



UNIVERSIDAD JOSÉ CARLOS MARIÁTEGUI

VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

TESIS

**SOPORTE SOCIOEMOCIONAL EN LA PREVENCIÓN DEL
ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA SECUNDARIA “PERÚ BIRF INDUSTRIAL” DE
JULI, 2021**

PRESENTADO POR

BACH. JESUS AMADEO PERAZA CORNEJO

ASESOR

DR. JAVIER PEDRO FLORES AROCUTIPA

**PARA OPTAR GRADO ACADÉMICO DE MAESTRO EN CIENCIAS DE
LA EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y
TUTORÍA ESCOLAR**

MOQUEGUA – PERÚ

2024



Universidad José Carlos Mariátegui

CERTIFICADO DE ORIGINALIDAD

El que suscribe, en calidad de Jefe de la Unidad de Investigación de la **Escuela de Posgrado**, certifica que el trabajo de investigación () / Tesis (X) / Trabajo de suficiencia profesional () / Trabajo académico (), titulado “**SOPORTE SOCIOEMOCIONAL EN LA PREVENCIÓN DEL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA “PERÚ – BIRF INDUSTRIAL” DE JULI, 2021**” presentado por el(la) aspirante **PERAZA CORNEJO JESUS AMADEO**, para obtener el grado académico (X) o Título profesional () o Título de segunda especialidad () de: **MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y TUTORÍA ESCOLAR**, y asesorado por el(la) **Dr. JAVIER PEDRO FLORES AROCUTIPA**, designado como asesor con Resolución Directoral N°0488-2021-DEPG-UJCM, fue sometido a revisión de similitud textual con el software TURNITIN, conforme a lo dispuesto en la normativa interna aplicable en la UJCM.

En tal sentido, se emite el presente certificado de originalidad, de acuerdo al siguiente detalle:

Programa académico	Aspirante(s)	Trabajo de investigación	Porcentaje de similitud
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y TUTORÍA ESCOLAR	PERAZA CORNEJO JESUS AMADEO	SOPORTE SOCIOEMOCIONAL EN LA PREVENCIÓN DEL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA “PERÚ – BIRF INDUSTRIAL” DE JULI, 2021	26%

El porcentaje de similitud del Trabajo de investigación es del **26%**, que está por debajo del límite **PERMITIDO** por la UJCM, por lo que se considera apto para su publicación en el Repositorio Institucional de la UJCM.

Se emite el presente certificado con fines de continuar con los trámites respectivos para la obtención de grado académico o título profesional o título de segunda especialidad.

Moquegua, 12 de setiembre de 2024

UNIVERSIDAD JOSE CARLOS MARIATEGUI

Dr. JAVIER PEDRO FLORES AROCUTIPA

JEFE DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN
ESCUELA DE POSGRADO UJCM- SEDE MOQUEGUA

ÍNDICE DE CONTENIDO

DEDICATORIA	3
AGRADECIMIENTOS	4
ÍNDICE DE CONTENIDO	5
ÍNDICE DE FIGURAS	7
ÍNDICE DE TABLAS	8
RESUMEN	9
ABSTRACT	10
INTRODUCCIÓN	11
1.1. Descripción de la Realidad Problemática	16
1.2. Definición del problema.	18
1.3. Objetivo de la investigación	19
1.4. Justificación y limitaciones de la investigación	20
1.5. Variables	25
1.6. Hipótesis de la investigación	27
CAPÍTULO II	28
MARCO TEÓRICO	28
2.1. Antecedentes de la investigación.	28
2.2. Bases teóricas.	35
2.3. Marco conceptual	46
CAPÍTULO III	49
MÉTODO	49
3.1. Tipo de investigación	49
3.2. Diseño de investigación	49
3.3. Población y muestra	50
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	53
3.5. Técnicas de procesamiento y análisis de datos	58
CAPÍTULO IV	60
PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	60
4.1. Presentación de resultados por variables	60
4.2. Contrastación de hipótesis	89
4.3. Discusión de resultados	93
CAPÍTULO V:	98

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	98
5.1. Conclusiones	98
5.2. Recomendaciones	99
BIBLIOGRAFÍA	101

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. <i>A lo largo de este semestre ¿tuvo momentos de nerviosismo o preocupación?</i> <i>PRETEST</i>	61
Figura 2. <i>A lo largo de este semestre ¿tuvo momentos de nerviosismo o preocupación?</i>	63
Figura 3. <i>Indica tu grado de inquietud o ansiedad en una escala del 1 al 5, donde (1)</i> <i>representa un nivel bajo y (5) un nivel alto</i>	64
Figura 4. <i>Niveles de preocupación o nerviosismo en una escala del 1 al 5, donde (1) es</i> <i>poco y (5) mucho</i>	65
Figura 5. <i>Niveles de estrés de los estudiantes por tipo de estresor PRETEST</i>	68
Figura 6. <i>Niveles de estrés de los estudiantes por tipo de estresor POSTEST</i>	70
Figura 7. <i>Manifestaciones físicas del estrés en los estudiantes PRETEST</i>	76
Figura 8. <i>Manifestaciones físicas del estrés en los estudiantes</i>	78
Figura 9. <i>Manifestaciones psicológicas del estrés en los estudiantes PRETEST</i>	80
Figura 10. <i>Manifestaciones psicológicas del estrés de los estudiantes POSTEST</i>	81
Figura 11. <i>Manifestaciones comportamentales del estrés en los estudiantes PRETEST</i>	83
Figura 12. <i>Manifestaciones comportamentales del estrés en los estudiantes POSTEST</i>	84
Figura 13. <i>Niveles de uso de estrategias de los estudiantes para afrontar el estrés</i> <i>PRETEST</i>	86
Figura 14. <i>Niveles de uso de estrategias de los estudiantes para afrontar el estrés</i> <i>POSTEST</i>	88

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Operacionalización de variables</i>	26
Tabla 2. <i>A lo largo de este semestre ¿tuvo momentos de nerviosismo o preocupación?</i> <i>PRETEST</i>	61
Tabla 3. <i>A lo largo de este semestre ¿tuvo momentos de nerviosismo o preocupación?</i> <i>POSTEST</i>	62
Tabla 4. <i>Señala tu nivel de preocupación en una escala del 1 al 5, donde (1) es poco y (5) es mucho PRETEST</i>	64
Tabla 5. <i>Niveles de preocupación o nerviosismo en una escala de 1 al 5, donde (1) es poco y (5) mucho</i>	65
Tabla 6. <i>Niveles de estrés de los estudiantes, por tipo de estresor. PRETEST</i>	67
Tabla 7. <i>Niveles de estrés de los estudiantes, por tipo de estresor POSTEST</i>	69
Tabla 8. <i>Manifestaciones físicas del estrés en los estudiantes PRETEST</i>	76
Tabla 9. <i>Manifestaciones físicas del estrés de los estudiantes POSTEST</i>	77
Tabla 10. <i>Manifestaciones psicológicas del estrés de los estudiantes POSTEST</i>	79
Tabla 11. <i>Manifestaciones psicológicas del estrés en los estudiantes POSTEST</i>	81
Tabla 12. <i>Manifestaciones comportamentales del estrés en los estudiantes PRETEST</i>	82
Tabla 13. <i>Manifestaciones comportamentales del estrés en los estudiantes POSTEST</i>	84
Tabla 14. <i>Niveles de uso de estrategias de los estudiantes para afrontar el estrés PRETEST</i>	85
Tabla 15. <i>Niveles de uso de estrategias de los estudiantes para afrontar el estrés POSTEST</i>	87

RESUMEN

El propósito de este estudio fue establecer la conexión existente entre actividades de soporte socioemocional y los niveles de estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria denominada "Perú Birf Industrial" en Juli 2021. En el cual se utilizó la metodología analítica, estadística cuantitativa, de cohorte longitudinal, lógica y observacional. El diseño del estudio es cuasi experimental: pretesting - una postprueba. El cuerpo estudiantil conformado por una muestra total de 59 alumnos que pertenecen al grado de 4to y 5to sección A y B, respectivamente. Los datos recopilados al administrar el pretest en relación a la consulta: "¿Has experimentado momentos de inquietud o nerviosismo a lo largo de este semestre?" revelaron que SI un 84.7% y un 15.3 respondieron que NO, lo cual nos mostró que fue necesario realizar un conjunto de sesiones de soporte socioemocional. Concluyendo que, es positiva desarrollar las habilidades socioemocionales de autoconciencia, autorregulación, de motivación, trabajo en equipo y resolución de conflictos, en relación con el desenvolvimiento personal, la influencia de los estudiantes en el entorno de la clase y en la institución educativa. De acuerdo con el análisis estadístico, se encontró una significancia por debajo de 0.05, lo que llevó a la aceptación de la hipótesis alternativa.

Palabras clave: Inteligencia emocional, prevención del estrés, soporte socioemocional, habilidades socioemocionales.

ABSTRACT

The purpose of this study was to establish the connection between socio-emotional support activities and the stress levels of students enrolled in the Secondary Educational Institution named "Peru-BIRF Industrial" in July 2021. Analytical, quantitative statistical, longitudinal cohort, logical, and observational methodologies were used. The study design is experimental: pretesting followed by a post-test. The student body consisted of a total sample of 59 students belonging to the 4th and 5th grades, sections A and B, respectively. Data collected when administering the pretest in response to the question: "Have you experienced moments of restlessness or nervousness during this semester?" revealed that 84.7% responded with YES, and 15.3% responded with NO, indicating the need for a series of socio-emotional support sessions. In conclusion, it is beneficial to develop socio-emotional skills such as self-awareness, self-regulation, motivation, teamwork, and conflict resolution in terms of personal development and the influence of students in the classroom and the educational institution. According to the statistical analysis, a significance level below 0.05 was found, leading to the acceptance of the alternative hypothesis.

Keywords: Emotional intelligence, stress prevention, socio-emotional support, social skills, emotional skills.

INTRODUCCIÓN

La pandemia de COVID-19 ha sido una de las catástrofes mundiales más importantes de las últimas décadas y ha tenido implicaciones graves y de gran alcance para los sistemas de atención de la salud, las economías y las culturas del mundo. Muchas personas han perecido o se han quedado sin medios de subsistencia, ha habido estrés y separación entre las familias y las comunidades, también los niños y adolescentes han perdido oportunidades de estudiar e interactuar con los demás. Las empresas han ido a la quiebra, la cantidad de individuos que residen en condiciones de pobreza ha experimentado un aumento significativo en millones.

Las personas se esfuerzan por afrontar estos impactos adversos en su bienestar, vida social y economía, lo que tiene una influencia generalizada en la salud mental. Un buen número de nosotros desarrollamos mayores niveles de ansiedad, pero para otros, el COVID-19 ha desencadenado o exacerbado problemas de salud mental mucho más graves. Un porcentaje significativo de personas han informado que experimentan angustia psicológica y muestran síntomas de trastorno de estrés postraumático, depresión o ansiedad. Sin embargo, ha habido señales preocupantes de un aumento en la prevalencia de pensamientos y comportamientos suicidas, especialmente entre los empleados dentro de la industria de la atención médica.

Hay algunas poblaciones que se han visto significativamente más afectadas que otras. Los jóvenes han quedado expuestos al aislamiento social y la desconexión como resultado del cierre prolongado de escuelas y universidades. Esto puede alimentar emociones de ansiedad, incertidumbre y soledad, así como provocar trastornos afectivos y conductuales. Para algunos niños y adolescentes, verse obligados a quedarse en casa

puede haber aumentado el peligro de experimentar abuso o estrés en el hogar, estos son elementos que aumentan el riesgo de padecer problemas de salud mental. Una evaluación inicial encontró que el 45% de las mujeres había sufrido algún tipo de violencia, ya sea directa o indirectamente, durante el primer año de la epidemia. Esto ha llevado a mayores niveles de estrés para las mujeres en el hogar.

Aunque ha habido un aumento en la necesidad de atención de salud mental, estos servicios se han visto gravemente interrumpidos, para que esto se destaque particularmente en las fases iniciales de la epidemia, cuando el personal y la infraestructura se reasignaron con frecuencia a los esfuerzos de socorro de COVID-19. Las personas no pudieron recibir atención durante ese período de tiempo debido a las medidas sociales también. Y en muchos casos, las personas no buscaron ayuda porque carecían de un conocimiento adecuado sobre el virus y de información incorrecta al respecto, lo que alimentaba sus ansiedades y preocupaciones.

Donde el miedo al virus ha sido un estresor extraordinario en el bienestar mental de muchas personas, especialmente en jóvenes que estaban a punto de pasar a la vida universitaria. Pero han experimentado recaídas en su salud mental como resultado directo de los crecientes niveles de pavor y terror, como si el terror de una persona pudiera contagiarse a otra.

Desde el inicio de la pandemia, los prestadores de servicios de salud mental se han esforzado por reducir la frecuencia y gravedad de las interrupciones del servicio. Por ejemplo, durante las épocas en las que existían protecciones sociales y de salud pública estándar, han intentado proporcionar atención a través de canales no tradicionales. Los esfuerzos comunitarios fueron a menudo más rápidos en adaptarse, descubriendo formas

novedosas de prestar apoyo psicosocial. Incluían la prestación de apoyo a través de la tecnología digital y medios informales de asistencia. Los equipos de respuesta, los planificadores de salud pública y la población en general se han beneficiado de la orientación, las herramientas y los recursos que han puesto a su disposición las organizaciones internacionales.

La OMS, sugiere que cada gobierno establezca mecanismo para poder reducir los niveles de estrés que han afectado los aspectos socioemocionales, donde se tiene que aplicar una estrategia a nivel de toda la sociedad con el fin de fomentar, salvaguardar y mantener la salud mental que incluya la aplicación de salvaguardias sociales y financieras para proteger a las personas de ser objeto de violencia doméstica o vivir en la pobreza, así como aumentar la cantidad de información difundida sobre el COVID-19 con el fin de combatir la propagación de información errónea y promover la salud mental.

El sector educación en Perú y, particularmente, en la región Puno no fue exento a esas circunstancias, por lo que, desde que el 15 de marzo de 2020, fecha en el que se emite el Decreto Supremo Número 044-2020-PCM declarando en estado de emergencia nacional por las graves consecuencias que afectaron la vida nacional por el brote del COVID-19 se idearon y pusieron en marcha diversas estrategias con la finalidad de continuar con el servicio educativo brindado por el Estado como por el sector privado. alguna de esas estrategias implementadas para el 2020, fue “Aprendo en Casa” estrategia consistente en la transmisión de sesiones de aprendizaje emitidas por diversos medios como la radio, televisión, e internet, mediante plataformas virtuales y las videollamadas, así mismo se complementó con el uso de las redes sociales como el WhatsApp. Como consta en los documentos normativos emitidos desde el Ministerio

de Educación, prácticamente, durante el año 2020 servicio educativo fue de manera virtual, que tuvo como desenlace final del año un gran número de estudiantes que no accedieron al servicio educativo y estudiantes que a pesar de que accedieron por algunos de los medios no lograron el nivel esperado en el desarrollo de sus aprendizajes. Muchos estudiantes enfrentaron la nueva situación sometidos a diversos estresores que como manifestaciones entre los estudiantes se presentaron disminución del rendimiento académico, disminución de habilidades para que los problemas puedan ser resueltos, disminuye motivación y fatiga constante, dificultad para interactuar con sus compañeros y compañeras, dificultad para interactuar y comiscarse con los profesores, los cuales son perceptibles por sus docentes y los testimonios de los docentes, sin embargo a nivel personal los estudiantes podrían manifestar molestias somáticas o respuestas de comportamiento de angustia, depresivo, agresivo y otros.

Para el año 2021, la evolución de la pandemia ha permitido que la educación se retome de manera virtual y/o presencial de acuerdo a la situación de la salubridad y las condiciones de bioseguridad de cada región, localidad o institución educativa, en esas circunstancias ha surgido la inquietud de enriquecer aspectos emocionales de los alumnos con un solo propósito de que puedan acceder al servicio educativo superando el estrés del confinamiento y las limitaciones de la modalidad virtual o presencial así como las dificultades propias del desarrollo académico de las áreas curriculares, los mismos que ya habían sido percibidos el año anterior, por lo que, fortalecer el aspecto del yo interno del alumnado viene siendo una tarea fundamental, por lo que en esta línea, desde los entes rectores de la educación se han impulsado estrategias como se estableció un Programa de Desarrollo de Competencias Socioemocionales, diseñado para su implementación en las escuelas. Este programa tiene como finalidad evaluar el grado de

desarrollo de las habilidades socioemocionales y los factores de riesgo que afectan a los estudiantes. A través de la Tutoría y Orientación Educativa, se busca mejorar el bienestar socioemocional de los estudiantes.

En el marco descrito líneas arriba, nuestra investigación se ha enfocado en cómo el fomento y cultivación de las aptitudes socioemocionales pueden permitir al estudiante responder de manera favorable, a las diversas circunstancias y factores estresores a los que se enfrenta, para ello se ha propuesto el desarrollo de un conjunto de actividades denominadas de soporte socioemocional, a nivel de aula, pequeños grupos y a nivel personalizado. Las actividades de soporte socioemocional formulados para desarrollar con los y las estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria, después del pretest fueron: “Descubre cómo eres y cómo quieres ser”, “Aprendemos a regular nuestras emociones a través de la técnica RULER”, “Cree en ti mismo y lograrás tus metas”, “¡Trabajo mejor en equipo!”, “¿Tengo habilidades socioemocionales?”, “Siente y relájate”. Dichas actividades fueron realizadas desde el enfoque vivencial, con la finalidad de que los estudiantes participantes identifiquen sus virtudes y los ponen en juego en la relación con sus compañeros y profesores, así como para enfrentar los retos que le plantea las actividades académicas. La investigación permitiría fundamentar cuando están desarrollándose las habilidades respecto a lo socioemocional y a la vez dar un soporte como factores que generen las condiciones para mejores aprendizajes. Nos permitiría validar la implementación de los diversos programas de soporte socioemocional en las instituciones educativas y la posibilidad de su réplica de manera sistemática en todas las instituciones educativas en tiempos de emergencia sanitaria o de otra índole, así como en épocas regulares o sugerir su modificación debido a su poca eficacia.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN

1.1. Descripción de la Realidad Problemática

Hablar de educación a alrededor del mundo se ha visto afectada considerablemente frente a la aparición de la pandemia, teniendo que adaptarse a una educación a distancia, aplicando diferentes estrategias que puedan permitir la continuidad de la enseñanza, como lo es la educación virtual, en la cual se necesitan diferentes tipos de habilidades para adaptarse a esta nueva forma de vida, siendo muy diferente a la normalidad que era parte de nuestras vidas, (Mendoza, 2020).

En la educación la pandemia ha generado un cambio educativo de un aspecto presencial a uno virtual, no solo siendo a nivel local, sino a nivel mundial, donde las escuelas, colegios, institutos, universidades, etc. Tuvieron que cerrar. Para tratar de frenar los contagios del virus (CEPAL-UNESCO, 2020) ya a finales del cuarto mes alrededor del mundo más 1.000 millones de escolares de diferentes grados cambiaron una educación presencial por una virtual. Siendo de manera abrupta.

La Institución Educativa Secundaria Perú Birf Industrial, también se ha adaptado a esta nueva normalidad en el 2020, implementando nuevas formas de enseñanza por una

necesidad y desarrollar sus actividades de manera no presencial, adaptando su organización y sus estrategias para desarrollar una educación a distancia utilizando los diferentes medios tecnológicos virtuales. Según el reporte de (SISUGEL, 2020) una de las primeras dificultades identificadas es la conectividad y la posibilidad de acceder a la educación a distancia establecidos en toda la localidad, no obstante, durante el comienzo del año escolar se han presentado el ausentismo de estudiantes de manera paulatina, en las diferentes áreas curriculares, lo cual ha disminuido la asistencia y respuesta de los estudiantes a un 40%. Teniendo en cuenta que según cifras del SISUGEL los estudiantes que tienen acceso y conectividad son al rededor del 80%, sin embargo, la asistencia y la entrega de productos y evidencias de aprendizaje de los estudiantes es inferior a dicha cifra.

Según datos de la (UGEL-CHUCUITO, 2021) Se puede observar que fueron promovidos el 75,41% de estudiantes de los 6396 matriculados, requieren recuperación en algunas de las áreas curriculares o competencias el 2.6% de estudiantes. Lo preocupante es que 1272 estudiantes no accedieron por ningún medio a las estrategias implementadas para brindar el servicio educativo, lo cual representa casi 20% de estudiantes. Finalmente, podemos apreciar que 2 % de estudiantes se trasladaron a otras instituciones educativas y ningún fallecido.

Al respecto cabe reflexionar, ¿cuáles fueron las causas de que un 20% de estudiantes no hayan accedido? ¿Qué acciones de mejora se puede emprender desde la UGEL y en las instituciones educativas? Así mismo la otra preocupación es respecto a los estudiantes que a pesar de que accedieron al servicio educativo no lograron desarrollar las competencias según el nivel esperado, el cual nos puede llevar a las mismas necesidades

que plantea la UMC en el informe para la UGEL respecto a la ECE 2019: diversidad de características de los estudiantes, estrategias de enseñanza y gestión de la IE.

Al percatar el presente problema a partir del ausentismo escolar, es fundamental una variación y desafío con alternativas para incrementar asistencia y respuesta de los estudiantes a las actividades planteadas desde las diversas áreas curriculares, es brindar soporte socioemocional mediante el apoyo brindado por la orientación y tutoría educativa a los estudiantes, así como a los docentes, considerando que el acontecimiento que estamos viviendo, durante evolución de los contagios y decesos se han visto afectados emocionalmente, por lo que será necesario fortalecer sus competencias socioafectivas, entendidas éstas como la capacidad de los individuos que desarrollan referente a su inteligencia emocional. Dar un apoyo emocional que ayudara a aceptar la situación actual, para fortalecer la capacidad del individuo a adaptarse a cambios bruscos, a partir de lo que se está viviendo. Toda ayuda emocional es para fortalecer el vínculo afectivo del Yo, contribuyendo de manera significativa a reducir los índices de estrés presentados por el confinamiento y las actividades académicas propias de las labores escolares, que han podido causar depresión, ansiedad, enojo, miedo, etc. que han dañado el Yo.

1.2. Definición del problema.

Problema general.

¿Cuál es la efectividad del soporte socioemocional en la prevención del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli, 2021?

Problemas específicos

- a. ¿Cuál es la efectividad del soporte socioemocional frente a los estresores en la prevención del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021?
- b. ¿Cuál es la efectividad del soporte socioemocional frente a las manifestaciones físicas del estrés, de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “Perú-Birf Industrial” de Juli en el año 2021?
- c. ¿Cuál es la efectividad del soporte socioemocional sobre las manifestaciones psicológicas del estrés, de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021?
- d. ¿Cuál es la efectividad del soporte socioemocional sobre las manifestaciones comportamentales del estrés, de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021?
- e. ¿Cuál es la efectividad del soporte socioemocional en relación a las tácticas para lidiar con el estrés, de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021?

1.3. Objetivo de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar la efectividad del soporte socioemocional en la prevención del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021

1.3.2. Objetivos específicos

- Determinar la efectividad del soporte socioemocional frente a los estresores en la prevención del estrés de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “Perú-BIRF Industrial” de Juli, 2021.
- Determinar la efectividad del soporte socioemocional frente a las manifestaciones físicas del estrés, de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “Perú-BIRF Industrial” de Juli, 2021.
- Determinar la efectividad del soporte socioemocional sobre las manifestaciones psicológicas del estrés, de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “Perú-BIRF Industrial” de Juli, 2021.
- Determinar la efectividad del soporte socioemocional sobre las manifestaciones comportamentales del estrés, de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “Perú-BIRF Industrial” de Juli, 2021.
- Determinar la efectividad del soporte socioemocional en relación a las tácticas para lidiar con el estrés, de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “Perú-BIRF Industrial” de Juli, 2021.

1.4. Justificación y limitaciones de la investigación

El desarrollo del año académico 2020 contó con la irrupción de la pandemia del COVID-19 que afectó el servicio de educación, así, los estudiantes de la provincia de Chucuito, de la región Puno como en el resto del país enfrentaron una situación de incertidumbre y desasosiego afectados sus familias en su salud y vida, también la forma regular del servicio educativo que recibían, tuvieron que adaptarse a nuevas formas de servicio como la educación virtual por diversos medios y la educación a distancia. Al finalizar

el año escolar 2020, los resultados recogidos en el Informe de Gestión Anual (IGA) de las instituciones educativas fueron adversos a diferencia de los años anteriores, los niveles de cumplimiento de los objetivos de aprendizaje en todos los grados, áreas y competencias disminuyeron significativamente.

Al finalizar el año escolar 2020 se había evidenciado en los informes de gestión anual de las instituciones educativas que algunos estudiantes accedieron regularmente al servicio educativo y otros de manera esporádica. En ambos casos los estudiantes no cumplían con desarrollar sus experiencias de aprendizaje de manera óptima de manera que, no cumplían con la entrega de sus tareas asignadas lo cual no permitió evidenciar el nivel de sus aprendizajes por parte de los docentes, a lo anterior se debe sumar otro grupo de estudiantes que no accedieron al servicio educativo durante todo el año (SISUGEL - UGEL Chucuito-Juli, 2020). En el caso de la Secundaria Perú Birf Industrial, se estima que cerca de un cuarto del total de estudiantes matriculados culminaron el año escolar sin registrar su acceso al servicio educativo.

El acceso al servicio educativo y los niveles de logro de los aprendizajes están relacionadas con las condiciones operativas físicas que brinda la institución educativa, los aspectos pedagógicos del personal docente pero, también están relacionadas con las condiciones emocionales de los estudiantes y de todos los actores de la comunidad educativa, en ese sentido, por parte de las autoridades de las Instancias de Gestión Educativa Descentralizadas y los directivos de las instituciones educativas, se ha tomado especial interés en desarrollar y fortalecer las habilidades socioemocionales de los estudiantes, considerando que la situación de la emergencia sanitaria los afectó en su salud física y emocional. Para tal fin las autoridades educativas del nivel central, desde el Ministerio de Educación ofrecieron un conjunto de estrategias para brindar el soporte

socioemocional necesario que fortalezca las habilidades socioemocionales de los estudiantes que les permita enfrentar las nuevas circunstancias, así como su pleno integración en la escuela, con acceso oportuno, asistencia regular y mejora de logros de aprendizaje.

Para el año escolar 2021, se previó el desarrollo del servicio educativo de manera híbrida, virtual, presencial y otras formas, por ello surgió la necesidad de impulsar y generalizar el apoyo socioemocional para los alumnos con la finalidad de evitar los resultados educativos del año anterior, sea cual fuere la forma de servicio que se desarrolle (MINEDU, 2020). En ese marco surge la presente investigación con el objeto de determinar la efectividad del soporte socioemocional en la prevención del estrés de los estudiantes generados por la coyuntura sanitaria y las actividades académicas, con la finalidad de que los estudiantes que reciben el soporte socioemocional les de las posibilidad de desarrollar las habilidades socioemocionales, que permita a los estudiantes tomar decisiones acertadas y establezcan una relación social y afectiva con sus tutores, docentes y compañeros, de tal manera que respondan oportunamente a los retos y actividades planteadas en las experiencias de aprendizaje formuladas desde las diferentes áreas curriculares, así como se garantice su asistencia regular y permanencia en el servicio educativo en sus diversas formas.

El presente proyecto, tiene como objetivo determinar la efectividad del soporte socioemocional en la prevención del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria 'Perú Birf Industrial' de Juli en el año 2021, efectividad que se evidencie frente a los estresores, las manifestaciones psicológicas, físicas y comportamentales del estrés, así como su efectividad en la adquisición y fortalecimiento de las estrategias para confrontar el estrés, para ello se han preparado un

conjunto de actividades con la finalidad coadyuvar al desarrollo de las habilidades socioemocionales de los estudiantes para implementar en la institución educativa, luego del cual se espera que los estudiantes puedan enfrentar en las situaciones de emergencia y en sus labores académicas las diversas manifestaciones del estrés durante el año escolar 2021. Se espera dejar precedente de la importancia de implementar programas o actividades destinadas al refuerzo de las competencias socioemocionales efectivas.

A. Justificación teórica

La investigación se centrará en explorar las bases teóricas de la Tutoría y Orientación Educativa, así como en el fomento de las habilidades socioemocionales en cada estudiante de la institución educativa para enfrentar situaciones de estrés en estados de emergencia u otras y su respuesta a la acción educativa y formativa de las instituciones educativas.

B. Justificación práctica

Los efectos de la presente investigación serán referentes para ser aplicados en el servicio que ofrece el servicio de Tutoría y Orientación Educativa en la Educación Básica Regular del distrito de Juli, para una iniciativa respecto a la obligación de cuidar el aprendizaje y el bienestar de los alumnos de la educación a distancia, semipresencial, o presencial, y la importancia del soporte socioemocional que contribuya a la plena integración en la comunidad educativa estableciendo interacciones positivas que se pueda apreciar en el logro de sus aprendizajes. Con los resultados de la investigación la Institución Educativa aspira contar con estudiantes que se involucran de manera autónoma y plena en sus tareas académicas, con estudiantes motivados que se reconocen a ellos mismos como individuos de gran

valor, que regulan sus emociones, desarrollan trabajo en equipo y resuelven los conflictos de manera acertada.

Como sociedad en general también sus integrantes requieren desarrollar las habilidades socioemocionales para que la convivencia sea sana, libre de violencia de toda índole y de personas que se sienten abandonadas y poco valorados que atenten contra su propia existencia, por ello es importante encontrar la efectividad que existe entre el soporte socioemocional que desarrolla las habilidades socioemocionales y el éxito de las personas en los espacios donde se desenvuelve.

C. Justificación metodológica

El presente estudio será usado como un referente para nuevas investigaciones que fortalezcas toda actividad de soporte socioemocional donde es profundizado la problemática planteada, y el instrumento será validado, para ser utilizado como referente en otras investigaciones. La metodología empleada permitirá que las actividades de soporte socioemocional puedan ser medidas cuantitativamente, su relación para enfrentar el estrés de los estudiantes y puedan ser descritas cualitativamente sus beneficios.

Si bien se ha optado por implementar el tipo de investigación cuasi experimental, permitirá identificar factores intervinientes y con el adecuado control de variables intervinientes, se podrá a partir de la presente investigación desarrollar investigaciones experimentales que permita medir la efectividad plena de las actividades de soporte socioemocional que se brinda a los estudiantes.

D. Limitaciones de la investigación

El grado de desarrollo de las aptitudes socioemocionales de los estudiantes no han sido medidos debido a la característica de la investigación, que no ha previsto el control de las variables intervinientes, como los estímulos fuera de la institución educativa como la familia, la comunidad o las situaciones de emergencia sanitaria propiamente, así mismo no se ha tenido en cuenta que el grupo de control haya estado recibiendo otras atenciones con el propósito de reforzar las habilidades socioemocionales mediante la tutoría y orientación educativa. Así mismo, se podría considerar el tiempo que se brindó el soporte socioemocional, es decir, si fue suficiente o insuficiente o si fue la calidad de las actividades desarrolladas fueron ajustadas a lo planificado, así mismo en las próximas investigaciones sería necesario medir el nivel de desarrollo de las habilidades socioemocionales.

1.5. Variables

Variable Independiente. Soporte socioemocional.

Variable Dependiente. Estrés de los estudiantes.

Tabla 1*Operacionalización de variables*

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	VALORES INSTRUMENTOS
Soporte socioemocional	Conjunto de actividades de carácter reflexivo para desarrollar las habilidades socioemocionales.	Las competencias de autoconciencia	Demuestra confianza en sí mismo.	Instrumento para medir las habilidades socioemocionales.
		Las competencias de autorregulación.	Es puntual es responsable.	
		Las competencias de motivación	Demuestra logros de aprendizaje	
		Las competencias de trabajo en equipo	Se encuentra motivado	
		Las competencias de resolución de conflictos.	Se relaciona positivamente	
Estrés	Nivel de respuesta a las experiencias de aprendizaje y ausentismo, según datos de la UGEL causadas por el estrés.	Estresores Síntomas Estrategias para enfrentar	Respuesta frente a los estímulos estresores.	Instrumento de para medir el estrés.
			Nivel de síntomas físicos del estrés.	
			Nivel de síntomas Psicológicos,	
			Nivel de síntomas comportamentales	
			Estrategias de afrontamiento a situaciones de estrés.	

Nota. Fuente Propia

1.6. Hipótesis de la investigación

Hipótesis general

Es efectivo el soporte socioemocional en la prevención del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021.

Hipótesis específicas

- Es efectivo el soporte socioemocional frente a los estímulos estresores en los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021.
- Es efectivo el soporte socioemocional frente a las manifestaciones físicas del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021.
- Es efectivo el soporte socioemocional frente a las manifestaciones psicológicas del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021.
- Es efectivo el soporte socioemocional frente a las manifestaciones comportamentales del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021.
- Es efectivo el soporte socioemocional para el uso de estrategias de afrontamiento del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación.

Internacionales

Según (Rogers & Sabarwal, 2020) explica que la enseñanza disminuirá y el número de alumnos, especialmente entre los más desfavorecidos, con 368 millones de niños alrededor del mundo que dependen de los programas de alimentación escolar. En su conclusión, menciona que anteriormente la pandemia de COVID-19, el mundo ya estaba atravesando una crisis educativa y la crisis no estaba distribuida de manera uniforme, siendo los que vivían en mayor inconveniente los que tenían menor acceso a la educación, elevada deserción de educación, y una alimentación inadecuada que llevaba a un descubierto aprendizaje.

Según Analuisa (2020), en su investigación, “Análisis de la participación de las familias en la educación de sus hijos durante una emergencia de salud COVID-19”, para analizar la implicación de las familias en la formación de sus hijas e hijos durante una emergencia de salud COVID-19, llegando a la conclusión de que a lo largo de este trabajo las características que se analizó la educación en línea implica considerar

aspectos como el tiempo, la paciencia, la disposición y la creatividad, ya que los niños requieren tiempo y paciencia para aprender a utilizar la tecnología, y los padres deben estar listos para guiarlos en este proceso, mostrando un enfoque creativo, especialmente con los más jóvenes, a fin de mantener su interés y evitar el aburrimiento durante las clases virtuales.

Según CEPAL-UNESCO (2020) En su artículo nombra a la pandemia de coronavirus ha desencadenado una crisis sin igual en todas las esferas de la vida, en el ámbito educativo, provocó el bloqueo concentrado de todas las instituciones educativas del mundo. Al cerrar, las respuestas de varios países mostraron que están presentes impulsos innovadoras y métodos optimistas, así como valiosos avances en tiempo récord para asegurar la continuidad del aprendizaje.

Según Mendoza (2020) En su investigación menciona que los representantes educativos se han visto obligados a adoptar tácticas que les permitan continuar aprendiendo-aprendiendo de forma remota; sin embargo, estas tácticas no son las mismas que se requieren para estructurar un proyecto formal de educación a distancia. Si bien la educación a distancia en México ya cuenta con más de 51 años de vivencia, es un método que no tiene la misma escala que la educación presencial, debido a los factores socioeconómicos y políticos que se desarrollan en el país.

Según Britez (2020) En su estudio, Educación ante la propagación de COVID-19 en Paraguay, se refiere al evento pandémico actual al observar los países en la zona de la triple frontera de Paraguay, Argentina y Brasil para detallar las acciones tomadas por cada gobierno ha tomado con respecto a la educación. . Se trata de un estudio hermenéutico histórico comparativo con enfoque epidemiológico. En materia de

educación, se destaca que los tres países monitoreados han recurrido a aulas virtuales para no perder el año escolar. Se han incluido plataformas digitales como las de Paraguay y Argentina, estas se apoyan en diversos recursos tecnológicos como WhatsApp, videoconferencia, convertidores de archivos, Aula, etc. cuando no todos los docentes están familiarizados con el uso de las TIC, como lo muestra los resultados obtenidos en las investigaciones realizadas en instituciones curriculares de tres países.

Según Halsey et al. (2020) En su estudio, Covid-19: Impacto en la educación y las respuestas de las políticas públicas, menciona que la pandemia representa una amenaza para el desarrollo de la educación en todo el mundo debido a sus dos impactos significativos: i) cierres de escuelas. en la mayoría de los países del mundo y ii) la recesión económica resultante de la respuesta a la pandemia. A menos que se realicen esfuerzos significativos para contrarrestar sus efectos, el cierre de escuelas dará como resultado la pérdida de aprendizaje, mayores tasas de deserción (también conocidas como deserción) y una mayor desigualdad. El cambio económico que la alteración de los hogares agravará los perjuicios, dado que se verá acompañada de una reducción en la oferta y la demanda de educación. Ambos impactos, en conjunto, tendrán repercusiones significativas a largo plazo en el bienestar y el capital humano.

Según Bernal & Rodríguez (2017) con estudio titulado “Factores que afectan el desempeño de los estudiantes de EBS” con el fin de caracterizar los factores que influyen en el desempeño de los estudiantes de educación secundaria básica en una institución educativa pública del distrito de Berlín. Habiendo concluido que el logro académico o rendimiento académico se considera una medida de la aptitud del estudiante, la cual refleja su capacidad para responder a las enseñanzas y cuyos resultados se ven influenciados por múltiples factores, algunos de los cuales son

endógenos (originados dentro o desde dentro el alumno) y otros de carácter exógeno (surgen o surgen en relación con el alumno desde el exterior); estrechamente relacionado con la experiencia de la excelencia de la instrucción y aprendizaje.

Según Alarcón & Riveros (2017) en su estudio titulado “Educación Socioemocional: Deuda Incompleta en la Educación Chilena” con el objetivo de reconocer las actitudes sociales de los docentes de primer ciclo que laboran en escuelas públicas y privadas. Concluyendo que las percepciones sociales de los docentes entrevistados sobre la educación en el aula socioemocional se refieren a los beneficios de enseñanza y aprendizajes asociados a promover un buen clima escolar que favorezca aspectos afectivos como el autoaprendizaje, así como respeto por los estudiantes y, como resultado, rendimiento escolar positivo.

Según Gómez et al. (2017) En su estudio, titulado “Proyecto de Intervención para la Educación Emocional en la Comunidad El Milagro (Iquitos, Perú)”, la educación incorporó la enseñanza de habilidades emocionales como un complemento al crecimiento cognitivo del estudiante, y ahora existen programas, lineamientos y recursos. para ayudar a resolver conflictos y dificultades mediante la comprensión y el manejo de las emociones. En tal dirección, se presenta un Proyecto de Intervención Socioeducativa de Educación Emocional, dirigido a estudiantes, familias y docentes. Habiendo concluido sobre el creciente interés por la restauración de estas situaciones de pobreza, desigualdad, discriminación, marginación, etc. en las que vive la población rural en riesgo de la excepción social.

Nacionales

Según Rios (2020) en su estudio titulado “Comportamiento destructivo y habilidades de inteligencia emocional en alumnos durante su primer semestre académico del ISPE de Piura - 2019” , que analiza cómo la comunidad de educación superior percibe un comportamiento inadecuado de los estudiantes que afecta su aprendizaje y su estado emocional. inteligencia, de igual manera estas dos variables de investigación son de gran importancia porque es necesario establecer una correlación entre la conducta destructiva / delictiva y la inteligencia emocional. Habiendo llegado a la conclusión de que, al abordar la cuestión de la existencia de una correspondencia entre comportamiento destructivo e inteligencia emocional en estudiantes de nivel superior, se confirmó un comportamiento inadecuado en el proceso de aprendizaje y desarrollo de las personas que los rodean.

Según Díaz & Solis (2019) con su estudio titulado “Depresión y ansiedad en pacientes con enfermedad renal crónica estadio V en el Hospital Público Nivel III-1 de Chiclayo, agosto-diciembre de 2017”, analizar los niveles de ansiedad y depresión según el género y la edad, además de describir las características sociodemográficas de los participantes en el Hospital Público de Chiclayo, señalan que las mujeres presentaron una mayor proporción de ansiedad leve y depresión moderada. Asimismo, se observaron frecuencias más altas de ansiedad y depresión, en las categorías leve y moderada, en el grupo de adultos de mediana edad.

Según Leon & Trillos (2018) en su estudio, “Cultura organizacional y abandono El propósito de este estudio fue investigar las razones detrás de la deserción de los estudiantes de sexto grado en la Escuela Primaria 'Institución Educativa Técnico

Agropecuario” en el Municipio de Convención, Norte de Santander, Colombia, en el año 2016. Tras analizar los resultados, y respaldados por una encuesta realizada a los estudiantes, se llegó a la conclusión de que el 57,7% de los participantes identificaron este factor como la principal razón para abandonar sus estudios

Según Laura (2018) en su estudio, Inteligencia emocional y comportamiento destructivo en estudiantes de tres escuelas de Lima, para determinar la relación entre inteligencia emocional y comportamiento destructivo en estudiantes de tres escuelas públicas. Llegamos a la conclusión de que ante la presencia de una conexión débil negativa y muy significativa ($p < 0,01$) entre las valoraciones generales de la inteligencia emocional y el comportamiento destructivo ($\rho = -.144^{**}$).

Locales

Según Chávez (2020) Este estudio, titulado “Un estudio realizado en 2019 en la Región Moquegua evaluó los niveles de ansiedad en estudiantes de segundo grado de las escuelas Santa Fortunata y Vitaliano Becerra Herrera en Samegua”. Los resultados revelaron que los niveles de ansiedad de los estudiantes en los grados A, B y C de ambas instituciones educativas superaron el 50%, con Santa Fortunata alcanzando un 67,64% y Vitaliano Becerra Herrera llegando al 65,67%, ambos en la categoría de ansiedad moderada.

Según (Coayla, 2020) con su estudio “Un estudio realizado en Moquegua en 2019 se centró en la inteligencia emocional y la autoeficacia en estudiantes de quinto año de secundaria en la institución Daniel Becerra Ocampo”. El objetivo principal del estudio fue investigar la relación entre la inteligencia emocional y la autoeficacia en estos estudiantes. Uno de los objetivos específicos propuestos en la investigación fue evaluar

la relación entre el componente interpersonal y la autoeficacia académica en los estudiantes de quinto año de secundaria.

Según (Vargas, 2018) en su investigación “Propuesta de Inteligencia Emocional e Intervención Psicopedagógica para Estudiantes de Secundaria de Champagnat, Tacna - 2017” el propósito del estudio era evaluar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes de segundo grado de educación secundaria y determinar cómo podría mejorarse a través de una propuesta de intervención psicológica y pedagógica. Tras el análisis, se concluyó que, en términos de coeficiente emocional, estos estudiantes mostraban una capacidad emocional y social adecuada en un nivel medio. Sin embargo, después de la implementación de la intervención mencionada, experimentaron un aumento significativo en su potencial emocional y social, alcanzando un nivel alto de desarrollo.

Según Carbajal (2018) en su estudio titulado *El estudio realizado en 2013 en la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Lima*, se enfocó en analizar la relación entre la motivación al logro y el aprendizaje autorregulador en estudiantes de Psicología y Trabajo Social. Los hallazgos revelaron que el 51,8% (101) de los estudiantes de psicología presentaba un nivel de motivación al logro promedio. Además, se observó que el 26,8% (53) de los participantes exhibía un bajo nivel de aprendizaje autorregulado, mientras que el 25,5% (49) mantenía un nivel promedio en esta área.

Según (Cardenas, 2018) investigo el siguiente estudio “*Calidad de la gobernanza de la educación rural y su relación con la deserción escolar en Nuestra Señora de Asunción Ococho 2018*” para determinar la calidad de la gobernanza de la educación se llevó a cabo un estudio sobre la gestión en escuelas rurales y su relación con la deserción

escolar. Los resultados revelaron que, con un nivel de confianza del 95% (0,95) y un nivel de significancia α del 5% (0,05), se pudo confirmar la existencia de una asociación entre la gestión de variables y la deserción escolar de calidad en áreas rurales y el abandono escolar, según la necesidad de una prueba de una investigación no paramétrica de Kendall Tau- B, cuyo coeficiente de correlación alcanza el resultado obtenido, que arroja un coeficiente de correlación de 0,742, indica una correlación alta y positiva entre las variables de estudio, específicamente en el ámbito institucional y la deserción escolar (factores políticos y socioeconómicos), cuya correlación ponderada de indicadores ha alcanzado un promedio medio.

2.2. Bases teóricas.

La inteligencia.

Para (Gardner, 1983) en su obra “Estructura de la Mente”, plantea la Teoría de las Inteligencias Múltiples, en ella sostiene que la inteligencia de una persona no se puede determinar de manera definitiva a través de una prueba del Coeficiente Intelectual, considera que esa prueba sólo evalúa algunas habilidades verbales y que no sería justo considerar como no inteligentes las acciones de diversos profesionales, deportista o artistas, líderes sociales o religiosos, cazadores o pescadores, etc. quienes en diversas épocas de la historia han recibido elogios de sus respectivas civilizaciones por sus acciones, de manera que considera que existen otras formas de la inteligencia humana. En el prólogo de la edición conmemorativa de su obra a los diez años de su publicación, el autor presenta su definición de inteligencia como la habilidad para solucionar problemas o crear productos valiosos en uno o varios entornos culturales (página 10). Además, señala que esta definición

no proporciona información sobre las funciones de dichas habilidades ni los métodos apropiados para medirlas.

Las inteligencias múltiples

Como aporte de su teoría, (Gardner, 1983) propone que, existen distintas y muchas facultades intelectuales o competencias y que cada persona tiene en mayor o menor medida desarrollada algunas de esas competencias. Propone como oposición al modelo de una sola inteligencia su Teoría de las Inteligencias Múltiples, en ella considera siete inteligencias múltiples, que son sustentados extensamente en pruebas biológicas y antropológicas. Esas inteligencias que considera abarcan desde las distintas facetas de la inteligencia, incluyendo la capacidad lingüística, la habilidad musical, el razonamiento lógico-matemático, la percepción espacial, el dominio corporal y kinestésico, así como las inteligencias intrapersonal e interpersonal.

La educación e inteligencias múltiples

Hemos apelado a referir sobre teorías respecto a la inteligencia múltiple a razón de que en ella se menciona lo que es de nuestro interés: el yo individual y la relación del individuo con la comunidad, como facultades que se consideran como inteligencias que pueden desarrollar las personas a través de la educación. En ese sentido, (Viviana Ponce y Elvia San Martín , 2010) en un trabajo titulado “Las Inteligencias Múltiples y su relación con el aprendizaje en niños de Educación Básica”, luego del análisis de las inteligencias múltiples propuesto por H. Gardner y relacionarlos con los aprendizajes que se busca a través de la Educación Básica, llegan a varias conclusiones. Nos dice por ejemplo, que debemos considerar que

todas las personas son inteligentes, que en cierto modo poseemos esas múltiples inteligencias y que en algunas de estas áreas, es posible que mostremos un mayor nivel de habilidad, y como resultado, llegan a la conclusión de que en muchas escuelas se pone un énfasis excesivo en el desarrollo de la inteligencia lingüística y lógico-matemática, descuidando en gran medida las demás formas de inteligencia (p. 56) recalcan que por esas razones, aquellos estudiantes que no se destacan en esas habilidades convencionales no son debidamente valorados y se percibe que su desempeño en el ámbito académico es evaluado como deficiente (p. 56). Esa forma de privilegiar sólo esas inteligencias, ignora que las diversas sociedades pasadas y en especial las actuales, requieren contar con individuos con destrezas diversas que complementarán los servicios y bienes que los otros requieren, de esa manera el funcionamiento equilibrado de una sociedad es sostenible, por eso sería necesario el desarrollo de las destrezas en el que mejor destaca un individuo a través de la educación.

Las inteligencias Personales

El autor de “Estructuras de la mente” (Gardner, 1983) considera que la Inteligencia Personal expresada a su vez en la inteligencia Intrapersonal e inteligencia Interpersonal, son de vital importancia y que difieren según el contexto cultural y que no son fácilmente comparables como las otras inteligencias que pueden desarrollar las personas, lo cual nos sugiere que también son difíciles de evaluar. Expone que las inteligencias personales (intrapersonal e interpersonal) no se desarrollan una sin la otra, concluye diciendo que las inteligencias personales son habilidades de procesamiento de información, una orientada internamente y la otra hacia el entorno, que están inherentemente presentes en cada ser humano como un

derecho fundamental de su condición como miembro de la especie. Aquí podría caber preguntarnos si ¿los sentimientos y las emociones son una forma de inteligencia? En ese sentido, lo que el autor describe de la inteligencia intrapersonal son aquellas “que permite a uno descubrir y simbolizar conjuntos complejos y altamente diferenciados de sentimientos” (p.288) y respecto a la inteligencia interpersonal sostiene que en su nivel avanzado permite a un individuo hábil leer los propósitos y pretensiones de muchas otras personas, y consecuentemente le da la posibilidad de actuar con base en este conocimiento.

La inteligencia emocional

Hay circunstancias en que las personas han experimentado sucesos extraordinarios, como aquel momento en que mientras camina ensimismado en sus propios logros o los pensamientos más altruistas, se encuentra en el camino con aquella persona que apenas se conoce, entonces la magia sucede cuando recibe como respuesta a su mirada una amplia sonrisa y se entrelazan en un saludo, como si se trataran de entrañables amigos de siempre. Ese hecho extraordinario sucede como consecuencia de lo que llevan “dentro” las personas, emociones e intenciones expresadas en gestos y movimientos los cuales son percibidos por la otra persona que responde mismamente, quizás es por eso que suele decirse que una sonrisa abre mil puertas, así es que podemos percibir que las consecuencias de las expresiones de las emociones, en algún momento de nuestras vidas marcaron nuestros destinos, entendido como la construcción de un propio futuro (Goleman, 2010).

Por otra parte se define como *"La capacidad de percibir, apreciar y comunicar las emociones con precisión; la capacidad de acceder y/o crear sentimientos que*

faciliten el pensamiento; la capacidad de comprender tanto las emociones como el conocimiento emocional; y la capacidad de regular las emociones que fomentan el desarrollo emocional e intelectual” (Peter Salovey & John Mayer, 1997).

Actualmente, en la Educación Básica se busca educarlos íntegramente a los alumnos, teniendo como visión de que las personas sean exitosas en sus vidas, no solo porque hayan desarrollado habilidades y competencias cognitivas e intelectuales, sino también porque han desarrollado habilidades relacionadas con las emociones y las actitudes con los que interactúa en diversos medios, en especial en ámbitos laborales donde las reglas que rigen están cambiando. Hoy en día, somos juzgados no solo nuestra inteligencia no solo se define por nuestra capacidad, educación o experiencia, sino también por cómo nos relacionamos con nosotros mismos y con los demás. Este criterio se está utilizando cada vez con mayor frecuencia y en definitiva determina quiénes serán contratados y quiénes no, quiénes serán despedidos y quiénes mantendrán su puesto, quiénes serán trasladados al mismo puesto durante muchos años y, finalmente, quiénes terminarán siendo promovidos. (Goleman, 1998).

DANIEL GOLEMAN (Goleman, 2010) describe la cotidianidad de hechos violentos que azotan a algunas ciudades estadounidenses, los que pudo constatar haciendo una recopilación ordinaria de los titulares de las noticias que se emiten por los medios masivos de comunicación. Cotidianamente, los periódicos nos inundan con informaciones sobre el crecimiento de las inseguridades y el deterioro de la vida en la ciudad, resultado de una falta de regulación de los impulsos. No obstante, advierte que estas noticias nos muestran de manera más detallada cómo cada vez tenemos menos control sobre nuestras emociones y cómo esto afecta

nuestras vidas y la de las personas a nuestro alrededor. Esos mismos hechos violentos ocurren también en ciudades de otros países como el Perú, por lo que se han tomado como políticas educativas el fortalecimiento de las habilidades relacionados a las emociones de los estudiantes de la Educación Básica. Como muestra del incremento de los hechos de violencia entre escolares en el 2019 se reportaron 2,244 casos en la plataforma del SiSeVe. (Isla, 2022)

En la educación básica se vienen impulsando programas para la convivencia escolar, pero también para brindar un adecuado soporte socioemocional que haga sentir al estudiante como alguien tan importante como los demás compañeros y docentes, a decir de Goleman, en la escuela se deben enseñar habilidades como el desarrollo incluye la adquisición de habilidades como la introspección, la autorregulación, la empatía, la escucha activa, la resolución de conflictos y la colaboración con otros de las mencionadas habilidades podría ayudarnos a construir una sociedad con menos índices de violencia en la comunidad y la escuela.

Inteligencia Emocional y sus componentes básicos

Los componentes centrales de la inteligencia emocional, tal como analizó Bar-On (2002), incluyen habilidades interpersonales, adaptabilidad, manejo del estrés o la tensión, autoconciencia emocional y bienestar general. Cada uno de estos principios se relaciona y se influye mutuamente en el crecimiento personal, siempre considerando las capacidades y habilidades de la persona en relación con su entorno (Coayla, 2020).

Las emociones

En nuestro propósito de relacionar cómo desde una explicación amplia de la inteligencia y las inteligencias múltiples llegamos a comprender las inteligencias emocionales, como habilidades tienen que ser establecidas relaciones con otros individuos y de la manera cómo lo asume de manera intrapersonal, nos toca hacer hincapié en tener claridad sobre las emociones.

Los autores como (Facundo Manes y Mateo Niro, 2021) explican que la coyuntura pasada a causa de la pandemia del COVID-19 nos hizo ver la vulnerabilidad que padecemos como especie y que trajo las nuevas formas de educación y de relacionarnos, para ello, nos dice que los seres humanos tenemos nuestro lado distintivo y esencial que son las emociones. “Las emociones se pueden describir como respuestas afectivas complejas que experimentamos en diferentes situaciones de la vida. Estas respuestas complejas involucran múltiples aspectos, incluyendo la activación neurofisiológica y las sensaciones subjetivas internas” (p. 19). Al relacionarlo las emociones con las reacciones fisiológicas, nos hablan del cerebro emocional, consideran que la emoción es un proceso que resulta de nuestro transcurso evolutivo, que desenganchan un conjunto de alteraciones fisiológicas y comportamentales que nos ha permitido nuestra supervivencia.

GOLEMAN (Goleman, 2010) nos dice que desde su perspectiva, el término emoción se relaciona tanto con los sentimientos como con los pensamientos, los estados biológicos y psicológicos, así como las tendencias a la acción que lo definen. En otras palabras, las emociones son experiencias que involucran una compleja interacción de aspectos cognitivos, fisiológicos y conductuales (p. 349)

Habilidades sociales

Las habilidades sociales se relacionan con la capacidad de expresar nuestras opiniones, sentimientos, pensamientos o los deseos de manera espontánea, sin sentirnos mal por eso y sin hacer que otras personas se sientan mal por lo que hemos expresado, así mismo están relacionadas con la capacidad de aceptar las críticas u opiniones de los demás sin enfadarnos o sentir tristeza por ello. Las habilidades sociales (Sofía Gil & Andreu Llinas, 2020)

Habilidades emocionales

Las habilidades emocionales están relacionadas con la capacidad de una persona para distinguir la habilidad de reconocer y comprender las emociones y de integrarlas en procesos cognitivos es fundamental para desarrollar habilidades emocionales que favorezcan una interacción más efectiva y un mayor bienestar en diversas situaciones de la vida. En este sentido, la Inteligencia Emocional implica la capacidad de utilizar las emociones y el pensamiento de manera efectiva para tener éxito y desenvolverse satisfactoriamente en situaciones que involucran un componente emocional (Yolanda Arrieta, Yulis Córdova y otros, 2015)

Habilidades socioemocionales.

Daniel Goleman (1995) nos requiere de las habilidades (el autoconocimiento, el autocontrol, la empatía, la capacidad de escuchar, la resolución de conflictos y la colaboración con los demás son componentes esenciales de las habilidades emocionales y sociales) que en la escuela se deberían de enseñar para brindar fortalezas a nuestras emociones de la inteligencia, los que nos puede permitir convivir con alto civismo en las calles y más afecto en nuestras vidas sociales (p.

15), sin embargo, existen una variedad de posiciones sobre las habilidades socioemocionales y sobre cuáles son esas habilidades.

El Ministerio de Educación (MINEDU, 2021) refiriendo a su vez a Bisquerra, (2009) en el documento denominado “Desarrollo de habilidades socioemocionales en el marco de la Tutoría y Orientación Educativa”, nos dice que, las habilidades socioemocionales se refieren a las capacidades y habilidades de las personas que están vinculadas con la identificación, expresión y control de sus propias emociones, la comprensión de las emociones de los demás, la manifestación de empatía, la toma de decisiones responsables y el establecimiento de relaciones satisfactorias y saludables con los demás. En ese marco la entidad estatal rectora de la educación del Perú estableció programas y estrategias para fortalecer dichas habilidades, considerando su importancia en el sentido de que incremento de todo aprendizaje socioemocional que contribuye a la formación integral de los estudiantes porque les permite conocer y comprender los que uno mismo siente y comprende lo que sienten las otras personas, de tal manera que establece mejores relaciones con los demás, reduce conductas de riesgo, lo cual le permite gozar de buena salud mental, trazar metas y sean exitosos en lo académico y en el ámbito laboral (MINEDU, 2021)

Principales habilidades socioemocionales para desarrollar en la escuela.

El Ministerio de Educación (2021) tiene como objetivo fomentar el desarrollo de habilidades socioemocionales que se alinean con las competencias del Currículo Nacional de la Educación Básica, abordando aspectos como la autoconciencia, la autoestima, el autocuidado, la conciencia social, la conciencia emocional, la

comunicación asertiva, la regulación emocional, la toma de decisiones responsables, la empatía, la creatividad, la resolución de conflictos, el trabajo en equipo y el comportamiento prosocial.

Soporte socioemocional

El Ministerio de Educación del Perú en el documento denominado “Orientaciones para el soporte socioemocional a las y los estudiantes frente a la emergencia sanitaria” nos dice que el soporte socioemocional para los estudiantes es crucial para su bienestar y éxito académico, en ese sentido, es imprescindible crear un entorno y vínculo afectivo positivo, donde los estudiantes se sientan seguros para expresar sus emociones y preocupaciones, así mismo de ponerse en el lugar del otro. Para ello es pertinente desarrollar las habilidades socioemocionales como la autoconciencia, autorregulación, habilidades sociales como la empatía, la resolución de conflictos y el manejo del estrés, mediante programas, talleres o actividades, desarrollados por el docente tutor o el docente de aula, y la orientación del psicólogo educativo. Dichas actividades deben incluir una comunicación abierta y regular con las familias para crear un soporte continuo entre el hogar y la escuela, estas acciones pueden ayudar a crear un entorno educativo más solidario y resiliente, permitiendo a los estudiantes desarrollarse de manera integral y enfrentar mejor los desafíos académicos y personales como las situaciones de emergencia sanitaria vividas. (Ministerio de Educación , 2021)

Sociabilización negativa

Egocentrismo, irritabilidad, hostilidad, dificultad para iniciar una conversación o continuar una conversación, en algunos casos, y verbosidad en otros, bloqueo o

estancamiento al preguntar o responder, dificultad para expresar la opinión o defender los derechos, miedo excesivo a posibles conflictos. (Díaz & Solís, 2019)

Desarrollo social

Adaptarse a las reglas, respetar la autoridad y, en general, desarrollar un comportamiento pro social son temas desafiantes en la adolescencia, porque, aunque el sujeto está más interesado en incrementar el entorno social, la deficiencia a las emociones respecto a la madurez tienen a convertir las relaciones en conflicto (Coayla, 2020).

Desarrollo socioemocional

Para determinar el marco de referencia, es necesario tener en cuenta que el desarrollo evolutivo de una persona conlleva la consolidación cognitiva, procesos físicos y socioemocionales.(Alarcón & Riveros, 2017)

Estrés

Siendo una sensación de estrés emocional o físico. Pudiendo estar relacionado con cualquier situación o pensamiento que provoque sentimientos de frustración, enojo o ansiedad puede ser considerado un desencadenante de estrés. El estrés es una respuesta adaptativa de nuestro organismo frente a presiones, tanto real como percibida, que se originan en el entorno. Estos factores de estrés, también conocidos como estresores, pueden manifestarse en una única ocasión o prolongarse durante períodos extensos (Facundo Manes & Mateo Niro, 2021).

Para (Sanchez, 2008) se define como una preparación tanto física como psicológica que involucra una respuesta corporal destinada a la huida o el enfrentamiento,

asociando eventos psicológicos con cambios fisiológicos con el objetivo de garantizar la supervivencia del individuo. Una situación de estrés conlleva una respuesta psicofisiológica que se manifiesta en un estado de tensión aguda, caracterizado por una combinación de fatiga física y mental. Las personas sometidas a cantidades crecientes de estrés resulten con diversas manifestaciones físicas, psicológicas y comportamentales.

2.3. Marco conceptual

Aprendizajes. Conocer nuevos conocimientos sobre algo a través de esto se refiere a los conocimientos adquiridos a través del estudio, la práctica o la experiencia, especialmente aquellos necesarios para el estudio o la práctica del arte o comercio (Blakemore, 2007).

COVID-19. Una enfermedad respiratoria altamente contagiosa causada por el virus SARS-CoV-2. Se cree que este virus se propaga de persona a persona a través de las pequeñas gotas que se liberan cuando una persona infectada tose, estornuda o habla. También es posible que se transmita al tocar una superficie contaminada con el virus y luego llevarse las manos a la boca, nariz o ojos, aunque esta vía de transmisión es menos común (Cáncer, 2023).

Educación a distancia. Este es un método de enseñanza o un proceso de formación académica individual de manera remota, a través del uso de tecnologías que se conecten a internet (MINEDU, 2021).

Emociones. Conjunto de respuestas psicológicas, físicas y fisiológicas, donde estas respuestas son mecanismos que nos ayudan a ajustarnos a los estímulos percibidos, siendo reacciones psicofisiológicas que constituyen intentos de adaptación al

entorno. En otras palabras, representan las respuestas de nuestro organismo en su esfuerzo por sobrevivir de la manera más efectiva posible frente a estímulos tanto internos como externos (Matos J. , 2020)

Estrés. Estado de preocupación o tensión psicológica generado por una situación difícil (Facundo Manes y Mateo Niro, 2021).

Habilidades sociales. Representan un conjunto de planes de comportamiento y la capacidad de aplicar comportamientos específicos que nos ayudan.

Inteligencia emocional. Es la capacidad de poder realizar una introspección de la inteligencia emocional implica la capacidad de reconocer y comprender tanto los propios sentimientos como los de los demás, la motivación interna y la habilidad para manejar las relaciones de manera efectiva (Goleman, 2010).

Soporte socioemocional. Entendamos por el soporte socioemocional se refiere a todas las acciones destinadas a proporcionar apoyo emocional y psicológico a nuestros estudiantes que han sido afectados por las consecuencias de una situación de peligro o riesgo, como la pandemia de COVID-19 a la que están expuestos (Educación, 2021)

El soporte socioemocional comprende todas las actividades destinadas a ayudar a la recuperación emocional de niñas, niños y adolescentes que han sido afectados por las consecuencias de un evento impactante. Es fundamental proporcionar este tipo de apoyo a lo largo de todo el proceso de emergencia. Sin embargo, las actividades pueden ser útiles para fortalecer las habilidades socioemocionales para enfrentar diversas situaciones de tensión como los que se generan en la institución

educativa, la convivencia, las labores académicas, situaciones familiares y otros elementos que pueden generar estrés a los estudiantes (PREVAED, 2021).

Prevención del estrés. Considerando que el estrés es una respuesta natural con manifestación física, psicológica y comportamental frente a situaciones difíciles, el desarrollo de las habilidades socioemocionales como el autoconocimiento, la autorregulación, el trabajo en equipo, la motivación y la resolución de conflictos, pueden convertirse en una forma de prevenirlas.

CAPÍTULO III

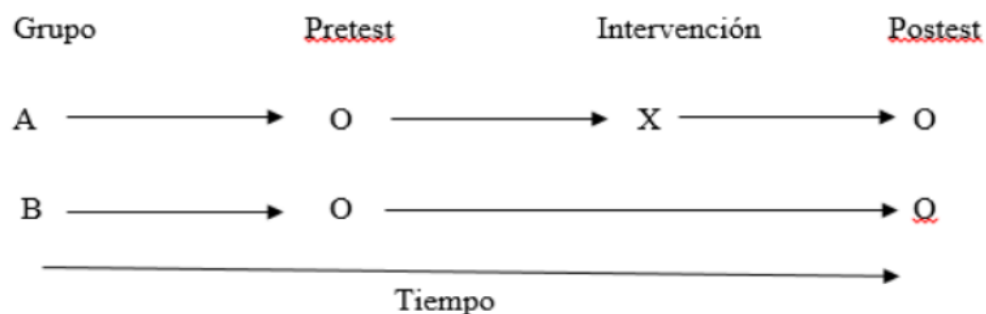
MÉTODO

3.1. Tipo de investigación

Analítica, estadística cuantitativa, de cohorte longitudinal, lógica y observacional.

3.2. Diseño de investigación

Para la presente investigación fue diseño cuasi experimental, donde el pretesting - una postprueba con un grupo experimental y otro grupo de control, que incluyo tres etapas: pretest, introducción de la variable a estudiar y posterior prueba o evaluación durante la fase de prueba. Al final, el diseño tiene las siguientes características.



- Es cualitativo porque se expresará en descripción de cualidades de personas.

- Es cuantitativo porque recopilará y analizará datos numéricos para encontrar porcentajes de estudiantes que sienten estrés y mejoran sus habilidades socioemocionales por el soporte socioemocional que se le brinda.
- Es analítico porque muestra la relación entre el impacto en los niveles de estrés escolar y el factor protector (actividades de soporte socioemocionales).
- Esto es prometedor porque, en un estudio, toda la información se recopilará de acuerdo con los juicios del investigador y para fines de investigación específicos después de planificar el estudio.
- Estadísticas de inferencia, para el riesgo relativo y la prueba T donde se establece las diferencias de medias.

3.3. Población y muestra

Población

La población universo está conformada por todos los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Perú Birf Industrial del distrito de Juli matriculados en 2021.

	1°		2°		3°		4°		5°		Total
Secciones	2		2		2		2		2		10
	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	
Estudiantes	12	10	16	10	21	24	15	15	28	22	173

Muestra

Se seleccionó la muestra tomando en cuenta las características de los estudiantes de manera que sea representativa, se eligieron 2 secciones de los grados cuarto y quinto de secundaria, sin tener en cuenta el sexo de las y los estudiantes.

$$n = \frac{z^2(p \cdot q)}{e^2 + \frac{z^2(p \cdot q)}{N}}$$

N = Total de la población universal 173

Z = Nivel de confianza deseado 95%

P = proporción de la población (éxito)

Q = proporción de la población (fracaso)

e = nivel de error 5%

n = 59

Acciones de campo en la investigación

Para la ejecución de la investigación se realizaron las acciones administrativas como el trámite de autorización de la Institución Educativa Secundaria Perú Birf Industrial de Juli, a través de su director para la aplicación de los instrumentos con los estudiantes, teniendo la respuesta positiva comunicada mediante carta dirigida al responsable de la investigación. Teniendo esa condición, se procedió a girar y distribuir mediante los docentes tutores las cartas dirigidas a los padres y madres de familia o tutores de los menores estudiantes de las secciones seleccionadas, solicitando autorización para la

aplicación de los instrumentos, al mismo que también se tuvo respuesta positiva, recabando las autorizaciones con firmas y huellas dactilares.

Por otra parte, siendo la Institución Educativa del modelo de servicio educativo de Jornada Escolar Completa, se conformó un equipo de trabajo constituido por un Coordinador de Tutoría y cuatro docentes tutores de las secciones seleccionadas: 4to A, 4to B, 5to A y 5to B, así mismo con el asesoramiento de la Psicóloga Educativa se elaboró y presentó el Plan de Soporte Socioemocional para desarrollar con las secciones de aplicación de la variable: 4to A y 5to A.

El equipo para brindar el soporte socioemocional quedó conformada de la siguiente manera:

- Responsable de la investigación
- Psicóloga Educativa de Jornada Escolar Completa
- Asistente en Psicología
- Coordinador de Tutoría y Orientación Educativa TOE
- Docente tutor de 4to A
- Docente tutor de 4to B
- Docente tutor de 5to A
- Docente tutor de 5to B

Dadas las condiciones para el desarrollo de la investigación, se inició con la aplicación del PRETEST utilizando el instrumento denominado Inventario SISCO, con la finalidad de conocer el estado inicial de los niveles de estrés de los estudiantes de las secciones

de la muestra, 4to A y 5to A y 4to B y 5to B. El instrumento permitiría conocer los niveles de estrés de manera general así como de manera específica frente a diversos estímulos como las tareas, las evaluaciones, actitud de los docentes, etc.

Como ya se ha explicado, las secciones 4to B y 5to B son los grupos de control que no recibieron el Soporte Socioemocional en sus horas de tutoría, en cambio, las secciones 4to A y 5to A recibieron el Soporte Socioemocional, constituido por una serie de actividades a desarrollar en seis sesiones, es decir, una sesión por cada dos semanas. Dichas actividades incluyeron actividades de reflexión y de práctica en diversos espacios como el hogar y la comunidad.

El Soporte Socioemocional a brindar estuvo programado para desarrollar durante los meses de marzo, abril, mayo y junio acorde a la calendarización del año escolar de la Institución Educativa, sin embargo, hubieron hechos fortuitos que alteraron la secuencia normal de las sesiones, por lo que se reprogramaron su ejecución durante los meses de julio, agosto y setiembre. Concluida la última sesión de soporte socioemocional con las secciones de aplicación de la variable, se procedió con la aplicación del POSTTEST del inventario SISCO, para todas los grupos de la muestra.

Concluida con esta acción y habiendo recabado los documentos y la información necesaria, se procedió con la sistematización de datos, la elaboración de cuadros y gráficos de los resultados obtenidos, de los mismos que se detallan en los siguientes puntos.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para iniciar la investigación cuasi experimental se usará el Inventario SISCO del Estrés Académico, que es un instrumento utilizado en investigaciones relacionadas con la

psicometría del estrés en el ámbito internacional y nacional, su validación ha sido repetida para estudiantes de entre 16 a 50 años. Sobre su confiabilidad (Barraza 2007) citando a García 2006 y Hogan 2004 nos dice que se obtuvo una confiabilidad por mitades de 0.87 y una confiabilidad en alfa de Cronbach de 0.90, “Estos niveles de confiabilidad puede ser valorado como muy buenos según De Vellis” (Barraza 2007, p. 2), por otra parte, sobre su validez nos dice que la homogeneidad y unidireccionalidad de los ítems que componen el inventario se confirmaron mediante el análisis de consistencia interna y grupos contrastados. Su aplicación es autoadministrada, el llenado puede realizarse de manera individual o colectiva, cuya resolución implica por lo menos diez minutos.

Se trata de una herramienta validada compuesta por 31 preguntas repartidas en 5 secciones. En la primera sección, se evalúa si el encuestado es adecuado para continuar con el cuestionario, identificando si ha experimentado momentos de preocupación o nerviosismo. La segunda sección busca determinar el nivel de estrés que los estudiantes pueden estar experimentando, empleando preguntas con una escala tipo Likert que va desde 1 (indicando poco) hasta 5 (indicando mucho). La tercera sección, compuesta por 8 preguntas, utiliza una escala tipo Likert de cinco categorías (que abarcan desde nunca hasta siempre) con el fin de evaluar con qué frecuencia los estudiantes perciben las condiciones del entorno escolar como estresantes. La cuarta sección tiene como propósito identificar cuán seguido los estudiantes experimentan síntomas o reacciones en respuesta a situaciones estresantes, utilizando una escala tipo Likert con cinco categorías. Finalmente, la quinta sección se enfoca en determinar las acciones o estrategias de afrontamiento que los estudiantes emplean ante los estresores, y se presenta en una escala tipo Likert que varía desde nunca hasta siempre.

Una vez completada la aplicación del instrumento tanto al grupo de control como al grupo experimental, se procedió a la preparación de actividades de apoyo socioemocional. Estas actividades están diseñadas para fortalecer las habilidades socioemocionales y proporcionar herramientas a los estudiantes de la institución educativa, ayudándoles a lidiar con situaciones de estrés de manera efectiva que les genera las situaciones en el aula como en el ámbito escolar los mismos que serán brindados sólo al grupo experimental, que son las secciones seleccionadas.

3.5. Aplicación de la condición al grupo experimental

Una vez aplicada los instrumentos de medición de los niveles del estrés en los estudiantes, tanto en las secciones del grupo de control como en las secciones de grupo experimental, se han formulado desarrollar actividades denominadas de soporte socioemocional con el grupo experimental mediante las cuales se pretende fortalecer el desarrollo de las habilidades socioemocionales de los estudiantes, principalmente el de Autoconocimiento, Autorregulación, Motivación, Resolución de conflictos y Trabajo en equipo. El desarrollo de las habilidades mencionadas le permitirían a los estudiantes mejorar su desenvolvimiento en el aula y la institución educativa para enfrentar con éxito situaciones estresantes con reacciones adecuadas frente a sus tareas asignadas, la competencia de los compañeros, la sobrecarga de los trabajos, la personalidad y el carácter de los docentes, las evaluaciones o el tipo de trabajo que debe realizar para sus aprendizajes. Dichas sesiones han sido formuladas de manera colegiada entre el profesional de psicología, el profesional en educación que es el docente tutor y el coordinador de tutoría, teniendo como resultado las seis sesiones de soporte socioemocional para aplicar en un periodo de tres meses.

La secuencia estructurada de cada sesión prevé una dinámica de integración y activación también llamada “rompe hielo”, mediante la cual los estudiantes entran en una interacción positiva entre sí y con la facilitadora, se desarrolla con la finalidad de lograr que los estudiantes demuestren su verdadera personalidad y que cada uno pueda ponerse en el lugar del otro, así comprender y evitar conflictos, luego, se realiza la contextualización para brindar las orientaciones y dar a conocer los beneficios que se obtendrá al desarrollar la sesión, seguidamente, se desarrollan una, dos o tres actividades en el que los estudiantes y las estudiantes participan activamente respondiendo preguntas y exponiendo de manera clara sus posiciones como producto de una reflexión sincera. Finalmente, se desarrolla el cierre de la sesión con las ideas claves, el feedback, compromisos y metas personales para el periodo propuesto contando con el seguimiento del tutor y la acción de las familias.

Sesiones desarrolladas:

Primera sesión, titulada “descubre cómo eres y cómo quieres ser” actividad en la que se usó la dinámica llamada “la telaraña” en el que los estudiantes participantes se presentan y expresan sus aptitudes o sentimiento frente a diversas situaciones, se hace la contextualización y se desarrolla la matriz de fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas FODA, el desarrollo de actividades de autoconocimiento, concluyendo con una reflexión conjunta en el aula. Esta primera sesión tuvo la finalidad de brindar a los estudiantes herramientas que le permita tomar conciencia de su responsabilidad en el proceso del desarrollo del autoconocimiento.

Segunda sesión denominada “aprendemos a regular nuestras emociones a través de la técnica RULER” se desarrolló utilizando la dinámica “Simón dice” y las actividades

“Las emociones y el cerebro” y la técnica de “RULER” cuyo propósito es fortalecer el reconocimiento de las emociones y la autorregulación de las mismas, concluyendo con las reflexiones sobre lo que se ha aprendido en la jornada y cómo estos aprendizajes me permitirán tomar decisiones y reacciones pertinentes.

Tercera sesión titulada “cree en ti mismo y lograrás tus metas” en el que se usó la dinámica de “lo que me gusta de ti”, la contextualización y el desarrollo de las actividades “¿qué es la motivación para mí?” y “fiesta de cualidades” con la finalidad de fortalecer la motivación por las actividades cotidianas que se propone y las extraordinarias que espera lograrlos, concluye con ideas clave y las reflexiones finales.

Cuarta sesión denominada “¡trabajo mejor en equipo!” desarrollada con la finalidad de fortalecer las habilidades de estilos de liderazgo que le permitan al estudiante mejorar el pensamiento, la planificación, la toma de decisiones y el trabajo colaborativo para lograr metas y objetivos. Se utilizó la dinámica de “dos verdades una mentira” la contextualización y actividades de “trabajo en equipo” y “la torre de sorbetes” concluyendo con la reflexión de la sesión y las ventajas del trabajo en equipo que le permitirán enfrentar el estrés causado por las tareas recargadas.

Quinta sesión estuvo dirigido para fortalecer el control emocional que le permita a los estudiantes afrontar situaciones estresantes mediante las actividades denominadas “el abrazoterapia” y “abrazando mis defectos y virtudes” que inició con la dinámica de “dibuja en mi espalda” concluyendo con las ideas clave y las reflexiones sobre reconocer las virtudes y defectos propios y el control emocional.

Sexta sesión estuvo dirigido sobre la necesidad de desarrollar las habilidades socioemocionales para establecer adecuadas relaciones con los compañeros de salón de

clases y los docentes así como para responder de manera adecuada frente a las diferentes actividades y evaluaciones a los que se enfrenta en sus labores académicas y en sus actividades cotidianas en el hogar y la comunidad.

3.5. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Para determinar si al aplicar el programa experimental tuvo un impacto en los estudiantes de la institución educativa, se analizó los datos a través de la prueba t, para ver si existe una diferencia de medias. Para obtener el valor de ρ , se ordenan y sistematizan todos los datos, y luego se realizó el cálculo correspondiente.

3.6. Códigos éticos en torno a los sujetos de ciencias sociales

La educación es una ciencia social que involucra en su investigación a sujetos de derecho, como son los estudiantes, los padres de familia, docentes y directivos de las instituciones educativas, por lo que se ha previsto desarrollar la investigación en un marco ético que no atente contra la dignidad de la personas, por lo que se han realizado las coordinaciones y se ha proveído de información oportuna a los padres de familia y estudiantes, se ha requerido de contar con cartas de autorizaciones para que sus hijos que estudian en la Institución Educativa Perú Birf Industrial de Juli de las secciones seleccionadas puedan participar en la investigación. Por otra parte, las sesiones de soporte socioemocional preparados por la Profesional en Psicología fueron desarrollados de acuerdo a las orientaciones que para el efecto se tiene de parte del Ministerio de Educación, a través de los lineamientos de la Tutoría y Orientación Educativa, en el que se debe observar que las personas adultas como profesores y tutores deben establecer con los estudiantes lazos afectivos positivos en el marco del respeto y la consideración del estudiante como sujeto de derecho (MINEDU, 2021).

3.7. Apreciaciones cualitativas sobre los estudiantes de la muestra

En las dos primeras sesiones con los estudiantes se ha podido denotar la timidez y la poca confianza frente a los adultos, los que se manifiestan en la renuencia a participar de manera decidida en las acciones propuestas o en respuestas irónicas, por ello el establecer un vínculo afectivo positivo entre el tutor y los estudiantes o la psicóloga educativa fue un paso importante. Las reacciones mencionadas parecen concordar con la procedencia y las características mencionadas en el Proyecto Educativo Institucional (PEI IES Perú Birf) de la Institución Educativa. Proviene de familias del medio rural, con escasos niveles de educación, y recursos económicos, muchos de los estudiantes tienen un historial académico pobre, repitieron el grado en una o varias instituciones educativas y que encontraron como la última alternativa la institución donde ahora les toca estudiar, esas condiciones se perciben en sus actitudes, es decir, tienen poca confianza en que pueda superarse y sostener un proyecto de vida que surja desde sus potencialidades la ejecución de las sesiones para su autoconocimiento les ha permitido expresarse de manera más efectiva y poder regular sus reacciones frente a diferentes encuentros, así mismo al integrarse a un equipo de trabajo, pudieron interactuar y resolver situaciones adversas en el desarrollo de las respectivas sesiones.

CAPÍTULO IV

PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

4.1. Presentación de resultados por variables

Con el instrumento psicométrico de Inventario SISCO, en primera instancia, se ha tratado de evidenciar si sienten o no tensiones y cuáles son los niveles en que sienten esa preocupación o nerviosismo. El primer ítem está referido si el estudiante, en el periodo transcurrido ha tuvo momentos de nerviosismo o preocupación, es decir que hayan tenido tensiones en el aula y en general en la institución educativa, teniendo en cuenta el contexto de la pandemia del COVID-19. El segundo ítem trata de establecer los niveles de preocupación o nerviosismo que manifiestan sentir los estudiantes. Los resultados se muestran en los cuadros y figuras que a continuación se presentan y sobre los cuales se hace la interpretación necesaria y la teorización que nos permita comprender como desarrollar actividades para desarrollar las actividades socioemocionales que fortalezcan sus habilidades y superar los momentos de tensión que les genera estrés.

Para determinar el efecto del soporte socioemocional en la prevención del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021, utilizaremos los dos primeros ítems del instrumento aplicado.

Tabla 2.

A lo largo de este semestre ¿tuvo momentos de nerviosismo o preocupación?

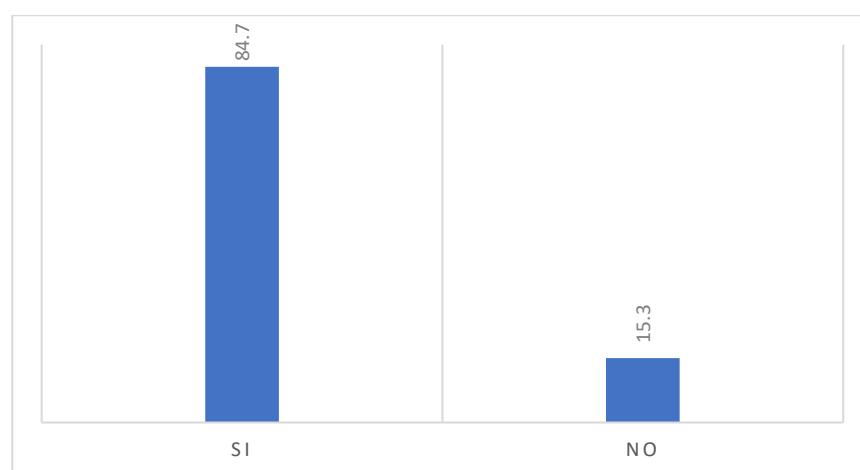
PRETEST

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
	SI	50	84,7	84,7	84,7
Válido	NO	9	15,3	15,3	100,0
	Total	59	100,0	100,0	

Nota. Fuente propia

Figura 1.

A lo largo de este semestre ¿tuvo momentos de nerviosismo o preocupación? PRETEST



Nota. Fuente Propia

En la tabla 2 y la figura 1 se puede apreciar que los estudiantes que manifiestan **Sí** haber tuvo momentos de nerviosismo o preocupación de alguna naturaleza son del 84,7% mientras los que respondieron que **No**, son del 15,3% La preocupación o nerviosismo se manifiesta porque hay una tensión interna, con tendencia de irritabilidad, mayor excitabilidad y el humor de los estudiantes es inestable. Esta es la parte general en que se ha medido si los estudiantes presentan estrés por alguna razón en el tiempo transcurrido de sus labores académicas. Las manifestaciones más frecuentes que se puede encontrar en un salón de clases es que algunos estudiantes interactúan de manera positiva con sus compañeros y sus docentes, cumplen con regularidad la entrega oportuna de sus tareas y por lo tanto enfrentan con resultados positivos las evaluaciones de sus aprendizajes, mientras que una gran mayoría no cumplen con la entrega de sus tareas, tienen resultados negativos en sus evaluaciones e interactúan de manera dificultosa con sus compañeros y docentes. Por ejemplo si tienen el turno de exponer sus ideas o argumentar sus conclusiones muestra retraimiento, podríamos deducir que todo ello son manifestaciones del estrés que le generan los estresores en el aula y la institución educativa.

Tabla 3.

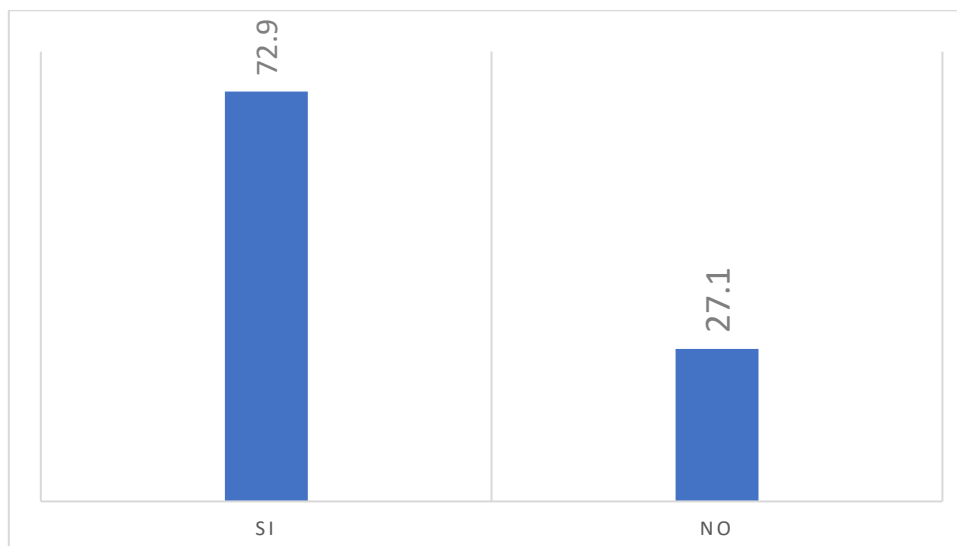
A lo largo de este semestre ¿tuvo momentos de nerviosismo o preocupación? POSTEST

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	SI	43	72,9	72,9	72,9
	NO	16	27,1	27,1	100,0
	Total	59	100,0	100,0	

Nota. Fuente propia

Figura 2.

A lo largo de este semestre ¿tuvo momentos de nerviosismo o preocupación? POSTEST



Nota. Fuente propia

En la Tabla 3 y la Figura 2, se aprecia los resultados del Postest aplicado, en el que un 72,9% de estudiantes manifiestan **Sí** haber sentido preocupación o nerviosismo en el periodo transcurrido y **No**, el 27,1% comparando con los resultados del Pretest podemos afirmar que el porcentaje de quienes manifiestan que sienten nerviosismo o preocupación de algún tipo, ha disminuido de 84,7% a 72,9% y se ha incrementado el porcentaje de estudiantes que manifiestan **No** haber tenido ninguna de esas manifestaciones emocionales de 15,3% a 27,9%. Sin embargo, por la característica de la investigación no se han podido controlar las condiciones intervinientes, así la institución educativa como parte de la Tutoría y Orientación Educativa realiza tareas de promoción del bienestar del educando y la consecución de un ambiente que le brinde

acogida, donde es estudiante se sienta emocionalmente estable y que no incurra en actitudes de riesgo.

Tabla 4.

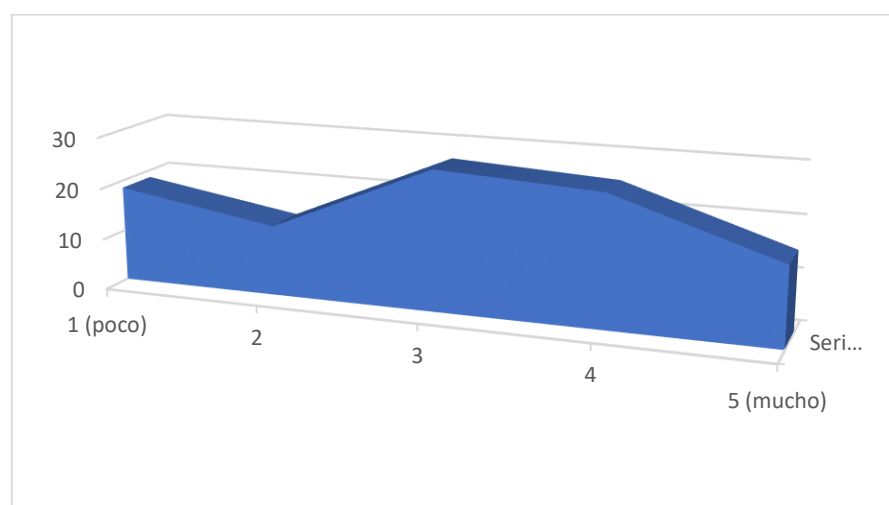
Señala tu nivel de preocupación en una escala del 1 al 5, donde (1) es poco y (5) es mucho PRETEST

Nivel de nerviosismo o preocupación	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
1 (poco)	11	18.6	18.6	18.6
2	8	13.6	13.6	32.2
3	16	27.1	27.1	59.3
4	15	25.4	25.4	84.7
5 (mucho)	9	15.3	15.3	100.0
	59	100.0	100.0	

Nota. Fuente propia

Figura 3.

Indica tu grado de inquietud o ansiedad en una escala del 1 al 5, donde (1) representa un nivel bajo y (5) un nivel alto PRETEST



Nota. Fuente propia

A la pregunta formulada:

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.

El 19% considera que en una escala del 1 a 5 siente que es poco, el 14% considera que en el nivel 2, el 27% considera en que el nivel 3, el 25% que en el nivel 4 y el 15% que en el nivel 5.

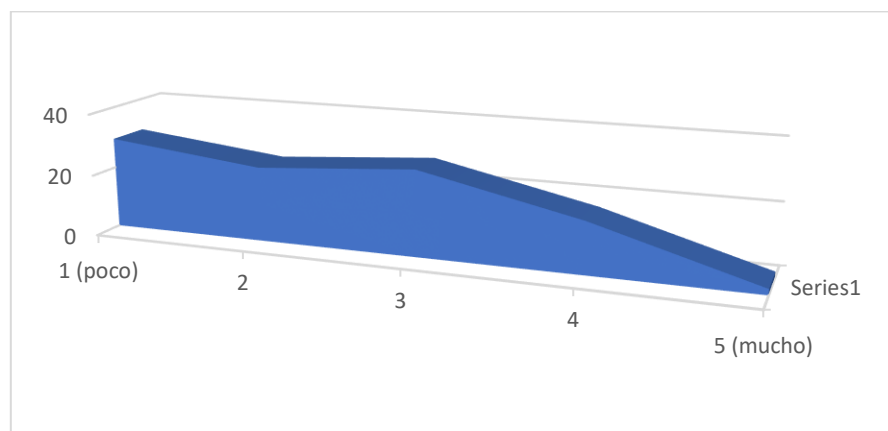
Tabla 5. Niveles de preocupación o nerviosismo en una escala de 1 al 5, donde (1) es poco y (5) mucho. POSTEST

Nivel de nerviosismo o preocupación	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
1 (poco)	18	30.5	30.5	30.5
2	15	25.4	25.4	55.9
3	16	27.1	27.1	83.1
4	9	15.3	15.3	98.3
5 (mucho)	1	1.7	1.7	100.0
	59	100.0	100.0	

Nota. Fuente propia

Figura 4.

Niveles de preocupación o nerviosismo en una escala del 1 al 5, donde (1) es poco y (5) mucho POSTEST



Nota. Fuente propia

Los estudiantes, reconocen algunas situaciones que le estresan como preocupaciones respecto al desenvolvimiento que se da en la institución educativa, principalmente en el aula, los datos recogidos en la Tabla 5, que se ilustra en la Figura 4, nos indica que, considera su preocupación como mucho (nivel 5) un 1.9%, en un nivel 4, el 16.4%, los que difieren favorablemente con lo recogido en el pretest respecto al ítem. Ahora bien, estas preocupaciones, pueden ser temporales o constantes, si fuera el caso que ciertas condiciones le causan preocupación de manera constante, estaríamos frente a un estrés crónico, lo cual afectaría significativamente el bienestar del estudiante. Las consecuencias de un estrés prolongado a nivel cognoscitivo pueden incluir, además de afectar a la memoria, consecuencias en lo que respecta a las funciones ejecutivas, su deterioro puede reducir aún más la capacidad de una persona para hacer frente a las demandas del entorno, lo que da lugar a un ciclo negativo que aumenta el estrés. Este estrés crónico puede tener un impacto adverso en la salud física y mental. Se ha observado que las alteraciones fisiológicas causadas por el estrés, cuando persisten a lo largo del tiempo, pueden suprimir el funcionamiento de sistemas inmunológicos, digestivos, circulatorios y reproductivos. Las personas que experimentan estrés crónico tienen un mayor riesgo de contraer infecciones virales, como resfriados y gripes frecuentes. Además, el estrés crónico se asocia con un aumento de la presión arterial, enfermedades cardíacas, diabetes, obesidad y trastornos psicológicos como la ansiedad (Facundo Manes & Mateo Niro, 2021).

Siendo así, las actividades desarrolladas para brindar el soporte socioemocional, tienen la intención de que los estudiantes disminuyan sus niveles de preocupación, los cuales pueden ser apreciados en su salud física, psicológica y comportamiento, por ese motivo el siguiente paso del instrumento es saber cómo son los niveles de estrés frente a los diversos factores estresores.

Para determinar la efectividad del soporte socioemocional frente a los estresores en la prevención del estrés de los alumnos matriculados en la Institución Educativa Secundaria Perú-BIRF Industrial, se ha formulado la pregunta:

Usando una escala del (1) al (5), donde (1) representa 'nunca', (2) 'rara vez', (3) 'algunas veces', (4) 'casi siempre' y (5) 'siempre', indica con qué frecuencia te sentiste preocupado o afectado por las siguientes situaciones.

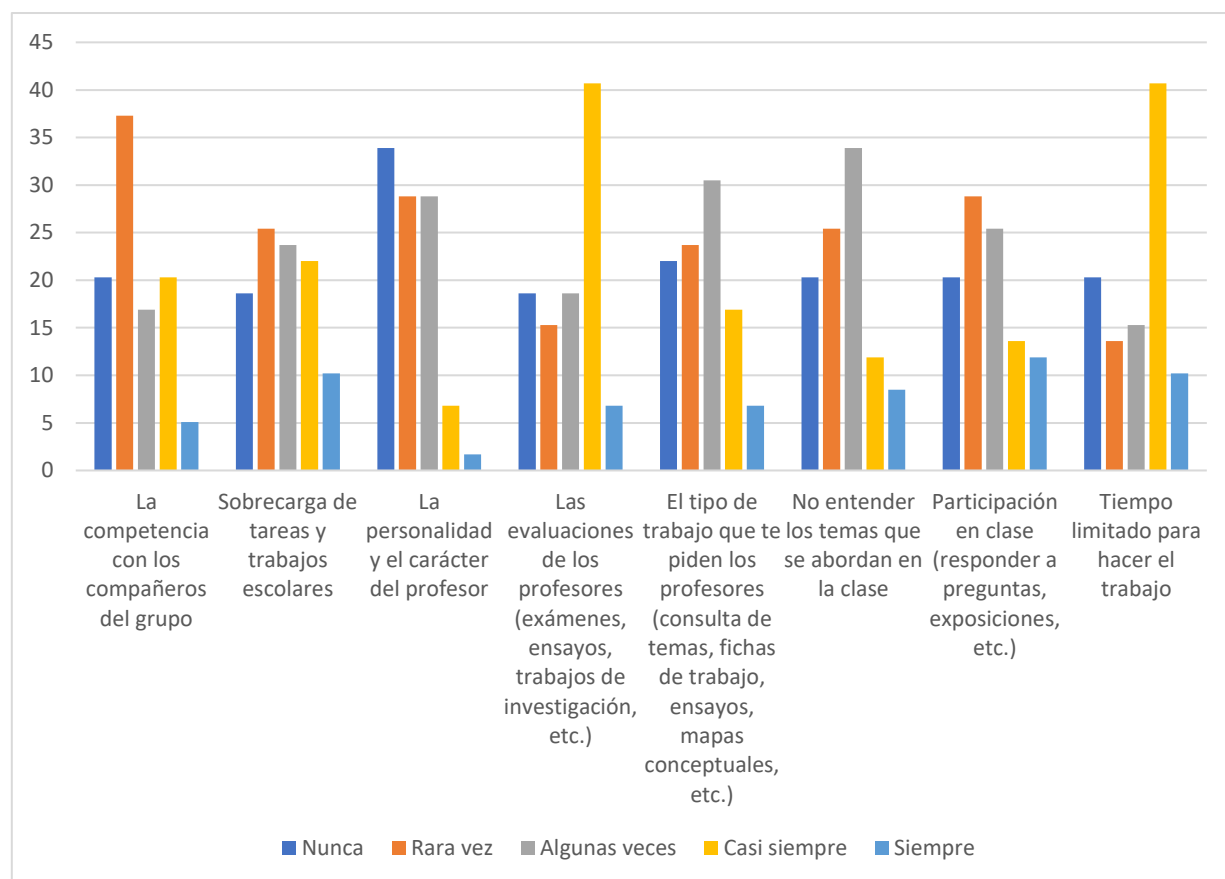
Tabla 6.*Niveles de estrés de los estudiantes, por tipo de estresor. PRETEST*

	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre		Total	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
La competencia con los compañeros del grupo	12	20.3	22	37.3	10	16.9	12	20.3	3	5.1	59	100
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	11	18.6	15	25.4	14	23.7	13	22.0	6	10.2	59	100
La personalidad y el carácter del profesor	20	33.9	17	28.8	17	28.8	4	6.8	1	1.7	59	100
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)	11	18.6	9	15.3	11	18.6	24	40.7	4	6.8	59	100
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	13	22.0	14	23.7	18	30.5	10	16.9	4	6.8	59	100
No entender los temas que se abordan en la clase	12	20.3	15	25.4	20	33.9	7	11.9	5	8.5	59	100
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)	12	20.3	17	28.8	15	25.4	8	13.6	7	11.9	59	100
Tiempo limitado para hacer el trabajo	12	20.3	8	13.6	9	15.3	24	40.7	6	10.2	59	100

Nota. Fuente propia

Figura 5.

Niveles de estrés de los alumnos por tipo de estresor PRETEST



Nota. Fuente propia

La autoconciencia comienza con la pregunta de ¿Quién soy yo?: donde se trató de establecer a través del instrumento de medición que para muchos adolescentes durante el año de formación y durante la pandemia se han presentado diferentes estresores, trayendo consigo que no pudo ver su propia identidad o como un individuo único, dejando de lado roles, actitudes, creencias y aspiraciones es su identidad. Es importante la integridad de la personalidad es la primera fase en el proceso de formación de una identidad. Esto significa asegurarse de que los sentimientos, pensamientos y acciones de una persona sean constantes sin importar dónde se encuentre, cuándo esté, qué esté haciendo o con quién se relacione. Pudiendo surgir conflictos entre la propia identidad

y el papel de uno para los adolescentes a medida que trabajan para construir sus identidades.

Tabla 7.

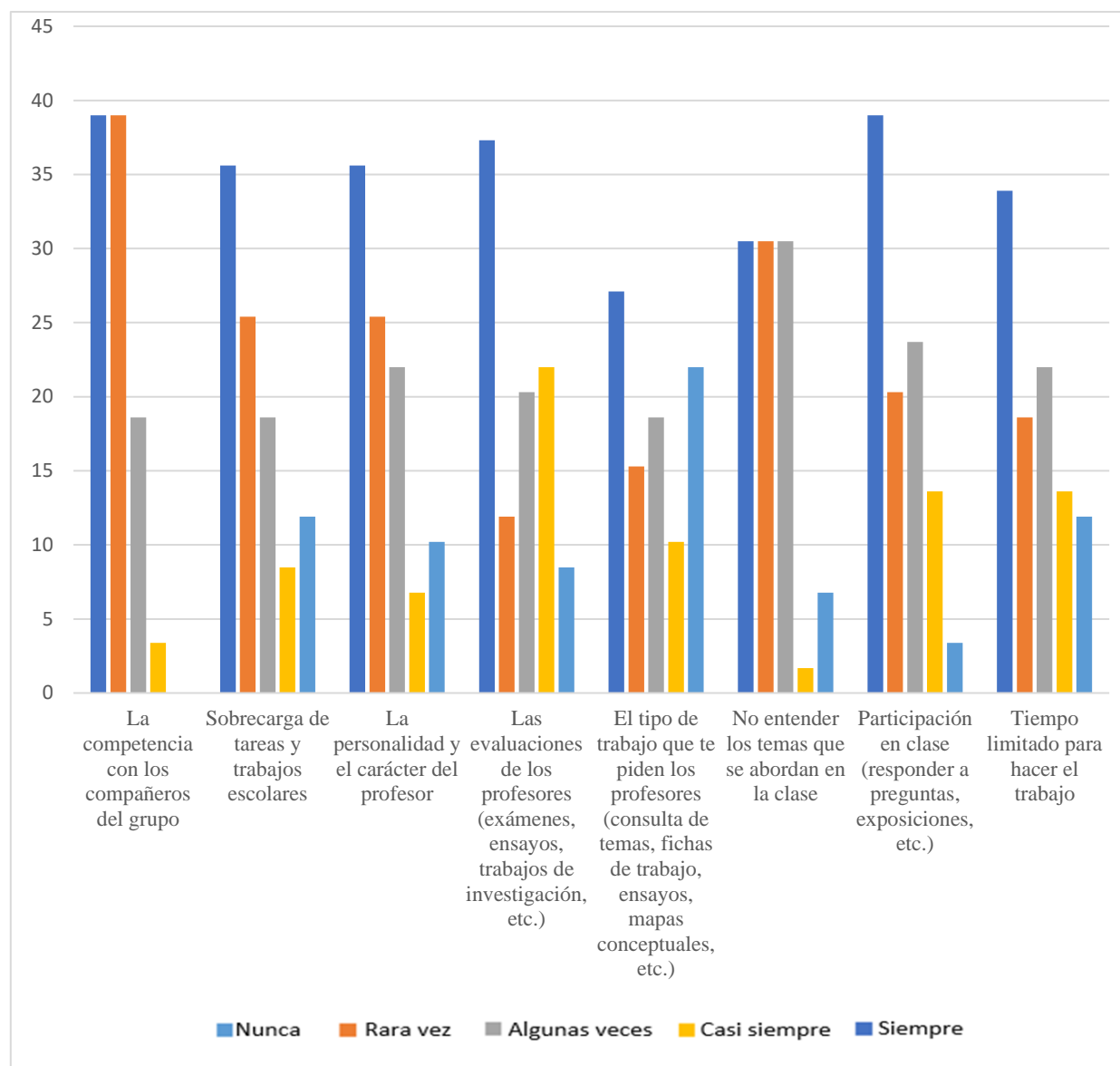
Niveles de estrés de los estudiantes, por tipo de estresor POSTEST

	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre		Total	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
La competencia con los compañeros del grupo	23	39	23	39	11	18.6	2	3.39	0	0	59	100
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	21	35.6	15	25.4	11	18.6	5	8.47	7	11.9	59	100
La personalidad y el carácter del profesor	21	35.6	15	25.4	13	22	4	6.78	6	10.2	59	100
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)	22	37.3	7	11.9	12	20.3	13	22	5	8.47	59	100
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	16	27.1	9	15.3	11	18.6	6	10.2	13	22	55	100
No entender los temas que se abordan en la clase	18	30.5	18	30.5	18	30.5	1	1.69	4	6.78	59	100
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)	23	39	12	20.3	14	23.7	8	13.6	2	3.39	59	100
Tiempo limitado para hacer el trabajo	20	33.9	11	18.6	13	22	8	13.6	7	11.9	59	100

Nota. Fuente propia

Figura 6.

Niveles de estrés de los estudiantes por tipo de estresor POSTEST



Nota. Fuente propia

El desenvolvimiento personal, es parte del proceso de desarrollo de la personalidad, no sólo se producen alteraciones en las características personales, sino también en otras capas del yo, como la identidad. Se suele creer que el trabajo de desarrollo más importante de la adolescencia es el proceso de formación de la propia identidad; sin

embargo, a lo largo de este periodo también se producen cambios significativos en los rasgos de la personalidad.

El trabajo desarrollado en las actividades de soporte socioemocional tanto para la situación de emergencia sanitaria por la COVID-19, así como en el marco de las orientaciones para la Tutoría y Orientación Educativa ha establecido relación entre los estresores presentados y las habilidades socioemocionales fortalecidos con los que se podría enfrentarlos. Así podemos hacer interpretaciones por habilidades y estresores:

Autoconciencia. - La OMS reconoce la autoconciencia como una de las diez habilidades para la vida que fomentan el bienestar en todas las culturas. Estas habilidades incluyen, entre otras, la empatía, el pensamiento crítico, la creatividad, la toma de decisiones responsables, la resolución de problemas, la comunicación efectiva, las relaciones interpersonales, la gestión del estrés y el manejo de las emociones (Mujica-Sequera, 2021).

Para los estudiantes que respondieron que casi siempre y siempre les inquietan la participación en clase como responder a preguntas o exposiciones, se ha trabajado de manera global con el grupo experimental la habilidad de Autoconciencia, con la finalidad de que puedan reconocer sus propias emociones, sus propias características y fortalezas tanto físicas, intelectuales, emocionales como sociales. Ese reconocimiento y valoración se espera les pueda brindar las posibilidades de su participación en las clases para responder con seguridad y serenidad a las preguntas que suele formular los docentes o los propios compañeros, así mismo les permita desarrollar exposiciones y presentaciones en el aula frente a diversos auditorios. La autoconciencia no es solamente, reconocer las cualidades de cada cual sino, también los estudiantes al

desarrollar la habilidad de Autoconciencia también reconocen las cualidades físicas, emocionales, actitudinales o sociales de sus compañeros de manera que su participación sea espontánea y con normalidad, que no le genere tensión, por lo tanto no lo consideren como un estresor en el aula. La autoconciencia de los estudiantes es un elemento fundamental para alcanzar el éxito. Aquellos que son conscientes de sí mismos poseen una creencia fundamental en su capacidad para lograr metas, y esta cualidad les ayuda a sobresalir en todas sus actividades.

Autorregulación. - La autorregulación emocional es capacidad para experimentar emociones (positivas o negativas) de forma moderada y flexible, así como la habilidad para manejarlas. Poseerla implica que la persona sea consciente de sus propias emociones, las exprese de forma adecuada y sepa controlarlas cuando dejan de ser necesarias (familia, 2016). La competencia socioemocional de autorregulación tiene relación con la gestión de sentimiento y emociones en situaciones de emergencia sanitaria y otras situaciones de riesgo, así como en el interactuar diario.

Con la finalidad de superar las tensiones causadas por la personalidad del profesor y las evaluaciones se ha trabajado para desarrollar la habilidad socioemocional de autorregulación, mediante la cual los estudiantes puedan identificar sus emociones y responder adecuadamente frente a diversas situaciones que se presentan en el aula, como una comunicación poco asertiva de los docentes o la agresividad de los compañeros, el miedo al fracaso, el nerviosismo frente a las evaluaciones, de manera que, puedan reaccionar de manera positiva ante esas situaciones consiente de sus cualidades y sus propias emociones. Expresar sus emociones de manera adecuada significa que tiene empatía y es asertivo, es consciente de las consecuencias de sus acciones, a su vez comprende las emociones de los demás.

Motivación. - Para la motivación de los estudiantes, e desarrollo de las habilidades socioemocionales sirven para que las personas en este caso los estudiantes de secundaria se conozcan mejor a sí mismas, que puedan manejar mejor sus emociones, trazarse metas y transitar hacia ellas, establecer mejores relaciones con los demás, tomando decisiones responsables en su vida, disminuir la agresión y aumentar la satisfacción con su vida (Corrales, 2021).

La motivación es un impulso importante para cumplir con las metas personales, desarrollar la habilidad de la motivación. Las habilidades socioemocionales sirven para que las personas en este caso los estudiantes de secundaria se conozcan mejor a sí mismas, que puedan manejar mejor sus emociones, trazarse metas y transitar hacia ellas, establecer mejores relaciones con los demás, tomando decisiones responsables en su vida, disminuir la agresión y aumentar la satisfacción con su vida. Los estudiantes suficientemente motivados, pueden enfrentar las evaluaciones, la asignación de distintas tareas y los tiempos limitados para la presentación de los mismos y considerar que la sobrecarga de tareas no es un obstáculo sino una oportunidad que le permite desarrollar mejor sus aprendizajes, una oportunidad para explotar sus cualidades y de sus compañeros entablando un trabajo en equipo, cuyos resultados les permitirá gozar de los logros y establecer relaciones de lealtad y actitudes positivas como el bienestar de los miembros del equipo.

Trabajo en equipo.- El trabajo en equipo es necesario para mejorar rendimientos y actitudes, así como para generar lealtad de un grupo de trabajo. Ocurre cuando un grupo de personas cooperan, brindando sus habilidades individuales y aportando retroalimentación constructiva, indistintamente de cualquier vínculo o de conflicto que a nivel personal pudiera tener entre los individuos.

El trabajo en equipo implica el desarrollo de habilidades como empatía, tolerancia, asertividad, de manera que con el desarrollo de las habilidades para el trabajo en equipo se ha pretendido que los estudiantes puedan dejar de considerar como un factor estresante que ocurre casi siempre o siempre. El trabajo en equipo les permitiría responder con éxito a las sobrecargas de tareas y trabajos, así como mediante la colaboración y el interactuar permanente les permitiría comprender mejor los temas y darles sentido a sus aprendizajes ya que el intercambio de ideas entre adolescentes o coetáneos, siempre es productiva ya que responde a sus necesidades e intereses los cuales relacionan con la construcción de sus nuevos aprendizajes. Por otra parte mientras exista un equipo que coopera todo tipo de trabajo encomendado será posible superar ya que las habilidades que cuentan unos son beneficiosas para el grupo, mientras los otros podrán al servicio del mismo grupo sus propias habilidades. El trabajo en equipo no sólo requiere que sus miembros pongan lo mejor de sus habilidades sino también tomen mejores actitudes como la solidaridad y el compromiso la lealtad y la honestidad.

Resolución de conflictos. - Lo importante es nuestra actitud al asumirlos y nuestra habilidad para resolverlos es una oportunidad para aprender habilidades sociales y competencias de negociación, de empatía, respeto, negociación, escucha y toma de decisiones, entre otras. (Matos J. , 2020)

La competencia con el compañero es otro factor que puede generar tensiones al estudiante, en ese sentido, frente a los porcentajes de estudiantes que manifiestan que casi siempre y siempre les causa inquietud esa situación se han desarrollado actividades que fortalezcan sus habilidades sociales con los que eviten derivar a situaciones de violencia o permanente conflicto por la competencia con sus compañeros de aula. Si

bien en el nuevo enfoque por competencias del Currículo Nacional de la Educación Básica mediante las evaluaciones no se pretende como prioritario determinar un orden o ranking de los estudiantes según sus logros, sino la de brindar permanente retroalimentación para que el desarrollo de sus aprendizajes sea cada vez mejor, a pesar de ello los estudiantes al saber los resultados de sus progresos pueden tomarlo como una competencia agresiva, como si se tratara de su sobrevivencia, por lo que puede generar en conflictos. Para tal caso el estudiante con el fortalecimiento de sus habilidades socioemocionales deberá estar preparado para una satisfactoria resolución de conflictos, esas mismas habilidades podrá usarlos en el hogar o la comunidad donde se desenvuelve. Los conflictos forman parte inevitable de la vida y de la convivencia.

Para determinar la efectividad del soporte socioemocional frente a las manifestaciones físicas, psicológicas y comportamentales del estrés de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “Perú-BIRF Industrial” de Juli en el año 2021, se ha formulado la pregunta:

Usando una escala del (1) al (5), donde (1) representa nunca, (2) rara vez, (3) algunas veces, (4) casi siempre y (5) siempre, indica con qué frecuencia experimentaste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y conductuales cuando te sentías preocupado o nervioso.

Determinar la efectividad del soporte socioemocional frente a las manifestaciones físicas del estrés, de los estudiantes.

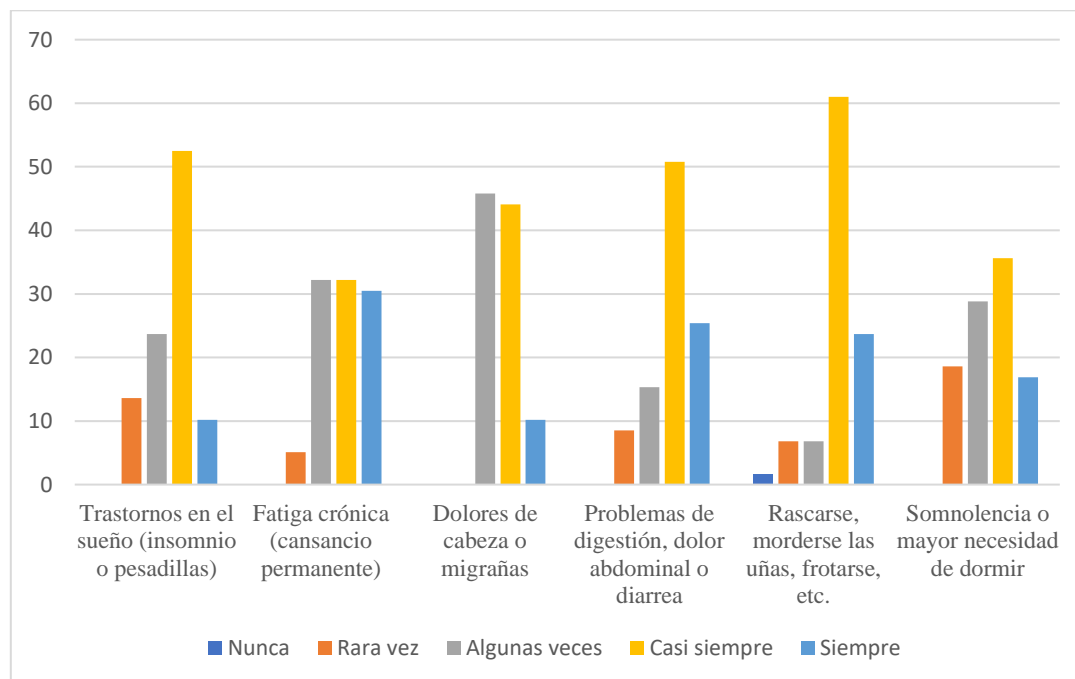
Tabla 8.

Manifestaciones físicas del estrés en los estudiantes PRETEST

	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre		Total	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	0	0	8	13.6	14	23.7	31	52.5	6	10.2	59	100
Fatiga crónica (cansancio permanente)	0	0	3	5.1	19	32.2	19	32.2	18	30.5	59	100
Dolores de cabeza o migrañas	0	0	0	0	27	45.8	26	44.1	6	10.2	59	100
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	0	0	5	8.5	9	15.3	30	50.8	15	25.4	59	100
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	1	1.7	4	6.8	4	6.8	36	61	14	23.7	59	100
Somnolencia o mayor necesidad de dormir	0	0	11	18.6	17	28.8	21	35.6	10	16.9	59	100

Figura 7.

Manifestaciones físicas del estrés en los estudiantes PRETEST



Nota. Fuente propia

Durante el transcurso de su adolescencia, los adolescentes han pasado por diferentes situaciones de dolor, de angustia, durante la emergencia sanitaria, por lo que el proceso de lograr la identidad de uno, que, idealmente, implica reevaluar los objetivos y valores inculcados en uno por los padres y la cultura y luego elegir abrazar algunos de esos ideales mientras rechaza otros, se han retrasado. Por lo que se debe tener claro que las emociones son un componente esencial del proceso de atención a los demás. Tanto la toma de decisiones como la evaluación de las condiciones en momentos de emergencia son tareas difíciles y suelen dar lugar a diversas actitudes y reacciones entre quienes trabajan en el ámbito médico y también en ámbito educativo.

Tabla 9.

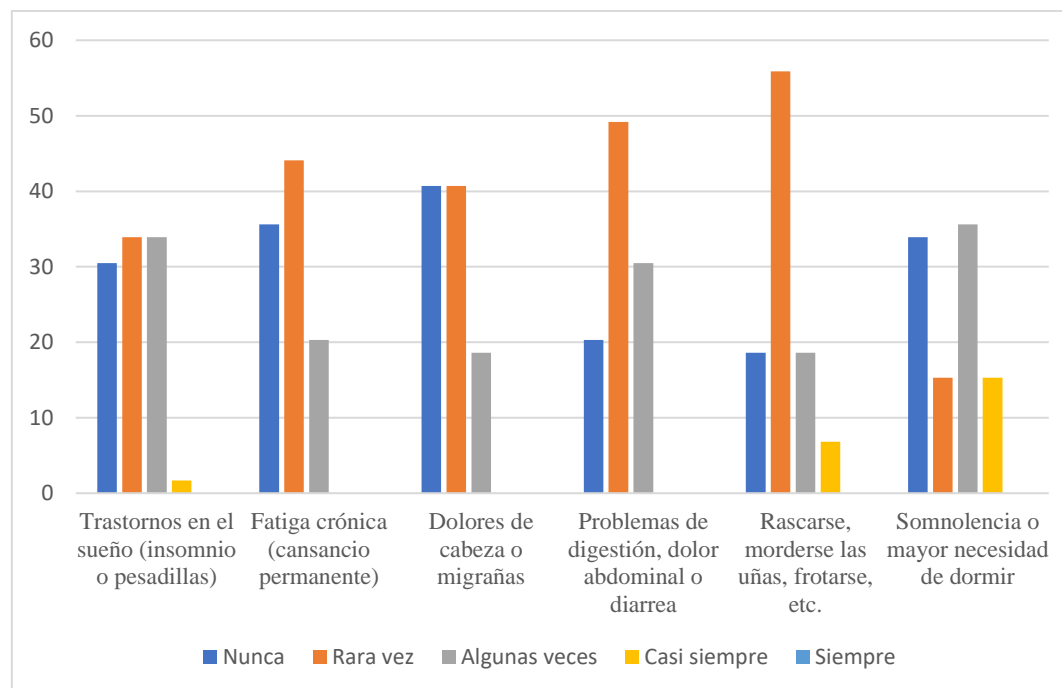
Manifestaciones físicas del estrés de los estudiantes POSTEST

	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre		Total	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	18	30.5	20	33.9	20	33.9	1	1.7	0	0	59	100
Fatiga crónica (cansancio permanente)	21	35.6	26	44.1	12	20.3	0	0	0	0	59	100
Dolores de cabeza o migrañas	24	40.7	24	40.7	11	18.6	0	0	0	0	59	100
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	12	20.3	29	49.2	18	30.5	0	0	0	0	59	100
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	11	18.6	33	55.9	11	18.6	4	6.8	0	0	59	100
Somnolencia o mayor necesidad de dormir	20	33.9	9	15.3	21	35.6	9	15.3	0	0	59	100

Nota. Fuente propia

Figura 8.

Manifestaciones físicas del estrés en los estudiantes POSTEST



Nota. Fuente propia

En las circunstancias más extremas, los sentimientos morales, que fueron mostrados durante la aplicación del programa de ayuda a los alumnos, a reconocer situaciones que les brindan la oportunidad de introducir cambios en los cuidados que prestan a los pacientes. También tienen el potencial de servir de trampolín para el propio desarrollo personal y para una futura vida profesional.

Para determinar la efectividad del soporte socioemocional frente a las manifestaciones psicológicas del estrés, de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Perú Birf Industrial de Juli.

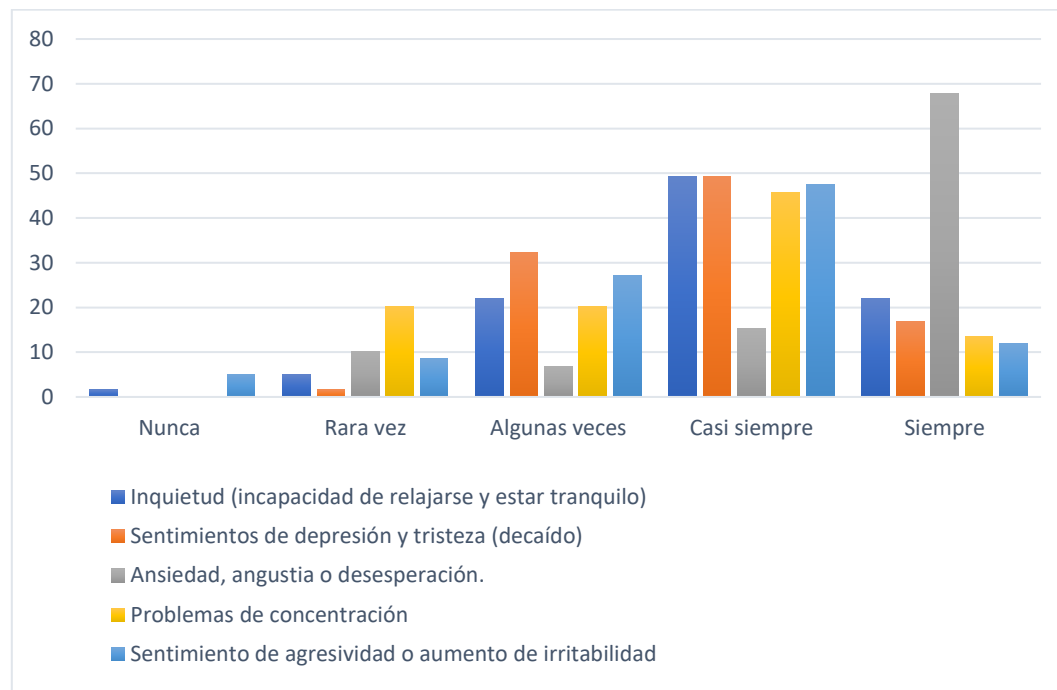
Tabla 10.*Manifestaciones psicológicas del estrés de los estudiantes PRETEST*

	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre		Total	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	1	1.7	3	5.1	13	22	29	49.2	13	22	59	100
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	0	0	1	1.7	19	32.2	29	49.2	10	16.9	59	100
Ansiedad, angustia o desesperación.	0	0	6	10.2	4	6.8	9	15.3	40	67.8	59	100
Problemas de concentración	0	0	12	20.3	12	20.3	27	45.8	8	13.6	59	100
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	3	5.1	5	8.5	16	27.1	28	47.5	7	11.9	59	100

Nota. Fuente propia

Figura 9.

Manifestaciones psicológicas del estrés en los estudiantes PRETEST



Nota. Fuente propia

La motivación que impulsa a cada estudiante es principalmente el llegar a pensar en su vida futura profesional, pero es muy importante que acepten las responsabilidades e ideales de sus padres o de la sociedad sin cuestionarlos ni buscar opciones alternativas.

Cuando los adolescentes eligen diametralmente opuesta a lo que se espera de ellos, este es un ejemplo de identidad negativa. Es común que los adolescentes experimenten esta condición cuando creen que los roles que sus padres y la sociedad esperan que desempeñen son imposibles o desagradables, pero son incapaces de identificar alternativas que sean verdaderamente propias, a causa de los estresores externos que han intervenido indistintamente durante la pandemia (Ortega, 2020).

Tabla 11.

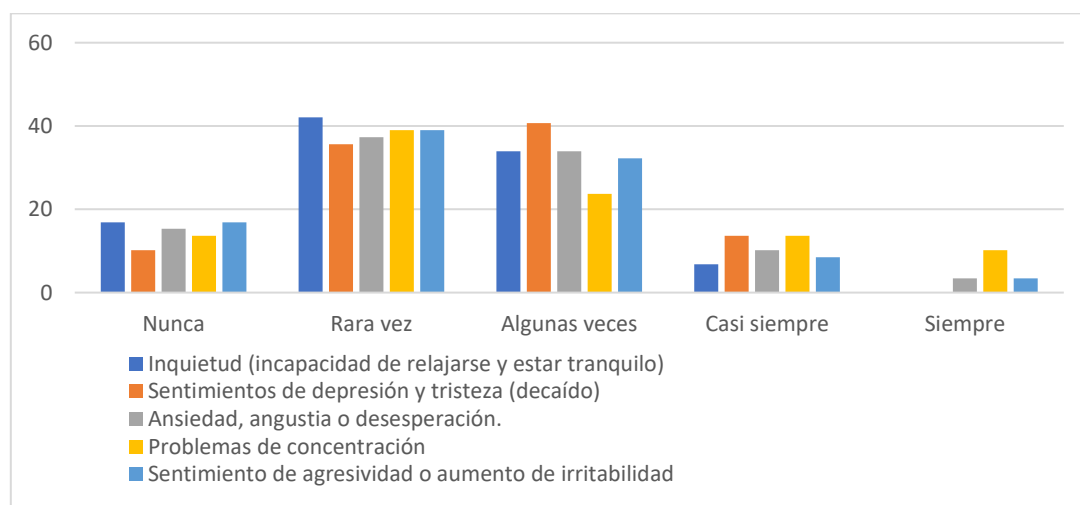
Manifestaciones psicológicas del estrés en los estudiantes POSTEST

	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre		Total	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	10	16.9	25	42.1	20	33.9	4	6.8	0	0	59	100
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	6	10.2	21	35.6	24	40.7	8	13.6	0	0	59	100
Ansiedad, angustia o desesperación.	9	15.3	22	37.3	20	33.9	6	10.2	2	3.4	59	100
Problemas de concentración	8	13.6	23	39.0	14	23.7	8	13.6	6	10.2	59	100
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	10	16.9	23	39	19	32.2	5	8.5	2	3.4	59	100

Nota. Fuente propia

Figura 10.

Manifestaciones psicológicas del estrés de los estudiantes POSTEST



Nota. Fuente propia

Los vínculos interpersonales entre los miembros de una sociedad se conocen como lazos socioemocionales, donde los aspectos, su función es análoga a la de las sinapsis entre las neuronas del cerebro. Las conexiones neurológicas que unen a las neuronas se forman y refuerzan cuando se disparan en concierto unas con otras. Y del mismo modo que en las organizaciones pueden construirse sólidas redes de conexión a través de puntos de contactos formales y orgánicos entre colegas, estas redes se desarrollarán y cambiarán inevitablemente a medida que lo haga la empresa. Estas conexiones facilitan la estrategia, impulsan la innovación y la cultura, y facilitan la aplicación fluida del cambio. La pandemia ha debilitado los vínculos sociales y emocionales que son cruciales para establecer las conexiones adecuadas con consecuencias duraderas.

Para determinar la efectividad del soporte socioemocional frente a las manifestaciones comportamentales del estrés, de los estudiantes.

Tabla 12.

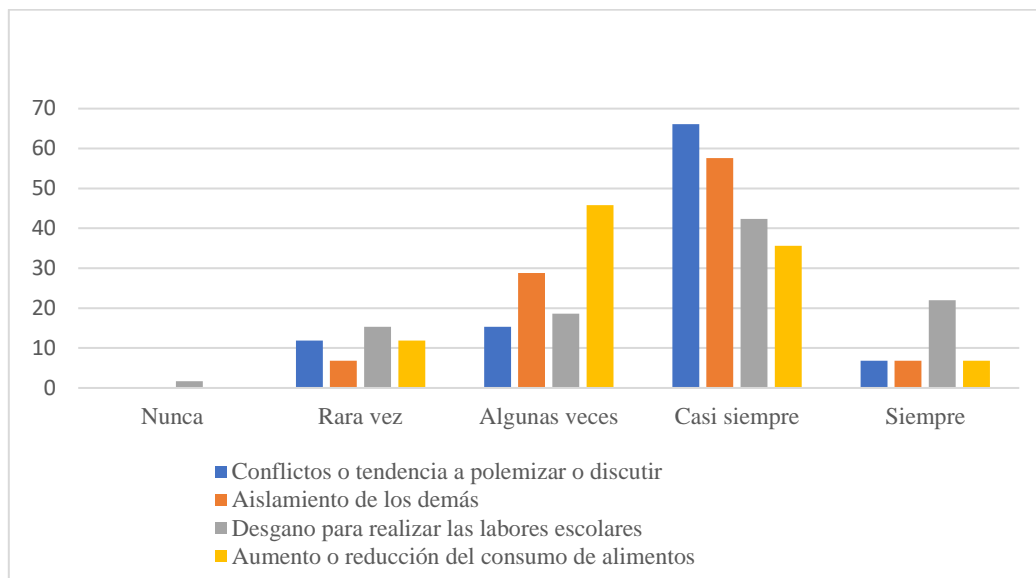
Manifestaciones comportamentales del estrés en los estudiantes PRETEST

	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	0	0	7	11.9	9	15.3	39	66.1	4	6.8	59	100
Aislamiento de los demás	0	0	4	6.8	17	28.8	34	57.6	4	6.8	59	100
Desgano para realizar las labores escolares	1	1.7	9	15.3	11	18.6	25	42.4	13	22	59	100
Aumento o reducción del consumo de alimentos	0	0	7	11.9	27	45.8	21	35.6	4	6.8	59	100

Nota. Fuente propia

Figura 11.

Manifestaciones comportamentales del estrés en los estudiantes PRETEST



Nota. Fuente propia

El trabajo en equipo permite mejorar las condiciones socioemocionales, han sido condiciones que ocurren en los adolescentes cuando no parecen ser conscientes de su identidad ni preocuparse por ella. En la mayoría de los casos, estos adolescentes no demuestran una fuerte devoción por los objetivos o ideales de sus padres, amigos o la sociedad en general.

Tabla 13.

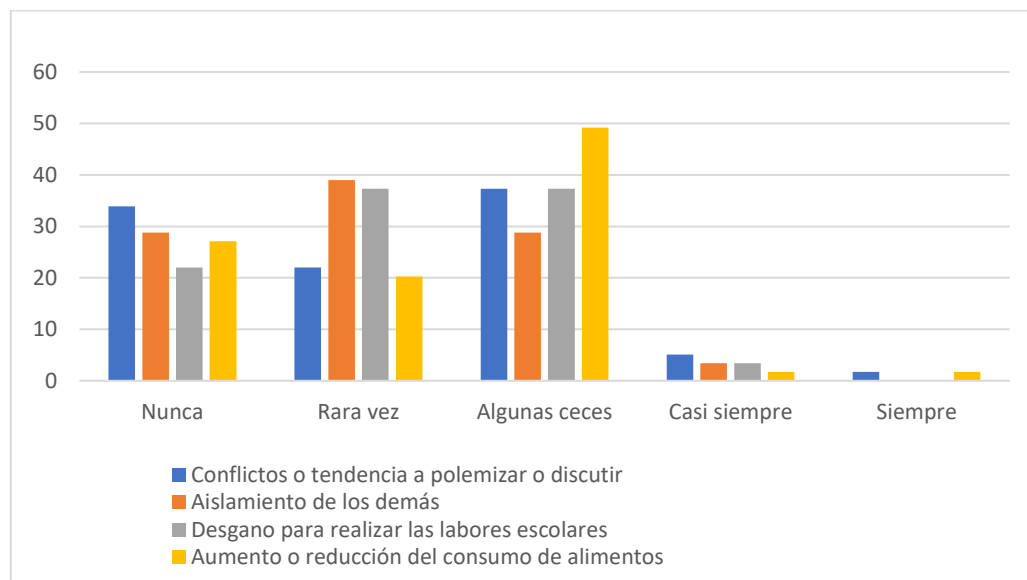
Manifestaciones comportamentales del estrés en los estudiantes POSTEST

	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	20	33.9	13	22	22	37.3	3	5.1	1	1.7	59	100
Aislamiento de los demás	17	28.8	23	39	17	28.8	2	3.4	0	0	59	100
Desgano para realizar las labores escolares	13	22	22	37.3	22	37.3	2	3.4	0	0	59	100
Aumento o reducción del consumo de alimentos	16	27.1	12	20.3	29	49.2	1	1.7	1	1.7	59	100

Nota. Fuente propia

Figura 12.

Manifestaciones comportamentales del estrés en los estudiantes POSTEST



Nota. Fuente propia

Donde el principal trabajo es estudiar, por lo que permite la competencia social y emocional en los estudiantes que varía en función de su edad, su etapa de desarrollo y las expectativas, valores y normas socioculturales de su entorno. Dado que la manifestación de emociones difiere de una cultura a otra y que los distintos grupos emplean diferentes repertorios de tácticas de resolución de conflictos, la competencia social y emocional de los niños implica sobre todo adaptarse a las pautas de comportamiento de un determinado grupo social. Por lo tanto, no existe un paradigma único de comportamiento social y emocional aceptable.

Para determinar la efectividad del soporte socioemocional en relación a las tácticas para lidiar con el estrés, de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “Perú-BIRF Industrial” de Juli en el año 2021.

Tabla 14.

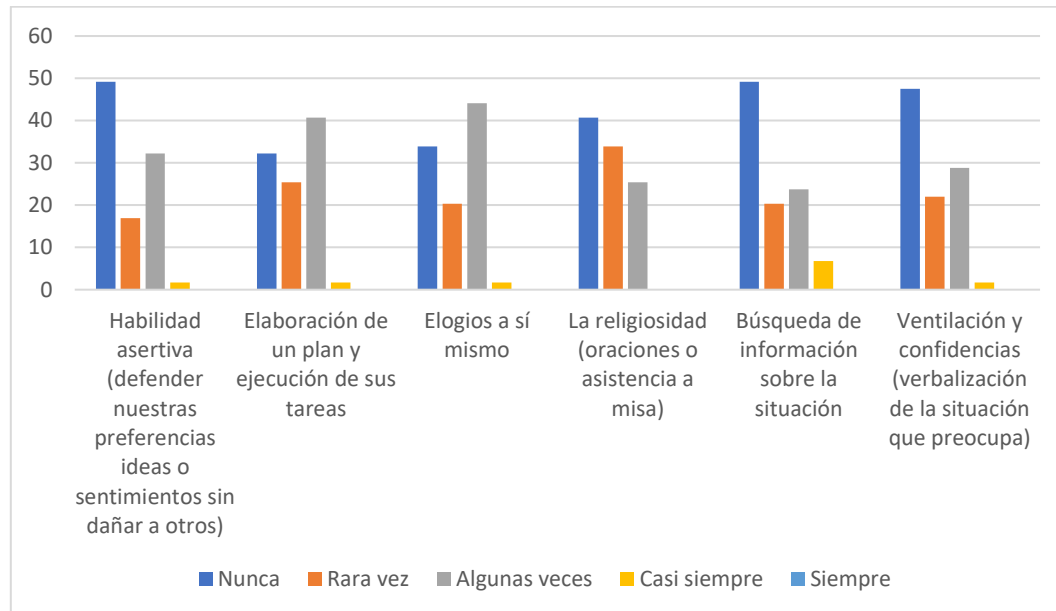
Niveles de uso de estrategias de los estudiantes para afrontar el estrés PRETEST

	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre		Total	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)	29	49.2	10	16.9	19	32.2	1	1.7	0	0	59	100
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	19	32.2	15	25.4	24	40.7	1	1.7	0	0	59	100
Elogios a sí mismo	20	33.9	12	20.3	26	44.1	1	1.7	0	0	59	100
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	24	40.7	20	33.9	15	25.4	0	0	0	0	59	100
Búsqueda de información sobre la situación	29	49.2	12	20.3	14	23.7	4	6.8	0	0	59	100
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)	28	47.5	13	22	17	28.8	1	1.7	0	0	59	100

Nota. Fuente propia

Figura 13.

Niveles de uso de estrategias de los estudiantes para afrontar el estrés PRETEST



Nota. Fuente propia

El proceso de descubrimiento socioemocional para resolver sus conflictos, la cual ha influenciado por factores que han sido externos al individuo, son críticas en el salón de clases virtual y el lugar de descanso siendo el mismo. Es importante enseñar a los estudiantes cómo manejar adecuadamente los conflictos y los sentimientos que los acompañan, a fin de crear entornos de aprendizaje saludables y preparar a los estudiantes para el éxito.

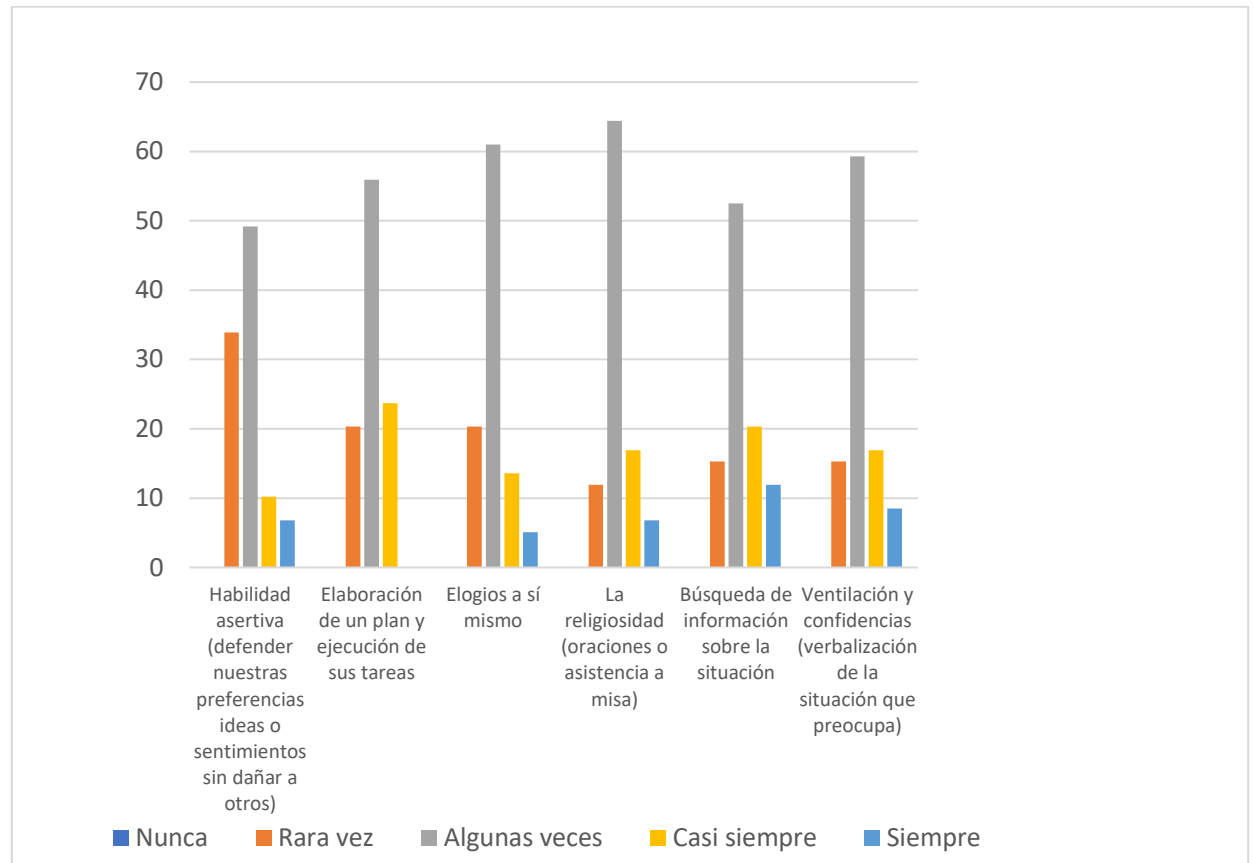
Tabla 15.

Niveles de uso de estrategias de los estudiantes para afrontar el estrés POSTEST

	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre		Total	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)	0	0	20	33.9	29	49.2	6	10.2	4	6.8	59	100
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	0	0	12	20.3	33	55.9	14	23.7	0	0	59	100
Elogios a sí mismo	0	0	12	20.3	36	61	8	13.6	3	5.1	59	100
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	0	0	7	11.9	38	64.4	10	16.9	4	6.8	59	100
Búsqueda de información sobre la situación	0	0	9	15.3	31	52.5	12	20.3	7	11.9	59	100
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)	0	0	9	15.3	35	59.3	10	16.9	5	8.5	59	100

Figura 14.

Niveles de uso de estrategias de los estudiantes para afrontar el estrés POSTEST



Nota. Fuente propia

Las estrategias que se han desarrollado en el programa para la adecuada resolución de conflictos serán utilizadas por los estudiantes por el resto de sus vidas. Al igual que cualquier otra habilidad, los estudiantes necesitan oportunidades para practicar. Enseñar estas habilidades en el espacio seguro de un salón de clases puede ayudar a los estudiantes a sentirse cómodos con el conflicto y encontrar formas de transformar el conflicto en conversaciones positivas y productivas.

4.2. Contrastación de hipótesis

Es efectivo el soporte socioemocional frente a los estímulos estresores en los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021.

Estadísticas de muestras emparejadas

		Media	N	Desv. Desviación	Desv. Error promedio
Par 1	PRE TEST	16,66	59	2,225	,290
	POS TEST	28,47	59	2,152	,280

Prueba de muestras emparejadas

		Diferencias emparejadas							
		Media	Desv. Desviación	Desv. Error promedio	95% de intervalo de confianza de la diferencia		t	gl	Sig. (bilateral)
					Inferior	Superior			
Par 1	PRE TEST - POS TEST	-11,814	3,008	,392	-12,598	-11,030	-30,162	58	,000

Es efectivo el soporte socioemocional frente a las manifestaciones físicas del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021.

Estadísticas de muestras emparejadas

		Media	N	Desv. Desviación	Desv. Error promedio
Par 1	PRE TEST	22,5424	59	1,79388	,23354
	POS TEST	12,2542	59	2,13827	,27838

Prueba de muestras emparejadas

		Media	Diferencias emparejadas				t	gl	Sig. (bilateral)
			Desv. Desviación	Desv. Error promedio	95% de intervalo de confianza de la diferencia				
					Inferior	Superior			
Par 1	PRE TEST - POS TEST	10,28814	3,02889	,39433	9,49880	11,07747	26,090	58	,000

Es efectivo el soporte socioemocional frente a las manifestaciones psicológicas del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021.

Estadísticas de muestras emparejadas

		Media	N	Desv. Desviación	Desv. Error promedio
Par 1	PRE TEST	19,1186	59	1,88538	,24546
	POS TEST	12,4746	59	2,03721	,26522

Prueba de muestras emparejadas

		Media	Diferencias emparejadas			t	gl	Sig. (bilateral)	
			Desv. Desviación	Desv. Error promedio	95% de intervalo de confianza de la diferencia				
					Inferior	Superior			
Par 1	PRE TEST - POS TEST	6,64407	3,02725	,39411	5,85516	7,43297	16,858	58	,000

Es efectivo el soporte socioemocional frente a las manifestaciones comportamentales del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021.

Estadísticas de muestras emparejadas

		Media	N	Desv. Desviación	Desv. Error promedio
Par 1	Competencia Pretest	14,3729	59	1,53014	,19921
	Competencia - Postest	8,7797	59	2,42165	,31527

Prueba de muestras emparejadas

		Diferencias emparejadas				t	gl	Sig. (bilateral)
		Media	Desv. Desviación	Desv. Error promedio	95% de intervalo de confianza de la diferencia Inferior Superior			
Par 1	Competencia Pretest - Competencia - Postest	5,59322	2,90136	,37772	4,83712 6,34932	14,808	58	,000

Es efectivo el soporte socioemocional para el uso de estrategias de afrontamiento del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021.

Estadísticas de muestras emparejadas

		Media	N	Desv. Desviación	Desv. Error promedio
Par 1	PRE TEST	14,3729	59	1,53014	,19921
	POS TEST	8,7797	59	2,42165	,31527

Prueba de muestras emparejadas

		Diferencias emparejadas					t	gl	Sig. (bilateral)
		Media	Desv. Desviación	Desv. Error promedio	95% de intervalo de confianza de la diferencia				
					Inferior	Superior			
Par 1	PRE TEST - POS TEST	5,59322	2,90136	,37772	4,83712	6,34932	14,808	58	,000

4.3. Discusión de resultados

La percepción del adolescente de que su yo real va a ser rechazado tanto por sus padres como por sus compañeros de clase es lo que da lugar al falso yo aceptable. Los posibles efectos secundarios incluyen sentimientos de inutilidad, melancolía y pérdida de esperanza. La necesidad de impresionar o complacer a otras personas es lo que da lugar al falso yo complaciente. Muy común. superior al ego falso que resulta de ser rechazado. El impulso de “probar” varias identidades para tener una idea de cómo resuenan conduce a la formación del falso yo experimental. También conocido como uno mismo potencial.

Según (Rogers & Sabarwal, 2020) mencionan que anteriormente la pandemia de COVID-19, el mundo ya estaba atravesando una crisis educativa y la crisis no estaba distribuida de manera uniforme, siendo los que vivían en mayor inconveniente los que tenían menor acceso a la educación, elevada deserción de educación, y una alimentación inadecuada que llevaba a un descubierto aprendizaje.

Según (Analuisa, 2020) mencionó que a lo largo de este trabajo las características que se consideraron en el análisis de la educación virtual incluyen el tiempo, la paciencia, la disposición y la creatividad. Esto se debe a que los niños requieren tiempo y paciencia para aprender a utilizar la tecnología, y los padres deben estar dispuestos a acompañarlos en este proceso. Además, es importante adoptar un enfoque creativo, especialmente con los niños, para mantener su interés y evitar el aburrimiento durante las clases virtuales.

Según (CEPAL-UNESCO, 2020) las respuestas de varios países mostraron que están presentes impulsos innovadoras y métodos optimistas, así como valiosos avances en tiempo récord para asegurar la continuidad del aprendizaje.

Según (Mendoza, 2020) mencionan que la educación a distancia en México ya cuenta con más de 51 años de vivencia, es un método que no tiene la misma escala que la educación presencial, debido a los factores socioeconómicos y políticos que se desarrollan en el país.

Según (Britez, 2020) En materia de educación, se destaca que los tres países monitoreados han recurrido a aulas virtuales para no perder el año escolar. Se han incluido plataformas digitales como las de Paraguay y Argentina, estas se apoyan en diversos recursos tecnológicos como WhatsApp, videoconferencia, convertidores de archivos, Aula, etc. cuando no todos los docentes están familiarizados con el uso de las

TIC, como lo muestra los resultados obtenidos en las investigaciones realizadas en instituciones curriculares de tres países.

Según (Halsey et al., 2020) A menos que se realicen esfuerzos significativos para contrarrestar sus efectos, el cierre de escuelas resultará en la pérdida de oportunidades de aprendizaje, tasas de deserción más altas y un aumento de la desigualdad. Los cambios económicos que han afectado a los hogares agravarán estos perjuicios, ya que se traducen en una disminución tanto en la oferta como en la demanda de educación. Estos dos impactos, en conjunto, tendrán consecuencias a largo plazo en el bienestar y el desarrollo del capital humano.

Según (Bernal & Rodríguez, 2017) Habiendo concluido que el logro académico o rendimiento académico se considera una medida de la capacidad del alumno, lo que implica su capacidad para responder a los estímulos educativos y, cuyos resultados están influenciados por diversos factores, algunos de los cuales son endógenos (originados dentro o desde dentro el alumno) y otros de carácter exógeno (surgen o surgen en relación con el alumno desde el exterior); estrechamente relacionado con la experiencia de aprendizaje y la calidad de la enseñanza.

Según (Alarcón & Riveros, 2017) las percepciones sociales de los docentes entrevistados sobre la educación en el aula socioemocional se refieren a los beneficios de enseñanza y aprendizaje asociados a promover un buen clima escolar que favorezca aspectos afectivos como el autoaprendizaje, respeto por los estudiantes y, como resultado, rendimiento escolar positivo.

Según (Gómez et al., 2017) En tal dirección, se presenta un Proyecto de Intervención Socioeducativa de Educación Emocional, dirigido a estudiantes, familias y docentes.

Habiendo concluido sobre el creciente interés por la restauración de estas situaciones de pobreza, desigualdad, discriminación, marginación, etc. en las que vive la población rural en riesgo de la excepción social.

Según (Rios, 2020) Habiendo llegado a la conclusión de que, al abordar la cuestión de la existencia de una correspondencia entre comportamiento destructivo e inteligencia emocional en estudiantes de nivel superior, se confirmó un comportamiento inadecuado en el proceso de aprendizaje y desarrollo de las personas que los rodean.

Según (Díaz & Solis, 2019) que el sexo femenino representó un mayor porcentaje en lo que respecta a la ansiedad leve y la depresión moderada, se observaron tasas más altas en el grupo de edad adulta media, con referencia a las categorías de ansiedad leve y depresión moderada, respectivamente.

Según (Leon & Trillos, 2018) Habiendo llegado a la conclusión de que, según de acuerdo a los resultados obtenidos, que fueron corroborados mediante una encuesta realizada a los alumnos, el 57,7% opina que este factor es la razón principal por la cual se niegan a continuar con sus estudios.

Según (Laura, 2018) en su estudio, Inteligencia emocional y comportamiento destructivo en estudiantes de tres escuelas de Lima, para determinar la relación entre inteligencia emocional y comportamiento destructivo en estudiantes de tres escuelas públicas. Llegamos a la conclusión de que ante la presencia de una conexión débil negativa y muy significativa ($p < 0,01$) entre las valoraciones generales de la inteligencia emocional y el comportamiento destructivo ($\rho = -.144^{**}$).

Según (Chávez, 2020) se encontró que los niveles de ansiedad de los estudiantes en las instituciones educativas Santa Fortunata y Vitaliano Becerra Herrera, en los grados 2do

A, B y C, muestran tasas de cobertura superiores al 50%. Específicamente, Santa Fortunata tiene un 67,64% y Vitaliano Becerra Herrera un 65,67% de estudiantes con niveles moderados de ansiedad.

Según (Coayla, 2020) la relación entre el aspecto interpersonal y la autoeficacia académica en estudiantes de quinto año de secundaria.

Según (Vargas, 2018) de acuerdo al coeficiente emocional, se encontraba en un nivel adecuado de capacidad emocional y social. Sin embargo, tras la aplicación de la intervención previa, experimentó una mejora significativa y pasó a tener un alto potencial emocional y social, demostrando un notable desarrollo y un aumento notable en estas áreas.

Según (Carbajal, 2018) se pudo verificar que el 51,8% (101) de los estudiantes de universidades psicológicas en el año 2013 presentan un nivel promedio de motivación hacia el logro, mientras que el 26,8% (53) muestra un bajo nivel de aprendizaje autorregulado y el 25,5% (49).

Según (Cárdenas, 2018) la calidad de la gobernanza de la educación con un nivel de confianza del 95% (0,95) y un nivel de significancia del 5% (0,05), se ha corroborado que existe una relación entre la gestión de variables relacionadas con la calidad en áreas rurales y la deserción escolar, según la necesidad de una prueba de una investigación no paramétrica de Kendall Tau- B, cuyo coeficiente de correlación alcanza el coeficiente de correlación obtenido fue de 0,742, lo que indica una correlación alta y directa entre las variables de estudio, es decir, entre el aspecto institucional y la deserción escolar (factores políticos y socioeconómicos), cuya correlación ponderada de indicadores ha alcanzado un promedio medio.

CAPÍTULO V:

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

Primera. - Es efectivo el soporte socioemocional en la prevención del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria 'Perú Birf Industrial' de Juli en el año 2021. Con base en el análisis estadístico, se observó una significancia que se sitúa por debajo de 0.05, lo que llevó a la aceptación de la hipótesis alternativa.

Segunda. - Es efectivo el soporte socioemocional frente a los estímulos estresores en los estudiantes. Con base en el análisis estadístico, se observó una significancia que se sitúa por debajo de 0.05, lo que llevó a la aceptación de la hipótesis alternativa.

Tercera. - Es afectivo el soporte socioemocional frente a las manifestaciones físicas del estrés de los estudiantes. Con base en el análisis estadístico, se observó una significancia que se sitúa por debajo de 0.05, lo que llevó a la aceptación de la hipótesis alternativa.

Cuarta. - Es afectivo el soporte socioemocional frente a las manifestaciones psicológicas del estrés de los estudiantes. Con base en el análisis estadístico, se observó una significancia que se sitúa por debajo de 0.05, lo que llevó a la aceptación de la hipótesis alternativa.

Quinta. - Es efectivo el soporte socioemocional frente a las manifestaciones comportamentales del estrés de los estudiantes. Con base en el análisis estadístico, se observó una significancia que se sitúa por debajo de 0.05, lo que llevó a la aceptación de la hipótesis alternativa.

Sexta. - Es efectivo el soporte socioemocional para el uso de estrategias de afrontamiento del estrés de los estudiantes. Con base en el análisis estadístico, se observó una significancia que se sitúa por debajo de 0.05, lo que llevó a la aceptación de la hipótesis alternativa.

5.2. Recomendaciones

Primera. - A las autoridades de la Unidad de Gestión Educativa Local Chucuito Juli, implementar planes, programas y estrategias para fortalecer las habilidades socioemocionales de los estudiantes del nivel de educación secundaria, mediante el soporte socioemocional, que complemente las actividades de la Tutoría y Orientación Educativa que desarrollan los docentes tutores.

Segunda. - A los directivos de la Institución Educativa Secundaria Perú Birf Industrial de Juli, establecer alianzas estratégicas con entidades públicas y privadas educativas y de salud para identificar los factores estresores de los estudiantes y brindar soporte socioemocional oportuna y pertinente.

Tercera. - A los directivos y docentes tutores de la Institución Educativa Secundaria Perú Birf Industrial de Juli, identificar a tiempo las manifestaciones físicas del estrés de los estudiantes con la finalidad de brindar el soporte socioemocional oportuno y pertinente mediante los docentes tutores y la Tutoría y Orientación Educativa.

Cuarta. - Al psicólogo educativo y coordinador de tutoría de las Institución Educativa Secundaria Perú Birf Industrial de Juli, identificar a tiempo las manifestaciones psicológicas del estrés de los estudiantes y formular actividades de Soporte Socioemocional de manera oportuna y pertinente.

Quinta. - Al psicólogo educativo y coordinador de tutoría de las Institución Educativa Secundaria Perú Birf Industrial de Juli, identificar oportunamente las manifestaciones comportamentales del estrés de los estudiantes y brindar soporte socioemocional pertinente.

Sexta. - A los directivos, psicólogos, coordinadores de tutoría, docentes tutores y auxiliares de educación, formular y cumplir las actividades de soporte socioemocional con la finalidad de desarrollar en los estudiantes las habilidades para afrontar el estrés en situaciones de emergencia y académicas.

BIBLIOGRAFÍA

- Alarcón, C., & Riveros, L. (2017). *Educación socioemocional: Una deuda pendiente en la educación chilena*. [Universidad desarrollo]. <http://repositorio.udd.cl/bitstream/handle/11447/2022/Documento.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Analuisa, E. (2020). *Análisis de la implicación de las familias en la educación de sus hijos e hijas durante la emergencia sanitaria generada por el covid-19* (Vol. 53, Issue 9). Pontificia Universidad Católica del Ecuador.
- Bernal, Y., & Rodríguez, C. (2017). *Factores que inciden en el rendimiento escolar de los estudiantes de la EBS* (Vol. 6). Universidad Cooperativa - Colombia.
- Britez, M. (2020). La educación ante el avance del COVID-19 en Paraguay. *Scientific Electronic Library Online*, 15. <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/22>
- Cáncer, I. N. (17 de Junio de 2023). *NIH*. Obtenido de NIH: <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/covid-19>
- Chucuito, U. d. (Diciembre de 2020). *UGEL Chucuito - Juli*. Obtenido de SISUGEL : <https://ugelchucuito.edu.pe/portal/>
- Carbajal, Y. (2018). *Motivación de logro y el aprendizaje autorregulado en estudiantes de la facultad de psicología y trabajo social de la Universidad Inca Garcilazo de la Vega, Lima 2013*. Universidad Jose Carlos Mariategui.
- Cardenas, H. (2018). *Calidad de gestión educativa rural y su relación con la deserción escolar en la Institución Educativa Secundaria “Nuestra Señora de Asunción” de Occocho 2018*. UJCM.
- CEPAL-UNESCO. (2020). La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19. *Geopolítica(S)*, 11, 1.
- Chávez, G. (2020). *Niveles de ansiedad en estudiantes de segundo grado de primaria de las instituciones educativas, Santa Fortunata y Vitaliano Becerra Herrera del distrito de Samegua, Moquegua 2019*. Universidad Jose Carlos Mariategui.
- Coayla, M. (2020). *Inteligencia emocional y la autoeficacia en estudiantes de quinto año de secundaria de la institución educativa Daniel Becerra Ocampo, Moquegua 2019*. UJCM.

- Corrales, L. E. (2021). *Estrategias motivacionales para las habilidades socioemocionales en estudiantes de primero de secundaria en la IE Aplicación J. L. Ortiz*. Chiclayo: UCV.
- Díaz, B., & Solis, C. (2019). *Depresión y ansiedad en pacientes con enfermedad renal crónica en estadio V de un hospital estatal nivel III-1 de Chiclayo, agosto-diciembre, 2017*. UCSTM.
- Familia, H. (08 de Enero de 2016). *Blog Hacer familia*. Obtenido de <https://www.google.com/search?q=habilidad+socioemocional+de+autorregilaci%C3%B3n&oq=habilidad+socioemocional+de+autorregilaci%C3%B3n&aqs=chrome..69i57j33i10i16l2.11321j0j15&sourceid=chrome&ie=UTF-8>
- Gardner, H. (1983). *Estructuras de la mente*. Bogotá: Fondo de Cultura Económica CFE.
- Goleman, D. (2010). *La inteligencia emocional*. buenos Aires: Grupo Zeta.
- Goleman, D. (1998). *Importancia de la Inteligencia Emocional* (E. K. S.A. (ed.); 117—121, Vol. 5). <https://www.redalyc.org/pdf/706/70600505.pdf>
- Gómez, M., Concepción, V. L., Martínez, V., Carlos, J., & Hurtado, T. (2017). Proyecto de intervención sobre educación emocional en la comunidad El Milagro (Iquitos, Perú). *Cuestiones Pedagógicas*, 26(January), 111–130. <https://doi.org/10.12795/CP.2017.i26.08>
- Halsey, R., Shwetlena, S., Avitabile, C., Lee, J., Miyamoto, K., Nellemann, S., & Venegas, S. (2020). Covid-19: Impacto en la educación y respuestas de política pública. *Grupo Banco Mundial - Educacion*.
- Isla, M. M. (22 de 12 de 2022). Perú cierra el año escolar con casi 2.500 casos de bullying, la cifra más alta en 9 años. *La República*, pág. 1.
- Laura, M. (2018). *Inteligencia emocional y conductas disruptivas en estudiantes de tres instituciones educativas de Lima* [Universidad Autónoma del Perú]. [http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/1028/1/ChirioAldazabal%2C Diego Bernardo.pdf](http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/1028/1/ChirioAldazabal%2C%20Diego%20Bernardo.pdf)
- Larrinaga, J. M. (2020). *Un curso de emociones*. Villatuerta: Urano.
- Leon, L., & Trillos, J. (2018). *Cultura organizacional y deserción en los estudiantes del grado sexto de la posprimaria, de la sede educativa balcones i. E. Instituto Técnico Agrícola del Municipio de Convención Norte de Santander Colombia año 2016* [Unviersidad Privada Norbert Wiener]. <http://dx.doi.org/10.1016/j.cirp.2016.06.001%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.powt>

- ec.2016.12.055%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.ijfatigue.2019.02.006%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.matlet.2019.04.024%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.matlet.2019.127252%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016
- Manes F. & Niro M. (2021). *Ser humanos*. Buenos Aires: Planeta.
- Matos, J. (2020). *Un curso de emociones*. Villatuerta: Urano.
- Mendoza, L. (2020). Lo que la pandemia nos enseñó sobre la educación a distancia. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 50(ESPECIAL), 343–352. <https://doi.org/10.48102/rlee.2020.50.especial.119>
- Ministerio de Educación, (Marzo de 2021). *Orientaciones para el soporte socioemocional a*. Obtenido de Orientaciones para el soporte socioemocional a: <https://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12799/7603/Orientaciones%20para%20el%20soporte%20socioemocional%20a%20las%20y%20los%20estudiantes%20frente%20a%20la%20emergencia%20sanitaria.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- MINEDU. (17 de Diciembre de 2020). Orientaciones para el desarrollo del año escolar 2021 en instituciones educativas y programas educativos de la Educación Básica. Lima.
- MINEDU. (2021). Desarrollo de habilidades socioemocionales en el marco de la Tutoría y Orientación Educativa. *Desarrollo de habilidades socioemocionales en el marco de la Tutoría y Orientación Educativa*. Lima: Ministerio de Educación.
- MINEDU. (2021). *Ministerio de Educación - MINEDU - Gobierno del Perú*. Obtenido de Ministerio de Educación - MINEDU - Gobierno del Perú: <https://www.gob.pe/minedu>
- Mujica-Sequera, R. (12 de 04 de 2021). *Blog Docentes 2.0*. Obtenido de <https://blog.docentes20.com/2021/04/%E2%9C%8D-autoconciencia-socioemocional-docentes-2-0/#:~:text=La%20autoconciencia%20socioemocional%20significa%20tener,factores%20influyen%20en%20el%20comportamiento>.
- Ortega, M. (2020). *Habilidades sociales*. Obtenido de Habilidades sociales y resolución de conflictos: http://ceip-nsbuencamino.centros.castillalamancha.es/sites/ceip-nsbuencamino.centros.castillalamancha.es/files/documentos/hhss_y_resolucion_de_conflictos_para_padres.pdf
- Portal UGEL Chucuito-Juli. (Diciembre de 2020). *UGEL Chucuito-Juli*. Obtenido de SISUGEL.
- PREVAED. (2021). *Programa Presupuestal de Reducción de la Vulnerabilidad y Atención de Emergencias por Desastres*. Obtenido de Wordpress.com: <https://tutorialj.files.wordpress.com/2014/08/ppt-etapa-socioemocional-en-emergencias-ok.pdf>

- Rios, F. de L. (2020). *Conductas disruptivas e inteligencia emocional en estudiantes del primer semestre académico del Instituto Superior Pedagógico Público “Piura”-2019* (Issue 051). Universidad César Vallejo.
- Rogers, H., & Sabarwal, S. (2020). Covid-19 : Impacto En La Educacion Y Respuestas De Política Pública. *Reporte Del Banco Mundial*, 1–56. <http://documents1.worldbank.org/curated/en/804001590734163932/pdf/The-COVID-19-Pandemic-Shocks-to-Education-and-Policy-Responses.pdf>
- Sanchez, P. (2008). *Psicología clínica*. Mexico: El Manual Moderno.
- SISUGEL - UGEL Chucuito-Juli. (2020). *UGEL Chucuito-Juli*. Obtenido de SISUGEL.
- SISUGEL. (2020). Asistencia y participación de estudiantes en la estrategia aprendo en casa durante los meses de julio a octubre de 2020 en la IES industrial Perú Birf del distrito de Juli, provincia de Chucuito, regio Puno. *Unidad de Gestion Educativa Local Chucuito*, 21(1), 1–9. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203>
- Sofía Gil & Andreu Llinas. (2020). *Habilidades sociales*. Barcelona: Flamboyant S.L.
- UGEL-CHUCUITO. (2021). *Plan de trabajo Anual 2021 de especialista en educacion: Ciencia y Tecnología*. 4, 41–48. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72430508>
- Vargas, L. (2018). *Inteligencia emocional y propuesta de intervención psicopedagógica en los estudiantes del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Champagnat, Tacna – 2017*. Universidad José Carlos Mariategui.
- Viviana Ponce y Elvia San Martin . (2010). *Las inteligencias múltiples y su relación con el aprendizaje en niños de educación básica*. Cuenca: Universidad de Cuenca.
- Yolanda Arrieta, Yulis Córdova y otros. (2015). *Habilidades emocionales del docente en su práctica pedagógica*. Barranquilla, Colombia.

ANEXOS

ANEXOS 1
Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	MUESTRA	METODOLOGÍA TIPO Y DISEÑO
<p>Problema general.</p> <p>¿Cuál es la efectividad del soporte socioemocional en la prevención del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli, 2021?</p> <p>Problemas específicos</p> <p>a. ¿Cuál es la efectividad del soporte socioemocional frente a los estresores en la prevención del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021?</p> <p>b. ¿Cuál es la efectividad del soporte socioemocional frente a las manifestaciones físicas del estrés, de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria ‘Perú-Birf Industrial’ de Juli en el año 2021?</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar la efectividad del soporte socioemocional en la prevención del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>a. Determinar la efectividad del soporte socioemocional frente a los estresores en la prevención del estrés de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria ‘Perú-Birf Industrial’ de Juli, 2021.</p> <p>b. Determinar la efectividad del soporte socioemocional frente a las manifestaciones físicas del estrés, de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria ‘Perú-Birf Industrial’ de Juli, 2021.</p> <p>c. Determinar la efectividad del soporte socioemocional sobre las manifestaciones psicológicas del estrés, de los estudiantes de la</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>Es efectivo el soporte socioemocional en la prevención del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021.</p> <p>Hipótesis específicas</p> <p>a. Es efectivo el soporte socioemocional frente a los estímulos estresores en los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021.</p> <p>b. Es efectivo el soporte socioemocional frente a las manifestaciones físicas del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021.</p> <p>c. Es efectivo el soporte socioemocional frente a las manifestaciones</p>	<p>Variable independiente</p> <p>Soporte socioemocional</p> <p>Variable dependiente</p> <p>Niveles de estrés de los estudiantes</p>	<p>Se elegirán de manera aleatoria 4 secciones con un total de 57 estudiantes.</p>	<p>El diseño de la investigación e de pre y post test con un grupo experimental y otro grupo de control que comprenderá tres pasos: un pre test, la introducción de la variable a ser estudiada y un post test o evaluación al final.</p>

<p>c. ¿Cuál es la efectividad del soporte socioemocional sobre las manifestaciones psicológicas del estrés, de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021?</p> <p>d. ¿Cuál es la efectividad del soporte socioemocional sobre las manifestaciones comportamentales del estrés, de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021?</p> <p>e. ¿Cuál es la efectividad del soporte socioemocional en relación a las tácticas para lidiar con el estrés, de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021?</p>	<p>Institución Educativa Secundaria “Perú-BIRF Industrial” de Juli, 2021.</p> <p>d. Determinar la efectividad del soporte socioemocional sobre las manifestaciones comportamentales del estrés, de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “Perú-BIRF Industrial” de Juli, 2021.</p> <p>e. Determinar la efectividad del soporte socioemocional en relación a las tácticas para lidiar con el estrés, de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “Perú-BIRF Industrial” de Juli, 2021.</p>	<p>psicológicas del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021.</p> <p>d. Es efectivo el soporte socioemocional frente a las manifestaciones comportamentales del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021.</p> <p>e. Es efectivo el soporte socioemocional para el uso de estrategias de afrontamiento del estrés de los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria ‘Perú Birf Industrial’ de Juli en el año 2021.</p>			
--	--	--	--	--	--