



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
UNIDAD DE SEGUNDA ESPECIALIDAD



**ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL CENTRO DE
EDUCACIÓN BÁSICA ALTERNATIVA DEL COLEGIO
GLORIOSO SAN CARLOS DE LA CIUDAD DE PUNO**

TESIS

PRESENTADA POR:

EPIFANIA CANAZA ESPILLICO

PARA OPTAR EL TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN:

EDUCACIÓN BÁSICA ALTERNATIVA

PUNO – PERÚ

2023



DEDICATORIA

Con inmenso amor y respeto a mis padres: Teodoro y Felicitas; fuentes permanentes de mi superación personal y esperanza por la vida, que, mediante su paciencia, sacrificio, cariño y apoyo supieron guiarme por el camino del bien.



AGRADECIMIENTOS

A Dios, por darme la oportunidad de vida, por las bendiciones que me brinda día a día y, por estar siempre conmigo en cada decisión tomada.

A mi patria Perú, por darme ese lujo de vivir dentro de sus fronteras.

A la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, en cuyas aulas me formé como profesional y ser humano.

A los docentes de la Universidad Nacional del Altiplano y muy particularmente a los docentes de segunda especialidad en educación básica alternativa, por sus consejos y orientaciones que me sirvieron para llegar a concluir con este proyecto y por ser los primeros en impulsarnos a realizar investigación en educación.

A mis padres por todo el apoyo incondicional que me brindaron.



ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTOS	
ÍNDICE GENERAL	
ÍNDICE DE FIGURAS	
ÍNDICE DE TABLAS	
ÍNDICE DE ACRÓNIMOS	
RESUMEN	9
ABSTRACT.....	10
CAPÍTULO I	
INTRODUCCIÓN	
1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	13
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	14
1.2.1. Problema General.....	14
1.2.2. Problemas Específicos.....	15
1.3. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO.....	15
1.4. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	16
1.4.1. Objetivo General	16
1.4.2. Objetivos Específicos.....	16
CAPÍTULO II	
REVISIÓN DE LITERATURA	
2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.....	18
2.1.1. A nivel Internacional.....	18
2.1.2. A nivel nacional	20
2.1.3. A nivel regional o local	21
2.2. MARCO TEÓRICO	23
2.2.1. Estrés Académico.....	23
2.2.2. Dimensiones del Estrés Académico	24
2.3. MARCO CONCEPTUAL	27
CAPÍTULO III	
MATERIALES Y MÉTODOS	
3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO.....	29



3.2. PERIODO DE DURACIÓN DEL ESTUDIO.	30
3.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO.	30
3.4.1. Técnica: encuesta:	30
3.4.2. Instrumento: Cuestionario	31
3.5. POBLACIÓN Y MUESTRA DE ESTUDIO.	33
3.5.1. Población.	33
3.5.2. Muestra.	33
3.6. DISEÑO METODOLÓGICO.	34
3.6.1. Enfoque Epistemológico y Paradigma de Investigación	34
3.6.2. Tipo de Investigación	35
3.6.3. Diseño de Investigación	36
3.7. PROCEDIMIENTO.	36
3.8. VARIABLES	37
3.9. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	37
CAPÍTULO IV	
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	
4.1. RESULTADOS.	38
4.1.1. Resultados del nivel de Frecuencia con que se presenta el Estrés Académico.	38
4.1.2. Frecuencia de la Presencia de estresores en los Estudiantes	40
4.1.3. Nivel de Frecuencia con que se Presentan las Reacciones Físicas, Psicológicas y Comportamentales frente al Estrés Académico	41
4.1.4. Diferencia C Frecuencia de Uso de Estrategias para Enfrentar el Estrés Académico.	43
4.2. DISCUSIÓN.	44
V. CONCLUSIONES.	46
VI. RECOMENDACIONES	49
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.	50
ANEXOS.	54

Área: Responsabilidad social de la educación

Tema: Estilos y logros de aprendizaje

Fecha de sustentación: 03 de enero del 2023



ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Nivel de Estrés Académico en los Estudiantes.	39
Figura 2. Presencia de Estresores en los estudiantes	40
Figura 3. Diferencia de la presencia de reacciones físicas, psicológicas y comportamentales frente al estrés académico.	42
Figura 4. Uso de Estrategias para Enfrentar el Estrés Académico	43



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Población Estudiantil de Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos	33
Tabla 2. Muestra de investigación	34
Tabla 3. Sistema de Variables	37
Tabla 4. Nivel de Estrés Académico en Estudiantes	38
Tabla 5. Presencia de los Estresores en los Estudiantes	40
Tabla 6. Reacciones físicas, Psicológicas ante la presencia del Estrés.....	41
Tabla 7. Uso de Estrategias para Enfrentar el Estrés Académico.....	43



ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

- CISCO** : Sistémico Cognoscitivista
PEA : Proceso de Enseñanza Aprendizaje



RESUMEN

La presente investigación tuvo como propósito establecer el nivel de estrés académico que se presenta en los estudiantes del centro de educación básica alternativa Ciclo avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno durante el año académico 2022. El diseño metodológico corresponde al enfoque epistemológico empirista-inductivo enmarcado en el paradigma positivista. Por otro lado, este estudio investigativo corresponde al enfoque cuantitativo de corte Descriptivo cuyo diseño de investigación corresponde al no experimental-transeccional transversal. La población tiene a 233 estudiantes y la muestra están constituidas por 70 estudiantes de atención presencial, a quienes se les suministró un cuestionario de 32 ítems para medir la variable Nivel de estrés académico, así mismo para alcanzar los objetivos de investigación se utilizó el estadístico descriptivo, frecuencias. A la luz del propósito de estudio los resultados evidenciados expresan que existe alta frecuencia de estrés académico en los estudiantes, de 70 estudiantes 38 que representa el 54% padecen de estrés académico.

Palabras claves: Estrés, Estrés académico, Estresores.



ABSTRACT

The purpose of this research is to establish the level of academic stress that occurs in the students of the alternative basic education center Advanced Cycle of the Colegio Glorioso San Carlos of the City of Puno during the academic year 2022. The methodological design corresponds to the empiricist epistemological approach - inductive framed in the positivist paradigm. On the other hand, this research study corresponds to the descriptive quantitative approach whose research design corresponds to the non-experimental-transsectional cross-sectional. The population has 233 students and the sample is made up of 70 face-to-face students, who were given a 32-item questionnaire to measure the variable Level of academic stress, likewise to achieve the research objectives, the descriptive statistic was used, frequencies. In light of the purpose of the study, the evidenced results express that there is a high frequency of academic stress in the students, of 70 students, 38, which represents 54%, suffer from academic stress.

Keywords: Stress, Academic stress, Stressors



CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

La Educación Básica Alternativa está dirigida a personas de 14 años a más, que no accedieron o no culminaron su primaria o secundaria, y que buscan concluir sus estudios sin dejar de trabajar. Dentro de la población estudiantil que demanda educarse en esta modalidad se encuentran los comerciantes, artesanos, adultos mayores, pobladores de comunidades originarias, personas con discapacidad, pescadores artesanales, extranjeros, jóvenes del servicio militar voluntario, trabajadoras del hogar, personas víctimas de violencia y las privadas de su libertad. El adolescente y /o joven al elegir esta modalidad de estudio está motivado en alcanzar sus objetivos de desarrollo personal, académico y sobre todo lograr la ansiada movilidad social. Sin embargo, a medida que va recorriendo este sendero empiezan a surgir dificultades emocionales, financieras, laborales etc. Que desembocan muchas veces en situaciones de estrés académico y conllevan a la deserción escolar.

En la actualidad el estrés académico ha ganado terreno dentro de la población estudiantil y en especial en la modalidad EBA que alberga a alumnos diversos. Por ejemplo, según la OPS/OMS señalan que uno de cada cuatro individuos sufre de algún problema grave de estrés. Así mismo Villacorta et al. (2022) afirma que en el Perú el estrés es un problema de salud mental que afecta al 50% de la población; está presente en todos los ámbitos incluido el educativo y es considerado como un factor grave generador de diversas patologías. Los estudiantes de la provincia de Puno no están ajenos a esta problemática tal como lo afirma Quispe (2019) el 72% de estudiantes del cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Independencia Nacional de la ciudad de Puno durante el año escolar 2018 padecen de estrés académico.

El estrés académico es un tipo de estrés cuya fuente se encuentra en el ámbito



educativo, la teoría que mejor expone el estrés académico, es el modelo sistémico cognoscitivista quienes sostienen que es como una serie de procesos valorativos ante estímulos estresores del entorno, que tienen el objetivo de lograr un equilibrio sistémico de la relación persona-entorno (Berrios & Mazo, 2011). Por otro lado desde el punto de vista de Berrío & Mazo (2010) el proceso de aprendizaje se ve afectado por diversos factores que provocan un desequilibrio emocional y psíquico dentro de los ámbitos familiar, docente y laboral, entre los diferentes factores implicados en el estrés académico cabe incluir a los moderadores biológicos (edad, sexo...), psicosociales (patrón de conducta Tipo A, estrategias de afrontamiento, apoyo social...), psico socioeducativos (autoconcepto académico, tipo de estudios, curso...) y socioeconómicos (lugar de residencia, disfrute de becas...).

A la luz de fundamentos teóricos, de hecho, antes expuestos, ponemos a consideración de los miembros del jurado y público académico la estructura organizativa del presente informe investigativo.

El primer capítulo, está referido al planteamiento y formulación del problema de investigación en este apartado se realizó una descripción e identificación de la situación problemática en la institución educativa objeto de estudio para luego formular la hipótesis de la investigación, justificación del estudio y objetivos de la investigación.

En el segundo capítulo se aborda el marco teórico, antecedentes y marco conceptual a través de una revisión de la literatura considerando contribuciones de connotados y reconocidos autores que respaldan los datos empíricos encontrados durante el desarrollo de la investigación.

Por otro lado, en el tercer capítulo se presentan los materiales y métodos implementados se inicia con la descripción de la ubicación geográfica del estudio, periodo de duración del estudio, descripción de la procedencia del material utilizado,



metodología de determinación de la población y muestra, Diseño estadístico, variables y análisis de resultados.

Finalmente, en el capítulo cuatro se presentan la discusión de los resultados donde se realiza un análisis de los resultados obtenidos, relacionándolos con las teorías y antecedentes de investigación Además se consideran las conclusiones y sugerencias, las referencias bibliográficas, así como los anexos utilizados para el desarrollo del presente estudio investigativo.

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El miedo, la preocupación y el estrés son respuestas normales en momentos en los que nos enfrentamos a la incertidumbre, a lo desconocido o a situaciones de cambios o crisis (OPS/OMS /Organización Panamericana de la Salud, n.f.). Así mismo como señalan Caldera, Pulido y Martínez , uno de cada cuatro individuos sufre de algún problema grave de estrés y en las ciudades, se estima que el 50 por ciento de las personas tienen algún problema de salud mental de este tipo (como se citó en Berrios & Mazo, 2011,p.66) Por otro lado, el estrés está presente en todos los ámbitos incluido el educativo, lo que convoca a psicólogos, docentes y padres de familia con la necesidad de conocer las consecuencias que tiene en su desempeño académico y otros.(Berrios & Mazo, 2011, P.66).

El Ministerio de Salud (MINSa) reportó que el 52.2% de la población de Lima Metropolitana sufre estrés moderado a severo, causado principalmente por el covid-19 y los problemas de salud, económicos o familiares que trae consigo la pandemia. Además, el (INSM) la investigación efectuada en una muestra de 1,823 personas, vía llamadas telefónicas, indica que el 54.6% de limeños reportó problemas para dormir. (MINSa, 2021). Otro reporte realizado por (Garay, 2020) señala que siete de cada diez peruanos se ven afectados en su salud mental en estos tiempos de la pandemia del covid-



19. Frente al importante incremento de la ansiedad o el estrés, esta realidad no es ajena a lo que sucede la ciudad de Puno considerando además que es la metrópoli. La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el estrés académico como «reacción de activación fisiológica, emocional, conductual y cognitiva ante estímulos y eventos académicos» así mismo el estrés académico se presenta en estudiantes de todas las etapas educativas, no solo en estudios superiores. Los niños y niñas en primaria pasan momentos de estrés en sus estudios al igual que adolescentes. (Como se citó en Campos, 2021).

El estrés académico está presente en las instituciones educativas de la ciudad de Puno, la investigación realizada por Quispe (2019) reporta que el nivel de estrés académico en los estudiantes del cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Independencia Nacional es alto, es decir el 72 % de estudiantes padecen de este mal. Considerando que la Institución educativa Colegio Glorioso San Carlos alberga a estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado que tiene características particulares porque además muchos de estos trabajan y estudian, situación que se constituye en caldo de cultivo para que se genere el estrés en nuestros estudiantes.

Esta realidad nos motivó a implementar la presente investigación a la luz de la teoría y las pesquisas realizadas, asumimos que existen los elementos palmarios que nos permiten afirmar que existe el problema que concita este informe de investigación.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. Problema General

¿Con qué frecuencia se presenta el estrés académico en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno durante el año académico 2022?



1.2.2. Problemas Específicos.

- ¿Cuál es el nivel de incidencia de estresores académicos en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno durante el año académico 2022?
- ¿Con qué frecuencia se presentan las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno durante el año académico 2022?
- ¿Cuál es la frecuencia de uso estrategias para enfrentar el estrés académico en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno durante el año académico 2022?

1.3. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO.

La presente investigación es importante porque aborda una problemática que enfrenta la humanidad y sobre todo la población estudiantil tanto del nivel de Educación Básica Regular, Educación superior universitaria y no universitaria. La Educación Básica Alternativa atiende a una población vulnerable porque son personas que no han tenido la oportunidad de estudiar en situaciones “regulares” La EBA ofrece atención en tres modalidades; presencial, semi presencial y virtual en esta investigación asumimos la muestra de investigación a los estudiantes de atención presencial y por tanto estos estudiantes por sus características si presentan estrés académico lo que obtendremos de los resultados de esta investigación es saber con precisión en qué nivel de frecuencia son afectados , qué estresores y con qué frecuencia los afectan. Por otro lado, existen escasas investigaciones relacionadas con el estrés académico en estudiantes de EBA además en el plano teórico servirá de fuente por que ha sido



producto de un análisis literario especializado y servirá de base para futuras investigaciones. En relación los resultados al que arribamos coadyuvan al conocimiento de la realidad además de brindar oportunidad de implementar en esta misma línea de investigación ampliar posibilidades de iniciar investigaciones en otros contextos educativos donde se aborde un tema tan importante como es el del estrés académico. Así mismo se emplea el método científico para describir el nivel de frecuencia con que se presenta el estrés en los estudiantes, que estresores y con qué frecuencia se presentan, y las reacciones que provoca el estrés en el plano físico, psicológica, comportamental y qué estrategias utiliza el estudiante para sobreponerse y sobre todo se brinda información privilegiada para que la institución educativa tome decisiones oportunas. Por otro lado, nuestra investigación presenta una relevancia social porque brinda la posibilidad de describir la realidad que afrontan muchas instituciones educativas y constituir un referente para poder afrontar esta problemática que atañe a la comunidad educativa.

1.4. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.4.1. Objetivo General

Establecer la frecuencia con que se presenta el estrés académico en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno durante el año académico 2022.

1.4.2. Objetivos Específicos.

- Determinar el nivel de incidencia de estresores en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno durante el año académico 2022



- Identificar la frecuencia con que se presentan las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno durante el año académico 2022
- Identificar la frecuencia de uso de estrategias para enfrentar el estrés académico en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno durante el año académico 2022.



CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1. A nivel Internacional.

En la investigación titulada “Estrés académico en estudiantes universitarios” realizado por Restrepo et al. (2020) se propuso analizar el estrés académico en estudiantes universitarios para ello asume el enfoque cuantitativo, transversal y de nivel descriptivo con una muestra de 450 estudiantes de tres universidades de Medellín y el Valle de Aburrá utilizando el Inventario SISCO del Estrés Académico. Respecto a los resultados se asume que el estrés se manifiesta a través de un conjunto de reacciones no hará más que menguar y perjudicar la capacidad intelectual y el desempeño académico de los estudiantes y en muchos casos, el estrés académico (en conjunción con otras problemáticas) podría derivar en fracaso y deserción. Incluso podrían entretejer una trampa muy riesgosa para la salud y el proyecto de vida de personas jóvenes, en su mayoría menores de 25 años.

En el trabajo de investigación realizado por Silva Ramos et al. (2020) tuvo como propósito determinar el nivel de estrés en estudiantes universitarios .La metodología implementada señala un estudio cuantitativo, descriptivo y correlacional en una muestra de 255 estudiantes. Se utilizó el inventario SISCO, ya que permite identificar el estrés en estudiantes de educación superior y posgrado. Los resultados sostienen que el 86.3% de los participantes presentan un nivel de estrés moderado, se determinó independencia entre el nivel de estrés y el sexo de los participantes.

Por otro lado, en una investigación realizada a nivel internacional se encontró a Lya Feldman et al. (2008) quienes se propusieron evaluar el estrés académico, el apoyo social y su relación con la salud mental y el rendimiento académico en estudiantes



universitarios. Trabajaron con 321 estudiantes de carreras técnicas en Caracas. Los resultados indican que las condiciones favorables de salud mental están asociadas con un mayor apoyo social y un menor estrés académico. Ambos presentaron mejor rendimiento cuando el estrés académico percibido fue mayor y el apoyo social de las personas cercanas fue moderado.

En la investigación de la Mexicana González (2020) cuyo propósito fue establecer la asociación del estrés académico con la pandemia por la COVID-19, realizado el análisis preliminar de resultados de la Escala de Afrontamiento del Estrés Académico (A-CEA) y del Cuestionario Percepción del Estrés Académico en estudiantes universitarios asociado a la COVID-19, arriba a los siguientes resultados, se muestran una disminución de la motivación y del rendimiento académico con un aumento de la ansiedad y dificultades familiares, especialmente para estudiantes de escasos recursos económicos en una universidad pública del sur de México.

Los argentinos (Piemontesi et al., 2012) se propusieron relacionar el afrontamiento y la ansiedad ante exámenes con el fin de contribuir a clarificar dichas relaciones. Asumieron trabajar con 816 estudiantes universitarios con baja, moderada y alta ansiedad ante los exámenes. Se examinaron las relaciones entre cada estilo de afrontamiento y las cuatro dimensiones de la ansiedad. El análisis multivariante de la varianza (MANOVA) brindó diferencias significativas en los estilos de afrontamiento de acuerdo al nivel de ansiedad, los estudiantes más ansiosos se caracterizan por los estilos de autoculpa y rumiación auto focalizado y los menos ansiosos por aproximación y acomodación.

En Ecuador Izurieta-Brito et al. (2022) en su investigación se propusieron identificar la relación entre estrés académico y el trastorno de ansiedad generalizada ocasionado por la pandemia COVID-2019. Metodológicamente el estudio corresponde



al tipo descriptivo-correlacional, emplearon el Inventario Sistemático Cognoscitivo de Estrés Académico (SISCO) y la Escala para el Trastorno de Ansiedad Generalizada (GAD-7), aplicados a 359 estudiantes universitarios del Ecuador en el periodo Mayo-Junio 2020. Los resultados sostienen que existe una moderada correlación positiva entre estrés académico y ansiedad generalizada se reflejó en un $\rho = 0,68$. Concluyendo que existen niveles elevados de estrés académico en estudiantes universitarios, con mujeres como el grupo más afectado.

El investigador mexicano Barraza (2018) en su trabajo investigativo titulado *“Inventario Sistemático Cognoscitivistas para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems”* se propone validar una segunda versión del Inventario SISCO para el estudio del estrés académico, para ello se llevó a cabo un estudio instrumental mediante la aplicación de una versión ampliada del Inventario SISCO. Esta versión se compuso de 45 ítems y fue aplicada a 994 alumnos, de los cuales el 48.1% cursaba estudios de bachillerato, el 46.3% estudios de licenciatura y el 5.6% de posgrado. El procedimiento seguido en el análisis de las propiedades psicométricas. Los resultados permitieron llegar a una versión de 21 ítems que muestra un equilibrio en las tres secciones que conforman el cuestionario y buenas propiedades psicométricas, tanto en la confiabilidad como en las evidencias de validez. Ante estos resultados se considera que la segunda versión del Inventario SISCO de 21 ítems representa una buena opción para la medición y el estudio del estrés académico.

2.1.2. A nivel nacional

En el plano nacional el trabajo de investigación presentada por Acajina (2017) tuvo como propósito establecer las propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico en Universitarios de la ciudad de Trujillo, se trabajó con una muestra de 845 alumnos de pregrado, de diferentes carreras, con edades se encuentran entre 18



a 25 años, de ambos sexos. Asimismo, se analizó evidencias basadas en el contenido, mediante el criterio de jueces, encontrándose índices satisfactorios, también se analizó evidencias de validez basadas en la estructura interna basada en el AFC, siendo los índices RMSEA 0.076 denotado aceptable, GFI .82 siendo un buen ajuste, (CFI) de 0.84. Siendo ajustes aceptables, referente a confiabilidad se obtuvo mediante el estadístico de Omega, obteniendo un resultado de 0.85 en la dimensión estímulos estresantes, estrategias de afrontamiento con 0.74 y en la dimensión de síntomas se obtuvo resultado de 0.94.

Así mismo, en el ámbito nacional encontramos a Milagros y Méndez (2022) quienes se propusieron asociar el estrés académico y los niveles de deserción en estudiantes de estadística de un instituto superior de salud, privado de Lima. La investigación es cuantitativa, no experimental, transeccional y su diseño es correlacional. Se aplica la encuesta usando la Escala de SISCO del Estrés académico y un cuestionario de deserción académica. Concluyeron que a mayor estrés académico mayor deserción en los estudiantes de estadística. Existe falta de información acerca del afrontamiento al estrés por parte de los estudiantes, esto influye significativamente en la toma de decisiones no acertadas, lo que deviene en una alta probabilidad de deserción

2.1.3. A nivel regional o local

En el ámbito regional encontramos a Condori y Castro (2020) quienes se propusieron identificar el nivel de estrés académico en los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la IE Inmaculada Concepción, implementaron el enfoque cuantitativo, aplicada, descriptivo y no experimental transversal, trabajaron con una muestra de 110 estudiantes entre los 14 a 17 años, donde 72 son mujeres y 38 son hombres, así mismo usaron como instrumento de investigación el Inventario para el Estrés Académico (SISCO) diseñado por Arturo Barraza Masías (2007) que mide tres dimensiones:



Estresores, Síntomas (físicos, psicológicos y comportamentales) y Estrategias de Afrontamiento. Concluyendo, que: el nivel de estrés académico en los estudiantes es severo con un 50%. Los estresores académicos más frecuentes que se presentan en los estudiantes, son: Sobrecarga de tareas con un 88.2% y Tiempo limitado con un 86.4%. Los síntomas del estrés académico más recurrentes en los estudiantes, en el subdimensión de síntomas físicos es Fatiga crónica con un 65.5%, en el subdimensión de síntomas psicológicos es Sentimientos de depresión con un 70% y en el subdimensión de síntomas comportamentales es Desgano para realizar las labores escolares con un 62.7%.

En la Universidad Nacional de San Agustín Zea (2021) implemento la investigación titulada “Estrés académico en tiempos de pandemia en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del distrito de Cocachacra- Arequipa” donde se propuso determinar las diferencias significativas del estrés académico en tiempos de pandemia según la edad y el sexo, en los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa del distrito Cocachacra- Arequipa, esta investigación es cuantitativa, de tipo descriptivo comparativo, con un diseño no experimental y transversal; el muestreo no probabilístico intencional permitió seleccionar una muestra de 114 estudiantes, los cuales 68 eran mujeres y 46 hombres que cursan el 4° y 5° de secundaria. Se aplicó el Inventario del estrés académico SISCO SV (Adaptado de Barraza, 2018). Los resultados sostienen la predominancia leve en relación al nivel de estrés académico general. En la dimensión estresores predominó el nivel leve de estrés académico, en la dimensión síntomas predominó el nivel moderado y con respecto a la frecuencia de uso de estrategias de afrontamiento, predominó el nivel leve.

En Escuela de Postgrado de la Universidad Nacional del Altiplano, Dueñas (2017) desarrolló la investigación titulada “Estrés académico y estrategias de



afrontamiento en estudiantes de la universidad nacional del altiplano Puno” para optar el grado académico de Doctoris scientiae en educación. La investigadora se propuso determinar el grado de relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento, el método que se utilizó fue el de la encuesta con la correspondiente utilización de instrumentos psicológicos que cumplen los requisitos necesarios de validez y confiabilidad. La población son 18,666 estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano y la muestra es de 377 estudiantes la misma que fue estratificada tomando en cuenta a los estudiantes de octavo y noveno semestre de las diferentes escuelas profesionales. Los resultados a los cuales se arribó fue que el estrés académico de los estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano es alto con un 75.3%, las estrategias de afrontamiento que utilizan son regulares.

2.2. MARCO TEÓRICO

2.2.1. Estrés Académico.

Barraza (2018) en su investigación señala que el estrés académico es “aquel que manifiestan los alumnos cuando los maestros, en lo particular, o la institución, en lo general, le demandan ciertas exigencias de actuación relacionadas con su aprendizaje, por ejemplo: hacer una exposición, presentar un examen, elaborar un ensayo, etc. y estas demandas son valoradas por los propios alumnos como desbordantes de su capacidad para realizarlas con éxito” (p.2)

El estrés académico es un malestar general que viven las personas estudiantes (de diferentes etapas académicas) ante sus estudios. Esos malestares se manifiestan con la ansiedad, frustración, ira, apatía, aislamiento, conflictos, pensamientos de incapacidad, dificultad en resolución de situaciones, infravalorarse, y conductas diversas. (Campos, 2021, p.1)



2.2.2. Dimensiones del Estrés Académico

2.2.2.1. Estresores

De acuerdo con Berrios & Mazo (2011) “el estrés no tiene una causa particular. El estresor, es decir, el agente desencadenante del estrés, es un factor que afecta la homeostasis del organismo, y puede ser un estímulo físico, psicológico, cognitivo o emocional” (p.75). Así mismo los estresores académico se pueden definir como los factores del ambiente educativo que generan presión o sobrecarga al estudiante (Restrepo et al., 2020).

Sobre los estresores (Awé, Gaither, Crawford & Tieman (2016) sostienen que los estresores como: la carga académica, las largas horas de estudio, los exámenes, las calificaciones, el escaso tiempo libre y la dificultad que representa para el estudiante el trabajo de clase, hacen parte de los factores causales del estrés académico. (Citado por Restrepo et al., 2020, p.26) .Por otro lado Pozos-Radillo et al. (2015) en su investigación concluye que “los estresores académicos de sobrecarga académica, trabajos obligatorios, participación ante el grupo y masificación (hacinamiento en el aula) pueden ser predictores de sintomatología física, psicológica y comportamental” (p.41).

De acuerdo con Berrío & Mazo (2010) dentro de las fuentes generadoras de estrés académico y la intensidad con las que percibe el estudiante se pueden considerar que las demandas académicas percibidas con mayor frecuencia como estresores por los estudiantes son: La sobrecarga de tareas académicas, a falta de tiempo para realizar el trabajo académico, los exámenes y evaluaciones de los profesores, la realización de trabajos obligatorios, en todos ellos con menor intensidad que el resto de estresores.(p.172). Así mismo desde la posición del mismo autor el estrés académico en los alumnos viene determinado por las demandas que generan las tareas académicas y la falta de tiempo para realizar denominada también sobrecarga académica además



encontramos otros estresores tales como los exámenes, exceso de horas de clase entre otros. (Berrío & Mazo, 2010).

2.2.2.2. Síntomas del Estrés

Teniendo en cuenta a Restrepo et al. (2020) quien sostiene que las manifestaciones físicas, como conductuales de cada individuo, entre las que se encuentran el aislamiento, el desgano, ademanes nerviosos, inquietud. En cuanto a las respuestas psicológicas destacan la incapacidad para concentrarse, la irritabilidad y la pérdida de confianza en sí mismo, junto con la incapacidad de tomar decisiones. (p.28)

Desde otro punto de vista (Berrío & Mazo, 2011; Casartelli & Patsai, 2012; Díaz, 2010). Afirman que el estrés académico genera alteraciones en el estado emocional, de las dificultades en las relaciones interpersonales o de la salud física. Alguna de sus manifestaciones se identifica en reacciones físicas (o fisiológicas no relacionadas con enfermedades de origen orgánico), psicológicas (cognoscitivas o emocionales) y comportamentales (actitudes o conducta en la sociedad) consideradas como no adaptativas. (Citado en Pozos-Radillo et al., 2015, p.36).

2.2.2.2.1. Manifestaciones físicas

Como señala (Dueñas, 2017) en su investigación “Los indicadores o síntomas de la situación estresante (desequilibrio sistémico) manifiestan reacciones físicas o corporales que fácilmente se pueden observar y que permite detectarlas, se mencionan a continuación:

- Dolores de cabeza: Ocasionados porque el problema supera o desborda las fuerzas del estudiante.
- Insomnio: Falta de sueño.
- Problemas digestivos: Tales como diarreas, cólicos, náuseas.
- Fatiga crónica: Está cansado todo el tiempo.



- Sudoración excesiva: Se presenta aun sin haber realizado una actividad física” (p.26)

2.2.2.2.2. Manifestaciones Psicológicas.

De acuerdo con Dueñas (2017) El estrés académico es un estado esencialmente psicológico porque presenta estresores mayores (amenazan la integridad vital del individuo y son ajenos a su valoración) y estresores menores (se constituyen en tales por la valoración que la persona hace de ellos). La modalidad de Educación Básica Alternativa por las formas de atención que tienen (presencial semi presencial y virtual) y sobre todo por la población que la componen dentro de las encontramos a personas que trabajan, amas de casa, entro otros se constituyen en factores que influyen en la estabilidad psicológicas de los estudiantes quienes además tienen que enfrentar situación de presión. (p.27)

2.2.2.2.3. Manifestaciones comportamentales

- Tal como señala (Dueñas, 2017) en su investigación “Estas tienen que ver específicamente con la conducta que manifiesta la persona y las manifestaciones son más objetivas y visibles, se mencionan a continuación:
- Conflictos: Desavenencias entre los compañeros del aula.
- Desgano para realizar las labores académicas: Desinterés en las asignaturas.
- Aislamiento: Evitar todo tipo de contacto social.
- Disminución del arreglo personal: No preocuparse por su aspecto personal
- Fumar o beber: Caer en estos hábitos para disipar el estrés.
- Desorden alimentario: Ingesta de los alimentos a deshoras.” (p.28)

2.2.2.3. Estrategias de Afrontamiento del Estrés

Tal como dice (Lazarus y Folkman, 1986) respecto al proceso de afrontamiento como “el proceso a través del cual el individuo maneja las demandas de la relación individuo-ambiente que evalúa como estresantes y las emociones que ello genera” (como se citó en Berrios & Mazo, 2011, p.77). Por otro lado asumiendo el estilo personal de afrontar el estrés en el mismo Berrios & Mazo (2011) señala que los estilos de afrontamiento son disposiciones personales estables, que permiten hacer frente a las diferentes situaciones estresantes así mismo entendido en afrontamiento como proceso este se define como “esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes (...) para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (p.77).

Lazarus y Folkman (1988) formularon ocho estrategias de afrontamiento: confrontación, distanciamiento, autocontrol, búsqueda de apoyo social, aceptación de la responsabilidad, escape-evitación, planificación de solución de problemas y reevaluación positiva. (Citado en Berrios & Mazo, 2011, p.77)

Por otro lado (Cabanach, Valle, Rodríguez, Piñeiro y Freire, 2010) señala que “El concepto de afrontamiento hace referencia al tipo de estrategias adoptadas por la persona para hacer frente a esa situación estresante a partir de la evaluación cognitiva acerca de la misma: modificar la situación, aceptar, buscar información, demorar la respuesta, etc. (citado en Dueñas, 2017 p.29)

2.3. MARCO CONCEPTUAL

Estrés: Es el resultado particular entre el individuo y el entorno, el cual es evaluado como amenazante o desbordante de sus recursos y que por lo tanto pone en peligro su bienestar.

Estrés académico: Proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente



psicológico que se presenta cuando el alumno se ve sometido en contextos académicos a una serie de demandas que bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores que provocan un desequilibrio sistémico que se manifiesta en una serie de síntomas y cuando este desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el desequilibrio.

Estrategias de afrontamiento: Esfuerzos constantes cognitivos y comportamentales del individuo por gestionar las demandas concretas externas y/o internas que se perciben como agotadoras o excesivas para los recursos propios y los esfuerzos encaminados a regular los estados emocionales que están en relación con o son una consecuencia de las situaciones estresantes.

Estresor: Cualquier suceso, situación, persona u objeto que se percibe como estímulo o situación que provoca una respuesta de estrés en la persona evaluada.

Sistema: Lo constituyen la familia, el grupo, sociedad donde el individuo se desarrolla y es influenciado.



CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO.

El Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno, lugar donde se desarrolló la presente investigación, está ubicado en el distrito de Puno provincia de Puno y departamento de Puno. Esta institución forma parte de la Unidad de Gestión Educativa local de Puno, la institución educativa maneja una población de 1372 estudiantes en total entre educación básica regular (nivel secundario) y educación básica alternativa (ciclo avanzado) según el censo del año 2021. Pertenecientes a un nivel socioeconómico estrato bajo, y un total de 15 docentes, 4 personales administrativos y 75 padres de familia. El modelo educativo plasmado en el PEI de esta institución es el socio-crítico; y su visión al 2022: “Institución líder en la formación científico humanista con identidad regional y bolivariana; autónoma, creativa, investigadora; capaz de enfrentar nuevos retos y solucionar problemas, promoviendo y practicando cambios éticos, sociales, políticos y culturales con elevada autoestima”. De igual manera, la misión institucional, se perfila en ser colegio comprometidos en brindar un servicio educativo de calidad, en el área científico – humanista, con docentes capacitados e innovadores, para potenciar el desarrollo de las capacidades cognitivas y, formar alumnos creativos, inteligentes, participativos, críticos y reflexivos, practicando valores positivos, para fortalecer las relaciones humanas, con un elevado nivel de autoestima y resolver la problemática de su realidad; comprometiendo a la comunidad para garantizar el servicio educativo con una eficiente gestión, acorde a las expectativas y exigencias de la sociedad .



3.2. PERIODO DE DURACIÓN DEL ESTUDIO.

La presente investigación se inició con un proceso de revisión bibliográfica en el mes de diciembre de 2021 luego se inició con la formulación del proyecto y posterior presentación, revisión y aprobación del mismo por parte de los miembros del jurado evaluador, en una reunión de dictamen dirigido por el presidente del jurado evaluador, que duró los meses de enero a mayo. La ejecución del proyecto tuvo una duración de dos meses (junio y julio) iniciándose con la presentación de la solicitud para que la institución educativa autorice la ejecución del proyecto, se procedió con la reunión con los estudiantes del segundo y tercer grado de la institución educativa, recolección de datos a través del instrumento de investigación propuestos e inmediatamente se procedió a la sistematización de los datos finalmente se procedió con la redacción del borrador de tesis. Todo este proceso tuvo una duración de un año es decir iniciándose el 09 de enero del 2021 y concluyendo el mes de julio, cumpliéndose con el periodo previsto.

3.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO.

El recojo de los datos se realizó utilizando las siguientes técnicas e instrumentos:

3.4.1. Técnica: encuesta:

Para Arias (2012) la técnica de investigación es el procedimiento o forma particular de obtener datos o información, en esta investigación privilegiamos la técnica de la Encuesta. Según el mismo Según Arias (2012) la encuesta “es una técnica que pretende obtener información que suministra un grupo o muestra de sujetos acerca de sí mismos, o en relación con un tema en particular”, en la presente investigación se privilegia la encuesta porque considero responde al diseño de investigación y me permite responder a los objetivos de investigación, ha servido para re recopilar información mediante el cuestionario previamente diseñado, el mismo fue aplicado a la muestra seleccionada para la investigación, la información que se recogió se refiere al



Nivel de Estrés Académico en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno durante el año académico 2022.

3.4.2. Instrumento: Cuestionario

Un instrumento de recojo de datos es cualquier recurso, dispositivo o formato, que se utiliza para obtener información (F. Arias, 2012). En esta investigación la investigadora utiliza el cuestionario que desde la posición del mismo (F. Arias, 2012) “Es la modalidad de encuesta que se realiza de forma escrita mediante un instrumento o formato en papel contentivo de una serie de preguntas. Se le denomina cuestionario autoadministrado porque debe ser llenado por el encuestado, sin intervención del encuestador”. De cara a la consecución de los objetivos propuestos, se ha utilizado el Inventario Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico, la misma es descrita a continuación:

Ficha Técnica

Descripción General.

Nombre original: Inventario Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico.

Nombre abreviado: Inventario SISCO.

Autor: Arturo Barraza Macías

Procedencia: México, Federación Mexicana de Psicología A.C. ID

Administración: Es un instrumento auto administrado de sencilla y rápida aplicación y de fácil comprensión, individual o colectiva.

Duración: Sin tiempo limitado para su resolución; su aplicación dura entre 20 y 25 minutos.



Aplicación: Alumnos de educación secundaria, superior y posgrado (especialización, maestría y doctorado).

Descripción: Para (Barraza , 2018) “el inventario SISCO para el estudio del estrés académico, muestra buenas propiedades psicométricas en las investigaciones donde se le ha utilizado y donde se le ha validado o adaptado, el inventario consta de tres dimensiones que hacen referencia a cada uno de los componentes sistémico procesuales del estrés (estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento), 15 ítems se indagan los síntomas del estrés, mientras que 09 ítems se refieren a frecuencia de presencia de los estresores y las estrategias de afrontamiento en 8 ítems. Cada ítem está codificado en una escala tipo Likert de cinco puntos (Nunca, Rara vez, Algunas Veces, Casi Siempre, Siempre)”

Validez y Confiabilidad:

La validez se refiere al grado en que un instrumento en verdad mide con exactitud la variable que verdaderamente busca medir, la validez de un instrumento se evalúa en base a; validez de contenido, criterio, constructo, expertos y de comprensión. (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018) en esta investigación se adoptó la validación a través de juicio de expertos de tres destacados docentes universitarios. Por otro lado, respecto a la confiabilidad del instrumento se adoptó los resultados asumidos por (Barraza, 2018) quien sostiene respecto a las propiedades psicométricas que “el inventario en su totalidad presenta una confiabilidad en alfa de Cronbach de 0.85.

La dimensión de estresores presenta una confiabilidad de 0.83; la de síntomas presenta una confiabilidad de 0.87; y la de estrategias de afrontamiento una de 0.85. Todas ellas también en alfa de Cronbach”

3.5. POBLACIÓN Y MUESTRA DE ESTUDIO.

3.5.1. Población.

La población es el conjunto de individuos que son motivo de investigación (Ñaupas et al., 2014) con características comunes para los cuales serán extensivas las conclusiones del estudio (F. Arias, 2012). Considerando que el propósito de la investigación es establecer la frecuencia en el nivel de Estrés Académico en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno, y al conocer la cantidad de sujetos que integran la población estudiantil quienes se encuentran registrados en la nómina de matrícula correspondiente al año académico 2022 (J. A. Arias & Covinos, 2021), asumimos como población del presente estudio a los 233 alumno(as) matriculados en la institución educativa mencionada, que detallamos en la siguiente tabla:

Tabla. 1

Población Estudiantil de del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos

Forma de Atención	1° Grado	2° Grado	3° Grado	4° Grado	Total
Presencial	24	28	42	41	135
Semi Presencial	12	10	15	17	54
Distancia	11	8	13	12	44
Total	47	46	70	70	233

3.5.2. Muestra.

Para Hernandez-Sampieri y Mendoza (2018) una muestra “es un subgrupo de la población o universo que interesa, sobre la cual se recolectarán los datos pertinentes, y deberá ser representativa de dicha población”. Así mismo la selección de la muestra debe ser motivo de especial atención puesto que el valor de las conclusiones depende

en buena medida de la representatividad de la muestra, en tal virtud la muestra se determinó por muestreo no aleatorio o empírico de tipo intencional opinático es decir no tiene base estadístico- matemático.(Ander-Egg, 2001). La muestra está constituida por los alumnos(as) del segundo y tercer grado de la forma de atención presencial como se muestra en la siguiente tabla:

Tabla 2

Muestra de investigación

Atención Presencial	Número de Estudiantes	Porcentaje
2° Grado	28	40%
3° Grado	42	60%
Total	70.	100%

3.6. DISEÑO METODOLÓGICO

3.6.1. Enfoque Epistemológico y Paradigma de Investigación

La Epistemología es metaconocimiento sobre el conocimiento. Entonces, nuestras propias formas de producir conocimiento y de resolver problemas, influyen notablemente en una interpretación del concepto de epistemología. Los Estilos de Pensamiento, que ocurren en la vida cotidiana se relacionan con los enfoques epistemológicos, el estilo de pensamiento vendría a ser el responsable del modo en que vemos las cosas, del modo en que las conocemos y del modo en que solemos controlarlas (manejo de información y solución de problemas) (Padron, 2014) Por su parte, Hernández Sampieri et al. (2014), consideran que la investigación “es un conjunto de procesos sistemáticos, críticos y empíricos que se aplican al estudio de un fenómeno o problema.” Por tanto, la forma de concebir el proceso investigativo está relacionado con el enfoque epistemológico escogido; razón por la cual, el presente trabajo de investigación se enmarca bajo un enfoque **empirista- inductivo**, ya que enfatizan en la realidad inmediata que rodea al investigador y que es captada por los sentidos y en la presente investigación se busca Establecer el nivel de Estrés Académico en el Centro



de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno. Este enfoque se inclina por el tratamiento estadístico de datos recolectados, a partir de la toma de muestras; caracterizándose por la construcción de generalizaciones producto de un análisis descriptivo de la única variable. (Padron, 2014). Así como el enfoque epistemológico es importante en el campo investigativo, las decisiones que se toman en un problema de investigación dependen de igual manera del paradigma, el cual se convierte en gran medida en la forma cómo se concibe la realidad social. Rodríguez (2003) afirma que un paradigma puede ser entendido como “un conjunto de creencias y actitudes, como una visión del mundo compartida por un grupo de investigadores; y que implica, específicamente, una metodología determinada en la práctica de la investigación.”. En tal virtud, la investigación en curso se apoya en el **paradigma positivista**. De acuerdo a lo anterior el mismo Rodríguez (2003) expone que las hipótesis planteadas en esta línea “se definen a priori, desde la experiencia y la teoría existente, en forma de proposiciones que luego son contrastadas empíricamente bajo condiciones cuidadosamente controladas.”. Lo anterior, guarda relación con el actual proyecto que establece Objetivos General y específicos, las cuales son definidas como respuesta a los fenómenos que están siendo objeto de estudio.

3.6.2. Tipo de Investigación

La investigación corresponde al *enfoque cuantitativo de alcance descriptivo* porque tiene como finalidad especificar las propiedades y características de conceptos fenómenos, variables o hechos en un contexto determinado. En nuestro caso sobre el Estrés Académico en estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno (Hernandez-Sampieri & Mendoza, 2018)



3.6.3. Diseño de Investigación

El diseño de investigación es el plan y estructura del estudio investigativo cuyo propósito es proporcionar respuestas a preguntas de investigación y controlar la varianza (Kerlinger & Howard, 2002), la presente investigación corresponde al **diseño no experimental-transeccional transversal** puesto que observamos los fenómenos tal como se dan en su contexto natural además al recolectar los datos lo hicimos en un solo y mismo momento (Hernandez Sampieri et al., 2014).

3.7. PROCEDIMIENTO

Tomando en cuenta los objetivos que se pretenden alcanzar se decidieron proceder tomando en cuenta cuatro fases:

Fase 1: Fase de labor administrativa y aplicación de los cuestionarios. Una vez aprobado la ejecución del proyecto por el respectivo jurado revisor en fecha 03 de junio del 2022 con OFICIO N°045 – 2022 – CI/SE-FCEDUC–UNAP se procedió con solicitar autorización para implementar el instrumento de investigación a las unidades de investigación. El cuestionario con escalamiento Likert (Inventario Sistemático Cognoscitivista para el estudio del estrés académico) se implementó en forma presencial a los 70 estudiantes del segundo y tercer grado de educación secundaria de la modalidad presencial.

Fase 2: Fase de procesamiento de la información. Una vez recogida la información, se procedió a procesar la información a través de SPSS versión 26, para ello se ha formulado base de datos.

Fase 3: Fase de análisis de resultados estadísticos: Una vez obtenida los resultados se organizó en la base de datos de SPSS se seleccionó los estadígrafos Análisis de datos descriptivo- Frecuencias.

Fase 4: Conclusiones y recomendaciones: Finalizada la etapa de análisis de los datos, se procede a realizar las conclusiones, así mismo, se realizan recomendaciones a la institución intervenida sobre diferentes aspectos observados durante el desarrollo del presente trabajo investigativo. Es así entonces, que con las recomendaciones sugeridas se pretende advertir sobre un alto porcentaje de estrés en los estudiantes.

3.8. VARIABLES

Tabla 3

Sistema de Variables.

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍNDICES	VALORES	MEDICIÓN NIVEL
Estrés Académico	Estresores	Estresores mayores			
		Estresores menores		00 – 79	
	Síntomas	Físicos			
		Psicológicos	Nunca.		
		Comportamentales	Rara vez.		
	Estrategias de afrontamiento	Habilidades sociales	Algunas veces.	80 – 94	Alto Medio
		Hábitos	Casi siempre.		Bajo
		Actividades religiosas	Siempre		
		Uso de las tecnologías		95 - 160	
		Planificación			
		Actividades recreativas			

3.9. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

El proceso de análisis de resultado se inició a partir de la base de datos organizados en el software Estadístico IBM-SPSS versión 26.0, con el cual se elaboraron las tablas de contingencia a nivel descriptivo de la variable en estudio. Por tratarse de una investigación descriptiva con una sola variable y al no haberse formulado las hipótesis no se utilizó ningún estadígrafo.



CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS

El capítulo presenta los resultados de la investigación tomando en cuenta el objetivo general y los tres objetivos específicos, para efectos de una presentación que permita al lector ubicarse y comprender, se inició con el objetivo que permite establecer el nivel de estrés académico en los Estudiantes de la Institución que es objeto de Estudio, luego presentamos los resultados que responden a los objetivos específicos; Presencia de estresores en los estudiantes, reacciones físicas, psicológicas y comportamentales y finalmente el uso de estrategias para hacer frente al estrés.

Para la recolección de los datos cuantitativos se utilizó el cuestionario denominado Inventario Sistemático Cognoscitivista para el estudio del estrés académico, con 32 ítems que corresponden a tres dimensiones. Se utilizó la siguiente escala: Nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre, siempre.

4.1.1. Resultados del nivel de Frecuencia con que se presenta el Estrés

Académico

Tabla 4

Nivel de Estrés Académico en Estudiantes.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Alto	38	54
Medio	18	26
Bajo	14	20
Total	70	100

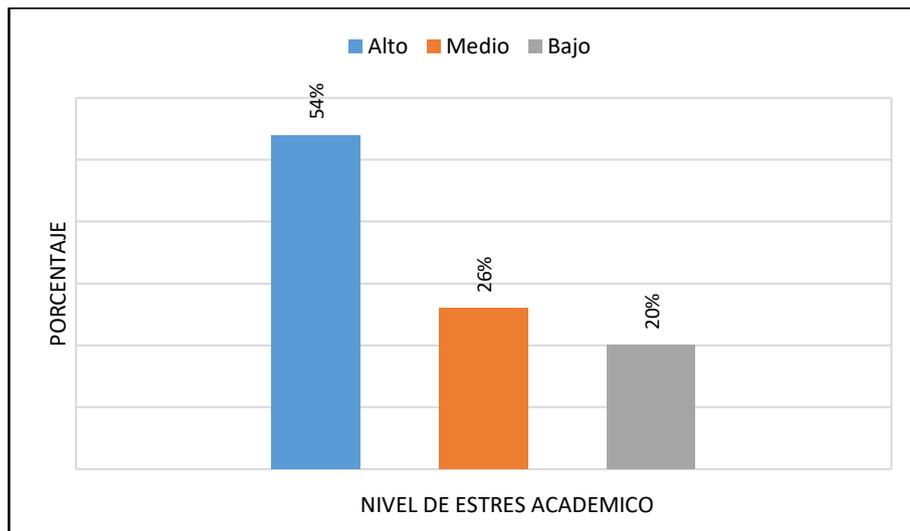


Figura 1

Nivel de Estrés Académico en los Estudiantes.

Interpretación.

A La luz de los resultados representados en la tabla 4 y figura 1, respecto al nivel de estrés académico en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos existe una alta incidencia del estrés académico representado por un 54% de estudiantes es decir 38 alumnos experimentan estrés académico, así mismo se aprecia que 14 estudiantes que representa el 20% no experimentan estrés alguno. Estos resultados evidencian que en los estudiantes se expresan el estrés a raíz exigencias de actuación relacionadas con su aprendizaje, por ejemplo: hacer una exposición, presentar un examen, elaborar un ensayo, etc. y estas demandas son valoradas por los propios alumnos como desbordantes de su capacidad para realizarlas con éxito” (Barraza, 2018,p.2).Por tanto es necesario implementar acciones que permitan sobrellevar el estrés con capacidades de resiliencia con que cuentan los estudiantes y comunidad educativa en general.

4.1.2. Frecuencia de la Presencia de estresores en los Estudiantes

Tabla 5

Presencia de los Estresores en los Estudiantes

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Alto	22	32
Medio	33	47
Bajo	15	21
Total	70	100

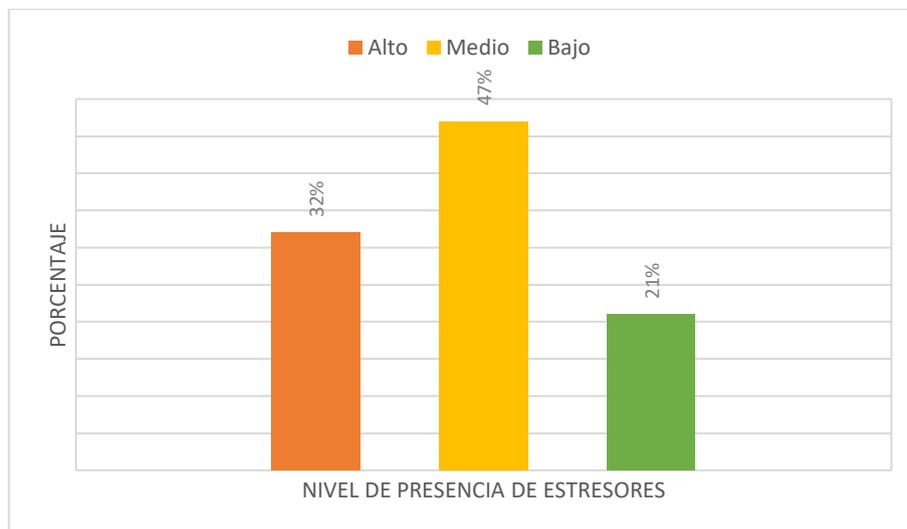


Figura 2

Presencia de Estresores en los estudiantes

Interpretación.

Los resultados que se presentan en la tabla 5 figura 2, refleja que, en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos, se presentan estresores de distintas características tal es así que el 65% de adolescentes manifiestan haber experimentado situaciones que inquietaron su tranquilidad. Sin embargo, el 29 % expresa que nunca o rara vez se inquietaron ante

situaciones estresantes. Los agentes que desencadenan el estrés están relacionados a los factores del ambiente educativo que generan presión o sobrecarga en el estudiante lo que se constituye en el detonante y la presencia del estrés académico (Restrepo et al., 2020).

4.1.3. Nivel de Frecuencia con que se Presentan las Reacciones Físicas, Psicológicas y Comportamentales frente al Estrés Académico

Tabla 6

Reacciones físicas, Psicológicas y comportamentales ante la presencia del Estrés

Reacciones Frente al Estrés Académico	Valoración	Frecuencia f_i	Porcentaje %
Reacciones Físicas	Alto	15	21
	Medio	40	57
	Bajo	15	22
		70	100
Reacciones Psicológicas	Alto	14	20
	Medio	41	59
	Bajo	15	21
		70	100
Reacciones Comportamentales	Alto	20	29
	Medio	32	46
	Bajo	18	25
		70	100

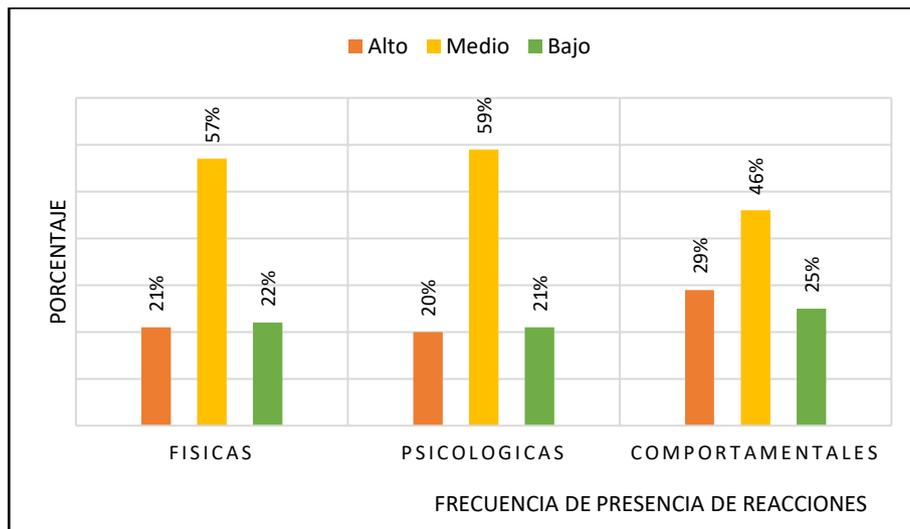


Figura 3

Diferencia de la presencia de reacciones físicas, psicológicas y comportamentales frente al estrés académico.

Interpretación.

Los resultados que se presentan en la figura 3 reflejan con elocuencia que tanto la presencia de reacciones físicas, psicológicas y comportamentales están a la par, es decir respecto a las reacciones físicas los estudiantes perciben que esta se presenta en grado medio con 57 % así mismo respecto a las reacciones psicológicas un 59% de estudiantes asumen que se presentan medianamente, igual sucede con las reacciones comportamentales con un 46%. Sin embargo, es preciso señalar que la diferencia es significativa entre las reacciones comportamentales que en comparación con las otras dos (físicas 21%, psicológicas 20%) destaca el nivel alto de su presencia con 29%. Considerando que el estrés académico genera alteraciones en el estado emocional, de las dificultades en las relaciones interpersonales o de la salud física. Alguna de sus manifestaciones se identifica en reacciones físicas (o fisiológicas no relacionadas con enfermedades de origen orgánico), psicológicas (cognoscitivas o emocionales) y comportamentales (actitudes o conducta en la sociedad) consideradas como no adaptativas. (Citado en Pozos-Radillo et al., 2015, p.36). Las reacciones relacionadas

con las actitudes es decir conductas frente a sus compañeros, familia, círculos sociales son más frecuentes en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno.

4.1.4. Diferencia C Frecuencia de Uso de Estrategias para Enfrentar el Estrés Académico

Tabla 7

Uso de Estrategias para Enfrentar el Estrés Académico

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Alto	11	16
Medio	49	70
Bajo	10	14
Total	70	100

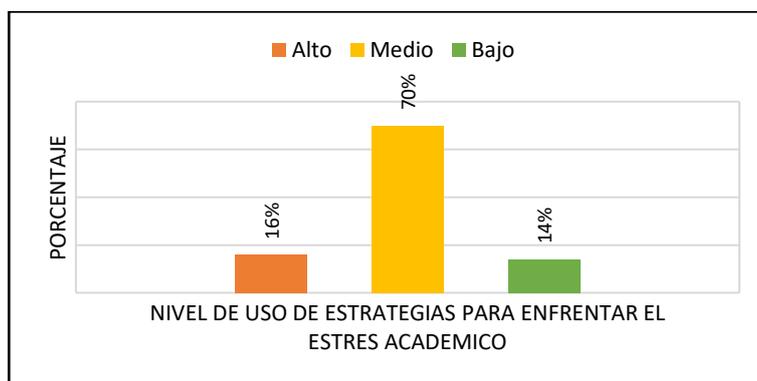


Figura 4

Uso de Estrategias para Enfrentar el Estrés Académico

Interpretación.

La tabla 7 y figura 4 muestran los resultados respecto a la frecuencia con que los estudiantes hacen uso de estrategias que les permita enfrentar el estrés académico, se observa que el 70% de estudiantes utilizan algunas veces las estrategias además es preciso señalar que un 16% de estudiantes utilizan en el nivel alto las estrategias y solo



un 14% de estudiantes no lo utilizan o lo utilizan raras veces. Considerando los aportes de Berrios & Mazo (2011) quien señala que los estilos de afrontamiento son disposiciones personales estables, que permiten hacer frente a las diferentes situaciones estresantes así mismo entendido en afrontamiento como proceso este se define como “esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes (...) para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (p.77). En tal virtud afirmamos que es necesario incidir que la mejora en la capacidad de uso de estrategias para hacer frente al estrés académico se debe implementar en la institución educativa.

4.2. DISCUSIÓN.

En el presente estudio investigativo se estableció el nivel de frecuencia con que se presentan los casos de estrés académico en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno durante el año académico 2022. Este estudio reporta que existen altos índices de estrés académico en los estudiantes de la institución antes mencionada, además la presencia de estresores se ubica en el nivel medio, respecto a las reacciones que generan en los estudiantes, las comportamentales son las que destacan con claridad.

La investigación contribuye al conocimiento objetivo sobre la existencia del estrés además de constituirse en una información de primera mano que será importante para la dirección y toma de decisiones que permitan advertir y prever la implementación de talleres que permitan socializar las estrategias que pueden implementar los estudiantes para hacer frente al estrés académico.

Los resultados obtenidos en esta investigación fueron semejantes a los reportados en estudios previos sobre el estrés académico sobre todo respecto al nivel de estrés en los estudiantes del 4° y 5° grado (Quispe, 2019; Condori & Castro, 2020) que



demuestran la frecuencia de alto nivel en la existencia del estrés en los estudiantes. Al igual que otros estudios que reportan a los síntomas psicológicos y comportamentales con mayor frecuencia (Restrepo et al., 2020).

El presente estudio tuvo, entre sus fortalezas, el tamaño de la muestra, así como la representatividad en los grados de estudios, sobre todo porque se eligió al segundo y tercer grado de Educación Básica Alternativa.

También se manifiestan las limitaciones respecto de la muestra de estudio, ya que solo representa a la institución de la investigación; además, la ausencia de registro de otros síntomas que podrían tener influencia sobre el estrés académico en el momento de la aplicación del cuestionario, así como las características sociales, económicas y culturales que no fueron consideradas en este estudio.



V. CONCLUSIONES

PRIMERA: A partir de los resultados se asevera que el nivel de estrés académico existente en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos es alto es decir que de 70 estudiantes 38 manifiestan que padecen de estrés y solo 14 señalan que no. por otro lado estos resultados evidencian que en los estudiantes se expresan el estrés a raíz de exigencias de actuación relacionadas con su aprendizaje, por ejemplo: “hacer una exposición, presentar un examen, elaborar un ensayo, etc. y estas demandas son valoradas por los propios estudiantes como desbordantes de su capacidad para realizarlas con éxito”

SEGUNDA: A la luz de los resultados se concluye que, se presentan estresores de distintas características tal es así que el 65% de adolescentes manifiestan haber experimentado situaciones que inquietaron su tranquilidad. Sin embargo, el 29 % expresa que nunca o rara vez se inquietaron ante situaciones estresantes. Los agentes que desencadenan el estrés están relacionados a los factores del ambiente educativo que generan presión o sobrecarga en el estudiante lo que se constituye en el detonante y la presencia del estrés académico (Restrepo et al., 2020).

TERCERA: Los resultados que se obtuvieron reflejan que tanto la presencia de reacciones físicas, psicológicas y comportamentales están a la par, es decir respecto a las reacciones físicas los estudiantes perciben que esta se presenta en grado medio con 57 % así mismo respecto a las reacciones



psicológicas un 59% de estudiantes asumen que se presentan medianamente, igual sucede con las reacciones comportamentales con un 46%. Sin embargo, es preciso señalar que la diferencia es significativa entre las reacciones comportamentales que en comparación con las otras dos (físicas 21%, psicológicas 20%) destaca el nivel alto de su presencia con 29%. Considerando que el estrés académico genera alteraciones en el estado emocional, de las dificultades en las relaciones interpersonales o de la salud física. Alguna de sus manifestaciones se identifica en reacciones físicas (o fisiológicas no relacionadas con enfermedades de origen orgánico), psicológicas (cognoscitivas o emocionales) y comportamentales (actitudes o conducta en la sociedad) consideradas como no adaptativas. . En tal virtud concluimos que las reacciones comportamentales son las que se evidencian en los estudiantes.

CUARTA: Los resultados respecto a la frecuencia con que los estudiantes hacen uso de estrategias que les permita enfrentar el estrés académico, se obtiene que el 70% de estudiantes utilizan algunas veces las estrategias además que un 16% de estudiantes utilizan en el nivel alto las estrategias y solo un 14% de estudiantes no lo utilizan o lo utilizan raras veces. Considerando que los estilos de afrontamiento son disposiciones personales estables, que permiten hacer frente a las diferentes situaciones estresantes así mismo entendido en afrontamiento como proceso este se define como “esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes (...) para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los



recursos del individuo”. En tal virtud concluimos que los estudiantes si utilizan estrategias para sobreponerse al estrés académico, pero en un nivel medio.



VI. RECOMENDACIONES

PRIMERA: A los directivos de la institución del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno se recomienda tomar en cuenta estos resultados y solicitar la asistencia de un psicólogo para orientar a los estudiantes a superar el estrés académico.

SEGUNDA: A los directivos de la institución del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos, se sugiere que organicen la escuela de padres donde especialistas invitados puedan capacitar a los padres con la finalidad de apoyar a sus hijos para superar el estrés que padecen. Se alcanza esta sugerencia debido a que en otras instituciones la escuela de padres resultó siendo muy favorable.

TERCERA: Organizar charlas informativas para que los estudiantes conozcan la existencia de estrategias que permitan superar el estrés académico.



VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acajina Carranza, L. del P. (2017). Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés. *Universidad Cesar Vallejo Escuela de Psicología, 1(0)*, 1–74.
- Ander-Egg, E. (2001). *Métodos y Técnicas de Investigación Social I. Acerca del conocimiento y del pensar científico*. 267 p.
- Arias, F. (2012). El Proyecto De Investigación: Introducción a la metodología científica. In Editorial Episteme (Ed.), *El Proyecto De Investigación* (6° Edición, Issue July 2012). <https://doi.org/10.29327/527957>
- Arias, J. A., & Covinos, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación* (ENFOQUES CONSULTING EIRL (ed.); Primera ed, Issue June).
- Barraza Macías, A. (2018). *Inventario SISCO SV-21*.
- Berrío, N., & Mazo, R. (2010). Estrés Académico. *European Journal of Education and Psychology, 3(1)*, 75–87.
- Berrios, N., & Mazo, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia, 3(2)*, 66–82.
- Campos, M. J. (2021). *EL ESTRÉS ACADÉMICO: QUÉ ES*.
- Condori, N., & Castro, N. (2020). *Arequipa Grado De Secundaria De La Ie Inmaculada Concepción* ,. UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN AGUSTÍN DE AREQUIPA.
- Dueñas, H. (2017). Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la universidad nacional del altiplano Puno. *Repositorio Institucional Una -Puno*, 1–113.
- Garay, K. (2020). *Covid-19: Siete de cada diez peruanos ven afectada su salud mental*. Diario El Peruano.
- González, L. (2020). *ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES*



- UNIVERSITARIOS ASOCIADO A LA PANDEMIA POR COVID-19. *Revista Espacio I+D Innovación Más Desarrollo*, 9(25), 158–179.
- Hernandez-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología De La Investigación : Las Rutas Cuantitativa y Mixta* (S. A. de C.V.E. McGRAW-HILL INTERAMERICANA EDITORES (ed.); primera ed).
- Hernandez Sampieri, R., Fernandez Collado, C., & Baptista Lucio, M. del P. (2014). *METODOLOGIA DE LA INVESTIGACIÓN* (Miguel Ángel Toledo Castellanos (ed.); Sexta edic). McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.
- Izurieta-Brito, D., Poveda-Ríos, S., Naranjo-Hidalgo, T., & Moreno-Montero, E. (2022). Trastorno de ansiedad generalizada y estrés académico en estudiantes universitarios ecuatorianos durante la pandemia COVID-19. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 85(2), 86–94. <https://doi.org/10.20453/rnp.v85i2.4226>
- Kerlinger, F., & Howard, L. (2002). Investigación del comportamiento. In McGRAW-HILL (Ed.), *Google Libros* (Cuarta Edi).
- LYA FELDMAN, LILA GONCALVES, GRACE CHACÓN-PUIGNAU, J. Z., NURI BAGÉS., & JOAN DE PABLO. (2008). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. *UNIVERSITAS PSYCHOLÓGICA*, 7(3), 739–751.
- MINSA. (2021). Minsa alerta que el 52.2% de limeños sufre de estrés provocado por el covid-19. In *El Peruano* (p. 283).
- Ñaupas, H., Mejia, E., Novoa, E., & Villagomez, A. (2014). Metodología de la Investigación Cuantitativa y Cualitativa y Redacción de Tesis. In منشورات جامعة دمشق (Ediciones, Vol. 1999, Issue December).
- OPS/OMS /Organización Panamericana de la Salud. (n.d.). *Salud Mental y COVID-19*.



- Padron, J. (2014). *Estilos de pensamiento y enfoques epistemológicos*. Revista Scientific. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.22714.08642>
- Piemontesi, S. E., Heredia, D. E., Furlan, L. A., Sánchez-Rosas, J., & Martínez, M. (2012). Ansiedad ante los exámenes y estilos de afrontamiento ante el estrés académico en estudiantes universitarios. *Anales de Psicología*, 28(1), 89–96.
- Pozos-Radillo, B. E., Preciado-Serrano, M. D. L., Rosa, A., Campos, P., Acosta-Fernández, M., & de los Ángeles Aguilera V., M. (2015). ESTRÉS ACADÉMICO Y SÍNTOMAS FÍSICOS, PSICOLÓGICOS Y COMPORTAMENTALES EN ESTUDIANTES MEXICANOS DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA. *Ansiedad y Estrés*, 21(1), 35–42.
- Quispe Llanos, C. G. (2019). Nivel De Estrés Académico En Los Estudiantes De Cuarto Y Quinto De Secundaria De La Institución Educativa Independencia Nacional De La Ciudad De Puno. *Tesis*, 1–56.
- Restrepo, J. E., Sánchez, O. A., & Castañeda Quirama, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicoespacios*, 14(24), 17–37. <https://doi.org/10.25057/21452776.1331>
- Rodríguez, J. (2003). PARADIGMAS, ENFOQUE Y MÉTODOS EN LA INVESTIGACION EDUCATIVA. In *Investigación educativa* (Vol. 7, p. 23 39).
- Silva Ramos, M. F., Lopez Cocolote, J. J., & Columba Meza Zamora, M. E. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios Investigación y Ciencia - 2020. *Investigación y Ciencia*, vol.28,num.79,2020,pp75-83.
- Villacorta, A., Nuñez, M., Romero, J., & Oyanguren, J. (2022). ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ESTADÍSTICA Y LA DESERCIÓN EN UN INSTITUTO SUPERIOR DE SALUD. *REVISTA IGOBERNANZA*, 5(17), 147–165. <https://doi.org/>



<https://doi.org/10.47865/igob.vol5.n17.2022.172>

Zea, M. (2021). *Estrés académico en tiempos de pandemia en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del distrito de Cocachacra- Arequipa.*

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN AGUSTÍN DE AREQUIPA.



ANEXOS



ANEXO 1

INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADEMICO V2

Dr. Arturo Barraza Macías

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

Si	
No	

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

1	2	3	4	5

DIMENSION ESTRESORES

3. En el siguiente cuadro señala con una X con que frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones.

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
01 La competencia con los compañeros del grupo					
02 Sobre carga de tareas y trabajos escolares					
03 La personalidad y el carácter del profesor.					
04 Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación etc.)					
05 Problemas con el horario de clases.					
06 El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.					
07 No entender los temas que aborda en la clase					
08 Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.					
09 Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ (Especifique)					

DIMENSION SINTOMAS (REACCIONES)

4. En el siguiente cuadro señala con una X con que frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

Subdimensión: Síntomas o Reacciones físicas					
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
01 Trastornos en el sueño (insomnio o pesadilla)					
02 Fatiga Crónica (cansancio permanente)					
03 Dolores de cabeza o migrañas					
04 Problemas de digestión, dolor abdominal o diarreas.					
05 Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
06 Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
Subdimensión: Síntomas o reacciones Psicológicas					
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
07 Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
08 Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
09 Ansiedad, angustia o desesperación					
10 Problemas de concentración.					
11 Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Subdimensión: Síntomas o reacciones comportamentales					
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
12 Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					

ANEXO 2

INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

- 1.1 Nombres y apellidos del validador : Valerio Lorenzo Arpasi
 1.2 Grado Académico : Magister Scientiarum
 1.3 Cargo e institución donde labora : Docente UNA - EPES
 1.4 Nombre del instrumento evaluado : Inventario SISCO del Estrés Académico V2
 1.5 Autor del instrumento : Arturo Baroja Masias
 1.6 Nombre del investigador : Epifania Canaza Espillico

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

Revisar cada uno de los ítems del instrumento y marcar con un aspa dentro del recuadro, según la calificación que asigna a cada uno de los indicadores.

- 1 Deficiente Si menos de 30% de los ítems cumplen con el indicador.
 2 Regular Si entre el 31% y 70% de los ítems cumplen con el indicador
 3 Buena Si más de los 70% de los ítems cumplen con el indicador.

CRITERIOS DE EVALUACION DEL INSTRUMENTO	ASPECTOS DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO INDICADORES	Deficien Regular Bueno			Observaciones sugeridas
		1	2	3	
1. Pertenencia	Los ítems miden lo previsto en los objetivos de investigación			✓	
2. Coherencia	Los ítems responden a lo que se debe medir en la variable y sus dimensiones.			✓	
3. Congruencia	Los ítems son congruentes entre sí y con el concepto que mide.			✓	
4. Suficiencia	Los ítems son suficientes en cantidad para medir la variable.			✓	
5. Objetividad	Los ítems se expresan en comportamientos y acciones observables			✓	
6. Consistencia	Los ítems se han formulado en concordancia a los fundamentos teóricos de la variable			✓	
7. Organización	Los ítems están secuenciados y distribuidos de acuerdo a las dimensiones e indicadores			✓	
8. Claridad	Los ítems están redactados en un lenguaje entendible para los sujetos a evaluar.			✓	
9. Formato	Los ítems están escritos respetando aspectos teóricos (tamaño de letra, espaciado, interlineados, nitidez)			✓	
10. Estructura	El instrumento cuenta con instrucciones, consignas opciones de respuesta bien definidas.			✓	
SUMATORIA PARCIAL		0	0	30	
SUMATORIA TOTAL				30	

Coefficiente de validez $\frac{A+B+C}{30} = .01 \dots$

Intervalos	Resultado
0.00 - 0.49	Validez nula
0.50 - 0.59	Validez muy baja
0.60 - 0.69	Validez baja
0.70 - 0.79	Validez aceptable
0.80 - 0.89	Validez buena
0.90 - 1.00	Validez muy buena

III. CLASIFICACION GLOBAL

Ubicar el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y escriba sobre el respectivo el resultado.

Validez Muy Buena

Fecha: 22-06-2022

MGR VALERIO LORENZO ARPASI
 DOCENTE DE LA - FECEUDUC - UNA
 ESPECIALIDAD CC. SS.

le

ANEXO 3

TÍTULO: ESTRÉS ACADEMICO EN ESTUDIANTES DEL CENTRO DE EDUCACIÓN BÁSICA ALTERNATIVA CICLO AVANZADO DE GLORIOSO SAN CARLOS DE LA CIUDAD DE PUNO, AÑO 2022.

PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLE UNICA	TIPO Y DISEÑO METODOLOGICO	INSTRUMENTOS Y ESCALAS DE MEDICION
<p>Problema General</p> <p>¿Con qué frecuencia se presenta el estrés académico en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno durante el año académico 2022?</p> <p>Problemas específicos.</p> <p>¿Cuál es el nivel de incidencia de estresores académicos en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno durante el año académico 2022?</p> <p>¿Con qué frecuencia se presentan las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno durante el año académico 2022?</p> <p>¿Cuál es la frecuencia de uso estrategias para enfrentar el estrés académico en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno durante el año académico 2022?</p>	<p>Objetivo General:</p> <p>Establecer la frecuencia con que se presenta el estrés académico en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno durante el año académico 2022.</p> <p>Objetivos específicos sobre caracterización del grupo</p> <p>Determinar el nivel de incidencia de estresores en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno durante el año académico 2022.</p> <p>Identificar la frecuencia con que se presentan las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno durante el año académico 2022</p> <p>Identificar la frecuencia de uso de estrategias para enfrentar el estrés académico en los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa Ciclo Avanzado del Colegio Glorioso San Carlos de la Ciudad de Puno durante el año académico 2022</p>	<p>Estrés académico</p> <p>Estresores</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estresores mayores • Estresores menores <p>Síntomas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Físicos • Psicológicos • Comportamentales <p>Estrategias Afrontamiento</p> <ul style="list-style-type: none"> • Habilidades sociales • Hábitos • Actividades religiosas • Uso de tecnologías • Planificación • Actividades recreativas 	<p>Tipo descriptivo. Diseño no experimental - transeccional transversal.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; display: inline-block; text-align: center;"> <p>M → O</p> </div> <p>Donde: M: Muestra de estudio O: Observaciones o información recogida</p>	<p>Escala de Estrés académico- (SISCO) Dr. Arturo Barraza Macías</p> <p>Escala de valoración:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nunca 2. Rara Vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre <p>Alto. : 0-79 Medio. : 80-94 Bajo. : 95-160</p>