacer frente al problema.	x		x		x		
	27.- Me echo la culpa de lo que ha sucedido,	x		x		x		

INFORME DE JUICIO DE EXPERTO
DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

- Nombres y Apellidos del experto : *Rocio Luz Cahuana Mendoza*
- Grado académico : *Licenciada en Psicología*
- Especialidad : *Clinica*
- Institución donde labora : *Clinica Psicológica Buen Día*
- Cargo que desempeña : *Directora*
- Años de experiencia : *8 años*
- Denominación del instrumento : Cuestionario de estrategias de afrontamiento (Cope 28)
- Autor del instrumento : Carver (versión en español fue realizada por Moran y Manga)

II. RESULTADOS DE LA VALIDACIÓN:

En resumen, cuál es su opinión sobre el instrumento

- ADECUADO
- MEDIANAMENTE ADECUADO
- INADECUADO

III. OBSERVACIONES:

.....

.....

.....

.....

Fecha:



Rocio Luz Cahuana Mendoza
Rocio Luz Cahuana Mendoza
PSICÓLOGA CLÍNICA
-C.Ps. Pj 23841

Sello y Firma

DNI N° *70019571*

C Ps. *23841*

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE

- VARIABLE: "Ciberbullying"

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de Medición
<i>Cibervictimización verbal – escrita</i>	Agresiones de palabra por medio del teléfono móvil o Internet.	2,8,10,11,13 15,17,19,21, 23,24,26	Escala Likert de cuatro valores Nunca = 1 Pocas veces = 2 Muchas veces = 3 Siempre = 4
<i>Cibervictimización visual</i>	Agresiones por medio de imágenes o videos a través del teléfono móvil o internet.	4,7,9,14,20	
<i>Exclusión Online</i>	Rechazo, aislamiento a través del teléfono móvil o internet.	3,6,18,22	
<i>Suplantación</i>	Hacerse pasar por otra persona a través del teléfono móvil o internet.	1,5,12,16,25	

Fuente: Elaboración propia

JUICIO DE EXPERTOS “Cuestionario de cibervictimización”

INSTRUCCIONES: Coloque en cada casillero un aspa correspondiente al aspecto cualitativo de cada Ítems y la alternativa de respuesta, según los criterios que a continuación se detallan. Las categorías a evaluar son:

- *Pertinencia*¹: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
- *Relevancia*²: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.
- *Claridad*³: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

En el casillero de Observaciones puede sugerir el cambio o mejora de cada Ítems.

Dimensión	Ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Observaciones
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
Cibervictimización verbal – escrita	2.- Han copiado conversaciones privadas mías y se las han enviado a otros para dañarme.	X		X		X		
	8.- He recibido llamadas a celular, que no contestan, considero que lo hacen para fastidiarme.	X		X		X		
	10.- Se han publicado en Internet informaciones que había dado en secreto, para que no se lo dijeren a nadie.	X		X		X		
	11.- He recibido llamadas telefónicas para insultarme o burlarse de mí.	X		X				
	13.- Se han burlado de mí con comentarios ofensivos o insultantes en las redes sociales.	X		X		X		

	15.- He recibido insultos a través de mensajes cortos de texto (sms) o de mensajería instantánea (por ej., WhatsApp).	X		X		X		
	17.- He recibido mensajes anónimos (por SMS, WhatsApp), en los que se me amenazaba o atemorizaba.	X		X		X		
	19.- Han reenviado a otras personas correos o mensajes que yo había enviado en privado, eso es para dañarme.	X		X		X		
	21.- Me han amenazado públicamente, a través de las redes sociales (Twitter, Facebook y otros).	X		X		X		
	23.- He recibido llamadas anónimas, para amenazarme o atemorizarme.	X		X		X		
	24.- He recibido comentarios sexuales no deseados a través de Internet.	X		X		X		
	26.- Se han publicado rumores falsos sobre mí en alguna red social.	X		X		X		
Cibervictimización visual	4.- Han colgado en Internet fotos mías trucadas (modificadas), para hacerme daño.	X		X		X		
	7.- Me han enviado fotos o videos desagradables a mis redes sociales.	X		X		X		
	9.- Han colgado en Internet fotos o videos reales, sin mi permiso, para hacerme daño.	X		X		X		

	14.- Me han maltratado físicamente, lo han grabado y luego lo han difundido en Internet.	X		X		X		
	20.- Me han obligado a hacer algo humillante, lo han grabado y luego lo han difundido en Internet para hacerme daño.	X		X		X		
Exclusión Online	3.- Alguna persona no me ha admitido o me ha expulsado de su equipo en juegos online, sin haber hecho nada malo que lo justifique.	X		X		X		
	6.- Me han retirado o no me han aceptado en la lista de contactos de algún chat, red social (por ej., Facebook o programa de mensajería instantánea por ej., Messenger, WhatsApp), sin haber hecho nada, solo por ser yo.	X		X		X		
	18.- Se han hecho quejas falsas sobre mí en algún foro, red social o juego online, que han hecho que me expulsasen.	X		X		X		
	22.- Mis compañeros del colegio se ponen de acuerdo para ignorarme en las redes sociales.	X		X		X		
Suplantación	12.- Me han bloqueado el acceso al correo electrónico, a una red social (Facebook) o a un programa de mensajería instantánea (Messenger, WhatsApp), cambiando mi contraseña.	X		X		X		

1.- Se han hecho pasar por mí en Internet publicando comentarios a mi nombre como si fuese yo.	X		X		X		
5.- Alguien se ha hecho pasar por otra persona, para reírse de mí a través de Internet o del celular.	X		X		X		
16.- Se han hecho pasar por mí en Twitter, Facebook u otras redes sociales creando un falso perfil de usuario (utilizando mi foto y datos personales) con el que se me han insultado o ridiculizado.	X		X		X		
25.- Alguien que ha conseguido mi contraseña ha enviado mensajes incómodos a algún conocido, como si hubiese sido yo, para meterme en problemas.	X		X		X		

INFORME DE JUICIO DE EXPERTO
DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

- Nombres y Apellidos del experto : *Rocio Luz Cahuana Mendoza*
- Grado académico : *Licenciada en Psicología*
- Especialidad : *Clínica*
- Institución donde labora : *Clínica Psicológica Buen Día*
- Cargo que desempeña : *Directora*
- Años de experiencia : *8 años*
- Denominación del instrumento : *Cuestionario de cibervictimización*
- Autor del instrumento : *Álvarez, Dobarro y Núñez*

II. RESULTADOS DE LA VALIDACIÓN:

En resumen, cuál es su opinión sobre el instrumento

- ADECUADO
- MEDIANAMENTE ADECUADO
- INADECUADO

III. OBSERVACIONES:

.....

.....

.....

.....



Rocio Luz Cahuana Mendoza
PSICOLOGA CLINICA
-C.Pa.P. 23841

Sello y Firma

DNI N° *70019571*

C Ps. *23841*

Anexo 9. Jurado revisor N.º 3

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE

- VARIABLE: "Estrategias de Afrontamiento"

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de Medición
<i>Centrado en el Problema</i>	- Afrontamiento - Activo - Planificación	2,3,6,21,26,10	Escala Likert de cuatro valores Nunca lo hago = 0 Hago esto un poco = 1 Hago bastante esto = 2 siempre lo hago = 3
<i>Centrado en la Emoción</i>	- Apoyo emocional - Apoyo instrumental - Reinterpretación positiva - Aceptación - Religión	9,1,16,17,20,28 14,18	
<i>Centrado en la Evitación del Problema</i>	- Desconexión conductual - Desahogo - Uso de sustancias - Humor - Autodestrucción - Negación - Autoinculpación	5,25,22,11,12,23,15, 24,19,7,4, 13,8,27.	

Fuente: Elaboración propia

JUICIO DE EXPERTOS “Cuestionario de estrategias de afrontamiento (Cope 28)”

INSTRUCCIONES: Coloque en cada casillero un aspa correspondiente al aspecto cualitativo de cada Ítems y la alternativa de respuesta, según los criterios que a continuación se detallan. Las categorías a evaluar son:

- *Pertinencia*¹: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
- *Relevancia*²: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.
- *Claridad*³: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

En el casillero de Observaciones puede sugerir el cambio o mejora de cada Ítems.

Dimensión	Ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Observaciones
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
Centrado en el problema.	2.- Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación en la que estoy.	✗		✓		✗		
	3.- Acepto la realidad de lo que ha sucedido.	✗		✗		✗		
	6.- Intento proponer una solución sobre qué hacer.	✗		✗		✗		
	110.- Tomo estrategias para intentar que la situación mejore.	✗		✓		✗		
	21.- Aprendo a vivir con ello.	✗		✓		✓		
	26.- Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir.	✓		✓		✗		
Centrado en la emoción	1.- Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer.	✗		✗		✗		
	9.- Consigo apoyo emocional de otros.	✗		✓		✗		

	14.- Intento interpretar de manera diferente a la situación para hacer que parezca más positivo.	X		X		X		
	16.- Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales.	X		X		X		
	17.- Consigo el consuelo y la comprensión de alguien.	X		X		X		
	18.- Busco algo bueno en lo que está sucediendo.	X		X		X		
	20.- Rezo o medito.	X		X		X		
	28.- Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen.	X		X		X		
Centrado en la evitación del problema	4.- Recorro a otras actividades para apartar la situación de mi mente.	X		X		X		
	5.-Me digo a mí mismo "esto no es real".	X		X		X		
	7.-Hago bromas sobre ello.	X		X		X		
	8.- Me critico a mí mismo.	X		X		X		
	11.- Renuncio a intentar ocuparme de ello.	X		X		X		
	12.- Menciono sentimientos desagradables sobre la situación.	X		X		X		
	13.- Me niego a creer que haya sucedido.	X		X		X		
	15.- Utilizo alcohol u otras drogas para hacerme sentir mejor.	X		X		X		
	19.- Me río de la situación.	X		X		X		
	22.- Hago algo para pensar menos en ello, tal como ir al cine o ver la televisión.	X		X		X		
	23.- Expreso mis sentimientos negativos.	X		X		X		
	24.- Utilizo alcohol u otras drogas para ayudarme a superarlo.	X		X		X		

25.- Renuncio al intento de hacer frente al problema.	X		X		X		
27.- Me echo la culpa de lo que ha sucedido.	X		X		X		

INFORME DE JUICIO DE EXPERTO
DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

- Nombres y Apellidos del experto : Osmar Jesús Sapáuco Vargas
- Grado académico : Magister
- Especialidad : Psicología Clínica
- Institución donde labora : Ministerio del Interior
- Cargo que desempeña : Articulador territorial
- Años de experiencia : 9 años
- Denominación del instrumento : Cuestionario de estrategias de afrontamiento (Cope 28)
- Autor del instrumento : Carver (versión en español fue realizada por Moran y Manga)

II. RESULTADOS DE LA VALIDACIÓN:

En resumen, cuál es su opinión sobre el instrumento

- ADECUADO
- MEDIANAMENTE ADECUADO
- INADECUADO

III. OBSERVACIONES:

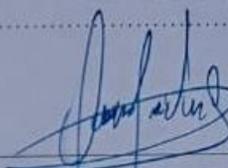
.....

.....

.....

.....

Fecha:


Sello y Firma

DNI N° 46411142

C Ps. 21134

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE

- VARIABLE: "Ciberbullying"

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de Medición
<i>Cibervictimización verbal – escrita</i>	Agresiones de palabra por medio del teléfono móvil o Internet.	2,8,10,11,13,15,17,19,21,23,24,26	Escala Likert de cuatro valores Nunca = 1 Pocas veces = 2 Muchas veces = 3 Siempre = 4
<i>Cibervictimización visual</i>	Agresiones por medio de imágenes o videos a través del teléfono móvil o internet.	4,7,9,14,20	
<i>Exclusión Online</i>	Rechazo, aislamiento a través del teléfono móvil o internet.	3,6,18,22	
<i>Suplantación</i>	Hacerse pasar por otra persona a través del teléfono móvil o internet.	1,5,12,16,25	

Fuente: Elaboración propia

JUICIO DE EXPERTOS “Cuestionario de cibervictimización”

INSTRUCCIONES: Coloque en cada casillero un aspa correspondiente al aspecto cualitativo de cada Ítems y la alternativa de respuesta, según los criterios que a continuación se detallan. Las categorías a evaluar son:

- *Pertinencia*¹: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
- *Relevancia*²: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.
- *Claridad*³: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

En el casillero de Observaciones puede sugerir el cambio o mejora de cada Ítems.

Dimensión	Ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Observaciones
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
Cibervictimización verbal – escrita	2.- Han copiado conversaciones privadas mías y se las han enviado a otros para dañarme.	X		X		X		
	8.- He recibido llamadas a celular, que no contestan, considero que lo hacen para fastidiarme.	X		X		X		
	10.- Se han publicado en Internet informaciones que había dado en secreto, para que no se lo dijeren a nadie.	X		X		X		
	11.- He recibido llamadas telefónicas para insultarme o burlarse de mí.	X		X		X		
	13.- Se han burlado de mí con comentarios ofensivos o insultantes en las redes sociales.	X		X		X		

	15.- He recibido insultos a través de mensajes cortos de texto (sms) o de mensajería instantánea (por ej., WhatsApp).	X		X		X		
	17.- He recibido mensajes anónimos (por SMS, WhatsApp), en los que se me amenazaba o atemorizaba.	X		X		X		
	19.- Han reenviado a otras personas correos o mensajes que yo había enviado en privado, eso es para dañarme.	X		X		X		
	21.- Me han amenazado públicamente, a través de las redes sociales (Twitter, Facebook y otros).	X		X		X		
	23.- He recibido llamadas anónimas, para amenazarme o atemorizarme.	X		X		X		
	24.- He recibido comentarios sexuales no deseados a través de Internet.	X		X		X		
	26.- Se han publicado rumores falsos sobre mí en alguna red social.	X		X		X		
Cibervictimización visual	4.- Han colgado en Internet fotos mías trucadas (modificadas), para hacerme daño.	X		X		X		
	7.- Me han enviado fotos o videos desagradables a mis redes sociales.	X		X		X		
	9.- Han colgado en Internet fotos o videos reales, sin mi permiso, para hacerme daño.	X		X		X		

	14.- Me han maltratado físicamente, lo han grabado y luego lo han difundido en Internet.	X		X		X		
	20.- Me han obligado a hacer algo humillante, lo han grabado y luego lo han difundido en Internet para hacerme daño.	X		X		X		
Exclusión Online	3.- Alguna persona no me ha admitido o me ha expulsado de su equipo en juegos online, sin haber hecho nada malo que lo justifique.	X		X		X		
	6.- Me han retirado o no me han aceptado en la lista de contactos de algún chat, red social (por ej., Facebook o programa de mensajería instantánea por ej., Messenger, WhatsApp), sin haber hecho nada, solo por ser yo.	X		X		X		
	18.- Se han hecho quejas falsas sobre mí en algún foro, red social o juego online, que han hecho que me expulsasen.	X		X		X		
	22.- Mis compañeros del colegio se ponen de acuerdo para ignorarme en las redes sociales.	X		X		X		
Suplantación	12.- Me han bloqueado el acceso al correo electrónico, a una red social (Facebook) o a un programa de mensajería instantánea (Messenger, WhatsApp), cambiando mi contraseña.	X		X		X		

	1.- Se han hecho pasar por mí en Internet publicando comentarios a mi nombre como si fuese yo.	X		X		X		
	5.- Alguien se ha hecho pasar por otra persona, para reírse de mí a través de Internet o del celular.	X		X		X		
	16.- Se han hecho pasar por mí en Twitter, Facebook u otras redes sociales creando un falso perfil de usuario (utilizando mi foto y datos personales) con el que se me han insultado o ridiculizado.	X		X		X		
	25.- Alguien que ha conseguido mi contraseña ha enviado mensajes incómodos a algún conocido, como si hubiese sido yo, para meterme en problemas.	X		X		X		

INFORME DE JUICIO DE EXPERTO
DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

- Nombres y Apellidos del experto : Osma Jesús Sepúlveda Vargas
- Grado académico : Magister
- Especialidad : Psicología Clínica
- Institución donde labora : Ministerio del Interior
- Cargo que desempeña : Articulador Territorial
- Años de experiencia : 9 años
- Denominación del instrumento : Cuestionario de cibervictimización
- Autor del instrumento : Álvarez, Dobarro y Núñez

II. RESULTADOS DE LA VALIDACIÓN:

En resumen, cuál es su opinión sobre el instrumento

- ADECUADO
- MEDIANAMENTE ADECUADO
- INADECUADO

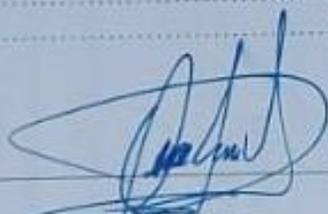
III. OBSERVACIONES:

.....

.....

.....

Fecha:


 Sello y Firma
 DNI N° 4641147
 C Ps. 21134

Anexo 10 Matriz de consistencia

Estrategias de afrontamiento al estrés y *ciberbullying* en estudiantes de una Institución educativa pública, Huancán (2022).

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Metodología
Problema general	Objetivo general	Hipótesis general	Variable 1: X = Estrategia de afrontamiento al estrés Definición: Lazarus y Folkman (1986) Esfuerzo cognitivo y conductual constantemente cambiante para atender las demandas específicas externas o internas que fueron evaluadas como excesivas por el individuo.	Centrado en el problema. Centrado en la emoción	Enfoque Cuantitativo Tipo: Básica o pura Diseño: No experimental de corte transversal, descriptivo-correlacional. Nivel: Descriptivo-Correlacional Población: Estudiantes de 4.º y 5.º de una institución educativa pública, Huancán. Muestra: 115 Estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022). Técnicas y tipo de muestreo: No probabilístico intencional, Muestra tipo censal.
Problema específico 1	Objetivo específico 1	Hipótesis específica 1		Centrado en la evitación del problema	Técnica de recolección de
¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización verbal-escrita en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)?	Identificar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización verbal-escrita en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).	Existe una relación significativa inversa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización verbal-escrita en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).			
Problema específico 2	Objetivo específico 2	Hipótesis específica 2	Variable 2 Y= <i>ciberbullying</i> Definición:	Cibervictimización	

<p>¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización visual en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)?</p>	<p>Identificar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización visual en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).</p>	<p>Existe una relación significativa inversa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión cibervictimización visual en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).</p>	<p>Smith (2000) lo describe como el acto o comportamiento agresivo intencionado que es de manera repetitiva por un largo periodo de tiempo por una o más de personas, que utilizan formas electrónicas para agredir a otra persona vulnerable, quien no puede defenderse por sí sola.</p>	<p>verbal-escrita Cibervictimización visual</p>	<p>datos: Encuesta Instrumentos de recolección: Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento al estrés-COPE 28 de Carver. Cuestionario de cibervictimización.</p>
<p>Problema específico 3</p>	<p>Objetivo específico 3</p>	<p>Hipótesis específica 3</p>			
<p>¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión exclusión <i>online</i> en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)?</p>	<p>Identificar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión exclusión <i>online</i> en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).</p>	<p>Existe una relación significativa inversa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión exclusión <i>online</i> en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).</p>			
<p>Problema específico 4</p>	<p>Objetivo específico 4</p>	<p>Hipótesis específica 4</p>			
<p>¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión suplantación en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022)?</p>	<p>Identificar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión exclusión en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).</p>	<p>Existe una relación significativa inversa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la dimensión suplantación en estudiantes de una institución educativa pública, Huancán (2022).</p>			
<p>Bibliografía de sustento para la justificación y delimitación del problema (en formato APA)</p>			<p>Bibliografía de sustento usada para el diseño metodológico (en formato APA)</p>		

Gratacós, M. (27 de abril de 2022). *Cyberbullying*. Liferder.
<https://www.liferder.com/cyberbullying/>.

Chávez, Ortega y Palacios (2016) "Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico que utilizan los estudiantes de la academia preuniversitaria ACEM del distrito del Cercado de Lima" [Tesis de bachiller inédita]. Universidad Ricardo Palma.

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (5 de noviembre de 2020). Uno de cada tres estudiantes es víctima de acoso.
<https://news.un.org/es/story/2020/11/1483622>

Objetivos de Desarrollo Sostenible (25 de septiembre de 2015). una nueva agenda de desarrollo sostenible. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (M. H. Education (ed.); 6ta ed.). <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

Anexo 11. Aplicación de Instrumentos



Anexo 12. Data de Procesamiento

*datos.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 6 de 6 variables

	VAR00001	VAR00002	VAR00003	VAR00004	VAR00006	VAR00007	var								
1	Centrado e...	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo									
2	Centrado e...	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo									
3	Centrado e...	Alto	Medio	Bajo	Bajo	Bajo									
4	Centrado e...	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo									
5	Centrado e...	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo									
6	Centrado e...	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo									
7	Centrado e...	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo									
8	Centrado e...	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo									
9	Centrado e...	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo									
10	Centrado e...	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo									
11	Centrado e...	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo									
12	Centrado e...	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo									
13	Centrado e...	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo									
14	Centrado e...	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo									
15	Centrado e...	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo									
16	Centrado e...	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo									
17	Centrado e...	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo									
18	Centrado e...	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo									
19	Centrado e...	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo									
20	Centrado e...	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo									
21	Centrado e...	Alto	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo									
22	Centrado e...	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo									

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON

*datos.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	VAR00001	Númérico	8	0	Estrategias de ...	{0, Centrado...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
2	VAR00002	Númérico	8	0	Cibervictimizaci...	{0, Bajo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
3	VAR00003	Númérico	8	0	Verbal - Escrito	{0, Bajo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
4	VAR00004	Númérico	8	0	Visual	{0, Bajo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
5	VAR00006	Númérico	8	0	Online	{0, Bajo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
6	VAR00007	Númérico	8	2	Suplantación	{00, Bajo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											
14											
15											
16											
17											
18											
19											
20											
21											
22											
23											
24											

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON