



DOI: <https://doi.org/10.46296/yc.v10i18.0818>

ESTILOS DE AFRONTAMIENTO DEL CONFLICTO INTERNO: EVIDENCIA DE PERFILES Y RELACIONES CON AUTORREGULACIÓN Y ESTRÉS ACADÉMICO

STYLES OF COPING WITH INTERNAL CONFLICT: EVIDENCE OF PROFILES AND RELATIONSHIPS WITH SELF-REGULATION AND ACADEMIC STRESS

Salazar-Parrales Irma Marcela ¹; Mendoza-Zambrano María Guadalupe ²;
Romero-González Jefferson Fabián ³; Jiménez-Manzaba Melvin Fabricio ⁴;
Jami-Chango Jessica Silvana ⁵

¹ Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí Ecuador. Pedernales, Ecuador.
Correo: irma.salazar@uleam.edu.ec. ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0007-6782-9066>

² Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí Ecuador. Pedernales, Ecuador.
Correo: guadalupe.mendoza@uleam.edu.ec. ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-6193-8439>

³ Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí Ecuador. Pedernales, Ecuador.
Correo: jefferson_romero@uleam.edu.ec. ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-2676-5717>

⁴ Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí Ecuador. Pedernales, Ecuador.
Correo: melvin.jimenez@uleam.edu.ec. ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-1997-5249>

⁵ Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí Ecuador. Pedernales, Ecuador.
Correo: jessica.jami@uleam.edu.ec. ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0001-0457-6686>

Resumen

Un conflicto interno suele ocurrir cuando hay que tomar una decisión moral o ética, como resultado hace que el individuo se enfrente a un dilema profundo, haciendo dudar a la persona de sus creencias y decisiones personales ya antes definidas. El objetivo principal del estudio fue Identificar los perfiles de estilos de afrontamiento del conflicto interno en estudiantes de la universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí extensión pedernales y la relación con la autorregulación del aprendizaje y el estrés académico. La investigación se llevó a cabo mediante un enfoque cuantitativo, con un diseño transversal, no experimental y alcance analítico con validación psicométrica y análisis de perfiles. La población estuvo constituida por 1190 estudiantes con una muestra de 204. Los resultados evidencian que están más arraigado el estilo de compromiso, donde la persona busca colaborar para lograr una solución que satisfaga a ambas partes, también se identifica una alta tendencia por el estilo de acomodación, la persona tiende a ceder ante los demás, olvidando sus propios intereses, además se identifica características del estilo competidor, defenderá sus propios derechos, alineándose a sus creencias y decisiones, siempre pretende ganar. Definir el estilo de afrontamiento de los conflictos internos conlleva a prevenir problemas que pueden existir, mejorando las emociones, relaciones interpersonales y desempeño académico. Asimismo, la incorporación de programas de apoyo psicológico en las universidades podría mejorar el bienestar general de los estudiantes y sus habilidades de resolución de conflictos al ayudarlos a reconocer y resolver conflictos internos de manera más efectiva.

Palabras claves: Conflicto interno; aprendizaje; estrés académico; autorregulación.

Abstract

Internal conflict usually occurs when a moral or ethical decision must be made, resulting in the individual facing a profound dilemma, causing them to doubt their previously defined beliefs and personal decisions. The main objective of the study was to identify the profiles of internal conflict

Información del manuscrito:

Fecha de recepción: 13 de octubre de 2025.

Fecha de aceptación: 18 de diciembre de 2025.

Fecha de publicación: 12 de enero de 2026.



coping styles in students at the Laica Eloy Alfaro University of Manabí, Pedernales extension, and the relationship with learning self-regulation and academic stress. The research was carried out using a quantitative approach, with a cross-sectional, non-experimental design and analytical scope with psychometric validation and profile analysis. The population consisted of 1190 students with a sample of 204. The results show that the commitment style is more deeply rooted, where the person seeks to collaborate to achieve a solution that satisfies both parties. A high tendency toward the accommodation style is also identified, where the person tends to give in to others, forgetting their own interests. Characteristics of the competitive style are also identified, where the person will defend their own rights, aligning themselves with their beliefs and decisions, always seeking to win. Defining the style of coping with internal conflicts leads to the prevention of problems that may exist, improving emotions, interpersonal relationships, and academic performance. Furthermore, incorporating psychological support programs in universities could improve students' overall well-being and conflict resolution skills by helping them recognize and resolve internal conflicts more effectively.

Keywords: Internal conflict; learning; academic stress; self-regulation.

1. Introducción

Los conflictos se caracterizan por ser una dinámica psicológica esencial que ocurre de manera muy personal dentro del individuo, teniendo como principales características la presencia de tensiones, dilemas y ambivalencias que se desarrollan durante la introspección. Estos conflictos surgen cuando existen metas, deseos, necesidades o valores contrapuestos que desafían la coherencia interna del individuo, provocando un estado de incomodidad emocional y cognitiva (Morrison & Kanfer, 2022). En efecto, poseen un gran impacto en el comportamiento humano, la toma de decisiones y el bienestar general, por lo que han sido estudiados en varios campos de la psicología, desde la cognitiva hasta la psicodinámica.

La investigación sobre los conflictos internos ha avanzado mucho en las últimas décadas, lo que nos ayuda a comprender mejor cómo estos afectan el comportamiento y la salud mental. Como un ejemplo podemos tomar la perspectiva de la psicología cognitiva, este tipo de conflictos son continuamente explicados como procesos en disonancia cognitiva, donde dos o más premisas de cognición en conflicto generan un estado de tensión psicológica que el individuo busca resolver (Harmon-Jones & Mills, 2019). Dentro de este sentido, el conflicto interno no solo afecta las decisiones diarias, sino que también puede obligar a reevaluar actitudes, creencias y comportamiento para intentar reducir dicha disonancia.



No obstante, la relevancia de los conflictos internos va más allá de las percepciones individuales. La literatura actual ha demostrado que los conflictos están estrechamente relacionados con problemas de salud mental, como la ansiedad y la depresión. En realidad, un estudio reciente de Smith et al. (2021) descubrió que los desacuerdos internos sobre valores morales éticos son indicadores significativos de síntomas depresivos en individuos adultos, especialmente cuando estos conflictos permanecen sin resolver durante un periodo prolongado de tiempo. Además, investigaciones en psicología social han demostrado que los conflictos internos pueden influir en las relaciones interpersonales, afectando la calidad de la comunicación y la confianza entre los individuos (Johnson & De Vries, 2020).

Los conflictos internos también se han revelado en las organizaciones como un factor importante que afecta la satisfacción laboral y estudiantil en el rendimiento. Un estudio de Lee y Cho (2022) muestra que los estudiantes que experimentan conflictos internos relacionados con

dilemas éticos en su trabajo tienden a tener mayores niveles de agotamiento emocional y menor compromiso organizacional, afectando a la dinámica del equipo y la cultura corporativa en general.

Por lo tanto, el objetivo de la investigación es Identificar los perfiles de estilos de afrontamiento del conflicto interno en estudiantes de la universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí extensión pedernales y la relación con la autorregulación del aprendizaje y el estrés académico. Para el cumplimiento del objetivo planteado se pretende evaluar las propiedades psicométricas de la Escala de Estilos de Afrontamiento del Conflicto Interno, además de estimar y comparar los perfiles según el Test de conflictos de Thomas-Kilmann. Al comprender los conflictos internos y cómo se desarrollan de manera intrapersonal es esencial para el análisis de la complejidad del comportamiento humano. También es crucial investigar cómo estos conflictos interactúan con otros elementos psicológicos, como los estilos de gestión de conflictos descritos por Test. Con el fin de obtener una mejor comprensión de cómo estas

dinámicas afectan el comportamiento humano y la toma de decisiones, esto se centra en la relación entre los estilos de manejo de conflictos y los conflictos internos.

La interacción humana es inherente a estos enfrentamientos, el Test de Conflictos identifica cinco estilos de manejo de conflictos: competencia, colaboración, compromiso, evasión y acomodación (Thomas & Killmann, 1974). Al investigar estos estilos son relacionables con los conflictos internos que una persona puede experimentar, es decir, aquellos que ocurren dentro del individuo, a menudo reflejando dilemas personales, ambivalencias o conflictos morales.

Desarrollo

Conflicto interno en el ámbito educativo

Los sentimientos han sido, tradicionalmente, valorados como próximos a lo femenino e irracional y, por tanto, considerados componentes cognitivos inferiores e, incluso, contrapuestos a los intelectuales. Las emociones han tenido que atravesar un largo recorrido hasta se justipreciadas como pieza esencial en el desarrollo humano (Trujillo et. Al. 2020). Dentro

de una perspectiva global el término “conflicto interno” no se emplea como algo común dentro de la literatura, pero es normal que se lo caracterice como una presión emocional o psicológica que surge a través de exigencias internas, perfeccionismo, lo cual choca con las restricciones reales del ambiente académico o el ámbito personal, esto genera incomodidad, disonancia y vulnerabilidad que logra afectar el bienestar estudiantil.

El conflicto interno no solo se alimenta de factores externos, como exceso de trabajo o presencia de figura demandante, sino también de demandas autorreferenciales. Si estas demandas son muy altas, tienen el potencial de incrementar un malestar emocional y afectar negativamente tanto la salud mental como el rendimiento académico. Sin embargo, la autorregulación emocional es una estrategia adaptativa clave, ya que permite regular de manera consciente las emociones y las conductas en situaciones de tensión académica (Vizcaíno et al., 2024).



Modelos psicológicos que abordan el conflicto interno

El Modelo Transaccional de Estrés y Afrontamiento, desarrollado por Lazarus y Folkman en 1984, es un enfoque teórico que conceptualiza el estrés como una transacción dinámica entre la persona y el contexto en que se encuentra en un momento determinado (Rodríguez et al., 2019). Según este modelo, el estrés no es una respuesta automática a un estímulo, sino el producto de un proceso cognitivo de evaluación y reevaluación de una situación considerada como amenazante o agobiante. En respuesta a los acontecimientos que causan estrés, las personas llevarían a cabo dos clases de evaluaciones: la primaria, en la que se examina si el evento causa daño o no; y la secundaria en que se determina si uno tiene las habilidades para enfrentar a tal acontecimiento (autoeficacia percibida). En esta valoración, la persona se preguntaría si sus capacidades y recursos de enfrentamiento serán o no suficientes.

También, se considera el Modelo Sistémico Cognoscitivista, explicado por Arturo Barraza, define el conflicto

interno académico como un proceso psicológico de múltiples dimensiones, en el que las demandas se perciben como estresores (input) provocan desbalance sistemático que se expresa a través de signos conductuales, fisiológicos, cognitivos y emocionales. Después, se activan estrategias de afrontamiento (output) con la finalidad de restablecer dicho equilibrio (Barraza, 2006; Guzmán, Macías & Macías, 2022). Esta perspectiva, basada en la Teoría General de Sistemas y la visión transaccional del estrés, considera el conflicto interno no solo como una causa de desasosiego, sino también como un fenómeno adaptativo que tiene el potencial de fomentar la adquisición de mecanismos más eficaces para regularse a uno mismo.

Por último, La Perceptual Control Theory (Teoría del Control Perceptual), que fue desarrollada por Powers y ampliada por Mansell, sostiene que los conflictos internos se producen cuando las personas afrontan objetivos incompatibles que impiden mantener el control sobre sus percepciones (Mansell, Carey, & Tai, 2015; Mansell, 2021). Desde esta perspectiva, el comportamiento

no se entiende como una respuesta a estímulos externos, sino como un proceso de autorregulación que tiene como objetivo reducir la brecha entre aquello que el ser humano percibe y aquello que desea percibir. Este modelo posibilita comprender, en el contexto académico, la manera en la que un estudiante podría sostener la incomodidad que le resulta conseguir ciertos logros. En este sentido, la PCT proporciona una perspectiva dinámica y procesal del conflicto interno, destacando que este perfil no busca satisfacción de fuentes externas, sino por la dificultad de conciliar objetivos personales internos.

En síntesis, a pesar que los modelos psicológicos describen de manera diferente el conflicto interno dentro del ámbito académico, destacan la interrelación entre las exigencias, los recursos y los procesos de autorregulación. El Modelo Transaccional, destaca la evaluación cognitiva que realiza el estudiante al comparar las exigencias con sus recursos cuando estas se perciben superiores a sus habilidades; el Modelo Sistemático Cognoscitivista, lo considera un proceso abierto con múltiples dimensiones en el que los

estresores generan un desequilibrio interno, el cual se manifiesta por medio de síntomas variados.

De estilos interpersonales a estilos intrapersonales

En la historia de la humanidad, los conflictos sociales se presentan como algo que ocurre de manera constante, creando indescriptibles transformaciones en beneficio del hombre, pero en otras ocasiones, trascendiéndose así mismo en caos y desorden. La habilidad para adaptarse a las transformaciones y a la diversidad predominante en la sociedad, requiere una competencia que antes no se habría tenido en cuenta.

Las variables personales de tipo emocional y la toma de conciencia plena mantienen una alta relación y subyacen en un afrontamiento adecuado de los conflictos por lo que contribuyen al bienestar personal y social (Rodríguez & Luján, 2021). Esto permite reflexionar que los que conformen un grupo reflexionen sobre la relevancia de conocer diferentes maneras de resolver conflictos. Así, en su intervención como mediadora o negociadora faciliten a los demás involucrados a solucionar cualquier conflicto



satisfactoriamente y alcancen un acuerdo, además se toma conciencia de su propia transformación personal.

En concreto, la inteligencia emocional con la que se manejen los conflictos hará comprender la inteligencia interpersonal (relaciones con otros) y la intrapersonal (autoconocimiento y gestión interna). La práctica del autoconocimiento potencia la atención plena, lo que mejora la regulación de las emociones y permite afrontar conflictos intra e interpersonales.

Autorregulación del aprendizaje

La autorregulación a través del tiempo, se vuelve en un aprendizaje cíclico, porque el sujeto modifica sus acciones y decisiones para mejorar paulatinamente su habilidad y rendimiento (Duarte et al., 2024). Las estrategias de aprendizaje, en particular, las metacognitivas, son esenciales para la autorregulación. Facilitan el empleo de otras estrategias con el fin de hacer cosas conscientes las limitaciones y habilidades de los individuos para lograr sus metas educativas. Se concibe principalmente como un proceso activo y personal en el que la persona organiza, supervisa y

analiza de modo cíclico sus propios actos con el fin de aumentar gradualmente su rendimiento y habilidades. Así, la autorregulación del aprendizaje se convierte en un factor protección contra el malestar psicológico y en una herramienta esencial para hacer frente a los conflictos internos en el entorno universitario.

Estrés académico

El estrés académico es a causa de las exigencias en aumento a las problemáticas que se someten los estudiantes durante su formación, es muy creciente y cada vez más importante, surge como resultado de la interacción entre múltiples dimensiones: cognitivas, emocionales, sociales y contextuales, que afectan significativamente la salud mental y el desempeño de los estudiantes universitarios (Peñarrieta et al. 2025).

Desde este punto de vista, el estrés puede ser visto como la consecuencia de un conflicto entre el yo ideal, que busca obtener éxitos, cumplir con las expectativas familiares y sociales y lograr metas, el yo real, que es consciente de sus limitaciones en términos de energía,

tiempo y capacidades. Esto provoca un aumento en los sentimientos de autoexigencia, frustración y ansiedad.

No solo se trata de entender que es una respuesta externa a las circunstancias del sistema educativo, sino que es un fenómeno estrechamente vinculado con el conflicto interno, en el que se entrecruzan recursos de afrontamiento, expectativas individuales y demandas contextuales.

Perfiles de afrontamiento del conflicto interno

Los perfiles de afrontamiento del conflicto interno en el ámbito académico indican que los alumnos no en diversas ocasiones no emplean técnicas, muchas veces por desconocimiento, otras por simplemente no manejarlas de manera independiente, prefieren establecer patrones complejos que afectan su rendimiento y su bienestar psicológico.

Según González et al (2025), los universitarios podrían clasificar los perfiles de afrontamiento según cuatro indicadores: afrontamiento centrado en el problema adecuado, afrontamiento centrado en la

emoción, manejo inadecuado centrado en la emoción y manejo inadecuado centrado en el problema. Se enfatiza que los perfiles están vinculados con un equilibrio emocional y una satisfacción académica más alta; por otro lado, los perfiles inadecuados elevan la vulnerabilidad del estrés.

Asimismo, estos perfiles no siguen un proceso lineal, pero si se ajustan a cambios dependiendo de la intensidad de la demanda y de los recursos que existen para autorregularse. La relevancia de los contornos mixtos incide mucho en cómo los alumnos alternan estrategias adaptativas y desadaptativas dependiendo del contexto en el que se encuentre. Esto muestra la complejidad que tiene la experiencia universitaria en situaciones de presión académica y el estrés que generan estás al momento de demostrar elecciones ante los problemas comunes predispuestos.

El conflicto interno en conjunto con lo descrito con anterioridad permite evaluar un análisis individual de estrategias para comprender cómo se integran estos patrones y anticipar ciertos comportamientos o



decisiones bajo presión académica ante el rendimiento y bienestar psicológico.

seleccionados por acceso y disponibilidad del curso.

2. Metodología

El estudio llevado a cabo en la investigación fue cuantitativo, observacional y analítico, con validación psicométrica de instrumento y análisis de perfiles. El diseño fue transversal para la fase de perfilamiento de estilos de afrontamiento y análisis de su asociación con la autorregulación y el estrés académico. Se aplicó el Test de Conflictos de Thomas-Kilmann para identificar los estilos de manejo de conflictos (competencia, colaboración, compromiso, evasión y acomodación) en contextos académicos y cómo se relacionan con los conflictos internos que experimentan los alumnos.

La investigación se desarrolló con estudiantes del nivel superior de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí extensión Pedernales, la población fue de 1190 estudiantes y se seleccionó una muestra no probabilística por conveniencia de 204 participantes en el estudio

3. Resultados y discusión

Al aplicar el test dentro del ámbito educativo dentro de una universidad para identificar los estilos de manejo de conflictos en diferentes contextos. Los estudiantes suelen enfrentarse a una variedad de conflictos tanto internos como interpersonales en un entorno universitario. Es por eso que se busca analizar como los estilos de competencia, colaboración, compromiso, evasión y acomodación se relacionan con los conflictos internos que experimentan los alumnos.

Tabla 1. Modo dominante por persona

Modo	n	%
Colaborador	92	45%
Competitivo	56	27%
Compromiso	28	14%
Evitativo	16	8%
Acomodativo	12	6%
Total	204	100%

Fuente: Elaboración Propia

Dentro de los resultados se puede evidenciar que están mucho más arraigados un estilo de compromiso, donde se podría definir que se maneja una población estudiantil con un concepto de “para ganar yo, ha de ganar también el otro”, la persona

busca colaborar para lograr una solución que satisfaga a ambas partes, esto implica profundizar en el conflicto hasta identificar los intereses y alternativas que les satisfagan a ambas partes, demostrando que tienen un alto nivel de cooperación.

También se identifica que tienen una alta tendencia a irse por el estilo de acomodación, que se relata como aparente generosidad desinteresada, son personas que obedecen ordenes aun cuando

desearían no hacerlo, la persona tiende a ceder ante los demás, olvidando sus propios intereses. Los estudiantes que adoptan este estilo a menudo experimentan una sensación de sacrificio personal, lo que genera una tensión interna entre su deseo de agradar a los demás y su necesidad de cuidar su propio bienestar académico y emocional (Sánchez & López, 2019). El curso se puede tornar hacia una personalidad altruista que obedece las ordenes de otra persona aun así cuando no desea hacerlo.

Tabla 2. Distribución de perfiles (K=4)

Perfil	n	%
Colaborador / Evitativo	84	41%
Compromiso / Competitivo	16	8%
Competitivo / Compromiso	56	27%
Acomodativo / Colaborador	48	24%
Total	204	100%

Fuente: Elaboración Propia

Muy cerca de este estilo, también encontramos que se identifican con las características del estilo competidor, esto quiere decir que, al estar dentro de un reto, defenderán sus propios derechos, alineándose a sus creencias y decisiones, con el objetivo de siempre ganar. Un estudiante que emplea este estilo podría encontrarse en un conflicto interno entre la ambición de obtener

las mejores calificaciones y los efectos que esto podría tener en su bienestar emocional y sus relaciones con otros estudiantes. Un estudio reciente de Pérez y González (2022) interpretó que los alumnos que tienen altas expectativas de éxito académico con frecuencia experimentan niveles más altos de estrés debido a la presión interna de superar a sus compañeros, lo que



puede causar ansiedad y fatiga mental.

El estilo de evasión se va tornando como uno de los últimos estilos por el cual se caracterizan, un mínimo

porcentaje prefiere desentenderse del conflicto, se desinhiben del asunto o simplemente lo aplazan para no caer en una situación amenazadora.

Tabla 3. Centroides de perfiles (proporciones %)

Perfil	Competitivo %	Colaborador %	Compromiso %	Evitativo %	Acomodativo %
Perfil 0: Colaborador / Evitativo	14.9	26.1	20.3	23.1	15.6
Perfil 1: Compromiso / Competitivo	25.8	21.7	34.2	16.7	1.7
Perfil 2: Competitivo / Compromiso	27.9	16.5	21.2	21	13.4
Perfil 3: Acomodativo / Colaborador	18.9	25	17	13.1	25.9

Fuente: Elaboración Propia

Por último, se denota que, de la población seleccionada, son pocos los que tienen sentido de pertenencia con el estilo colaborador, lo que se traduce a que estos individuos tratan de resolver la situación contando con las alternativas satisfactorias para todas las partes. Como resultado, la tensión entre el logro personal y el apoyo a otros puede generar un conflicto interno significativo. Esto es particularmente cierto en las situaciones de trabajo en equipo, donde los roles y las contribuciones individuales a menudo se consideran

de manera diferente (Martínez & Ruiz, 2023).

4. Conclusiones

En conclusión, se podría definir que la población estudiantil se identifica con algún estilo planteado por el Test de Conflictos de Thomas-Kilmann y los experimentan a diario, sin embargo, para la interacción dentro de un salón de clases necesitarían unirse a estilo de colaboración, para evitar los problemas que pueden existir, mejorarían sus emociones, relaciones interpersonales y desempeño académico. Asimismo,

la incorporación de programas de apoyo psicológico en las universidades podría mejorar el bienestar general de los estudiantes y sus habilidades de resolución de conflictos al ayudarlos a reconocer y resolver conflictos internos de manera más efectiva.

Este estudio propone y valida una tipología de estilos de afrontamiento del conflicto interno en contexto educativo y evidencia su relevancia funcional: los perfiles que privilegian la integración y el compromiso se asocian con mejor autorregulación y menor estrés, mientras que los patrones evitativo–acomodaticios muestran el perfil de mayor riesgo. Estos hallazgos apoyan el desarrollo de cribados breves y micro-intervenciones escalables en aula que ayuden a los estudiantes a integrar metas en conflicto y gestionar la disonancia. Se recomienda avanzar hacia diseños longitudinales/experimentales e incorporar medidas de dinámica diaria para afinar los mecanismos y maximizar el impacto psicoeducativo.

Bibliografía

- Barraza Macías, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110–129. Universidad Nacional Autónoma de México. <https://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/19028>
- Duarte, J., Angulo, K., Salas, R., & Herrera, A. (2024). Estrategias de autorregulación del aprendizaje: Una revisión sistemática. *Estudios Pedagógicos L*, (50)1, 377–392. DOI: 10.4067/S0718-07052024000100377
- González, D., Dorado, A., & Gálvez, J. (2025). Perfiles de estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios en relación con variables personales y académicas. *Educación XX1*, 28(1), 103–130. <https://doi.org/10.5944/educxx1.39618>
- Guzmán, A., Macías, S., & Macías, F. (2022). El inventario SISCO del estrés académico: revisión de sus componentes sistémico-procesuales. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 24(2), 1–17. <https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718->



- 48082022000200197&script=sci_arttext
- Harmon-Jones, E., & Mills, J. (Eds.). (2019). *Cognitive dissonance: Reexamining a pivotal theory in psychology* (2nd ed.). American Psychological Association.
<https://doi.org/10.1037/0000135-000>
- Johnson, K., & Lang, P. (2023). Estilos de autoafirmación y gestión de conflictos: Nuevas perspectivas. *Revista Internacional de Gestión de Conflictos*.
<https://doi.org/10.1108/IJCMA-2022-0047>
- Mansell, W. (2021). The perceptual control model of psychopathology: Loss of control and goal conflict in psychological distress. *Current Opinion in Psychology*, 41, 40–44.
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.02.001>
- Mansell, W., Carey, T. A., & Tai, S. J. (2015). *A transdiagnostic approach to CBT using method of levels therapy: Distinctive features*. Routledge.
- Martín Rodríguez, R. D., & Luján Henríquez, I. (2021). Mindfulness e inteligencia emocional en el afrontamiento de conflictos intrapersonales e interpersonales. *INFAD*
- Revista de Psicología*, 1(1), 17-26. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2021.n1.v1.2003>
- Martínez, R., & Ruiz, J. (2023). Conflictos internos y estilos de manejo de conflictos en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología Aplicada*, 35(2), 150-169.
<https://doi.org/10.1016/j.rpsic.2023.0017>
- Morrison, J., & Kanfer, R. (2022). *Internal conflicts and goal pursuit: Insights from self-regulation theory*. Springer.
- Peñarrieta, L., Pineda, S., Quintanilla, M., & Rodríguez, L. (2025). Estrés académico como factor de riesgo en la salud mental de estudiantes de Derecho en zonas altoandinas. Universidad Nacional del Altiplano.
<https://doi.org/10.31637/epsir-2025-1445>
- Pérez, F., & González, M. (2022). Estrés académico y el uso de estilos competitivos de resolución de conflictos. *Psicología y Educación*.
<https://doi.org/10.1016/j.psedu.2022.101056>
- Rodríguez, A., Zúñiga, P., Contreras, K., Gana, S., & Fortunato, J. (2019). Revisión teórica de las estrategias de afrontamiento (coping) según el Modelo Transaccional de Estrés y Afrontamiento de Lazarus &



- Folkman en pacientes quirúrgicos bariátricos, lumbares y plásticos. *Revista el dolor*, 66(1), 3.
- Sánchez, L., & López, A. (2019). Acomodación en la resolución de conflictos y su relación con el bienestar académico en estudiantes universitarios. *Anuario de Psicología*, 49(2), 203-219.
<https://doi.org/10.1016/j.anpsi.c.2019.05.007>
- Smith, L., Kelly, R., & Donovan, M. (2021). Conflictos morales internos y salud mental: percepciones longitudinales. *Revista de Psicología Clínica*.
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.102010>
- Tjosvold, D. (2008). La organización positiva para el conflicto: Depende de nosotros. *Revista de Comportamiento Organizacional*.
- Trujillo González, E., Ceballos Vacas, E. M., Trujillo González, M. del C., & Moral Lorenzo, C. (2020). El papel de las emociones en el aula de educación Infantil. *Profesorado, Revista De Currículum Y Formación Del Profesorado*, 24(1), 226–244.
<https://doi.org/10.30827/profesorado.v24i1.8675>
- Vizcaino, Annia, Céspedes, Hanny Teresa, Matos, Ariadna a, Sáez, Fabiola, Olena, José. (2024). Self-regulated learning, performance and academic stress in university students. *Revista Médica Electrónica*. de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242024000100116&lng=es&tlng=en