



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

TESIS

**ESTRÉS ACADÉMICO Y HABILIDADES SOCIALES EN  
ESTUDIANTES DEL INSTITUTO DE EDUCACIÓN  
SUPERIOR TECNOLÓGICO PÚBLICO MANUEL NÚÑEZ  
BUTRON, JULIACA 2022**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN  
CALIDAD DE VIDA, RESILIENCIA Y BIENESTAR  
PSICOLÓGICO

PRESENTADO POR  
LEYDI LUISA BORDA ZAPANA  
GABY REYNA YANA CAYRA

TESIS DESARROLLADA PARA OPTAR EL TÍTULO  
PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

DOCENTE ASESOR  
MG. RACHELL KATIUSCA SANZ LOZANO  
CÓDIGO ORCID: 0000-0003-1883-1788

CHINCHA, 2023

## CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE INVESTIGACIÓN

Chincha, 25 de mayo 2023

Dra. JUANA MARIA MARCOS ROMERO

DECANA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Presente. –

De mi especial consideración:

Sirva la presente para saludarlo e informar que las estudiantes Gaby Reyna Yana Cayra, con DNI N° 77471269 y la bachiller Leydi Luisa Borda Zapana, con DNI N°75594191 de la Facultad de Ciencias de la Salud del programa Académico de Psicología, ha cumplido con elaborar su:

PROYECTO DE TESIS

TESIS

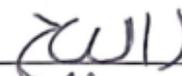
Titulada:

Estrés académico y habilidades sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022.

Por lo tanto, queda expedito para continuar con el desarrollo de la Investigación. Estoy remitiendo, juntamente con la presente, los anillados de la investigación, con mi firma en señal de conformidad.

Agradezco por anticipado la atención a la presente, aprovecho la ocasión para expresar los sentimientos de mi especial consideración y deferencia personal.

Cordialmente,



Mg. Rachell Katusca Sanz Lozano

CODIGO ORCID: 0000-0003-1883-1788

## DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

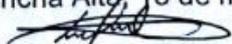
Yo, Gaby Reyna Yana Cayra identificada con DNI N°77471269, y Leydi Luisa Borda Zapana identificada con DNI N°75594191, en mi condición de estudiante del programa de estudios de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada: "Estrés académico y habilidades sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022", declaro bajo juramento que:

- a. La investigación realizada es de mi autoría
- b. La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación, por lo que, no se ha cometido plagio, ni auto-plagio en su elaboración.
- c. La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referenciación de las fuentes de información consultadas.
- d. Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- e. Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos, son reales, por lo que, el (la) investigador(a), no han incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- f. La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad

Autorizo a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagio, autoplagio, falsedad de información o adulteración de estos, se proceda según lo indicado por la normatividad vigente de la universidad, asumiendo las consecuencias o sanciones que se deriven de alguna de estas malas conductas.

  
Gaby Reyna Yana Cayra  
DNI N°77471269



Chincha Alta, 13 de mayo de 2023  
  
Leydi Luisa Borda Zapana  
DNI N°75594191



## **DEDICATORIA**

A nuestros padres quienes nos brindan su apoyo, amor, paciencia y esfuerzo que permite llegar a cumplir nuestras metas.

A cada uno de nuestros colegas que estuvieron presente en cada momento importante de nuestra vida.

Leydi y Gaby

## **AGRADECIMIENTOS**

Nuestro agradecimiento primeramente a Dios, por permitirnos lograr este gran sacrificio y guiar nuestros pasos.

Por otro lado, a nuestra asesora la Mg. Rachell Katusca Sanz Lozano por su asesoría en el desarrollo de la investigación y a las autoridades de la Universidad Autónoma de Ica por su desempeño profesional y solidaridad en nuestra formación.

A todos los profesionales que tuvimos a lo largo de nuestra carrera que permitieron que lleguemos hasta este punto donde podremos contribuir con la sociedad.

A la Dirección del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público, por su apoyo constante en nuestra tesis, así como a los estudiantes por participar de nuestro estudio como muestra.

Leydi y Gaby

## Índice general

Portada .....	i
CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE INVESTIGACIÓN .....	ii
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACIÓN.....	¡Error!
Marcador no definido.	
DEDICATORIA .....	iii
AGRADECIMIENTOS .....	v
Índice general.....	vi
Índice de tablas .....	ix
Índice de figuras .....	xi
RESUMEN .....	xiii
ABSTRACT .....	xiv
I. INTRODUCCIÓN .....	1
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	3
2.1. Descripción del problema .....	3
2.2. Pregunta de investigación general.....	5
2.3. Preguntas de investigación específicas.....	6
2.4. Objetivo general.....	6
2.5. Objetivos específicos.....	6
2.6. Justificación e importancia.....	7
2.7. Alcances y Limitaciones .....	8

<b>III. MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>9</b>
3. 1. Antecedentes.....	9
3. 2. Bases teóricas .....	11
3.3. Marco conceptual .....	17
<b>IV. MARCO METODOLÓGICO.....</b>	<b>19</b>
4.1. Tipo y Nivel de investigación .....	19
4.2. Diseño de la Investigación.....	19
4.3. Hipótesis general y específicas .....	20
4.4. Identificación de las Variables .....	20
4.5. Matriz de operacionalización de variables .....	22
4.6. Población y muestra .....	24
4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de información .....	25
4.8. Técnicas de análisis y procesamiento de datos .....	27
<b>V. RESULTADOS.....</b>	<b>28</b>
5.1. Presentación de resultados .....	28
5.2. Interpretación de Resultados .....	38
<b>VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS .....</b>	<b>42</b>
6.1. Análisis inferencial (*) .....	42
<b>VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....</b>	<b>49</b>
7.1. Comparación resultados.....	49
<b>CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....</b>	<b>52</b>

<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	54
<b>ANEXOS</b> .....	65
Anexo 1. Matriz de consistencia .....	65
Anexo 2. Instrumento de recolección de información .....	67
Anexo 3. Base de datos.....	74
Anexo 4. Ficha de validación de instrumento .....	83
Anexo 5. Informe de turnitin al 28% de similitud .....	90
Anexo 6. Evidencia fotográfica .....	91

## Índice de tablas

Tabla 1. Operacionalización de estrés académico.....	22
Tabla 2. Operacionalización de habilidades sociales.....	23
Tabla 3. Población de estudiantes Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón .....	24
Tabla 4. Variable estrés académico.....	28
Tabla 5. Dimensión estresores .....	29
Tabla 6. Dimensión síntomas.....	30
Tabla 7. Dimensión estrategias de afrontamiento.....	31
Tabla 8. Variable habilidades sociales.....	32
Tabla 9. Dimensión autoexpresión de las situaciones sociales .....	33
Tabla 10. Dimensión defensa de los propios derechos como consumidor .....	34
Tabla 11. Dimensión expresión de enfado o desconformidad .....	35
Tabla 12. Dimensión decir no y cortar interacciones .....	36
Tabla 13. Dimensión hacer peticiones.....	37
Tabla 14. Dimensión iniciar interacciones con el sexo opuesto .....	38
Tabla 15. Prueba de ajuste a distribución normal para las variables y dimensiones.....	43
Tabla 16. Correlación Rho de Spearman estrés académico y habilidades sociales.....	44
Tabla 17. Correlación Rho de Spearman estrés académico y estresores	46

Tabla 18. Correlación Rho de Spearman estrés académico y síntomas....47

Tabla 19. Correlación Rho de Spearman estrés académico y autoexpresión  
de las relaciones sociales ..... 49

## Índice de figuras

Figura 1. Variable estrés académico.....	28
Figura 2. Dimensión estresores .....	29
Figura 3. Dimensión síntomas .....	30
Figura 4. Dimensión estrategias .....	31
Figura 5. Variable habilidades sociales.....	32
Figura 6. Dimensión autoexpresión de las situaciones sociales .....	33
Figura 7. Dimensión defensa de los propios derechos como consumidor	34
Figura 8. <i>Dimensión</i> expresión de enfado o desconformidad .....	35
Figura 9. Dimensión decir no y cortar interacciones .....	36
Figura 10. Dimensión hacer peticiones.....	37
Figura 11. Dimensión iniciar interacciones con el sexo opuesto.....	38
Figura 12. Frontis del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón .....	91
Figura 13. Instrucciones para responder el instrumento en las aulas del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón .....	91
Figura 14. Respondiendo a las interrogantes de los estudiantes en las aulas del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón .....	92
Figura 15. Acompañamiento del docente en la aplicación de los instrumentos .....	92
Figura 16. Aplicación de los instrumentos de recolección de información a los estudiantes de II semestre .....	93

Figura 17. Aplicación de los instrumentos de recolección de información a los estudiantes de III semestre .....	93
Figura 18. Aplicación de los instrumentos de recolección de información a los estudiantes de IV semestre .....	94
Figura 19. Aplicación de los instrumentos de recolección de información a los estudiantes de VI semestre .....	94

## RESUMEN

**Objetivo:** Determinar la relación que existe entre estrés académico y habilidades sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022

**Metodología:** La presente investigación es de tipo básica, con un diseño de investigación descriptivo-correlacional, de enfoque cuantitativo. La técnica de recolección de datos empleada fue la encuesta y en donde se aplicaron los siguientes cuestionarios; escala de Likert para acompañamiento estrés académico y habilidades sociales, instrumentos fueron validados para la realidad contextual.

**Participantes:** La muestra total del estudio se conformó por 200 estudiantes de 2°, 3°, 4° y 6° semestre del Instituto Superior Tecnológico Público, usando el muestreo probabilístico aleatorio simple, y tomando todos los criterios correspondientes para su selección.

**Resultados:** La percepción de los estudiantes en relación al estrés académico y habilidades sociales obtuvo como resultados un p valor de ,003; así también una correlación de Rho Spearman igual a -,267 lo cual indica una correlación negativa baja.

**Conclusión:** Se obtuvo como conclusión que existe relación significativa entre la relación del estrés académico y las habilidades sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público, Juliaca 2022; teniendo como resultado.

**Palabras clave:** estrés académico, habilidades sociales, estudiantes, semestre, educación.

## ABSTRACT

**Objective:** To determine the relationship between academic stress and social skills in students of the Institute of Public Technological Higher Education, Juliaca 2022.

**Methodology:** This research is of a basic type, with a descriptive-correlational research design, with a quantitative approach. The data collection technique used was the survey and where the following questionnaires were applied; Likert scale for accompanying academic stress and social skills, instruments were validated for contextual reality.

**Participants:** The total sample of the study was made up of 200 students from the 2nd, 3rd, 4th and 6th semester of the Public Higher Technological Institute, using simple random probabilistic sampling, and taking all the corresponding criteria for their selection.

**Results:** The perception of the students in relation to academic stress and social skills obtained a p value of .003 as results; as well as a Rho Spearman correlation equal to  $-.267$ , which indicates a low negative correlation.

**Conclusion:** It was obtained as a conclusion that there is a significant relationship between the relationship of academic stress and social skills in students of the Institute of Public Technological Higher Education, Juliaca 2022; resulting.

**Keywords:** academic stress, social skills, students, semester, education

## I. INTRODUCCIÓN

Dentro del mundo académico, el estrés es un problema latente que ha generado múltiples complicaciones en diversos aspectos de la vida diaria. Dentro de los más resaltantes se tienen las dificultades sociales que se presentan; la pandemia por la Covid-19 que causó que se tengan medidas sanitarias restrictivas, lo que complicó y aumentó en incidencia los niveles de estrés en las personas, asimismo las restricciones por medidas sanitarias como el aislamiento han afectado, modificado y alterado las relaciones sociales en muchas personas, lo cual genera complicaciones en el desenvolvimiento de las habilidades sociales, dentro del grupo más afectado se encuentran los jóvenes en edad educativa.

Acasiete y Marcatoma (2021) señalan que el estrés académico son los intentos de una persona por adaptarse a la presión interna o externa provocando respuestas fisiológicas, psicológicas y conductuales. En este sentido, es posible afirmar que el estrés es la respuesta de un organismo a las circunstancias preocupantes, a un exceso de circunstancias estresantes desfavorables y a las enfermedades.

Por otro lado Álvarez, (2020) menciona que las habilidades sociales son un conjunto de comportamientos variados que puede mostrar una persona o individuo en diversos contextos. En una situación determinada, estos comportamientos expresan sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o razones en distintos grados, según el nivel de comprensión que tenga cada persona.

Por consiguiente, el estudio está estructurado de la siguiente forma:

I. **Introducción:** Donde se propone el prólogo y lo referente al estudio.

Planteamiento del problema,

II. **Planteamiento del problema:** En este capítulo se expone la situación problemática, se identifican y formulan las interrogantes del

problema, los objetivos general y específicos, se presenta la justificación, alcances y limitaciones de la investigación.

- III. **Marco teórico:** Comprende todos los antecedentes nacionales e internacionales, se presentan las bases teóricas de cada una de las variables de estudio, así como también el marco conceptual
- IV. **Metodología:** Se muestran el tipo y nivel de la investigación, diseño, formulación de la hipótesis general y específicas, identificación de variables, matriz de operacionalización de variables, población y muestra, las técnicas e instrumentos de recolección de información y las técnicas de análisis y procesamiento de datos.
- V. **Resultados:** Se presentan los datos obtenidos mediante los instrumentos utilizando el SPSS. Versión 21 y presentando los resultados de forma descriptiva e inferencial
- VI. **Análisis de los resultados:** Se describe la prueba de normalidad y los resultados de acuerdo a las hipótesis de la investigación
- VII. **Discusión de resultados:** En este capítulo final se muestra la discusión de los resultados, contrastados con los antecedentes citados, el marco teórico para mayor certeza y los anexos.

Finalmente, se enumeran las referencias bibliográficas, conclusiones y recomendaciones de acuerdo a las normas APA y los reglamentos establecidos por la Universidad Autónoma de Ica.

## **II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **2.1. Descripción del problema**

El estrés es un problema que afecta a la población mundial en un 50%. Lo cual se debe a la reacción de adaptación de los organismos frente a las demandas del entorno lo que provoca manifestaciones cognitivas, emocionales y conductuales que repercuten en la salud (Mundial de la Salud (OMS), 2018).

En este orden de ideas, las habilidades sociales dan a la persona las facilidades de poder adaptarse de forma apropiada frente a las diversas situaciones de vida que resultan estresantes y generando medios de defensa que les permitan afrontar estas exigencias, es decir, las habilidades sociales constituyen una capacidad social en la vida del individuo (Villareal, 2016).

El Ministerio de Salud (MINSA) (2017) señala que la ausencia de elementos básicos en las habilidades sociales como: asertividad, comunicación, autoestima y toma de decisiones, pueden impulsar a la población de jóvenes a manifestar conductas riesgosas que van desde el consumo de bebidas etílicas, embarazos precoces, uso excesivo de redes sociales, entre otros. Entre las investigaciones realizadas, señalan que el 52.7% de adolescentes tienen un nivel bajo en sus habilidades sociales, 44% de ellos, presentan un nivel promedio y un 40.7% un funcionamiento bajo y por último, un 41.8% están en un nivel de habilidades sociales bajo.

Las habilidades sociales son un conglomerado de respuestas verbales y no verbales que se aprenden y emiten de un individuo en un contexto interpersonal en el que puede expresar: sentimientos, actitudes, deseos y opiniones personales o ejerciendo sus derechos en forma pertinente y adecuado a determinadas situaciones, respetando a los terceros, hecho que por lo general resuelve problemas inmediatos y minimiza futuros problemas (Alvarado, 2018).

Las habilidades sociales son adquiridas, sostenidas o modificadas a través de un proceso de refuerzos positivos, a causa de las consecuencias sociales en la misma conducta, en ese proceso de aprendizaje desempeñan un papel primordial los factores intrínsecos (procesos cognitivos y emocionales) y los extrínsecos (consecuencias de la conducta, el ambiente cultural en general) y primordialmente la interrelación entre ambos (Huertas, 2017).

De acuerdo a Mendoza et al. (2010, citado en Pacheco Castillo, 2017) son los jóvenes los más vulnerables a contraer estrés en un 80% de enfermedades como ansiedad, alteraciones del sueño, entre otras. Lo cual ocurre en mayor porcentaje en estudiantes universitarios que padecen del conocido estrés académico.

Tal y como lo señala Caldera, et al., (2007):

Es de vital importancia la creación y diseños de programas en habilidades sociales a fin de poder minimizar posibles dificultades que puedan surgir al presentarse indicadores de estrés dentro del entorno académico. Así, como se deben tener en cuentas de manera propicia y oportuna las necesidades de los jóvenes estudiantes, ya que en sus respuestas y el resultado de altos niveles de estrés que pueden ocasionar problemas como depresión, ataques de ansiedad, estar irritables, baja autoestima, insomnio, falta de aire, subida de presión en el mayor de los casos, entre otros. (p. 78)

En distintas instituciones de educación superior en Latinoamérica la prevalencia del estrés académico es alta. Tal es el caso de Chile con el 91% y en Perú un 77.4% (Bedoya, et al., 2012).

En Latinoamérica, las diversas investigaciones relacionadas al estrés académico en jóvenes universitarios, señalan que han alcanzado una categoría moderada con un 67% de la población de estudiantes a causa de diversos factores estresantes como la sobre carga de trabajos,

carencia de tiempo, exámenes, entre otros, que pueden desencadenar en estrés académico (Román et al., 2008).

En un estudio realizado en Perú, con una muestra de 1203 personas de diversas provincias de las cuales el 36,9% señaló que han sufrido estrés académico de forma habitual en los últimos años, resultando más vulnerable la población joven en edades de 18 a 29 años, prevaleciendo el género femenino (Instituto de Opinión Pública, 2018).

En la Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón de Juliaca, sus estudiantes de 1° a 6° semestre vienen presentando cuadros de estrés académicos al momento de pasar de ciclo, presentar trabajos y realizar exámenes finales y aunado a ello, se les complica el desarrollo pleno de sus habilidades sociales al momento de enfrentar situaciones de tensión y resolución de problemas.

Pues, algunos de ellos, terminan por dejar de estudiar, frenar el semestre y tomar un descanso y en algunos casos se evidencian índices de deserción escolar por la presión a la que están constantemente sometidos a medida que se incrementan los niveles de exigencias en la carga académica.

## **2.2. Pregunta de investigación general**

¿Cuál es la relación que existe entre estrés académico y habilidades sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022?

### **2.3. Preguntas de investigación específicas**

#### **P.E.1**

¿Cuál es la relación que existe entre estrés académico y estresores en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022?

#### **P.E.2**

¿Cuál es la relación que existe entre estrés académico y síntomas en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022?

#### **P.E.3.**

¿Cuál es la relación que existe entre estrés académico y autoexpresión de las situaciones sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022?

### **2.4. Objetivo general**

Determinar la relación que existe entre estrés académico y habilidades sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022.

### **2.5. Objetivos específicos**

#### **O.E.1.**

Determinar la relación que existe entre estrés académico y estresores en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022

#### **O.E.2.**

Determinar la relación que existe entre estrés académico y síntomas en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022

### **O.E.3.**

Determinar la relación que existe entre estrés académico y autoexpresión de las situaciones sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022

## **2.6. Justificación e importancia**

**Justificación Teórica:** El estudio permitirá comprender la asociación entre estrés académico y habilidades sociales. Es por ello, que se buscará recopilar información relevante de diversos autores y revisiones teóricas y bibliográficas de las variables de estudio, así como ampliar el conocimiento teórico de futuros investigadores.

**Justificación Práctica:** Mediante la comprensión de sus resultados, permitirá a la institución poder gestionar campañas de capacitación que les permita conocer y comprender el estrés académico como también las habilidades sociales que presentan sus estudiantes.

**Justificación Metodológica:** Para comprender el estrés académico y las habilidades sociales se implementaran los criterios de la investigación científica. Revisando la literatura de ambas variables de estudio. Documentando el desarrollo metodológico del estudio y analizando los resultados a fin de comprender su expresión.

### **Importancia**

La importancia se fundamenta en que permite conocer el estrés académico en los estudiantes asociado a sus habilidades sociales. En consecuencia, se encuentra en una etapa de la vida en la que el estudiante debe afrontar mayores responsabilidades. Por otro lado, brindará información útil con los resultados obtenidos de las variables estrés académico y habilidades sociales a fin de promover la salud mental óptima y prevenir situaciones estresantes.

## **2.7. Alcances y Limitaciones**

**Alcance espacial o geográfico:** Se ubica en la Provincia de Juliaca, Departamento Puno.

**Alcance temporal:** La investigación se ha realizado en el año 2022-2023.

**Alcance social:** El Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, se encuentra ubicado en la Avenida Hipólito Unanue 310, Juliaca 2110.

### **Limitaciones**

Se puede señalar la resistencia a desarrollar los cuestionarios por parte de algunos padres de familia; debido a que no tienen concluido sus estudios secundarios y por tener una pésima caligrafía.

### **III. MARCO TEÓRICO**

#### **3. 1. Antecedentes**

##### **Antecedentes internacionales**

Delabrida et al. (2018) buscó evaluar las habilidades sociales de estudiantes universitarios como el estrés académico y la percepción del rendimiento académico de los estudiantes universitarios de instituciones colectivas del estado Sergipe. Para la recolección de datos se empleó el Inventario de Habilidades Sociales (IHS) y Escala de Estrés Percibido (EEP). Obteniendo como conclusión que las habilidades sociales influyen significativamente en el desempeño académico con un nivel de estrés, siendo el estrés académico un indicador negativo en las habilidades sociales.

Amaya Bonilla, (2018) se buscó como propósito identificar la relación entre las habilidades sociales y el estrés académico. Se empleó en el estudio la técnica y método científico del inventario de SISCO. Observando que al mejorar los mecanismos de las emociones ante un momento estresante los estudiantes al examinar sus emociones, facilitan el control y superan los momentos estresantes.

Castro Cabrera, (2023) buscó analizar las características de la inteligencia emocional y su influencia en la construcción y desarrollo de las habilidades sociales de niños y niñas en entornos escolares, mediante la implementación de distintos estudios de carácter científico en revistas indexadas. Como conclusión, señala que la inteligencia emocional afecta la conducta e influye positivamente en la ejecución de las habilidades sociales y con ello se mejora la salud mental en los niños.

Serrano Rojas, (2020) buscó establecer la relación entre resiliencia y el estrés académico en los alumnos de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, Pusuquí. Se aplicó en el estudio la escala de resiliencia de Wagnild y Young y el inventario SISCO del estrés académico. Sus resultados descriptivos de la variable estrés académico señalan que el estrés académico moderado se manifestó en el 88% de alumnos.

Ríos Mantilla, (2022) buscó indicar cuál es el nivel de habilidades sociales que manejan los estudiantes de bajo rendimiento académico que pertenecen al décimo año, mediante la implementación del método de estudio cuantitativo, obteniendo como resultados para la variable habilidades sociales que el 60% de la población tiene nivel bueno en el manejo de habilidades sociales y el 40% nivel normal, el sexo masculino tiene mejor manejo de habilidades sociales. Concluyendo que a pesar de que los estudiantes están próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos, no presentan dificultades en el ámbito social.

### **Antecedentes nacionales**

Torres Ortiz, (2022) buscó relacionar los niveles de estrés y habilidades sociales en adolescentes. Se empleó el método de estudio transversal y correlacional, sus instrumentos fueron la Escala de Habilidades Sociales de Goldstein y el Inventario de SISCO del estrés académico. Concluyendo, que no existe asociación significativa entre el estrés y las habilidades sociales.

Araujo Robles, (2022) buscó relacionar los niveles de estrés y habilidades sociales en adolescentes. Mediante un tipo de investigación transversal, con un diseño correlacional, implementando la Escala de Habilidades Sociales de Goldstein y el Inventario de SISCO del estrés académico. Concluyendo, que no existe asociación significativa entre el estrés y las habilidades sociales.

Palomino et al., (2019) buscó determinar la relación ente el estrés académico y las habilidades sociales en los docentes de la Facultad de Ciencias Administrativas de la prestigiosa Universidad Nacional del Callao del quinto ciclo y en el periodo anual del 2018. Bajo el tipo de investigación cuantitativo, correlacional. Demostrando que 40% presenta un estrés académico medio y una frecuencia de 35% en habilidades sociales.

Mercado Estévez, (2022) tuvo como propósito comprobar la relación entre el estrés académico y las habilidades sociales en educandos de la Facultad de Medicina Humana de una universidad nacional de la ciudad de Puno. Bajo un diseño descriptivo correlacional, no experimental, transversal, sus instrumentos fueron el Inventario de Estrés Académico SISCO” de Barraza y la “Lista de Chequeo de Habilidades Sociales” de Goldstein. L. Concluyendo, que el 70.6% presentan un nivel medio de estrés académico y un 80.4% tienen un nivel medio de habilidades sociales desarrolladas. Se concluyó que existe una correlación altamente significativa entre las dimensiones de estrés académico y las habilidades sociales.

Guevara Gallardo (2021) su objetivo fue determinar el nivel de estrés académico en la enseñanza remota y la relación con las habilidades sociales en alumnos del primer semestre de SENATI en Chiclayo. Bajo un diseño metodológico cuantitativo, no experimental y correlacional. Los principales resultados demostraron que la relación entre el estrés académico y las habilidades sociales tuvo un coeficiente Rho de Spearman de  $-0,626$ ; además, se determinó que 48,7% de los encuestados presentaron un nivel regular de estrés académico y, finalmente, 55,1% de los alumnos se caracterizaron por poseer un nivel regular de habilidades sociales.

### **3. 2. Bases teóricas**

#### **3.2.1. Estrés académico**

Berrio García (2012) “El estrés académico se define como una reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos académicos” (p.1).

Arribas (2013) menciona al estrés académico como aquel que se produce a través de las demandas propias del estrés académico, son aquellos factores amenazantes o retos como demandas que no están al control de la persona, esto genera una percepción subjetiva con el estrés.

Quispe (2020) el estrés académico es aquel en el que el sistema responde a las señales nerviosas y hormonales, activando las glándulas que secretan hormonas, incluida la adrenalina, lo que provoca un aumento de la frecuencia cardíaca, la presión arterial, el azúcar en la sangre y la respuesta de los órganos. Generando respuestas negativas en entorno, así afectando a sus habilidades sociales.

Berrio García y Mazo Zea (2021) el estrés académico se puede definir como la respuesta fisiológica, emocional, cognitiva y conductual a ciertos estímulos y sucesos académicos. Donde se observa a muchos estudiantes de diferente género, edad, profesión y que cada uno de ellos pueda tener una estrategia para enfrentar las situaciones que generan el estrés.

Según Mercado (2021) se define el estrés académico como aquel que resulta, por las exigencias de su entorno educativo y que como consecuencia son afectados los docentes y estudiantes. Se puede entender que el estrés tiene respuestas que amenazan a los organismos físicos y emocionales convirtiendo en reacciones negativas para su entorno interpersonal y en cómo puede afrontar las dificultades de las actividades desarrolladas en la sociedad.

### **3.2.2. Dimensiones del estrés académico**

Entre sus principales dimensiones se tienen tres factores que son los estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento que de acuerdo con Barraza (2018, p.21) se definen de la siguiente manera:

- 1. Estresores:** Son agentes donde la persona experimentan las amenazas, esto afecta a las habilidades y perjudica al rendimiento académico, ya que ellos se basan en desempeñarse eficazmente en su desarrollo profesional.

Esto sucede cuando el individuo tiene un bajo control en situaciones de amenaza lo cual genera una percepción subjetiva.

De acuerdo con (Arribas, 2013, p.6) está la podemos clasificar en tres fases:

- **Competencia:** Está relacionada con la conducta de la persona, estas podrían presentarse como reacciones negativas en los factores ambientales.
- **Trabajos académicos:** Se refiere a la presión académica tanto como los trabajos finales, exámenes y todas las actividades en el proceso académico.
- **Participaciones:** En ella se encuentran las exposiciones, participaciones en clases, debates, sustentación, estas personas que pasan por estas situaciones están un grado de estrés, ya que para estos estudiantes es muy importante la aceptación y reconocimiento de su entorno social.

**2. Síntomas:** Son reacciones que presenta el organismo y que son visibles ante el ojo humano, estas pueden ser fácilmente reconocidas por las personas que lo sufren. Estas se manifiestan con reacciones físicas, psicológicas y comportamentales.

Estas reacciones pueden ser de tres tipos. Tal y como lo señala Barraza (2018):

- **Reacciones físicas:** Estas son presentadas de diferente forma en las personas, estos son algunos síntomas que muestran las personas (migraña, fatiga, cansancio, dolor muscular, dificultad para dormir, disminución del deseo sexual, sudoración excesiva, dificultades respiratorias, mareo, náuseas).
- **Reacciones psicológicas:** Se relaciona con el nivel cognitivo y psicológico, estos son algunos síntomas que muestran las personas (miedo, tristeza, inseguridad, temor, pérdida de control, dificultad de concentración, furia excesiva, dificultad de controlar pensamientos negativos y otros).
- **Reacciones comportamentales:** Se pueden identificar visualmente en la conducta realizada, (Intranquilidad, adicciones, aislamiento, desgano, irresponsabilidad, bajo rendimiento escolar, comer en exceso, problemas de la fluidez del habla).

**3. Estrategias de afrontamiento:** Está relacionado con la reacción a su entorno. Esto significa la solución del problema, con cuanta capacidad el sujeto puede ejecutar y desarrollar sus habilidades ante una situación problemática (Castagnetta, 2016).

En el caso de afrontar las situaciones de estrés lo cual hace que recupere el equilibrio sistémico; al contrario, el sistema nos conduce a un siguiente proceso que nos dirige a otras estrategias para así poder alcanzar el éxito (Barraza, 2006). Destacando las siguientes:

- **Asertividad:** es el comportamiento que actúa de forma eficiente y de manera honesta, como también el sujeto expresa lo que piensa y siente de forma directa, haciendo valer sus derechos de igual manera de los demás; con el asertividad se puede disminuir los pensamientos negativos del mismo modo los hechos estresantes (Gaeta González y Galvanovskis Kasparane, 2009)
- **Elogios:** El elogio es fundamental para las personas con baja autoestima expuestas al estrés. Al momento de hablar de elogio nos referimos a que presentan efectos positivos en la aptitud y actitud, ya que esto ayuda a la personalidad y al carácter de la persona.
- **Religión:** Las personas tienen distintos tipos de creencia que está relacionado a la forma de actuar conscientemente, esto se suelen practicar en su vida cotidiana por ende ayuda a afrontar situaciones de estrés.

### **3.2.3. Habilidades sociales**

Pinedo, (2018) menciona que las Habilidades Sociales son, por tanto, un conjunto de competencias conductuales que posibilitan que el ser humano mantenga relaciones sociales positivas y que afronte de modo efectivo las demandas de su entorno.

Tamayo (2018) se entiende que las habilidades sociales son un conjunto de comportamientos interpersonales complejos que entran en

juego en la interacción con nuestro entorno. Está claro que el comportamiento hábil refleja una forma de ser, como resultado de la demostración de mecanismos emocionales y eficaces que permiten mejorar la calidad de vida de las personas actuando con eficacia y satisfacción en relación con uno mismo y con el entorno natural y social.

Blanco y Nunta (2018) menciona que las habilidades sociales son acciones que demuestran la capacidad de una persona para interactuar con los demás y, en consecuencia, hacer frente a cualquier escenario que pueda surgir. Así se plantea de manera contextual como la capacidad de construir un comportamiento y/o evaluar las especificidades de la adaptación del individuo, apoyando un escenario positivo en el ahora y creando a la vez oportunidades de interacciones satisfactorias en el futuro.

Quico y Pantigoso (2019) señala que las habilidades sociales son un tipo de aprendizaje social porque son un patrón de comportamiento distintivo de una cultura y se aprenden a través de las interacciones y reacciones habituales con otros individuos. Los valores y las actitudes deben estar relacionados con un grupo social concreto para ser adquiridos; no pueden adquirirse simplemente a través de las interacciones de un individuo con otros.

Apaza y Mamani (2019) mencionan que las habilidades sociales son la capacidad de comprometerse y adaptarse a un contexto social, vivir en paz, compartir experiencias y transmitir ideas con precisión y confianza.

En síntesis, las habilidades sociales son métodos de interacción verbal y no verbal con otras personas, las cuales muestran nuestra capacidad para desenvolvernos bien ante los demás generando la facilidad de relacionarnos con otras personas y con el entorno que nos rodea.

#### **3.2.4. Dimensiones de las habilidades sociales**

Gismero, (1997) manifiesta que las habilidades sociales básicas son las siguientes:

1. **Autoexpresión de situaciones sociales:** Se trata de cualquier habilidad que sea igualmente crucial para la autoexpresión, es decir, para hablar espontáneamente y sin miedo. La capacidad de comunicarse impulsivamente y sin miedo en diversos contextos sociales, como entrevistas de trabajo, establecimientos comerciales, espacios públicos, grupos y reuniones sociales. Entornos sociales que incluyen comercios, lugares de trabajo, lugares de negocios, reuniones y entrevistas de trabajo.
2. **Defensa de los propios derechos como consumidor:** También puede definirse como la capacidad de expresarse, como en el caso de las acciones asertivas llevadas a cabo en público para defender los propios derechos, incluidos los relacionados con los consumidores, como negarse a dejar que alguien delante de ti se incorpore a una cola o entre en una tienda, pedir un asiento en un teatro, solicitar un descuento o devolver algo que está roto.
3. **Expresión de enfado o disconformidad:** Se trata de cualquier capacidad para comunicar discusiones, enfados y otras emociones legítimamente desagradables. También permite justificar las dificultades para expresar las diferencias y la preferencia por guardar silencio, es decir, transmitir lo que le preocupa para evitar enfrentamientos con los demás, incluidos los de amigos y familiares. aunque sean amigos y familiares.
4. **Decir no y cortar interacciones:** Se refiere a cualquier capacidad, específicamente, de terminar las interacciones con personas con las que no se quiere seguir saliendo o manteniendo una relación. Los ejemplos incluyen interacciones con vendedores, amigos que quieren continuar una conversación cuando nosotros queremos terminarla, e incluso personas con las que no queremos seguir saliendo o mantener una relación. También tiene que ver con cosas como ser agresivo, decirle a la gente que no, y terminar relaciones tanto a corto como a largo plazo.
5. **Hacer peticiones:** Esto también refleja cómo expresamos las peticiones de cosas a otras personas, como pedir a un amigo que nos devuelva algo que incluso nos ha prestado o simplemente que

nos haga un favor en circunstancias como comer fuera o cuando pedimos que nos traigan algo, como cuando pedimos cambio después de que una tienda nos haya dado mal el cambio.

6. **Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto:** Se define como tener la confianza necesaria para acercarse a alguien del otro sexo e iniciar una conversación o invitarle a salir. También incluye tener la confianza necesaria para charlar con personas atractivas de forma improvisada y hacerles cumplidos. En ocasiones, incluso puede implicar interacciones constructivas.

### 3.3. Marco conceptual

**Comunicación:** Consiste en el intercambio comunicativo entre los miembros (Bernardo Gutiérrez et al., 2003).

**Control de estrés:** Es aquel que se puede desarrollar con conciencia a fin de mantener la calma aun en situaciones de tensión con el propósito de evitar malestares psicológicos, físicos o conductuales (Pompa, 2017).

**Conductas asertivas:** Capacidad que tiene la persona para poder manifestar su incomodidad o descontento de manera asertiva y sin ofender o agredir a terceros (Ahumada y Villarroel, 2018).

**Estrés:** Son las situaciones repentinas que afectan de forma recurrente a las personas y que ocasiona una alteración en su bienestar físico y psicológico que puede desencadenar en problemas emocionales (González, 2006).

**Estrés académico:** Es aquel que resulta de las demandas del medio educativo y afecta a los estudiantes y facilitadores (Mercado, 2021).

**Habilidades:** Es empleada para señalar que las competencias sociales no son un rasgo en la personalidad, sino que son un conglomerado de comportamientos que se aprenden y adquieren en la persona (Pantigozo, 2019).

**Habilidades sociales:** Es la capacidad que posee la persona de poder comunicarse con los terceros (relaciones interpersonales) manifestando su forma de pensar, sentimientos, expresando opiniones positivas, sin invadir el espacio de otros a través de diálogos correctos y de relaciones sociales saludables (Millán, 2018).

## IV. MARCO METODOLÓGICO

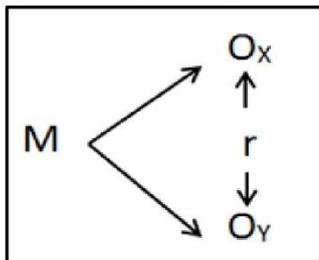
### 4.1. Tipo y Nivel de investigación

Tipo de investigación: básica, en la que se buscan generar conocimientos nuevos, aplicando procedimientos científicos y orientado en la construcción del marco teórico (Hernández y Mendoza, 2018).

Nivel correlacional, caracterizado por establecer la relación existente entre las variables de estudio, empleando pruebas estadísticas de correlación, a fin de probar la existencia de dicha correlación empleando pruebas de hipótesis (Hernández y Mendoza, 2018).

### 4.2. Diseño de la Investigación

La investigación responde a un diseño no experimental, descriptivo – correlacional, de enfoque cuantitativo, en el que su investigador no manipula sus variables de estudio y observa el fenómeno tal y como es en el contexto real (Bastar, 2012). La fórmula del diseño de la investigación elegida es:



Donde:

**Ox:** Estrés académico

**Oy:** Habilidades sociales

**M:** Muestra

**r:** Relación

### **4.3. Hipótesis general y específicas**

#### **Hipótesis general**

Existe relación significativa entre estrés académico y habilidades sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022.

#### **Hipótesis específicas**

##### **H.E.1**

Existe relación significativa entre estrés académico y estresores en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022.

##### **H.E.2.**

Existe relación significativa entre estrés académico y síntomas en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022.

##### **H.E.3.**

Existe relación significativa entre estrés académico y autoexpresión de las situaciones sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022.

### **4.4. Identificación de las Variables**

**Variable independiente:** Estrés académico

Definición conceptual: Es aquel que resulta de las demandas del medio educativo y afecta a los estudiantes y facilitadores (Mercado, 2021).

**Variable dependiente:** Habilidades sociales

Definición conceptual: Es la capacidad que posee la persona de poder comunicarse con los terceros (relaciones interpersonales) manifestando su forma de pensar, sentimientos, expresando opiniones positivas, sin invadir el espacio de otros a través de diálogos correctos y de relaciones sociales saludables (Millán, 2018).

#### 4.5. Matriz de operacionalización de variables

**Tabla 1**

*Operacionalización de estrés académico*

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de Valores	Niveles y Rangos	Tipo de variable estadística
Estrés académico	Estresores	-sobrecarga -personalidad y carácter -forma de evaluación -exigencia -tipo de trabajo -tiempo limitado -poca claridad	1 - 7	0 = Nunca (N) 1 = Casi nunca (CN) 2 = Rara vez (RV) 3 = Algunas veces (AV) 4 = Casi siempre (CS) 5 = Siempre (S)	Leve [0 - 33] Moderado [34 - 66] Severo [67 - 100]	Ordinal
	Síntomas	-fatiga -sentimientos -Ansiedad -concentración -agresividad -conflictos -desgano	8 - 14			
	Estrategias de afrontamiento	-concentrarse -soluciones -analizar -mantener el control -recordar -elaborar -tratar	15 - 22			

**Tabla 2***Operacionalización de habilidades sociales*

<b>Variable</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de Valores</b>	<b>Niveles y Rangos</b>	<b>Tipo de variable estadística</b>
Habilidades sociales	autoexpresión de situaciones sociales	- Capacidad de expresión de forma espontánea.	1, 2, 10, 11, 19, 20, 28, 29.	A = No me identifico B = No tiene que ver conmigo C = Me describe aproximadamente D = Muy de acuerdo	Bajo [0 - 25]  Medio [26 - 74]  Alto [75 o más]	Ordinal
	Defensa de los propios derechos como consumidor	- Expresión de conductas asertivas.	3, 4, 12, 21, 30.			
	Expresión de enfado o disconformidad	- Capacidad de expresar sentimientos negativos justificados.	13, 22, 31, 32.			
	Decir no y cortar interacciones	- Habilidad para cortar interacciones que no se quieren mantener.	5, 14, 15, 23, 24, 33.			
	Hacer peticiones	- Expresión de peticiones hacia otras personas.	6, 7, 16, 25, 26.			
	Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	- Habilidad para iniciar interacciones con el sexo opuesto.	8, 9, 17, 18, 27.			

## 4.6. Población y muestra

### Población

La población es el conjunto o universo que poseen diversas características en común (Hernández y Mendoza, 2018).

La población dentro del presente estudio es de tipo accesible que representa una parte finita de toda la población muestreada y de la misma se tomará una muestra representativa (Baena, 2017).

Representa el conjunto universal de la cual se desprende la muestra (Arias-Gómez et al., 2016). En tal sentido, corresponde a una población no muestreada que está constituido por 125 estudiantes I.E. El Maestro Ayacucho 2022.

**Tabla 3**

*Población de estudiantes Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón*

<b>Semestre</b>	<b>I</b>	<b>III</b>	<b>IV</b>	<b>VI</b>
Estudiante	25	35	40	25
Total	125			

### Muestra

La muestra es la representación de la población estudiada, que logra ser el sub conjunto de los participantes, que permite generalizar los resultados (Otzen y Manterola, 2017).

Se empleó toda la población de estudio como muestra, empleando el muestreo no probabilístico que es aquella técnica que consiste en la selección de una muestra de acuerdo a la conveniencia del investigador ((Otzen y Manterola, 2017).

## **4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de información**

### **Técnicas para el recojo de datos**

Se utilizó como técnica la prueba psicométrica. Ruiz (2022) refiere que se encarga en el procedimiento de medición de información, como también se encarga de indicar la ética de aplicar dicha información de las variables que implica los procesos cognitivos, psicológicos, emocionales, conductuales y los rasgos de personalidad de los individuos. Optando por los participantes y la necesidad.

### **Instrumentos**

Como instrumentos se ha utilizado el inventario SISCO SV-21 y la escala de habilidades sociales. El inventario se define como aquel instrumento que mide variables de índole personal con respuestas que no son correctas, ni incorrectas, es decir, lo que demuestra es la conformidad o inconformidad del individuo de acuerdo a una serie de ítems Ruíz (2018).

Ruíz (2018) “Una escala permite registrar un grado y escala específica de acuerdo a un comportamiento, habilidad o actitud determinada que desarrollan los estudiantes” (p.21).

### **Ficha técnica variable estrés académico**

**Nombre del instrumento:** Inventario SISCO SV-21 de Estrés Académico

**Autor:** Arturo Barraza García

**Año:** 2007

**Objetivo:** Reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior y de postgrado durante sus estudios

**Administración:** Individual y colectiva

**Duración:** 10 minutos

**Población:** Estudiantes

**Dimensiones:** Estresores, síntomas, estrategias

**Escala valorativa:** 0 = Nunca (N), 1 = Casi nunca (CN), 2 = Rara vez (RV), 3 = Algunas veces (AV), 4 = Casi siempre (CS), 5 = Siempre (S)

**Validez:** Se valida toda la escala y sus análisis correlacionales

**Confiabilidad:** Consistencia interna alta de ,090.

### **Ficha técnica variable habilidades sociales**

**Nombre del instrumento:** EHS Escala de Habilidades Sociales

**Autora:** Elena Gismero Gonzales

**Adaptación:** Harumi Alejandra Palacios Sánchez

**Año:** 2018

**Objetivo:** Evaluar las habilidades sociales de los estudiantes

**Administración:** Individual o colectiva

**Duración:** El tiempo de duración del varia aproximadamente de 10 a 16 minutos

**Población:** Estudiantes

**Dimensiones:** Autoexpresión de situaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor, expresión de enfado o disconformidad, decir no y cortar interacciones, hacer peticiones e iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto

**Escala valorativa:** No me identifico, no tiene que ver conmigo, me describe aproximadamente, muy de acuerdo.

**Validez:** Se valida toda la escala a través de la confirmación experimental y de los análisis correlacionales.

**Confiabilidad:** Muestra una consistencia interna alta  $\alpha = 0,88$

#### **4.8. Técnicas de análisis y procesamiento de datos**

Consiste en recabar datos de las variables estrés académico y habilidades sociales; presentándolos en números, mediante técnicas estadísticas en relación a la tendencia de los datos, relaciones, interacciones, dependencias con fines explicativos y predictivos (Troya, 2019). En tal sentido se utilizó el SPSS v. 25 para mostrar los resultados descriptivos e inferenciales.

## V. RESULTADOS

### 5.1. Presentación de resultados

En este apartado se consignaron los resultados descriptivos referentes a estrés académico y habilidades sociales.

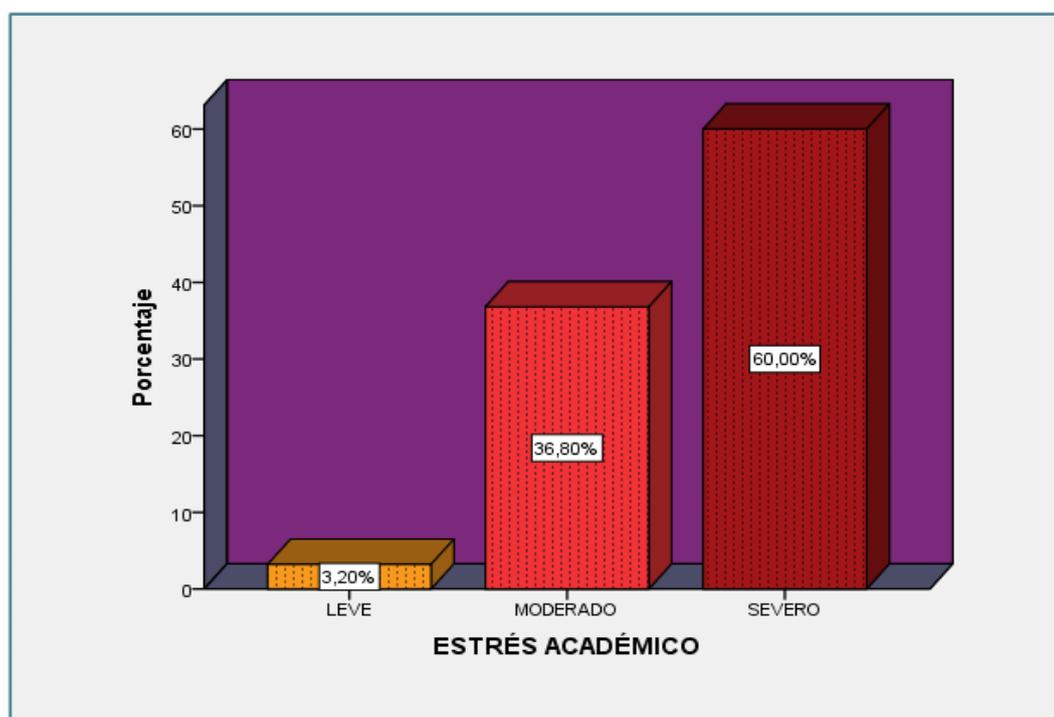
**Tabla 4**

*Variable estrés académico*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Leve	4	3.2%
Moderado	46	36.8%
Severo	75	60.0%
Total	125	100.0%

**Figura 1**

*Variable estrés académico*



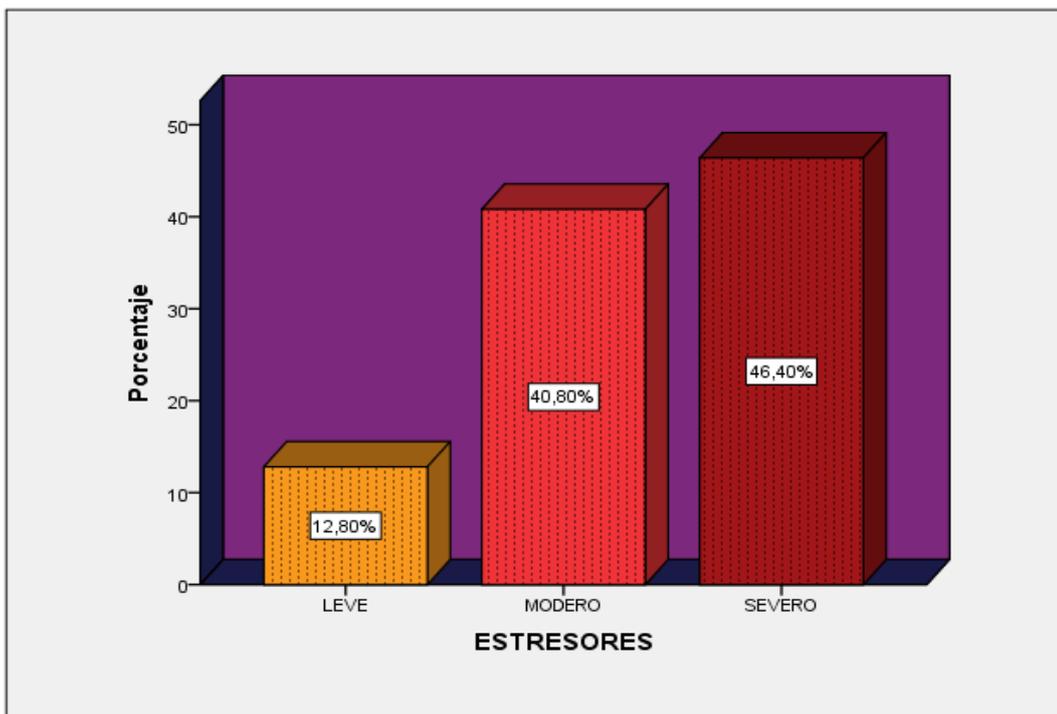
**Tabla 5**

*Dimensión estresores*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Leve	16	12.8%
Moderado	51	40.8%
Severo	58	46.4%
Total	125	100.0%

**Figura 2**

*Dimensión estresores*



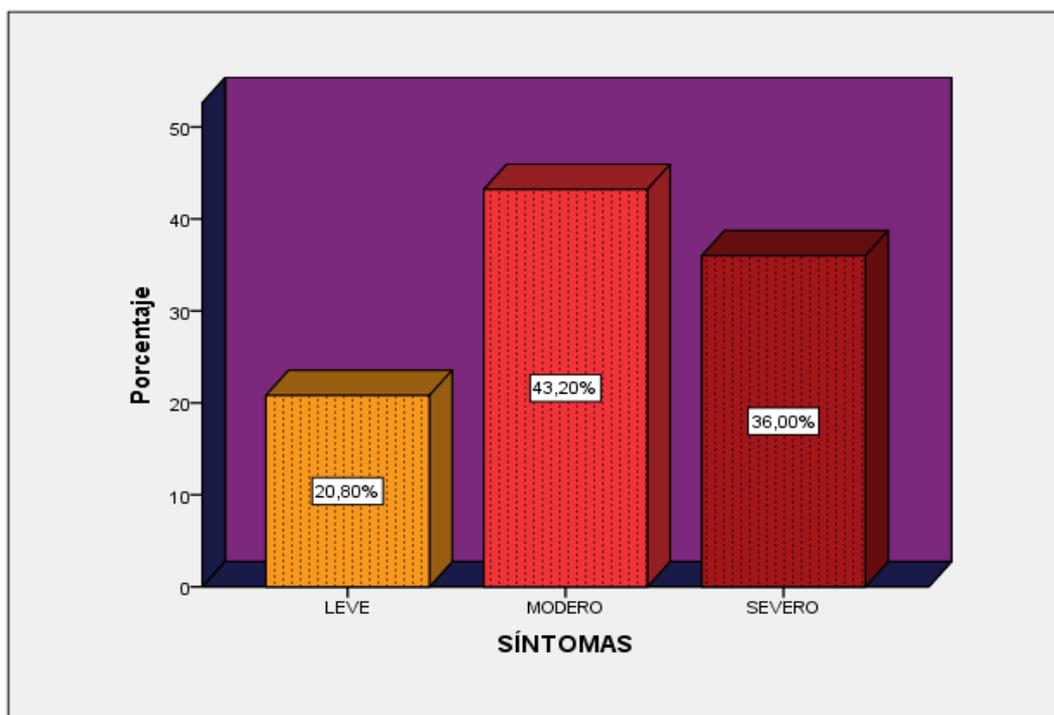
**Tabla 6**

*Dimensión síntomas*

<b>Niveles</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Leve</b>	26	20,8%
<b>Moderado</b>	54	43,2%
<b>Severo</b>	45	36,0%
<b>Total</b>	125	100,0%

**Figura 3**

*Dimensión síntomas*



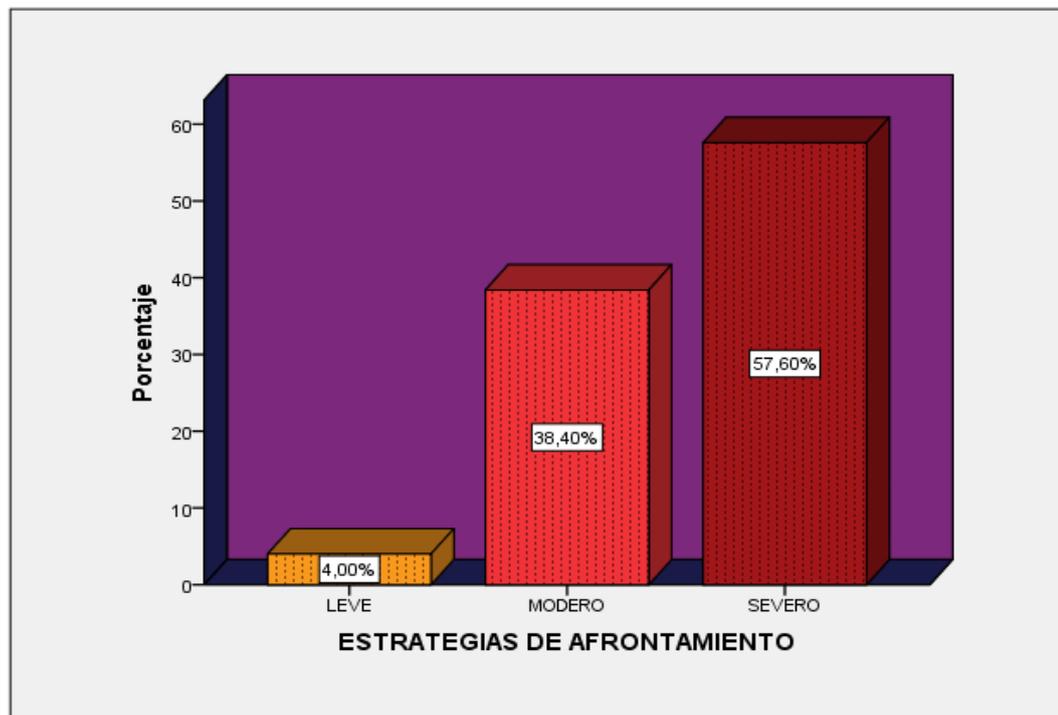
**Tabla 7**

*Dimensión estrategias de afrontamiento*

<b>Niveles</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Leve</b>	5	4.0%
<b>Moderado</b>	48	38.4%
<b>Severo</b>	72	57.6%
<b>Total</b>	125	100,0%

**Figura 4**

*Dimensión estrategias*



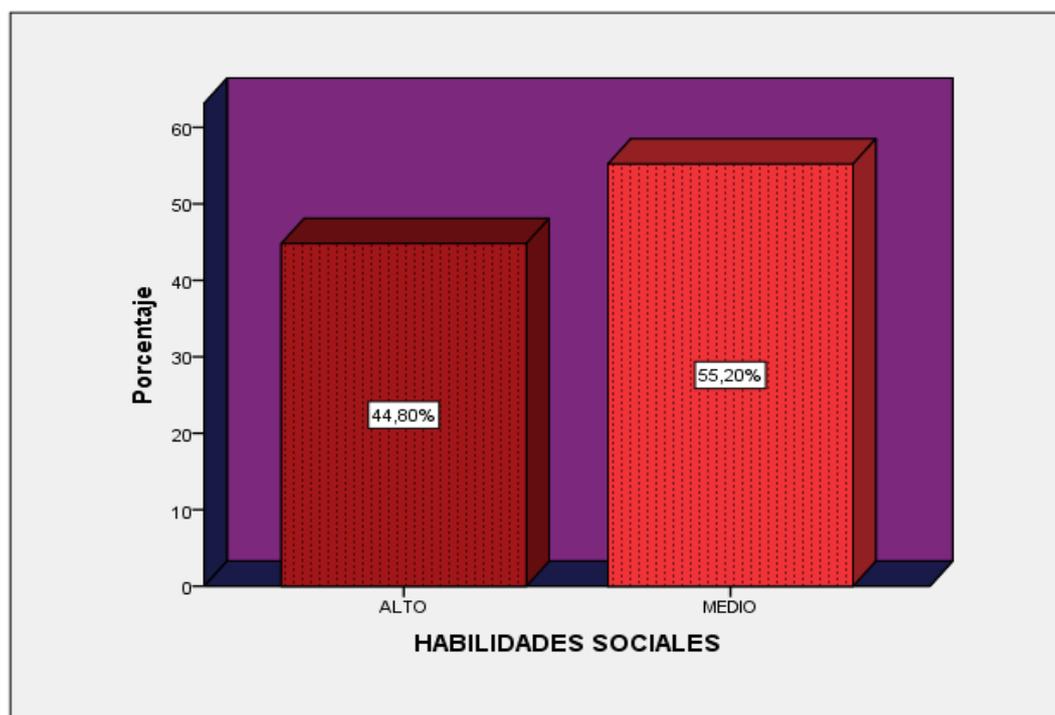
**Tabla 8**

*Variable habilidades sociales*

<b>Niveles</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Alto</b>	56	44.8%
<b>Medio</b>	69	55.2%
<b>Total</b>	125	100.0%

**Figura 5**

*Variable habilidades sociales*



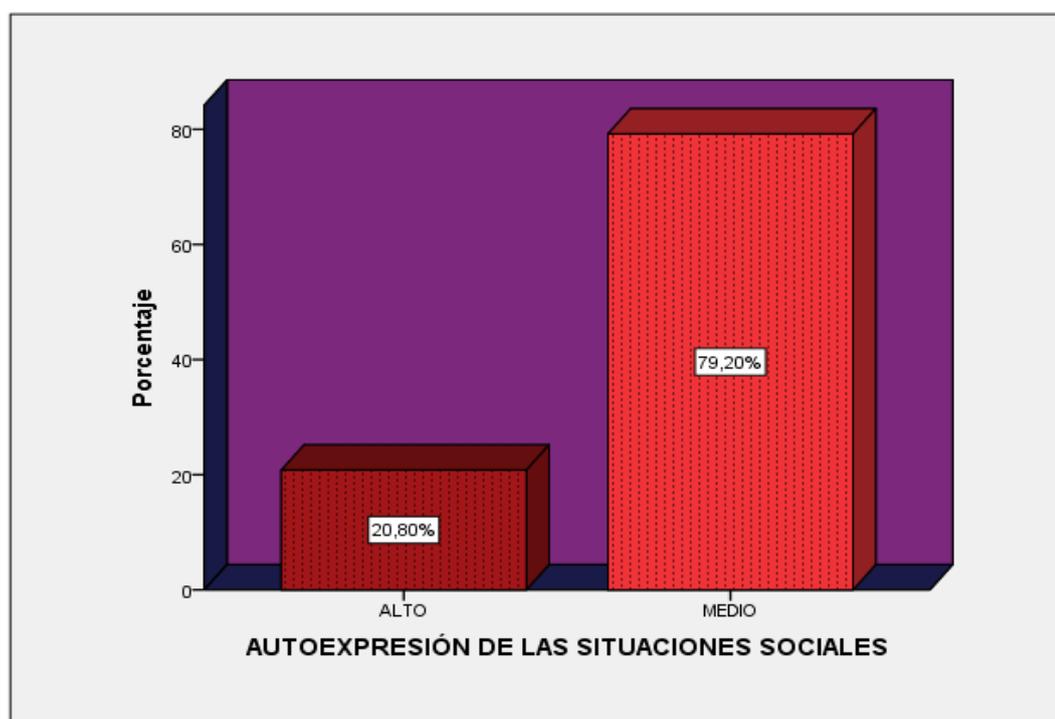
**Tabla 9**

*Dimensión autoexpresión de las situaciones sociales*

<b>Niveles</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Alto</b>	26	20.8%
<b>Medio</b>	99	79.2%
<b>Total</b>	125	100.0%

**Figura 6**

*Dimensión autoexpresión de las situaciones sociales*



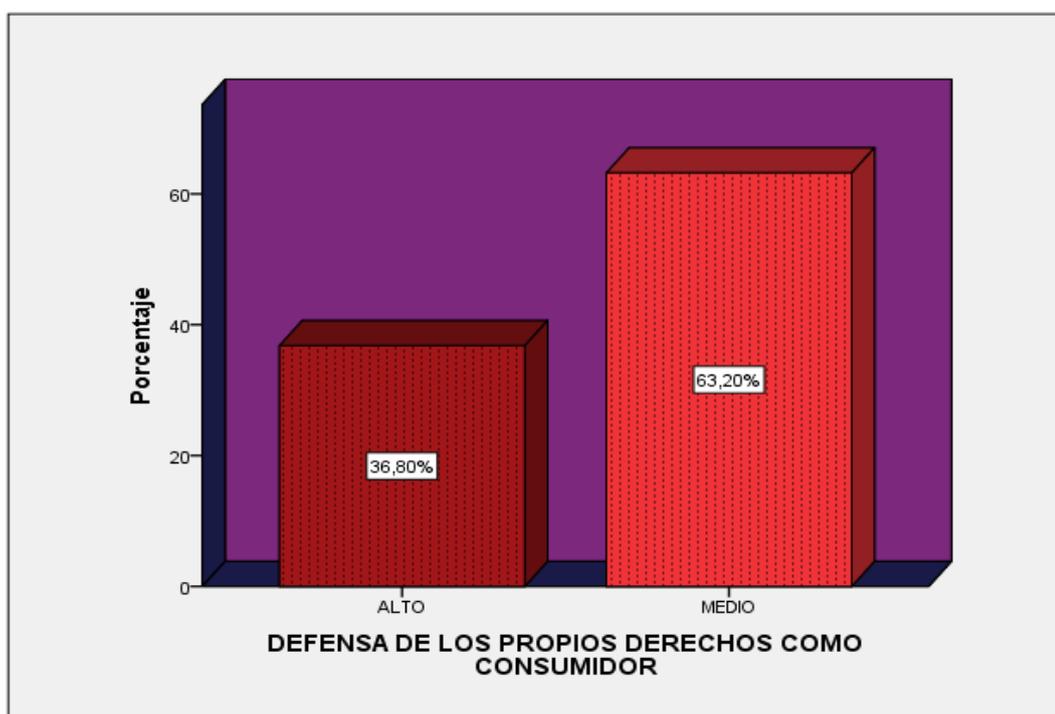
**Tabla 10**

*Dimensión defensa de los propios derechos como consumidor*

<b>Niveles</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Alto</b>	46	36.8%
<b>Medio</b>	79	63.2%
<b>Total</b>	125	100.0%

**Figura 7**

*Dimensión defensa de los propios derechos como consumidor*



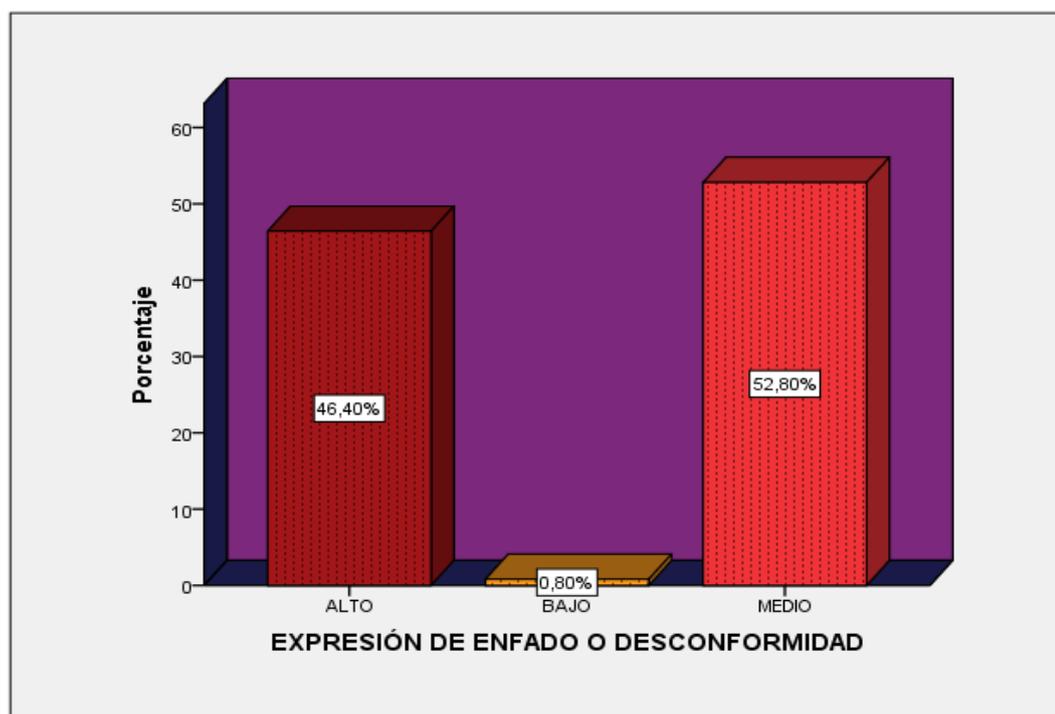
**Tabla 11**

*Dimensión expresión de enfado o desconformidad*

<b>Niveles</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Alto</b>	46	36.8%
<b>Medio</b>	79	63.2%
<b>Total</b>	125	100.0%

**Figura 8**

*Dimensión expresión de enfado o desconformidad*



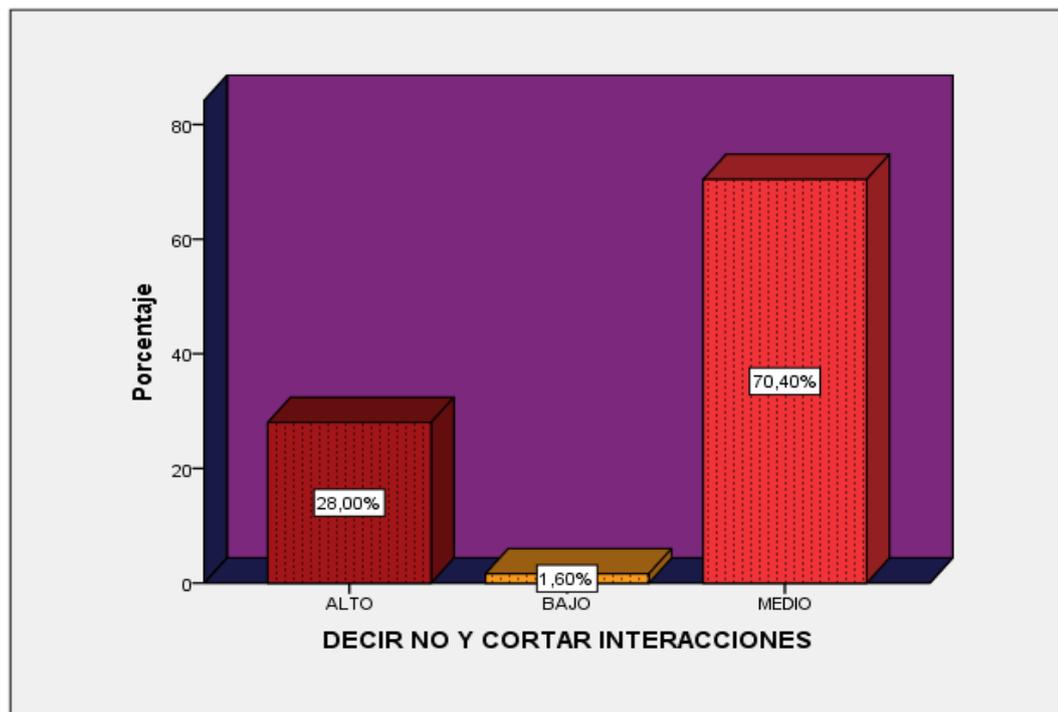
**Tabla 12**

*Dimensión decir no y cortar interacciones*

<b>Niveles</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Alto</b>	35	28.0
<b>Bajo</b>	2	1.6
<b>Medio</b>	88	70.4
<b>Total</b>	125	100.0

**Figura 9**

*Dimensión decir no y cortar interacciones*



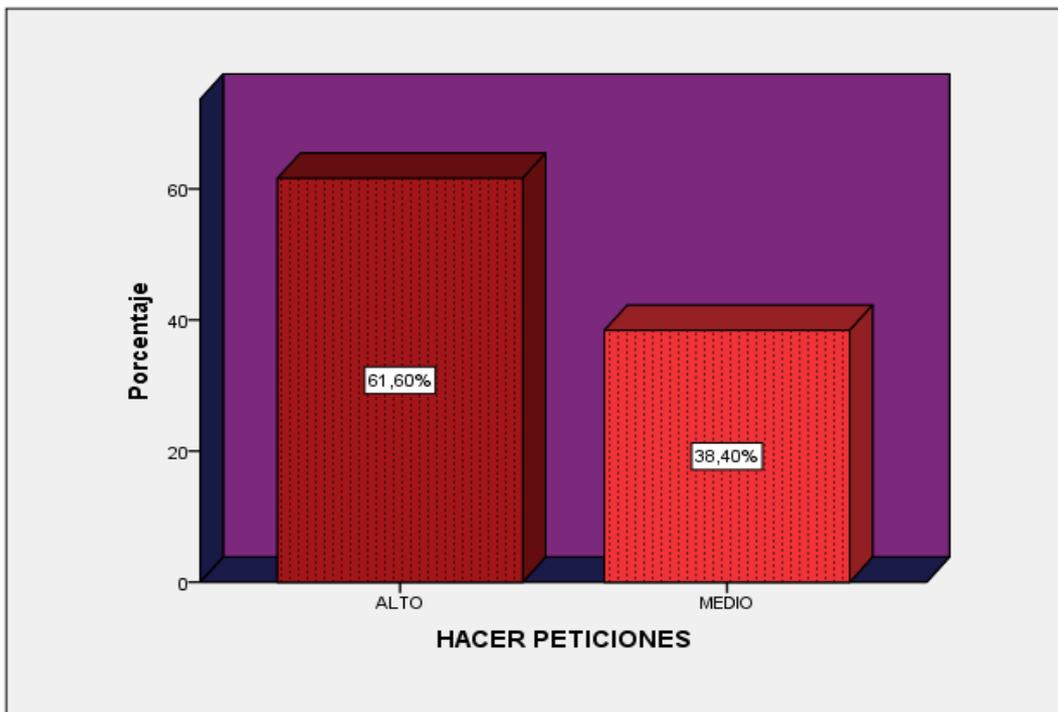
**Tabla 13**

*Dimensión hacer peticiones*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Alto	77	61.6
Medio	48	38.4
Total	125	100.0

**Figura 10**

*Dimensión hacer peticiones*



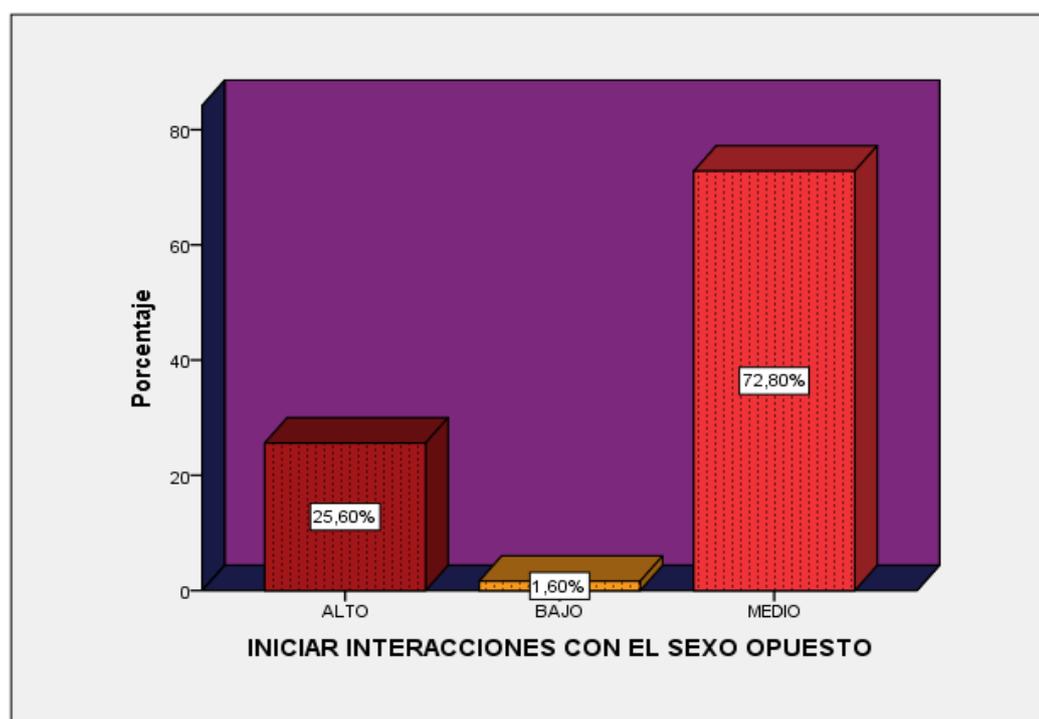
**Tabla 14**

*Dimensión iniciar interacciones con el sexo opuesto*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Alto	32	25.6%
Bajo	2	1.6%
Medio	91	72.8%
Total	125	100.0%

**Figura 11**

*Dimensión iniciar interacciones con el sexo opuesto*



## 5.2. Interpretación de Resultados

En la tabla 4 y figura 1. Se muestran los resultados de la variable estrés académico donde 4 estudiantes encuestados que corresponden al 3.2% de la muestra de estudio presentan un nivel leve de estrés académico, mientras que los 46 estudiantes corresponden al 36.8% presentan un nivel moderado y los 75 estudiantes que corresponden un 60.0% presentan un

nivel severo los resultados muestran que existe una prevalencia de estrés académico severo en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Juliaca – 2022.

En la Tabla 4 y figura 2, se muestra los resultados de la dimensión estresores, donde 16 de los encuestados que corresponden al 12.8% de la muestra de estudiantes presenta un nivel leve, mientras tanto 51 de los estudiantes corresponden 40.8% presentan un nivel moderado y los 58 estudiantes que corresponden al 46.4% presentan un nivel severo. los resultados muestran que existe una prevalencia de estresores severo en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Juliaca – 2022.

En la Tabla 5 y figura 3, se muestra los resultados de la dimensión síntomas, donde 26 de los encuestados que corresponden al 20.8% de la muestra de estudiantes presenta un nivel leve, mientras tanto 54 de los estudiantes corresponden 43.2% presentan un nivel moderado y los 45 estudiantes que corresponden al 36.0% presentan un nivel severo. Los resultados muestran que existe una prevalencia de síntomas severos en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Juliaca – 2022.

En la Tabla 6 y figura 4, se muestra los resultados de la dimensión estrategias de afrontamiento, donde 5 de los encuestados que corresponden al 4.0% de la muestra de estudiantes presenta un nivel leve, mientras tanto 48 de los estudiantes corresponden 38.4% presentan un nivel moderado y los 72 estudiantes que corresponden al 57.6% presentan un nivel severo. Los resultados muestran que existe una prevalencia de estrategias de afrontamiento severo en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Juliaca – 2022.

En la tabla 7 y figura 5. Se muestran los resultados de la variable Habilidades sociales donde 56 estudiantes encuestados que corresponden al 44.8% de la muestra de estudio presentan un nivel alto de habilidades sociales y los 69 estudiantes que corresponden un 55.2% presentan un nivel medio. Los resultados muestran que existe una prevalencia de

habilidades sociales alto en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Juliaca – 2022.

En la Tabla 5 y figura 6, se muestra los resultados de la dimensión autoexpresión en situaciones sociales, donde 26 de los encuestados que corresponden al 20.8% de la muestra de estudiantes presenta un nivel alto y los 99 estudiantes que corresponden al 79.2% presentan un nivel medio. Los resultados muestran que existe una prevalencia de autoexpresión en situaciones sociales medio en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Juliaca – 2022.

En la Tabla 6 y figura 7, se muestra los resultados de la dimensión defensa de los propios derechos como consumidor, donde 46 de los encuestados que corresponden al 36.8% de estudiantes presenta un nivel alto y el 79 estudiante que corresponden al 63.2% presentan un nivel medio. Los resultados muestran que existe una prevalencia de defensa de los propios derechos como consumidor con un nivel medio en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Juliaca – 2022.

En la Tabla 7 y figura 8, se muestra los resultados de la dimensión expresión de enfado o disconformidad, donde 58 de los encuestados que corresponden al 46.4% de la muestra de estudiantes presenta un nivel alto, mientras tanto 1 de los estudiantes corresponden 0.8% presentan un nivel bajo y los 66 estudiantes que corresponden al 52.8% presentan un nivel medio. Los resultados muestran que existe una prevalencia de autoexpresión en situaciones sociales medio en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Juliaca – 2022.

En la Tabla 8 y figura 9, se muestra los resultados de la dimensión decir no y cortar interacciones, donde 35 de los encuestados que corresponden al 28.0% de la muestra de estudiantes presenta un nivel alto, mientras tanto 2 de los estudiantes corresponden 1.6% presentan un nivel bajo y los 88 estudiantes que corresponden al 70.4% presentan un nivel medio. Los resultados muestran que existe una prevalencia de

autoexpresión en situaciones sociales medio en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Juliaca – 2022.

En la Tabla 9 y figura 10, se muestra los resultados de la dimensión de hacer peticiones en los estudiantes, donde el 77 de los encuestados que corresponden al 61.6% de la muestra de estudiantes presenta un nivel alto y los 48 estudiantes que corresponden al 38.4% presentan un nivel medio. Los resultados muestran que existe una prevalencia de autoexpresión en situaciones sociales medio en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Juliaca – 2022.

En la Tabla 10 y figura 11, se muestra los resultados de la dimensión iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto, donde 32 de los encuestados que corresponden al 25.6% de la muestra de estudiantes presenta un nivel alto, mientras tanto 2 de los estudiantes corresponden 1.6% presentan un nivel bajo y los 91 estudiantes que corresponden al 72.8% presentan un nivel medio los resultados muestran que existe una prevalencia de autoexpresión en situaciones sociales medio en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Publico de Juliaca – 2022.

## **VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS**

### **6.1. Análisis inferencial (\*)**

En este capítulo se desarrolla la prueba de normalidad para determinar si es una distribución paramétrica o no paramétrica, de modo que se eligió la correlación correcta para la prueba de hipótesis

#### **Prueba de normalidad**

##### **1. Formulación de las hipótesis estadísticas**

H0: Los datos se ajustan a una distribución normal.

H1: Los datos NO se ajustan a una distribución normal.

##### **2. Elección del nivel de significación ( $\alpha$ )**

Confiabilidad = 95%

Nivel del error de significancia (Alfa) es  $\alpha = 0,05$  (5%)

##### **3. Prueba estadística a emplear**

Puesto que la muestra de análisis es superior a 50, se elige la utilización de la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov.

##### **4. Criterio de decisión**

Se estableció lo siguiente:

Si p-valor < 0.05, se rechaza H0 y se acepta la Ha

Si p-valor > 0.05, se acepta H0 y se rechaza la Ha

**Tabla 15***Prueba de ajuste a distribución normal para las variables y dimensiones*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
ESTRESORES	.142	125	.000	.961	125	.001
SÍNTOMAS	.120	125	.000	.969	125	.006
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	.066	125	.200*	.989	125	.398
AUTOEXPRESIÓN DE LAS SITUACIONES SOCIALES	.085	125	.027	.983	125	.124
DEFENSA DE LOS PROPIOS DERECHOS COMO CONSUMIDOR	.109	125	.001	.972	125	.010
EXPRESIÓN DE ENFADO O DESCONFORMIDAD	.136	125	.000	.967	125	.004
DECIR NO Y CORTAR INTERACCIONES	.072	125	.177	.987	125	.275
HACER PETICIONES	.214	125	.000	.937	125	.000
INICIAR INTERACCIONES CON EL SEXO OPUESTO	.100	125	.004	.976	125	.026

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

a. Corrección de significación de Lilliefors

## 5. Decisión y conclusión

Dado que los resultados obtenidos fueron inferiores a 0,05, la distribución se consideró no paramétrica, y se aplicó la prueba de correlación Rho Spearman.

## Hipótesis general

**H<sub>0</sub>:** No existe relación significativa entre estrés académico y habilidades sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022

**H<sub>a</sub>:** Existe relación significativa entre estrés académico y habilidades sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022

### 1. Formulación de la hipótesis estadística

H<sub>0</sub>:  $\rho = 0$

H<sub>a</sub>:  $\rho \neq 0$

### 2. Elección del nivel de significación ( $\alpha$ )

En este apartado se consideró ( $\alpha = 0.05$ ) como nivel crítico

### 3. Selección de la prueba estadística

Se consideró la prueba Rho de Spearman, de acuerdo con la naturaleza de los datos, vale decir, no paramétrica, se efectuaron los procedimientos para determinar la correlación planteada.

### 4. Lectura del p-valor

**Tabla 16**

*Correlación Rho de Spearman estrés académico y habilidades sociales*

			<b>Estrés académico</b>	<b>Habilidades sociales</b>
<b>Rho de Spearman</b>	Estrés académico	Coeficiente de correlación	1.000	-,267**
		Sig. (bilateral)		.003
		N	125	125
	Habilidades sociales	Coeficiente de correlación	-,267**	1.000
		Sig. (bilateral)	.003	
		N	125	125

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

## **5. Decisión estadística**

El resultado del valor  $p$  (Sig. = ,003) es menor al valor de significancia 0.05. Por tanto, no se rechaza  $H_0$ , es decir, existe relación significativa entre la relación del estrés académico y las habilidades sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Juliaca – 2022. Así mismo, de acuerdo al coeficiente de correlación de Rho Spearman es igual a  $-,267$  lo cual indica una correlación negativa baja.

### **Hipótesis específica 1**

**$H_0$ :** No existe relación significativa entre estrés académico y estresores en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022

**$H_a$ :** Existe relación significativa entre estrés académico y estresores en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022

### **1. Formulación de la hipótesis estadística**

$H_0: \rho = 0$

$H_a: \rho \neq 0$

### **2. Elección del nivel de significación ( $\alpha$ )**

En este apartado se consideró ( $\alpha = 0.05$ ) como nivel crítico

### **3. Selección de la prueba estadística**

Se consideró la prueba Rho de Spearman, de acuerdo con la naturaleza de los datos, vale decir, no paramétrica, se efectuaron los procedimientos para determinar la correlación planteada.

### **4. Lectura del p-valor**

**Tabla 17***Correlación Rho de Spearman estrés académico y estresores*

		Estresores	Estrés académico
Rho de Spearman	Estresores	Coeficiente de correlación	1.000
			-,349**
		Sig. (bilateral)	.000
	N	125	125
Estrés académico	Estrés académico	Coeficiente de correlación	-,349**
			1.000
		Sig. (bilateral)	.000
	N	125	125

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

## 5. Decisión estadística

El resultado del valor p (Sig. = ,000) es menor al valor de significancia 0.05. Por tanto, se rechaza (H0) y se acepta la hipótesis alterna (H1); por lo tanto, existe una relación significativa entre el estrés académico y la dimensión de estresores en situaciones sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Juliaca – 2022. Así mismo, de acuerdo al coeficiente de correlación de Rho Spearman es igual a -349 lo cual indica una correlación negativa baja.

## Hipótesis específica 2

**H<sub>0</sub>:** No existe relación significativa entre estrés académico y síntomas en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022.

**H<sub>a</sub>:** Existe relación significativa entre estrés académico y síntomas en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022.

### 1. Formulación de la hipótesis estadística

H<sub>0</sub>:  $\rho = 0$

H<sub>a</sub>:  $\rho \neq 0$

### 2. Elección del nivel de significación ( $\alpha$ )

En este apartado se consideró ( $\alpha = 0.05$ ) como nivel crítico

### 3. Selección de la prueba estadística

Se consideró la prueba Rho de Spearman, de acuerdo con la naturaleza de los datos, vale decir, no paramétrica, se efectuaron los procedimientos para determinar la correlación planteada.

### 4. Lectura del p-valor

**Tabla 18**

*Correlación Rho de Spearman estrés académico y síntomas*

			Síntomas	Estrés académico
<b>Rho de Spearman</b>	Síntomas	Coefficiente de correlación	1.000	,792**
		Sig. (bilateral)		,000
		N	125	125
	Estrés académico	Coefficiente de correlación	,792	1.000
		Sig. (bilateral)	,000	
		N	125	125

## **5. Decisión estadística**

El resultado del valor  $p$  (Sig. = ,000) es menor al valor de significancia 0.05. Por tanto, se rechaza ( $H_0$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_1$ ); por lo tanto, existe una relación significativa entre el estrés académico y la dimensión de síntomas en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Juliaca – 2022. Así mismo, de acuerdo al coeficiente de correlación de Rho Spearman es igual a ,792 lo cual indica una correlación positiva.

### **Hipótesis específica 3**

**H<sub>0</sub>:** No existe relación significativa entre estrés académico y autoexpresión de las situaciones sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022.

**H<sub>a</sub>:** Existe relación significativa entre estrés académico y autoexpresión de las situaciones sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022.

#### **1. Formulación de la hipótesis estadística**

H<sub>0</sub>:  $\rho = 0$

H<sub>a</sub>:  $\rho \neq 0$

#### **2. Elección del nivel de significación ( $\alpha$ )**

En este apartado se consideró ( $\alpha = 0.05$ ) como nivel crítico

#### **3. Selección de la prueba estadística**

Se consideró la prueba Rho de Spearman, de acuerdo con la naturaleza de los datos, vale decir, no paramétrica, se efectuaron los procedimientos para determinar la correlación planteada.

#### **4. Lectura del p-valor**

**Tabla 19**

*Correlación Rho de Spearman estrés académico y autoexpresión de las situaciones sociales*

			Autoexpresión de las relaciones sociales	Estrés académico
Rho de Spearman	Autoexpresión de las situaciones sociales	Coeficiente de correlación	1.000	-,212*
		Sig. (bilateral)		.018
		N	125	125
	Estrés académico	Coeficiente de correlación	-,212*	1.000
		Sig. (bilateral)	.018	
		N	125	125

\*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

### 5. Decisión estadística

El resultado del valor p (Sig. = ,018) es menor al valor de significancia 0.05. Por tanto, se rechaza (H0) y se acepta la hipótesis alterna (H1); por lo tanto, existe una relación significativa entre el estrés académico y autoexpresión de las relaciones sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Juliaca – 2022. Así mismo, de acuerdo al coeficiente de correlación de Rho Spearman es igual a -,212 lo cual indica una correlación negativa baja.

## VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

### 7.1. Comparación resultados

En relación al objetivo general, se ha logrado determinar que existe relación significativa entre el estrés académico y las habilidades sociales en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón de Juliaca habiendo obtenido el valor significativo de .003; así también la correlación de Rho Spearman fue de  $-.267$  siendo una correlación negativa baja estos resultados son similares a los obtenidos por (Delabrida et al., 2018) quienes lo realizaron en Brasil en estudiantes universitarios quien indica que existe una relación entre ambas variables con un coeficiente de correlación estadísticamente de  $-4,59$  lo que interpreta una correlación negativa y su significancia  $0,003$  menor al  $0.05$ .

Así mismo, los resultados obtenidos por (Chacho, 2020) quien señala en su investigación en estudiantes de Pre grado en la carrera de ingeniería química tiene un resultado de correlación Pearson  $-0.129$  lo que interpreta una correlación negativa muy baja y con nivel de significancia  $0.027$  el resultado obtenido es realizado en la Facultad de Ciencias Químicas de la Universidad de Cuenca 2019; los resultados obtenidos; (Mercado, 2021), en su investigación Estrés académico y habilidades sociales en estudiantes de la facultad de Medicina Humana de una Universidad Nacional de Puno – 2020, permitió la identificación un nivel de significancia entre las variables  $p = 000$  lo que indica que es menor que  $0.005$  los resultados serían similares a vuestra investigación. Asimismo, cabe resaltar que las investigaciones mencionadas se asemejan a la presente investigación desarrollada, ambas variables están relacionadas debido a los estudiantes que los estudiantes presentan estrés académico con relación a las habilidades sociales.

Por lo tanto en la variable estrés académico se obtuvo que los estudiantes se encuentran en un nivel severo  $60.0\%$ ; estos resultados son similares al trabajo de investigación de (Palomino & Romero, 2019) quienes realizaron en el Callao, donde señalan que el  $58.3\%$  de estudiantes

presentan un nivel alto de estrés académico; como también, Amaya (2018) en su investigación que realizó en Bogotá donde señala un nivel alto 63% de estresores en actividades académicas; así mismo, difiere el siguiente autor, (Chacho, 2020) quien realizó su investigación en Cuenca nos refiere que el 41.02% de estudiantes presentan estrés académico.

Por otro lado, en la variable habilidades sociales se obtuvo que los estudiantes se encuentran en un nivel medio con 55.2%, los resultados son comparados con las siguientes investigaciones; (Mercado, 2021) en su investigación realizada en estudiantes universitarios en Telesup tuvo como resultado el 81.1% de nivel medio y en la investigación (Jauregui, 2021) quien realizó su investigación en pandemia donde sus resultados son realizados y comparados entre los años 2019 y 2020 donde presentan un nivel medio en el año 2019 (63.1%) y en el año 2020 (61.9%); sin embargo, estos resultados son diferentes en el trabajo de investigación de los autores, (Palomino y Romero, 2019) en su investigación realizada en la universidad del Callao tiene como resultado un nivel bajo 8.3% en dicha variable.

## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### Conclusiones

**Primera:** Se determina que existe relación significativa entre la relación del estrés académico y las habilidades sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón de Juliaca, teniendo como resultado un p valor de ,003; así también una correlación de Rho Spearman es igual a -,267 lo cual indica una correlación negativa baja.

**Segundo:** Se determina que existe relación significativa entre la relación del existe una relación significativa entre el estrés académico y la dimensión estresores en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón de Juliaca; teniendo como resultado p valor de ,000; como también una correlación de Rho Spearman es igual a -,349 lo cual indica una correlación negativa baja

**Tercero:** Se determina existe relación significativa entre el estrés académico y la dimensión síntomas en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón de Juliaca; teniendo como resultado p valor ,000; como también una correlación de Rho Spearman es igual a -,792 lo cual indica una correlación negativa baja.

**Cuarta:** Se determina existe una relación significativa entre el estrés académico y la dimensión autoexpresión de las situaciones sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón de Juliaca; teniendo como resultado p valor de ,018; como también una correlación de Rho Spearman es igual a -,212 lo cual indica una correlación negativa baja.

## **Recomendaciones**

**Primera:** Se recomienda a la Dirección Regional de Educación de Juliaca realizar un diagnóstico situacional más iniciativa hacia el personal administrativo a desarrollar un plan de trabajo anual fomentando la prevención del estrés en los universitarios.

**Segunda:** Se recomienda a las autoridades de Unidad de Gestión Educativa Local Juliaca capacitar a docentes y psicólogos para elaborar sesiones sobre el manejo de estrategias de estrés

**Tercera:** Se recomienda a los directivos y docentes elaborar talleres educativos acerca de hábitos sociales.

**Cuarta:** Se recomienda conocer el nivel de estrés de los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón de Juliaca a fin de evitar cuadros de ansiedad y mal manejo de sus habilidades sociales.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acasiete, B., y Marcatoma, K. (2021). *Relacion entre la ansiedad y el estrés académico de la facultad de administracion de una Universidad de Lima 2021* [Tesis desarrollada para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología, Universidad Autonoma de Ica]. <https://espacioimasd.unach.mx/index.php/Inicio/article/view/249/794>.
- Acasiete, B., y Marcatoma, K. (2021). *Relacion entre la ansiedad y el estrés académico de la facultad de administracion de una Universidad de Lima 2021* [Tesis desarrollada para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología, Universidad Autonoma de Ica]. <https://espacioimasd.unach.mx/index.php/Inicio/article/view/249/794>.
- Ahumada, M., y Villaroel, J. (2018). *Relación entre conductas disruptivas y conductas asertivas emitidas y percibidas por los estudiantes de Educación Física de una institución universitaria* Tesis de maestría en educación, Universidad de la Costa 1970 ].Repositorio Digital de la Universidad de la Costa 1970 <https://core.ac.uk/download/pdf/211162839.pdf>.
- Alvarado, A. (2018). *Resiliencia en Adolescentes de 2do Grado de Secundaria de una Institución Educativa Pública en el distrito de San Juan de Lurigancho, 2017* [Tesis de licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Recuperado de [http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/3081/TRAB.SUF.PROF.\\_Luz%20Katherine%20Alvarado%20Acostupa.pdf?sequence=2&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/3081/TRAB.SUF.PROF._Luz%20Katherine%20Alvarado%20Acostupa.pdf?sequence=2&isAllowed=y)
- Alvarez, S. (2020). *Habilidades sociales en estudiantes del ciclo V del colegio Bolivariano, Cusco 2020* (Vol. 21, Issue 1) [Tesis desarrollada para optar el Título de Licenciada en Psicología, Universidad Autonoma de Ica]. [http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/877/1/Sharmely Alvarez Zuñiga.pdf](http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/877/1/Sharmely%20Alvarez%20Zu%C3%B1iga.pdf).

- Amaya Bonilla, M. (2019). La relación de las habilidades emocionales y el estrés académico. *Revista Educación Y Desarrollo Social*, 12(1), 90–115. <https://doi.org/10.18359/reds.2996>
- Apaza, G., y Mamani, C. (2019). *Habilidades sociales en una muestra de estudiantes, según datos sociodemográficos de una zona rural, 2019* [Tesis para optar el grado de bachiller de Psicología, Universidad Peruana Unión]. Archivo digital <http://hdl.handle.net/20.500.12840/2937>.
- Araujo, E. (2022). *Niveles de estrés y habilidades sociales en adolescentes de 15 a 17 años, en La Unidad Educativa Palora – Ecuador* [Tesis de titulación, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio UPCH <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/2500608>.
- Ariovich, A. (2020). *Elementos básicos para el procesamiento, el análisis y la interpretación de la información estadística en salud* (1a ed). Los Polvorines: Universidad Nacional de General Sarmiento. <https://ediciones.ungs.edu.ar/wpcontent/uploads/2020/04/9789876304504-completo.pdf>.
- Arribas, J. (2013). Hacia un modelo causal de las dimensiones del estrés académico en estudiantes de Enfermería. *Revista de Educacion*, 360, 533–556. <https://doi.org/10.4438/1988-592X-RE-2011-360-126>
- Baena Paz, G. (2017). *Metodología de la Investigación*. Editorial Patria S.A.
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110–129. <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/principal.html>
- Barraza, A. (2018). Inventario Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico. In *Ecorfan®*. [http://www.ecorfan.org/libros/Inventario\\_SISCO\\_SV21/Inventario\\_sistémico\\_cognoscitivista\\_para\\_el\\_estudio\\_del\\_estrés.pdf](http://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV21/Inventario_sistémico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estrés.pdf)
- Bedoya, F, Matos, L. y Zelaya, E. Niveles de estrés académico,

manifestaciones psicosomáticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima en el año 2012. *Rev Neuropsiatr [Internet]*. 2014;77(4):262-270. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rnp/v77n4/a09v77n4.pdf>.

Berrio, N. y Mazo, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 67. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/11369>.

Bernardo, A., González, S., Valle, A., González, R., Rodríguez, S., Roces, C., Núñez, J., González, P., González-Pianda, J., Álvarez, L., y Muñiz, R. (2003). Adaptabilidad y cohesión familiar, implicación parental en conductas autorregulatorias, autoconcepto del estudiante y rendimiento académico. *Psicothema*, 15(3), 471-477.

Bittar, M. (2008). Investigación Sobre Burnout Y Estilos De Personalidad En Estudiantes Universitarios . *Revista de Psicología Del Trabajo y de Las Organizaciones*, 2–112. [https://www.uib.es/digitalAssets/177/177915\\_2.pdf](https://www.uib.es/digitalAssets/177/177915_2.pdf).

Blanco, L., y Nunta, E. (2018). *Autoconcepto y habilidades sociales en estudiantes de primer grado de secundaria, Ucayali, 2018* [Tesis para optar el grado académico de maestro en psicología educativa, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/27643>

Cabezas, E., Andrade, D., y Torres, J. (2018). *Introducción a la metodología de la investigación científica*. Comisión Editorial de la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE.

Caldera, J., Reynoso, O., Angulo M., Cadena, A., y Ortíz, D.. (2018). Habilidades sociales y autoconcepto en estudiantes universitarios de la región Altos Sur de Jalisco, México. *Escritos de Psicología / Psychological Writings*, 11(3), 144–153. <https://doi.org/10.5231/psy.writ.2018.3112>.

Caldera, J.; Pulido, B. y Martínez, M. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro

Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 7. 77-82.

[https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu\\_desarrollo/anteriores/7/007\\_Caldera.pdf](https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/7/007_Caldera.pdf)

Castagnetta, O. (2016, 18 de junio). Estrategias de afrontamiento: ¿qué son y cómo pueden ayudarnos? *Psicología y Mente*.  
<https://psicologiaymente.com/psicologia/estrategias-afrontamiento>

Castro, D. y Cortés, R. (2023). Influencia de inteligencia emocional y habilidades sociales en contextos escolarizados. Revisión sistemática. *Ciencia Latina. Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 9342-9359.  
[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i1.5133](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.5133).

Chacho, G. (2020). *Evaluación de nivel de estrés académico de los estudiantes de Pre grado de la Facultad de Ciencias Químicas de la Universidad de Cuenca periodo marzo – julio 2019* [Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Magister en Seguridad e Higiene Industrial, Universidad de Cuenca].  
[http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/35032/1/Trabajo de Titulación.pdf](http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/35032/1/Trabajo%20de%20Titulaci%C3%B3n.pdf).

Delabrida, Z., Santos, C. y Barletta, J. (2018). Social Skills, Stress, Academic Performance in University Collective Houses. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 14(1), 21–30. <https://doi.org/10.5935/1808-5687.20180004>.

Dongil, E. y Cano, A. (2014). Habilidades Sociales. Sociedad Española para el estudio de la Ansiedad y el Estrés (SEAS).  
<http://adopcionpuntodeencuentro.com/web/wpcontent/uploads/Habilidades-sociales.pdf>.

Fierro, C., Díaz-azuara, S., y Tobón, S. (2019). Estudio del eustrés académico desde el enfoque socioformativo mediante la cartografía conceptual. *Educación y Humanismo*, 21(37), 8–27.  
<https://doi.org/10.17081/eduhum.21.3>.

- Gaeta, L. y Galvanovskis, A. (2009). Asertividad: Un análisis teórico-empírico. *Enseñanza e Investigación En Psicología*, 14(2), 403–425. <http://www.redalyc.org/pdf/292/29211992013.pdf>.
- Gismero, E. (1997). Escala de habilidades sociales. In *Madrid: TEA publicaciones*.
- González, M. (2006, 15 de julio). En Manejo del estrés. España: Innovación y calificación. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rmc/v145n4/art08.pdf>
- Guevara, M. (2021). *Estrés académico y habilidades sociales durante la enseñanza remota en estudiantes del primer semestre de Senati - Chiclayo* [Tesis para obtener el grado académico de maestra en psicología educativa, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/76522>.
- Hernández, R., y Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. McGraw-Hill Interamericana. <http://repositorio.uasb.edu.bo:8080/bitstream/54000/1292/1/Hernández- Metodología de la investigación.pdf>.
- Hernández, S., Fernández, C., y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. Mc Graw Hill. <https://doi.org/10.17081/eduhum.21.37.3123>.
- Hidalgo, C., y Abarca, C. G. (1999). *Comunicación interpersonal: programa de entrenamiento en habilidades sociales*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=390918>
- Huertas, R. (2017). *Habilidades sociales de los estudiantes de 4 años de la I.E.I. N° 001 María Concepción Ramos Campos - Piura, 2016* [Tesis de maestría, Universidad de Piura]. Archivo digital [https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/3140/MAE\\_EDUC\\_362.pdf?sequence=1](https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/3140/MAE_EDUC_362.pdf?sequence=1).
- Instituto de Opinión Pública (2018, marzo). *Boletín Una mirada a la salud mental desde la opinión de los peruanos [n°150]*.

<https://es.scribd.com/document/524420346/Boletín-Estado-de-la-Opinión-Pública-Una-mirada-a-la-salud-mental-desde-la-opinión-de-los-peruanos-2018#>.

Jauregui, S. (2021). *Nivel de salud mental positiva y habilidades sociales en estudiantes de enfermería de una universidad pública antes y durante la pandemia COVID-19*. [Para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. <https://hdl.handle.net/20.500.12672/16653>.

Kelmansky, D. (2009). Estadística para todos: Estrategias de pensamiento y herramientas para la solución de problemas. Colección las ciencias naturales y las matemáticas. <http://www.bnm.me.gov.ar/giga1/documentos/EL001858.pdf>.

Lazarus, R., y Folkman, S. (1984). Stress, appraisal and coping. New York: Springer Publishing Company. *Scientific Research*, 7 (14), 221–238. [https://www.scirp.org/\(S\(czeh2tfqw2orz553k1w0r45\)\)/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=1927117](https://www.scirp.org/(S(czeh2tfqw2orz553k1w0r45))/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=1927117).

Malagon, B. (2018, 17 de mayo). *Técnica encuesta*. <http://tecnicacuencuesta1.blogspot.com/2018/05/definicion-de-encuesta-se-denomina.html>.

Martínez Díaz, E., y Días Gómez, D. (2007). Una aproximación psicosocial al estrés Universitario. *Educación y Educadores*, 10(2), 11–22. <https://www.redalyc.org/pdf/834/83410203.pdf>.

Mayorga, R., Sillis, K., Martínez, A., Salazar, D., y Mota U. I. (2020). Cuadro comparativo “Estadística inferencial y descriptiva.” *Educación y Salud Boletín Científico Instituto de Ciencias de La Salud Universidad Autónoma Del Estado de Hidalgo*, 8 (16), 93–95. <https://doi.org/10.29057/icsa.v8i16.5806>.

Mercado, Y. (2021a). *Estrés académico y habilidades sociales en estudiantes de la facultad de medicina humana de la facultad de medicina humana de una Universidad de una Universidad Nacional de Puno 2020* [Para

obtar el título de Licenciada en Psicología, Universidad Autónoma del Perú, Facultad de Ciencias Humanas]. [https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1935/Mercado Estevez%2C Yessica Vilma.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1935/Mercado_Estevez%2C_Yessica_Vilma.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Mercado, Y. (2021b). Estres Academico y habilidades sociales en estudiantes de la facultad de medicina humana de UNA universidad nacional de Puno-2022 [Para obtener el título de licenciada en psicología, Universidad Autónoma del Perú]. In *Universidad Autónoma de Perú*. [http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/905/1/Grimaldo Garcia%2C Margarita Isabel.pdf](http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/905/1/Grimaldo_Garcia%2C_Margarita_Isabel.pdf).

Ministerio de Salud (2005, noviembre). Manual de Habilidades Sociales en Adolescentes Escolares. [http://bvs.minsa.gob.pe/local/PROMOCION/170\\_adolesc.pdf](http://bvs.minsa.gob.pe/local/PROMOCION/170_adolesc.pdf).

Ñaupas, H., Valdivia, M., Palacios, J. ., y Romero, H. (2018). Metodología de la investigación cuantitativa-cualitativa y redacción de la tesis. In *Journal of Chemical Information and Modeling* , 5 (53), 9. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>.

Otzen, T., y Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una población a estudio. *International journal of morphology*, 35(1), 227-232. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>.

Organización Mundial de la Salud (2018). *Salud Mental*. Recuperado de [https://www.who.int/topics/mental\\_health/es/](https://www.who.int/topics/mental_health/es/).

Pacheco, J. (2017). Estrés académico de los estudiantes de enfermería en una Universidad privada de Puerto Rico y su asociación con el rendimiento académico [Tesis Doctoral, Universidad de Malaga]. Archivo digital <https://hdl.handle.net/10630/15903>.

Palomino, G., y Romero, C. (2019). *Estrés académico y habilidades sociales de los estudiantes del V ciclo de la facultad de ciencias administrativas*

de la Universidad Nacional del Callao, 2018. (Vol. 9) [Tesis para optar el grado académico de maestro en investigación y docencia universitaria, Universidad Nacional del Callao]. [http://repositorio.unac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12952/4486/PALOMINO\\_ROMERO\\_FCE\\_2019.pdf?sequence=4&isAllowed=y](http://repositorio.unac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12952/4486/PALOMINO_ROMERO_FCE_2019.pdf?sequence=4&isAllowed=y).

Palomino, G. y Romero, C. (2018). *Estrés académico y habilidades sociales de los estudiantes del V ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, 2018* [Tesis de maestría, Universidad Nacional del Callao]. Archivo digital <http://hdl.handle.net/20.500.12952/4486>.

Peñafiel, E., y Serrano, C. (2010). Habilidades sociales. In *Revista De educación*. [https://books.google.com.pe/books?id=zpU4DhVHTJIC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=zpU4DhVHTJIC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false).

Pinedo, M. (2018). Niveles de habilidades sociales en estudiantes de quinto grado de secundaria de una institución educativa, Belén 2018 [Informe de trabajo de suficiencia profesional para optar el grado de licenciada en psicología, Universidad Científica del Perú]. Repositorio digital Universidad Científica del Perú. <http://repositorio.ucp.edu.pe/handle/UCP/601>.

Pompa, E. (2017). Ansiedad, estrés y obesidad en una muestra de adolescentes mexicanos. *Univeritas Psychologica*, 2(1), 2- 18. [https://www.redalyc.org/jatsRepo/647/64752604018/647\\_52604018.pdf](https://www.redalyc.org/jatsRepo/647/64752604018/647_52604018.pdf)

Quico, E., y Pantigoso, M. (2019). *Habilidades sociales y juegos cooperativos en niños y niñas de 5 años de la institución educativa inicial El Altiplano Cono Norte - 2018* [Tesis para optar el título de segunda especialidad con mención en educación inicial, Universidad Nacional de San Agustín]. Repositorio digital <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/8431>.

Quispe, M. (2020). *Competencias emocionales y el estrés académico en los*

*estudiantes de una Universidad privada de Chincha Alta, 2020* [Tesis desarrollada para optar el Título de Licenciada en Psicología, Universidad Autónoma de Ica]. [http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/919/1/Milly\\_Soledad\\_Quispe\\_Pachas.pdf](http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/919/1/Milly_Soledad_Quispe_Pachas.pdf).

Ramos, J. (2020). *Estrés Académico en relación al Estado Nutricional de los estudiantes de la Escuela Profesional de Nutrición Humana UNA-PUNO 2019* [Tesis para optar el título profesional de: Licenciada en nutrición humana, Universidad Nacional del Altiplano]. Repositorio UNAP [http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/13245/Ramos\\_Quispe\\_Judith\\_Rosario.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/13245/Ramos_Quispe_Judith_Rosario.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Rodríguez, E. (2020). *Estrés académico, tipos de estrategias de afrontamiento con nivel de habilidades sociales en estudiantes de Enfermería* [Tesis para optar el título profesional de Licenciado en enfermería, Universidad Nacional de Trujillo]. Repositorio digital <http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/15938/1920.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Román, C., y Rodríguez, Y. (2021). El estrés académico: una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. *Revista Electronica de Psicología Iztacala*, 14(2), 131–136. <https://doi.org/10.1007/s004110000049>.

Román, C., Ortiz, F. y Hernández, Y. (2008). El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de medicina. *Revista Iberoamericana de Educación*, 46 (7), 1-8. <https://rieoei.org/historico/deloslectores/2371Collazo.pdf>.

Ruiz, L. (2022, 22 de marzo). *¿Qué es la psicometría?* *Psyciencia*. <https://www.psyciencia.com/que-es-la-psicometria/>.

Sánchez, H., Reyes, C., y Mejía, K. (2018). Manual de Términos en Investigación científico, Tecnología y humanística. In *Vicerrectorado de Investigación* (Vol. 1). <https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro->

manual-de-terminos-en-investigacion.pdf.

Serrano, C. (2018). *Relación entre resiliencia y estrés académico en los estudiantes de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, Pusuquí* [Tesis de psicología, Universidad Central del Ecuador] <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/16515>.

Tamayo, L. (2018). *Uso de redes sociales y habilidades sociales en adolescentes de 4º y 5º de secundaria de la Institución Educativa pública generalísimo don José de San Martín 20334, de la provincia de Huaura 2018* [Tesis para optar el grado académico de Maestra en Psicología Educativa, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio UCV [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/22472/Tamayo\\_ALT.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/22472/Tamayo_ALT.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Tamayo, S. (2020, 13 de julio). voz del experto 7 consejos para que los jóvenes universitarios no caigan en estrés o depresión durante la pandemia. <https://noticias.unab.cl/voz-del-experto-7-consejos-para-que-los-jovenes-universitarios-no-caigan-en-estres-o-depresion-durante-la-pandemia/>.

Torres, D. (2022). *Niveles de estrés y habilidades sociales en adolescentes de 15 a 17 años, en La Unidad Educativa Palora - Ecuador* [Tesis para optara al grado de maestra en pssicologia clinica, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio digital UPCH <https://hdl.handle.net/20.500.12866/11833>.

Troya, A. H. (2019). Técnicas estadísticas en el análisis cuantitativo de datos. *Revista SIGMA*, 15(1), Art. 1. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7128947>.

Vargas, D., y Paternina, Y. (2017). Relación entre habilidades sociales y acoso escolar. *Cultura Educación y Sociedad*, 8 (2), 61–78. <https://doi.org/10.17981/cultedusoc.8.2.2017.05>.

Villareal, N. (2018). Las habilidades sociales, una herramienta indispensable en la educación de hoy: Una experiencia significativa en la Institución

Educativa Fidel de Montclar. *Boletín Informativo CEI* 3(1), 58 - 65.  
<https://revistas.umariana.edu.co/index.php/BoletinInformativoCEI/article/view/923>.

## ANEXOS

### Anexo 1. Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p><b>Problema general</b></p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre estrés académico y habilidades sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022?</p>	<p><b>Objetivo general</b></p> <p>Determinar la relación que existe entre estrés académico y habilidades sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022</p>	<p><b>Hipótesis general</b></p> <p>Existe relación significativa entre estrés académico y habilidades sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022.</p>	<p><b>Variable 1:</b></p> <p>Estrés académico</p> <p><b>Dimensiones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>D.1:</b> Estresores</li> <li>- <b>D.2:</b> Síntomas</li> <li>- <b>D 3.</b> Estrategias de afrontamiento</li> </ul>	<p><b>Tipo de investigación:</b></p> <p>Básica</p> <p><b>Nivel:</b></p> <p>Correlacional</p> <p><b>Diseño:</b></p> <p>No experimental</p>
<p><b>Problemas específicos</b></p> <p><b>P.E.1.</b></p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre estrés académico y estresores en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022</p>	<p><b>Objetivos específicos:</b></p> <p><b>O.E.1.</b> Determinar la relación que existe entre estrés académico y estresores en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022</p>	<p><b>Hipótesis específicas:</b></p> <p><b>H.E.1.</b></p> <p>Existe relación significativa entre estrés académico y estresores en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022</p>	<p><b>Variable 2:</b></p> <p>Habilidades sociales</p> <p><b>Dimensiones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>D.1:</b> Autoexpresión de situaciones sociales</li> <li>- <b>D2:</b> Defensa de los propios derechos como consumidor</li> <li>- <b>D3:</b> Expresión de enfado o disconformidad</li> <li>- <b>D4:</b> Decir no y cortar interacciones</li> <li>- <b>D5:</b> Hacer peticiones</li> </ul>	<p><b>Población:</b></p> <p>Conforman 125 estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón</p> <p><b>Muestra:</b></p> <p>125 estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón</p>

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p><b>P.E.2.</b> ¿Cuál es la relación que existe entre estrés académico y síntomas en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022?</p>	<p><b>O.E.2.</b> Determinar la relación que existe entre estrés académico y síntomas en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022</p>	<p><b>H.E.2.</b> Existe relación significativa entre estrés académico y síntomas en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022.</p>	<p>- D6: Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto</p>	
<p><b>P.E.3.</b> ¿Cuál es la relación que existe entre estrés académico y autoexpresión de las situaciones sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022.</p>	<p><b>O.E.3.</b> Determinar la relación que existe entre estrés académico y autoexpresión de las situaciones sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022</p>	<p><b>H.E.3.</b> Existe relación significativa entre estrés académico y autoexpresión de las situaciones sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior</p>		

## Anexo 2. Instrumento de recolección de información

### INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO

Apellidos y Nombres:

Edad:

Carrera y semestre:

Sexo:

1.- Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

Si

No

En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “si”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

2.- Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de estrés, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

3.- Dimensión estresores instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X. ¿Con que frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? Tomando en consideración la siguiente escala de valores.

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
N	CN	RV	AV	CS	S

**¿Con qué frecuencia te estresas?**

<b>Estresores</b>	<b>N</b>	<b>CN</b>	<b>RV</b>	<b>AV</b>	<b>CS</b>	<b>S</b>
Las sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días						
La personalidad y el carácter de los/as que me imparten clases						
La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en internet, etc.)						
El nivel de exigencia de mis profesores/as						
El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)						
Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as.						
Poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as						

4.- Dimensión síntomas (reacciones) instrucciones: A continuación, se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados. Responde, señalando con una X. ¿Con que frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado? Tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

**Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado:**

<b>Síntomas</b>	<b>N</b>	<b>CN</b>	<b>RV</b>	<b>AV</b>	<b>CS</b>	<b>S</b>
Fatiga crónica (cansancio permanente)						
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)						
Ansiedad, angustia o desesperación						
Problemas de concentración						
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad						
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.						
Desgano para realizar las labores escolares						

5.- Dimensión estrategias de afrontamiento instrucciones: A continuación, se presentan una serie de acciones que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés. Responde, encerrando en un círculo, ¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés? Tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

**¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés?:**

<b>Estrategias</b>	<b>N</b>	<b>CN</b>	<b>RV</b>	<b>AV</b>	<b>CS</b>	<b>S</b>
Concentrarse en resolver la situación que me preocupa						
Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa						
Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa						
Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa						
Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione						
Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas						
Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa						

## ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES

Apellidos y Nombres:

Edad:

Carrera y semestre:

Sexo:

A continuación, aparecen frases que describen diversas situaciones, se trata de que las lea muy atentamente y responda en qué medida se identifica o no con cada una de ellas, si le describe o no. No hay respuestas correctas, ni incorrectas, lo importante es que responda con la máxima sinceridad posible.

A= No me identifico, en la mayoría de las veces no me ocurre o no lo había.

B= No tiene que ver conmigo, aunque alguna vez me ocurra.

C= Me describe aproximadamente, aunque no siempre actúe así o me sienta así.

D= Muy de acuerdo, me sentiría así o actuaría así en la mayoría de los casos.

Encierre con un círculo la letra escogida a la derecha, en la misma línea donde está la frase que está respondiendo.

1.- A veces evito hacer preguntas por miedo a ser tonto	A B C D
2. Me cuesta telefonar a tiendas, oficinas, etc. para preguntar algo	A B C D
3. Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo	A B C D
4. Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entro después que yo, me quedo callado	A B C D
5. Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle que "NO"	A B C D
6. A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que deje prestado	A B C D

7. Si en un restaurante no me traen la comida como le había pedido, llamo al mozo y pido que me traigan uno nuevo	A B C D
8. A veces no sé qué decir a personas atractivas al sexo opuesto	A B C D
9. Muchas veces cuando tengo que hacer un halago no sé qué decir	A B C D
10. Tiendo a guardar mis opiniones a mí mismo	A B C D
11. A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a decir o hacer algo tonto	A B C D
12. Si estoy en el cine y alguien me molesta con su conversación, le pido al instante que guarden silencio	A B C D
13. Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso	A B C D
14. Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla	A B C D
15. Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme	A B C D
16. Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal vuelto, regreso allí a pedir el cambio correcto	A B C D
17. No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta	A B C D
18. Si veo en una fiesta a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar conversación con ella	A B C D

19. Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás	A B C D
20. Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas de presentación a tener que pasar por entrevistas personales	A B C D
21. Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo	A B C D
22. Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado	A B C D
23. Nunca sé cómo "cortarle" a una amigo que habla mucho	A B C D
24. Cuando decido que no me apetece volver a salir con una persona, me cuesta mucho comunicarle mi decisión	A B C D
25. Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo amablemente	A B C D
26. Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor	A B C D
27. Soy incapaz de pedir a alguien una cita	A B C D
28. Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico	A B C D
29. Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en un grupo desconocido	A B C D
30. Cuando alguien se me "cuela" en una fila hago como si no me diera cuenta	A B C D
31. Me cuesta mucho expresar mi ira, cólera o enfado hacia el otro sexo aunque tenga motivos justificados	A B C D
32. Muchas veces prefiero callarme o "quitarme de en medio" para evitar problemas con otras personas	A B C D

33. Hay veces que no se negarme con alguien que no me apetece pero que me llama varias veces	A B C D
----------------------------------------------------------------------------------------------	---------

### Anexo 3. Base de datos

#### Base de datos: Estrés académico

		ESTRÉS ACADÉMICO																				
		ESTRESORES						SINTOMAS						ESTRATEGIAS								
ITEMS		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
	1		3	3	3	1	3	2	0	3	2	3	2	0	0	2	2	2	2	5	2	5
2		3	4	3	4	3	2	3	1	2	1	0	1	0	2	1	8	1	2	4	3	5
3		3	3	2	2	1	3	3	2	1	0	3	0	0	2	5	4	4	4	5	4	4
4		2	3	3	2	2	3	3	4	4	5	4	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3
5		2	3	2	4	2	5	5	2	3	3	3	0	0	0	5	4	5	3	4	3	3
6		3	0	2	1	2	2	3	2	0	0	1	0	0	0	5	5	5	5	5	5	5
7		3	2	3	4	4	5	2	2	3	2	5	0	2	2	2	3	3	4	4	3	2
8		2	4	4	5	5	5	4	2	4	3	2	3	4	4	2	2	3	3	3	2	4
9		4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	4	5	4	5	4	2	5
10		0	0	0	0	1	1	3	4	2	2	1	0	0	0	2	5	5	5	5	5	5
11		5	3	4	2	5	4	3	4	3	3	1	1	0	1	4	4	3	4	5	4	3
12		2	0	2	1	1	2	1	0	0	1	2	1	0	1	2	3	4	3	4	3	4
13		1	1	3	5	4	4	4	3	0	0	0	0	0	0	2	0	2	3	2	2	3
14		4	3	4	4	4	3	3	4	5	5	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4
15		3	1	4	4	3	2	5	1	3	4	4	4	3	2	3	3	2	2	1	2	4
16		3	3	3	4	3	2	2	3	3	2	3	5	3	5	1	2	2	2	3	3	3
17		1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
18		3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4
19		3	2	3	2	3	4	1	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	3	4	3	4
20		3	4	4	3	3	2	3	5	4	4	3	1	5	1	4	3	2	3	2	3	4
21		5	3	0	0	0	0	0	3	4	4	1	5	5	1	4	4	4	3	3	3	3
22		2	1	3	4	1	4	2	3	4	3	1	1	1	1	1	2	3	4	4	1	2
23		3	5	2	1	2	5	5	4	4	2	3	2	3	4	1	4	1	3	4	0	2
24		5	5	4	4	5	5	4	5	4	5	3	0	2	5	5	3	2	4	5	4	4
25		4	4	0	1	1	5	2	4	2	2	3	0	1	2	3	2	2	3	2	3	3
26		4	2	4	3	3	4	3	4	4	5	4	4	3	4	3	3	2	2	2	3	3
27		5	3	3	4	5	3	4	4	4	3	3	2	1	3	3	4	4	4	4	4	4
28		4	1	4	4	3	3	3	3	5	5	5	2	2	1	3	4	3	3	4	3	4
29		4	2	2	3	4	5	3	4	4	5	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4
30		2	2	2	1	1	1	3	4	3	4	4	2	3	2	4	2	2	2	4	1	1
31		2	0	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	3	4	3	4
32		2	2	2	2	2	2	1	2	5	5	5	1	1	5	3	3	3	3	3	3	3
33		4	4	4	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3
34		4	4	3	0	0	1	1	1	2	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1
35		4	2	2	5	5	4	4	3	4	4	1	4	1	1	0	3	3	3	3	1	4
36		4	2	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	2	1	3	2	3	3	3	1	2
37		3	2	4	5	3	5	3	5	4	4	4	0	0	2	5	5	4	3	4	2	4

38	4	3	2	2	4	3	3	4	5	4	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2
39	4	2	3	3	2	5	3	4	3	4	5	3	3	4	2	3	2	4	4	3	4
40	0	1	2	1	2	2	2	4	2	2	3	0	0	1	3	2	3	2	4	1	2
41	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	4	3	4	3	4	3	4
42	3	5	2	5	1	4	2	2	2	2	5	3	5	3	2	2	3	3	3	4	3
43	2	5	2	4	4	2	5	4	2	4	0	1	0	2	2	2	2	1	0	2	2
44	3	1	2	4	2	4	4	4	3	3	4	3	3	2	2	4	4	4	3	3	2
45	4	5	2	5	2	5	1	2	3	2	2	2	2	4	4	4	4	5	2	5	5
46	3	4	4	1	4	1	2	3	4	4	5	1	2	3	2	3	4	4	4	3	4
47	4	2	5	5	5	4	1	4	5	4	5	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4
48	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	4	4	3	3	4	4
49	4	2	5	4	5	1	2	4	4	3	2	1	1	2	1	2	3	1	0	4	3
50	5	2	4	2	2	4	1	5	3	3	4	2	5	3	1	2	2	1	1	1	2
51	4	4	2	3	2	4	5	4	5	5	5	5	3	5	3	3	3	2	2	3	3
52	4	3	4	4	5	5	3	3	4	4	3	0	0	3	5	3	3	3	5	3	5
53	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
54	3	4	3	4	2	5	1	2	3	4	3	1	1	2	2	3	4	2	3	2	4
55	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	1	3	3	1	2	2	2	1	1	1
56	4	1	4	3	5	3	2	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	2	3	4	4
57	5	3	4	3	3	4	5	5	4	4	5	4	4	5	4	4	3	4	3	2	3
58	2	3	3	4	4	4	3	2	1	3	2	2	0	1	4	3	4	5	5	3	3
59	5	1	3	1	3	5	2	2	4	1	4	2	0	2	2	2	2	4	4	4	2
60	3	5	3	2	5	4	2	0	5	2	5	2	5	5	4	4	4	3	2	2	4
61	3	2	0	2	2	2	2	2	2	2	5	2	0	0	2	3	3	4	2	2	5
62	2	1	2	1	1	2	1	1	1	2	2	0	1	1	1	1	1	2	0	1	5
63	3	1	3	4	1	5	1	1	1	2	3	3	2	1	2	1	5	3	4	3	5
64	2	0	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1
65	1	2	1	2	2	3	2	4	4	4	2	5	2	1	2	5	3	4	2	5	3
66	3	1	1	1	1	2	1	3	3	3	2	0	1	2	1	3	2	2	2	2	1
67	4	2	3	3	3	3	4	4	3	4	4	2	2	4	3	3	4	2	4	2	2
68	3	2	2	2	3	3	2	1	3	2	2	2	1	2	2	2	1	2	4	4	4
69	2	4	2	5	3	4	1	1	0	0	1	0	0	1	2	3	1	3	5	5	3
70	2	4	3	5	2	4	4	0	1	0	2	0	0	0	5	5	3	4	3	3	5
71	4	2	4	4	3	5	2	2	3	2	3	2	1	4	3	2	3	2	4	2	1
72	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	2	3	4	5	4	3
73	2	2	3	4	3	2	3	1	1	1	2	0	0	2	3	3	5	4	5	4	4
74	3	2	2	1	0	4	2	3	2	3	4	1	2	2	2	3	1	1	2	3	2
75	1	1	1	0	1	2	0	2	1	0	2	0	0	1	4	3	1	3	2	2	3
76	3	1	3	2	2	3	3	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	3	3	1	1
77	3	4	4	2	1	1	3	2	1	1	2	3	2	3	4	4	3	2	2	3	4
78	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	3	1	3	1	5	5	3	1	0	1	3
79	3	0	1	0	2	4	0	1	2	0	2	0	2	0	5	5	2	4	3	4	5
80	0	0	2	4	5	4	3	0	2	1	2	1	1	0	1	1	2	1	3	4	3
81	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	2	1	1	1	2	2
82	2	1	1	1	2	3	1	2	0	4	5	0	1	3	1	2	3	1	0	1	3

83	5	1	1	2	1	2	2	2	4	4	5	2	1	4	1	2	1	2	2	3	1
84	2	1	5	5	3	4	2	1	1	3	4	0	0	2	4	3	1	2	2	1	0
85	4	3	5	1	5	1	3	3	3	2	2	3	1	4	1	2	1	2	3	1	2
86	0	0	2	2	1	2	2	0	0	0	3	2	1	3	3	3	2	3	2	2	3
87	0	0	3	2	1	3	3	3	4	0	3	2	1	1	3	2	2	1	3	5	4
88	4	3	5	2	5	5	4	3	2	3	4	3	3	4	3	2	2	4	3	3	3
89	3	2	3	4	5	4	4	4	3	3	5	1	0	4	5	1	3	4	4	3	2
90	5	2	1	1	3	5	0	0	2	5	3	5	5	5	4	2	3	5	1	3	5
91	3	2	3	3	2	3	4	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	1
92	0	5	5	5	3	3	3	3	3	3	5	3	3	3	3	3	0	3	3	3	3
93	2	1	2	1	1	3	3	2	2	1	2	0	0	3	2	3	2	4	0	2	2
94	3	3	3	2	4	4	2	0	4	4	4	2	2	3	2	2	3	3	4	3	5
95	3	4	5	3	2	4	1	3	3	3	5	3	2	5	2	5	4	3	4	4	3
96	2	2	2	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	0	0	0	5	5	4	4
97	3	2	4	5	2	5	3	2	1	1	1	1	3	2	3	2	2	4	3	3	3
98	2	3	2	3	3	3	2	4	2	2	3	5	3	4	3	2	4	3	2	3	2
99	4	2	3	1	3	4	2	3	3	4	2	2	1	3	3	3	4	3	2	3	2
100	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	5	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3
101	1	2	2	2	2	3	2	1	3	4	1	5	3	3	4	3	5	3	4	2	1
102	2	2	2	3	2	3	2	1	3	2	2	1	2	2	2	3	4	2	3	3	4
103	4	2	5	3	4	4	2	4	5	2	5	3	1	1	5	4	3	4	4	3	3
104	4	3	5	3	4	5	3	4	5	4	3	2	1	1	5	4	3	4	3	2	2
105	2	0	2	3	0	5	5	2	0	0	3	0	0	5	3	3	3	3	3	0	0
106	3	3	4	5	2	2	3	2	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	4	2	2
107	2	1	2	3	2	3	3	4	1	2	4	3	3	4	3	2	1	3	3	2	1
108	1	0	2	1	0	2	2	0	0	0	2	0	0	1	3	3	4	4	3	1	3
109	2	3	2	1	3	4	2	4	5	2	4	2	5	3	2	2	2	3	1	2	3
110	2	4	5	4	2	5	1	1	2	5	3	4	5	2	4	1	5	4	3	2	3
111	3	5	4	0	0	5	5	5	0	0	5	0	0	5	5	5	0	5	0	5	2
112	1	0	1	0	1	3	1	0	1	1	2	1	0	1	4	4	5	5	5	4	2
113	5	4	2	2	2	4	3	2	3	4	3	5	4	4	3	4	1	1	3	2	2
114	4	5	5	5	5	5	4	0	1	0	1	0	0	0	5	4	2	5	0	4	2
115	4	3	3	4	3	1	1	4	4	5	4	1	1	5	2	2	2	5	3	5	2
116	4	2	3	4	4	4	2	3	4	5	3	3	5	2	3	3	3	4	2	3	3
117	4	4	3	3	2	3	2	4	4	5	5	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4
118	3	5	1	3	5	4	3	1	2	3	3	1	1	2	2	2	3	3	3	2	1
119	4	2	1	3	2	5	1	4	3	5	5	1	0	5	5	4	4	3	5	3	4
120	4	3	3	4	4	5	4	3	4	2	3	2	1	3	3	4	2	4	5	3	5
121	3	0	5	2	2	2	0	3	5	5	3	0	3	3	4	5	2	2	2	2	2
122	3	4	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	1	1	3	1	1	2	2	2	2
123	4	4	3	3	2	3	5	3	1	0	1	2	0	0	4	5	4	1	1	1	2
124	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3
125	5	4	5	5	5	3	3	2	2	2	2	2	0	0	1	1	1	1	1	2	2

## Base de datos: Habilidades sociales

ITEMS	HABILIDADES SOCIALES																
	AUTOEXPRESION DE LAS SITUACIONES SOCIALES								DEFENSA DE LOS PROPIOS DERECHOS COMO CONSUMIDOR					EXPRESIÓN DE ENFADO O DISCONFORMIDAD			
	1	2	10	11	19	20	28	29	3	4	12	21	30	13	22	31	32
1	4	3	4	4	3	4	4	4	2	3	3	3	3	2	4	3	3
2	3	4	1	4	1	2	1	4	3	1	2	4	4	2	4	4	4
3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	3	4	1	4	4	1	1	1
4	2	2	3	4	1	1	3	2	2	1	2	4	2	2	2	2	2
5	2	3	3	3	2	3	3	2	2	4	3	4	2	4	3	1	1
6	3	3	4	4	4	4	2	1	1	2	4	1	1	4	1	1	1
7	3	3	3	2	4	3	2	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3
8	2	2	3	3	3	2	2	2	3	1	3	3	2	2	2	2	2
9	4	3	1	1	1	4	1	2	3	3	3	3	2	1	2	3	4
10	4	4	4	4	1	4	4	3	1	3	3	4	4	3	3	3	3
11	4	4	4	4	4	1	4	4	2	4	1	4	4	3	4	2	1
12	2	3	4	4	3	2	2	2	1	1	3	3	3	3	4	4	3
13	4	4	4	1	1	1	4	4	1	1	1	4	4	1	4	1	4
14	2	3	1	2	3	4	1	3	3	4	1	2	4	1	1	3	4
15	2	1	2	2	4	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	4	1
16	2	2	2	2	2	1	3	1	2	3	3	3	2	4	2	4	4
17	2	2	1	1	2	2	2	3	4	4	1	2	2	2	2	3	2
18	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2
19	1	2	2	1	1	3	3	2	2	1	2	2	2	4	4	1	1
20	2	3	2	1	3	2	3	1	2	2	4	3	2	1	4	4	1
21	4	3	1	4	4	4	4	1	2	3	4	2	4	3	1	4	1
22	2	4	1	2	1	4	4	2	2	4	4	4	4	4	2	4	4
23	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	4	3	2	2	4	2	4
24	4	4	1	4	1	4	1	1	4	4	1	1	4	1	4	4	4
25	4	4	2	4	1	4	2	1	1	1	4	4	3	3	4	4	1
26	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2
27	2	3	3	2	1	4	3	2	1	2	3	3	3	4	4	3	2
28	4	1	4	4	1	2	3	2	2	4	2	1	3	2	4	1	4
29	2	1	2	2	1	3	2	1	2	2	3	2	2	3	3	1	2
30	3	4	3	4	4	4	3	4	2	3	3	4	4	3	3	4	4
31	4	3	1	4	3	4	3	1	1	4	1	3	1	4	3	4	1
32	1	2	1	5	1	3	2	1	2	2	3	2	2	3	2	4	2
33	3	4	1	1	3	3	3	3	2	4	4	4	2	4	3	3	2
34	3	4	1	3	1	3	2	1	1	3	3	2	2	1	4	4	3
35	4	4	1	4	2	4	4	4	1	4	4	4	4	1	1	4	1
36	2	4	2	2	2	2	2	2	1	4	4	2	3	2	2	4	3
37	2	2	1	1	1	1	2	1	4	2	4	1	1	1	3	4	4
38	2	3	3	2	3	3	2	1	3	2	2	2	2	2	3	4	2
39	2	1	2	3	3	1	3	2	4	3	4	3	4	3	2	3	2

40	4	4	1	4	4	1	2	3	1	4	2	3	3	4	4	4	4
41	1	2	2	3	2	4	4	2	1	2	3	1	2	2	1	4	2
42	2	2	3	4	2	2	2	3	2	2	4	3	3	4	2	3	2
43	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4
44	4	4	2	4	2	3	3	1	2	4	1	4	4	2	3	2	4
45	4	4	2	3	1	3	4	4	1	4	4	2	4	4	2	1	4
46	1	3	2	4	3	2	3	1	1	1	1	4	2	1	4	4	3
47	2	4	3	1	3	1	3	1	1	1	3	1	4	2	4	3	3
48	4	3	3	4	5	3	3	4	1	3	2	3	3	4	3	3	4
49	3	3	1	4	2	4	1	4	4	4	1	1	2	1	3	1	1
50	2	1	2	2	2	3	2	2	2	4	3	3	4	2	3	4	1
51	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	4
52	4	4	1	4	1	4	1	2	4	1	4	4	1	1	1	4	1
53	2	2	3	3	1	3	4	2	2	1	2	2	2	1	3	4	4
54	3	3	3	3	3	2	2	4	1	2	4	4	3	3	3	2	2
55	2	2	1	1	1	1	2	1	2	4	1	1	1	1	2	4	2
56	2	4	2	2	3	2	4	2	1	2	2	3	3	4	4	4	3
57	1	1	1	1	1	1	3	1	3	1	3	1	2	1	1	2	1
58	3	2	3	4	3	2	4	2	3	3	2	2	4	3	3	2	4
59	3	3	2	1	1	2	4	4	3	2	4	2	3	2	3	3	4
60	3	2	4	4	1	2	2	1	4	2	2	4	4	4	3	3	2
61	2	3	3	2	1	1	3	3	2	3	2	2	1	2	2	3	3
62	4	2	4	4	2	2	4	1	2	4	4	4	2	1	2	4	4
63	3	2	3	3	3	3	3	3	1	4	2	2	2	3	2	2	2
64	3	4	3	1	1	1	1	1	4	2	1	2	1	2	4	2	4
65	3	4	1	4	1	4	1	3	2	1	4	4	4	3	2	1	2
66	2	3	3	4	1	1	4	3	1	4	4	2	3	1	2	2	2
67	2	2	1	2	2	4	2	1	2	1	4	3	2	3	3	3	4
68	3	3	2	3	2	2	4	3	1	3	1	3	2	3	2	2	2
69	3	4	3	4	3	4	4	4	1	3	4	3	1	3	3	3	4
70	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	1	4	4	3
71	2	3	1	2	1	1	4	3	3	3	3	1	3	2	4	3	3
72	4	3	3	4	1	2	3	2	3	2	3	1	1	2	2	3	2
73	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3
74	2	4	2	2	2	1	2	1	2	2	3	4	4	2	2	2	4
75	2	2	2	4	1	2	2	3	1	2	3	2	1	2	3	3	3
76	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	1	1	3	3	3	2	4
77	4	4	1	2	4	4	4	3	1	3	4	2	3	2	3	4	2
78	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4
79	4	2	2	4	2	4	3	2	2	3	3	3	4	4	2	1	4
80	4	2	1	1	1	1	3	1	1	1	4	4	1	1	1	4	4
81	4	4	3	4	4	2	4	2	3	1	4	4	2	4	1	2	2
82	3	4	3	1	3	4	4	3	3	1	3	3	4	4	3	4	4
83	3	1	1	2	1	1	1	1	4	1	4	1	1	1	2	2	1
84	2	4	3	1	1	4	3	1	2	1	1	4	2	1	4	4	1

85	3	1	1	3	1	4	3	2	1	2	3	2	3	4	2	3	4
86	2	3	3	4	1	4	3	1	2	3	2	2	2	4	4	3	1
87	2	4	2	2	4	3	3	2	2	4	2	2	1	3	3	3	2
88	1	3	3	3	1	3	2	3	4	3	2	4	2	1	4	3	4
89	1	4	1	4	1	3	2	1	1	2	1	2	2	4	3	1	2
90	2	2	3	4	3	4	1	1	2	3	2	1	1	2	2	3	4
91	1	2	3	4	3	2	3	3	1	3	3	1	2	3	3	4	3
92	1	1	1	1	1	4	4	4	2	1	1	4	1	2	4	4	1
93	3	3	3	4	3	2	4	1	3	4	2	2	1	2	3	4	4
94	2	3	1	4	1	1	4	1	4	2	4	1	4	1	1	1	3
95	2	1	1	4	1	4	1	1	4	1	4	1	2	1	1	3	1
96	4	4	4	4	2	3	3	3	3	2	3	4	2	2	2	3	4
97	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	1	3	2	4	4	2	2
98	4	3	2	3	1	3	2	2	3	4	2	3	2	4	2	3	4
99	2	2	2	2	2	3	2	3	3	1	2	2	1	3	2	3	4
100	2	2	1	1	1	1	3	2	2	4	4	2	2	2	3	2	2
101	3	4	3	3	2	3	4	3	1	3	2	3	4	2	2	4	3
102	2	1	2	2	1	1	2	3	1	3	1	3	3	3	3	2	4
103	1	3	2	1	2	2	1	1	3	1	1	2	2	4	3	4	2
104	2	4	1	4	4	1	1	1	1	3	4	2	4	4	1	1	1
105	4	1	4	4	4	4	1	1	4	4	1	1	2	4	3	2	3
106	2	3	2	1	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	3	2	1
107	3	4	2	3	2	1	4	1	1	3	4	3	3	3	3	3	4
108	3	4	3	2	2	3	1	3	2	4	2	3	1	4	2	1	2
109	3	2	1	3	4	3	3	2	1	2	4	3	2	4	3	3	4
110	3	4	2	4	1	1	3	2	1	1	3	4	4	3	2	4	2
111	4	4	4	4	1	1	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4
112	2	3	3	4	4	3	4	4	3	2	2	2	3	1	2	4	1
113	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	4	1	1	2	3	4	3
114	4	4	2	3	1	2	1	4	2	1	1	3	4	2	3	3	4
115	2	3	2	3	2	3	2	2	3	4	3	3	2	3	2	1	4
116	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	3	3	3	4	3
117	1	1	1	1	1	4	1	1	3	1	4	3	1	1	1	1	1
118	2	4	3	3	3	4	4	4	1	3	3	3	3	4	3	3	3
119	4	4	4	4	2	4	3	4	2	2	1	3	4	4	4	4	3
120	2	2	1	2	2	2	1	1	1	3	4	3	2	3	3	2	2
121	2	2	3	3	2	1	2	2	2	3	3	4	4	2	4	4	3
122	1	2	2	3	2	4	4	2	1	3	3	2	3	4	2	3	3
123	4	4	4	2	2	4	1	3	3	4	1	2	4	4	2	4	4
124	3	3	2	2	2	3	3	3	1	3	3	2	2	3	2	2	4
125	2	3	3	3	3	2	1	3	2	3	1	3	3	1	3	2	3

	HABILIDADES SOCIALES															
	DECIR NO Y CORTAR INTERACCIONES						HACER PETICIONES					INICIAR INTERACCIONES POSITIVAS CON EL SEXO OPUESTO				
ITEMS	5	14	15	23	24	33	6	7	16	25	26	8	9	17	18	27
1	2	4	4	3	4	4	4	2	2	4	4	3	4	4	2	3
2	1	2	3	4	2	4	3	1	1	3	4	1	4	2	4	1
3	3	3	4	4	4	1	2	1	4	4	1	4	2	1	4	4
4	2	2	3	4	4	3	2	3	4	4	3	1	2	1	1	1
5	1	3	2	2	2	2	1	3	4	3	2	1	3	1	1	3
6	3	1	1	1	1	1	3	3	4	3	3	3	2	1	3	1
7	3	2	4	4	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	2	2
8	2	2	3	2	3	2	3	3	4	3	3	4	2	2	1	4
9	2	3	2	1	1	2	1	3	4	4	3	4	3	2	2	1
10	4	4	4	3	4	4	1	4	2	2	2	4	4	4	1	4
11	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3
12	3	2	2	1	2	4	2	1	4	4	1	4	3	4	1	3
13	4	2	1	3	4	2	4	1	4	3	3	1	1	1	3	2
14	1	2	2	2	3	2	1	3	4	4	3	3	1	3	1	1
15	4	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	2	1	2
16	2	3	2	1	1	2	3	2	3	3	3	3	2	1	1	1
17	1	2	3	2	3	2	1	3	2	3	2	1	2	4	2	3
18	2	2	2	3	2	2	4	3	4	2	4	3	2	3	2	2
19	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	4	4	2	3	3	1
20	3	2	2	2	2	2	4	2	3	4	2	4	1	2	2	3
21	4	3	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	3	2	3
22	4	2	4	4	1	4	2	1	4	4	4	4	3	4	1	1
23	2	1	1	4	2	3	4	1	4	2	4	2	2	3	3	3
24	1	1	1	4	4	1	2	1	4	4	4	4	1	1	4	1
25	1	2	4	4	3	4	1	3	1	4	1	4	1	1	4	1
26	2	2	2	3	3	2	3	3	4	3	2	2	1	2	2	2
27	1	3	3	1	3	3	3	4	2	4	3	2	1	3	1	1
28	2	4	2	2	4	2	2	3	4	3	3	2	2	4	3	3
29	1	1	1	1	1	1	1	2	4	3	1	1	1	1	2	1
30	3	4	4	4	3	4	4	3	2	3	4	3	4	3	1	4
31	4	2	1	1	1	4	4	2	4	4	2	4	2	4	1	1
32	1	1	1	1	1	1	1	2	4	3	1	1	1	1	2	1
33	3	2	4	4	3	3	3	3	4	2	3	3	4	3	4	4
34	1	2	4	3	2	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2
35	2	2	2	2	3	4	2	3	4	4	4	3	1	4	1	4
36	2	4	4	3	2	2	2	3	4	3	3	3	4	3	3	2
37	4	1	1	1	1	1	2	3	4	4	3	1	1	4	1	1
38	2	2	2	3	2	2	1	4	2	3	3	4	3	3	1	1
39	2	2	3	3	2	4	3	4	1	4	3	2	3	4	3	2
40	3	1	2	4	1	4	4	4	4	1	2	4	4	4	3	4

41	2	4	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	1	1	1	1
42	2	1	1	2	3	2	4	4	3	3	3	2	2	2	3	3
43	4	2	4	2	4	4	3	3	3	3	4	3	4	2	2	4
44	3	2	4	3	4	1	4	1	4	4	2	4	3	4	1	4
45	1	1	1	2	3	1	4	1	4	4	4	1	4	4	1	3
46	4	3	4	3	2	2	2	4	4	4	3	4	1	4	1	4
47	1	2	1	3	3	3	1	3	4	4	4	1	1	1	1	1
48	3	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3	4	1	5	2	4
49	2	2	1	2	4	1	4	4	3	3	1	2	1	4	2	3
50	1	4	2	3	4	2	3	2	4	4	2	4	2	2	3	3
51	4	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3
52	1	4	4	1	4	2	4	4	4	4	1	1	1	4	4	1
53	3	3	4	3	1	2	2	4	1	2	1	4	1	1	3	1
54	3	2	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	1	4
55	4	2	1	1	2	1	1	1	3	4	2	1	1	1	4	2
56	4	4	4	2	4	4	4	4	1	2	4	3	4	3	1	4
57	1	2	2	1	2	2	2	4	3	4	4	1	1	1	3	2
58	4	4	2	3	3	2	4	3	4	4	3	4	3	4	2	4
59	2	2	2	2	2	1	2	2	4	1	2	1	1	2	2	2
60	1	3	2	2	1	2	4	3	3	4	1	3	3	1	2	3
61	1	3	3	2	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	1
62	2	3	2	3	2	4	2	3	4	4	3	3	2	3	1	3
63	1	2	2	2	3	2	2	4	3	3	4	4	3	2	4	3
64	1	2	3	4	3	1	3	2	3	3	4	2	2	3	3	3
65	1	1	2	1	2	2	2	4	4	2	4	2	2	1	2	1
66	4	2	1	1	1	1	3	2	3	4	3	3	1	2	2	3
67	2	3	2	4	2	4	3	2	2	3	3	3	2	3	1	2
68	3	2	3	2	3	2	2	3	4	4	2	2	3	2	2	2
69	2	4	3	4	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	1
70	2	1	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3
71	2	1	2	2	1	2	4	3	4	3	1	1	1	2	3	2
72	3	1	4	3	2	3	3	4	4	3	4	2	3	2	3	3
73	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	4	3
74	4	3	1	1	2	2	2	4	4	2	2	2	1	2	2	1
75	2	3	3	3	3	1	2	2	4	3	2	2	3	3	2	4
76	3	2	3	2	2	3	3	2	4	3	3	3	2	3	2	2
77	4	3	3	2	4	3	4	1	4	3	2	3	2	2	3	3
78	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	2	4	3	3	3	4
79	4	4	3	3	4	4	4	3	1	4	3	3	4	4	2	4
80	1	2	3	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	2
81	2	4	2	2	3	2	2	3	4	3	4	4	4	4	4	4
82	2	3	4	2	2	3	2	3	1	3	4	2	4	3	1	3
83	1	2	1	2	1	2	3	3	4	3	3	1	2	1	1	1
84	4	3	1	1	1	2	1	3	2	4	1	1	1	4	2	2
85	4	4	3	2	2	3	3	2	4	3	3	2	1	2	1	2

86	4	4	1	2	4	2	3	1	1	2	3	4	1	1	4	2
87	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	2	4
88	1	2	3	3	3	1	4	3	4	1	3	1	1	2	2	3
89	2	3	4	2	3	3	1	3	3	3	4	2	2	3	1	3
90	2	1	3	1	3	2	3	4	4	4	2	4	2	4	4	1
91	1	2	1	3	3	2	3	4	2	3	3	3	2	2	2	2
92	4	1	1	1	2	1	4	1	1	4	1	4	1	4	1	1
93	2	3	2	3	4	2	1	1	4	4	4	2	2	3	4	3
94	4	1	1	2	4	4	1	1	4	1	1	1	2	1	1	3
95	1	1	1	2	4	2	4	4	4	4	2	2	1	1	1	1
96	2	4	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3
97	4	3	3	4	2	2	3	3	1	2	3	3	3	1	2	3
98	2	3	4	2	4	3	4	3	3	2	2	3	3	1	2	4
99	2	1	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2
100	2	4	2	2	3	4	2	4	4	3	2	1	1	1	1	2
101	4	1	2	1	2	4	2	2	4	4	2	1	2	2	1	2
102	3	1	3	3	2	2	4	3	2	3	3	3	4	2	2	3
103	3	3	1	2	1	2	3	3	3	2	2	1	2	4	2	1
104	4	4	3	4	4	2	1	1	4	1	4	1	1	1	1	1
105	4	4	4	4	4	2	1	4	4	4	3	4	4	4	4	1
106	3	2	2	2	2	3	2	3	4	3	2	2	2	1	2	2
107	4	4	4	2	3	3	4	2	4	1	2	4	4	4	1	2
108	4	4	3	3	2	3	3	3	4	2	1	3	4	3	3	1
109	4	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	4	1	4
110	1	3	2	2	3	4	4	4	4	3	4	2	3	2	2	2
111	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	1	1	1
112	1	1	3	4	1	4	4	2	4	4	3	4	3	3	3	3
113	1	1	1	1	4	2	2	1	3	3	1	1	1	1	2	1
114	3	3	1	2	1	1	3	1	4	4	2	3	1	1	1	1
115	3	3	1	1	3	1	3	2	4	4	3	4	3	3	3	3
116	2	2	1	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	1	4	1
117	2	1	2	2	4	2	3	2	4	2	3	1	1	1	4	2
118	3	3	4	3	2	3	3	2	4	3	3	3	4	4	3	4
119	3	2	4	2	3	3	4	3	4	4	3	2	3	3	4	3
120	3	2	2	3	4	1	4	1	4	2	2	2	2	2	3	1
121	4	4	2	3	4	3	2	1	4	4	3	3	2	3	3	3
122	4	3	3	3	4	2	2	3	4	4	2	3	2	2	4	1
123	2	2	3	2	1	2	2	3	3	4	2	4	4	1	4	1
124	4	3	2	2	2	3	3	1	2	3	2	3	3	2	4	4
125	3	2	2	3	3	1	4	3	4	3	1	2	3	2	3	3

## Anexo 4. Ficha de validación de instrumento



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

### INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

#### I. DATOS GENERALES

**Título de la Investigación:** Estrés académico y habilidades sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022

**Nombre del Experto:** Mariuxy Dubrasca, Sanz de Leyva

#### II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO

Aspectos para evaluar	Descripción	Evaluación Cumple/No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

#### III. OBSERVACIONES GENERALES

--

Apellidos y nombres del validador *Sanz de Leyva Mariuxy Dubrasca*

Grado académico *Doctora*

N° DNI *49000098*



INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Estrés académico y habilidades sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022

Nombre del Experto: Carlos Germán, Anaya López

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO

Aspectos para evaluar	Descripción	Evaluación Cumple/No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

I. OBSERVACIONES GENERALES

Apellidos y nombres del validador Anaya Lopez Carlos Germán  
 Grado académico Maestro en investigación y docencia universitaria  
 N° DNI 07629436



**INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN**

**I. DATOS GENERALES**

**Título de la Investigación:** Estrés académico y habilidades sociales en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón, Juliaca 2022

**Nombre del Experto:** Alejandro Alonso Leyva

**II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO**

Aspectos para evaluar	Descripción	Evaluación Cumple/No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

**II. OBSERVACIONES GENERALES**

Apellidos y nombres del validador **Alonso Leyva Alejandro**  
 Grado académico **Doctor**  
 N° DNI **004300233**

**Asunto:** Autorización

Victoria de Durango, a 21 de agosto de 2022

Gaby Reyna Yana Cayra  
Leydi Luisa Borda Zapana  
Estudiantes de la Universidad Autónoma de Ica – Perú.  
Presentes.

Por medio de la presente me permito autorizarles el uso del Inventario SISCO SV-21. Dicho inventario es de mi autoría y su validación fue reportada en el libro "Inventario SISCO SV-21. Inventario SISTémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems"; disponible en

<http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/Estres.pdf>

Para mayor información al respecto pueden consultar el video denominado "Inventario SISCO de estrés académico" disponible en

<https://www.youtube.com/watch?v=NsPEqQs3htg&t=312s>

Esta autorización es para su uso con fines exclusivamente académicos y otorgando los créditos correspondientes de autoría a un servidor.

Sin otro particular por el momento me despido reiterándoles las seguridades de mi atenta consideración.



---

Dr. Arturo Barraza Macías



**Gaby Yana Cayra** <gabiyanaacayra@gmail.com>

para mí ▾

10:34 (hace 1 minuto) ☆ ↶ ⋮

----- Forwarded message -----

De: Harumi Palacios <haru24pala@gmail.com>

Date: mié., 7 sept. 2022 12:17 p. m.

Subject: Re: permiso de la escala habilidades sociales

To: Gaby Yana Cayra <gabiyanaacayra@gmail.com>

Buen día Gaby Yana Cayra, me es grato saludarte y de mi conocimiento que se amplíe la investigación sobre las habilidades sociales, por lo tanto AUTORIZO el uso de la prueba ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES, lo único que se solicita es tomar en cuenta en las referencias a la autora principal y a mi persona. Mucha energía positiva en este camino de la investigación.

El lun, 5 sept 2022 a las 20:56, Gaby Yana Cayra (<gabiyanaacayra@gmail.com>) escribió:

buenas noches doctora Harumi Alejandra Palacios Sanchez es grato saludarla. Yo Gaby Reyna Yana Cayra y Leydi Luiza Borda Zapana, Bachiller realizando una investigación en la Universidad Autónoma de ICA - Perú, solicito a usted permiso para utilizar el instrumento EHS habilidades sociales, con fin académico, espero su pronta respuesta, de antemano gracias.

--

Lic. Harumi Alejandra Palacios Sánchez

Psicóloga

C. Ps. P. 33733



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Chincha Alta, 06 de setiembre del 2022

## **OFICIO N°192-2022-UAI-FCS**

INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO PÚBLICO MANUEL NÚÑEZ BUTRÓ  
MG. DUBAL BARRIONUEVO ABARCA  
DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN  
AV. HIPÓLITO UNANUE N° 310 – JULIACA

PRESENTE.-

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarlo cordialmente.

La Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica tiene como principal objetivo formar profesionales con un perfil científico y humanístico, sensibles con los problemas de la sociedad y con vocación de servicio, este compromiso lo interiorizamos a través de nuestros programas académicos, bajo la excelencia en formación académica, y trabajando transversalmente con nuestros pilares como son la **investigación**, proyección y extensión universitaria y bienestar universitario.

En tal sentido, nuestros estudiantes de los últimos semestres académicos se encuentran en el desarrollo de su Trabajo de Investigación, que le permitirán obtener el Título Profesional anhelado, de acuerdo con las líneas de investigación de nuestra Facultad, para los programas académicos de Enfermería, Psicología y Obstetricia. Los estudiantes han tenido a bien seleccionar temas de estudio de interés con la realidad local y regional, tomando en cuenta a la institución.

Como parte de la exigencia del proceso de investigación, se debe contar con la **AUTORIZACIÓN** de la Institución elegida, para que los estudiantes puedan poder proceder a realizar el estudio, recabar información y aplicar su instrumento de investigación, misma que a través del presente documento solicitamos.

Adjuntamos la Carta de Presentación de las estudiantes con el tema de investigación propuesto y quedamos a la espera de su aprobación que será de gran utilidad para su institución.

Sin otro particular y en la seguridad de merecer su atención, me suscribo, no sin antes reiterarle los sentimientos de mi especial consideración.



DRA. JUANA MARÍA MARCOS ROMERO  
DECANA



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

## CARTA DE PRESENTACIÓN

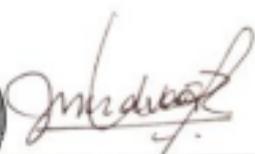
El Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica, que suscribe

Hace Constar:

Que, YANA CAYRA, GABY REYNA identificada con DNI 77471269 y BORDA ZAPANA, LEYDI LUISA identificada con DNI 75594191 del Programa Académico de Psicología, quien viene desarrollando la Tesis Profesional: **"ESTRÉS ACADÉMICO Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES I.E.S.T.P. MANUEL NÚNEZ BUTRÓN JULIACA, PUNO – 2022"**

Se expide el presente documento, a fin de que el responsable de la Institución, tenga a bien autorizar a los interesados en mención, aplicar su instrumento de investigación, comprometiéndose a actuar con respeto y transparencia dentro de ella, así como a entregar una copia de la investigación cuando esté finalmente sustentada y aprobada, para los fines que se estimen necesarios.

Chincha Alta, 06 de setiembre del 2022


RA. JUANA MARÍA MARCOS ROMERO  
DECANA

## Anexo 5. Informe de turnitin al 28% de similitud

### ESTRÉS ACADÉMICO Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DEL INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO PÚBLICO MANUEL NÚÑEZ BUTRON, JULIACA 2022

#### INFORME DE ORIGINALIDAD



#### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>repositorio.ucv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>7%</b>
<b>2</b>	<b>www.repositorio.autonmadeica.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>3</b>	<b>repositorio.une.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>repositorio.upch.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>repositorio.autonmadeica.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 1%

Excluir bibliografía

Apagado

## Anexo 6. Evidencia fotográfica

### Figura 12

*Frontis del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón*



### Figura 13

*Instrucciones para responder el instrumento en las aulas del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón*



**Figura 14**

*Respondiendo a las interrogantes de los estudiantes en las aulas del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Núñez Butrón*



**Figura 15**

*Acompañamiento del docente en la aplicación de los instrumentos*



**Figura 16**

*Aplicación de los instrumentos de recolección de información a los estudiantes de II semestre*



**Figura 17**

*Aplicación de los instrumentos de recolección de información a los estudiantes de III semestre*



**Figura 18**

*Aplicación de los instrumentos de recolección de información a los estudiantes de IV semestre*



**Figura 19**

*Aplicación de los instrumentos de recolección de información a los estudiantes de VI semestre*

