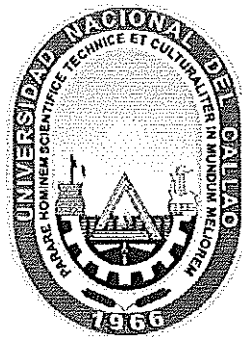


UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO

ESCUELA DE POSGRADO

**UNIDAD DE POSGRADO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS
ECONÓMICAS**



**“ESTRÉS ACADÉMICO Y HABILIDADES SOCIALES DE
LOS ESTUDIANTES DEL V CICLO DE LA FACULTAD DE
CIENCIAS ADMINISTRATIVAS DE LA UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL CALLAO, 2018”**

**SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA OPTAR EL GRADO
ACADÉMICO DE MAESTRO EN INVESTIGACIÓN Y
DOCENCIA UNIVERSITARIA**

Bach. Gladis Yliana PALOMINO MARIÑO

Bach. Carlos Jaime ROMERO HIDALGO

Callao, 2019

PERÚ

**“ESTRÉS ACADÉMICO Y HABILIDADES SOCIALES DE LOS
ESTUDIANTES DEL V CICLO DE LA FACULTAD DE
CIENCIAS ADMINISTRATIVAS DE LA UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL CALLAO, 2018”**

AUTORES

BACH. GLADIS YLIANA PALOMINO MARIÑO

BACH. CARLOS JAIME ROMERO HIDALGO

HOJA DE REFERENCIA DEL JURADO Y APROBACIÓN

MIEMBROS DEL JURADO DE SUSTENTACIÓN:

- | | |
|----------------------------------|------------|
| • Dr. Roger Hernando Peña Huamán | PRESIDENTE |
| • Dra. Zoila Díaz Talavera | SECRETARIA |
| • Mg. Rigoberto Ramírez Olaya | MIEMBRO |
| • Mg. Francisco Bazán Baca | MIEMBRO |

ASESOR: Dr. Orlando Márquez Caro

N° de Libro:

N° de Folio:

N° de Acta:

Fecha de aprobación de la tesis:

14-01-2019

Resolución de sustentación:

N°006-2019-CD-UPG-FCE-UNAC

DEDICATORIA

A nuestras familias, por su comprensión
y el sacrificio de su tiempo que se les
debería haber dedicado a ellos.

Gladis Yliana PALOMINO MARIÑO

Carlos Jaime ROMERO HIDALGO

AGRADECIMIENTO

A Dios todo poderoso, por facilitarnos a cumplir nuestros objetivos;

A nuestras familias, por el incondicional apoyo y sacrificio;

A nuestra Universidad, por proveernos de docentes calificados;

A la Facultad de Economía por permitirnos estudiar la Maestría y a
nuestro asesor Dr. Orlando Márquez Caro

Bach. Gladis Yliana PALOMINO MARIÑO

Bach. Carlos Jaime ROMERO HIDALGO

INDICE

TABLAS DE CONTENIDO	3
TABLA DE GRÁFICOS	4
RESUMEN.....	5
ABSTRACT	6
INTRODUCCIÓN	7
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	9
1.1 Descripción de la realidad problemática	9
1.2 Formulación del problema.....	11
1.3 Objetivos.....	12
1.4 Limitantes de la investigación.....	13
II. MARCO TEORICO.....	14
2.2 Bases Teóricas	21
2.3 Conceptual.....	37
2.4 Definición de términos básicos.....	39
3.1 Hipótesis	41
3.2 Definición conceptual de las variables	42
3.3 Operacionalización de variables	43
IV. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	46
4.1 Tipo y diseño de la investigación.....	46
4.2 Método de Investigación.....	47
4.3 Población y Muestra.....	47
4.4 Lugar de estudio.....	48
4.5 Técnicas e instrumentos de recolección de la información.....	49
4.6 Análisis y procesamiento de datos	52
V. RESULTADOS.....	54
5.1 Resultados descriptivos	54
5.2 Resultados Inferenciales	62
VI. DISCUSIÓN DE RESULTADOS	69
6.1 Contrastación y demostración de las hipótesis con los resultados	69
6.2 Contrastación de los resultados con estudios similares	70

6.3	Responsabilidad ética de acuerdo a los reglamentos Vigentes	73
VII.	CONCLUSIONES.....	74
VII.	RECOMENDACIONES	76
VIII.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	77
	ANEXOS:	85

TABLAS DE CONTENIDO

	Pág.
Tabla 1 Operacionalización de las variables	44
Tabla 2 Escala de Baremos del Estrés Académico	50
Tabla 3 Escala de Baremos de Habilidades Sociales	50
Tabla 4 Juicios expertos (Validación)	51
Tabla 5 Niveles de confiabilidad	52
Tabla 6 Estadística de fiabilidad de Estrés Académico	53
Tabla 7 Estadística de fiabilidad de Habilidades Sociales SPSS	53
Tabla 8 Estrés Académico en alumnos V ciclo FCA-UNAC-2018-B	54
Tabla 9 Dimensiones del Estrés Académico	55
Tabla 10 Habilidades Sociales en alumnos V ciclo FCA-UNAC-2018-B	56
Tabla 11 Dimensiones de Habilidades Sociales	57
Tabla 12 Estrés Académico y Habilidades Sociales	58
Tabla 13 Dimensión de Estresores y Habilidades Sociales	59
Tabla 14 Dimensión Síntomas y Habilidades Sociales	60
Tabla 15 Dimensión Estrategias de Afrontamiento	61
Tabla 16 Relación de Estrés Académico y Habilidades Sociales	63
Tabla 17 Los Estresores y Habilidades Sociales	64
Tabla 18 Los Síntomas y Habilidades Sociales	66
Tabla 19 Las Estrategias de Afrontamiento y Habilidades Sociales	68

TABLA DE GRÁFICOS

	Pág.
Figura 1 Estrés Académico en alumnos V ciclo FCA-UNAC-2018-B	54
Figura 2 Dimensiones del Estrés Académico	55
Figura 3 Habilidades Sociales en alumnos V ciclo FCA-UNAC-2018-B	56
Figura 4 Dimensiones de Habilidades Sociales	57
Figura 5 Estrés Académico y Habilidades Sociales	58
Figura 6 Dimensión de Estresores y Habilidades Sociales	59
Figura 7 Dimensión Síntomas y Habilidades Sociales	60
Figura 8 Dimensión Estrategias de Afrontamiento	61

RESUMEN

En tiempo de avance tecnológico y ritmo de vida acelerada, se ha incrementado la enfermedad del estrés académico en la población de discentes de educación superior a nivel mundial como local, en el caso del Perú hasta la fecha no se han tomado las medidas de prevención por parte de las autoridades competentes: Poder Legislativo y el Ministerio de Educación. El objetivo general fue determinar la relación entre 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. El estudio nos dio una confiabilidad fue alta y fuerte: en el estrés Académico se obtuvo a través del Alfa de CronBach igual a ,933 y en habilidades sociales igual a ,883. En la Metodología: del estudio de investigación fue determinada por 40 Discentes universitarios. Se utilizó como herramienta el cuestionario empleando la adaptación del inventario SISCO para este fin, dado a conocer por Barraza. Empleando dos tipos de mediciones el primero con análisis estadístico descriptivo con tablas de Contingencia del Chi-Cuadrado que dieron el valor de 0,000 y el segundo análisis de Likert con Spearman fue de 0,604 midiendo el grado de relación de estrés académico y 0,432 en habilidades sociales. Así como también una frecuencia de nivel medio de 40%, en estrés académico, como lo indica la tabla 8 y una frecuencia de nivel medio de 35%, en habilidades sociales, según lo indicado en la tabla 10 del presente estudio. Finalmente se concluyó: En los resultados que el 58.3% de los estudiantes universitarios presentan un estrés de académico de nivel alto mientras que el resto demuestra un nivel bajo en destreza de habilidades sociales mostrando una proporcionalidad inversa entre todas sus dimensiones y las habilidades sociales. Esto nos permitió rechazar todas las hipótesis de carácter nulo en la investigación y se aceptó las hipótesis alternas.

Palabras clave: estrés académico, Relación, Habilidades sociales.

ABSTRACT

In time of technological advancement and accelerated pace of life, the disease of academic stress has increased in the population of higher education students worldwide as well as local, in the case of Peru to date no prevention measures have been taken part of the competent authorities: Legislative Power and the Ministry of Education. The general objective was to determine the relationship between academic stress and social skills in the speakers of the Faculty of Administrative Sciences of the prestigious National University of Callao of the fifth cycle and in the annual period of 2018. The study gave us a reliability was high and strong: in Academic stress it was obtained through the CronBach Alpha equal to, 933 and in social skills equal to, 883. In the Methodology: from the research study was determined by 40 university students. The questionnaire was used as a tool using the adaptation of the SISCO inventory for this purpose, released by Barraza. Using two types of measurements, the first with descriptive statistical analysis with Chi-Square Contingency tables that gave the value of 0.000 and the second Likert analysis with Spearman was 0.604 measuring the degree of academic stress ratio and 0.432 in social skills. As well as a medium level frequency of 40%, in academic stress, as indicated in table 8 and a medium level frequency of 35%, in social skills, as indicated in table 10 of this study. Finally, it was concluded: In the results that 58.3% of university students present a high-level academic stress while the rest show a low level of social skills showing an inverse proportionality between all its dimensions and social skills. This allowed us to reject all the null hypotheses in the investigation and the alternate hypotheses were accepted.

Keywords: academic stress, Relationship, Social skills.

INTRODUCCIÓN

Nuestro estudio evalúa, analiza un problema latente en nuestro medio universitario el estrés académico, según la Organización Mundial de la Salud estima que para el año 2020 más del 65% de los estudiantes Universitarios Sud-Americanos sufrirán este problema y será una de las causas más importantes de problemas de salud Físico-Mental, en el Perú este problema se ve agravado debido a que las autoridades del sector educación no lo ven como una problemática latente, en la actualidad no se ve reflejado en cursos de estrategias de afrontamiento del estrés en las mallas curriculares. El presente estudio fue diseñado del capítulo uno(1) al cinco(5): Donde el primer capítulo se refiere al PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA buscando conocer si ¿Existe relación del estrés académico y las habilidades sociales de los estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B?, cuyo análisis se orientó a: Determinar la relación entre el estrés Académico y las habilidades sociales en tal espacio geográfico y tiempo determinado, el segundo capítulo se refiere al MARCO TEÓRICO, que sustento en las teorías de Caballo (2010), Gismero (2010), Barraza (2016), Morales y Barraza (2017); el tercer capítulo se refiere a las HIPÓTESIS Y LAS VARIABLES, objetivos y operacionalización propuestas de variables, el cuarto capítulo se refiere a la METODOLOGÍA en la que se aplicó los instrumentos de medición en base a los datos obtenidos de la muestra de una población.

En el quinto capítulo, DISCUSIÓN se determinó los resultados obtenidos, articulando con las experiencias de estudios anteriores sobre el tema de investigación, apoyándonos en teorías que nos llevaron a la conclusión general: Se determinó que existe relación positiva y buena entre el estrés académico y las habilidades sociales de los estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B, que permitió recomendar: A las

autoridades competentes de la UNAC. Realizar capacitaciones a los universitarios con el fin advertir que el estrés académico tiene relación a sus habilidades sociales y así apliquen las estrategias de afrontamiento en pro de la superación.

Los autores.

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática

En nuestra sociedad convulsionada se ha identificado un problema que afecta la salud del ser humano en sus diferentes áreas del desarrollo, iniciándose en el nacimiento hasta la ancianidad. El recién nacido que sufre periodos de estrés en el parto, seguido con la infancia que presenta estrés en su entorno identificándose objetivamente en la etapa escolar, debido a la carga de tareas escolares, continuando con la pubertad en la cual hay incremento de hormonas y cambios fisiológicos de apariencia y determinación sexual así mismo en la adolescencia en la cual determinan su futuro profesional, eligiendo una profesión, teniendo que prepararse para la universidad en la cual debe mantenerse académicamente para obtener sus objetivos, vemos así que el individuo presenta estrés en su evolución, algunos responde positivamente otros no lo manejan adecuadamente creándose problemas de conducta y adaptación, siendo una reacción problemática a los estímulos amenazantes generando un estado orgánico o mental alterado, con una respuesta emocional negativa: (Otero, 2003).

El estrés es el enemigo silencioso que afecta el 30% de los discentes universitarios los cuales padecen alteraciones ya sea mental, física y somáticas refiere el rector de la UNMSM Orestes Cachay. Así mismo el Dr. Yuri Cutipé (Director del Instituto nacional de salud mental "Honorio Delgado- Hideyo Noguchi") señaló que estos valores podían aumentar debido a la falta de políticas de cuidado de la salud mental en la población universitaria incrementándose esta problemática en nuestro país, el estrés continuo origina depresión, alto consumo de alcohol, cigarros, drogas en el sector universitario: (Cutipé, 2018).

Nosotros como docentes observamos que los alumnos tienen presión familiar, algunos ya son padres de familia, con una precaria situación económica, insuficiente para sustentar los gastos familiares y académicos de la universidad, la madurez personal y problemas emocionales que traen consigo el estudiante, todo estos casos unidos con las exigencias de la carrera universitaria, han hecho que identifiquemos esta problemática estudiantil de estrés académico, fue así que surgió nuestra necesidad de investigar y proponer alternativas de mejora a la problemática estudiantil.

Por el estrato socio económico de los estudiantes unacianos, los primeros ciclos muy pocos trabajan, pero es a partir del II y más del III que gran parte se dedica a tener cierto ingreso económico, siendo ya desde el VI ciclo que casi la mayoría busca un trabajo. Agregado todo ello a la carga académica descrita se convierte en la base del estrés académico para un buen sector del alumnado de la Facultad de Ciencias Administrativas-FAC. de la UNAC.

La problemática particular tratada estuvo circunscrita en la Universidad Nacional del Callao Facultad de Ciencias Administrativas, a propósito del desarrollo del estrés académico y habilidades sociales de los estudiantes del V ciclo 2018-B quienes desde el primero al quinto ciclo académico estudian siete asignaturas, del sexto al noveno se incrementa en dos en un turno, esto es si logran cupo, sino en dos turnos en forma compartida surgiendo así, mayormente, la imposibilidad en el tiempo para planificar y dedicarse pertinentemente a las actividades académicas curriculares. Tal problemática, que es importante resolver en aras de una formación sólida del estudiante con el fin de superar las dificultades académicas y de salud, es por ello que nos hemos visto obligados a investigar la dependencia entre el estrés académico y las habilidades sociales en los discentes.

1.2 Formulación del problema

1.2.1. Problema General

Según lo manifestado anteriormente se determinó el problema general:

¿Cuál es la relación entre el estrés académico y las habilidades sociales de los estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es la relación entre los estresores y las habilidades sociales de los estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, 2018-B?
- ¿Cuál es la relación entre los síntomas y las habilidades sociales de los estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, 2018-B?
- ¿Cuál es la relación entre las estrategias de afrontamiento y las Habilidades sociales de los estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, 2018-B?

1.3 Objetivos

1.3.1. Objetivo General

- Establecer la relación entre el estrés Académico y las habilidades sociales de los estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B.

1.3.2. Objetivos específicos

- Identificar la relación entre los estresores académicos y las habilidades sociales de los estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, 2018-B.
- Identificar la relación entre los síntomas y las habilidades sociales de los estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, 2018-B.
- Identificar la relación entre las estrategias de afrontamiento y las habilidades sociales de los estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, 2018-B.

1.4 Limitantes de la investigación

1.4.1. Teórica

La presente investigación se realizó en base a estudios antiguos y contemporáneos a nuestros tiempos sobre la problemática del estrés académico y las habilidades sociales, se acudió a documentación como libros, periódicos, artículos científicos, para indicar que este estudio es de imperiosa aplicación debido a que ayudara a detectar a los estudiantes que estén atravesando niveles de estrés.

1.4.2. Temporal

En el país un limitante es el tiempo que pueden dedicarse los docentes investigadores debido que no existe una dedicación exclusiva determinando esto que nuestro estudio sea de corte transversal llevado a cabo en el año 2018.

1.4.3. Espacial

Se llevó a cabo el estudio a los estudiantes (Unidad de Análisis) de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao (UNAC) pertenecientes al quinto ciclo.

II. MARCO TEORICO

2.1.1. Antecedentes internacionales

Cantillo y Yaguna (2016), investigaron ¿Existe alguna relación entre las habilidades sociales y el rendimiento académico de los estudiantes adolescentes de la Universidad Cooperativa de Colombia sede Santa Marta? y el objetivo: Establecer el tipo de relación que existe entre las habilidades sociales y el promedio académico de los jóvenes universitarios de la Facultad de Ciencias Administrativas, Contables y de Comercio Internacional de una Universidad Privada del Distrito de Santa Marta. Con la metodología: presenta un tipo de estudio descriptivo y correlaciónale no causal. La población estuvo constituida por 908 estudiantes con edades de 15 a 21 años, el objetivo identificar la relación entre las habilidades sociales y el rendimiento académico., Obteniendo el resultado: Se encontró que solo el 40% de Administración, el 5% de Comercio y el 40% de Contaduría, tienen o exhiben buen desarrollo de sus habilidades sociales, pero el 38% presentan alto promedio de calificaciones. Concluyendo: Se evidencia escaso desarrollo de habilidades sociales en la mayoría de los participantes, aun cuando sus calificaciones son altas. Sólo se hallaron correlaciones significativas entre algunas habilidades sociales con género y promedio académico. Recomendaciones. Desarrollar Programas de Entrenamiento en habilidades sociales entre los adolescentes universitarios ingresantes y nuevas investigaciones, que podrían desarrollarse.

Alfonso (2013), en su tesis *“Adaptación del inventario SISCO del estrés académico en estudiantes universitarios cubanos de Ciencias Médicas”*, es un estudio que evalúa el estrés que sienten los alumnos del nivel superior debido a las características y exigencias del medio

universitario. El objetivo fue validar el Inventario SISCO de alumnos cubanos de Ciencias Médicas de Villa Clara. Fue un estudio instrumental con la aplicación del inventario SISCO en una muestra de probabilidad probabilístico estratificado por racimos. La muestra fue 170 universitarios de primero, tercero y quinto año. Con la metodología: Desde una perspectiva cuantitativa, diseño no experimental, específicamente con un tipo de corte de una materia a otra (transversal) con una población: 1222 estudiantes y muestra probabilístico estratificado de 687 estudiantes. Como resultado fue prevalencia de estrés académico moderado, siendo un problema latente en la población estudiantil así mismo es causal de peligro de salud de la población universitaria. Concluyendo: aprobando el beneficio del uso del Inventario SISCO para este tipo de evaluaciones en estudiantes universitarios sea de carácter obligatorio la atención del estrés académico. Siendo necesario abordar con urgencia está problema estudiantil.

Peres, M. (2008), en su investigación realizada plantea como problema de investigación ¿Elaborar programas de Habilidades sociales en adolescentes institucionalizadas ayudarán a un mejor afrontamiento con su entorno? Y tuvo como objetivo: crear un programa de entrenamiento en habilidades sociales para personas en edad estudiantil que les facilite y manejen técnicas de afrontamiento con su medio universitario. Con la metodología: de Muestreo al azar de 70 alumnos elegidos en dos grupos. Utilizándose un diseño pre-post test, consistiendo en UN (1) grupo de control y otro grupo experimental. Concluyendo: presentan cambios significativos exigiendo la acreditación o reconocimiento como individuos o en grupos.

Barzallo y Moscoso (2015), en su estudio "Prevalencia de estrés académico, factores de riesgo y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de la escuela de medicina de la universidad de cuenca en el 2015", el objetivo Identificar el predominio del Estrés Académico, sus Factores de Riesgo y su relación con el Rendimiento Académico de los

estudiantes de la Escuela de Medicina de la Universidad de Cuenca según el I.E.A (Inventario de Estrés Académico) modificado, del 1ero al 10mo ciclo del año 2015. Con la metodología: Desde una perspectiva cuantitativa, descriptiva, diseño no experimental, específicamente con un tipo de corte de una materia a otra (transversal) con una población: 285 estudiantes y muestra probabilístico estratificado de 687 estudiantes del 1ero al 10mo ciclo. Como resultado: fue prevalencia de estrés académico moderado del 91.58%, con 46.7% de estos: moderado intenso y con 36.48% de intensidad alta. Se concluyó: el predominio de Estrés Académico fue alta y de intensidad moderada, la intensidad alta, esto es la causa directa del bajo rendimiento académico, evidenciándose en el sexo femenino ser más proclives a padecer este problema.

Bonfill (2016), en su investigación titulada *“Estrés de Los Estudiantes de Enfermería en las Prácticas Clínicas: Diseño y Efectividad de un programa de Intervención”*, el estudio se desarrolló en dos partes: la inicial fue “diagnóstica” donde analizaron el impacto de las labores pre-prácticas clínicas sobre el grado de estrés que experimentan los universitarios de enfermería de la Universitat Rovira i Virgili (URV). En la segunda fase, “intervención y efectividad” diseñaron, implementaron y analizaron factibilidad de un método de acción dirigido a minimizar el estrés en los estudiantes de enfermería de la URV. El estudio fue analítico cuasiexperimental pre y post intervención longitudinal con estudiantes de grado de enfermería de la URV durante los cursos 2012-2013 y 2013-2014. Se realizó con una metodología mixta cuantitativa, utilizando como herramientas los cuestionarios. Y, por otra parte, se ha seguido la estrategia focalizada grupal como técnica para recogida de información. Entre los resultados más destacados de la investigación están: La primera fase llamada “diagnóstica”, muestra que en los tres campus estudiados CTE., SBP. y CC. el valor más elevado de estrés se obtiene en el factor 1 “falta de competencia” y el segundo más elevado en los tres campus es el

factor 4 “impotencia e incertidumbre”, siendo el CTE el que presenta los valores más elevados. La segunda fase “intervención y efectividad” ha estado centrada en el diseño en la implementación y efectividad del programa de intervención en los estudiantes del CTE como prueba piloto. Para valorar la efectividad de la intervención implementada se comparó el estrés previo y posterior a la intervención y también se comparó la disminución de estrés del curso con y sin llevar a cabo la intervención diseñada; los resultados muestran una disminución superior del estrés tras realizar la intervención.

Blanco, Cantillo, Castro, Downs y Romero (2015), En el estudio *“Estrés Académico en los estudiantes del Área de la Salud en una Universidad Pública, Cartagena”*, su estudio fue descriptivo y aplicando el inventario SISCO de de Barraza. El objetivo fue reconocer las causas que ocasionan el estrés en el estudiante universitario. Con la metodología: probabilística de los programas: Uno (1) Enfermería, Dos (2) Odontología, Tres (3) Ciencias Químicas y Farmacéuticas y Cuatro (4) Medicina (universidad pública de Cartagena-Colombia). Concluyendo: que son predeterminantes para padecer estrés, las evaluaciones y sobrecargas en universitarios de las especialidades de Medicina y Química, radicando en los estudiantes que están bajo la protección familiar de sexo femenino en edad de 20 años a menos.

Pallo C. (2017), en su investigación para obtener su licenciatura la *“Relación entre la frecuencia de consumo de frutas y verduras, actividad física y el nivel de estrés académico en estudiantes del Instituto Tecnológico Superior, Vida Nueva, Quito – Ecuador, 2016”*, el objetivo del estudio fue ver como se relacionan las variables de consumo de frutas y verduras, actividad física y el nivel de estrés académico en los alumnos, asimismo, el tipo de trabajo es descriptivo correlacional de enfoque cuantitativo. Su muestra fue de 265 alumnos del 1ero al 3er año. La

actividad física de los alumnos se evaluó con el cuestionario de IPAQ. Y el nivel de estrés con el inventario de SISCO. Fue una investigación cuantitativa, correlacional y transversal, obteniéndose como resultado que la ingesta de alimento corresponde al 1.1% en los alumnos y de verduras al 1.9%. Asimismo, un 37% de alumnos realizan ejercicio físicos moderados y un 24.9% ejercicio riguroso (fuerte) y el 38.1% ejercicio poco o casi no realiza ejercicio, Asimismo, se determinó que estrés académico moderado está presente en un 76.7% en los alumnos y niveles superiores en un 22.5%. Concluyo que: que si existe una correspondencia significativa entre el consumo de frutas (alimentos) y estrés académico donde $p=0.008$, siendo su frecuencia de ingesta de verduras y ejercicio físico en $p > 5$.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Díaz A. (2015), en su investigación de doctorado sobre la "*Factores que intervienen en la presencia de estrés y su relación con el rendimiento académico en Discentes de la Fac. de Ciencias de la Salud, UNAC.-2013*", el objetivo del estudio fue ver como se relacionan las variables de estrés y rendimiento académico en los alumnos de pregrado, asimismo, el tipo de trabajo es descriptivo correlacional de enfoque cuantitativo. Su muestra fue de 200 estudiantes. Validado por 10 expertos. Uso la estadística descriptiva e inferencial, dando como resultado el rendimiento regular de 55% en los alumnos y como factor personal el 36.5%. Asimismo, un 31.5% como factor educacional y un 33.5% como factor social con rendimiento regular en lo académico, Concluyo que: si existe una correspondencia entre el estrés y rendimiento de los alumnos en lo académico, lo que quiere decir que existe una estrecha influencia del estrés sobre el rendimiento académico de los dicentes, dando lugar a rechazar la hipótesis nula.

Javier A. (2017), en su investigación de doctorado sobre la "*propuesta de acción tutorial para desarrollar las habilidades sociales en*

los estudiantes de la Escuela Profesional de Ingeniería de Sistemas, de una Universidad privada de Lima – Norte (Cesar Vallejo), en el año 2017”, el objetivo del estudio fue ver como se relacionan las variables de acción tutorial y habilidades sociales en los alumnos de pregrado, asimismo, el tipo de trabajo es descriptivo y con un diseño no experimental, nivel correlacional de enfoque cualitativo. Su muestra fue de 35 estudiantes, 5 docentes y 30 dicentes. Concluyo que: los alumnos demuestran problemas por cuanto no expresan sus emociones, vienen con una autoestima baja o de inferioridad demostrando miedo a la autoridad (docente), rehúyen momentos adversos y faltos de afecto familiar, también se obtuvo como resultados que los alumnos denotan cobardía en convivencia con los demás alumnos, se inhiben ante halagos, problemas de comunicación para expresar sus sentimiento. Para concluir en la investigación se determinó que los alumnos universitarios necesitan de ayuda tutorial para desarrollar habilidades sociales, con el fin de afrontar situaciones de estrés en su entorno estudiantil, siendo este estudio muy importante porque ayudara a los alumnos de pregrado diseñar estrategia, técnicas y métodos de afrontamiento, con el fin de contribuir a su desarrollo personal y en un futuro poder insertarse al mundo laboral.

Serrano M. (2018), en su investigación de maestría sobre la *“Habilidades sociales y actitud emprendedora en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Huacho-Huaura-Lima, 2017”, el objetivo del estudio fue ver como se relacionan las variables de habilidades sociales y actitud emprendedora de los estudiantes, asimismo, el tipo de trabajo es descriptivo y con un diseño no experimental, nivel correlacional de enfoque cuantitativo. Su muestra fue de 52 alumnos, conto con el visto bueno de experto que validaron el instrumento de medición y concluyeron que: los alumnos demuestran una capacidad moderada a fuerte en habilidades sociales para relacionarse, con personas de su entorno académico, dando lugar a no tener la capacidad de solucionar las*

situaciones de estrés o problemática en su vida futura y actual. Cabe de indicar que un buen número de alumnos poseen un nivel de actitud emprendedora moderada a fuerte en sus dimensiones de capacidad realización, planificación y de relacionarse, lo que permite concluir que si existe una correspondencia entre las habilidades y actitud emprendedora con niveles de moderada a fuerte en los alumnos, lo que quiere decir que los alumnos tienen una buena actitud emprendedora para desarrollar e implementar habilidades sociales.

Cáceres, R. (2017) en su investigación de maestría sobre la *“Habilidades sociales y convivencia escolar en estudiantes del tercer año de secundaria, instituciones educativas de la Red 12, Chorrillos 2017”*, el objetivo del estudio fue ver como se relacionan las variables de habilidades sociales y convivencia de los estudiantes de secundaria del tercer año, asimismo, el tipo de trabajo es descriptivo y con un diseño no experimental, nivel correlacional de método hipotético-deductivo. Su población fue de 394 alumnos, siendo su muestra de 195 alumnos que resulta el 49,49% de la población, Concluyo que: los alumnos demuestran un promedio en habilidades sociales para relacionarse, con personas de su entorno académico, dando lugar a no tener la capacidad de solucionar las situaciones de estrés o problemática en su vida futura y actual. Cabe de indicar que un buen número de alumnos poseen un nivel convivencia regular y la variable conflictividad dio los más óptimos, lo que permite concluir que si existe una correspondencia entre las habilidades y la convivencia con niveles de agresividad en los alumnos, lo que quiere decir que las habilidades sociales de los alumnos tendrá una correspondencia con la convivencia en cuanto los niveles de satisfacción de los alumnos estén en mediación directa entre ambas variables del estudio.

Galarza (2012) en su investigación doctoral sobre la *“Relación entre el nivel de habilidades sociales y el clima social familiar de los adolescentes*

de la I.E.N Fe y Alegría 11, Comas-2012", el objetivo del estudio ver como se relacionan las variables, indicó un tipo de trabajo descriptivo y con un diseño no experimental, nivel correlacional. Su población fue de 485 alumnos, concluyo que: dichos alumnos mencionados anteriormente demuestran unas escasas o bajas habilidades sociales para asociarse, relacionarse con personas de su entorno, dando lugar a no tener la capacidad de solucionar las situaciones de estrés en su vida futura y actual. Cabe de indicar que un buen número de alumnos poseen un clima familiar perjudicial, lo que permite concluir que si existe una correspondencia entre las habilidades y el clima social de los alumnos, lo que quiere decir a mas clima social, mayor habilidades sociales, indicando que la familia es un factor preponderante para desarrollar las habilidades sociales.

2.2 Bases Teóricas

Para interpretar las manifestaciones en el alumnado de estrés académico y su relación a las habilidades sociales de la Universidad Nacional del Callao consideramos las orientaciones teóricas que a continuación exponemos.

2.2.1 Teoría sobre el estrés

Dentro de la conceptualización del estrés Román y Hernández (2011) afirmaron:

... "El surgimiento del término estrés tiene su origen en el estudio de la física en los albores del siglo XVII. En esa época el inglés Robert Hooke descubría la energía potencial elástica y la relación existente entre las deformaciones de un cuerpo y la fuerza aplicada sobre este. Más adelante, el también inglés Thomas Young definió el término estrés como la respuesta intrínseca del

objeto propia a su estructura, provocada por la fuerza concurrente. A partir de este momento, debido al impacto notable de la física sobre otras áreas del conocimiento, comienza la exportación de la terminología científica de esta ciencia en otras áreas como la medicina, la biología y la química”.

Las investigaciones de Román y Hernández, de los primeros reportes del concepto de estrés aplicado a otras ciencias como la medicina corresponden al médico y fisiólogo francés Claude Bernard, a principios del siglo XIX. Aquí Bernard llega a un concepto clave, En sus notas de conceptualización del estrés utilizado en otras Ciencias como la medicina humana, le infirieron al Francés Claude B. (Médico y Filósofo). A los inicios del s. XIX. Sostiene *“la estabilidad del medio ambiente interno es la condición indispensable para la vida libre e independiente”.*

A comienzos del siglo XX el investigador norteamericano Walter Bradford Cannon realizó una serie de investigaciones y se refiere al término de estrés como un estado o reacción del organismo. Comienza a reconocerse la implicación del estrés en la vida del ser humano como posible generador de enfermedades a mediano y largo plazo. A principios s. XX, Walter Bradford C. estudioso estadounidense definió al estrés como una repuesta del organismo.

A partir de este momento se potencia el estudio del estrés con una metodología científica y un enfoque positivista siendo Hans Selye el pionero en este campo en 1946, presenta la siguiente definición: *“El síndrome de adaptación general es la suma de todas las reacciones sistémicas del cuerpo no específicas las cuales siguen después de una larga y continua exposición al estrés”.*

Berrío y Mazo (2011, p. 2) dijeron: En el ámbito educativo esta presente el estrés así como en otros que hacen de la vida y es preocupación de personal profesional, educadores y la sociedad en general, como esta afectando esta problemática en el rendimiento de la población estudiantil.

Caldera, Pulido y Martínez (2007) sostienen que lo importante a resaltar del estrés es el grado de los afectados. Los trastornos físicos mentales que sufren los estudiantes (Citado en Berrío y Mazo, 2011, p. 3).

Afectando de modo perjudicial tanto la salud, como el rendimiento académico de los alumnos.

Para (Román, et al., 2010). Dice:

... "El estrés se ha percibido en distintas circunstancias como en relaciones amorosas y de pareja, sexual, familiar, por duelo, enfermedad, laboral, militar, por tortura, encarcelamiento, etc. Uno de los contextos más investigados como medio desencadenante de estrés lo compone el ambiente escolar o académico, dependiendo el nivel de enseñanza" (Citado en Morales y Barraza, 2017, p.39).

a) Teoría sobre el: Estrés Académico

Barraza, A. (2016, p. 15) en las estrategias para la gestión del estrés académico, señala que:

"Esta lectura teórico-conceptual del estrés académico conduce a reconocer sus tres componentes sistémicos procesuales: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento".

Barraza, A. (2016, pp. 17-18) el 2007, Identifico 11 estresores construido a partir de una base de datos constituida por 60 investigaciones realizadas entre 1996 y 2006 en Latinoamericana y España:

"En una revisión personal realizada posteriormente pude identificar que, más allá de la visible, pero a su vez aparente, dispersión de estresores, hay tres grupos de estresores que son mencionados de manera más recurrente por los alumnos encuestados: a) exámenes, b) trabajo académico y c) profesores".

De los tres estresores el que más sobresale entre los estudiantes es la realización de un examen, sea oral, escrito, la espera de un examen y la espera de los resultados de un examen.

Orlandini (2012) manifiesta que los seres humanos somos propensos a sufrir de presión o tensión desde tempranas edad escolar hasta niveles superiores de educación, denominando a este estado de salud físico mental como estrés académico pudiendo tener lugar en aulas como en forma personal.

Estrés escolar y académico Orlandini (2012) Señala:

"Se da inicio en el niño, por inadaptación al régimen escolar, por cambio de escuela, o por abusos y actitudes severas de los maestros, abusos, burlas y conflictos entre compañeros, dificultad en la concentración, cursos sin motivación" (pp. 73-74).

Es así como los estudios universitarios pueden resultar nociva y ser causante del estrés académico así mismo docentes con buenas técnicas pedagógicas. Por otro lado, también, la falta de capacidad profesional y la falta de arte y técnicas pedagógicas son causa de este problema.

Barzallo y Moscoso (2015) dicen: *"que el estrés es una activación emocional que obtienen como respuesta, a niveles o grados que dependen de factores psicosociales como el evento estresor, pudiendo ser una respuesta de nivel bajo o de nivel alto con lo cual realice su carácter y personalidad"*.

Andrade (2015) manifiesta que *"el ámbito académico simboliza una serie de circunstancias productoras de estrés, a causa de que las personas pueden experimentar un descontrol sobre el nuevo ambiente"*. El estrés prolongado relacionado al ámbito educativo se conoce como estrés académico y este término se traduce como la imagen que puede crear en la persona su área académica (Citado en Morales y Barraza, 2017, p, 40).

Morales y Barraza (2017, p. 44) refieren que *"el modelo sistémico-cognoscitivista del estrés académico propuesta por Barraza en el 2006 está constituido por cuatro hipótesis, (1) De los componentes sistémicos-procesuales del estrés académico, (2) Del estrés académico como estados psicológicos, (3) Ind. del desequilibrio sistémico implica el estrés académico (4) Del afrontamiento como resultado del equilibrio sistémicos"*.

Segunda hipótesis del estrés académico como estado psicológico

La idea del estrés como respuesta adaptativa del individuo a su contexto define

El estresor es una unidad que subsiste por si misma, que en cualquier momento o instante se puede presentar independientemente al tedeclar una amenaza. A comparación se da un estresos que no existe objetivamente por si solo, sino es la persona quien estimula la creación de los estresores según Morales y Barraza (2017, pp. 45-46).

Tercera H. de los ind. del desequilibrio sistémico que implica el estrés académico

La definición de estrés implica un desequilibrio sistémico de la relación entre el sujeto y su contexto ya que, bajo el juicio del propio individuo, las demandas del contexto desbordan sus propios recursos. Esta situación generadora de estrés, son los indicadores que manifiestan una serie de desordenes en el sistema físico-mental. Morales y Barraza (2017, pp. 47-48).

Los cuales se distinguen de la forma siguiente:

- Físicos, psicológicos y comportamentales (Rossi, 2001).
- Físicos, mentales, comportamentales y emocionales (Ed. Tomo, 2000).
- Fisiológicos y psicológicos (Trianes, 2002 y Kyriacou, 2003).
- Físicos, emocionales y conductuales (Shturman, 2005).
- Físicos y conductuales (Williams y Cooper, 2004).

Cuarta hipótesis del afrontamiento como resultado del equilibrio sistémico

Al respecto, Barraza (2006), refiere que cuando un individuo detecta un estresor que produce una inestabilidad sistémica en relación a su entorno como consecuencia de una serie de actividades para estabilizar ese desequilibrio. Este procedimiento como se puede apreciar su fin es la la destreza del afrontamiento que permitirá dar inicio a una situación como amenaza. (Citado en Morales y Barraza, 2017, p. 49)

b) Dimensión de Estresores

En el 2007, se identificaron 11 estresores, el cual se detalla en el anexo 26 y en el 2010 también se identificó 27 estresores como lo muestra el anexo 27.

Barraza (2016 PP.22-24) realizó una clasificación que usó lo que dijo Rossi (2001) e implantó 3 indicadores: UN (1) Físicos, DOS (2) Psicológicos y TRES (3) comportamentales, teniendo sus básicas características;

c) Dimensión de Síntomas

Estos indicadores físicos están relacionados específicamente a la reacción o respuesta del organismo ante un estímulo como: taquicardias, tic nerviosos, carencia de sueño o la pérdida de este, movimientos involuntarios de parte del cuerpo, dolores de cabeza y carencia de apetito o problemas estomacales.

Los síntomas a nivel mental se presentan como manifestaciones psicológicas como irritabilidad, mal carácter, la mente se les nubló en blanco, son volubles cambian de carácter continuamente están en un estado explosivo, se agobian muy rápidamente, su moral es afectada al mínimo indicio de crítica, se muestran antisociales y tratan de estar siempre solos.

Barraza, A. (2016, pp. 23-24) creó en el 2010. El inventario de síntomas de Estrés académico tomando como base del Inventario SISCO del Estrés Académico y estudios relacionados, identificando 45 tipos de síntomas de estrés que se mencionan en el anexo 24. Al respecto, construyó en el año 2010 el Inventario de Síntomas del Estrés académico que reconoce 45 tipos diferentes de síntomas de estrés académico. El 3er. componente sistémico procesual, teniendo en cuenta a SISCO del estrés académico fue:

d) Dimensión de Estrategias de Afrontamiento

Fue realizado por Barraza, A. (2016, pp. 26-27) construyó el Inventario de Estrategias de Afrontamiento promotor del Estrés Académico que ideó 15 estrategias que se mencionan en el anexo 25, con el fin de afrontar el problema tratado en esta investigación.

2.2.2 Teoría sobre habilidades sociales

a) Habilidades Sociales

Es una teoría de ámbito de aplicación por Gismero, E. (2010) que se sustentan sus aplicaciones preferentes como el estudio clínico de los adolescentes y adultos en el ámbito educativo.

Las habilidades sociales: para Gismero, E. (2010 p.15), a partir de los años 30 se estudiaban estas habilidades sociales de manera de una conducta asertiva en las etapas del desarrollo del ser humano, adaptándose a un grupo social cumpliendo un rol viviendo en comunidad y armonía siendo asertivo en su medio interpersonal. (Citado en Javier, 2017, p. 165).

Gismero E. (2010, p.12) Menciona que las habilidades sociales como un conjunto de manifestaciones que se reparten entre lo verbal y lo no verbal, por la cual el individuo demuestra diversos sentimientos y otras expresiones, considerando el asertividad como pilar elemental para un equilibrio en su dinámica interpersonal que respeta y maximiza con el objetivo de reforzar el sector externo (Citado en Javier, 2017, p. 166).

Gismero, E. (2010, p.12), sostuvo que las habilidades sociales: Es un grupo de respuestas de carácter personal a través de la comunicación oral o escrita sus requerimientos de sus derechos, emociones (sentimientos) con el fin de recibir apoyo externo (Citado en Javier, 2017, pp. 34-35).

Asimismo, Gismero (2010, p.12) se basó en los estudios de Philips, terapeuta que estudio las diferentes competencias del ser humano basándose en la observación y en la resolución de las complicaciones. En los 70 se evalúa las competencias del ser humano, dejando de lado a la conducta asertiva y poniendo en marcha un conjunto de conductas para evaluar las habilidades sociales (Citado en Javier, 2017, p. 35).

Gismero (2010, p.17) evaluó, que son diversas las causas que se relacionan en un conflicto de la persona y que con determinada habilidad el individuo sobresale de manera positiva. Esto, creándose una escala de habilidades sociales que le permitiría ser más específica en sus conclusiones porque con la ayuda de las dimensiones sería más oportuna una intervención si es necesaria (Citado en Javier, 2017, p. 37).

Gismero aseveró que dentro de las habilidades sociales: *“Existe la aclaración de tres dimensiones: UNO (1) conductual (de forma conductual), DOS (2) personal (variables cognitivas) y TRES (3) situacional (situaciones), entre un determinado medio cultural o sub cultural (p. 16). Esto se considera, sabiendo que el individuo no solo depende de su conocimiento, también de su estado de ánimo o el comportamiento que adopte en un momento determinado y, finalmente, del entorno puesto en manifiesto cuando se topa con contextos familiares, amicales, etc.”* (Citado en Javier, 2017, p. 36).

Para Gismero (2010, p. 12) señalo que:

... "que las habilidades sociales están compuestas por 3 dimensiones: UNO (1), acerca de la conducta; DOS (2), formación cognitiva; y TRES (3), situacional en un área cultural o subculturas donde se relaciona la persona" (Citado en Javier, 2017, p. 63).

Dimensión Conductual

- 1) Expresión de enfado o disconformidad
- 2) Iniciar interacciones positivas entre hombres o mujeres
- 3) Evitar hacer preguntas

Dimensión Situacional

Las características de las habilidades sociales pueden entenderse según la Dra. Esperanza Dongil Collado y el Dr. Antonio Cano Vindel (2014, pág. 3 SEAS) a partir de tres dimensiones que componen la habilidad social:

1. Dimensión conductual: tipo de habilidad
2. Dimensión personal: contenidos cognitivos
3. Dimensión situacional: el contexto o situación

Dimensiones conductuales de las habilidades sociales

Las dimensiones conductuales básicamente hacen referencia al tipo de comportamiento que se requiere en diferentes situaciones.

Las dimensiones conductuales o tipos de respuesta más comúnmente aceptadas en la literatura son las siguientes:

Dimensión personal: contenidos cognitivos

Aquí se consideran los factores constitucionales y los factores psicológicos. A través de las palabras nos comunicamos, nos relacionamos con otras personas con la conversación, transmitir información, compartir sentimientos, puntos de vista y experiencias.

La comunicación verbal tiene tres elementos:

1. Iniciar conversaciones

- a. Hacer un comentario impersonal estándar: “qué día tan agradable”, “qué lugar tan bonito”, “qué calor hace hoy”
- b. Decir algo agradable a la otra persona: “has acertado cogiendo el paraguas”, “me ha gustado mucho cuando has dicho...”
- c. Decir algo agradable: “qué pañuelo tan bonito” y añadir una pregunta abierta: “¿te importaría decirme donde lo has comprado?”

2. Mantener conversaciones

El principal objetivo de mantener una conversación es que la charla sea agradable, entretenida, interesante. Una estrategia muy eficaz para mantener conversaciones es la autorevelación. Se trata de dar un poco más de la información solicitada sobre nuestros intereses, aficiones, proyectos, estilo de vida.

3. Cerrar conversaciones

Se considera que los elementos más importantes de las habilidades para conversar son los siguientes:

- 1) El contacto ocular
- 2) Mostrar interés
- 3) Escuchar atentamente
- 4) Adoptar una actitud respetuosa
- 5) Hacer preguntas adecuadas
- 6) Dar algo de información sobre uno mismo

Dimensión Situacional: el contexto o situación

Según esta dimensión el ambiente influye mucho en la conducta interpersonal. Se tienen en cuenta factores geográficos, socioculturales, arquitectónicos, etc. También influyen las variables físicas como la temperatura, la humedad, la luz, el ruido, la música, el gusto, el olor y las personas. Así, es posible que una persona desarrolle conductas diferentes cuando está en un entorno limpio, con una temperatura agradable y bien iluminado y cuando está en un lugar maloliente, con un calor sofocante y oscuro.

El concepto de habilidades sociales de Gismero (2010, p. 16) evaluado con cuestionario compuesto por 33 ítems examina las actitudes de la persona en determinada situación y como las habilidades sociales modulan sus actitudes.

Caballo (2010, p.5). Definió habilidades sociales y conducta asertiva:

«La conducta interpersonal que implica la honesta y relativamente directa expresión de sentimientos» (Rimm, 1974, p. 81).

«La habilidad de buscar, mantener o mejorar el reforzamiento en una situación interpersonal a través de la expresión de sentimientos o deseos cuando esa expresión se arriesga a la pérdida de reforzamiento o incluso al castigo» (Rich y Schroeder, 1976, p. 1082).

«La expresión adecuada, dirigida hacia otra persona, de cualquier emoción que no sea la respuesta de ansiedad» (Wolpe, 1977, p. 96).

«La expresión manifiesta de las preferencias (por medio de palabras o acciones) de una manera tal que haga que los otros las tomen en cuenta» (MacDonald, 1978, p. 889).

Caballo (2010, pp. 19-82-94)...para evaluar las habilidades sociales se basó en componentes: UNO (1) conductuales, DOS (2) cognitivos, y TRES (3) fisiológicos.

Caballo (1988) en el periodo de 1970 a 1986, analizó 90 estudios del tema de componentes cognitivos indicando que los ambientes y situaciones se intervienen en las acciones y pensamientos de las personas

Sobre los componentes cognitivos es clara la afirmación de que las situaciones y los ambientes influyen en los pensamientos, sentimientos y acciones de los individuos, muy pocos estudios han empleado variables fisiológicas. Escasos estudios han trabajado con la variable de Investigación fisiológica.

Las dimensiones de habilidades sociales que seleccionamos de la teoría de Caballo son los siguientes componentes: UNO (1) conductuales, DOS (2) cognitivos, y TRES (3) fisiológicos.

Caballo (2010). Es un estudio nos indica que:

Que las habilidades sociales es la manera de desenvolverse en la interrelación con las personas en la sociedad respetando las leyes, normas, sentimientos y conductas, que permitirá hacer frente a los avatares de la vida en sociedad.

Van-der Hofstadt (2013, p. 170) señaló que:

(...) las habilidades sociales pueden aprenderse, aunque no sea fácil y requiera un tiempo y un esfuerzo. Mejorar nuestra capacidad de relacionarnos y comunicarnos con los demás, enmarcada dentro de la teoría de las habilidades sociales, resulta una tarea difícil pero no imposible, pudiendo perfectamente plantearlo de forma objetiva, evaluarnos y entrenarnos, y hacia esos objetivos es hacia donde nos dirigimos (Citado en Javier, 2017a, p. 38).

Óptica importante que se complementa con la opinión de los autores anteriores pese al año de publicación, el criterio para el análisis de las habilidades sociales les permitió presentar resultados importantes de su investigación. De ellos se deduce, también, como la expresión de enfado, contacto ocular, defensa de los propios derechos, percepción de un ambiente cálido, autoexpresión en situaciones y variables fisiológicas como la tasa cardíaca, la presión sanguínea y la respiración, etc.

Al respecto Van-der Hofstadt (2013, p. 27), las habilidades sociales tienen la siguiente subdivisión: el liderazgo, como una capacidad de dirigir a ciertos grupos para llegar a objetivos determinados, así como fidelizar la labor a partir de una implicancia y un compromiso con el encargado principal y la capacidad de reunir las diversas ideas del grupo, manteniendo la unificación gracias a las distintas reuniones que tiene a esa persona como el principal gestor de individualidad (Citado en Javier, 2017b, p. 38).

Bases Epistémicas de Habilidades Sociales

Domenech, A., Báez, A. y Moreno, A. (2015, pp. 88-93) mencionan que las habilidades sociales nos refiere las expresiones epistemológicas relacionadas a las competencias emocionales que se presentan en estudiantes universitarios durante en clases y exámenes, la falta de estas genera respuestas inadecuadas de conducta que afectan el buen desenvolvimiento de los estudiantes, abordado la necesidad de esclarecer puntos de vistas y concepciones acerca del componente afectivo en la preparación psicológica de los estudiantes

A partir de esta sistematización éxtractar un conjunto de ideas que van a permitir establecer un encuadre epistemológico donde se asumen las competencias emocionales comprendidas como autorreferentes en el desarrollo de la personalidad, entre las que se proponen: el autoconocimiento, autocontrol emocional, la autoestima y asertividad, además se plantea la necesidad de profundizar en la intervención psicológicas con el fin de modificar el comportamiento de los docentes por medio estas ideas, por otra parte, estos sustentos teóricos constituyen el basamento conceptual para proponer un programa de intervención psicoeducativa para estimular dichas competencias emocionales en los estudiantes.

Bisquerra (2003) se refiere a las competencias emocionales como grupo de sensación de autoconciencia emocional, es la forma de adquirir experiencia, entender y comunicar las circuntacias de nuestros estados de animos en variados contextos interpersonales, Por otro lado, Vargas (2007, p 8), desde una perspectiva funcionalista, señala: *"Formar por competencias implica ir más allá; sobrepasar la mera definición de tareas, ir hasta las funciones y los roles"*.

Cabe agregar que la categoría competencia ha tenido diferentes interpretaciones y aplicaciones, así el Ministerio de Educación de España (2003) aporta al documento de la Secretaría de Educación Pública (2004) en la que declara la competencia como la capacidad para actuar eficazmente en situaciones diversas, capacidad que se apoya sobre conocimientos, pero destaca que no se reduce a su dominio, al señalar que abarca habilidades y actitudes necesarias para el desempeño personal y social, enfatizando en que estas competencias influyen en las emociones y las relaciones interpersonal, y culmina sus ideas destacando el papel del lenguaje, el razonamiento y el desarrollo físico.

A manera de análisis crítico sobre esta propuesta se manifiesta en su primer planteamiento el carácter cognitivo de las competencias, al jerarquizar los conocimientos como la característica esencial en su definición, pero seguidamente al referirse a las habilidades, se entiende dentro de la función reguladora ejecutora de la personalidad, pues el desarrollo de las competencias requiere del perfeccionamiento de los procesos cognoscitivos. También, al resaltar las actitudes necesarias para el desempeño personal y social, se deduce que se refiere al componente regulador inductor por relacionarse con los procesos de motivación y los afectivos que matizan el carácter como formación psicológica de la personalidad.

Bases Epistémicas de Estrés Académico

Czerlowski (2008, p. 17) relaciona cuerpo-mente como una interrogante que atraviesa la historia de la humanidad. Desde los antiguos griegos hasta la actualidad se fueron construyendo diferentes respuestas a este planteamiento. Hoy en día, las innumerables enfermedades atribuidas al stress reactualizan esta temática. El avance de las neurociencias propone un modelo holístico de relación entre sistemas.

La psiconeuroinmunoendocrinología plantea que los factores psicológicos pueden modular la respuesta inmune: el estrés y, de manera notoria, los trastornos afectivos están relacionados con la inmunosupresión. Es indudable el valor que estos avances científicos aportan a la comprensión del funcionamiento del organismo en situaciones de salud y enfermedad. Pero si equiparamos "lo mental" con el cerebro, se diluye la relación porque todo es cuerpo. En función de esto se propone revisar los fundamentos epistemológicos que sostienen el interrogante haciendo una revisión del tema desde el punto de vista filosófico. Desde el psicoanálisis trabajar la subjetividad en juego en toda enfermedad permitiría darle un estatuto diferente a lo mental.

2.3 Conceptual

Barraza A. (2016) como uno de los mejores investigadores y exponentes del tema del estrés académico, por ejemplo, propone un modelo teórico conceptual para el estudio del estrés académico que denominó: Sistémico Cognoscitivista, que opera básicamente en tres componentes sistémico procesuales: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento.

El teórico referido presenta una conceptualización muy difundida del modelo sistémico Cognoscitivista:

- 1.- El entorno (la universidad, en lo general, y el maestro, en lo particular) le plantean al alumno un conjunto de demandas o exigencias (una exposición frente al grupo, un examen, resolución de ejercicios, elaboración de un ensayo, etc.).
- 2.- Estas demandas o exigencias son sometidas a un proceso de valoración por parte del alumno (¿puedo hacerlo?).

- 3.- En el caso de considerar que las demandas tal y como se le solicitan desbordan los recursos que posee para realizarlas, el alumno las valora como estresores (¡no puedo realizar esta actividad tal como la quiere el maestro! = ¡Esto me estresa!).
- 4.- Estos estresores se constituyen en el input o insumo que entra al sistema y provoca un desequilibrio sistémico en la relación del alumno con su entorno (la institución).
Este desequilibrio sistémico se manifiesta a través de una serie de síntomas (p. ej. irritabilidad, dolores de cabeza, ansiedad, sudoración excesiva, etc.).
- 5.- El desequilibrio sistémico da paso a un segundo proceso de valoración de la capacidad de afrontar (coping) la situación estresante, (¿cómo puedo afrontar mi estrés?) lo que determina cuál es la mejor manera de enfrentar esa situación (p. ej. busco información al respecto, pregunto a una persona a la cual le tengo confianza, voy a un psicólogo).
- 6.- El sistema responde con estrategias de afrontamiento (output) a las demandas del entorno (p. ej. ventilación o confidencia de la situación que preocupa, asistir a misa, elaborar un plan para solucionar la situación que preocupa, etc.).
- 7.- Una vez aplicadas estas estrategias de afrontamiento, en caso de ser exitosas, el sistema recupera su equilibrio sistémico (desaparecen los síntomas = ¡ya me siento mejor!); en caso de que las estrategias de afrontamiento no sean exitosas el sistema realiza un tercer proceso de valoración (¿por qué las estrategias utilizadas no me permitieron disminuir el estrés?) que lo conduce a un ajuste de las estrategias para lograr el éxito esperado.

En su análisis Barraza (2016, p. 15) señaló *"Esta lectura teórico-conceptual del estrés académico conduce a reconocer sus tres componentes sistémicos procesuales: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento"*

Las habilidades sociales para ayudar a los estudiantes afrontar los conflictos en el contexto en el que se desarrolla, y que confíen en sus propias capacidades para resolverlos.

Gismero (2010). lo trabajó con tres dimensiones conductual, personal y situacional.

Conductual. - evalúa todo lo conveniente a la conducta de la persona que aptitud manifiesta ante determinado estímulo.

Personal. -implica a la formación cognitiva.

Situacional: orientada a las situaciones en un ámbito cultural o subculturas donde se relaciona la persona.

La persona manifiesta en su entorno situado con los demás, sus exigencias, sus afectos, sus prioridades o justezas, aplicando asertividad sin ser ansiosos, así mismo la consideración y respeto hacia los demás.

2.4 Definición de términos básicos

Estrés. Román y Hernández (2011) Es uno de las afecciones de salud psicofísico del siglo XXI, es un problema con una casuística muy variada, que se da como resultado de la interacción de los estudiantes en su entorno, que muchas veces son demasiados que pueden ser afrontados por el o son amenazantes que colocan en riesgo su confort o bienestar. Esta palabra ya ha sido patentada en diferentes áreas no solo del ámbito de salud sino en todo quehacer diario (Citado en Alfredo, 2013, p. 18).

Estrés Académico. Águila, B., Calcines M., Monteagudo de la Guardia, R. y Nieves, Z. (2015, p. 2), Son aquellos métodos epistemológicos y emocionales o sentimentales que los discentes sienten al ser afectados por los estresores no solo en épocas de evaluaciones. En este contexto el estudiante evalúa este contexto y los puede clasificar como amenazantes o no y responder eficientemente, con el fin de afrontar: sentimientos de depresión y tristeza, angustia, inquietud, bloque o mente en blanco, nerviosismo, irritabilidad, concentración.

Habilidades Sociales. Concurrencia de facultades y pericias propias de cada discente que nos facilitara interactuar (relacionarnos) en el mundo estudiantil con nuestros pares, con el objetivo de afrontar escenarios de estrés, emociones deprimentes y tensión. Permitirá mostrar sus sentimientos, necesidades u opiniones (Dongil C. y Cano V. 2014).

Estresores. Realidades que el discente observa y analiza los elementos que amenazan su estabilidad o entorno de confort del estudiante, siendo este diferente para cada discente, determinado por su nivel de valoración personal e identificándolo como amenazante (Barraza, 2006).

Síntomas. Manifestaciones subjetivas del discente en un contexto de estrés detectables por él en forma física, psíquica y conductual (Barraza, 2006).

Reacciones físicas: En escenarios de estrés los discentes muestran un bajo nivel de anticuerpos circulando en su cuerpo, dichos niveles refieren los estudios que presenta reacciones físicas de sudoración en partes del cuerpo como manos (Barraza, 2007).

Reacciones conductuales: Son las reacciones de comportamiento que se dan en las interacciones interpersonales y agresividad frente a estresores

de estrés (Astudillo et. al. 2001) y desgano (Barraza, 2005).

Estrategias de afrontamiento. Las técnicas y mecanismos muchas veces aprendidas en la niñez y muy usada en estudiantes de posgrado que se van a poner en práctica cuando se les presenten algún desafío realizando mayor capacidad de razonar, controlando su carácter con la calma y incrementar su actividad (Barraza, 2007).

Conductual. Es el vigor de observación de la conducta una persona en relación con su entorno, se puede dar en forma de terapia conductual y mucha de lo tratado en los libros habla de HHSS basado en esta dirección. Caballo (2010, p. 19).

Personal. Forma de conducta de una persona de examinar diferentes situaciones y evadir algunas. Está aquejado por las condiciones en la que se encuentra inmerso, como también interviene en lo que le sucede y es parte de los cambios. Caballo (2010, p. 82).

Situacional. Se da en un contexto cultural o sub-cultural. Tienen en cuenta factores geográficos, socioculturales, arquitectónicos, etc. Dongil C. y Cano V. (2014, pág. 2).

III. HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1 Hipótesis

3.1.1. Hipótesis general

- Existe relación significativa entre el estrés Académico y las Habilidades Sociales de los estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, 2018-B.

Hipótesis específicas:

- Existe relación significativa entre los estresores y las Habilidades Sociales de los estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, 2018-B.
- Existe relación significativa entre los síntomas y las Habilidades Sociales de los estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, 2018-B.
- Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y las Habilidades Sociales de los estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, 2018-B.

3.2 Definición conceptual de las variables

La variable X, Independiente y Variable Y, Dependiente identificadas:

Var. X: Estrés académico

Definimos el estrés académico como la afección que sufren los discentes, esto es a la carencia de tiempo para planificar y dedicarse óptimamente a las actividades académicas curriculares; Agudizándose con una constante presión por la necesidad de ser evaluados satisfactoriamente, al que sumamos los problemas familiares, sociales, económicos y la inseguridad ciudadana.

Var. Y: Habilidades Sociales

Son las estrategias, técnicas y comportamiento que asume un discente con su entorno para relacionarse con los demás estudiantes para hacer frente a los conflictos que se produjeran producto de esta convivencia estudiantil, la cual será expresada en forma cuantitativa con respecto a las dimensiones de cada variable tratada.

3.3 Operacionalización de variables

Se ha considerado las siguientes:

Tabla 1

Operacionalización de las variables

Variable	Dimensiones	Indicador	Indice	Técnica estadística	Muestreo y técnica
X: Estrés Académico	X1: Estresores	Sobrecarga académica	En una escala de R de Spearman los valores de: $-1 \leq R \leq 1$ 0 a 1, el 0 indica sin correlación, la 1 correlación perfecta de 0.2-0.4 correlación baja 0.6-0.8 correlación buena y 0.8-1 correlación muy buena	R de Spearman y SPSS 20	Probabilístico y escala ordinal. Categorización: Nivel Bajo, Nivel Medio, Nivel Alto
		Excesiva carga académica			
		horario muy extenso			
		Falta de tiempo			
		Competencia con los compañeros			
		tiempo limitado para cumplir con las actividades académicas			
		Las evaluaciones de los profesores			
		Tabajos que piden los profesores			
		Participación en clases			
		actividades académicas			
X2: Sintomas		Reacciones físicas			
		Reacciones psicológicas			
		Reacciones conductuales			
X3: Estrategias de afrontamiento		Habilidad asertiva			
		Elaboración y ejecución de un plan			
		Resolver situaciones Confidencias			

Fuente: *Elaboración Propia*

Variable	Dimensiones	Indicador	Índice	Técnica estadística	Muestreo y técnica
Y: Habilidades sociales	Y1: Conductual	Expresión de enfado o disconformidad Evitar hacer preguntas Iniciar interacción es positivas con el sexo opuesto	En una escala de R de Spearman los valores de: $-1 \leq R \leq 1$ 0 a 1, el 0 indica sin correlación,		Probabilístico y escala ordinal.
	Y2: Personal	Defensa de los propios derechos como consumidor Paso un mal rato para decirle que "NO"	la 1 correlación perfecta, de 0.0 -0.2 indica correlación mínima,	R de Spearman y SPSS 20	Categorización: Nivel Bajo, Nivel Medio, Nivel Alto
Y3: Situacional		Me cuesta mucho cortar una conversación	es de 55 a 64 y deficiente es de 0 a 54		
		Evito hacer preguntas Guardo mis opiniones Evito ciertas reuniones sociales Me cuesta expresarme Pedir que me devuelvan Pedir a un amigo que me haga un favor			

Fuente: Elaboración Propia

IV. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

4.1 Tipo y diseño de la investigación

Hernández et al. (2006), manifestó que las investigaciones de tipo cuantitativos se dan a travez de la medición de datos con el objetivo de constatar modelos y teoría con el fin de afirmar o denegar las hipótesis propuestas.

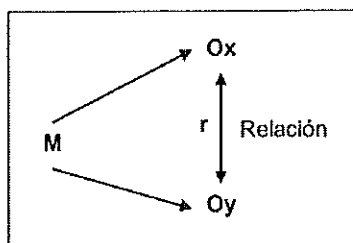
Asimismo, de acuerdo a Vara (2012, p. 202) con el fin de comprender mejor el estrés académico y habilidades sociales se determinó que el estudio sea una de tipo aplicada para obtener mejores resultados en el entrenamiento de las mencionadas variables en los discentes objetos de nuestra investigación, para mitigar la problemática observada.

Fue Correlacional, porque también calculó el grado de asociación entre estrés académico y habilidades sociales.

Diseño de la investigación

Hernández et al. (2006) sostuvo, que en los diseños de tipo no experimental, realizados en un tiempo concreto y transversal, donde no se realiza manejo de variables, nos vimos obligados a ver la problemática en la esencia de su naturaleza misma de la unidad de análisis.

Composición del diagrama de relación:



(O-x): Estrés académico

(O-y): Habilidades sociales

(r): Asociación entre (O-x) y (O-y) (variables)

4.2 Método de Investigación

Para la Investigación se utilizó el método Hipotético deductivo

4.3 Población y Muestra

La Población:

Integrada por 80 discentes del quinto ciclo, de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao que es objeto de la presente investigación.

La Muestra:

La muestra fue una parte representativa de la población que fue tomada de forma estratificada y sistemática del mencionado grupo poblacional, con el fin de determinar el tamaño de la muestra a estudiar las variables cualitativas en el muestreo de forma aleatoria se usa la fórmula sgte.:

$$n = \frac{z^2(p)(q)N}{\varepsilon^2(N-1) + z^2(p)(q)} \quad \dots\dots\dots (1)$$

Habiendo determinado que:

N = Población Total de estudiantes; N = 80

z_{α} = Al 90% de confianza; z_{α} = 1.645

p: Proporción de alumnos mujeres; p = 0.56

q: Proporción de alumnos varones; q = 0.44

ε_2 : Máximo grado de error permitido; ε_2 = 0.09

n = Muestra

Despejando en (1):

$$n = \frac{1.645^2 (0.56)(0.44)80}{0.09^2 (80-1)+1.645^2 (0.56)(0.44)}$$

$$n = \frac{53.341165}{1.3066646}$$

$$n = \boxed{40.8224}$$

El tamaño de la muestra es 40 estudiantes, donde se aplicará el tipo de muestreo probabilístico teniendo la opción de recibir la opinión de cualquier elemento de la unidad de análisis.

4.4 Lugar de estudio

El quinto ciclo, de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao(UNAC).

4.5 Técnicas e instrumentos de recolección de la información

Para la información documental procesada se aplicó una técnica de lectura de las fuentes (Art. de investigación, otras tesis), apoyado por fichas de estudio, con el fin de realizar una buena recopilación de información.

4.6 Técnicas e instrumentos para la recolección de la información de campo

El instrumento que se usó en el acopio de datos fue el cuestionario que recogió información de las variables. Asimismo, se acudió a las autoridades académicas respectivas de la UNAC. Para consentimiento y aplicación del instrumento.

Instrumentos (Aplicación y validación)

Estrés Académico

Los instrumentos de esta investigación fueron DOS (2), los cuales son: Como indica Bazalar, el cuestionario de Inventario (SISCO) de Estrés Académico, la cual será cuantificada en: Estresores Preguntas: (1) -(2) -(3)-(4) y (5), Síntomas Preguntas: (6)-(7)-(8)-(9)-(10)-(11) y Estrategias de afrontamiento Preguntas: (12)-(13)-(14) y (15).

Habilidades Sociales

Gismero, usa como instrumento un enfoque de las Habilidades Sociales que señala: Conductuales Preguntas: (1)-(2)-(3) y (4), Personal Preguntas: (5)-(6)-(7)-(8) y Situacional Preguntas: (9)-(10)-(11)-(12)-(13)-(14) y (15).

Cabe de indicar que cada pregunta en la escala de Likert se tomarón en cuenta: 5 opciones de respuesta, siendo estas: 1 Nunca, 2 Casi Nunca, 3 Algunas Veces, 4 casi siempre y 5 siempre, con puntajes del uno al cinco respectivamente.

Asimismo, para la muestra de resultados se hizo una recategorizo de las variables del Estrés académico y las Habilidades Sociales como de Nivel Bajo, Medio y Alto con la Escala de Baremos, según la tabla 2 y Tabla 3.

Tabla 2

Escala de Baremos del Estrés Académico

Estrés Académico	Cuantitativo			Cualitativo
	DIM-1	DIM-2	DIM-3	
15 - 24	5 - 8	6 - 9	4 - 6	Nivel Bajo
25 - 30	9 - 11	10 - 13	7 - 8	Nivel Medio
31 - 64	12 - 22	14 - 26	9 - 14	Nivel Alto

Fuente: *Elaboración Propia*

Tabla 3

Escala de Baremos de Habilidades Sociales

Habilidades Sociales	Cuantitativo			Cualitativo
	DIM-1	DIM-2	DIM-3	
16 - 28	5 - 8	4 - 7	7 - 13	Nivel Bajo
29 - 37	9 - 10	8 - 9	14 - 19	Nivel Medio
38 - 55	11 - 13	10 - 14	20 - 29	Nivel Alto

Fuente: *Elaboración Propia*

Se acudió a juicio de profesionales experimentados en el tema (expertos), que concluyeron:

Tabla 4

Juicios Experimentados Profesionales (expertos-validación)

Nº	Experto	
Experto 1	Edgar Alfredo Eslava Arnao	Aplicable
Experto 2	Julio Roberto Pérez Huamán	Aplicable
Experto 3	Teresa Narváez Aranibar	Aplicable
Experto 4	Manuel A. Luis Manrique Nugent	Aplicable

Fuente: *Elaboracion Propia*

4.6 Análisis y procesamiento de datos

El primer análisis se realizó con un ensayo análisis como una prueba de confiabilidad a una muestra reducida de 20 discentes y 40 discentes como muestra para el estudio de investigación. Asimismo, se utilizó la hoja de cálculo llamado excell para efectos de presentación de los diagramas de barras y el aplicativo IBM. SPSS. Statistics20 para realizar el procesamiento de las tablas cruzadas.

Tabla 5

Niveles de confiabilidad

Valores	Nivel
De -1 a 0	No es confiable
De 0,01 a 0,49	Baja confiabilidad
De 0,5 a 0,75	Moderada confiabilidad
De 0,76 a 0,89	Fuerte confiabilidad
De 0,9 a 1	Alta confiabilidad

Fuente: *Elaboración Propia*

Se alcanzó los siguientes resultados:

Tabla 6

“Estadística de fiabilidad de Estrés académico con el software estadístico SPSS”

Resumen del procesamiento de los casos			
		N	%
Casos	Válidos	20	100,0
	Excluidos ^a	0	,0
	Total	20	100,0

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Estadísticos de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,933	15

El valor obtenido es de 0,933 muestra según la tabla 06 una alta confiabilidad en el análisis de Estrés académico

Tabla 7

“Estadística de fiabilidad de Habilidades Sociales con el software estadístico SPSS”

Resumen del procesamiento de los casos			
		N	%
Casos	Válidos	20	100,0
	Excluidos ^a	0	,0
	Total	20	100,0

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Estadísticos de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,883	15

El valor obtenido es de 0,883 muestra, según la tabla 07 una fuerte confiabilidad en el análisis de Habilidades sociales

V. RESULTADOS

5.1 Resultados descriptivos

Tabla 8

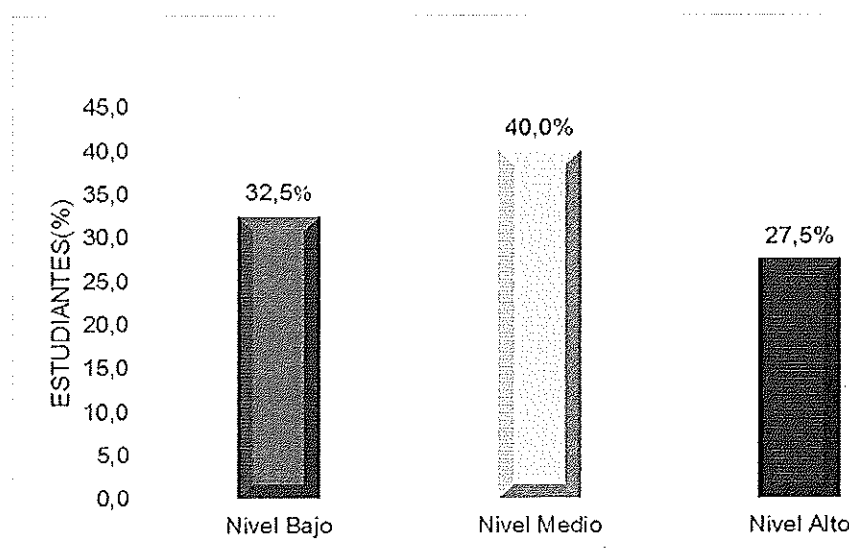
Estrés Académico en alumnos del quinto ciclo de la FCA-UNAC-2018 B.

ESTRÉS ACADEMICO	N	%
Nivel Bajo	13	32,5
Nivel Medio	16	40,0
Nivel Alto	11	27,5
Total	40	100,0

Fuente: *Elaboración propia*

Desde el punto de vista de la observación de la tabla 6, sobre el estrés académico indica que de los 27,5% (11) de los discentes están afectados con un nivel alto, mientras que el 32,5% (13) de los discentes tiene un nivel bajo, como se aprecia en la figura 1.

Figura 1. Estrés Académico en alumnos del quinto ciclo de la FCA-UNAC-2018 B



Fuente: *Elaboración propia*

Tabla 9

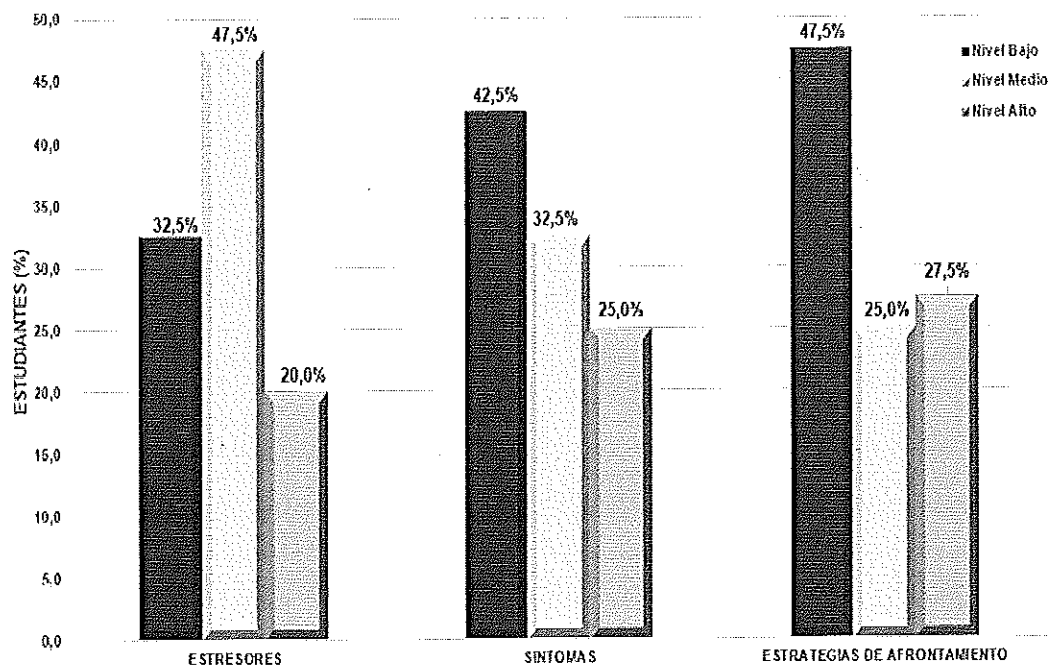
Dimensiones del Estrés Académico de alumnos del quinto ciclo de la FCA-UNAC-2018 B.

DIMENSIONES DEL ESTRÉS ACADÉMICO	Nivel Bajo		Nivel Medio		Nivel Alto	
	N	%	N	%	N	%
ESTRESORES	13	32,5	19	47,5	8	20,0
SINTOMA	17	42,5	13	32,5	10	25,0
ESTRATEGIAS AFRONTAMIENTO	19	47,5	10	25,0	11	27,5

Fuente: *Elaboración propia*

Con respecto al punto de vista de los estudiantes, sobre las dimensiones del estrés académico, podemos apreciar que en la dimensión Estrategias de Afrontamiento tiene un nivel bajo (47.5%), Síntomas tiene un nivel alto (42.5%) y Estresores tiene un nivel medio (47.5%), denotando un moderado manejo del estrés, según como se aprecia en la Figura 2.

Figura 2. Dimensiones del Estrés Académico de alumnos del V ciclo de la FCA-UNAC-2018 B



Fuente: *Elaboración propia*

Tabla 10

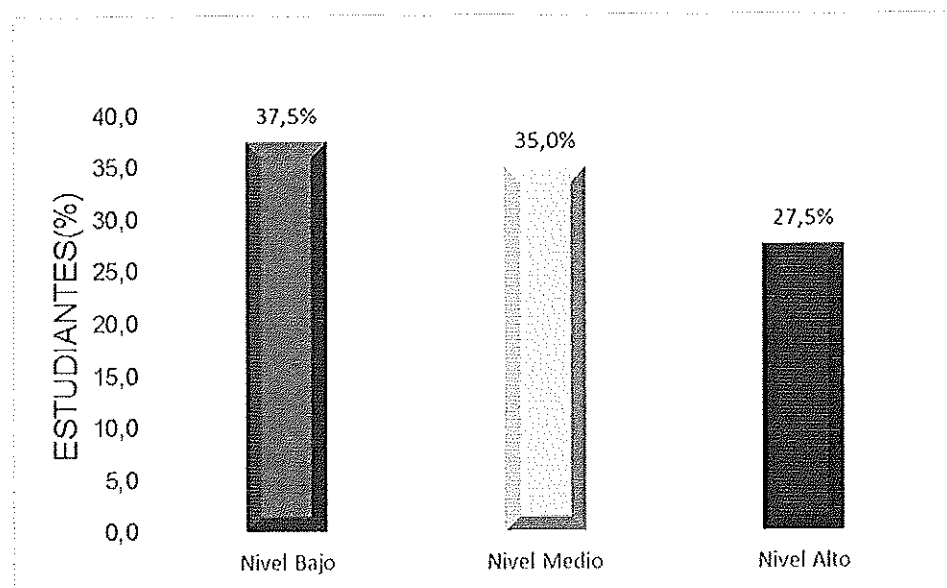
Habilidades Sociales de alumnos del quinto ciclo de la FCA-UNAC-2018 B.

HABILIDADES SOCIALES	N	%
Nivel Bajo	15	37,5
Nivel Medio	14	35,0
Nivel Alto	11	27,5
Total	40	100,0

Fuente: *Elaboración propia*

Desde el punto de vista de la observación de la tabla 8, sobre habilidades sociales indica que de los 27.5% (11) de los discentes están afectados con un nivel alto, mientras que el 37,5% (15) de los discentes tiene un nivel bajo, dichos porcentajes denotan que los estudiante no tienen un buen manejo de las habilidades sociales, según como se aprecia en la figura 3.

Figura 3. *Habilidades Sociales de alumnos del V ciclo de la FCA-UNAC-2018 B*



Fuente: *Elaboración propia*

Tabla 11

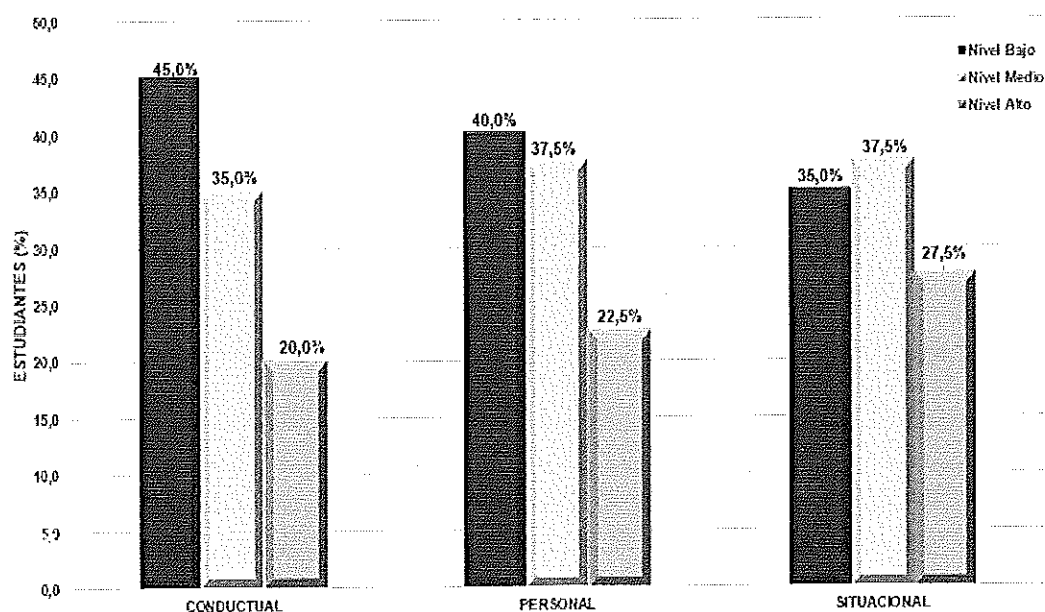
Dimensiones de Habilidades Sociales de alumnos del quinto ciclo de la FCA-UNAC-2018 B

DIMENSIONES DE LAS HABILIDADES SOCIALES	Nivel Bajo		Nivel Medio		Nivel Alto	
	N	%	N	%	N	%
CONDUCTUAL	18	45,0	14	35,0	8	20,0
PERSONAL	16	40,0	15	37,5	9	22,5
SITUACIONAL	14	35,0	15	37,5	11	27,5

Fuente: *Elaboración propia*

Con respecto al punto de vista de los estudiantes, sobre las dimensiones de las Habilidades Sociales, podemos apreciar que en la dimensión conductual tiene un nivel bajo (45%), personal tiene un nivel bajo (40%), y situacional tiene un nivel medio (37.5%), denotando un bajo manejo de habilidades sociales para afrontar el estrés, según como se aprecia en la Figura 4.

Figura 4. *Dimensiones de Habilidades Sociales de alumnos del quinto ciclo de la FCA-UNAC-2018 B*



Fuente: *Elaboración propia*

Tabla 12

El Estrés Académico y Habilidades Sociales de alumnos del quinto ciclo de la FCA-UNAC-2018 B.

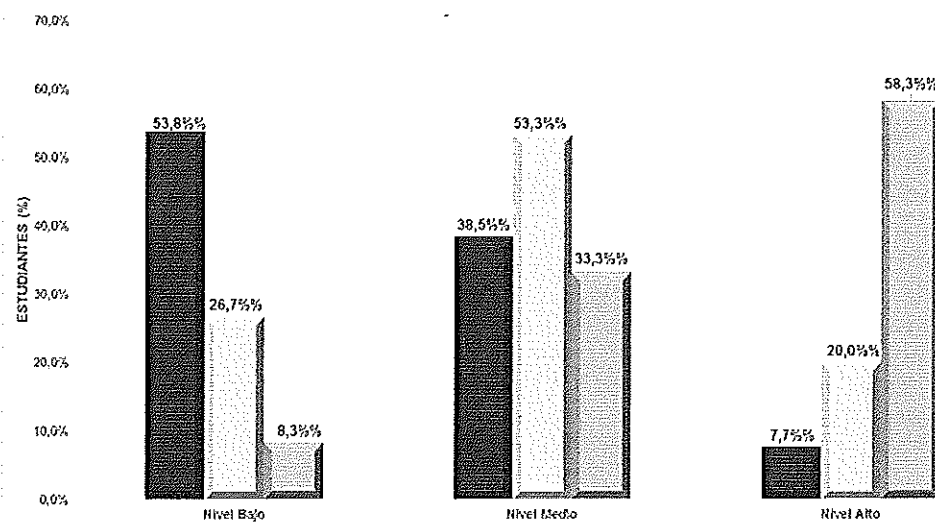
ESTRÉS ACADÉMICO	HABILIDADES SOCIALES						P*
	Nivel Bajo		Nivel Medio		Nivel Alto		
	N	%	N	%	N	%	
Nivel Bajo	7	53,8%	4	26,7%	1	8,3%	<0,05
Nivel Medio	5	38,5%	8	53,3%	4	33,3%	
Nivel Alto	1	7,7%	3	20,0%	7	58,3%	
Total	13	100,0%	15	100,0%	12	100,0%	

* Prueba de chi-cuadrado

Fuente: *Elaboración propia*

Respecto de la percepción de los estudiantes, sobre las variables del Estrés Académico y Habilidades Sociales, se aprecia que tienen una relación de pvalor ($p < 0.05$), donde los discentes que tienen un nivel alto de estrés Académico (58.3%), también tiene un nivel bajo (8.3%) de Habilidades Sociales, en los alumnos del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B.

Figura 5. El Estrés Académico y Habilidades Sociales de los alumnos del V ciclo de la FCA-UNAC-2018 B



Fuente: *Elaboración propia*

Tabla 13

Dimensión Estresores y Habilidades Sociales de alumnos del quinto ciclo de la FCA-UNAC-2018 B.

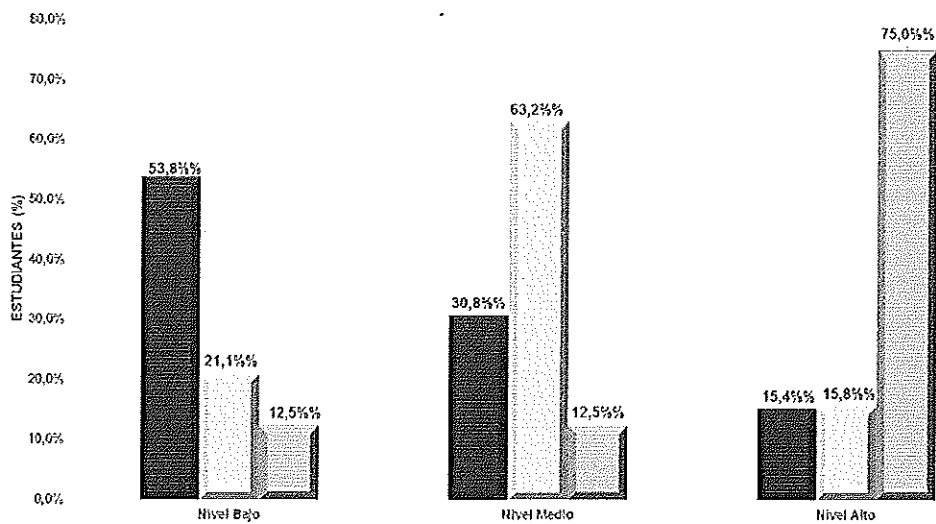
ESTRESORES	HABILIDADES SOCIALES						p*
	Nivel Bajo		Nivel Medio		Nivel Alto		
	n	%	n	%	n	%	
Nivel Bajo	7	53,8%	4	21,1%	1	12,5%	<0,05
Nivel Medio	4	30,8%	12	63,2%	1	12,5%	
Nivel Alto	2	15,4%	3	15,8%	6	75,0%	
Total	13	100,0%	19	100,0%	8	100,0%	

* Prueba de chi-cuadrado

Fuente: *Elaboración propia*

Respecto de la percepción de los estudiantes, sobre la dimensión Estresor y Habilidades Sociales, se advierte que tienen una relación de pvalor ($p < 0.05$), donde los discentes obtienen nivel alto de Estresores (75%) y un nivel bajo en Habilidades Sociales (12.5%), en discentes de quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B.

Figura 6. Dimensión Estresores y Habilidades Sociales de alumnos del quinto ciclo de la FCA-UNAC-2018 B



Fuente: *Elaboración propia*

Tabla 14

Dimensión Síntomas y Habilidades Sociales de alumnos del quinto ciclo de la FCA-UNAC-2018 B.

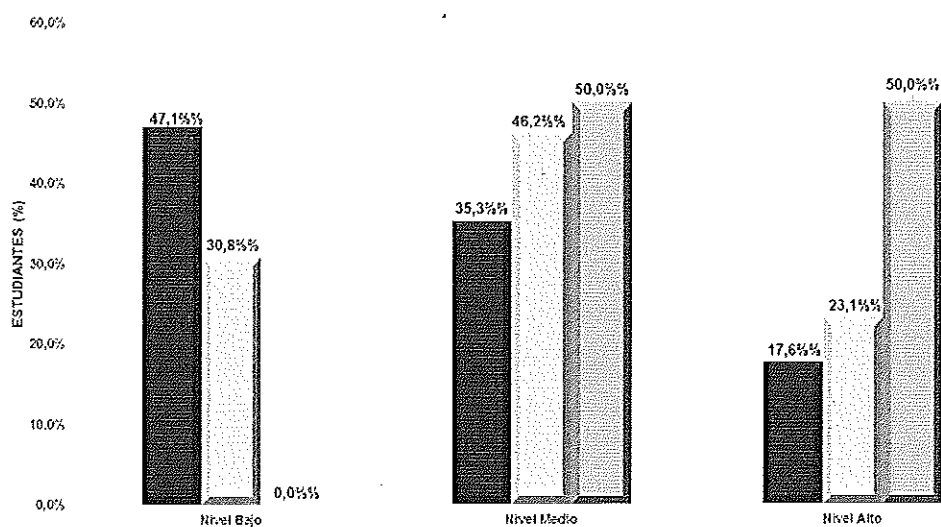
SINTOMAS	HABILIDADES SOCIALES						P*
	Nivel Bajo		Nivel Medio		Nivel Alto		
	N	%	N	%	N	%	
Nivel Bajo	8	47,1%	4	30,8%	0	0,0%	<0,05
Nivel Medio	6	35,3%	6	46,2%	5	50,0%	
Nivel Alto	3	17,6%	3	23,1%	5	50,0%	
Total	17	100,0%	13	100,0%	10	100,0%	

* Prueba de chi-cuadrado

Fuente: *Elaboración propia*

Respecto de la percepción de los estudiantes, sobre la dimensión Síntomas y Habilidades Sociales, se observa que tienen una relación de pvalor ($p < 0.05$), donde los discentes tienen nivel alto de Habilidades Sociales (50%) y nivel alto en Síntomas, en los discentes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B.

Figura 7. Dimensión Síntomas y Habilidades Sociales de alumnos del quinto ciclo de la FCA-UNAC-2018 B



Fuente: *Elaboración propia*

Tabla 15

Dimensión Estrategias de Afrontamiento y Habilidades Sociales de alumnos del quinto ciclo de la FCA-UNAC-2018 B.

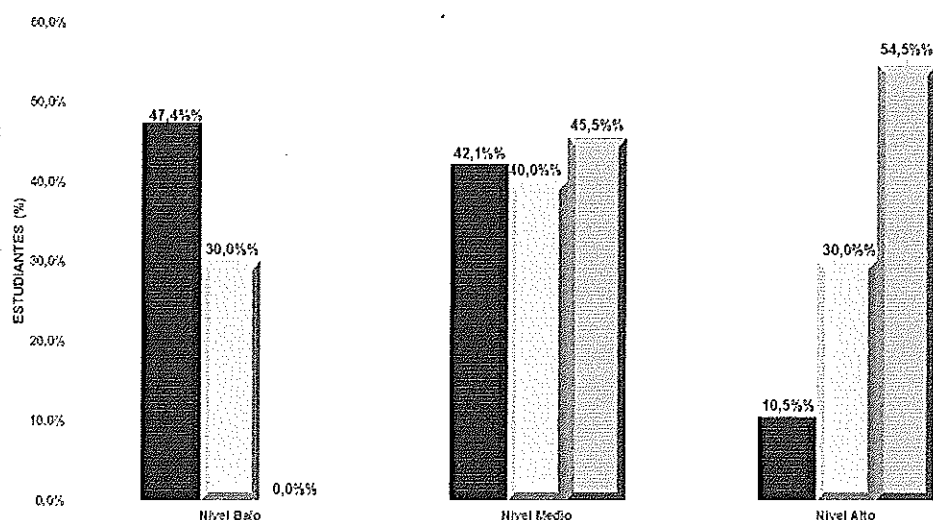
E STRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	HABILIDADES SOCIALES						P*
	Nivel Bajo		Nivel Medio		Nivel Alto		
	II	%	II	%	II	%	
Nivel Bajo	9	47,4%	3	30,0%	0	0,0%	<0,05
Nivel Medio	8	42,1%	4	40,0%	5	45,5%	
Nivel Alto	2	10,5%	3	30,0%	6	54,5%	
Total	19	100,0%	10	100,0%	11	100,0%	

* Prueba de chi-cuadrado

Fuente: *Elaboración Propia*

Respecto de la percepción de los estudiantes, sobre la dimensión Estrategias de Afrontamiento y Habilidades Sociales, se observa que tienen una relación de pvalor ($p < 0.05$), donde los discentes tienen nivel alto de Estrategias de Afrontamiento (54.5%) y tienen nivel bajo en Habilidades Sociales, en los alumnos de quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B.

Figura 8. Dimensión Estrategias de Afrontamiento y Habilidades Sociales de alumnos de quinto ciclo de la FCA-UNAC-2018 B.



Fuente: *Elaboración propia*

5.2 Resultados Inferenciales

Se realizó las pruebas estadísticas de las variables con sus respectivas dimensiones e indicadores y la prueba estadística del chi-cuadrado, se obtuvieron los siguientes resultados:

Prueba de hipótesis general:

Proceso UNO (1); Presentación de la Hipótesis General:

H_1 = Existe relación significativa entre el estrés académico y las habilidades sociales de los estudiantes del v ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas en la Universidad Nacional del Callao, 2018-B.

H_0 = No Existe relación significativa entre el estrés académico y las habilidades sociales de los estudiantes del v ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas en la Universidad Nacional del Callao, 2018-B.

Proceso DOS (2); Selección prueba estadística:

Se aplicó la prueba estadística del chi-cuadrado para las dos (2) variables cualitativas ordinales, con una significancia de error del 5% donde alfa (α) es igual a 0.05.

Proceso TRES (3); Parametro de error estadístico:

Se obtuvo el pvalor $<0,001$, en el programa de estadístico SPSS cuyo valor de significancia fue menor a lo inferido.

Proceso CUATRO (4); Desarrollo prueba estadística:

Tabla 16

Relación de Estrés Académico y Habilidades Sociales de los alumnos del V ciclo de la FCA-UNAC-2018 B

Pruebas de chi-cuadrado			Sig. asintótica (bilateral)
	Valor	gl	
Chi-cuadrado de Pearson	31,262 ^a	9	,000
Razón de verosimilitudes	18,467	9	,030
Asociación lineal por lineal	11,020	1	,001
N de casos válidos	40		

a. 12 casillas (75,0%) tienen una frecuencia esperada inferior a 5. La frecuencia mínima esperada es ,03.

Fuente: *Programa estadístico SPSS Statistics.*

Hipótesis General (Análisis e Interpretación)

Si existe relación significativa de estrés académico y las habilidades sociales en los discentes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la U.NA. del Callao, 2018-B, se aplicó la Prueba de chi_cuadrado: 31,262; con un pvalor de significancia asintótica (bilateral-valor crítico observado) = .000 calculado es < 0.05 , por tal motivo se rechaza la Hipótesis nula planteada y Acepta la Hipótesis Alternante, según tabla 16.

Prueba de Hipótesis Específica:

Proceso UNO (1); Presentación de la Hipótesis Específica (1):

H₁= Existe relación significativa entre los estresores y las habilidades sociales de los estudiantes del v ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas en la Universidad Nacional del Callao, 2018-B.

H₀= No Existe relación significativa entre los estresores y las habilidades sociales de los estudiantes del v ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas en la Universidad Nacional del Callao, 2018-B.

Proceso DOS (2); Selección prueba estadística:

Se aplicó la prueba estadística del chi-cuadrado para las dos (2) variables cualitativas ordinales, con una significancia de error del 5% donde alfa (α) es igual a 0.05.

Proceso TRES (3): Parametro de error estadístico:

Se obtuvo el pvalor $<0,001$, en el programa de estadístico SPSS cuyo valor de significancia fue menor a lo inferido.

Proceso CUATRO (4): Desarrollo prueba estadística:

Hipótesis específica 01:

Tabla 17

Los Estresores y Habilidades Sociales de alumnos del quinto ciclo de la FCA-UNAC-2018 B

Pruebas de chi-cuadrado			Sig. asintótica (bilateral)
	Valor	gl	
Chi-cuadrado de Pearson	74,430 ^a	9	,000
Razón de verosimilitudes	40,066	9	,000
Asociación lineal por lineal	25,311	1	,000
N de casos válidos	40		

a. 13 casillas (81,2%) tienen una frecuencia esperada inferior a 5. La frecuencia mínima esperada es ,03.

Fuente: Programa estadístico SPSS Statistics.

Hipótesis específica 01 (Análisis e Interpretación)

Se rechazar la hipótesis nula debido a la relación significativa dada por la dimensión estresores y las habilidades sociales de los discentes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la U.NA. del Callao, 2018-B, la Prueba de chi_cuadrado: 74,430; con un pvalor de significancia asintótica (bilateral-valor critico observado) = .000 calculado es < 0.05 , por tal motivo se rechaza la Hipótesis nula planteada y Acepta la Hipótesis Alternante, según tabla 17.

Proceso CUATRO (4): Desarrollo prueba estadística:

Hipótesis específica 02

Tabla 18

Los Síntomas y Habilidades Sociales de los alumnos del V ciclo de la FCA-UNAC-2018 B

Pruebas de chi-cuadrado			
	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	19,132 ^a	9	,024
Razón de verosimilitudes	14,618	9	,102
Asociación lineal por lineal	8,712	1	,003
N de casos válidos	40		

a. 13 casillas (31,2%) tienen una frecuencia esperada inferior a 5. La frecuencia mínima esperada

Fuente: Programa estadístico SPSS Statistics.

Hipótesis específica 02 (Análisis e Interpretación)

Se rechazar la hipótesis nula debido a la relación significativa dada por la dimensión síntomas y las habilidades sociales de los discentes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la U.NA. del Callao, 2018-B, la Prueba_de_chi_cuadrado: 19,132; con un pvalor de significancia asintótica (bilateral-valor crítico observado) = .024 calculado es < 0.05 , por tal motivo se rechaza la Hipotesis nula planteada y Acepta la Alternante, según tabla 18.

Proceso UNO (1); Presentación de la Hipótesis Específica (3):

H_1 = Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y las habilidades sociales de los estudiantes del v ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas en la Universidad Nacional del Callao, 2018-B.

H_0 = No Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y las habilidades sociales de los estudiantes del v ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas en la Universidad Nacional del Callao, 2018-B.

Proceso DOS (2); Selección prueba estadística:

Se aplicó la prueba estadística del chi-cuadrado para las dos (2) variables cualitativas ordinales, con una significancia de error del 5% donde alfa (α) es igual a 0.05.

Proceso TRES (3); Parametro de error estadístico:

Se obtuvo el pvalor $<0,001$, en el programa de estadístico SPSS cuyo valor de significancia fue menor a lo inferido.

Proceso CUATRO (4); Desarrollo prueba estadística:

Hipótesis específica 03:

Tabla 19

Las Estrategias de Afrontamiento y habilidades Sociales de alumnos del quinto ciclo de la FCA-UNAC-2018 B

Pruebas de chi-cuadrado			
	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	10,188 ^a	4	,037
Razón de verosimilitudes	13,158	4	,011
Asociación lineal por lineal	9,793	1	,002
N de casos válidos	40		

a. 6 casillas (66,7%) tienen una frecuencia esperada inferior a 5. La frecuencia mínima esperada es 2,75.

Fuente: Programa estadístico SPSS Statistics.

Hipótesis específica 03 (Análisis e Interpretación)

Se rechazar la hipótesis nula debido a la relación significativa dada por la dimensión de estrategias de afrontamiento del estudiante y las habilidades sociales de los discentes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la U.NA. del Callao, 2018-B, estadísticamente obtenido por la Prueba_de_chi_cuadrado: 10,188; con un pvalor de significancia asintótica (bilateral-valor crítico observado) = .037 calculado es < 0.05 , por tal motivo se rechaza la Hipótesis nula planteada y Acepta la Hipótesis Alternante, según tabla 19.

VI. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

6.1 Contratación y demostración de las hipótesis con los resultados

La investigación se realizó a través de una hipótesis general y 3 hipótesis específicas, las que fueron sometidas a contrastación mediante el análisis estadístico inferencial, considerando la orientación de la tabla 1 de operacionalización de variables, como las variables con sus respectivas dimensiones e indicadores de cada una de ellas y el estadístico chi-cuadrado de relación de variables cualitativas, obteniéndose los siguientes resultados:

Hipótesis general

Si existe relación significativa entre el estrés académico y las habilidades sociales de los estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B, debido que el grado de relación entre las variables determinada la Prueba del chi-cuadrado: 31,262; cuyo pvalor = .000, calculado es $< 0,05$ de significancia lo cual significa que existe una relación positiva y buena entre las variables, por tal motivo se rechaza la Hipotesis nula planteada, según tabla 16.

Hipótesis específica 01

Si existe relación significativa entre los estresores del estudiante y las habilidades sociales de los estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B, debido que el grado de relación entre las variables determinada por la Prueba del chi-: 74,430; cuyo pvalor = .000, calculado es $< 0,05$ de significancia lo cual significa que existe una relación positiva y buena entre las variables, por tal motivo se rechaza la Hipotesis nula planteada, según tabla 17.

Hipótesis específica 02

Si existe relación significativa entre los síntomas del estudiante y las habilidades sociales de los estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B, debido que el grado de relación entre las variables determinada por la Prueba del chi-cuadrado: 19,132; cuyo pvalor = .024, calculado es $< 0,05$ de significancia lo cual significa que existe una relación positiva y buena entre las variables, por tal motivo se rechaza la Hipotesis nula planteada, según tabla 18.

Hipótesis específica 03

Si existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento del estudiante y las habilidades sociales de los estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B, debido que el grado de relación entre las variables determinada por la Prueba del chi-cuadrado: 10,188; cuyo pvalor = .037, calculado es $< 0,05$ de significancia lo cual significa que existe una relación positiva y buena entre las variables, por tal motivo se rechaza la Hipotesis nula planteada, según tabla 19.

6.2 Contrastación de los resultados con estudios similares

Para Pallo (2017), la educación superior de este siglo XXI, se ha convertido en una competencia de uno contra todos lo cual detona en el día, día del quehacer diario estudiantil siendo la causa más frecuente problemas de orgánico o mentales de cada cuatro (4) uno (1) está afectado, cabe indicar que la implemetación de programas de capacitación y entrenamiento en habilidades sociales, los discentes desarrollaran lo planeado en las mallas curriculares de cada facultad. Lo cual esta estrechamente relacionado con Gismero (2010), que determina tres

procesos: Uno (1) la conducta manera de conducirse en la vida; Dos (2) personal o cognitiva es decir la formación que tiene cada uno; y Tres (3) Situacional que es la forma de responder en un ambiente social o cultural; esto es, que los estudiantes desarrollen actitudes de solidaridad con el prójimo, profesen el código de ética en todo momento de sus vidas y que sean proactivos y eficientes. En el caso de esta investigación se ha podido determinar que los discentes que tienen un nivel bajo de Habilidades Sociales tienen un nivel alto de estrés. Confirmando nuestra hipótesis general. Concordando con lo sustentado por Pallo (2017).

Para Alfonso (2013), señalo que las situaciones estresantes que sobresalen son las evaluaciones, el escaso tiempo que dan los docentes en las tareas encomendadas, acumulación de prácticas y/o labores adicionales a las clases normales o independientes, clases de tareas o intervenciones en clase solicitadas por los docentes en aula que son medidas evaluativas.

Como conceptúa Javier (2017) al mencionar el avance del perfeccionamiento de los numerosos contenidos de los cursos, desenvolviéndose con destrezas, técnicas y habilidades, en el ámbito universitario, señalado en la vida actual como el desarrollo de competencia de una u otra línea de carrera, a veces le demandara mucho más esfuerzo a uno que a otros tanto en el entorno estudiantil o social que les va servir en el futuro para su colocación laboral según sus competencias. En el caso de esta investigación se ha podido observar que los discentes tienen un nivel alto de estresores y un nivel bajo de Habilidades Sociales. Confirmando nuestra Primera hipótesis específica. Concordando con lo sustentado por Alfonso (2013) y Javier (2017).

El estudioso Barraza (2016) refirió que los discentes al estar afectados por el estrés pueden tener los siguientes síntomas: Ingieren más

alimentos, se molestan con todo, tiene migraña y explotan con cualquiera, otros estudiantes muestran: pérdidas de memoria, tienen afecciones cutáneas, dolor de estómago y se desmotiva dejan de hacer sus tareas encomendadas por los docentes, entre otros aspectos. Como sugiere Peres (2008), al explicar que los problemas emocionales y conductuales interfieren en el desarrollo de habilidades cognitivas y afectivas. En el caso de esta investigación se ha podido apreciar que los discentes tienen un nivel alto de síntomas y un nivel bajo de Habilidades Sociales. Confirmando nuestra Segunda hipótesis específica. Concordando con lo sustentado por Barraza (2016).

Para Barzallo y Moscoso (2015), es de suma importancia la evaluación del estrés, el cual dependerá del carácter y personalidad del estudiante y el manejo de las habilidades que posea para emplear estrategias de afrontamiento frente al estrés y sacar provecho de él. Como considera el investigador Barraza (2016) que en la información de otros escritores del tema del afrontamiento. Es el aprovechamiento favorable de la tensión de los estresores para su beneficio individual y saca partido para lo cual adoptara técnicas defensivas todo ello con el fin de buscar alternativas de solución a una problemática que se le presente en contacto con su ámbito estudiantil. Como sugiere Cantillo y Yaguna (2016) se ha podido observar en base a los resultados que los estudiantes participantes poseen muy pocas habilidades sociales así sus evaluaciones tengan altas notas. Recomendando implementar talleres de capacitación y entrenamiento en habilidades sociales dentro de las facultades, debiendo tomar el liderazgo el docente dentro del aula para aplicar técnicas comunicativas, realizar juego lúdico y otros a estudiantes de años superiores o los recién ingresantes. En el caso de esta investigación se ha podido apreciar que los discentes tienen un nivel alto de estrategias de afrontamiento y un nivel bajo de Habilidades Sociales. Confirmando nuestra Tercera hipótesis específica. Concordando con lo sustentado por Cantillo y

Yaguna (2016).

6.3 Responsabilidad ética de acuerdo a los reglamentos Vigentes

Para la realización de esta investigación se respetó la parte ética del encuestados, se le informó sobre la investigación en qué consistía, que queríamos investigar, su aceptación fue confirmada firmando un documento de consentimiento informado y voluntario.

VII. CONCLUSIONES

1ra.- Estadísticamente se estableció una relación positiva y buena donde los discentes tienen un nivel alto de Estrés Académico (58.3%) tabla 12, también tiene como oposición un nivel bajo (8.3%) en Habilidades Sociales en estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la U.N.A. del Callao, 2018-B.

2da.- Estadísticamente se estableció una relación positiva y moderada entre los estresores y las habilidades sociales donde los discentes tienen un nivel alto de Estresores (75%) tabla 13, también tiene como oposición un nivel bajo (12.5%) en Habilidades Sociales en estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la U.N.A. del Callao, 2018-B, También esta relación permite entender que las habilidades sociales son fundamental para que los estudiantes universitarios enfrenten situaciones estresantes.

3ra.- Estadísticamente se estableció una relación positiva y moderada entre los síntomas y las habilidades sociales donde los discentes obtuvieron nivel alto en Habilidades Sociales (50%) tabla 14, en los discentes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de U.N.A. del Callao, 2018-B, Asimismo, podemos indicar que las reacciones físicas, psicológicas y conductuales interfieren en la salud de los discentes y es de imperiosa necesidad la implementación de programas de capacitación y entrenamiento en el manejo de habilidades sociales.

4ta.- Estadísticamente se estableció una relación positiva y moderada entre las estrategias de afrontamiento y las habilidades sociales donde los discentes tienen un nivel alto de Habilidades Sociales (54.5%) tabla 15, en los discentes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de U.N.A. del Callao, 2018-B, concluimos que las estrategias de afrontamiento es un mediador con las estrategias defensivas que sirven para resolver el estrés académico.

VII. RECOMENDACIONES

1ra.- A las autoridades Académicas de la Organización Educativa UNAC, gestionar campañas de capacitación de estudiantes y docentes que les permitan conocer y comprender el estrés académico y habilidades sociales, para aplicar estrategias con el fin que el discente tenga las herramientas necesarias para hacer frente a los problemas que se les presente en el transcurrir de su vida académica universitaria.

2da.- A las autoridades Académicas de la Organización implementar programas de capacitación y entrenamiento en el manejo en los diferentes tipos de estresores, provocado por la realización de exámenes, trabajos académicos, evaluación de los profesores. Con objetivo de superar o quebrar paradigmas de los modelos educativos de la universidad.

3ra.- Al rector responsable de la Facultad de Ciencias de Salud llevar a cabo actividades de capacitación en habilidades sociales de acuerdo a las programaciones de los cursos que orienten al discente de la Universidad Nacional del Callao a superar los síntomas que se manifiestan como: reacciones físicas, psicológicas y conductuales en épocas de evaluaciones.

4ta.- Demandar a las autoridades Académicas de la Organización Universitaria para crear, difundir talleres de capacitación y entrenamiento en habilidades sociales para los discentes universitarios con el fin de fortalecer estrategias de afrontamiento del estrés académico que permita la formación al estudiante, docentes y autoridades para aplicar las diversas acciones como técnicas de estudios (lectura veloz, comprensión de lectura), alimentación sana, yoga (relajación), actividades deportivas Inter Universitarias (internas y externas), conferencias de motivación, consejerías, manejo de inteligencia emocional.

VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alfonso, B. (2013), *Adaptación del inventario SISCO del estrés académico en estudiantes universitarios cubanos de Ciencias Médicas*. Tesis en opción al Título Académico de Máster en Psicopedagogía. Universidad Central "Marta Abreu" de las Villas. Disponible en URL: <http://dspace.uclv.edu.cu/bitstream/handle/123456789/3078/Tesis%20Paginada%20Belkis%20alfonso%20Aguila.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Águila, B., Calcines M., Monteagudo de la Guardia, R. y Nieves, Z. (2015) Estrés académico. Rev EDUMECENTRO vol.7 no.2 Santa Clara abr.-jun. 2015. versión On-line ISSN 2077-2874. Disponible en URL: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013
- Barzallo, J. y Moscoso, C. (2015). *Prevalencia de estrés académico, factores de riesgo y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de la escuela de medicina de la universidad de cuenca en el 2015*". Universidad de Cuenca Facultad de Ciencias Médicas Escuela de Medicina. Cuenca Ecuador. Disponible en URL: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/23899/1/tesis.pdf>
- Barraza, A. (2004). *El estrés académico en los alumnos de postgrado*. Psicología Científica.com. Disponible en URL: <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologiapdf-77-el-estres-academico-en-los-alumnos-de-postgrado.pdf>.

Barraza, A. (2005) *Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior*. PsicologíaCientífica.com. Disponible en URL: <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologiapdf-19-caracteristicas-del-estres-academico-de-los-alumnos-de-educacion-media-superior.pdf>.

Barraza, A. (2006). *Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico*. Revista Electrónica de Psicología Iztacala. Recuperado de: <http://www.revistas.unam.mx/index.php/repil/article/view/19028>.

Barraza, A. & Silerio, J. (2007). *El estrés académico en alumnos de educación media superior: un estudio comparativo* [Versión electrónica]. INED, 7, 48-65.

Barraza, A. (2007). *Estrés académico*. Un estado de la cuestión. Revista Electrónica PsicologíaCientífica.com. Disponible en URL: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttextypid=S0717-92272015000300002

Barraza, A. (2016) *Estrategias para la Gestión del Estrés Académico*. Una guía para orientadores educativos y tutores de educación media superior y superior. Primera edición. Editado en México. Disponible en URL: <http://redie.mx/librosyrevistas/libros/estrategiasgestionestres.pdf>

Berrio, N., Mazo, R. (2011). *Estrés Académico*. *Revista de Psicología*. 3 (2), 3-5. Recuperado desde: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttextypid=S21458922011000200006

Bonfill, E. (2016) *Estrés de Los Estudiantes de Enfermería en las Prácticas Clínicas: Diseño y Efectividad de un programa de Intervención*. Tesis

Doctoral; Universitat Rovira i Virgili, Cataluña –España. Recuperado en URL:

file:///D:/Enfermera/Antecedentes%20Nacionales/estres%20en%20estudiantes%20de%20enfermeria%20en%20las%20practicas%20clinicas.pdf

Blanco, Cantillo, Castro, Downs y Romero. (2015) *Estrés Académico en los estudiantes del Área de la Salud en una Universidad Pública, Cartagena*. Tesis para optar al título de enfermera; Facultad de Enfermería de la Universidad de Cartagena de Indias, Colombia. Recuperado en URL:

file:///D:/Enfermera/Antecedentes%20Internacionales/articulo%20cientifico%20ESTRES%20ACADEMICO%20DE%20LOS%20ESTUDIANTES%20DEL%20AREA%20DE%20LA%20SALIUD.pdf

Caballo, E. (2010). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Compendio; editorial Madrid: Siglo XXI de España editores S.A.

Cantillo, E. y Yaguna, J. (2016) *Habilidades sociales y promedio académico en adolescentes universitarios de ciencias administrativas, contables y comercio internacional*. Trabajo de grado presentado para optar al Título de Magister en Desarrollo Integral de Niños y Adolescentes; Universidad Cooperativa de Colombia. Recuperado en URL:[http://repository.ucc.edu.co/bitstream/ucc/1080/1/Proyecto de Investigación Habilidades EneDys Janeca.pdf](http://repository.ucc.edu.co/bitstream/ucc/1080/1/Proyecto%20de%20Investigacion%20Habilidades%20EneDys%20Janeca.pdf)

Cáceres, R. (2017), *Habilidades sociales y convivencia escolar en estudiantes del tercer año de secundaria, instituciones educativas de la Red 12, Chorrillos 2017*. Tesis para optar el grado académico de: maestra en psicología educativa Universidad Cesar Vallejo. Recuperado en URL:
<http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/5855/C%C3%A1ceres>

res_JRB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Comín, Fuente y Gracia (s/n) *El estrés y el riesgo para la salud*. Recuperado de URL: <https://www.maz.es/publicaciones/publicaciones/manual-el-estres-y-el-riesgo-para-la-salud.pdf>

Cutipé, Y. (2018) Radio programa RRP. Recuperado de URL: <https://vital.rpp.pe/vivir-bien/hasta-30-de-la-poblacion-universitaria-del-peru-sufre-de-impactos-en-su-salud-mental-por-presion-academica-noticia-1151266>

Czerlowski, M. (2008) *Bases epistemológicas para entender la relación mente- cuerpo*. Universidad de Buenos Aires. Material autorizado para su primera publicación en la revista académica Holo gramática. Disponible de URL: http://www.cienciaried.com.ar/ra/usr/3/600/hologramatica08_v5pp15_27.pdf

Díaz, A. (2015) "*Factores que intervienen en la presencia de estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Nacional del Callao-2013*"; Instituto de Investigación, informe final de investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional del Callao. Disponible de URL: <file:///D:/Enfermera/Antecedentes%20Nacionales/factores%20que%20interVIEnen%20en%20LA%20presencia%20DE%20estrés%20.pdf>

Dongil C. y Cano V. (2014) *habilidades sociales*. Sociedad Española para el estudio de la Ansiedad y el Estrés (SEAS). Disponible de URL: http://www.bemocion.mscbs.gob.es/comoEncontrarmeMejor/guiasAut oayuda/docs/guia_habilidades_sociales.pdf

Domenech, A., Báez, A. y Moreno, A. (2015) *Una aproximación epistemológica a las competencias emocionales en entrenadores de lucha (revisión)*. OLIMPIA. Revista de la Facultad de Cultura Física de Granma. Vol. XII No. 38, ISSN: 1817-9088. RNPS: 2067. Disponible de URL:

https://www.google.com/search?source=hp&ei=UJIDXavKNK5wLZzoPwDQ&q=bases+epistemol%C3%B3gicas+de+la+teor%C3%ADa+de+habilidades+sociales&oq=&gs_l=psy-ab.1.0.35i39l10.0.0..13689...2.0..0.207.207.2-1.....0.....gws-wiz.....10.s7KxEj3E4JI

Gismero, E. (1996) *Habilidades Sociales y Anorexia Nerviosa*. Universidad Pontificiacomillas Madrid. España. Disponible de URL:

<https://books.google.com.pe/books?id=kc3upzX1wkkC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>

Gismero, E. (2010) *Escala de Habilidades Sociales*. Disponible de URL:

<http://www.etp.com.py/fichaLibro?bookId=76255>

García, Cabanillas, Morán y Olaz. (2014) *Diferencias de Género en Habilidades Sociales en Estudiantes Universitarios de Argentina*, recuperado en:

https://www.researchgate.net/publication/298786022_Diferencias_de_genero_en_habilidades_sociales_en_estudiantes_universitarios_de_Argentina

Galarza, C. (2012), "Relación entre el nivel de habilidades sociales y el clima social familiar de los adolescentes de la I.E.N Fe y Alegría 11, Comas-2012". Tesis Para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería Universidad Nacional Mayor De San Marcos. Disponible de

URL: <http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/988>

Javier, A. (2017), *Propuesta de acción tutorial para el desarrollo de las habilidades sociales en estudiantes universitarios, 2017*. Tesis para optar el grado académico de Maestro en Docencia Universitaria. Universidad Cesar Vallejo. Disponible de URL: http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/14566/Javier_NAJ.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Morales, M. y Barraza, A. (2017). *Estrés y rendimiento académico en alumnos de una licenciatura en nutrición*. Recuperado de: <http://www.redie.mx/librosyrevistas/libros/estresyrendimiento.pdf>

Otero, J. (2003). El estrés laboral y burnot. Recuperado de: <https://www.editdiazdesantos.com/wwwdat/pdf/9788479789930.pdf>

Orlandini, A. (2012). *El estrés: Qué es y cómo evitarlo*. México. Ciencia para todos. Fondo de cultura económica. Recuperado de: <https://es.scribd.com/document/381054637/El-Estres-Que-Es-y-Como-Evitarlo-Alberto-Orlandini>

Orlandini, A. (2012). *El estrés: Qué es y cómo evitarlo*. México. Ciencia para todos. Fondo de cultura económica. p.21. Recuperado de: https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=d8KuiJAOXIC&oi=fnd&pg=PT3&dq=libros+estr%C3%A9s+academico&ots=__dJ7qApBE&sig=G24c1T47Kk1dxxfoBr4v4iVxNA#v=onepage&q=libros%20estr%C3%A9s%20academico&f=false

Pallo, C (2017). *Relación entre la frecuencia de consumo de frutas y verduras, actividad física con el nivel de estrés académico en estudiantes del Instituto Tecnológico Superior Vida Nueva, Quito-*

Ecuador, 2016. Tesis en Nutrición Humana. Universidad Peruana Unión. Perú: Facultad Ciencias de la Salud; 2017. Disponible en URL: http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/406/Carnem_Tesis_bachiller_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Peres, M. (2008). *Habilidades sociales en adolescentes institucionalizadas para el afrontamiento a su entorno inmediato*. Doctorado en psicología Social. Universidad de Granada. Disponible en URL: <https://hera.ugr.es/tesisugr/17705381.pdf> Plan de acción Tutorial: Gades. Habilidades sociales (2010). Recuperado en: <https://orientacionandujar.files.wordpress.com/2010/09/habilidades-sociales.pdf>

Román, C., y Hernández, Y. (2011). *El estrés académico: una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación*. Revista Electrónica de Psicología Iztacala. 14, (2), 1-14. Recuperado desde: <http://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/rep/article/view/26023/24499>

Serrano, M. (2018), *Habilidades sociales y actitud emprendedora en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Huacho-Huaura-Lima, 2017*. Tesis para optar el grado académico de: Maestra en psicología educativa. Universidad Cesar Vallejo. Disponible de URL:
http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/22606/Serrano_CM.pdf?sequence=4&isAllowed=y

UNAC – Universidad Nacional del Callao (2016) *Plan curricular de la Facultad de Ciencias Administrativas*.

Van-Der Hofstadt (2013). *Competencias y habilidades profesionales para universitarios*. Madrid, España: Díaz de Santos Ediciones. Recuperado de:
<https://books.google.com.pe/books?id=D-tKfWrsJ4EC&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>

ANEXOS:



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO

INVESTIGACIÓN: "Estrés académico y habilidades sociales de los estudiantes del quinto ciclo, (caso, estudiantes de la Facultad de ciencias Administrativas, ciclo 2018-B, de la Universidad Nacional del Callao)

CUESTIONARIO

Estimado (a) alumno Sr. (a) (ita), de la Universidad Nacional del Callao, estamos realizando una investigación acerca del **Estrés Académico** y Habilidades sociales de los estudiantes del quinto ciclo del presente semestre de la Facultad de ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, por ello me dirijo a usted para que responda este cuestionario de manera anónima y para que brinde la información requerida para esta investigación que es de carácter académico.

Agradezco tu colaboración.

INSTRUCCIONES

Por favor marca con una equis (X) tu respuesta:

I. Datos generales:

Sexo: Masculino () Femenino ()

Edad: Entre 17 a 20 () Entre 21 a 25 ()

Entre 26 a más ()

1.- Dado el enunciado del contenido de cada ítem, marca con una equis (X) la opción que más se ajuste a tu criterio.

2.- Se usará la escala de Likert con las siguientes opciones:

- (1) Nunca o totalmente en desacuerdo
- (2) Casi nunca o en desacuerdo
- (3) Algunas veces o ni de acuerdo ni en desacuerdo.
- (4) Casi siempre o de acuerdo
- (5) Siempre o totalmente de acuerdo

Dimensiones Estrés Académico	VALORES DE LA ESCALA				
	NUNCA	CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
	1	2	3	4	5
I. Estresores					
1. La competencia con los compañeros del grupo por hacer mejor un trabajo o terminar antes.					
2. Sobrecarga de tareas y trabajos que tienes que realizar todos los días					
3. Las evaluaciones de los profesores.					
4. El tipo de trabajos que piden los profesores.					
5. El estudiante entiende los temas que se abordan en las clases.					
II. Síntomas					
6. Dolores de cabeza o migrañas.					
7. Rascarse, morderse las uñas, frotarse diferentes partes del cuerpo, etc.					
8. Sensación de tener la mente vacía (bloqueo mental)					
9. Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
10. Desgano para realizar las labores estudiantiles					
11. Absentismo de las clases					
III. Estrategias de afrontamiento					
12. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).					
13. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas. .					
14. Te concentras en resolver la situación que te preocupa					
15. Ventilación y confidencias (verbalizas o platicas la situación que te preocupa)					

Fuente: Alfonso (2013, pp. 128-133) Adaptación del inventario SISCO del estrés académico en estudiantes universitarios cubanos de Ciencias Médicas y Barraza (2010, pp. 32-41); Adaptación propia



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO

INVESTIGACIÓN: "Estrés Académico y Habilidades Sociales de los estudiantes del quinto ciclo, (caso, estudiantes de la Facultad de Ciencias Administrativas, ciclo 2018-B, de la Universidad Nacional del Callao)

CUESTIONARIO

Estimado (a) alumno Sr. (a) (ita), de la Universidad Nacional del Callao, estamos realizando una investigación acerca del Estrés Académico y Habilidades **sociales** de los estudiantes del quinto ciclo del presente semestre de la Facultad de ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, por ello me dirijo a usted para que responda este cuestionario de manera anónima y para que brinde la información requerida para esta investigación que es de carácter académico.

Agradezco tu colaboración.

INSTRUCCIONES

Por favor marca con una equis (X) tu respuesta:

Datos generales:

Sexo: Masculino () Femenino ()

Edad: Entre 17 a 20 () Entre 21 a 25 () Entre 26 a más ()

1.- Dado el enunciado del contenido de cada ítem, marca con una equis (X) la opción que más se ajuste a tu criterio.

2.- Se usará la escala de Likert con las siguientes opciones:

- (1) Nunca o totalmente en desacuerdo
- (2) Casi nunca o en desacuerdo
- (3) Algunas veces o ni de acuerdo ni en desacuerdo.
- (4) Casi siempre o de acuerdo
- (5) Siempre o totalmente de acuerdo

Dimensiones Habilidades Sociales	VALORES DE LA ESCALA				
	NUNCA	CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
	1	2	3	4	5
I. Conductual					
1. Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso					
2 muchas veces prefiero callarme o "quitarme de en medio" para evitar problemas con otras personas.					
3. Soy incapaz de pedir a alguien una reunión para hacer algún trabajo en grupo.					
4. No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.					
II. Personal					
5. Cuando en una clase atienden antes a alguien que entró después que yo, me quedo callado.					
6. Nunca sé cómo "cortar" a un amigo que habla mucho.					
7. Si insisten en enseñarme un tema que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle que "NO".					
8. Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme.					
III. Situacional					
9. Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla.					
10. A veces evito hacer preguntas					
11. Tiendo a guardar mis opiniones de mí mismo					
12. A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.					
13. Me cuesta expresar mi opinión en grupos (clase, reunión, etc.)					
14. Me resulta difícil pedir que me devuelvan un libro que dejé prestado.					
15. Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor.					

Fuente: Javier (2017, p. 175) Propuesta de acción tutorial para el desarrollo de las habilidades sociales en estudiantes universitarios
Adaptación propia.

.....
Bach. Gladis PALOMINO MARIÑO

.....
Bach. Carlos ROMERO HIDALGO

Anexo 3

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: ESTRÉS ACADÉMICO Y HABILIDADES SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DEL V CICLO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO, 2018-B

PROBLEMA		OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES			
Problema general:		Objetivo general:	Hipótesis general:	Variable independiente: Estrés Académico			
Problemas específicos:		Objetivos específicos:	Hipótesis específicas:	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Niveles o rangos
¿Cuál es la relación entre el estrés académico y las habilidades sociales de los estudiantes del V ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B?		Establecer la relación entre el estrés académico y las habilidades sociales de los discentes del V ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B.	Existe relación significativa entre el estrés Académico y las Habilidades sociales de los estudiantes del v ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B	Competencia con los compañeros Sobrecarga de tareas y trabajos independientes. Las evaluaciones de los profesores Trabajos que piden los profesores Participación en clases		1,2,3,4,5	
¿Cuál es la relación entre los estresores y las habilidades sociales de los estudiantes del V ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B?		Identificar la relación entre los estresores académicos y las habilidades sociales de los discentes del V ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B.	H1: Existe relación significativa entre los estresores y las Habilidades sociales de los estudiantes del v ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B	Estresores	Reacciones físicas Reacciones psicológicas Reacciones conductuales	6,7,8,9, 10,11	Escala de Likert Recategorizo Nivel Bajo Nivel Medio Nivel Alto
¿Cuál es la relación entre los síntomas y las habilidades sociales de los estudiantes del V ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B?		Identificar la relación entre los síntomas y las habilidades sociales de los discentes del V ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B.	H2: Existe relación significativa entre los síntomas y las Habilidades sociales de los estudiantes del v ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B	Síntomas			
¿Cuál es la relación entre las estrategias de afrontamiento y las Habilidades sociales de los estudiantes del V ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B?		Identificar la relación entre las estrategias de afrontamiento y las habilidades sociales de los discentes del V ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B.	H3: Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y las Habilidades sociales de los estudiantes del v ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, en el 2018-B	Estrategias de afrontamiento	Habilidad asertiva Elaboración y ejecución de un plan Resolver situaciones Confidencias	12,13,14, 15	

Variable dependiente: Habilidades sociales				Niveles o rangos
Dimensiones	Indicadores	Ítems		
Conductual	Expresión de enfado o disconformidad Evitar hacer preguntas Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	1, 2, 3, 4		escala de Likert
Personal	Defensa de los propios derechos como consumidor Paso un mal rato para decirle que "NO" Decir no y cortar interacciones	5, 6, 7, 8		Recategorización: Nivel Bajo Nivel Medio Nivel Alto
Situacional	Me cuesta mucho cortar una conversación Evito hacer preguntas Guardo mis opiniones Evito ciertas reuniones sociales Me cuesta expresarme Pedir que me devuelvan Pedir a un amigo que me haga un favor	9, 10, 11, 12, 13, 14, 15		

TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	POBLACIÓN Y MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	ESTADÍSTICA A UTILIZAR
<p>Tipo de investigación: Aplicada</p> <p>Nivel de investigación: Descriptivo correlacional</p> <p>Diseño de investigación: No experimental</p>	<p>Población: 122 estudiantes del quinto ciclo.</p> <p>Muestra: 40 estudiantes</p> <p>Tipo de muestreo: Probabilístico</p>	<p>Variable 1: Estrés académico</p> <p>Técnicas: Técnica de recolección de información Técnica de recolección de datos</p> <p>Instrumento: Cuestionario con escala de Likert</p> <p>Autor: Autores de la tesis</p> <p>Año: 2018</p> <p>Ámbito de Aplicación: Estudiantes del v ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, 2018</p> <p>Variable 2: Habilidades sociales</p> <p>Técnicas: Técnica de recolección de información Técnica de recolección de datos</p> <p>Año:2018</p> <p>Ámbito de Aplicación: Estudiantes del v ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao, 2018</p>	<p>Para estimar la confiabilidad del instrumento utilizado se aplica el Alfa Cronbach.</p> <p>Para estimar el coeficiente de correlación rho de Spearman y tablas de Contingencia y Chi-Cuadrado.</p>

BASE DE DATOS ESTRÉS ACADÉMICO

VARIABLE ESTRÉS ACADÉMICO																			
	ESTRESORES					Total, Estresores	SÍNTOMAS					Total, Síntomas	ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO					Total E. de A.	TOTAL, Estrés Académico
	P1	P2	P3	P4	P5	TE	P6	P7	P8	P9	P10	P11	TS	P12	P13	P14	P15	TEF	
1	2	3	2	2	2	11	2	3	2	1	2	1	11	3	1	1	2	7	29
2	3	4	5	5	5	22	5	5	3	4	4	5	26	2	4	5	3	14	62
3	1	2	1	2	1	7	1	2	1	1	1	2	8	1	1	1	1	4	19
4	1	2	2	3	2	10	1	2	2	2	2	1	10	1	1	1	1	4	24
5	1	3	2	3	1	10	2	3	2	1	2	4	14	2	1	1	2	6	30
6	1	2	1	2	2	8	1	3	1	2	3	1	11	1	2	1	1	5	24
7	1	1	2	3	1	8	1	1	1	1	1	1	6	1	1	2	2	6	20
8	2	2	1	2	1	8	1	1	2	1	1	1	7	1	2	1	1	5	20
9	3	4	3	1	2	13	2	2	2	1	1	1	9	1	1	1	1	4	26
10	2	4	1	4	2	13	3	1	1	1	2	1	9	1	1	1	1	4	26
11	2	4	1	4	1	12	1	2	2	1	1	1	8	1	2	2	2	7	27
12	1	3	1	2	2	9	1	1	1	1	1	2	7	2	2	2	2	8	24
13	1	2	2	2	2	9	2	3	3	2	2	2	14	2	3	2	4	11	34
14	3	3	3	3	3	15	3	2	2	2	2	3	14	2	2	2	1	7	36
15	2	3	2	3	3	13	3	2	2	1	2	2	12	1	2	3	4	10	35
16	1	1	2	1	1	6	1	1	1	1	1	1	6	1	1	1	1	4	16
17	1	2	1	1	2	7	1	1	1	1	2	1	7	1	2	1	2	6	20
18	1	2	1	2	1	7	1	1	1	1	1	1	6	1	1	1	1	4	17

19	1	1	1	2	5	1	10	1	2	2	1	2	2	1	10	2	1	2	3	8	28
20	2	4	3	4	4	2	15	1	3	4	2	4	4	2	18	1	2	2	4	9	42
21	1	1	2	1	1	1	6	2	1	2	2	1	2	2	10	1	2	1	1	5	21
22	1	2	3	3	3	3	12	3	2	4	1	1	2	1	13	1	1	2	4	8	33
23	1	3	1	3	3	1	9	1	1	1	2	2	2	2	9	2	2	3	10	28	
24	1	3	1	3	3	1	9	2	2	2	1	2	1	10	2	1	1	2	6	25	
25	1	3	3	3	3	2	12	2	2	2	2	3	3	14	3	2	2	2	9	35	
26	1	2	3	3	2	2	10	3	2	3	1	2	3	14	3	3	2	3	11	35	
27	1	1	1	1	1	3	7	2	1	1	1	1	1	7	1	1	1	1	4	18	
28	1	2	1	1	1	2	7	2	1	1	1	2	1	8	2	1	1	2	6	21	
29	1	3	3	4	4	2	13	4	3	2	2	2	2	15	2	4	2	2	10	38	
30	1	2	1	4	4	1	9	2	1	1	1	1	1	11	3	1	1	3	8	28	
31	1	1	2	2	2	2	8	2	2	2	1	3	3	13	1	1	2	2	6	27	
32	1	1	1	1	1	2	6	3	3	4	2	3	3	18	2	1	3	3	9	33	
33	1	3	2	4	4	1	11	3	3	1	1	2	2	12	2	2	2	2	8	31	
34	1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	6	1	1	1	1	4	15	
35	1	3	2	2	2	2	10	1	2	1	1	2	1	8	3	2	4	3	12	30	
36	1	3	1	3	3	1	9	4	2	2	2	2	3	15	2	2	2	3	9	33	
37	2	2	2	2	2	1	9	2	2	2	2	3	2	13	1	1	1	1	4	26	
38	2	3	2	3	3	2	12	2	1	1	1	2	2	9	2	1	2	3	8	29	
39	2	4	3	3	3	2	14	2	1	2	1	2	1	9	2	1	2	1	6	29	
40	1	2	2	2	2	2	9	2	2	2	2	2	2	12	2	2	2	2	8	29	

BASE DE DATOS HABILIDADES SOCIALES

		VARIABLE HABILIDADES SOCIALES																			Total, Situacional		TotalHS	
		Conductual					Total, Conductual					Personal					Total, personal							Situacional
P1	P2	P3	P4	TC					P5	P6	P7	P8	TP	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	TS	TotalHS		
1	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	8	3	3	3	3	3	2	2	3	19	37		
2	2	4	2	2	2	1	1	2	2	1	2	6	3	4	4	3	3	3	3	2	22	38		
3	1	3	1	1	2	3	2	2	2	2	2	9	2	2	2	2	2	2	2	1	13	28		
4	3	3	2	2	2	2	1	2	2	1	2	7	3	3	2	2	2	2	2	2	16	33		
5	4	2	1	2	3	1	1	2	2	1	2	7	2	4	3	3	2	2	2	1	17	33		
6	3	5	1	1	3	2	3	2	2	3	2	10	1	3	2	1	1	2	2	1	12	32		
7	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	10	3	5	5	4	5	3	3	3	28	48		
8	3	2	1	1	3	1	1	1	1	1	1	6	1	1	1	1	1	2	1	1	8	21		
9	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	7	17		
10	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	2	4	5	1	1	1	1	1	15	29		
11	2	3	1	1	2	2	1	1	1	1	1	6	3	4	5	1	1	1	1	1	16	29		
12	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	8	2	2	3	3	2	2	2	1	15	32		
13	3	3	2	1	1	1	1	3	2	1	3	6	4	3	3	4	4	2	2	1	21	36		
14	4	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	11	3	3	3	3	3	3	4	4	22	44		
15	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	11	4	3	3	2	2	3	3	3	21	41		
16	2	4	1	1	2	2	2	1	2	2	1	7	1	1	1	1	1	1	1	1	7	22		
17	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	8	2	2	2	2	2	2	2	2	14	34		
18	1	2	1	2	3	3	1	2	3	3	1	9	3	3	3	2	3	2	2	2	18	33		
19	2	2	1	3	2	2	3	2	2	2	3	9	4	4	4	3	4	2	4	4	25	42		

20	5	1	3	3	12	4	4	2	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	29	55
21	2	1	2	1	6	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	10	23
22	1	2	2	1	6	4	3	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	13	28	
23	2	4	2	1	9	2	3	1	3	2	3	3	3	2	2	3	3	19	37	
24	2	2	1	1	6	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	11	22	
25	2	3	3	3	11	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	16	36	
26	2	2	2	2	8	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	18	35	
27	1	2	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	7	16	
28	3	3	1	1	8	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	8	22	
29	2	3	1	1	7	4	2	1	2	2	4	4	4	2	2	2	2	22	38	
30	3	3	1	2	9	3	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	13	29	
31	1	2	3	2	8	1	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	14	30	
32	5	1	3	4	13	5	3	2	3	3	4	2	3	2	2	2	2	20	46	
33	4	2	3	2	11	3	3	1	2	2	3	3	2	3	2	3	2	18	38	
34	1	4	1	1	7	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	9	20	
35	3	2	5	2	12	3	3	3	3	2	2	4	4	3	2	2	2	20	44	
36	3	2	2	2	9	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	14	33	
37	4	3	2	2	11	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	14	34	
38	2	3	1	2	8	1	2	2	1	1	1	2	2	1	2	1	2	11	25	
39	1	5	3	1	10	2	3	4	5	4	2	4	5	5	3	4	4	27	51	
40	1	3	1	1	6	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	7	21	

Análisis de fiabilidad Estrés Académico

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	20	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,933	15

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
PE1	26,35	101,503	,560	,931
PE2	25,35	98,976	,505	,933
PE3	26,05	93,839	,794	,925
PE4	25,25	96,092	,544	,934
PE5	26,10	94,305	,797	,925
PE6	26,25	93,882	,741	,927
PE7	25,90	93,358	,794	,925
PE8	26,15	98,029	,718	,928
PE9	26,55	98,261	,786	,927
PE10	26,10	95,989	,750	,927
PE11	26,10	90,937	,776	,926
PE12	26,55	105,839	,356	,935
PE13	26,30	98,747	,691	,928
PE14	26,30	94,116	,808	,925
PE15	26,00	97,895	,528	,933

Análisis de fiabilidad Habilidades sociales

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	20	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,883	15

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
PHS1	31,50	75,947	,294	,888
PHS2	31,40	86,042	-,212	,908
PHS3	32,60	73,937	,736	,871
PHS4	32,40	75,726	,561	,876
PHS5	31,95	77,208	,375	,882
PHS6	32,15	73,713	,559	,875
PHS7	32,45	79,945	,199	,887
PHS8	32,20	71,011	,849	,865
PHS9	31,65	69,187	,728	,867
PHS10	31,25	69,355	,647	,871
PHS11	31,20	68,484	,575	,875
PHS12	31,90	68,516	,745	,866
PHS13	31,80	66,063	,805	,862
PHS14	32,10	71,463	,820	,866
PHS15	32,25	67,145	,775	,864

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACION

NOMBRE DE LA INSTITUCION.....
NOMBRE DEL ESTUDIO.....
NOMBRE DE LOS INVESTIGADORES.....
DIRECCION DEL ESTUDIO.....

Debe ser honesto con el personal responsable del estudio acerca de las preguntas que se le realizarán.

OBJETIVO DEL ESTUDIO

Este estudio se está realizando para determinar la relación entre el estrés Académico y las habilidades sociales de los estudiantes del quinto ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional del Callao

CUANTO DURARA EL ESTUDIO Y CUANTOS ESTUDIANTES ESTARAN EN EL PRESENTE ESTUDIO.

Estará en el estudio el tiempo que termine de responder las preguntas del cuestionario. Se espera incluir en este estudio 40 estudiantes del V ciclo de administración.

QUE PASARA DURANTE EL ESTUDIO

Si califica para el estudio estará en este, por un tiempo aproximado de 20 minutos. El alumno es autónomo de terminar su participación en el estudio en cualquier momento sin previo aviso.

PROCEDIMIENTO

Si usted acepta participar en el estudio:
Se le tomará un cuestionario que consta de una parte con 30 ítems, tiene duración de aproximadamente 20 minutos.
Se le garantiza anonimidad por la participación en el estudio.

RIESGOS

No se prevén mayores riesgos por participar en el estudio.

BENEFICIOS

No existe beneficio directo para usted, el beneficio será para conocimiento de la población estudiantil.

DIVULGACION DE SU PRIVACIDAD

Se guardará su información con códigos y no con nombres, si los resultados de esta investigación son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de las personas que participan en el estudio. Sus archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio sin su consentimiento.

DERECHOS LEGALES

No perderá ninguno de sus derechos legales al firmar esta forma de consentimiento.

INFORMACION DE LOS CONTACTOS

Investigadores responsables: Gladis Palomino Mariño celular 997020138
Carlos Romero Hidalgo celular 951988036

DECLARACION DE CONSENTIMIENTO Y AUTORIZACION DEL PARTICIPANTE

He leído y entendido las declaraciones en este consentimiento informado. He tenido la oportunidad de preguntar, estoy satisfecho con las explicaciones previas. Yo consiento voluntariamente participar en el estudio.

.....
Nombre (Letra Imprenta)

.....
fecha

.....
Firma

Valores negativos de z

Z	0	0.01	0.02	0.03	0.04	0.05	0.06	0.07	0.08	0.09
-4	0.00003	0.00003	0.00003	0.00003	0.00003	0.00003	0.00002	0.00002	0.00002	0.00002
-3.9	0.00005	0.00005	0.00004	0.00004	0.00004	0.00004	0.00004	0.00004	0.00003	0.00003
-3.8	0.00007	0.00007	0.00007	0.00006	0.00006	0.00006	0.00006	0.00005	0.00005	0.00005
-3.7	0.00011	0.0001	0.0001	0.0001	0.00009	0.00009	0.00008	0.00008	0.00008	0.00008
-3.6	0.00016	0.00015	0.00015	0.00014	0.00014	0.00013	0.00013	0.00012	0.00012	0.00011
-3.5	0.00023	0.00022	0.00022	0.00021	0.0002	0.00019	0.00019	0.00018	0.00017	0.00017
-3.4	0.00034	0.00032	0.00031	0.0003	0.00029	0.00028	0.00027	0.00026	0.00025	0.00024
-3.3	0.00048	0.00047	0.00045	0.00043	0.00042	0.0004	0.00039	0.00038	0.00036	0.00035
-3.2	0.00069	0.00066	0.00064	0.00062	0.0006	0.00058	0.00056	0.00054	0.00052	0.0005
-3.1	0.00097	0.00094	0.0009	0.00087	0.00084	0.00082	0.00079	0.00076	0.00074	0.00071
-3	0.00135	0.00131	0.00126	0.00122	0.00118	0.00114	0.00111	0.00107	0.00104	0.001
-2.9	0.00187	0.00181	0.00175	0.00169	0.00164	0.00159	0.00154	0.00149	0.00144	0.00139
-2.8	0.00256	0.00248	0.0024	0.00233	0.00226	0.00219	0.00212	0.00205	0.00199	0.00193
-2.7	0.00347	0.00336	0.00326	0.00317	0.00307	0.00298	0.00289	0.0028	0.00272	0.00264
-2.6	0.00466	0.00453	0.0044	0.00427	0.00415	0.00402	0.00391	0.00379	0.00368	0.00357
-2.5	0.00621	0.00604	0.00587	0.0057	0.00554	0.00539	0.00523	0.00508	0.00494	0.0048
-2.4	0.0082	0.00798	0.00776	0.00755	0.00734	0.00714	0.00695	0.00676	0.00657	0.00639
-2.3	0.01072	0.01044	0.01017	0.0099	0.00964	0.00939	0.00914	0.00889	0.00866	0.00842
-2.2	0.0139	0.01355	0.01321	0.01287	0.01255	0.01222	0.01191	0.0116	0.0113	0.01101
-2.1	0.01786	0.01743	0.017	0.01659	0.01618	0.01578	0.01539	0.015	0.01463	0.01426
-2	0.02275	0.02222	0.02169	0.02118	0.02068	0.02018	0.0197	0.01923	0.01876	0.01831
-1.9	0.02872	0.02807	0.02743	0.0268	0.02619	0.02559	0.025	0.02442	0.02385	0.0233
-1.8	0.03593	0.03515	0.03438	0.03362	0.03288	0.03216	0.03144	0.03074	0.03005	0.02938
-1.7	0.04457	0.04363	0.04272	0.04182	0.04093	0.04006	0.0392	0.03836	0.03754	0.03673
-1.6	0.0548	0.0537	0.05262	0.05155	0.0505	0.04947	0.04846	0.04746	0.04648	0.04551
-1.5	0.06681	0.06552	0.06426	0.06301	0.06178	0.06057	0.05938	0.05821	0.05705	0.05592
-1.4	0.08076	0.07927	0.0778	0.07636	0.07493	0.07353	0.07215	0.07078	0.06944	0.06811
-1.3	0.0968	0.0951	0.09342	0.09176	0.09012	0.08851	0.08692	0.08534	0.08379	0.08226
-1.2	0.11507	0.11314	0.11123	0.10935	0.10749	0.10565	0.10383	0.10204	0.10027	0.09853
-1.1	0.13567	0.1335	0.13136	0.12924	0.12714	0.12507	0.12302	0.121	0.119	0.11702
-1	0.15866	0.15625	0.15386	0.15151	0.14917	0.14686	0.14457	0.14231	0.14007	0.13786
-0.9	0.18406	0.18141	0.17879	0.17619	0.17361	0.17106	0.16853	0.16602	0.16354	0.16109
-0.8	0.21186	0.20897	0.20611	0.20327	0.20045	0.19766	0.19489	0.19215	0.18943	0.18673
-0.7	0.24196	0.23885	0.23576	0.2327	0.22965	0.22663	0.22363	0.22065	0.2177	0.21476
-0.6	0.27425	0.27093	0.26763	0.26435	0.26109	0.25785	0.25463	0.25143	0.24825	0.2451
-0.5	0.30854	0.30503	0.30153	0.29806	0.2946	0.29116	0.28774	0.28434	0.28096	0.2776
-0.4	0.34458	0.3409	0.33724	0.3336	0.32997	0.32636	0.32276	0.31918	0.31561	0.31207
-0.3	0.38209	0.37828	0.37448	0.3707	0.36693	0.36317	0.35942	0.35569	0.35197	0.34827
-0.2	0.42074	0.41683	0.41294	0.40905	0.40517	0.40129	0.39743	0.39358	0.38974	0.38591
-0.1	0.46017	0.4562	0.45224	0.44828	0.44433	0.44038	0.43644	0.43251	0.42858	0.42465
-0	0.5	0.49601	0.49202	0.48803	0.48405	0.48006	0.47608	0.4721	0.46812	0.46414

Valores positivos de z

Z	0	0.01	0.02	0.03	0.04	0.05	0.06	0.07	0.08	0.09
0	0.5	0.50399	0.50798	0.51197	0.51595	0.51994	0.52392	0.5279	0.53188	0.53586
0.1	0.53983	0.5438	0.54776	0.55172	0.55567	0.55962	0.56356	0.56749	0.57142	0.57535
0.2	0.57926	0.58317	0.58706	0.59095	0.59483	0.59871	0.60257	0.60642	0.61026	0.61409
0.3	0.61791	0.62172	0.62552	0.6293	0.63307	0.63683	0.64058	0.64431	0.64803	0.65173
0.4	0.65542	0.6591	0.66276	0.6664	0.67003	0.67364	0.67724	0.68082	0.68439	0.68793
0.5	0.69146	0.69497	0.69847	0.70194	0.7054	0.70884	0.71226	0.71566	0.71904	0.7224
0.6	0.72575	0.72907	0.73237	0.73565	0.73891	0.74215	0.74537	0.74857	0.75175	0.7549
0.7	0.75804	0.76115	0.76424	0.7673	0.77035	0.77337	0.77637	0.77935	0.7823	0.78524
0.8	0.78814	0.79103	0.79389	0.79673	0.79955	0.80234	0.80511	0.80785	0.81057	0.81327
0.9	0.81594	0.81859	0.82121	0.82381	0.82639	0.82894	0.83147	0.83398	0.83646	0.83891
1	0.84134	0.84375	0.84614	0.84849	0.85083	0.85314	0.85543	0.85769	0.85993	0.86214
1.1	0.86433	0.8665	0.86864	0.87076	0.87286	0.87493	0.87698	0.879	0.881	0.88298
1.2	0.88493	0.88686	0.88877	0.89065	0.89251	0.89435	0.89617	0.89796	0.89973	0.90147
1.3	0.9032	0.9049	0.90658	0.90824	0.90988	0.91149	0.91308	0.91466	0.91621	0.91774
1.4	0.91924	0.92073	0.9222	0.92364	0.92507	0.92647	0.92785	0.92922	0.93056	0.93189
1.5	0.93319	0.93448	0.93574	0.93699	0.93822	0.93943	0.94062	0.94179	0.94295	0.94408
1.6	0.9452	0.9463	0.94738	0.94845	0.9495	0.95053	0.95154	0.95254	0.95352	0.95449
1.7	0.95543	0.95637	0.95728	0.95818	0.95907	0.95994	0.9608	0.96164	0.96246	0.96327
1.8	0.96407	0.96485	0.96562	0.96638	0.96712	0.96784	0.96856	0.96926	0.96995	0.97062
1.9	0.97128	0.97193	0.97257	0.9732	0.97381	0.97441	0.975	0.97558	0.97615	0.9767
2	0.97725	0.97778	0.97831	0.97882	0.97932	0.97982	0.9803	0.98077	0.98124	0.98169
2.1	0.98214	0.98257	0.983	0.98341	0.98382	0.98422	0.98461	0.985	0.98537	0.98574
2.2	0.9861	0.98645	0.98679	0.98713	0.98745	0.98778	0.98809	0.9884	0.9887	0.98899
2.3	0.98928	0.98956	0.98983	0.9901	0.99036	0.99061	0.99086	0.99111	0.99134	0.99158
2.4	0.9918	0.99202	0.99224	0.99245	0.99266	0.99286	0.99305	0.99324	0.99343	0.99361
2.5	0.99379	0.99396	0.99413	0.9943	0.99446	0.99461	0.99477	0.99492	0.99506	0.9952
2.6	0.99534	0.99547	0.9956	0.99573	0.99585	0.99598	0.99609	0.99621	0.99632	0.99643
2.7	0.99653	0.99664	0.99674	0.99683	0.99693	0.99702	0.99711	0.9972	0.99728	0.99736
2.8	0.99744	0.99752	0.9976	0.99767	0.99774	0.99781	0.99788	0.99795	0.99801	0.99807
2.9	0.99813	0.99819	0.99825	0.99831	0.99836	0.99841	0.99846	0.99851	0.99856	0.99861
3	0.99865	0.99869	0.99874	0.99878	0.99882	0.99886	0.99889	0.99893	0.99896	0.999
3.1	0.99903	0.99906	0.9991	0.99913	0.99916	0.99918	0.99921	0.99924	0.99926	0.99929
3.2	0.99931	0.99934	0.99936	0.99938	0.9994	0.99942	0.99944	0.99946	0.99948	0.9995
3.3	0.99952	0.99953	0.99955	0.99957	0.99958	0.9996	0.99961	0.99962	0.99964	0.99965
3.4	0.99966	0.99968	0.99969	0.9997	0.99971	0.99972	0.99973	0.99974	0.99975	0.99976
3.5	0.99977	0.99978	0.99978	0.99979	0.9998	0.99981	0.99981	0.99982	0.99983	0.99983
3.6	0.99984	0.99985	0.99985	0.99986	0.99986	0.99987	0.99987	0.99988	0.99988	0.99989
3.7	0.99989	0.9999	0.9999	0.9999	0.99991	0.99991	0.99992	0.99992	0.99992	0.99992
3.8	0.99993	0.99993	0.99993	0.99994	0.99994	0.99994	0.99994	0.99995	0.99995	0.99995
3.9	0.99995	0.99995	0.99996	0.99996	0.99996	0.99996	0.99996	0.99996	0.99997	0.99997
4	0.99997	0.99997	0.99997	0.99997	0.99997	0.99997	0.99998	0.99998	0.99998	0.99998

INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

- I.1. Apellidos y nombres del informante: Manuel Alberto Luis Maurice Nugent
- I.2. Especialidad del Validador: Abogado / Psicólogo
- I.3. Cargo e Institución donde labora: Catedrático de la Universidad del Callao
- I.4. Nombre del Instrumento motivo de la evaluación: Estres Académico y Habilidades Sociales
- I.5. Autor del instrumento: GLADIS BROWN / CARLOS ROMER

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN E INFORME:

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy bueno 61-80%	Excelente 81-100%
CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje apropiado					90%
OBJETIVIDAD	Esta expresado de manera coherente y lógica					90%
PERTINENCIA	Responde a las necesidades internas y externas de la investigación					90%
ACTUALIDAD	Esta adecuado para valorar aspectos y estrategias de las variables					90%
ORGANIZACIÓN	Comprende los aspectos en calidad y claridad.					90%
SUFICIENCIA	Tiene coherencia entre indicadores y las dimensiones.					90%
INTENCIONALIDAD	Estima las estrategias que responda al propósito de la investigación					90%
CONSISTENCIA	Considera que los ítems utilizados en este instrumento son todos y cada uno propios del campo que se está investigando.					90%
COHERENCIA	Considera la estructura del presente instrumento adecuado al tipo de usuario a quienes se dirige el instrumento					90%
METODOLOGÍA	Considera que los ítems miden lo que pretende medir.					90%
PROMEDIO DE VALORACIÓN						90%

III. OPINIÓN DE APLICACIÓN:

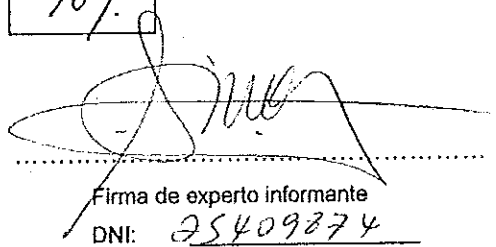
¿Qué aspectos tendría que modificar, incrementar o suprimir en los instrumentos de investigación?

APLICAR

IV. PROMEDIO DE VALORACIÓN:

90%

Lima, 18 de Marzo del 2019



Firma de experto informante

DNI: 25409874

Teléfono: 99 70 99 166

INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

- I.1. Apellidos y nombres del informante: Naivaez Aranibar, Teresa.
- I.2. Especialidad del Validador: Educación
- I.3. Cargo e Institución donde labora: Docente UNE
- I.4. Nombre del Instrumento motivo de la evaluación: ESTRÉS ACADÉMICO Y HABILIDADES SOCIALES
- I.5. Autor del instrumento: GLADIS BOLOHINO y CARLOS ROMERO

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN E INFORME:

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy bueno 61-80%	Excelente 81-100%
CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje apropiado					90%
OBJETIVIDAD	Esta expresado de manera coherente y lógica					90%
PERTINENCIA	Responde a las necesidades internas y externas de la investigación					90%
ACTUALIDAD	Esta adecuado para valorar aspectos y estrategias de las variables					90%
ORGANIZACIÓN	Comprende los aspectos en calidad y claridad.					90%
SUFICIENCIA	Tiene coherencia entre indicadores y las dimensiones.					90%
INTENCIONALIDAD	Estima las estrategias que responda al propósito de la investigación					90%
CONSISTENCIA	Considera que los ítems utilizados en este instrumento son todos y cada uno propios del campo que se está investigando.					90%
COHERENCIA	Considera la estructura del presente instrumento adecuado al tipo de usuario a quienes se dirige el instrumento					90%
METODOLOGÍA	Considera que los ítems miden lo que pretende medir.					90%
PROMEDIO DE VALORACIÓN						90%

III. OPINIÓN DE APLICACIÓN:

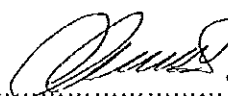
¿Qué aspectos tendría que modificar, incrementar o suprimir en los instrumentos de investigación?

Se aplica

IV. PROMEDIO DE VALORACIÓN:

90%

Lima, 16 de marzo del 2019.



Firma de experto informante

DNI: 10122038

Teléfono: 991384700.

INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

- I.1. Apellidos y nombres del informante: JULIO ROBERTO PEREZ HUACHÁN
 I.2. Especialidad del Validador: ADMINISTRADOR DE EMPRESAS
 I.3. Cargo e Institución donde labora: DOCENTE UNIVERSIDAD COLEGIO VALLERÍA
 I.4. Nombre del Instrumento motivo de la evaluación: RETRÓSPECTIVO Y ACTIVIDADES SOCIALES
 I.5. Autor del instrumento: GLADIS POLONIKO y CARLOS ROMERO

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN E INFORME:

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Buena 41-60%	Muy buena 61-80%	Excelente 81-100%
CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje apropiado					90%
OBJETIVIDAD	Esta expresado de manera coherente y lógica					90%
PERTINENCIA	Responde a las necesidades internas y externas de la investigación					90%
ACTUALIDAD	Esta adecuado para valorar aspectos y estrategias de las variables					90%
ORGANIZACIÓN	Comprende los aspectos en calidad y claridad.					90%
SUFICIENCIA	Tiene coherencia entre indicadores y las dimensiones.					90%
INTENCIONALIDAD	Estima las estrategias que responda al propósito de la investigación					90%
CONSISTENCIA	Considera que los ítems utilizados en este instrumento son todos y cada uno propios del campo que se está investigando.					90%
COHERENCIA	Considera la estructura del presente instrumento adecuado al tipo de usuario a quienes se dirige el instrumento					90%
METODOLOGÍA	Considera que los ítems miden lo que pretende medir.					90%
PROMEDIO DE VALORACIÓN						90%

III. OPINIÓN DE APLICACIÓN:

¿Qué aspectos tendría que modificar, incrementar o suprimir en los instrumentos de investigación?

APLICABLE

IV. PROMEDIO DE VALORACIÓN:

90%

Lima, 16 de MARZO del 2019

Firma de experto informante

DNI: 00978788

Teléfono: 993348202

INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

- I.1. Apellidos y nombres del informante: ESCALVA ARMO EDGAR ALFREDO
 I.2. Especialidad del Validador: PSICOLOGO
 I.3. Cargo e Institución donde labora: DOCENTE UNAC
 I.4. Nombre del Instrumento motivo de la evaluación: ESTRÉS ACADÉMICO y HONORARIOS SOCIALES
 I.5. Autor del instrumento: GLADYS PALOMINO y CARLOS ROMERO

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN E INFORME:

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy bueno 61-80%	Excelente 81-100%
CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje apropiado					90%
OBJETIVIDAD	Esta expresado de manera coherente y lógica					90%
PERTINENCIA	Responde a las necesidades internas y externas de la investigación					90%
ACTUALIDAD	Esta adecuado para valorar aspectos y estrategias de las variables					90%
ORGANIZACIÓN	Comprende los aspectos en calidad y claridad.					90%
SUFICIENCIA	Tiene coherencia entre indicadores y las dimensiones.					90%
INTENCIONALIDAD	Estima las estrategias que responda al propósito de la investigación					90%
CONSISTENCIA	Considera que los ítems utilizados en este instrumento son todos y cada uno propios del campo que se está investigando.					90%
COHERENCIA	Considera la estructura del presente instrumento adecuado al tipo de usuario a quienes se dirige el instrumento					90%
METODOLOGÍA	Considera que los ítems miden lo que pretende medir.					90%
PROMEDIO DE VALORACIÓN						90%

III. OPINIÓN DE APLICACIÓN:

¿Qué aspectos tendría que modificar, incrementar o suprimir en los instrumentos de investigación?

Es aplicable

IV. PROMEDIO DE VALORACIÓN:

90%

Lima, 14 de may del 2019

Blavay

Firma de experto informante

DNI: 09863151

Teléfono: 998-691-530

*Identificación de 11 estresores año 2007***Barraza**

-
- | | |
|--|---|
| 1. Falta de tiempo o tiempo limitado para poder cumplir con las actividades académicas | 6. Exceso de responsabilidad por cumplir las obligaciones escolares |
| 2. Sobrecarga académica, de estudio, de tareas o de trabajo escolares | 7. La tarea de estudio |
| 3. Realización de un examen oral o escrito | 8. El tipo de trabajo que te piden los profesores. |
| 4. Exposición de trabajos en clase | 9. Intervención en el aula |
| 5. Realización de trabajos obligatorios para aprobar la asignatura Tecnología de la Información y Comunicación (TIC) | 10. Mantener un buen rendimiento o promedio académico |
| | 11. La evaluación de los profesores |
-

Fuente: Barraza (2016, pp. 17-18).
Adaptado por los autores.

Identificación de 27 estresores año 2010

Barraza	
1. La competencia con los compañeros de mi grupo,	14. La forma en que enseñan mis profesores/as,
2. La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días,	15. No entender los temas que se abordan en las diferentes clases que me imparten,
3. Realización de un examen,	16. Que me toquen profesores/as muy teóricos/as,
4. La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases,	17. Mi poca participación en las decisiones tomadas sobre la clase por mis profesores/as,
5. Exposición de un tema ante los compañeros de mi grupo,	18. La apariencia física de mis profesores/as,
6. La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as,	19. Mi participación en clase (responder a preguntas, hacer comentarios, etc.),
7. El tipo de trabajo que me piden mis profesores/as (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.),	20. Los horarios de clase en los que tengo que asistir,
8. El inicio de las clases,	21. Tomar clases en un grupo nuevo,
9. La falta de retroalimentación o aclaraciones, sobre los temas abordados por parte de mis	22. Tener el tiempo limitado para hacer mi trabajo,
	23. Participar en equipos donde no están mis amigos

- | | |
|--|---|
| 10. Que mis profesores/as estén mal preparados/as, | 24. Los pocos conocimientos que poseo sobre los temas que se abordan en la clase, |
| 11. La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.), | 25. El no poder comunicarme adecuadamente con mis profesores, |
| 12. Asistir a clases aburridas o monótonas, | 26. Tener problemas personales con mis profesores/as y |
| 13. Mi falta de capacidad para hacer bien los trabajos que me piden mis profesores/as, | 27. El nivel de exigencia de mis profesores/as. |

Fuente: Barraza (2016, pp. 20-21).
Adaptado por los autores.

Inventario SISCO de 45 síntomas año 2010

Barraza		
1) Trastornos en el sueño (insomnio, pesadillas, etc.),	16) Risa nerviosa,	31) Sensación de inseguridad,
2) Palpitaciones cardiacas,	17) Rubor facial,	32) Crisis de angustia o ansiedad,
3) Opresión en el pecho,	18) Comerse las uñas (onicofagia),	33) Irritabilidad, enojo o furia constante o descontrolada,
4) Sudor en las palmas de las manos,	19) Parálisis (no poder moverse),	34) Pensamiento desorientado,
5) Dificultad para tragar o para respirar,	20) Manos temblorosas,	35) Sensación de tener la mente vacía,
6) Sequedad en la boca,	21) Depresión,	36) Bloqueo mental,
7) Tensión muscular,	22) Disminución de la memoria,	37) Deseos de gritar, golpear o insultar,
8) Problemas Digestivos (indigestión, diarrea o estreñimiento),	23) Temor, Miedo o Pánico,	38) Cambios de humor constantes,
9) Migraña o dolor de cabeza,	24) Inquietud y Nerviosismo,	39) Comer en exceso o dejar de hacerlo,
10) Fatiga o cansancio crónico,	25) Preocupación excesiva,	40) Tomar bebidas de contenido alcohólico,
11) Rechinar los dientes,	26) Pensamiento catastrófico (todo va a salir mal),	41) Fumar con mayor frecuencia,
12) Necesidad frecuente de orinar,	27) Dificultad para concentrarse,	42) Tendencia a ir de un lado a otro sin razón,
13) Dolor en el cuello o en la parte baja de la espalda,	28) Lentitud de pensamiento,	43) Retraimiento o aislamiento de los demás,
14) Hiperventilación (respiración rápida),	29) Tics nerviosos,	44) Apatía en la forma de vestir o arreglarse y
15) Falta de aire o sensación de sofocación,	30) Pensamiento reiterativo,	45) Disfunciones sexuales (falta de deseo etc.)

*Inventario SISCO de 15 Estrategias de Afrontamiento***Barraza**

- | | | |
|--|--|---|
| 1) Buscar información sobre la situación que me preocupa, | 6) Preguntar a un familiar o amigo sobre como resolverían la situación que a mí me preocupa, | 11) Elaborar un plan y ejecutar sus tareas para resolver la situación que me preocupa, |
| 2) Solicitar a un familiar o amigo que me ayude a clarificar la situación que me preocupa, | 7) Mantener una percepción equilibrada sobre la situación que me preocupa sin exagerar o minimizar su presencia, | 12) Establecer un tiempo determinado para solucionar la situación que me preocupa, |
| 3) Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en como las solucioné, | 8) Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa, | 13) Concentrar mi atención en resolver la situación que me preocupa, |
| 4) Pensar en cómo solucionaría la situación que me preocupa alguna persona que admiro, | 9) Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa, | 14) Mantener un control sobre mis emociones para que no interfieran a la hora de enfrentar la situación que me preocupa y |
| 5) Tratar de analizar las causas que originan la situación que me preocupa | 10) Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa, | 15) Elogiar mi forma de actuar para enfrentar la situación que me preocupa. |

Fuente: Barraza (2016, pp. 26-27).
Adaptado por los autores.

Primera dimensión la conducta de la persona

Gismero

1. Expresión de enfado o disconformidad

Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso

Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado.

Me cuesta mucho expresar mi ira, cólera, o enfado hacia el otro sexo, aunque tenga motivos justificados.

Muchas veces prefiero callarme o quitarme de en medio para evitar problemas con otras personas.

2. Iniciar interacciones positivas con el otro sexo

A veces no sé qué decir a personas atractivas al sexo opuesto

No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.

Si veo en una fiesta a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar conversación con ella.

3. Evitar hacer preguntas

Soy incapaz de pedir a alguien una cita.

Me siento turbado cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta mi físico.

Fuente: Javier (2017, pp. 65-67)

Adaptado por los autores.

Segunda dimensión la cognitiva o personal

1. Defensa de los propios derechos como consumidor

Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.

Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entró después que yo, me quedo callado

Si estoy en el cine y alguien me molesta con su conversación, me da mucho apuro pedirle que se calle

Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo.

Cuando alguien se me cuele en una fila hago como si no me diera cuenta.

2. Decir no y cortar interacción es

Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle que "NO".

Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla.

Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme.

Nunca sé cómo "cortar" a un amigo que habla mucho.

Cuando decido que no me apetece volver a salir con una persona, me cuesta mucho comunicarle mi decisión.

Hay veces que no sé negarme con alguien que no me apetece pero que me llama varias veces.

Fuente: Javier (2017, pp. 67-72)

Adaptado por los autores.

Tercera dimensión situacional

Gismero

1. autoexpresión en situaciones

A veces evito hacer preguntas por miedo a ser estúpido.

Me cuesta telefonar a tiendas, oficinas, etc. para preguntar algo.

Tiendo a guardar mis opiniones de mí mismo.

A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.

Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás.

Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas de presentación a tener que pasar por entrevistas personales.

Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en grupo.

2. hacer peticiones

A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que dejé prestado.

Si en un restaurante no me traen la comida como la había pedido, llamo al camarero y pido que me hagan de nuevo.

Dimensiones conductuales

Dongil, E. y Cano, A.

1. Iniciar, mantener y cerrar conversaciones
2. Expresar sentimientos positivos
3. Recibir sentimientos positivos
4. Defender los propios derechos
5. Hacer peticiones o pedir favores
6. Rechazar peticiones. Decir NO
7. Afrontar las críticas
8. Petición de cambio de una conducta.

Fuente: Dongil, E. y Cano, A, (2014, p. 3).
Adaptado por los autores.

Inventario SISCO 45 tipos de síntomas de estrés:

- 1.-Transtornos en el sueño (insomnio, pesadillas, etc.
- 2.-Palpitaciones cardiacas.
- 3.-Opresión del pecho.
- 4.-Sudor en las palmas de las manos.
- 5.-Dificultad para tragar o para respirar.
- 6.-Sequedad en la boca.
- 7.-Tensión Muscular.
- 8.-Problemas Digestivos (indigestión, diarrea, estreñimiento).
- 9.-Migraña o dolor de cabeza.
- 10.-Fatiga o cansancio crónico.
- 11.-Rechinar los dientes.
- 12.-Necesidad frecuente de orinar.
- 13.-Dolor en el cuello o en la parte baja de la espalda.
- 14.-Hiperventilación (respiración rápida).
- 15.-Falta de aire o sensación de sofocación.
- 16.-Risa nerviosa.
- 17.-Rubor facial.
- 18.-Comerse las uñas(onicofagia).
- 19.-Paralisis (no poder moverse).
- 20.-Manos temblorosas.21.-Depresión.
- 22.-Disminución de la memoria.
- 23.-Temor, miedo o pánico.
- 24.-Inquietud o nerviosismo.

- 25.-Preocupación excesiva.
- 26.-Pensamiento catastrófico (todo va a salir mal)
- 27.-Dificultad para concentrarse.
- 28.-Lentitud de pensamiento.
- 29.-Tics nerviosos.
- 30.-Pensamiento reiterativo.
- 31.-Sensación de inseguridad.
- 32.-Crisis de angustia o ansiedad.
- 33.-Irritabilidad enojo o furia constante o descontrolada.
- 34.-Pensamiento desorientado.
- 35.-Sensación de tener la mente vacía.
- 36.-Bloqueo mental.
- 37.-Deseo de gritar, golpear o insultar.
- 38.-Cambios de humor constantes,
- 39.-Comer en exceso o dejar de hacerlo.
- 40.-Tomar bebidas de contenido alcohólico.
- 41.-Fumar con mayor frecuencia.
- 42.-Tendencia de ir de un lado a otro sin razón.
- 43.-Retraimiento o aislamiento de los demás.
- 44.-Apatía en la forma de vestir o arreglarse.
- 45.-Disfunciones sexuales (falta de deseo, eyaculación precoz, impotencia)

Inventario SISCO 15 Estrategias de Afrontamiento:

- 1.-Buscar información sobre la situación que me preocupa.
- 2.-Solicitar a un familiar o amigo que me ayude a clarificar la situación que me preocupa.
- 3.-Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucionaré.
- 4.-Pensar en cómo solucionar la situación que me preocupa alguna persona que admiro.
- 5.-Tratar de analizar las causas que originan la situación que me preocupa.
- 6.-Preguntar a un familiar o amigo sobre cómo resolvería la situación que a mí me preocupa.
- 7.-Mantener una percepción equilibrada sobre la situación que me preocupa sin exagerar o minimizar su presencia.
- 8.-Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa.
- 9.-Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.
- 10.-Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa.
- 11.-Elaborar un plan y ejecutar sus tareas para resolver la situación que me preocupa.
- 12.-Establecer un tiempo determinado para solucionar la situación que me preocupa.
- 13.-Concentrar mi atención en resolver la situación que me preocupa.
- 14.-Mantener un control sobre mis emociones para que no interfieran la hora de enfrentar la situación que me preocupa.
- 15.-Elogiar mi forma de actuar para enfrentar la situación

En el 2007 se identificaron 11 estresores

- 1.-Falta de tiempo ó limitado para poder cumplir con las actividades académicas.
- 2.-Sobrecarga académica de estudios, trabajos.
- 3.-Realización de un examen oral ó escrito.
- 5.-Realización de trabajos obligatorios para aprobar la asignatura tecnológica de la información y comunicación (TIC).
- 6.-Exceso de responsabilidad por cumplir las obligaciones académicas.
- 7.- La tarea de estudio.
- 8.-El tipo de trabajo que piden los profesores.
- 9.-Intervención en el aula.
- 10.-Mantener un buen rendimiento ó promedio académico.
- 11.-La evaluación de los profesores.

Identificación de 27 estresores en 2010

- 1.-La competencia con los compañeros de mi grupo.
- 2.-La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días.
- 3.-Realización de un examen.
- 4.-La personalidad y carácter de los profesores que imparten clases.
- 5.-Exposición de un tema ante los compañeros de mi grupo.
- 6.-La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los profesores.
- 7.-El tipo de trabajo que me piden mis profesores (consulta del tema, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc).
- 8.-El inicio de las clases.
- 9.-La falta de retroalimentación o aclaraciones sobre los temas abordados por parte de mis profesores.
- 10.-Que mis profesores estén mal preparados.
- 11.-La forma de evaluación de mis profesores.
- 12.-Asistir a clases aburridas o monótonas.
- 13.-Mi falta de capacidad para hacer bien los trabajos que me piden los profesores.
- 14.-La forma en que enseñan mis profesores.
- 15.-No entender los temas que se abordan en las diferentes clases que me imparten.
- 16.-Que me toquen profesores muy teóricos.
- 17.-Mi poca participación en las decisiones tomadas sobre la clase por mis profesores.
- 18.-La apariencia física de mis profesores.
- 19.-Mi participación en clase (responder a preguntas, hacer comentarios) 20.- Los horarios de clase en los que tengo que asistir.
- 21.-Tomar clases en un grupo nuevo.
- 22.- tener tiempo limitado para hacer mi trabajo.
- 23.-Participar en equipos donde no están mis amigos.
- 24.-Los pocos conocimientos que poseo sobre los temas que se abordan en la clase.
- 25.-El no poder comunicarme adecuadamente con mis profesores.
- 26.-Tener problemas personales con mis profesores.
- 27.-El nivel de exigencia de mis profesores