



ANEXO 1

FORMATO PARA LA PRESENTACIÓN DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN  
CON EL FINANCIAMIENTO DEL FEDU

1. Título del proyecto

**ESTRÉS ACADÉMICO Y ANSIEDAD DURANTE LA EMERGENCIA SANITARIA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIO INDUSTRIAL 32, PUNO – 2022**

2. Área de Investigación

Área de investigación	Línea de Investigación	Disciplina OCDE
Disciplinas Científicas	Bienestar emocional	Psicología

3. Duración del proyecto (meses)

**10**

4. Tipo de proyecto

Individual	<input type="radio"/>
Multidisciplinario	<input checked="" type="radio"/>
Director de tesis pregrado	<input type="radio"/>

4. Datos de los integrantes del proyecto

<b>Apellidos y Nombres</b>	<b>Vargas Ramos Eliseny Mamani Velaquez Dony Edwin</b>
<b>Escuela Profesional</b>	<b>Educación física</b>
<b>Celular</b>	<b>925366620 998003486</b>
<b>Correo Electrónico</b>	<b><a href="mailto:evargas@unap.pe">evargas@unap.pe</a> <a href="mailto:demamani@unap.edu.pe">demamani@unap.edu.pe</a></b>

- I. Título (El proyecto de tesis debe llevar un título que exprese en forma sintética su contenido, haciendo referencia en lo posible, al resultado final que se pretende lograr. Máx. palabras 25)

**ESTRÉS ACADÉMICO Y ANSIEDAD DURANTE LA EMERGENCIA SANITARIA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIO INDUSTRIAL 32, PUNO – 2022**

- II. Resumen del Proyecto de Tesis (Debe ser suficientemente informativo, presentando -igual que un trabajo científico- una descripción de los principales puntos que se abordarán, objetivos, metodología y resultados que se esperan)

El objetivo de la investigación es determinar la relación entre ansiedad y Estrés académico durante la emergencia sanitaria en los estudiantes de la Institución



Educativa Secundario Industrial 32, puno – 2022. La línea de investigación es Bienestar emocional. Es de tipo de básica, nivel descriptivo-correlacional, diseño no experimental. Como instrumentos para la recolección de datos, se utilizará el **Inventario de SISCO del estrés académico** y Escala de autovaloración de la ansiedad de Zung. EAA”. La muestra está comprendida de 200 estudiantes de la Institución Educativa Secundario, El método y análisis de datos será la codificación y tabulación de los datos, donde se usará el programa estadístico SSPS 25.0, se aplicará la prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov – Smirnov, para precisar que los datos sigan la curva de distribución normal, que determinará el uso de la prueba no paramétrica. Con apoyo Correlación de Pearson se obtendrá una correlación significativa positiva entre estrés académico y ansiedad, en consecuencia, los resultados serán que el coeficiente de Correlación de Pearson, significativa de estrés académico y la dimensión 1 síntomas afectivos (psicológicos) correlación significativa entre nivel de estrés laboral y ansiedad Dimensión 2 -Síntomas Somáticos en consecuencia.

### III. Palabras claves (Keywo

Estrés académico, Ansiedad, Emergencia sanitaria, pandemia

### IV. Justificación del proyecto (Describa el problema y su relevancia como objeto de investigación. Es importante una clara **definición** y delimitación del problema que abordará la investigación, ya que temas cuya definición es difusa o amplísima son difíciles de evaluar y desarrollar)

Existe bajo rendimiento académico a causa del estrés generado por el uso de las Tics en consecuencia se percibe un abandono de las clases en las diferentes materias dictadas en la institución educativa secundaria industrial 32 de la ciudad de Puno. El bienestar emocional del estudiante es muy importante en consecuencia el logro de los aprendizajes será óptimo, en esta razón será el cumplimiento de los estándares de aprendizaje que se encuentran dentro del currículo nacional, los factores como entorno social, la familia, los medios de comunicación, medios económicos, la alimentación influyen en los resultados del estrés académico y la ansiedad (Quispe, 2020). En tal razón La investigación se justifica a nivel teórico, porque servirá para revisar, analizar y explicar las teorías que sustentan el problema de investigación. Por ello, se revisa las principales teorías sobre las variables de estudio (Estrés académico y Ansiedad), lo que permitirá describir y explicar el problema de la investigación. Asimismo, las teorías facilitaran, y recomendaran estrategias para controlar el problema y para poder anticipar futuras conductas disruptivas que afectan la salud mental de los estudiantes en situación de aprendizaje y de esta manera no exista deserción escolar. En consecuencia, la presente investigación contribuirá con el enriquecimiento de la literatura científica sobre este concepto, sobre todo al aplicarse a una nueva población afectada por la pandemia.

### V. Antecedentes del proyecto (Incluya el estado actual del conocimiento en el ámbito nacional e internacional. La revisión bibliográfica debe incluir en lo **posible artículos científicos actuales**, para evidenciar el conocimiento existente y el aporte de la Tesis propuesta. Esto es importante para el futuro artículo que resultará como producto de este trabajo)



Mondeño (2018) realizó una investigación presentada en la Pontificia Universidad Católica del Perú. con la tesis titulada “Bienestar y estrés académico en universitarios 126 deportistas y no deportistas”. El autor tenía como objetivo principal determinar fue 127 comparar el bienestar y estrés académico entre dos grupos, uno de estudiantes 128 universitarios que practiquen algún deporte colectivo a nivel competitivo y otro de 129 aquellos que no realicen dicha actividad. El autor concluye las comparaciones por 130 subgrupos podrían indicar niveles de bienestar y estrés diferenciados para personas 131 sedentarias, activas y deportistas competitivos.

Estupiñan (2019) realizó una investigación presentada en la Universidad Cooperativa 88 de Colombia con la tesis titulada “Actividad física y manejo del estrés académico en 89 estudiantes de la Universidad Cooperativa de Colombia” el objetivo principal fue 90 determinar la influencia de la actividad física como parte de un estilo de vida saludable 91 en el manejo del estrés académico en estudiantes de cuarto semestre de la Universidad 92 Cooperativa de Colombia - Sede Bucaramanga. Se llega a la conclusión La población 93 estudiada no posee alteraciones en su IMC que sean estadísticamente significativas, a 94 pesar de reportarse en el estudio un caso de delgadez severa, uno de delgadez moderada 95 y 16 casos de delgadez aceptable. Asimismo, se pudo establecer que se presentan en la 96 muestra dos casos de obesidad tipo III, un caso de obesidad tipo II, y 9 casos de obesidad 97 tipo I.

Chuquista (2019) El objetivo de este estudio fue determinar si existe relación significativa entre estrategias de afrontamiento del estrés académico y ansiedad ante los exámenes en los estudiantes de la escuela profesional de Ingeniería Ambiental de la Universidad Peruana Unión, filial Tarapoto, 2018. La metodología utilizada corresponde a un diseño no experimental de corte transeccional, puesto que no hubo manipulación de variables y los datos fueron recolectados en un solo momento. Se utilizó un muestreo absoluto, participaron del estudio 224 estudiantes (varones y mujeres) de ingeniería ambiental. Se usaron los instrumentos: El ACEA que contiene 23 ítems distribuidos en 3 dimensiones y el cuestionario de ansiedad ante los exámenes, que está organizado en función de 19 ítems y es unidimensional. Entre los resultados se encontró que existe una relación directa y significativa (pero débil correlación) entre estrategias de afrontamiento y ansiedad ante los exámenes ( $r = 0.155$ ,  $p = 0.02$ ). Asimismo, entre la dimensión búsqueda de apoyo y ansiedad ante los exámenes ( $r = 0.141$ ,  $p = 0.05$ ). Por último, se apreció que existe una correlación directa débil pero altamente significativa entre planificación y ansiedad ante los exámenes ( $r = 0.200$ ,  $p = 0.03$ ). Lo que permite concluir que las estrategias de afrontamiento al estrés académico se relacionan significativamente ( $p\_value = 0.02$ ) con la ansiedad ante los exámenes en los estudiantes.

Quito (2019) El trabajo de investigación fue elaborado con la propuesta de determinar las propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico, creado por Barraza en 2007, en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa Pública ubicada en el distrito de Breña. La muestra estuvo compuesta por 977 estudiantes de nivel secundaria de sexo



femenino, con edades que se encontraron entre 11 y 17 años. La investigación fue de tipo Psicométrico, con un nivel tipo Tecnológico. Los hallazgos encontrados fueron: la confiabilidad de la prueba psicológica fue de 0.916 según el Alfa de Cronbach y de 0.918 según el Coeficiente Omega, la validez de contenido se obtuvo a través del V de Aiken, en donde, 1.00 fue el puntaje en todos los ítems a excepción de los ítems 18, 19, 20, 26, 31 los cuales obtuvieron puntajes de 0.97, todo ello según el criterio de 10 jueces, además se realizó un análisis de ítems en donde el puntaje de Índice de Homogeneidad Corregido (IHC) fueron valores superiores al 0.2. La validez de constructo se demostró según el análisis factorial confirmatorio, con el modelo original se presentó una bondad de ajuste absoluto de 2.974, CFI de 0.921, GFI de 0.923; luego se realizó el análisis factorial exploratorio en donde el KMO fue de 0.945, además el análisis arrojó 4 factores con una varianza total del 48.046%. Por ello se realizó nuevamente el análisis factorial confirmatorio, pero con 4 dimensiones y se encontró índices de ajuste de 2.982, un CFI de 0.921, GFI de 0.924 y un RMSEA de 0.045. Finalmente se realizó un baremo general para adolescentes temprano (de 11 a 14 años) y para adolescentes tardíos (de 15 a 17 años).

Restrepo et al. (2020) Objetivo: analizar el estrés académico en estudiantes universitarios. Para este propósito se definieron tres objetivos específicos: 1) identificar cuáles situaciones o condiciones del ambiente académico resultan más estresantes, 2) caracterizar las reacciones fisiológicas, psicológicas y comportamentales, y 3) conocer las estrategias de afrontamiento más frecuentes. Método: se desarrolló una investigación con enfoque cuantitativo, transversal y de nivel descriptivo con una muestra de 450 estudiantes de tres universidades de Medellín y el Valle de Aburrá (dos instituciones privadas y una pública) utilizando el Inventario SISCO del Estrés Académico. Resultados: para la categoría Situaciones y condiciones estresantes, el ítem con más porcentaje en la clasificación alto fue el de Sobrecarga de tareas y trabajos escolares.

Castillo-Navarrete et al. (2020) Estrés académico, proceso multifactorial complejo que alcanza sus grados más elevados a nivel universitario y que para realizar intervenciones efectivas, necesita de instrumentos válidos y fiables para medirlo. El objetivo de este trabajo fue evaluar las propiedades psicométricas de una versión adaptada del inventario SISCO del estrés académico, denominada SISCO-II, destinada a medir estrés académico en estudiantes universitarios. Se aplicó el instrumento a 1.126 estudiantes universitarios de tres universidades chilenas. El análisis factorial confirmatorio mostró buen ajuste a la estructura propuesta de cuatro factores (Estrés, Reacciones físicas y psicológicas, Reacciones del comportamiento social y Afrontamiento). La medida de estrés académico queda constituida por estrés, reacción total (Reacciones físicas, psicológicas y del comportamiento social) y estrategias de afrontamiento. Los resultados avalan la utilidad de SISCO-II para uso

Quispe (2020) El objetivo del presente estudio fue identificar si existe una relación entre el estrés académico y la procrastinación académica en una muestra de 98 universitarios, 51% hombres y el 49% mujeres, cuyas edades



oscilaban entre 18 y 23 años ( $M = 20.6$ ,  $DE = 1.2$ ), que estaban cursando su primer año de carrera. Se utilizó el Inventario SISCO del Estrés Académico (SISCO) (Barraza, 2007) y la Escala de Procrastinación Académica (PASS) en su versión validada en Colombia (Garzón & Gil, 2016). Los resultados mostraron una relación positiva y significativa entre el estrés académico y la procrastinación académica. Del mismo modo, se halló dicha relación entre los factores estresores y síntomas con las dimensiones de razones para procrastinar “falta de energía y autocontrol”, “perfeccionismo”, “ansiedad a la evaluación” y “poca asertividad y confianza”. Además, se encontró que las mujeres presentaron mayores niveles de estrés académico en comparación a los hombres. Asimismo, se halló una relación inversa de magnitud mediana entre frecuencia de procrastinación y rendimiento académico reportado. Finalmente, se resalta la importancia de seguir investigando sobre esta problemática para poder contribuir a que los estudiantes puedan tener una mejor adaptación en esta nueva etapa académica

Estrada et al.(2021) La educación universitaria es una etapa que implica muchas exigencias, así como demandas académicas, sociales y personales para los estudiantes. Este contexto se tornó más complejo en la actual época de pandemia, pues la educación pasó de ser presencial a ser virtual, lo cual puso en evidencia otras limitaciones como los problemas de accesibilidad y conectividad y la nueva forma de aprender. Por ello, el objetivo de la presente investigación fue determinar la prevalencia del estrés académico en los estudiantes de la carrera profesional de educación de una universidad peruana en tiempos de la pandemia del COVID-19. El enfoque de investigación fue cuantitativo, el diseño no experimental y el tipo correlacional. La muestra estuvo conformada por 172 estudiantes a quienes se les aplicó el Inventario SISCO del Estrés Académico y una ficha de datos sociodemográficos. Según los hallazgos, los estudiantes se caracterizaron por presentar altos niveles de estrés académico y se determinó que dicha variable se asocia significativamente al sexo, el grupo etario y el año de estudios. Se concluyó que es necesario la aplicación de estrategias psicoeducativas que permitan disminuir la prevalencia del estrés académico en los estudiantes para que se desenvuelvan adecuadamente y mejoren su calidad de vida.

Huamani et al., (2021) El estudio de las consecuencias sanitarias en el sector educación es significativo. En ese sentido, el propósito del trabajo de investigación es determinar la correlación de la confianza en sí mismo y el sentirse bien solo, como resiliencia y el estrés académico en alumnos de quinto grado de educación secundaria en aulas piloto de un colegio público en el contexto del COVID-19. Este trabajo se realizó con un enfoque cuantitativo, de tipo básico y metodología descriptiva, correlacional, donde se encuestaron virtualmente a 52 estudiantes escogidos por “criterio-juicio” (Tamayo, 2001), usando el Rango de resiliencia (Wagnild y Youbg, 1993) y la adecuación del cuestionario de estrés académico SISCO SV al entorno del COVID-19 (Alania et al., 2020). Existe relación significativa negativa media para la confianza en sí mismo y en forma considerable para sentirse bien solo, con el estrés ( $r = -.656$  y  $r = -.717$ ) respectivamente ( $p < 0.01$ ), concordante con otros estudios. Sosteniendo que estudiantes de aulas piloto



que cuentan con apoyo material y familiar tienen mayores capacidades de resiliencia desde su “confianza en sí mismo” y el “sentirse bien solo”. Por lo tanto, sufren menor estrés académico en el contexto de la educación virtual por el COVID-19, por lo cual el trabajo debe estar dirigido a empoderar las capacidades de resiliencia desde la familia y el colegio.

**VI. Hipótesis del trabajo** (Es el aporte proyectado de la investigación en la solución del problema)

Existe relación significativa entre estrés académico y ansiedad durante la emergencia sanitaria en estudiantes de la institución educativa secundario industrial 32, puno – 2022

**VII. Objetivo general**

Determinar la relación entre Estrés académico y Ansiedad durante la emergencia sanitaria estudiantes de la institución educativa secundario industrial 32, Puno – 2022

**VIII. Objetivos específicos**

a) Determinar la relación entre académico laboral y ansiedad con los síntomas afectivos durante la emergencia sanitaria en estudiantes de la Institución Educativa Secundario Industrial 32, Puno – 2022

b) Determinar la relación entre estrés académico y ansiedad con los síntomas somáticos durante la emergencia sanitaria en estudiantes de la Institución Educativa Secundario Industrial 32, Puno – 2022

**IX. Metodología de investigación** (Describir el(los) método(s) científico(s) que se empleará(n) para alcanzar los objetivos específicos, en forma coherente a la hipótesis de la investigación. Sustentar, con base bibliográfica, la pertinencia del(los) método(s) en términos de la representatividad de la muestra y de los resultados que se esperan alcanzar. Incluir los análisis estadísticos a utilizar)

**Población**

El Presente estudio la población está conformada por los estudiantes de educación secundaria INDUSTRIAL 32 PUNO de primero a quinto grado, que son un total de 760 estudiantes.

**Cuadro N 1**

Estudiantes de la IES Industrial 32 -Puno-2021

Grado	número de alumnos		Total
	Mujeres	Varones	
Primero	00	220	220
Segundo	90	90	180
tercero	90	30	120
Cuarto	00	80	80
Quinto	70	90	160
	250	510	760

Fuente: Nómina de estudiantes de la Institución Educativa Secundaria



industrial 32 Puno, año 2021. elaboración: Los investigadores.

## Muestra

La muestra está conformada por 370 estudiantes, la misma que será elegida mediante la técnica de muestreo no probabilística, también denominada muestras dirigidas (Hernandez et al., 2014). Asimismo, los criterios para la muestra de estudio, no se realizará la selección de los sujetos de la muestra al azar, esto por la poca accesibilidad a la totalidad de estudiantes de educación. Al respecto. Briones (2002) afirma que, si se ha logrado identificar la población de estudio y se ha llegado a la conclusión de que no se puede estudiar a toda la población, entonces se tendrá que escoger un subconjunto de la población de estudio que te resulte accesible pero también representativa.

## Cuadro N 1

Estudiantes de la IES Industrial 32 -Puno-2021

Grado	número de alumnos		Total
	Mujeres	Varones	
Primero	50	30	80
Segundo	40	25	65
tercero	60	30	90
Cuarto	70	20	90
Quinto	30	15	45
	250	120	370

Fuente: Nómina de estudiantes de la Institución Educativa Secundaria industrial 32 Puno, año 2021. elaboración: Los investigadores.

## Muestreo

Hernandez et al.(2014) menciona que el muestreo es el medio a través del cual el investigador, selecciona las unidades representativas para obtener los datos que le permitirán obtener información acerca de la población a investigar, entonces se tendrá que escoger un subconjunto de la población de estudio que resulte accesible pero también representativa. De este modo, para la presente investigación se utilizará la técnica no probabilística por conveniencia, ya que permite al investigador seleccionar los subconjuntos de estudio en aquellos casos accesibles que acepten ser incluidos en la presente investigación.

## Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Las técnicas empleadas serán en el presente estudio:

**La observación:** Es una técnica que según, Hernández et al.( 2015) según “Es el registro sistemático, válido y confiable de registro de comportamientos y situaciones observables, a través de un conjunto de categorías y subcategorías” (p. 127).

**La encuesta:** como una técnica de investigación social para indagación, exploración y recolección de datos, mediante preguntas formuladas directa o indirectamente a los sujetos que constituyen la unidad de



análisis(Carrasco, 2006).

**La psicometría:** Esta técnica se hace uso en las investigaciones cuantitativas, a través de la aplicación de cuestionarios, escalas y/o inventarios, instrumentos que evaluó las dimensiones e indicadores de las variables Estrés académico y Ansiedad. (Carrasco, 2006)

### **Instrumentos de recolección de datos**

Para la recolección de datos se tomara contacto con el director de la institución educativa, quién derivara al coordinador de tutoría y orientación educativa, mediante un enlace de formulario DRIVE serán aplicados los instrumentos digitalizados para luego ser reenviados a los docentes tutores, quienes facilitaran la aplicación de los instrumentos vía WhatsApp a todos los sus estudiantes.

### **X. Referencias (Listar las citas bibliográficas con el estilo adecuado a su especialidad)**

- Briones, G. (2002). Metodología de la investigación cuantitativa en las ciencias sociales. In e Impresores Ltda. <https://metodoinvestigacion.files.wordpress.com/2008/02/metodologia-de-la-investigacion-guillermo-briones.pdf>
- Carrasco, S. (2006). *Metodología de la investigación científica*. (Editorial).
- Castillo-Navarrete, J. L., Guzmán-Castillo, A., Bustos, N., Zavala, S., & Vicente, P. (2020). Psychometric properties of sisco-II inventory of academic stress. *Revista Iberoamericana de Diagnostico y Evaluacion Psicologica*, 3(56), 101–116. <https://doi.org/10.21865/RIDEP56.3.08>
- Chuquista, K. (2019). *Estrategias de afrontamiento al estrés académico y ansiedad ante los exámenes en los estudiantes de la escuela profesional de Ingeniería Ambiental de la Universidad Peruana Unión filial Tarapoto*. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/2671>
- Estrada, E. G., Mamani, M., Gallegos, N. A., Mamani, H. J., & Zuloaga, M. C. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del Covid-19. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1), 88–93. [http://www.revistaavft.com/images/revistas/2021/avft\\_1\\_2021/16\\_estres\\_academico\\_estudiantes.pdf](http://www.revistaavft.com/images/revistas/2021/avft_1_2021/16_estres_academico_estudiantes.pdf)
- Estupiñán, J. P. (2019). Actividad física y manejo del estrés académico en estudiantes de la Universidad Cooperativa de Colombia. In *Colombia* (Vol. 51, Issue 1). [https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/7318/6/2019\\_actividad\\_fisica\\_manejo.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/7318/6/2019_actividad_fisica_manejo.pdf)
- Hernandez, R., Fernandez, C., & Batista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (sexta edic).
- Hernández, R., Fernández, C., & Batista, P. (2015). *METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN* (Vol. 3, Issue 2). <http://repositorio.unan.edu.ni/2986/1/5624.pdf>
- Huamani, D. C., Huamani, V. C., Florez, F. T., & Huamani, S. C. (2021). *Artículo de investigación Estrés y resiliencia en el contexto del COVID-19 , en estudiantes de educación secundaria*. 1, 1–14. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/repiie/article/view/20893/17467>
- Mondeño, C. I. (2018). *Bienestar y estrés académico en universitarios deportistas y no deportistas*. [https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/12765/MONDOÑEDO\\_ARROYO\\_BIENESTAR\\_Y\\_ESTRES\\_ACADEMICO\\_EN\\_UNIVERSITA\\_RIOS\\_DEPORTISTAS\\_Y\\_NO\\_DEPORTISTAS.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/12765/MONDOÑEDO_ARROYO_BIENESTAR_Y_ESTRES_ACADEMICO_EN_UNIVERSITA_RIOS_DEPORTISTAS_Y_NO_DEPORTISTAS.pdf?sequence=1&isAllowed=y)



- Quispe, C. (2020). Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de una Universidad de Lima Metropolitana. In *Revista de la salud*. [https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/17440/QUISPE\\_MARTIJENA\\_CAMILA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/17440/QUISPE_MARTIJENA_CAMILA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Quito, N. J. E. (2019). Facultad de humanidades escuela académico profesional de psicología. In *Repositorio Institucional - UCV*. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/36627/Quito\\_RNJE.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/36627/Quito_RNJE.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Restrepo, J. E., Sánchez, O. A., & Castañeda, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicoespacios*, 14(24), 17-37. <https://doi.org/10.25057/21452776.1331>

**XI.** Uso de los resultados y contribuciones del proyecto (Señalar el posible uso de los resultados y la contribución de los mismos)

Los resultados de la presente investigación serán utilizados para evidenciar la relación entre Estrés académico y Ansiedad durante la emergencia sanitaria en los estudiantes de la Institución Educativa Secundario Industrial 32, de la ciudad de Puno – 2022, del mismo modo la relación entre el estrés académico y las dimensiones de la ansiedad que son los síntomas afectivos y síntomas somáticos. Asimismo, se pretende demostrar el nivel de estrés académico en los estudiantes de la IES 32 de la ciudad de Puno. De esta manera dar conocer y orientar a la IES sobre el estrés académico y su relación con la ansiedad. los resultados que se obtendrán servirán para poder recomendar estrategias de intervención para la solución del problema de investigación, los resultados también permitirán tener un conocimiento acerca del estrés académico y la ansiedad en los estudiantes de la IES 32 de la ciudad de Puno, en tiempos de pandemia, de esta manera servirá de base para la toma de decisiones en los futuros planes o programas de intervención en la parte del departamento de psicológica Asia los estudiantes.

**XII.** Impactos esperados

**i.** Impactos en Ciencia y Tecnología

El principal impacto de la investigación que se quiere realizar será relacionado con las ciencias de la psicología educativa. que busca demostrar y evidenciar la relación entre Estrés académico y Ansiedad entendiendo de que la el estrés y ansiedad dentro del sistema educativo del estudiante constituye un indicador negativo, más aún si existe una correlación positiva entre las dos variables, además muy pertinente y necesaria para ser observado en un sistema educativo, donde varios de estudiantes se relacionan e interactúan entre sí por situaciones académicas, ya sea de manera presencial o semipresencial. Y de esta manera que los estudiantes puedan prevenir a futuro el estrés académico ya que muchos estudiantes padecen de este mal del siglo XXI.

**ii.** Impactos económicos



De la investigación que se realizara está referido a los estudiantes, para que puedan participar activamente en su institución educativa, ya que en muchas ocasiones el estrés académico y la ansiedad puede desencadenar otro tipo de padecimiento, como la obesidad, dolor de cabeza, somnolencia mayor necesidad de dormir, cansancio y fatiga, dolores de estómago, dolores de espalda, taquicardia o palpitaciones fuertes, aumento o disminución del apetito, estos síntomas afectan a los estudiantes que no se desarrollen adecuadamente sus labores académicas, el hecho de estar bien emocionalmente ayudará a formar a afrontar y desarrollar con normalidad el año escolar. Y de esta manera evitar la deserción escolar y el gobierno no invierta insulsamente en la educación de cada estudiante.

**iii. Impactos sociales**

La investigación que se realiza, beneficiará a la IES industrial 32 de la Ugel puno, los resultados servirán para evidenciar que la relación entre Estrés académico y Ansiedad durante la emergencia sanitaria estudiantes de la institución educativa secundario industrial 32, Puno – 2022, para recomendar estrategias de intervención para la solución del problema detectado y sugerir programas de intervención en la parte psicopedagógica de los estudiantes.

**iv. Impactos ambientales**

Dado que el trabajo de investigación que se pretende realizar corresponde al área de las ciencias sociales, no se identifica ningún impacto directo en el ambiente natural.

**XIII. Recursos necesarios (Infraestructura, equipos y principales tecnologías en uso relacionadas con la temática del proyecto, señale medios y recursos para realizar el proyecto)**

Los recursos que se utilizarán para ejecutar el proyecto de investigación serán los 3 siguientes: Libros, cuaderno de apuntes, USB, laptop, internet, útiles de escritorio, hojas.

**XIV. Localización del proyecto (indicar donde se llevará a cabo el proyecto)**

El estudio se llevará a cabo en el departamento, provincia y distrito de Puno, se encuentra ubicada en el altiplano peruano, a una altura aproximada de 3,820msnm entre la cordillera oriental y occidental de los andes del sur. El proyecto de investigación se localiza en la Institución Educativa Secundaria industrial 32 de la UGEL- Puno.

**XV. Cronograma de actividades**

Actividad	Trimestres
-----------	------------



	E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
La redacción del proyecto de investigación	X											
La búsqueda de información y asesoramiento sobre el tema	X											
La presentación del proyecto de investigación	X											
Se realiza la ejecución del proyecto.			X	X	X	X	X	X	X	X	X	
Presentación de resultados												X

### XVI. Presupuesto

Descripción	Unidad de medida	Costo (S/.)	Unitario	Cantidad	Costo total (S/.)
La internet para buscar información	2 red	300		2	600
Laptop	2	1500		2	3000
Adquisición de libros	5 libros	200		5	1000
Útiles de escritorio.					200
Transportes varios					200
otros					300
				<b>Total</b>	<b>5300</b>



## INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

### EL INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO

#### Aplicación

El inventario es autoadministrado y se puede solicitar su llenado de manera individual o colectiva; su resolución no implica más de 10 minutos.

#### Estructura

El Inventario SISCO del Estrés Académico se configura por 31 ítems distribuidos de la siguiente manera:

- Un ítem de filtro que, en términos dicotómicos (sí-no) permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario.
- Un ítem que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores numéricos (del 1 al 5 donde uno es poco y cinco mucho) permite identificar el nivel de intensidad del estrés académico.
- Ocho ítems que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores.
- 15 ítems que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor.
- Seis ítems que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamientos.

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

- Sí  
 No

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

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

1	2	3	4	5

3.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
La competencia con los compañeros del grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
La personalidad y el carácter del profesor					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
No entender los temas que se abordan en la clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ (Especifique)					

4.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

<b>Reacciones físicas</b>					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
<b>Reacciones psicológicas</b>					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
<b>Reacciones comportamentales</b>					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					
<b>Otras (especifique)</b>					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre

5.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
Elogios a sí mismo					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación)					



**Escala de ansiedad de Zung – EAA**

**INDICACIONES.**

Para cada ítem se debe indicar con qué frecuencia la situación descrita es fuente actual de ansiedad, anotando el número que mejor la describa. **Marque con una X** su elección según los siguientes criterios.

Marque con una Aspa (X)

N	SITUACIÓN QUE ME DESCRIBE	MUY POCAS VECES	ALGUNAS VECES	MUCHAS VECES	CASI SIEMPRE
		1	2	3	4
01	Me siento más intranquilo y nervioso que de costumbre				
02	Me siento con temor sin motivo				
03	Me altero o me angustio fácilmente				
04	Me siento como si me estuviera deshaciendo en pedazos				
05	Siento que todo está bien y que nada malo puede sucederme				
06	Me tiemblan los brazos y las piernas				
07	Me mortifican dolores de cabeza, cuello o cintura				
08	Me siento débil y me canso fácilmente				
09	Me siento tranquilo y puedo permanecer en calma fácilmente				
10	Puedo sentir que me late muy rápido el corazón				
11	Sufro de mareos				
12	Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar				
13	Puedo inspirar y expirar fácilmente				
14	Se me adormecen o hinchan los dedos de las manos y pies				
15	Sufro de molestias estomacales o indigestión				
16	Orino con mucha frecuencia				
17	Generalmente mis manos están secas y calientes				
18	Siento bochornos				
19	Me quedo dormido con facilidad y descanso bien durante la noche				
20	Tengo pesadillas				