



Universidad César Vallejo

**ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Habilidades blandas y estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestro en Psicología Educativa

AUTOR:

Pizango Tangoa, Rusber Martin (orcid.org/0009-0009-3808-5349)

ASESORES:

Dr. Saavedra Sandoval, Renán (orcid.org/0000-0002-3018-9460)

Dra. Contreras Julian, Rosa Mabel (orcid.org/0000-0002-0196-1351)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Evaluación y Aprendizaje

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos los niveles

TARAPOTO – PERÚ

2024



Declaratoria de Autenticidad de los Asesores

Nosotros, SAAVEDRA SANDOVAL RENÁN , CONTRERAS JULIAN ROSA MABEL, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TARAPOTO, asesores de Tesis titulada: "Habilidades blandas y estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024", cuyo autor es PIZANGO TANGO RUSBER MARTIN, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 14.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

Hemos revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

TARAPOTO, 08 de Julio del 2024

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
CONTRERAS JULIAN ROSA MABEL DNI: 40035201 ORCID: 0000-0002-0196-1351	Firmado electrónicamente por: CJULIANR16 el 30-07-2024 23:17:28
SAAVEDRA SANDOVAL RENÁN DNI: 00974279 ORCID: 0000-0002-3018-9460	Firmado electrónicamente por: SSAAVEDRASA el 29-07-2024 21:25:48

Código documento Trilce: TRI - 0803171



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, PIZANGO TANGO A RUSBER MARTIN estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TARAPOTO, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Habilidades blandas y estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

Nombres y Apellidos	Firma
RUSBER MARTIN PIZANGO TANGO A DNI: 76784128 ORCID: 0009-0009-3808-5349	Firmado electrónicamente por: RMPIZANGOT el 08-07-2024 22:47:09

Código documento Trilce: TRI - 0803172

Dedicatoria

A Dios, quien me ha brindado fuerza necesaria, sabiduría y por no haber permitido que desista este camino académico. A mi papá Tomas y a mi mamá Margarita que fueron de gran apoyo en toda mi vida. A mis hermanos y hermanas que fueron un soporte emocional y económico en este proceso de mi formación profesional

Martin.

Agradecimiento

A la Universidad César Vallejo por haberme brindado la oportunidad de seguir formándome académicamente, y a los docentes por su paciencia, sus enseñanzas y sus grades ejemplos.

El autor.

Índice de contenidos

Caratula	i
Declaratoria de autenticidad del asesor	ii
Declaratoria de originalidad del autor	iii
Dedicatoria.....	iv
Agradecimiento	v
Índice de contenidos	vi
Índice de tablas	vii
Índice de figuras.....	viii
Resumen	ix
Abstract.....	x
I. INTRODUCCIÓN	1
II. METODOLOGÍA.....	12
III. RESULTADOS	12
IV. DISCUSIÓN.....	20
V. CONCLUSIONES	20
VI. RECOMENDACIONES.....	27
REFERENCIAS	28
ANEXOS.....	35

Índice de tablas

Tabla 1. Nivel de habilidades blandas.	15
Tabla 2. Nivel de estrés de los estudiantes.	15
Tabla 3. Prueba de normalidad.	16
Tabla 4. Relación entre las dimensiones de las habilidades blandas y el estrés estudiantes.	17
Tabla 5. Relación entre las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes.	18

Índice de figuras

Figura 1. Gráfico de dispersión entre las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes.....	18
--	----

Resumen

La investigación se relaciona con el ODS 4 consistente lograr el apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos los niveles y su meta 4.1 que trata de asegurar, que todas las niñas y todos los niños terminen la enseñanza primaria y secundaria; tuvo como objetivo: determinar la relación entre las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024. La investigación fue tipo básica, de alcance correlacional, no experimental, enfoque cuantitativo y corte transversal, cuya muestra fue de 190 estudiantes. La técnica de recolección la encuesta y como instrumento el cuestionario. Los resultados determinaron que ambas variables y sus dimensiones es medio. Concluyendo que, existe relación positiva alta y significativa entre las habilidades blandas y estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024, mediante el análisis estadístico del coeficiente de correlación Rho de Spearman se alcanzó un coeficiente de 0.716, y un p-valor igual a 0,000 ($p\text{-valor} \leq 0.01$), aceptando así la hipótesis de la investigación, además, el coeficiente de determinación fue 51,26 % de variabilidad entre variables.

Palabras clave: Habilidades, blandas, estrés, estudiantes.

Abstract

The research is related to SDG 4, which consists of achieving support for the reduction of gaps and deficiencies in education at all levels and its goal 4.1, which seeks to ensure that all girls and boys complete primary and secondary education, had with the objective of determining the relationship between soft skills and stress of Shawis students at the secondary level of the I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024. The research was basic, correlational in scope, non-experimental, quantitative and cross-sectional, with a sample of 190 students. The collection technique is the survey and the questionnaire as an instrument. The results determined that both variables and their dimensions are medium. Concluding that, there is a high and significant positive relationship between soft skills and stress of Shawis students at the secondary level of the I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024, through the statistical analysis of Spearman's Rho correlation coefficient, a coefficient of 0.716 was reached, and a p-value equal to 0.000 ($p\text{-value} \leq 0.01$), thus accepting the research hypothesis Furthermore, the coefficient of determination was 51.26% variability between variables.

Keywords: Skills, soft, stress, students.

I. INTRODUCCIÓN

En la sociedad actual, la mejora de la educación es un objetivo multifacético que involucra a diferentes actores, donde las habilidades blandas son una opción; además, de plantear una educación inclusiva que promueva entornos educativos inclusivos, atendiendo los requerimientos, diferencias culturales o dificultades de aprendizaje. En tal sentido, se busca incluir a las habilidades blandas dentro de la formación docente, para el adecuado desarrollo profesional de los educadores, enfocados en metodologías pedagógicas efectivas y atención a la diversidad en el aula, sin provocar el estado de estrés. Los mismos que conllevarán a una correcta evaluación y aprendizaje y por consiguiente, se relaciona con el ODS 4 consistente lograr el apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos los niveles y su meta 4.1 que trata de asegurar que todas las niñas y todos los niños terminen la enseñanza primaria y secundaria, en esa misma línea, Robinson (2009) define que: para mejorar la educación, es importante mejorar los aspectos razonables y creación para generar la adaptabilidad.

En esa misma línea, Armenta et al. (2020) indican que en Latinoamérica los niños y adolescentes tienden a experimentar mayores índices de estrés en relación a lazos familiar, académico y social, ya que estos se encuentran en constante desarrollo y en esta fase tienden a mostrar un cambio drástico a la hora de relacionarse con los demás; igualmente la carga escolar se incrementa ya que tienden a llevar más asignaturas generando mayores obligaciones y tareas escolares. Además, Terrazas et al. (2022) expresan que México posee el mayor índice de estrés alrededor del mundo. Esto se presenta principalmente por dos factores específicos: el primero está asociado con los índices de carencia que poseen las familias y la segunda con los cambios que surgen respecto a las metodologías de enseñanzas.

Asimismo, en el Perú, al referirse a estrés escolar, autores como Ramos et al. (2022) lo consideran como una actitud que se produce a causa de la labor escolar que se genera tanto dentro de las instituciones educativas como fuera de ellas; entre las principales actividades estresoras se encuentran los exámenes múltiples y trabajos en equipo. Así mismo, en base a su investigación, Torres y Ayala (2022)

aseveran que el estrés es generado por las actividades cotidianas, el entorno económico, parental y escolar, dentro de otro de los causales, lo que incrementa el problema del estrés académico a causa de la falta de recursos. A ello se suma, la procrastinación académica misma, que hace referencia a llevar a cabo otras tareas que resultan ser más placenteras a comparación de la carga estudiantil. La misma que ocasiona efectos negativos a nivel personal como de equipo.

De igual manera, en la región Loreto, dentro en las instituciones educativas que componen el ámbito regional se encontró que los principales causantes de estrés son la sobrecarga de trabajo, tiempo corto para finalizar una tarea o entregarla y problemas familiares, en específico, económicos, tales causales aumentan significativamente la posibilidad de que el alumno pueda padecer de estrés o cuadros elevados del mismo, además, se manifiesta con mayor notoriedad en el desempeño que evidencian los maestros a la hora de planificar la temática para la clase, así como, en el momento de utilizar las técnicas de comunicación, emplear las tecnologías existentes en el medio, desarrollar herramientas coherentes con el contexto académico, interactuar con los estudiantes y pares de manera individual y en equipo (Espinoza y Gallegos, 2020).

Finalmente, en el ámbito local, se considera que el estrés se genera cuando el estudiante percibe de manera negativa las actividades que se realizan en el ambiente (aula) y se incrementa cuando le resulta angustiante enfrentar a las situaciones que forman parte de su proceso académico. Bajo ese marco, en la Institución Educativa Kumpanamá, Nuevo Progreso, se ha logrado diagnosticar que gran parte de los estudiantes presentan niveles de estrés los cuales son generados por la carga de las actividades académicas que se realiza en la I.E Técnico Industrial Agropecuario Kumpanamá, en cuanto al nivel de exigencia, las metodologías de evaluación y los problemas asociados con las finanzas del hogar, lo cual desencadena trastornos físicos como el insomnio, falta de participación en clase, cansancio, ansiedad e inclusive ausentismo.

En esa línea correlativa, se establecerá como problema general: ¿Cuál es la relación entre las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria en la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto-2024? Y como problemas específicos: P1: ¿Cuál es el nivel de habilidades blandas en la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto-2024? P2: ¿Cuál es el nivel de estrés en la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto-2024? P3: ¿Cuál es la relación entre las dimensiones de las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto-2024?

El estudio se justificó por **conveniencia**, ya que mostró la realidad que envuelve a los estudiantes en correlación al tema. Además, permitió conocer de forma numérica el nivel de vínculo que existió entre los dos conceptos. La **relevancia social** hizo posible el estudio meticuloso en el alumnado para, a razón de ello, establecer estrategias de enseñanza que facilitaron el proceso de aprendizaje. **Valor teórico:** con el propósito de brindar información objetiva y actualizada del estudio de las variables, se recurrió a la búsqueda de revistas digitales como son Ebsco, Scielo y Scienca. **Implicancias prácticas:** Los resultados encontrados al finalizar el informe fueron dispuestos a manos de los directivos y docentes, de tal manera que se pongan en marcha acciones rápidas que generen cambios significativos en el comportamiento y sentir de los estudiantes. **Utilidad metodológica:** Los datos fueron recogidos de los alumnos con dos cuestionarios, los cuales posteriormente podrán ser empleados por otros estudiosos.

Además, esta investigación planteará como **objetivo general:** Determinar la relación entre las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto-2024 y como **objetivos específicos:** Identificar el nivel de habilidades blandas en la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto - 2024: Identificar el nivel de estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto - 2024: Analizar la relación entre las dimensiones de las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto - 2024.

A continuación se desarrolla la descripción de los estudios que han sido realizados con anterioridad por otros investigadores, como Morales et al. (2021), Moreno y Quintero (2021), Casali y Meneghetti (2023), quienes **concluyeron que**, a fin de conocer los datos correlativos que se originan entre los conceptos y considerando que la muestra a evaluar fue 246 estudiantes se establece que en las mujeres existen asociaciones más altas entre las reacciones psicológicas y el comportamiento ya que el r obtenido fue 0.736, por otro lado, en lo concerniente a la evaluación de los varones se encontró una asociación positiva entre la reacción física y el estrés puesto que el r hallado fue 0.780, además, a partir de los datos volcados de los encuestados se obtuvo que las habilidades blandas son bajas puesto que únicamente el 20% mostró un puntaje aceptable, por lo que, se hace necesario llevar a cabo actividades que propicien su desarrollo los cuales pueden originarse a partir del reforzamiento de la asignatura o la aplicación de cursos transversales, por otro lado, en consideración a la influencia de las variables se encontró que esta es significativa ya que $p < 0.05$.

De la misma forma, Palacio y Gutiérrez (2023), Estrada (2020), Cadillo et al. (2022), donde **concluyeron que**, los datos recolectados de parte de los 83 alumnos muestran que los docentes necesitan tener más empatía para con ellos, por lo tanto, es importante que desarrollen habilidades blandas para una buena capacidad de escucha con el propósito de que todo el alumnado perciba menos escenarios de estrés, de igual forma, dentro de la institución educativa es importante que se generen escenarios que propician la comunicación flexible y abierta ya que esto genera un mayor aprendizaje significativo, además, es posible aseverar que el vínculo que se genera entre las dos variables que son hábitos de estudio y estrés escolar es inversa y significativa esto a consecuencia que el Rho arrojó un valor negativo de -0.365 y p fue 0.00, entonces, se establece que los hábitos que poseen los estudiantes para desarrollar sus tareas y la labor propia de aprendizaje se encuentran correlacionada de manera baja con el estrés.

Aunado a ello, Vigo y Chávez (2020), Saavedra y Vásquez (2021), quienes **concluyeron que** los datos evidenciados de parte de los estudiantes encuestados muestran que alrededor del 44.56% de ellos poseen estrategias para

afrontar situaciones de estrés de manera moderada baja; del mismo modo, el estudio contrastó que el 36.95% posee síntomas de estrés de manera moderada baja y en lo relacionado a los estresores el 35.86% evidencia una tendencia mediana. Por consiguiente, se establece que las dimensiones que integran el concepto de estrés como son el frontamiento y los síntomas poseen con tendencia un mediano bajo y, por último, la dimensión estresores posee un nivel medio. Además, las habilidades blandas repercuten de modo significativo en el desarrollo intelectual, físico y psicomotor del estudiante, ya que de acuerdo a la prueba estadística de Nagelkerke se obtuvo un porcentaje del 32%.

En lo que respecta a las teorías de las habilidades blandas, se integró a la teoría de la comunicación, la cual sustenta principalmente la importancia de desarrollar una comunicación fluida y entendible dentro del campo organizacional como una de las habilidades fundamentales para poder interactuar con los demás, expresar emociones y necesidades (Rizo-García, 2011). Asimismo, se encuentra la teoría de la conducta humana, la cual brinda las bases esenciales para la convivencia en un entorno, ya sea social o laboral, poniendo como base a las conductas transversales que las personas deben desarrollar para lograr una interacción sana, la cual también es considerada como una habilidad porque requiere de la inteligencia contextual para actuar acorde con las circunstancias (Ribes-Iñesta, 2019). Además, se encuentra la teoría de los rasgos, la cual se sustenta sobre el liderazgo, la cual es considerada como una habilidad blanda porque permite no solo la comunicación asertiva, sino que además facilita la influencia positiva para poder encaminarlos al logro de resultados sobresalientes (Sánchez, 2022).

Continuando con el desarrollo del capítulo, a continuación, se muestra la evidencia teórica que avala cada variable de estudio en ese contexto. Respecto a las **habilidades blandas**, esta es conceptualizada conforme a los investigadores Rodríguez et al. (2021) como el grupo de destrezas que posee una persona, en este caso maestro y estudiante, que promueven el óptimo desempeño tanto en lo referido al crecimiento personal, académico, emocional e intelectual.

Según Mendoza (2021), la variable ha transitado por diversas nominaciones. A principios de los años 90, dicho concepto tomó el nombre de habilidades

constituyentes del siglo XXI, para posteriormente transitar habilidades no cognitivas, socio-académicas, transversales y empleables. Bajo este devenir de ideas, son considerados como un conjunto de competencias interpersonales. En tal sentido, se considera al tema como hacer frente de manera eficiente a las situaciones que surgen en los diversos contextos del hombre en los cuales se engloba el campo educativo, individual y profesional (Cerezo et al., 2024).

Por consiguiente, Fuentes et al. (2021) establecen que este conglomerado de capacidades es imprescindible dentro del ámbito laboral. Se menciona que las empresas en la actualidad requieren de profesionales con inteligencia emocional, ya que esto hace posible tomar decisiones elocuentes con el mercado y generar mayores beneficios colaterales. Por otro lado, según Díez-González et al. (2024), en el campo educativo se asevera que estas se evidencian durante el ciclo formativo del alumno, o sea, desde la etapa escolar hasta la superior; por consiguiente, de acuerdo con Mojtahedzadeh et al. (2024), es importante contar con metodologías estudiantiles pertinentes que promuevan un desarrollo intelectual óptimo.

De igual forma, Morozova et al. (2022) señalan que el concepto planteado se bifurca en dos grandes componentes: la primera está relacionada con el ámbito personal, que son básicamente aquellas que se relacionan con el mismo ser; dentro de ella se destaca la convivencia emocional, la autoconfianza, autodeterminación y valoración. La segunda constituye el campo social, que son aquellas que hacen referencia al involucramiento con los demás; dentro de esta se destaca la empatía, las relaciones interpersonales, el involucramiento político, el uso de herramientas de comunicación, el liderazgo, la resolución de dilemas y la capacidad para trabajar en equipo.

De la misma forma, para evaluar las dimensiones que posee la variable se citó a Rodríguez et al. (2021), mismas que se describen a continuación: A. **Autoestima**. Significa reconocer la importancia que tiene uno mismo sin desmerecer las cualidades que poseen las demás personas que se sitúan a nuestro alrededor; es, entonces, esta primera dimensión el reflejo de la autovalía que impacta de manera significativa en el nivel de confianza y satisfacción individual. Asimismo, de acuerdo

con Song y Cai (2024), la autoestima es considerada como un elemento fundamental que permite acrecentar la capacidad personal para enfrentar diferentes problemas dentro del entorno social y laboral. Por otro lado, según Merwe y Vuuren (2024), la autoestima permitirá mejorar las posibilidades de retención dentro de las aulas, así como también ayudará a reducir los niveles de estrés y problemas entre compañeros.

Seguidamente, la dimensión **empatía**, Rodríguez et al. (2021), corresponde a la capacidad que posee un individuo para comprender a detalle el sentir de alguien más, que bien puede ser un amigo, conocido o familiar. Consiste en procesar los hechos de manera cognitiva como si le sucedieran a uno mismo. Por lo tanto, constituye una acción que se cimienta en la respuesta de carácter afectivo. Asimismo, de acuerdo con Takács et al. (2024), permite brindar ayuda cuando se encuentren atravesando problemas complejos que requieran del apoyo dentro de su entorno. También, según Bundy et al. (2024), cuando se trata del mejoramiento de la empatía en los estudiantes, es necesario desarrollar estrategias congruentes con el nivel educativo y la edad de cada uno de ellos para lograr el cambio de ciertos patrones de conducta para una inclinación más humana.

Respecto a la dimensión **habilidades de comunicación**, Rodríguez et al. (2021) descansa en la capacidad que poseemos para emitir y escuchar un conjunto de ideas y opiniones en relación a las experiencias previas, valores, interés y conocimientos, los cuales favorecen el relacionamiento con los demás y promueven un mejor nivel de aprendizaje. Asimismo, según Gafni et al. (2024), el desarrollo de la comunicación corresponde a la integración de habilidades para poder expresar sus necesidades y sentimientos sin limitaciones, así como también mejorar las habilidades para una comunicación clara y precisa que sea entendible. Además, según de Macedo-Torres et al. (2024), la preparación competitiva de los docentes permitirá que los estudiantes puedan desarrollar este tipo de habilidades gracias a las instrucciones realizadas como parte del modelo educativo y la dinámica abordada durante las clases dinámicas.

En lo que concierne a las teorías del estrés de los estudiantes, se consideró la teoría de la teoría del miedo, la cual fue desarrollada por Mowrer (1974), donde sustenta principalmente que el estrés proviene de miedos en las personas, los cuales se asocian con patrones de preocupación sobre un particular, los mismos que producen la aparición de estrés (Behar et al., 2011). Asimismo, la teoría de la regulación de los estados emocionales por Davidson, 1994, la cual sustenta que la mala regulación de las emociones es un aliciente para la aparición de estrés en las personas, sobre todo de aquellas que se encuentran frente a dilemas variables en su día a día, dentro de los cuales se encuentran los grupos estudiantiles (Behar et al., 2011). Seguidamente, se encuentra la teoría del estrés de Selye, donde lo considera como una respuesta biológica desarrollada por las personas cuando se enfrentan a situaciones complejas que bloquean el pensamiento adecuado y raciocinio, así como también está relacionado con procesos hormonales (Ruiz, 2019).

Por otro lado, en lo concerniente al **estrés de los estudiantes** se citó como autores principales a Estrada et al. (2021), donde lo definieron como un proceso cognitivo que emerge cuando el alumno se ve sometido a diversas presiones que envuelven el contexto académico, como son las excesivas tareas individuales y grupales y la entrega pronta de trabajos, los cuales demandan de un mayor ejercicio de tiempo y por lo general son los propulsores de la angustia y/o ansiedad. Además, Luque et al. (2022) manifestaron que su aparición en la etapa escolar se debe a la amplia carga académica a que se encuentran expuestos los estudiantes, por lo que es necesario desarrollar una gestión óptima de estas actividades por parte de los docentes para no generar los problemas antes mencionados, así como también se debe realizar el apoyo respectivo para brindar una salida frente a estos dilemas presentados.

Además, Cassaretto et al. (2022) puntualizan que la variable es considerada como sistémica y psicológica que se sale a flote cuando el estudiante se enfrenta a situaciones que surgen en el contexto académico, las cuales son consideradas como factores estresores. Además, se suscita cuando el alumno se encuentra frente a un desequilibrio ambiental o familiar. En base a su estudio, Machaca (2022) asevera que existen dos formas en las que el sujeto responde a los factores de

estrés, dentro de los que destaca el psicológico. Este está representado por el conjunto de emociones y sentimientos que evidencia el alumno ante los hallazgos que se generan en el exterior. Fisiológicos, son entendidos como las respuestas que se producen a nivel corporal; estos pueden estar relacionados con el aumento de peso, desnivel cardíaco, entre otros. Por otro lado, Moreno-Jiménez et al. (2019), los escolares que no cuentan con el monitoreo de un adulto tienen mayores probabilidades de caer en cuadros de estrés, por lo que los docentes deben tomar atención a cualquier comportamiento o conducta como síntoma.

Además, Quiñones et al. (2022), mencionan que, el estrés es considerado como un problema debido a factores relacionado con el cansancio, lo cual esto puede afectar a muchos estudiantes en sus rendimientos; por lo tanto, es necesario tomar en cuenta estas deficiencias con el fin de poder establecer estrategias para mantener un buen sistema que permita mantener a los estudiantes sin ningún tipo de problema educativo. Asimismo, es importante la aplicación de estrategias dentro de la institución para velar por el buen servicio educativo al estudiante, a razón de no generar ningún tipo de incomodidad o estrés durante las clases dictadas por los docentes.

También, Jurado et al. (2022) establecen que las personas que padecen de estrés pueden desencadenar las siguientes consecuencias, mismas que se explican a partir de tres niveles: A. Físicas: fatiga, migraña, problemas digestivos, dificultad para conciliar el sueño, entre otros. B. Psicológicos: angustia, tristeza, impotencia, llanto, ira, depresión y ansiedad, e incluso pensamientos para atentar contra su propio bienestar y vida. C. Actitudinales, tendencias a discutir constantemente, aislamiento, desinterés para llevar a cabo sus actividades con total regularidad, disminución o aumento de apetito.

De acuerdo a Quiñones et al. (2022) los causales que incrementan el estrés en los estudiantes son: la labor en equipo, puesto que a la gran mayoría de alumnos les cuesta ser tolerables a las opiniones e ideas de los demás y se sienten incapaz de entablar relaciones interpersonales y académicas. La carga estudiantil, las responsabilidades y tareas encomendadas al estudiante deben ser equilibradas con su grado de instrucción, ya que de no ser así generará sentimientos asociados

con la impotencia y el desánimo (Hosseini-Ramaghani et al., 2024). Otros de los causales que incrementan el estrés son: el ambiente laboral inadecuado, escasez de los recursos didácticos, tiempo corto para desarrollar las actividades en clase o fuera de la institución educativa, malentendidos con los docentes o mal relacionamiento con los tutores encargados de llevar a cabo las asignaturas y, por último, los exámenes constantes (Martínez-Vicente et al., 2019).

Los autores Estrada et al. (2021) proponen como dimensiones para evaluar objetivamente a la variable: **estresores**. Se puede concebir a esta primera dimensión como aquel proceso de modificación dentro de la enseñanza-aprendizaje por medio de un compendio de herramientas adaptativas producto de la alta demanda y las nuevas exigencias que surgen en el entorno académico, las cuales pueden ser de dos tipos: internas, surge cuando aparece dentro de uno mismo, es decir, cuando somos exigentes y, por otro lado, se tienen las externas, que se generan por las presiones emitidas por otras personas, dentro de las que se destaca rendir exámenes, entregar pruebas, entre otros. Además, según Al-Momani et al. (2023), la vigilancia permanente a las actitudes y las actividades desarrolladas por parte de las personas permitirá identificar anticipadamente los estresores que puedan conllevar a desencadenar problemas de estrés. Asimismo, según Sierra et al. (2024), resulta importante la incorporación de mecanismos para capacitar a los estudiantes respecto a la identificación de estresores o acciones que puedan conllevar a la aparición de este problema, lo cual podrá actuar como un medio preventivo.

De igual forma, en cuanto a la dimensión **síntomas del estrés**, según Estrada et al. (2021), los agentes estresores desencadenan situaciones en las que el alumno presenta diversas reacciones, ya sea físicas, psicológicas o comportamentales, dentro de las primeras se menciona a la migraña, dolor de abdomen, trastornos de sueño, entre otros; en tanto, en las segundas se destaca la angustia, depresión, inestabilidad y la irritabilidad y, finalmente, en las últimas se menciona a los trastornos alimenticios, aislamiento, pereza y conflicto. Por otro lado, según Guevara-Plana et al. (2024), la capacidad de las personas para poder identificar los síntomas principales que conllevan al estrés permitirá reducir las posibilidades de caer en este problema debido a que se pueden tomar medidas anticipadas. Es por

ello que, según Solano-Chuma y Montero-Jácome (2024), el monitoreo psicológico de las personas es necesario para poder desarrollar la identificación de patrones de conducta que conlleva a la aparición del estrés, lo cual facilita la orientación para reducir este problema.

Respecto a la dimensión de **estrategias de afrontamiento al estrés**, según Estrada et al. (2021), representa los esfuerzos que realiza el estudiante a nivel emocional, comportamental y cognitivo para manejar las presiones internas y externas, dentro de las más resaltantes se destaca la resolución de contingencias, la cual se refiere al proceso que involucra la modificación de las demandas para encontrar soluciones prontas frente a los desafíos. Asimismo, según Sánchez-Buitrago et al. (2024), muchas veces las personas no han sido capacitadas para poder afrontar los problemas de estrés, por lo que generalmente aparecen complicaciones que afectan incluso el estado emocional, para lo cual es necesaria la orientación profesional. Además, según Bungawati y Taqwin (2022), se requiere la capacitación también de los docentes para poder capacitar a los alumnos dentro de las aulas respecto a las estrategias para afrontar los cuadros de estrés.

Finalmente, se tiene como **hipótesis general: H_i**: Existe relación significativa entre las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024 y como **hipótesis específicas: H₁**: El nivel de habilidades blandas en la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto - 2024, es alto. **H₂**: El nivel de estrés de los estudiantes en la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto - 2024, es alto. **H₃**: Existe relación significativa entre las dimensiones de las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes Shawis en la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto - 2024.

II. METODOLOGÍA

Por otro lado, fue de tipo básico, porque se desarrolló en base a la información real extraída de fuentes externas que permitieron llevar a cabo con la investigación (Puértolas, 2022). Concerniente al diseño, fue no experimental, porque no se efectuó manipulación a las variables con el propósito de poder ser analizadas para su desarrollo (Calle-Mollo, 2023). Además, tuvo un enfoque cuantitativo, debido a que se midió por medio de datos numéricos de acuerdo al estudio de cada una de las variables deliberadas (Castro-Maldonado et al., 2022). Asimismo, fue de corte transversal, porque buscó obtener resultados efectivos durante el desarrollo de la investigación en un periodo de tiempo determinado (Cvetkovic-Vega et al., 2021). También tuvo un alcance descriptivo correlacional, porque se tomó en cuenta la descripción de las variables para luego buscar la correlación entre ambas (Ramos-Galarza, 2020).

En lo que concierne a la variable habilidades blandas, se consideraron sus dimensiones: autoestima, empatía, habilidades de comunicación, para lo cual se emplearon sus indicadores respectivos para facilitar la medición correspondiente, tomando en cuenta una escala ordinal. Mientras tanto, en cuanto a la variable estrés en los estudiantes, se consideraron sus dimensiones: estresores, síntomas del estrés y estrategias de afrontamiento al estrés, cada uno de ellos tomando en cuenta sus indicadores respectivos; asimismo, se consideró una escala ordinal para su medición. Por otro lado, la población, según Hernández-González (2021), es todo aquello que es materia de estudio para la investigación, donde se llevó a cabo el recojo de información para su análisis. Para ello, se consideró a los 190 estudiantes de la Institución Educativa Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto-2024.

Respecto a los criterios de inclusión, se consideraron a los estudiantes que no mantuvieran materias desaprobadas y estudiantes que estuvieran matriculados en el ámbito académico. Mientras que, en los criterios de exclusión, se dejaron sin efecto a estudiantes no matriculados en el presente año y que estaban delicados de salud. Por ello, la muestra, según Castro-Maldonado et al. (2022), la muestra estuvo representada por una pequeña parte de la población, cuya finalidad fue ser estudiada para obtener información específica; estuvo conformada por 190

estudiantes de la Institución Educativa Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto - 2024. Respecto al muestreo, no se contó con muestreo porque se trabajó con el total de la población. Correspondiente a la unidad de análisis, fue un estudiante de la Institución Educativa Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto, 2024.

Por otro lado, la técnica fue la encuesta, la cual permitió el recojo de información a través del análisis de las preguntas cedidas a las personas que fueron involucradas dentro del proceso de investigación (Cisneros-Caicedo et al., 2022). Asimismo, el instrumento para las habilidades blandas fue de elaboración propia y estuvo estructurado en 16 enunciados, divididos en 3 dimensiones, adaptados de Osorio (2023). En cuanto a la variable estrés de los estudiantes, fue de elaboración propia y tuvo 16 enunciados, divididos en 3 dimensiones. Para ambos casos, la escala fue la ordinal de: Nunca = 1, Casi nunca = 2, A veces = 3, Casi siempre = 4, Siempre = 5. Asimismo, para ambas variables, la medición se hizo en base a tres niveles: bajo (15-35), medio (36-56) y alto (57-75).

Por consiguiente, la validación de los instrumentos se dio mediante expertos conocedores acerca de los temas abordados, los cuales brindaron su opinión dentro del cuestionario. Fue acabada la acreditación por medio del V de Aiken. En el caso del primer instrumento, el promedio fue de 0.95 (0.95 %), para la segunda fue 0.97 (0.97 %). Respecto a la confiabilidad, se calculó con el Alfa de Cronbach, cuyos valores son mayores a 0.70 (Ramos-Galarza, 2021). Respecto a la variable habilidades blandas, se alcanzó un resultado de 0.961; en la variable estrés de los estudiantes fue de 0.964, garantizando de esta forma una fiabilidad fuerte.

En lo concerniente a los procedimientos, se tuvo en cuenta la autorización de la institución, para luego dar inicio al planteamiento de la problemática general; asimismo, se procedió a realizar los antecedentes tomando en cuenta fuentes externas como Scopus, Scielo, etc., para poder efectuar todo el marco teórico; además, se tuvo en cuenta la población para ser analizada en el spss y obtener los resultados; en tanto, se utilizó el cuestionario que permitió obtener información confiable para finalmente realizar las conclusiones y recomendaciones. Para el análisis de los datos, se consideró el recojo de información mediante el análisis del programa SPSS en su versión 25, el cual permitió calcular sobre la relación

existente de las variables; asimismo, tomando en cuenta la muestra de 190, se empleó el Kolmogórov-Smirnov y se utilizó al coeficiente Rho de Spearman para comprobación de hipótesis, tomando en cuenta valores comprendidos entre -1 y 1.

De ese mismo modo, el desarrollo del proceso de investigación, garantizó el cumplimiento de los principios éticos internacionales: **principio de autonomía**, con la libertad de escoger el tema que más le parezca conveniente; **principio de beneficencia**, buscó beneficiar de una y otra manera a la organización durante todo el proceso de la investigación; **principio de no maleficencia**, ya que no buscó dañar la imagen institucional; **principio de justicia**, el trato debe de ser justo entre todos los participantes, sin causar desigualdad y respeto durante todo el procesos; **derecho**, ya que se respetó los derechos de cada participante, se hizo del **asentimiento informado**, ya que se tuvo la autorización de cada estudiante para la ejecución de los instrumentos, además del uso de las normas APA séptima edición y del reglamento de grados y títulos de la Universidad Cesar vallejo.

III. RESULTADOS

3.1. Identificar el nivel de habilidades blandas en la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024.

Tabla 1

Nivel de habilidades blandas

Variable	Nivel	Rango	f	%
Habilidades blandas	Bajo	16-37	58	31%
	Medio	38-59	88	46%
	Alto	60-80	44	23%
	Total		190	100%

Nota. Cuestionario aplicado a estudiantes de la Institución Educativa Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024.

Interpretación

Según la tabla, la variable **habilidades blandas** tiene un nivel bajo en 31 %, medio en 46 %, y alto en 23 %.

3.2. Identificar el nivel de estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024.

Tabla 2

Nivel de estrés de los estudiantes

Variable	Nivel	Rango	f	%
Estrés de los estudiantes	Bajo	16-37	56	30%
	Medio	38-59	90	47%
	Alto	60-80	44	23%
	Total		190	100%

Nota. Cuestionario aplicado a estudiantes de la Institución Educativa Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024.

Interpretación

Según la tabla, la variable **estrés de los estudiantes** tiene un nivel bajo en 30 %, medio en 47 %, y alto en 23 %.

Tabla 3*Prueba de normalidad.*

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Habilidades blandas	,183	190	,000
Autoestima	,146	190	,000
Empatía	,156	190	,000
Habilidades de comunicación	,123	190	,000
Estrés de los estudiantes	,129	190	,000
Estresores	,159	190	,000
Síntomas del estrés	,117	190	,000
Estrategias de afrontamiento al estrés	,124	190	,000

Fuente: Datos obtenidos del SPSS V.25

Tomando en cuenta el trabajo con una muestra de 190, se empleó el Kolmogorov-Smirnov^a. Siendo $p = 0,000$ cercanos a 0.05, sirve para conocer la distribución de la muestra y en base a eso determinar el coeficiente a utilizar para conocer las correlaciones, exponiendo una distribución no normal; por lo que se emplea el coeficiente de correlación Rho de Spearman para concretar las correlaciones.

3.3. Analizar la relación entre las dimensiones de las habilidades blandas y el estrés estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto - 2024.

Tabla 4

Relación entre las dimensiones de las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes.

			Autoestima	Empatía	Habilidades de comunicación	Estrés de los estudiantes
Rho de	Autoestima	Coeficiente de correlación	1,000	,918**	,937**	,695**
Spearman		Sig. (bilateral)	.	,000	,000	,000
		N	190	190	190	190
	Empatía	Coeficiente de correlación	,918**	1,000	,917**	,691**
		Sig. (bilateral)	,000	.	,000	,000
		N	190	190	190	190
	Habilidades de comunicación	Coeficiente de correlación	,937**	,917**	1,000	,722**
		Sig. (bilateral)	,000	,000	.	,000
		N	190	190	190	190
	Estrés de los estudiantes	Coeficiente de correlación	,695**	,691**	,722**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	.
		N	190	190	190	190

Nota: Datos obtenidos del SPSS V.25

Interpretación

Existe relación positiva moderada, alta y significativa entre las dimensiones de las habilidades blandas y el estrés estudiantes, con un Rho de Spearman de 0.691, 0.695, 0.722 y un p-valor de 0,000 (p-valor \leq 0.01), concordante con la aceptación de la hipótesis de investigación.

3.4. Determinar la relación entre las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024.

Tabla 5

Relación entre las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes.

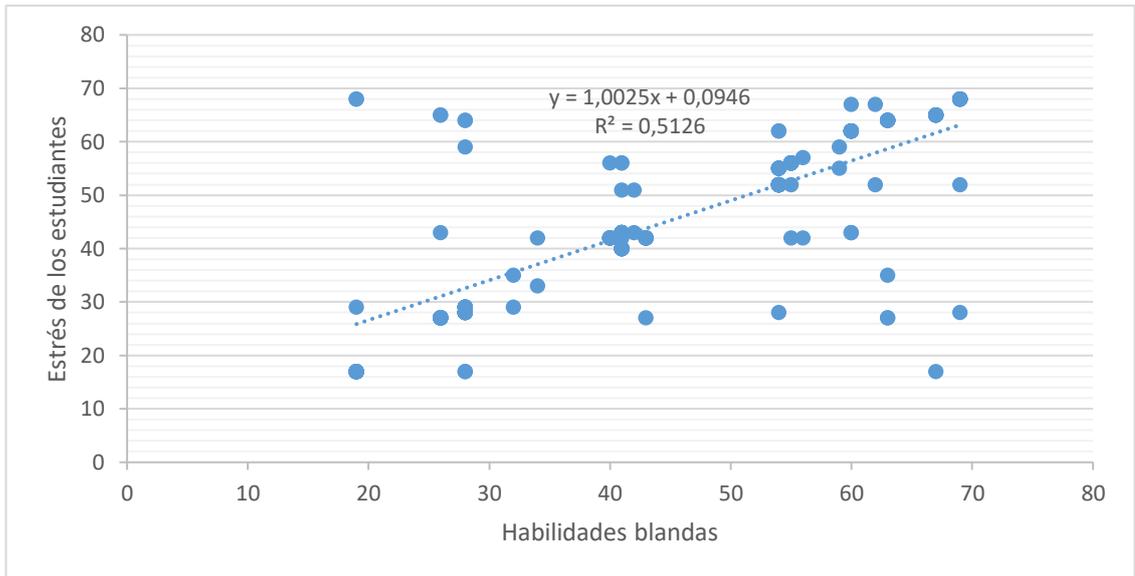
			Habilidades blandas	Estrés de los estudiantes
Rho de Spearman	Habilidades blandas	Coefficiente de correlación	1,000	,716**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	190	190
	Estrés de los estudiantes	Coefficiente de correlación	,716**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	190	190

Nota: Datos obtenidos del SPSS V.25

Interpretación

Existe relación positiva alta y significativa entre las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024, con un Rho de Spearman de 0.716, y un p-valor de 0,000 (p-valor \leq 0.01), concordante con la aceptación de la hipótesis de investigación.

Figura 1. Gráfico de dispersión entre las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes.



Nota: Elaboración propia a partir de las puntuaciones de la base de datos.

El coeficiente de determinación ($R^2 = 0.5126$), indica que el estrés de los estudiantes depende en 51,26 % de las habilidades blandas.

IV. DISCUSIÓN

Se destaca que el nivel de habilidades blandas es medio en 46 %, ya que no existe un grado de aceptación de parte de los estudiantes para que mejoren las habilidades que los especialistas requieren. Siendo coincidente con la teoría de la comunicación, según Rizo-García (2011), la cual sustenta principalmente la importancia de desarrollar una comunicación fluida y entendible dentro del campo organizacional como una de las habilidades fundamentales para poder interactuar con los demás, expresar emociones y necesidades. Es así como la comunicación entre ambas partes genera una gran ventaja competitiva para que se desarrollen actividades complementarias en cuando al aprendizaje que se dan constantemente.

Coincide con Morales et al. (2021), que en lo concerniente a la evaluación de los varones se encontró una asociación positiva entre la reacción física y el estrés puesto que el r hallado fue 0.780, además, a partir de los datos volcados de los encuestados se obtuvo que las habilidades blandas son bajas puesto que únicamente el 20 % mostró un puntaje aceptable, por lo que se hace necesario llevar a cabo actividades que propicien su desarrollo, las cuales pueden originarse a partir del reforzamiento de la asignatura o la aplicación de cursos transversales. Por otro lado, en consideración a la influencia de las variables se encontró que esta es significativa, ya que $p < 0.05$. Es por ello que la evaluación que hacen hacia los docentes debe estar avalada por especialistas para que así se implementen las habilidades blandas dentro de lo estipulado.

Además, coincide con Morozova et al. (2022) que señalan que el concepto planteado se bifurca en dos grandes componentes: la primera está relacionada con el ámbito personal, que son básicamente aquellas que se relacionan con el mismo ser; dentro de ella se destaca la convivencia emocional, la autoconfianza, autodeterminación y valoración. La segunda constituye el campo social, que son aquellas que hacen referencia al involucramiento con los demás; dentro de esta se destaca la empatía, las relaciones interpersonales, el involucramiento político, el uso de herramientas de comunicación, el liderazgo, la resolución de dilemas y la capacidad para trabajar en equipo. Por lo tanto, el involucramiento de los

estudiantes es primordial para que se desarrolle una calidad de enseñanza adecuada dentro de los ambientes estudiantiles, destacando las relaciones interpersonales.

Por consiguiente, el nivel de estrés de los estudiantes es medio en 47 %, ya que no se cumplen con las expectativas de los alumnos, generando un grado de estrés por la falta de interés dentro de las aulas. Siendo coincidente con la teoría del miedo, la cual fue desarrollada por Mowrer (1974), según Behar et al. (2011), donde sustenta principalmente que el estrés proviene de miedos en las personas, los cuales se asocian con patrones de preocupación sobre un particular, los mismos que producen la aparición de estrés. Es por ello que dentro de una enseñanza no debe surgir el miedo a los docentes, ya que son ellos quienes desde una primera visión generan una educación y así pueden mantener un salón de clases divertido sin el estrés anticipado. En tanto, el estrés es considerado como un problema debido a factores relacionados con el cansancio, lo cual puede afectar a muchos estudiantes en sus rendimientos; por lo tanto, es necesario tomar en cuenta estas deficiencias con el fin de poder establecer estrategias para mantener un buen sistema que permita mantener a los estudiantes sin ningún tipo de problema educativo.

Por ende, coincide con Vigo y Chávez (2020) que los datos evidenciados de parte de los estudiantes encuestados muestran que alrededor del 44.56% de ellos poseen estrategias para afrontar situaciones de estrés de manera moderada baja; del mismo modo, el estudio contrastó que el 36.95% posee síntomas de estrés de manera moderada baja y en lo relacionado a los estresores el 35.86% evidencia una tendencia mediana. Por consiguiente, se establece que las dimensiones que integran el concepto de estrés como son afrontamiento y síntomas poseen con tendencia un mediano bajo y, por último, la dimensión estresores posee un nivel medio. De esa manera, un promedio de estudiantes se siente estresado dentro de un aula de estudio, ya que esto se debe al poco interés de los especialistas por buscar nuevas estrategias para que mantengan atentos a los alumnos. Asimismo, es importante la aplicación de estrategias dentro de la institución para velar por el buen servicio educativo al estudiante, a razón de no generar ningún tipo de incomodidad o estrés durante las clases dictadas por los docentes.

De ese mismo modo, coincide con Luque et al. (2022) que manifestaron que su aparición en la etapa escolar se debe a la amplia carga académica al que se encuentran expuestos los estudiantes, por lo que es necesario desarrollar una gestión óptima de estas actividades por parte de los docentes para no generar los problemas antes mencionados, así como también se debe realizar el apoyo respectivo para brindar una salida frente a estos dilemas presentados. Es así como la carga académica genera estrés en la vida diaria de los estudiantes, ya que no aprecian las actividades que realizan los especialistas; es por ello que el estado genera actividades para que mantengan el interés de los estudiantes por querer aprender constantemente.

Por lo tanto, existe una relación positiva moderada, alta y significativa entre las dimensiones de las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes. Con un Rho de Spearman que se alcanzó de 0.691, 0.695, 0.722 y un p-valor de 0,000, estos resultados destacan que mientras exista un nivel de estrés hacia los estudiantes, así mismo existirán habilidades blandas dentro de las instituciones. Siendo coincidente con la teoría de la conducta humana, según Ribes-Iñesta (2019), la cual brinda las bases esenciales para la convivencia en un entorno, ya sea social o laboral, poniendo como base a las conductas transversales que las personas deben desarrollar para lograr una interacción sana, la cual también es considerada como una habilidad porque requiere de la inteligencia contextual para actuar acorde con las circunstancias. Es así como la convivencia dentro de las instituciones es un factor clave para mejorar las habilidades que los docentes presentan para una mejor comunicación en cuanto a las conductas que presentan constantemente.

Por consiguiente, coincide con Palacio y Gutiérrez (2023), que es importante que desarrollen habilidades blandas para una buena capacidad de escucha con el propósito de que todo el alumnado perciba menos escenarios de estrés, de igual forma, dentro de la institución educativa es importante que se generen escenarios que propician la comunicación flexible y abierta ya que esto genera un mayor aprendizaje significativo, además, es posible aseverar que el vínculo que se genera entre las dos variables que son hábitos de estudio y estrés escolar es inversa y significativa esto a consecuencia que el Rho arrojó un valor negativo de -0.365 y p fue 0.00, entonces, se establece que los hábitos que poseen los estudiantes para

desarrollar sus tareas y la labor propia de aprendizaje se encuentran correlacionada de manera baja con el estrés. Es por ello que las habilidades blandas deben estar presentes en cada centro educativo para que los alumnos eviten mantenerse estresados por una actividad académica que se brinda en el transcurso de las clases.

Por ello, coincide con Machaca (2022), que asevera que existen formas en las que el sujeto responde a los factores de estrés, dentro de los que destaca psicológico, que está representado por el conjunto de emociones y sentimientos que evidencia el alumno ante los hallazgos que se generan en el exterior. Fisiológicos, son entendidos como las respuestas que se producen a nivel corporal; estos pueden estar relacionados con el aumento de peso, desnivel cardiaco, entre otros. Es por ello que se implementaron actividades que ayuden a controlar el estrés que sienten los estudiantes al recurrir a clases. Anteriormente se ha visto afectado el bajo nivel que presentan los estudiantes, ya que no se sienten motivados para que mejoren en lo que son las relaciones interpersonales.

Por otro lado, Fuentes et al. (2021) establecen que este conglomerado de capacidades es imprescindible dentro del ámbito laboral. Se menciona que las empresas en la actualidad requieren de profesionales con inteligencia emocional, ya que esto hace posible tomar decisiones elocuentes con el mercado y generar mayores beneficios colaterales. Por otro lado, según Díez-González et al. (2024), en el campo educativo se asevera que estas se evidencian durante el ciclo formativo del alumno, o sea, desde la etapa escolar hasta la superior; por consiguiente, de acuerdo con Mojtahedzadeh et al. (2024), es importante contar con metodologías estudiantiles pertinentes que promuevan un desarrollo intelectual óptimo.

Por otro lado, existe una relación positiva alta y significativa entre las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto-2024, con un Rho de Spearman de 0.716 y un p-valor de 0,000. Además, indica que el estrés de los estudiantes depende en 51,26 % de las habilidades blandas. Dichos resultados muestran que mientras existan mayores habilidades blandas, mayor será el estrés de los estudiantes.

Siendo coincidente con la teoría de los rasgos, según Sánchez (2022), la cual se sustenta sobre el liderazgo, la cual es considerada como una habilidad blanda porque permite no solo la comunicación asertiva, sino que además facilita la influencia positiva en un grupo de personas para poder encaminarlos hacia el logro de resultados sobresalientes. Es por ello que esta teoría se relaciona con la falta de comunicación que existen dentro de las instituciones, ya que no generan el interés de los alumnos para que puedan aprender de una manera más constante.

Por consiguiente, coinciden con Fuentes et al. (2021), que establecen que este conglomerado de capacidades es imprescindible dentro del ámbito laboral. Se menciona que las empresas en la actualidad requieren de profesionistas con inteligencia emocional, ya que esto hace posible tomar decisiones elocuentes con el mercado y generar mayores beneficios colaterales. Es así como el estado se centra en contratar un personal experimentado, para que pueda ofrecer los servicios adecuados en lo que adquiere un estudiante, y con ello pueda aprender de una manera adecuada, generando diversas estrategias en cuanto a las habilidades que muestran constantemente para conseguir un objetivo adecuado.

Asimismo, Morozova et al. (2022) señalan que el concepto planteado se bifurca en dos grandes componentes: la primera está relacionada con el ámbito personal, que son básicamente aquellas que se relacionan con el mismo ser; dentro de ella se destaca la convivencia emocional, la autoconfianza, autodeterminación y valoración. La segunda constituye el campo social, que son aquellas que hacen referencia al involucramiento con los demás; dentro de esta se destaca la empatía, las relaciones interpersonales, el involucramiento político, el uso de herramientas de comunicación, el liderazgo, la resolución de dilemas y la capacidad para trabajar en equipo.

De esa manera coincide con Mendoza (2021), la variable ha transitado por diversas nominaciones. A principios de los años 90 dicho concepto tomó el nombre de habilidades constituyentes del siglo XXI, para posteriormente transitar habilidades no cognitivas, socio-académicas, transversales y empleables. Bajo este devenir de ideas, son considerados como un conjunto de competencias interpersonales y la gestión del tiempo, entre otras. Es por ello que la comunicación es fundamental

para que puedan trabajar de una manera equitativa dentro de un ambiente laboral, aplicando estrategias básicas en mejorar habilidades blandas, evitando el estrés para un mejor desarrollo laboral.

Además, Cassaretto et al. (2022) puntualizan que la variable es considerada como sistémica y psicológica que se sale a flote cuando el estudiante se enfrenta a situaciones que surgen en el contexto académico, las cuales son consideradas como factores estresores. Además, se suscita cuando el alumno se encuentra frente a un desequilibrio ambiental o familiar. En base a su estudio, Machaca (2022) asevera que existen dos formas en las que el sujeto responde a los factores de estrés, dentro de los que destaca el psicológico. Este está representado por el conjunto de emociones y sentimientos que evidencia el alumno ante los hallazgos que se generan en el exterior. Fisiológicos, son entendidos como las respuestas que se producen a nivel corporal; estos pueden estar relacionados con el aumento de peso, desnivel cardiaco, entre otros. Por otro lado, Moreno-Jiménez et al. (2019), los escolares que no cuentan con el monitoreo de un adulto tienen mayores probabilidades de caer en cuadros de estrés, por lo que los docentes deben tomar atención a cualquier comportamiento o conducta como síntoma.

V. CONCLUSIONES

Existe una relación positiva alta y significativa entre las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto-2024, con Rho de Spearman de 0.716, y un p-valor de 0,000 (p-valor ≤ 0.01), además, indica que el estrés de los estudiantes depende en 51,26 % de las habilidades blandas.

El nivel de habilidades blandas es medio en 46 %, ya que no existe un grado de aceptación de parte de los estudiantes para que mejoren las habilidades que los especialistas requieren.

El nivel de estrés de los estudiantes es medio en 47 %, ya que no se cumplen con las expectativas de los alumnos, generando un grado de estrés por la falta de interés dentro de las aulas.

Existe una relación positiva moderada, alta y significativa entre las dimensiones de las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes. Con un Rho de Spearman se alcanzó un coeficiente de 0.691, 0.695, 0.722 y un p-valor de 0,000 (p-valor ≤ 0.01).

VI. RECOMENDACIONES

Al director de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto, contar con metodologías académicas pertinentes que promuevan un desarrollo intelectual óptimo del estudiante, mediante el desarrollo de estrategias didácticas de acuerdo al nivel de cada educando.

Al personal docente de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto, contar con la capacidad para emitir y escuchar las ideas y opiniones en relación a las experiencias previas, valores, interés y conocimientos de los estudiantes sobre diversos puntos desarrollados en clases, los cuales favorecen una mejor relación entre compañeros de clase y los demás, promoviendo un mejor nivel de aprendizaje.

Al personal docente de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto, desarrollar una gestión óptima de las actividades académicas para hacer frente de manera eficiente a las situaciones que surgen en los diversos contextos, incluyendo la comunicación, la resolución de conflictos, el liderazgo y la gestión del tiempo, entre otras por parte del estudiante.

Al responsable del área de psicología de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto, Realizar un adecuado monitoreo psicológico de los alumnos para poder desarrollar la identificación de patrones de conducta que conlleve a una estabilización emocional y con ello mejorías en sus aprendizajes.

REFERENCIAS

- Al-Momani, M., Alrabadi, I., Mefleh Al-Mzary, M., Mustafa, D., y Al-Jarah, S. (2023). Academic Problems Facing University Students under the Corona pandemic from Their Viewpoints. *International Journal of Educational Research and Innovation*, 19(1). DOI: 10.46661/ijeri.6411
- Armenta-Zazueta, L., Quiroz-Campas, C., Y., Abu ndis-De León, F. y Zea-Verdin, A. (2020). Influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. *Revista espacios*, 41(48), 1-14. <https://doi.org/10.48082/espacios-a20v41n48p30>
- Behar, E., DiMarco, I., Hekler, E., Mohlman, J., y Staples, A. (2011). Modelos teóricos actuales del trastorno de ansiedad generalizada (TAG): revisión conceptual e implicaciones en el tratamiento. *Revista de Toxicomanías*, 1(63). https://www.cat-barcelona.com/uploads/rets/Ret63_2.pdf
- Bundy, H., Sunkara, P., Sitammagari, K., Hetherington, T., Hole, C., y Murphy, S. (2024). Soft Skills: The Work of Communication and Persuasion Among Nurse Navigators in Hospital at Home Programs. *Journal of Nursing Administration*, 54(4). DOI: 10.1097/NNA.0000000000001417
- Bungawati, A., y Taqwin, T. (2022). The Relationship between Gender, Education Level, and Age on Work Stress Public High School Teachers in Indonesia. *Gaceta Medica de Caracas*, 130(1). DOI: 10.47307/GMC.2022.130.S1.33
- Cadillo-Leiva, G. S., Valentin-Centeno, L. M. y Huaire-Inacio, E. J. (2022). Género y desarrollo de las habilidades blandas en el ámbito educativo durante la pandemia por COVID-19. *Revista ConCiencia EPG*, 7(2), 1-15. <https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.7-2.1>
- Calle-Mollo, S. (2023). Diseños de investigación cualitativa y cuantitativa. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 1865-1879. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7016
- Casali, N. y Meneghetti, C. (2023). Soft Skills and Study-Related Factors: Direct and Indirect Associations with Academic Achievement and General Distress in University Students. *Education Sciences*, 13(6), 1-14. <https://doi.org/10.3390/educsci13060612>
- Cassaretto, M., Vilela, P. y Gamarra, L. (2021, diciembre 23). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud,

características sociodemográficas y académicas. *LIBERABIT. Revista Peruana De Psicología*, 27(2), 1-18
<https://doi.org/https://doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>

- Castro-Maldonado, J., Gómez-Macho, L., Camargo-Casallas, E. (2022). La investigación aplicada y el desarrollo experimental en el fortalecimiento de las competencias de la sociedad del siglo XXI. *Tecnura*, 27 (75).
<https://doi.org/10.14483/22487638.19171>
- Cerezo, E., González-González, C., y Bonillo, C. (2024). Empowering soft skills in children with ADHD through the co-creation of tangible tabletop games. *Universal Access in the Information Society*, 23(1). DOI: 10.1007/s10209-023-01041-7
- Cisneros-Caicedo, A., Guevara-García, A., Urdánigo-Cedeño, J., Garcés-Bravo, J. (2022). Técnicas e Instrumentos para la Recolección de Datos que apoyan a la Investigación Científica en tiempo de Pandemia. *Ciencias Económicas y Empresariales*. <http://dx.doi.org/10.23857/dc.v8i41.2546>
- Cvetkovic-Vega, A., Maguiña, J., Lama-Valdivia, J. (2021). Estudios transversales. *Facultad de Medicina Humana*, 21 (1). DOI 10.25176/RFMH.v21i1.3069
- de Macedo-Torres, G., Fontão, A., y Gadelha, B. (2024). Building soft skills through a role-play based approach for Requirements Engineering remote education. *Journal of the Brazilian Computer Society*, 30(1). DOI: 10.5753/jbcs.2024.3071
- Díez-González, M., Marcos-Sánchez, R., Zaragoza-Benzal, A., y Ferrández, D. (2024). Social–Emotional Management to Promote Quality in Education: A Training Program for Teachers. *Education Sciences*, 14(3). DOI: 10.3390/educsci14030228
- Espinoza-Mina, M. A. y Gallegos-Barzola, S. (2020). Habilidades blandas en la educación y la empresa: Mapeo Sistemático. *Revista Uisrael*, 7(2), 1-18.
<http://scielo.senescyt.gob.ec/pdf/rcuisrael/v7n2/2631-2786-rcuisrael-7-02-00039.pdf>
- Estrada-Araoz, E. G. (2020). Hábitos de estudio y estrés académico en estudiantes de una institución educativa pública de Puerto Maldonado. *Socialium. Revista científica de ciencias sociales*. *Socialium revista científica de*

<https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2020.4.2.557>

- Estrada-Araoz, E. G., Mamani-Roque, M., Gallegos-Ramos, N. A., Mamani-Uchasara, H. J. Zuloaga Araoz, M. C. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del Covid-19. *AVFT Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1), 89-93. <http://doi.org/10.5281/zenodo.4675923>
- Fuentes, G. Y., Moreno-Murcia, L. M., Rincón-Tellez, D. C. y Silva-Garcia, M. B. (2021). Evaluación de las habilidades blandas en la educación superior. *Formación Universitaria*, 14(4), 49-60, <http://doi.org/10.4067/S0718-50062021000400049>
- Gafni, R., Aviv, I., Kantsepolsky, B., Sherman, S., Rika, H., Itzkovich, Y., y Barger, A. (2024). Objectivity by design: The impact of AI-driven approach on employees' soft skills evaluation. *Information and Software Technology*, 170(1). DOI: 10.1016/j.infsof.2024.107430
- Guevara-Plana J., Hernández-Roque A., y Alaniz-Arcos J. (2024). Mental health associated with the COVID-19 pandemic in physiotherapy students at the National Autonomous University of Mexico. *Fisioterapia*, 46(2). DOI: 10.1016/j.ft.2023.11.002
- Haugan, J. A., Frostad, P. y Mjaavatn, P. E. (2021). Stressors and vulnerability during upper secondary school: subjective experiences of classroom climate and coping beliefs as predicting factors of school stress in Norway. *Social Psychology of Education*, 24(5), 1125-1144. <https://doi.org/10.1007/s11218-021-09662-7>
- Hernández-González, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 37 (3). DOI: 6106.22370.36364c73-ffd9-41e9-93d5-e24e87d74e4e.1643990447
- Hosseini-Ramaghani, N., Rezaei, F., Sepahvandi, M., Gholamrezaei, S., y Mirderikvand, F. (2019). The mediating role of the metacognition, time perspectives and experiential avoidance on the relationship between childhood trauma and post-traumatic stress disorder symptoms. *European*

Journal of Psychotraumatology, 10(1). DOI:
10.1080/20008198.2019.1648173

- Jurado-Botina, L., Montero-Bolaños, C., Carlosama-Rodríguez, D. y Tabares-Díaz, Y. . (2022). Estrés académico en estudiantes universitarios de Iberoamérica: una revisión sistemática. *Cuadernos Hispanoamericanos De Psicología*, 2021(2), 1–18. <https://doi.org/10.18270/chps.v2021i2.3917>
- Khan, A., Lee, E. Y. y Horwood, S. (2022). Adolescent screen time: associations with school stress and school satisfaction across 38 countries. *European Journal of Pediatrics*, 181(6), 2273-2281. <https://doi.org/10.1007/s00431-022-04420-z>
- Luque-Vilca, O. M., Bolivar-Espinoza, N., Achahui-Ugarte, V. E. y Gallegos Ramos, J. R. (2022). Estrés académico en estudiantes universitarios frente a la educación virtual asociada al covid-19. *Puriq*, 4, 1-22. <https://doi.org/10.37073/puriq.4.1.200>
- Machaca-Luna, Y. R. (2022). Factores psicosociales relacionados con el estrés académico en los estudiantes de enfermería en tiempos de COVID-19. *Investigación E Innovación: Revista Científica De Enfermería*, 2(2), 58–66. <https://doi.org/10.33326/27905543.2022.2.1495>
- Martínez-Vicente, M., Suárez-Riveiro, J., y Valiente-Barroso, C. (2019). Daily childhood stress and factors related to academic learning as predictors of academic achievement. *Ansiedad y Estrés*, 25(2). DOI: 10.1016/j.anyes.2019.08.002
- Mendoza-Egusquiza, C. L. (2021). Desarrollo de habilidades blandas a partir de experiencias extraescolares en Perú. Aprendizajes de las actividades de organizaciones sin fines de lucro en escuelas públicas de Lima. *Contratexto*, (36), 87-117. <https://doi.org/10.26439/contratexto2021.n036.5193>
- Mojtahedzadeh, R., Hasanvand, S., Mohammadi, A., Malmir, S., y Vatankhah, M. (2024). Students' experience of interpersonal interactions quality in e-Learning: A qualitative research. *PLoS ONE*, 19(3). DOI: 10.1371/journal.pone.0298079
- Morales-Mota, S., Meza-Marín, N. y Rojas-Solís, J. L. (2021). Estrés académico en estudiantes mexicanos de nivel medio superior durante el confinamiento

- por COVID-19. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, (48), 1.21. <https://www.scielo.org.mx/pdf/dilemas/v9nspe1/2007-7890-dilemas-9-spe1-00048.pdf>
- Moreno-Jiménez, G., Martínez-Gómez, J., Gómez-Rosero, S., Bustamante-Villagómez, D. (2019). Behavioral effects on the participation of students in research projects at the area of mechanical engineering. *Espacios*, 40(2). <https://www.revistaespacios.com/a19v40n02/a19v40n02p22.pdf>
- Moreno-Murcia, L. M. y Quintero-Pulgar, Y. A. (2021). Relación entre la formación disciplinar y el ciclo profesional en el desarrollo de las habilidades blandas. *Formación Universitaria*, 14(3), 65-74. <https://doi.org/10.4067/S0718-50062021000300065>
- Morozova, M., Fasolko, T., Poliuha, V., Veselska, L. y Bagration, K. P. (2022). Training communication and conflict resolution soft skills in students. *Apuntes Universitarios: Revista de Investigación*, 12(3), 236-252. <https://doi.org/10.17162/au.v12i3.1113>
- Osorio, D. J. (2023). *Aprendizaje colaborativo, uso de las TICS y habilidades blandas de los internos en psicología de una asociación civil, Lima 2022*. [Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/108225/Osorio_GDJ-SD.pdf?sequence=1
- Paz, A. (2022). *Autorregulación del Aprendizaje y Estrés Académico en Estudiantes de Quinto Año del Colegio Juan Jiménez Pimentel, Tarapoto, 2022*. [Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/95476/Paz_MA-SD.pdf?sequence=4
- Palacio-Chavarriaga, C. y Gutiérrez-Avenidaño, J. (2023). La empatía de los maestros como habilidad protectora frente al estrés escolar. *Revista Interamericana De Investigación Educación Y Pedagogía RIIEP*, 16(1), 189–211. <https://doi.org/10.15332/25005421.aaaa>
- Puértolas, R. (2023). Investigación aplicada en diseño. Etapas de actividad. *Gráfica*. DOI: 10.5565/rev/grafica.282
- Quiñones-Laveriano, D. M., Cervera-Ocaña, M. S., Porro-Díaz, L. V., Reynel, Karla J. y De La Cruz-Vargas, J. (2022). Correlation between stress and lifestyle

- in teachers at some schools in Lima, Peru, during telework in 2020. *Work*, 72(2), 409-419. <http://doi.org/10.3233/WOR-211224>
- Ramos-Galarza, C. (2020). Los alcances de una investigación. *CienciAmérica*, 9 (3). <http://dx.doi.org/10.33210/ca.v9i3.336>
- Ramos-Galarza, C. (2021). Diseños de investigación experimental. *CienciAmérica*, 10 (1). <http://dx.doi.org/10.33210/ca.v10i1.356>
- Ramos-Montoya, S. R., Bedoya-Suárez, J. M. L. y Ninamango-Malqui, E. S. (2022). Estrés postraumático y resiliencia en estudiantes del quinto año de secundaria de instituciones educativas de Lima Sur en tiempos de pandemia. *Revista Psicológica Hered.*, 15(2), 54-60. <https://doi.org/10.20453/rph.v15i2.4412>
- Ribes-Iñesta, E. (2019). ¿Teoría de la conducta o teoría de la psicología? <https://www.uv.mx/rmipe/files/2020/01/Teoria-de-la-conducta-o-teoria-de-la-psicologia.pdf>
- Rizo García, M. (2011). Reseña de "Teoría de la comunicación humana" de Paul Watzlawick. *Razón y Palabra*, 1(75). <https://www.redalyc.org/pdf/1995/199518706028.pdf>
- Rodríguez-Siu, J.L., Rodríguez-Salazar, R. E. y Fuerte Montaña, L. (2021). Habilidades blandas y el desempeño docente en el nivel superior de la educación. *Propósitos y Representaciones*, 9(1), 1-10. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9n1.1038>
- Ruiz, L. (2019). La teoría del estrés de Selye: qué es y qué explica. *Psicología y mente*. <https://psicologiaymente.com/psicologia/teoria-estres-selye>
- Saavedra-Carrión, N. P. y Vásquez Urbina, G. S. (2021). Habilidades blandas en la convivencia escolar en estudiantes de quinto grado de primaria. Ica, 2021. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(5), 8785-8798. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i5.954
- Sánchez, G. (2022). Las principales teorías del liderazgo. *La mente es maravillosa*. <https://lamenteesmaravillosa.com/las-principales-teorias-del-liderazgo/>
- Sánchez-Buitrago, J., Pedraza-Álvarez, L., y Vilorio-Escobar, J. (2024). Impact of Colombian schools on the level of environmental awareness of students. *Revista de Ciencias Sociales*, 30(1). [10.31876/rcs.v30i1.41651](https://doi.org/10.31876/rcs.v30i1.41651)

- Sierra, C., Boente, C., Zitouni, A., Baelo, R., y Rosales-Asensio, E. (2024). Resilient Strategies for Internet-Based Education: Investigating Engineering Students in the Canary Islands in the Aftermath of COVID-19. *Sustainability (Switzerland)*, 16(4). DOI: 10.3390/su16041574
- Solano-Chuma, J., y Montero-Jácome, C. (2024). Difficulties during virtual education with students during the confinement by the Covid-19 pandemic in Cañar, Ecuador. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 4(1). DOI: 10.56294/saludcyt2024795
- Song, H., y Cai, L. (2024). Interactive learning environment as a source of critical thinking skills for college students. *BMC Medical Education*, 24(1). DOI: 10.1186/s12909-024-05247-y
- Takács, R., Takács, S., Kárász, J., Oláh, A., y Horváth, Z. (2024). Applying Q-methodology to investigate computer science teachers' preferences about students' skills and knowledge for obtaining a degree. *Humanities and Social Sciences Communications*, 11(1). DOI: 10.1057/s41599-024-02794-z
- Terrazas, A., Velázquez-Castro, J., & Testón-Franco, N. (2022). El estrés académico y afectaciones emocionales en estudiantes de nivel superior. *Revista Innova Educación*, 4(2), 132–146. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2022.02.008>
- Torres-Soriano J. L. y Ayala-Mendívil, R. E. (2022). El estrés académico y su relación en la calidad de vida de estudiantes de un colegio residentado del Perú. *Revista Científica Cuidado y Salud Pública*, 2(2),63-68. <https://doi.org/10.53684/csp.v2i2.55>
- van der Merwe, A., y van Vuuren, C. (2024). Creating transformational learning experiences for 21st century healthcare students through preclinical skills training at a South African university. *BMC Medical Education*, 24(3). DOI: 10.1186/s12909-024-05177-9
- Vigo-Llanos, Y. F. y Chávez-Milla, J. M. (2020). Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios, Chachapoyas, Perú, 2019. *Revista Científica UNTRM: Ciencias Sociales Y Humanidades*, 3(2), 61–65. <https://doi.org/10.25127/rcsh.20203.584>

Anexos

Anexo 1. MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN

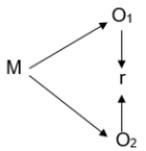
Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Habilidades blandas	Se define como aquel grupo de destrezas adquiridas por la persona, en este caso del estudiante y docente, y que facilitan la optimización de su propio desempeño, tanto en el ámbito académico-profesional, laboral, emocional, psicológico como en el ámbito personal. (Rodríguez et al. 2021)	Es aquel grupo de destrezas adquiridas. La variable fue medida a través de las dimensiones: autoestima, empatía y habilidades de comunicación con sus respectivos indicadores, mediante un cuestionario.	Autoestima	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de relaciones humanas • Autoconocimiento • Autoconcepto 	Ordinal
			Empatía	<ul style="list-style-type: none"> • Comprensión • Solidaridad • Tolerancia • Comunicación 	
			Habilidades de comunicación	<ul style="list-style-type: none"> • Comunicación • Defensa • Documentos • Medios de comunicación • Decisiones 	
Estrés	Se define como un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico que se presenta cuando el alumno se ve sometido en contextos escolares a una serie de demandas que bajo la valoración del propio alumno son consideradas estresores. (Estrada et al. 2021)	Es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico. La variable fue medida a través de las dimensiones: estresores, síntomas de estrés y estrategias de afrontamiento al estrés con sus respectivos indicadores, mediante un cuestionario.	Estresores	<ul style="list-style-type: none"> • Sobre carga de tareas y trabajos • Carácter • Exámenes • Tipos de trabajo • Dificultado de entender la clase 	Ordinal
			Síntomas del estrés	<ul style="list-style-type: none"> • Sueño • Cansancio • Dolor de cabeza • Dolor abdominal • Incomodidad en el cuerpo 	
			Estrategias de afrontamiento al estrés	<ul style="list-style-type: none"> • Defiendo lo que pienso o siento • Plan de ejecución de tareas • Reconocimiento de logros • Tiempo a la iglesia • Buscar solucionar el problema 	

Fuente: Elaboración propia

Anexo 2. MATRIZ DE CONSITENCIA

Título: Habilidades blandas y estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Técnica e Instrumento
<p>Problema general: ¿Cuál es la relación entre las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria en la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto - 2024?</p> <p>Problemas específicos:</p> <p>P₁: ¿Cuál es el nivel de habilidades blandas en la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto - 2024?</p> <p>P₂: ¿Cuál es el nivel de estrés en la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto - 2024?</p> <p>P₃: ¿Cuál es la relación entre las dimensiones de las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto - 2024?</p>	<p>Objetivo general:</p> <p>Determinar la relación entre las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024</p> <p>Objetivos específicos:</p> <p>Identificar el nivel de habilidades blandas en la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024</p> <p>Identificar el nivel de estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto - 2024:</p> <p>Analizar la relación entre las dimensiones de las habilidades blandas y el estrés estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Lore to - 2024.</p>	<p>Hipótesis general:</p> <p>H_i: Existe relación significativa entre las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes Shawis en la Institución Educativa Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024</p> <p>Hipótesis específicas:</p> <p>H₁: El nivel de habilidades blandas en la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto - 2024, es alto.</p> <p>H₂: El nivel de estrés de los estudiantes Shawis en la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto - 2024, es alto.</p> <p>H₃: Existe relación significativa entre las dimensiones de las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes Shawis en la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto - 2024.</p>	<p style="text-align: center;">Técnica</p> <p style="text-align: center;">Encuesta</p> <p style="text-align: center;">Instrumento</p> <p style="text-align: center;">Cuestionario</p>

Diseño de investigación	Población y muestra	Variables y dimensiones													
<p>Diseño de investigación. fue de tipo básica, diseño no experimental y de corte transversal</p>  <p>M = Muestra V1= Habilidades blandas V2 = Estrés de los estudiantes R= Relación</p>	<p>Población: La población fue de 190 estudiantes.</p> <p>Muestra: La muestra fue de 190 estudiantes.</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="1283 229 1503 266">Variables</th> <th data-bbox="1503 229 1830 266">Dimensiones</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="1283 266 1503 392" rowspan="2">Habilidades blandas</td> <td data-bbox="1503 266 1830 300">Autoestima</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1503 300 1830 333">Empatía</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1283 333 1503 392"></td> <td data-bbox="1503 333 1830 392">Habilidades de comunicación</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1283 392 1503 523" rowspan="3">Estrés</td> <td data-bbox="1503 392 1830 426">Estresores</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1503 426 1830 459">Síntomas de estrés</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1503 459 1830 523">Estrategias de afrontamiento al estrés</td> </tr> </tbody> </table>	Variables	Dimensiones	Habilidades blandas	Autoestima	Empatía		Habilidades de comunicación	Estrés	Estresores	Síntomas de estrés	Estrategias de afrontamiento al estrés		
Variables	Dimensiones														
Habilidades blandas	Autoestima														
	Empatía														
	Habilidades de comunicación														
Estrés	Estresores														
	Síntomas de estrés														
	Estrategias de afrontamiento al estrés														

Anexo 3: Instrumentos de recolección de datos

Cuestionario: Habilidades blandas

Datos generales:

N° de cuestionario: Fecha de recolección:/...../.....

Introducción:

Estimado (a) amigo (a) a continuación se le presenta un conjunto de preguntas que debe responder de acuerdo a su percepción o vivencia, las cuales serán utilizadas en un proceso de investigación, que tiene como finalidad identificar el nivel de habilidades blandas.

Instrucciones:

Marque con una X la opción acorde a lo que piensa, para cada una de las siguientes interrogantes. Recuerde que no existen respuestas verdaderas o falsas por lo que sus respuestas son resultado de su apreciación personal, además, la respuesta que vierta es totalmente reservada y se guardará confidencialidad. Por último, considere la siguiente escala de medición:

Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

N°	ÍTEMS	Criterios				
		1	2	3	4	5
	Autoestima					
01	Desarrolla adecuadas relaciones humanas entre compañeros de estudio.					
02	Los docentes incentivan a mantener adecuadas relaciones humanas.					
03	Tiene autoconocimiento de los temas desarrollado en clases.					
04	Indaga mayor información sobre las clases tratadas para un mejor autoconocimiento.					

05	Considera que tiene un autoconcepto positivo de sí mismo.					
Empatía						
06	Se muestra comprensivo hacia las necesidades del compañero.					
07	Demuestra comprensión ante los errores de sus pares.					
08	Se muestra solidario ante sus compañeros.					
09	Se muestra tolerante con las ideas divergentes.					
10	Interpreta la comunicación no verbal (gestos, posturas, etc.) para reconocer las emociones de los demás.					
Habilidades de comunicación						
11	Le comunico a mi compañero(a) cuando hace algo que no me agrada.					
12	Si una persona me insulta me defiendo sin agredirlo, exigiendo mi derecho a ser respetado.					
13	Realizo documentos cuando es necesario.					
14	Reviso lo que los demás escriben en los distintos medios de comunicación escrita (periódico, redes sociales, etc.).					
15	Influencio en las decisiones de los demás para lograr un objetivo en común					
16	Sus decisiones contribuyeron al crecimiento de la institución.					

Cuestionario: Estrés de los estudiantes

Datos generales:

N° de cuestionario: Fecha de recolección:/...../.....

Introducción:

Estimado (a) amigo (a) a continuación se le presenta un conjunto de preguntas que debe responder de acuerdo a su percepción o vivencia, las cuales serán utilizadas en un proceso de investigación, que tiene como finalidad identificar el nivel de estrés de los estudiantes

Instrucciones:

Marque con una X la opción acorde a lo que piensa, para cada una de las siguientes interrogantes. Recuerde que no existen respuestas verdaderas o falsas por lo que sus respuestas son resultado de su apreciación personal, además, la respuesta que vierta es totalmente reservada y se guardará confidencialidad. Por último, considere la siguiente escala de medición:

Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

N °	ÍTEMS	Criterios				
		1	2	3	4	5
Estresores						
01	La demasiada carga de tareas y trabajos escolares te hizo sentir mal.					
02	La personalidad y el carácter del profesor te hizo sentir mal.					
03	Los exámenes de los profesores u otras tareas te hicieron sentir mal.					
04	El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos,					

	mapas conceptuales, etc.) Te hizo sentir incómodo.					
05	Te enojas cuando tienes dificultades para entender los temas desarrollados en clase.					
Síntomas del estrés						
06	Tienes problemas de sueño o no puedes dormir.					
07	Te cansas constantemente.					
08	Sientes dolores de cabeza.					
09	Tienes dolores abdominales o diarrea.					
10	Te rascas, muerdes las uñas, o sientes incomodidad en el cuerpo.					
Estrategias de afrontamiento al estrés						
11	Defiendes lo que piensas o sientes.					
12	Elaboras un plan para ejecutar tus tareas.					
13	Reconoces tus logros y sientes motivación a seguir esforzándote.					
14	Dedicas tiempo a la oración y vas a la iglesia.					
15	Buscas información sobre cómo solucionar un problema.					
16	Tiene apoyo de sus compañeros para solucionar un problema.					

Anexo 4: Ficha de validación de los instrumentos para la recolección de datos

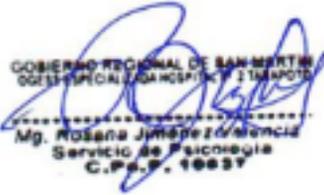
Matriz de validación del cuestionario de la variable: Habilidades blandas

Definición de la variable: Rodríguez et al. (2021), definen como el grupo de destrezas que posee una persona en este caso maestro y estudiante que promueven el óptimo desempeño tanto en lo referido al crecimiento personal, académico, emocional e intelectual.

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Suficiencia					Claridad					Coherencia					Relevancia					Observaciones
			1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
Autoestima	Desarrollo de relaciones humanas	Desarrolla adecuadas relaciones humanas entre compañeros de estudio					X					X					X					X	
		Los docentes incentivan a mantener adecuadas relaciones humanas					X					X					X					X	
	Autoconocimiento	Tiene autoconocimiento de los temas desarrollados en clases					X					X					X					X	
		Indaga mayor información sobre las clases tratadas para un mejor autoconocimiento					X					X					X					X	
	Autoconcepto	Considera que tiene un autoconcepto positivo de sí mismo					X					X					X					X	
Empatía	Comprensión	Se muestra comprensivo hacia las necesidades del compañero.				X					X					X					X		
		Demuestra comprensión ante los errores de sus pares.					X					X					X					X	
	Solidaridad	Se muestra solidario ante sus compañeros.					X					X					X					X	
	Tolerancia	Se muestra tolerante con las ideas divergentes					X					X					X					X	
	Comunicación	Interpreta la comunicación no verbal (gestos, posturas, etc) para re conocer las emociones de los demás.					X					X					X					X	
Habilidades de comunicación	Comunicación	Le comunico a mi compañero(a) cuando hace algo que no me agrada					X					X					X					X	
	Defensa	Si una persona me insulta me defiendo sin agredirlo, exigiendo mi derecho a ser respetado					X					X					X					X	
	Documentos	Realizo documentos cuando es necesario					X					X					X					X	
	Medios de comunicación	Reviso lo que los demás escriben en los distintos medios de comunicación escrita (periódico, redes sociales, etc.)					X					X					X					X	
	Decisiones	Influencio en las decisiones de los demás para lograr un objetivo en común					X					X					X					X	
		Sus decisiones contribuyeron al crecimiento de la institución					X					X					X					X	

Calificación: 1. Totalmente en desacuerdo 2. En desacuerdo 3. Ni de acuerdo ni en desacuerdo 4. De acuerdo 5. Totalmente de acuerdo

Ficha de validación de juicio de experto

Nombre del instrumento:	Cuestionario de habilidades blandas		
Objetivo del instrumento:	Conocer el nivel de habilidades blandas en la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024.		
Nombres y apellidos del experto:	Mg. Rosana Jimenez Valencia		
Documento de identidad:	09891220	Años de experiencia en el área:	20
Institución:	Hospital II-2 Tarapoto		Máximo grado académico: Magister
Nacionalidad:	Peruana		Cargo: Psicóloga
Firma	 <p align="center"> <small>GOBIERNO REGIONAL DE SAN MARTIN GOBIERNO REGIONAL DE SAN MARTIN TARPOTO</small> Mg. Rosana Jimenez Valencia Servicio de Psicología C.P.S., 19937 </p>		Número telefónico
			Fecha

Matriz de validación del cuestionario o guía de recojo de datos de la variable: Estrés de los estudiantes.

Definición de la variable: Estrada et al. (2021) definen como un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico que se presenta cuando el alumno se ve sometido en contextos escolares a una serie de demandas que bajo la valoración del propio alumno son consideradas estresores.

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Suficiencia					Claridad					Coherencia					Relevancia					Observaciones
			1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
Estresores	Sobre carga de tareas y trabajos	La demasiada carga de tareas y trabajos escolares ¿te hizo sentir mal?					X					X					X					X	
	Carácter	¿La personalidad y el carácter del profesor te hizo sentir mal?					X					X					X					X	
	Exámenes	¿Los exámenes de los profesores u otras tareas te hicieron sentir mal?					X					X					X					X	
	Tipos de trabajo	El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.) ¿Te hizo sentir incómodo?					X					X					X					X	
	Dificultado de entender la clase	¿Te enojas cuando tienes dificultades para entender los temas desarrollados en clase?					X					X					X					X	
Síntomas del estrés	Sueño	¿Tienes problemas de sueño o no puedes dormir?					X					X					X					X	
	Cansancio	¿Te cansas constantemente?					X					X					X					X	
	Dolor de cabeza	¿Sientes dolores de cabeza?					X					X					X					X	
	Dolor abdominal	¿Tienes dolores abdominales o diarrea?					X					X					X					X	
	Incomodidad en el cuerpo	¿Te rascas, muerdes las uñas, o sientes incomodidad en el cuerpo?					X					X					X					X	
Estrategias de afrontamiento al estrés	Defiendo lo que pienso o siento	¿Defiendes lo que piensas o sientes?					X					X					X					X	
	Plan de ejecución de tareas	¿Elaboras un plan para ejecutar tus tareas?					X					X					X					X	

Matriz de validación del cuestionario de la variable: Habilidades blandas

Definición de la variable: Rodríguez et al. (2021), definen como el grupo de destrezas que posee una persona en este caso maestro y estudiante que promueven el óptimo desempeño tanto en lo referido al crecimiento personal, académico, emocional e intelectual.

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Suficiencia					Claridad					Coherencia					Relevancia					Observaciones
			1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
Autoestima	Desarrollo de relaciones humanas	Desarrolla adecuadas relaciones humanas entre compañeros de estudio					X					X					X					X	
		Los docentes incentivan a mantener adecuadas relaciones humanas					X					X					X					X	
	Autoconocimiento	Tiene autoconocimiento de los temas desarrollados en clases					X					X					X					X	
		Indaga mayor información sobre las clases tratadas para un mejor autoconocimiento					X					X					X					X	
	Autoconcepto	Considera que tiene un autoconcepto positivo de sí mismo					X					X					X					X	
Empatía	Comprensión	Se muestra comprensivo hacia las necesidades del compañero.					X					X					X					X	
		Demuestra comprensión ante los errores de sus pares.					X					X					X					X	
	Solidaridad	Se muestra solidario ante sus compañeros.					X					X					X					X	
	Tolerancia	Se muestra tolerante con las ideas divergentes					X					X					X					X	
	Comunicación	Interpreta la comunicación no verbal (gestos, posturas, etc) para conocer las emociones de los demás.					X					X					X					X	
Habilidades de comunicación	Comunicación	Le comunico a mi compañero(a) cuando hace algo que no me agrada					X					X					X					X	
	Defensa	Si una persona me insulta me defiende sin agredirlo, exigiendo mi derecho a ser respetado					X					X					X					X	
	Documentos	Realizo documentos cuando es necesario					X					X					X					X	
	Medios de comunicación	Reviso lo que los demás escriben en los distintos medios de comunicación escrita (periódico, redes sociales, etc.)					X					X					X					X	
	Decisiones	Influencia en las decisiones de los demás para lograr un objetivo en común					X					X					X					X	
		Sus decisiones contribuyeron al crecimiento de la institución					X					X					X					X	

Calificación: 1. Totalmente en desacuerdo 2. En desacuerdo 3. Ni de acuerdo ni en desacuerdo 4. De acuerdo 5. Totalmente de acuerdo

Ficha de validación de juicio de experto

Nombre del instrumento:	Cuestionario de habilidades blandas				
Objetivo del instrumento:	Conocer el nivel de habilidades blandas en la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024.				
Nombres y apellidos del experto:	Mg. John Ludeña Cardenas				
Documento de identidad:	42585642	Años de experiencia en el área:	18	Máximo grado académico:	Magister
Institución:	Red de Salud Bajo Mayo			Cargo:	Coordinador
Nacionalidad:	Peruano			Número telefónico	
Firma	 DINESA SAN MARTÍN DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD MAGAYO ASISTENTE SOCIAL ----- Psic. John Ludeña Cárdenas COORDINADOR DE SALUD MENTAL			Fecha	06/06/2024

Matriz de validación del cuestionario de la variable: Habilidades blandas

Definición de la variable: Rodríguez et al. (2021), definen como el grupo de destrezas que posee una persona en este caso maestro y estudiante que promueven el óptimo desempeño tanto en lo referido al crecimiento personal, académico, emocional e intelectual.

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Suficiencia					Claridad					Coherencia					Relevancia					Observaciones
			1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
Autoestima	Desarrollo de relaciones humanas	Desarrolla adecuadas relaciones humanas entre compañeros de estudio					X					X					X					X	
		Los docentes incentivan a mantener adecuadas relaciones humanas					X					X					X					X	
	Autoconocimiento	Tiene autoconocimiento de los temas desarrollados en clases					X					X					X					X	
		Indaga mayor información sobre las clases tratadas para un mejor autoconocimiento					X					X					X					X	
	Autoconcepto	Considera que tiene un autoconcepto positivo de sí mismo					X					X					X					X	
		Se muestra comprensivo hacia las necesidades del compañero.					X					X					X					X	
Empatía	Comprensión	Demuestra comprensión ante los errores de sus pares.					X					X					X					X	
		Se muestra solidario ante sus compañeros.					X					X					X					X	
	Tolerancia	Se muestra tolerante con las ideas divergentes					X					X					X					X	
	Comunicación	Interpreta la comunicación no verbal (gestos, posturas, etc) para conocer las emociones de los demás.					X					X					X					X	
		Le comunico a mi compañero(a) cuando hace algo que no me agrada					X					X					X					X	
Habilidades de comunicación	Defensa	Si una persona me insulta me defiendo sin agredirlo, exigiendo mi derecho a ser respetado					X					X					X					X	
	Documentos	Realizo documentos cuando es necesario					X					X					X					X	
	Medios de comunicación	Reviso lo que los demás escriben en los distintos medios de comunicación escrita (periódico, redes sociales, etc.)					X					X					X					X	
	Decisiones	Influencia en las decisiones de los demás para lograr un objetivo en común					X					X					X					X	
		Sus decisiones contribuyeron al crecimiento de la institución					X					X					X					X	

Calificación: 1. Totalmente en desacuerdo 2. En desacuerdo 3. Ni de acuerdo ni en desacuerdo 4. De acuerdo 5. Totalmente de acuerdo

Ficha de validación de juicio de experto

Nombre del instrumento:	Cuestionario de habilidades blandas				
Objetivo del instrumento:	Conocer el nivel de habilidades blandas en la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024.				
Nombres y apellidos del experto:	Virginia A. Garagatti Pezo				
Documento de identidad:	42946831	Años de experiencia en el área:	15	Máximo grado académico:	Magister
Institución:	CSMC "La Banda de Shilcayo"			Cargo:	Psicóloga
Nacionalidad:	Peruana			Número telefónico	
Firma	 Mg. Ps. Virginia Garagatti Pezo PSICOLOGA C.Ps.P. 26353			Fecha	06/06/2024

Matriz de validación del cuestionario o guía de recojo de datos de la variable: Estrés de los estudiantes.

Definición de la variable: Estrada et al. (2021) definen como un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico que se presenta cuando el alumno se ve sometido en contextos escolares a una serie de demandas que bajo la valoración del propio alumno son consideradas estresores.

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Suficiencia					Claridad					Coherencia					Relevancia					Observaciones	
			1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5		
Estresores	Sobre carga de tareas y trabajos	La demasiada carga de tareas y trabajos escolares ¿te hizo sentir mal?					X						X					X					X	
	Carácter	¿La personalidad y el carácter del profesor te hizo sentir mal?					X						X					X					X	
	Exámenes	¿Los exámenes de los profesores u otras tareas te hicieron sentir mal?					X						X					X					X	
	Tipos de trabajo	El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.) ¿Te hizo sentir incómodo?				X							X					X					X	
	Dificultado de entender la clase	¿Te enojas cuando tienes dificultades para entender los temas desarrollados en clase?					X					X					X					X		
Síntomas del estrés	Sueño	¿Tienes problemas de sueño o no puedes dormir?					X						X					X					X	
	Cansancio	¿Te cansas constantemente?				X							X					X					X	
	Dolor de cabeza	¿Sientes dolores de cabeza?					X						X					X					X	
	Dolor abdominal	¿Tienes dolores abdominales o diarrea?					X						X					X					X	
	Incomodidad en el cuerpo	¿Te rascas, muerdes las uñas, o sientes incomodidad en el cuerpo?					X						X					X					X	
Estrategias de afrontamiento al estrés	Defiendo lo que pienso o siento	¿Defiendes lo que piensas o sientes?					X						X					X					X	
	Plan de ejecución de tareas	¿Elaboras un plan para ejecutar tus tareas?					X						X					X					X	

	Reconocimiento de logros	¿Reconoces tus logros y sientes motivación a seguir esforzándote?							X										X
	Tiempo a la iglesia	¿Dedicas tiempo a la oración y vas a la iglesia?						X											X
	Buscar solucionar el problema	¿Buscas información sobre cómo solucionar un problema?						X											X
		¿tiene apoyo de sus compañeros para solucionar un problema?						X											X

Calificación: 1. Totalmente en desacuerdo 2. En desacuerdo 3. Ni de acuerdo ni en desacuerdo 4. De acuerdo 5. Totalmente de acuerdo

Ficha de validación de juicio de experto

Nombre del instrumento:	Cuestionario Estrés de los estudiantes				
Objetivo del instrumento:	Conocer el nivel cumplimiento de los Compromisos de desempeño en una I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024				
Nombres y apellidos del experto:	Virginia A. Garagatti Pezo				
Documento de identidad:	42946831	Años de experiencia en el área:	15	Máximo grado académico: Magister	
Institución:	CSMC "La Banda de Shilcayo"			Cargo: Psicóloga	
Nacionalidad:	Peruana			Número telefónico	
Firma	 <p>Mg. Psi. Virginia Garagatti Pezo PSICOLOGA C.Ps.P. 26353</p>			Fecha	06/06/2024

Matriz de validación del cuestionario de la variable: Habilidades blandas

Definición de la variable: Rodríguez et al. (2021), definen como el grupo de destrezas que posee una persona en este caso maestro y estudiante que promueven el óptimo desempeño tanto en lo referido al crecimiento personal, académico, emocional e intelectual.

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Suficiencia					Claridad					Coherencia					Relevancia					Observaciones
			1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
Autoestima	Desarrollo de relaciones humanas	Desarrolla adecuadas relaciones humanas entre compañeros de estudio					X					X					X					X	
		Los docentes incentivan a mantener adecuadas relaciones humanas					X					X					X					X	
	Autoconocimiento	Tiene autoconocimiento de los temas desarrollado en clases					X					X					X					X	
		Indaga mayor información sobre las clases tratadas para un mejor autoconocimiento					X					X					X					X	
	Autoconcepto	Considera que tiene un autoconcepto positivo de sí mismo				X					X					X					X		
Empatía	Comprensión	Se muestra comprensivo hacia las necesidades del compañero.				X					X					X					X		
		Demuestra comprensión ante los errores de sus pares.					X					X					X					X	
	Solidaridad	Se muestra solidario ante sus compañeros.				X					X					X					X		
	Tolerancia	Se muestra tolerante con las ideas divergentes				X					X					X					X		
	Comunicación	Interpreta la comunicación no verbal (gestos, posturas, etc) para re conocer las emociones de los demás.				X					X					X					X		
Habilidades de comunicación	Comunicación	Le comunico a mi compañero(a) cuando hace algo que no me agrada				X					X					X					X		
	Defensa	Si una persona me insulta me defiendo sin agredirlo, exigiendo mi derecho a ser respetado				X					X					X					X		
	Documentos	Realizo documentos cuando es necesario				X					X					X					X		
	Medios de comunicación	Reviso lo que los demás escriben en los distintos medios de comunicación escrita (periódico, redes sociales, etc.)				X					X					X					X		
	Decisiones	Influencio en las decisiones de los demás para lograr un objetivo en común				X					X					X					X		
		Sus decisiones contribuyeron al crecimiento de la institución				X					X					X					X		

Calificación: 1. Totalmente en desacuerdo 2. En desacuerdo 3. Ni de acuerdo ni en desacuerdo 4. De acuerdo 5. Totalmente de acuerdo

Ficha de validación de juicio de experto

Nombre del instrumento:	Cuestionario de habilidades blandas		
Objetivo del instrumento:	Conocer el nivel de habilidades blandas en la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024.		
Nombres y apellidos del experto:	Oscar Roberto Reátegui García		
Documento de identidad:	42908592	Años de experiencia en el área:	15
Institución:	CSMC "La Banda de Shilcayo"	Máximo grado académico:	Doctor
Nacionalidad:	Peruano	Cargo:	Psicólogo
Firma	 MINISTERIO DE SALUD RED DE SALUD SAN MARTIN ----- Dr. Oscar Roberto Reátegui García C Ps. P. 17080 CSMC LA BANDA DE SHILCAYO	Número telefónico	
		Fecha	06/06/2024

Matriz de validación del cuestionario o guía de recojo de datos de la variable: Estrés de los estudiantes.

Definición de la variable: Estrada et al. (2021) definen como un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico que se presenta cuando el alumno se ve sometido en contextos escolares a una serie de demandas que bajo la valoración del propio alumno son consideradas estresores.

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Suficiencia					Claridad					Coherencia					Relevancia					Observaciones		
			1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5			
Estresores	Sobre carga de tareas y trabajos	La demasiada carga de tareas y trabajos escolares ¿te hizo sentir mal?					X						X						X						X
	Carácter	¿La personalidad y el carácter del profesor te hizo sentir mal?					X					X						X						X	
	Exámenes	¿Los exámenes de los profesores u otras tareas te hicieron sentir mal?					X					X						X						X	
	Tipos de trabajo	El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.) ¿Te hizo sentir incómodo?				X						X						X						X	
	Dificultado de entender la clase	¿Te enojas cuando tienes dificultades para entender los temas desarrollados en clase?					X					X						X						X	
Síntomas del estrés	Sueño	¿Tienes problemas de sueño o no puedes dormir?					X					X						X						X	
	Cansancio	¿Te cansas constantemente?				X						X						X						X	
	Dolor de cabeza	¿Sientes dolores de cabeza?					X					X						X						X	
	Dolor abdominal	¿Tienes dolores abdominales o diarrea?					X					X						X						X	
	Incomodidad en el cuerpo	¿Te rascas, muerdes las uñas, o sientes incomodidad en el cuerpo?					X					X						X						X	
Estrategias de afrontamiento al estrés	Defiendo lo que pienso o siento	¿Defiendes lo que piensas o sientes?					X					X						X						X	
	Plan de ejecución de tareas	¿Elaboras un plan para ejecutar tus tareas?					X					X						X						X	

Matriz de validación del cuestionario de la variable: Habilidades blandas

Definición de la variable: Rodríguez et al. (2021), definen como el grupo de destrezas que posee una persona en este caso maestro y estudiante que promueven el óptimo desempeño tanto en lo referido al crecimiento personal, académico, emocional e intelectual.

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Suficiencia					Claridad					Coherencia					Relevancia					Observaciones	
			1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5		
Autoestima	Desarrollo de relaciones humanas	Desarrolla adecuadas relaciones humanas entre compañeros de estudio					X					X					X					X		
		Los docentes incentivan a mantener adecuadas relaciones humanas					X				X					X							X	
	Autoconocimiento	Tiene autoconocimiento de los temas desarrollado en clases					X				X					X							X	
		Indaga mayor información sobre las clases tratadas para un mejor autoconocimiento					X				X					X							X	
	Autoconcepto	Considera que tiene un autoconcepto positivo de sí mismo					X				X					X							X	
							X				X					X							X	
Empatía	Comprensión	Se muestra comprensivo hacia las necesidades del compañero.					X			X					X							X		
		Demuestra comprensión ante los errores de sus pares.					X				X					X						X		
	Solidaridad	Se muestra solidario ante sus compañeros.					X				X				X							X		
	Tolerancia	Se muestra tolerante con las ideas divergentes					X				X				X							X		
	Comunicación	Interpreta la comunicación no verbal (gestos, posturas, etc) para re conocer las emociones de los demás.					X				X				X								X	
							X				X				X								X	
Habilidades de comunicación	Comunicación	Le comunico a mi compañero(a) cuando hace algo que no me agrada				X				X					X							X		
	Defensa	Si una persona me insulta me defiendo sin agredirlo, exigiendo mi derecho a ser respetado					X				X				X							X		
	Documentos	Realizo documentos cuando es necesario					X				X				X							X		
	Medios de comunicación	Reviso lo que los demás escriben en los distintos medios de comunicación escrita (periódico, redes sociales, etc.)					X				X				X							X		
	Decisiones	Influencio en las decisiones de los demás para lograr un objetivo en común					X				X				X							X		
		Sus decisiones contribuyeron al crecimiento de la institución					X				X				X								X	

Calificación: 1. Totalmente en desacuerdo 2. En desacuerdo 3. Ni de acuerdo ni en desacuerdo 4. De acuerdo 5. Totalmente de acuerdo

Ficha de validación de juicio de experto

Nombre del instrumento:	Cuestionario de habilidades blandas			
Objetivo del instrumento:	Conocer el nivel de habilidades blandas en la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024.			
Nombres y apellidos del experto:	Keller Sánchez Dávila			
Documento de identidad:	41997504	Años de experiencia en el área:	10 años	Máximo grado académico: Doctor
Institución:	Universidad César Vallejo		Cargo:	Docente en investigación
Nacionalidad:	Peruano		Número telefónico	992502739
Firma	 ----- Dr. Keller Sánchez Dávila DOCENTE POS GRADO		Fecha	06/06/2024

Matriz de validación del cuestionario de la variable: Estrés de los estudiantes.

Definición de la variable: Estrada et al. (2021) definen como un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico que se presenta cuando el alumno se ve sometido en contextos escolares a una serie de demandas que bajo la valoración del propio alumno son consideradas estresores.

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Suficiencia					Claridad					Coherencia					Relevancia					Observaciones
			1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
Estresores	Sobre carga de tareas y trabajos	La demasiada carga de tareas y trabajos escolares ¿te hizo sentir mal?					X					X					X					X	
	Carácter	¿La personalidad y el carácter del profesor te hizo sentir mal?					X					X					X					X	
	Exámenes	¿Los exámenes de los profesores u otras tareas te hicieron sentir mal?					X					X					X					X	
	Tipos de trabajo	El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.) ¿Te hizo sentir incómodo?					X					X					X					X	
	Dificultado de entender la clase	¿Te enojas cuando tienes dificultades para entender los temas desarrollados en clase?					X					X					X					X	
Síntomas del estrés	Sueño	¿Tienes problemas de sueño o no puedes dormir?					X					X					X					X	
	Cansancio	¿Te cansas constantemente?					X					X					X					X	
	Dolor de cabeza	¿Sientes dolores de cabeza?					X					X					X					X	
	Dolor abdominal	¿Tienes dolores abdominales o diarrea?					X					X					X					X	
	Incomodidad en el cuerpo	¿Te rascas, muerdes las uñas, o sientes incomodidad en el cuerpo?					X					X					X					X	
Estrategias de afrontamiento al estrés	Defiendo lo que pienso o siento	¿Defiendes lo que piensas o sientes?					X					X					X					X	
	Plan de ejecución de tareas	¿Elaboras un plan para ejecutar tus tareas?					X					X					X					X	

Anexo 5: Índice de la V de Aiken

V1: Habilidades blandas

		SUFICIENCIA					CLARIDAD					COHERENCIA					RELEVANCIA				
		J1	J2	J3	J4	J5	J1	J2	J3	J4	J5	J1	J2	J3	J4	J5	J1	J2	J3	J4	J5
D1	P1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	P2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	P3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	P4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	P5	5	5	5	4	5	5	4	4	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5
D2	P6	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5
	P7	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4
	P8	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	P9	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	P10	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	5	5	5	4	4	4	4	4	5
D3	P11	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5
	P12	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	P13	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	P14	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	P15	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4
	P16	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5

V de Ayken	0.95
------------	------

V2: Estrés de los estudiantes

		SUFICIENCIA					CLARIDAD					COHERENCIA					RELEVANCIA				
		J1	J2	J3	J4	J5	J1	J2	J3	J4	J5	J1	J2	J3	J4	J5	J1	J2	J3	J4	J5
D1	P1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	P2	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5
	P3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	P4	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	P5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5
D2	P6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	P7	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	P8	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	P9	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	4	4	4	4	5
	P10	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
D3	P11	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4
	P12	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	P13	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	4	5	4	5	4	4	4	4	5
	P14	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	P15	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	P16	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5

V de Ayken 0.97

Anexo 6: Resultados del análisis de consistencia interna

Análisis de confiabilidad de Habilidades blandas

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

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

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
0,961	16

Análisis de confiabilidad de Estrés de los estudiantes

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

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

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
0,964	16

Anexo 7: Asentimiento informado



Asentimiento informado

Título de la investigación: Habilidades blandas y estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024.

Investigador (a): Pizango Tangoa, Rusber Martin (orcid.org/0009-0009-3808-5349)

Propósito del estudio

Le invitamos a participar en la investigación titulada: "Habilidades blandas y estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024", cuyo objetivo es: Determinar la relación entre las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024

Esta investigación es desarrollada por estudiantes de Posgrado del Programa Académico de la Maestría en Psicología Educativa de la Universidad César Vallejo del campus Tarapoto, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la institución I.E Técnico Industrial Agropecuario Kumpanamá de Nuevo Progreso.

Describir el impacto del problema de la investigación.

Se establecerá como **problema general** del proyecto: ¿Cuál es la relación entre las habilidades blandas y el estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria en la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto - 2024?

Procedimiento

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente (enumerar los procedimientos del estudio):

1. Se realizará una encuesta o entrevista donde se recogerá datos personales y algunas preguntas sobre la investigación titulada: "Habilidades blandas y estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024".
2. Esta encuesta o entrevista tendrá un tiempo aproximado de 20 minutos y se realizará en el ambiente de la institución educativa T.I.A Kumpanamá. Las respuestas al cuestionario o entrevista serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto, serán anónimas.



Participación voluntaria (principio de autonomía): Puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a la aceptación no desea continuar puede hacerlo sin ningún problema.

Riesgo (principio de No maleficencia): Indicar al participante la existencia que NO existe riesgo o daño al participar en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad. Usted tiene la libertad de responderlas o no.

Beneficios (principio de beneficencia): Se le informará que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

Confidencialidad (principio de justicia): Los datos recolectados deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información que usted nos brinde es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

Problemas o preguntas:

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con el investigador (a) (apellidos y nombres) Rusber Martin Pizango Tangoa email: RMPIZANGOT@ucvvirtual.edu.pe y docente asesor (apellidos y nombres) Dr. Saavedra Sandoval, Renán, email: rsaavedras@ucv.edu.pe

Consentimiento

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo que mi menor hijo participe en la investigación.

Nombre y apellidos: *Isidro Tangoa Chanchari*

Firma: *[Firma manuscrita]*

Fecha y hora: *04 de junio de 2024*

Anexo 9: Base de datos estadísticos de la muestra piloto

V1: Habilidades blandas

Nº	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11	p12	p13	p14	p15	p16	TOTAL
1	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	5	57
2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	5	32
3	2	3	3	3	2	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	4	38
4	3	3	3	4	3	1	3	2	2	3	3	4	4	4	3	5	50
5	1	1	1	1	1	3	2	4	4	1	1	1	2	2	1	3	29
6	1	2	2	2	1	4	3	1	3	1	2	2	2	1	1	4	32
7	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	5	56
8	2	3	3	3	2	3	3	5	3	2	3	3	2	2	2	5	46
9	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	5	54
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	5	22
11	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	2	1	1	5	28
12	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	55
13	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	1	4	28
14	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	1	57
15	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	41
16	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	3	3	4	3	63
17	5	4	4	5	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	2	71
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	4	21
19	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	2	1	1	3	26
20	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	5	56

V2: Estrés de los estudiantes

Nº	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11	p12	p13	p14	p15	p16	TOTAL
1	4	4	3	4	2	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	55
2	3	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	29
3	1	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	39
4	1	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	52
5	3	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	21
6	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	25
7	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	55
8	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	41
9	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	55
10	5	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	23
11	4	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	28
12	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	54
13	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	28
14	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	63
15	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	41
16	2	4	4	5	3	3	4	4	4	1	3	4	4	4	4	5	58
17	3	5	4	5	4	5	5	4	4	1	5	5	4	5	4	5	68
18	1	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	64
19	1	3	2	4	3	2	3	2	2	4	2	3	2	3	2	4	42
20	3	2	3	2	2	2	2	3	3	4	2	2	3	2	3	2	40

Anexo 10: Base de datos estadísticos de la investigación

V1: Habilidades blandas

Nº	Habilidades blandas																				TOTAL
	Autoestima						Empatía						Habilidades de comunicación								
	p1	p2	p3	p4	p5	ST	p6	p7	p8	p9	p10	ST	p11	p12	p13	p14	p15	p16	ST		
1	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	4	21	55	
2	3	3	2	2	2	12	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	3	16	41	
3	3	4	4	4	3	18	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	3	19	54	
4	1	1	2	2	1	7	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	1	6	19	
5	2	2	2	1	1	8	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	2	10	26	
6	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	4	21	55	
7	2	2	2	2	1	9	2	2	2	2	1	9	2	1	2	2	1	2	10	28	
8	4	4	3	4	4	19	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	63	
9	2	3	2	3	3	13	2	2	3	3	3	13	2	3	2	3	3	2	15	41	
10	4	5	3	3	4	19	4	4	1	3	4	16	4	4	4	5	4	4	25	60	
11	4	5	4	5	5	23	4	4	1	5	5	19	4	5	4	5	5	4	27	69	
12	4	4	5	5	4	22	4	4	4	5	4	21	4	4	4	4	4	4	24	67	
13	2	4	3	2	3	14	2	2	4	2	3	13	2	3	2	4	3	2	16	43	
14	3	2	2	2	2	11	3	3	4	2	2	14	3	2	3	2	2	3	15	40	
15	3	4	2	3	4	16	3	3	4	3	4	17	3	4	3	4	4	3	21	54	
16	2	1	1	2	2	8	2	2	1	2	2	9	2	2	2	1	2	2	11	28	
17	3	3	2	2	2	12	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	3	16	41	
18	3	4	4	4	3	18	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	3	19	54	
19	1	1	2	2	1	7	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	1	6	19	
20	2	2	2	1	1	8	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	2	10	26	
21	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	4	21	55	
22	3	3	2	2	2	12	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	3	16	41	

23	3	4	4	4	3	18	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	3	19	54
24	1	1	2	2	1	7	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	1	6	19
25	2	2	2	1	1	8	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	2	10	26
26	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	4	21	55
27	2	2	2	2	1	9	2	2	2	2	1	9	2	1	2	2	1	2	10	28
28	4	4	3	4	4	19	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	63
29	2	3	2	3	3	13	2	2	3	3	3	13	2	3	2	3	3	2	15	41
30	4	5	3	3	4	19	4	4	1	3	4	16	4	4	4	5	4	4	25	60
31	4	5	4	5	5	23	4	4	1	5	5	19	4	5	4	5	5	4	27	69
32	4	4	5	5	4	22	4	4	4	5	4	21	4	4	4	4	4	4	24	67
33	2	4	3	2	3	14	2	2	4	2	3	13	2	3	2	4	3	2	16	43
34	3	2	2	2	2	11	3	3	4	2	2	14	3	2	3	2	2	3	15	40
35	3	4	2	3	4	16	3	3	4	3	4	17	3	4	3	4	4	3	21	54
36	2	1	1	2	2	8	2	2	1	2	2	9	2	2	2	1	2	2	11	28
37	3	3	2	2	2	12	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	3	16	41
38	3	4	4	4	3	18	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	3	19	54
39	1	1	2	2	1	7	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	1	6	19
40	2	2	2	1	1	8	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	2	10	26
41	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	4	21	55
42	3	3	2	2	2	12	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	3	16	41
43	3	4	4	4	3	18	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	3	19	54
44	1	1	2	2	1	7	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	1	6	19
45	2	2	2	1	1	8	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	2	10	26
46	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	4	21	55
47	2	2	2	2	1	9	2	2	2	2	1	9	2	1	2	2	1	2	10	28
48	4	4	3	4	4	19	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	63
49	2	3	2	3	3	13	2	2	3	3	3	13	2	3	2	3	3	2	15	41
50	4	5	3	3	4	19	4	4	1	3	4	16	4	4	4	5	4	4	25	60

51	4	5	4	5	5	23	4	4	1	5	5	19	4	5	4	5	5	4	27	69
52	4	4	5	5	4	22	4	4	4	5	4	21	4	4	4	4	4	4	24	67
53	2	4	3	2	3	14	2	2	4	2	3	13	2	3	2	4	3	2	16	43
54	3	2	2	2	2	11	3	3	4	2	2	14	3	2	3	2	2	3	15	40
55	3	4	2	3	4	16	3	3	4	3	4	17	3	4	3	4	4	3	21	54
56	2	1	1	2	2	8	2	2	1	2	2	9	2	2	2	1	2	2	11	28
57	3	3	2	2	2	12	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	3	16	41
58	3	4	4	4	3	18	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	3	19	54
59	1	1	2	2	1	7	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	1	6	19
60	2	2	2	1	1	8	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	2	10	26
61	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	4	21	55
62	3	3	2	2	2	12	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	3	16	41
63	3	4	4	4	3	18	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	3	19	54
64	1	1	2	2	1	7	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	1	6	19
65	2	2	2	1	1	8	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	2	10	26
66	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	4	21	55
67	2	2	2	2	1	9	2	2	2	2	1	9	2	1	2	2	1	2	10	28
68	4	4	3	4	4	19	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	63
69	2	3	2	3	3	13	2	2	3	3	3	13	2	3	2	3	3	2	15	41
70	4	5	3	3	4	19	4	4	1	3	4	16	4	4	4	5	4	4	25	60
71	4	5	4	5	5	23	4	4	1	5	5	19	4	5	4	5	5	4	27	69
72	2	1	1	2	2	8	2	2	1	2	2	9	2	2	2	1	2	2	11	28
73	3	3	2	2	2	12	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	3	16	41
74	3	4	4	4	3	18	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	3	19	54
75	1	1	2	2	1	7	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	1	6	19
76	2	2	2	1	1	8	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	2	10	26
77	4	3	4	3	3	17	4	4	4	3	3	18	4	4	3	3	3	4	21	56
78	3	3	2	2	2	12	3	3	2	2	1	11	2	2	2	2	1	2	11	34

79	3	4	4	4	3	18	3	3	3	4	4	17	4	4	4	4	4	4	24	59
80	1	1	2	2	1	7	1	1	2	3	3	10	2	2	3	3	3	2	15	32
81	2	2	2	1	1	8	2	2	3	3	4	14	4	4	1	3	4	4	20	42
82	4	3	4	3	3	17	4	4	4	5	5	22	4	4	1	5	5	4	23	62
83	2	2	2	2	1	9	2	2	2	2	1	9	2	1	2	2	1	2	10	28
84	4	4	3	4	4	19	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	63
85	2	3	2	3	3	13	2	2	3	3	3	13	2	3	2	3	3	2	15	41
86	4	5	3	3	4	19	4	4	1	3	4	16	4	4	4	5	4	4	25	60
87	4	5	4	5	5	23	4	4	1	5	5	19	4	5	4	5	5	4	27	69
88	4	4	5	5	4	22	4	4	4	5	4	21	4	4	4	4	4	4	24	67
89	2	4	3	2	3	14	2	2	4	2	3	13	2	3	2	4	3	2	16	43
90	3	2	2	2	2	11	3	3	4	2	2	14	3	2	3	2	2	3	15	40
91	3	4	2	3	4	16	3	3	4	3	4	17	3	4	3	4	4	3	21	54
92	2	1	1	2	2	8	2	2	1	2	2	9	2	2	2	1	2	2	11	28
93	3	3	2	2	2	12	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	3	16	41
94	3	4	4	4	3	18	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	3	19	54
95	1	1	2	2	1	7	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	1	6	19
96	2	2	2	1	1	8	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	2	10	26
97	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	4	21	55
98	3	3	2	2	2	12	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	3	16	41
99	3	4	4	4	3	18	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	3	19	54
100	1	1	2	2	1	7	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	1	6	19
101	2	2	2	1	1	8	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	2	10	26
102	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	4	21	55
103	2	2	2	2	1	9	2	2	2	2	1	9	2	1	2	2	1	2	10	28
104	4	4	3	4	4	19	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	63
105	2	3	2	3	3	13	2	2	3	3	3	13	2	3	2	3	3	2	15	41
106	4	5	3	3	4	19	4	4	1	3	4	16	4	4	4	5	4	4	25	60

107	4	5	4	5	5	23	4	4	1	5	5	19	4	5	4	5	5	4	27	69
108	4	4	5	5	4	22	4	4	4	5	4	21	4	4	4	4	4	4	24	67
109	2	4	3	2	3	14	2	2	4	2	3	13	2	3	2	4	3	2	16	43
110	3	2	2	2	2	11	3	3	4	2	2	14	3	2	3	2	2	3	15	40
111	3	4	2	3	4	16	3	3	4	3	4	17	3	4	3	4	4	3	21	54
112	2	1	1	2	2	8	2	2	1	2	2	9	2	2	2	1	2	2	11	28
113	3	3	2	2	2	12	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	3	16	41
114	3	4	4	4	3	18	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	3	19	54
115	1	1	2	2	1	7	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	1	6	19
116	2	2	2	1	1	8	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	2	10	26
117	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	4	21	55
118	3	3	2	2	2	12	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	3	16	41
119	3	4	4	4	3	18	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	3	19	54
120	1	1	2	2	1	7	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	1	6	19
121	2	2	2	1	1	8	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	2	10	26
122	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	4	21	55
123	2	2	2	2	1	9	2	2	2	2	1	9	2	1	2	2	1	2	10	28
124	4	4	3	4	4	19	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	63
125	2	3	2	3	3	13	2	2	3	3	3	13	2	3	2	3	3	2	15	41
126	4	5	3	3	4	19	4	4	1	3	4	16	4	4	4	5	4	4	25	60
127	4	5	4	5	5	23	4	4	1	5	5	19	4	5	4	5	5	4	27	69
128	4	4	5	5	4	22	4	4	4	5	4	21	4	4	4	4	4	4	24	67
129	2	4	3	2	3	14	2	2	4	2	3	13	2	3	2	4	3	2	16	43
130	3	2	2	2	2	11	3	3	4	2	2	14	3	2	3	2	2	3	15	40
131	3	4	2	3	4	16	3	3	4	3	4	17	3	4	3	4	4	3	21	54
132	2	1	1	2	2	8	2	2	1	2	2	9	2	2	2	1	2	2	11	28
133	3	3	2	2	2	12	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	3	16	41
134	3	4	4	4	3	18	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	3	19	54

135	1	1	2	2	1	7	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	1	6	19
136	2	2	2	1	1	8	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	2	10	26
137	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	4	21	55
138	3	3	2	2	2	12	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	3	16	41
139	3	4	4	4	3	18	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	3	19	54
140	1	1	2	2	1	7	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	1	6	19
141	2	2	2	1	1	8	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	2	10	26
142	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	4	21	55
143	2	2	2	2	1	9	2	2	2	2	1	9	2	1	2	2	1	2	10	28
144	4	4	3	4	4	19	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	63
145	2	3	2	3	3	13	2	2	3	3	3	13	2	3	2	3	3	2	15	41
146	4	5	3	3	4	19	4	4	1	3	4	16	4	4	4	5	4	4	25	60
147	4	5	4	5	5	23	4	4	1	5	5	19	4	5	4	5	5	4	27	69
148	4	4	5	5	4	22	4	4	4	5	4	21	4	4	4	4	4	4	24	67
149	2	4	3	2	3	14	2	2	4	2	3	13	2	3	2	4	3	2	16	43
150	3	2	2	2	2	11	3	3	4	2	2	14	3	2	3	2	2	3	15	40
151	2	2	2	2	1	9	2	2	2	2	1	9	2	1	2	2	1	2	10	28
152	4	4	3	4	4	19	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	63
153	2	3	2	3	3	13	2	2	3	3	3	13	2	3	2	3	3	2	15	41
154	4	5	3	3	4	19	4	4	1	3	4	16	4	4	4	5	4	4	25	60
155	4	5	4	5	5	23	4	4	1	5	5	19	4	5	4	5	5	4	27	69
156	2	1	1	2	2	8	2	2	1	2	2	9	2	2	2	1	2	2	11	28
157	3	3	2	2	2	12	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	3	16	41
158	3	4	4	4	3	18	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	3	19	54
159	1	1	2	2	1	7	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	1	6	19
160	2	2	2	1	1	8	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	2	10	26
161	4	3	4	3	3	17	4	4	4	3	3	18	4	4	3	3	3	4	21	56
162	3	3	2	2	2	12	3	3	2	2	1	11	2	2	2	2	1	2	11	34

163	3	4	4	4	3	18	3	3	3	4	4	17	4	4	4	4	4	4	24	59
164	1	1	2	2	1	7	1	1	2	3	3	10	2	2	3	3	3	2	15	32
165	2	2	2	1	1	8	2	2	3	3	4	14	4	4	1	3	4	4	20	42
166	4	3	4	3	3	17	4	4	4	5	5	22	4	4	1	5	5	4	23	62
167	2	2	2	2	1	9	2	2	2	2	1	9	2	1	2	2	1	2	10	28
168	4	4	3	4	4	19	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	63
169	2	3	2	3	3	13	2	2	3	3	3	13	2	3	2	3	3	2	15	41
170	4	5	3	3	4	19	4	4	1	3	4	16	4	4	4	5	4	4	25	60
171	4	5	4	5	5	23	4	4	1	5	5	19	4	5	4	5	5	4	27	69
172	4	4	5	5	4	22	4	4	4	5	4	21	4	4	4	4	4	4	24	67
173	2	4	3	2	3	14	2	2	4	2	3	13	2	3	2	4	3	2	16	43
174	3	2	2	2	2	11	3	3	4	2	2	14	3	2	3	2	2	3	15	40
175	3	4	2	3	4	16	3	3	4	3	4	17	3	4	3	4	4	3	21	54
176	2	1	1	2	2	8	2	2	1	2	2	9	2	2	2	1	2	2	11	28
177	3	3	2	2	2	12	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	3	16	41
178	3	4	4	4	3	18	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	3	19	54
179	1	1	2	2	1	7	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	1	6	19
180	2	2	2	1	1	8	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	2	10	26
181	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	4	21	55
182	3	3	2	2	2	12	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	3	16	41
183	3	4	4	4	3	18	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	3	19	54
184	1	1	2	2	1	7	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	1	6	19
185	2	2	2	1	1	8	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	2	10	26
186	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	4	21	55
187	2	2	2	2	1	9	2	2	2	2	1	9	2	1	2	2	1	2	10	28
188	4	4	3	4	4	19	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	63
189	2	3	2	3	3	13	2	2	3	3	3	13	2	3	2	3	3	2	15	41
190	4	5	3	3	4	19	4	4	1	3	4	16	4	4	4	5	4	4	25	60

25	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	27
26	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	4	4	22	56
27	2	2	2	2	1	9	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	28
28	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	64
29	2	2	3	3	3	13	2	3	2	3	3	13	2	2	3	3	2	2	14	40
30	4	4	1	3	4	16	4	4	4	5	4	21	4	4	5	4	4	4	25	62
31	4	4	1	5	5	19	4	5	4	5	5	23	4	4	5	5	4	4	26	68
32	4	4	4	5	4	21	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	65
33	2	2	4	2	3	13	2	3	2	4	3	14	2	2	4	3	2	2	15	42
34	3	3	4	2	2	14	3	2	3	2	2	12	3	3	2	2	3	3	16	42
35	3	3	4	3	4	17	3	4	3	4	4	18	3	3	4	4	3	3	20	55
36	2	2	1	2	2	9	2	2	2	1	2	9	2	2	1	2	2	2	11	29
37	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	13	3	3	3	2	3	3	17	43
38	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	16	3	3	4	3	3	3	19	52
39	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	6	17
40	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	27
41	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	4	4	22	56
42	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	13	3	3	3	2	3	3	17	43
43	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	16	3	3	4	3	3	3	19	52
44	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	6	17
45	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	27
46	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	4	4	22	56
47	2	2	2	2	1	9	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	28
48	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	64
49	2	2	3	3	3	13	2	3	2	3	3	13	2	2	3	3	2	2	14	40
50	4	4	1	3	4	16	4	4	4	5	4	21	4	4	5	4	4	4	25	62
51	4	4	1	5	5	19	4	5	4	5	5	23	4	4	5	5	4	4	26	68
52	4	4	4	5	4	21	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	65
53	2	2	4	2	3	13	2	3	2	4	3	14	2	2	4	3	2	2	15	42

54	3	3	4	2	2	14	3	2	3	2	2	12	3	3	2	2	3	3	16	42
55	3	3	4	3	4	17	3	4	3	4	4	18	3	3	4	4	3	3	20	55
56	2	2	1	2	2	9	2	2	2	1	2	9	2	2	1	2	2	2	11	29
57	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	13	3	3	3	2	3	3	17	43
58	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	16	3	3	4	3	3	3	19	52
59	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	6	17
60	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	27
61	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	4	4	22	56
62	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	13	3	3	3	2	3	3	17	43
63	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	16	3	3	4	3	3	3	19	52
64	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	6	17
65	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	27
66	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	4	4	22	56
67	2	2	2	2	1	9	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	28
68	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	64
69	2	2	3	3	3	13	2	3	2	3	3	13	2	2	3	3	2	2	14	40
70	4	4	1	3	4	16	4	4	4	5	4	21	4	4	5	4	4	4	25	62
71	4	4	1	5	5	19	4	5	4	5	5	23	4	4	5	5	4	4	26	68
72	2	2	1	2	2	9	2	2	2	1	2	9	2	2	1	2	2	2	11	29
73	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	13	3	3	3	2	3	3	17	43
74	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	16	3	3	4	3	3	3	19	52
75	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	6	17
76	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	27
77	4	4	4	3	3	18	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	4	4	22	57
78	3	3	2	2	1	11	2	2	2	2	1	9	2	1	2	2	3	3	13	33
79	3	3	3	4	4	17	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	3	3	22	59
80	1	1	2	3	3	10	2	2	3	3	3	13	2	3	2	3	1	1	12	35
81	2	2	3	3	4	14	4	4	1	3	4	16	4	4	4	5	2	2	21	51
82	4	4	4	5	5	22	4	4	1	5	5	19	4	5	4	5	4	4	26	67

83	2	2	2	2	1	9	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	28
84	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	64
85	2	2	3	3	3	13	2	3	2	3	3	13	2	2	3	3	2	2	14	40
86	4	4	1	3	4	16	4	4	4	5	4	21	4	4	5	4	4	4	25	62
87	4	4	1	5	5	19	4	5	4	5	5	23	4	4	5	5	4	4	26	68
88	4	4	4	5	4	21	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	65
89	2	2	4	2	3	13	2	3	2	4	3	14	2	2	4	3	2	2	15	42
90	3	3	4	2	2	14	3	2	3	2	2	12	3	3	2	2	3	3	16	42
91	3	3	4	3	4	17	3	4	3	4	4	18	3	3	4	4	3	3	20	55
92	2	2	1	2	2	9	2	2	2	1	2	9	2	2	1	2	2	2	11	29
93	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	13	3	3	3	2	3	3	17	43
94	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	16	3	3	4	3	3	3	19	52
95	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	6	17
96	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	27
97	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	4	4	22	56
98	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	13	3	3	3	2	3	3	17	43
99	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	16	3	3	4	3	3	3	19	52
100	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	6	17
101	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	27
102	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	4	4	22	56
103	2	2	2	2	1	9	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	28
104	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	64
105	2	2	3	3	3	13	2	3	2	3	3	13	2	2	3	3	2	2	14	40
106	4	4	1	3	4	16	4	4	4	5	4	21	4	4	5	4	4	4	25	62
107	4	4	1	5	5	19	4	5	4	5	5	23	4	4	5	5	4	4	26	68
108	4	4	4	5	4	21	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	65
109	2	2	4	2	3	13	2	3	2	4	3	14	2	2	4	3	2	2	15	42
110	3	3	4	2	2	14	3	2	3	2	2	12	3	3	2	2	3	3	16	42
111	3	3	4	3	4	17	3	4	3	4	4	18	3	3	4	4	3	3	20	55

112	2	2	1	2	2	9	2	2	2	1	2	9	2	2	1	2	2	2	11	29
113	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	13	3	3	3	2	3	3	17	43
114	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	16	3	3	4	3	3	3	19	52
115	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	6	17
116	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	27
117	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	4	4	22	56
118	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	13	3	3	3	2	3	3	17	43
119	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	16	3	3	4	3	3	3	19	52
120	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	6	17
121	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	27
122	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	4	4	22	56
123	2	2	2	2	1	9	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	28
124	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	64
125	2	2	3	3	3	13	2	3	2	3	3	13	2	2	3	3	2	2	14	40
126	4	4	1	3	4	16	4	4	4	5	4	21	4	4	5	4	4	4	25	62
127	4	4	1	5	5	19	4	5	4	5	5	23	4	4	5	5	4	4	26	68
128	4	4	4	5	4	21	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	65
129	2	2	4	2	3	13	2	3	2	4	3	14	2	2	4	3	2	2	15	42
130	3	3	4	2	2	14	3	2	3	2	2	12	3	3	2	2	3	3	16	42
131	3	3	4	3	4	17	3	4	3	4	4	18	3	3	4	4	3	3	20	55
132	2	2	1	2	2	9	2	2	2	1	2	9	2	2	1	2	2	2	11	29
133	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	13	3	3	3	2	3	3	17	43
134	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	16	3	3	4	3	3	3	19	52
135	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	6	17
136	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	27
137	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	4	4	22	56
138	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	13	3	3	3	2	3	3	17	43
139	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	16	3	3	4	3	3	3	19	52
140	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	6	17

141	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	27
142	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	4	4	22	56
143	2	2	2	2	1	9	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	28
144	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	64
145	2	2	3	3	3	13	2	3	2	3	3	13	2	2	3	3	2	2	14	40
146	4	4	1	3	4	16	4	4	4	5	4	21	4	4	5	4	4	4	25	62
147	4	4	1	5	5	19	4	5	4	5	5	23	4	4	5	5	4	4	26	68
148	4	4	4	5	4	21	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	65
149	2	2	4	2	3	13	2	3	2	4	3	14	2	2	4	3	2	2	15	42
150	3	3	4	2	2	14	3	2	3	2	2	12	3	3	2	2	3	3	16	42
151	3	3	3	4	4	17	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	3	3	22	59
152	1	1	2	3	3	10	2	2	3	3	3	13	2	3	2	3	1	1	12	35
153	2	2	3	3	4	14	4	4	1	3	4	16	4	4	4	5	2	2	21	51
154	4	4	4	5	5	22	4	4	1	5	5	19	4	5	4	5	4	4	26	67
155	2	2	2	2	1	9	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	28
156	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	64
157	2	2	3	3	3	13	2	3	2	3	3	13	2	2	3	3	2	2	14	40
158	4	4	1	3	4	16	4	4	4	5	4	21	4	4	5	4	4	4	25	62
159	4	4	1	5	5	19	4	5	4	5	5	23	4	4	5	5	4	4	26	68
160	4	4	4	5	4	21	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	65
161	2	2	4	2	3	13	2	3	2	4	3	14	2	2	4	3	2	2	15	42
162	3	3	4	2	2	14	3	2	3	2	2	12	3	3	2	2	3	3	16	42
163	3	3	4	3	4	17	3	4	3	4	4	18	3	3	4	4	3	3	20	55
164	2	2	1	2	2	9	2	2	2	1	2	9	2	2	1	2	2	2	11	29
165	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	13	3	3	3	2	3	3	17	43
166	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	16	3	3	4	3	3	3	19	52
167	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	6	17
168	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	27
169	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	4	4	22	56

170	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	13	3	3	3	2	3	3	17	43
171	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	16	3	3	4	3	3	3	19	52
172	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	6	17
173	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	27
174	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	4	4	22	56
175	2	2	2	2	1	9	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	28
176	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	64
177	2	2	3	3	3	13	2	3	2	3	3	13	2	2	3	3	2	2	14	40
178	4	4	1	3	4	16	4	4	4	5	4	21	4	4	5	4	4	4	25	62
179	4	4	1	5	5	19	4	5	4	5	5	23	4	4	5	5	4	4	26	68
180	4	4	4	5	4	21	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	24	65
181	2	2	4	2	3	13	2	3	2	4	3	14	2	2	4	3	2	2	15	42
182	3	3	4	2	2	14	3	2	3	2	2	12	3	3	2	2	3	3	16	42
183	3	3	4	3	4	17	3	4	3	4	4	18	3	3	4	4	3	3	20	55
184	2	2	1	2	2	9	2	2	2	1	2	9	2	2	1	2	2	2	11	29
185	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	13	3	3	3	2	3	3	17	43
186	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	16	3	3	4	3	3	3	19	52
187	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	6	17
188	2	2	2	1	1	8	2	1	2	2	1	8	2	2	2	1	2	2	11	27
189	4	4	3	3	3	17	4	3	4	3	3	17	4	4	3	3	4	4	22	56
190	3	3	3	2	2	13	3	2	3	3	2	13	3	3	3	2	3	3	17	43

Anexo 11: Autorización de la organización para publicar la identidad en los resultados de la investigación

Autorización de uso de información de empresa

Yo, **Milton Muñoz Valles**, identificado con DNI N° **05387227**, en mi calidad de director de la **I.E.P N° 62181 INIC. PRIM, SEC. T.I.A Kumpanamá**, ubicada en la **comunidad de Nuevo Progreso**, distrito de **Balsapuerto**, provincia de **Alto Amazonas**, región **Loreto**.

OTORGO LA AUTORIZACIÓN,

Al señor, **Rusber Martín Pizango Tangoa**, Identificado con DNI N.° **76784128**, de la Maestría en Psicología Educativa para que utilice la siguiente información de la I.E:

El nivel de habilidades blandas y el estrés de los estudiantes.

Con la finalidad de que pueda desarrollar su () Tesis para optar el Grado Académico de Maestro (a) / () Tesis para optar el Grado Académico de Doctor (a). Además, el estudiante puede:

- () Mantener en reserva el nombre o cualquier distintivo de la empresa; o
- () Mencionar el nombre de la I.E.




Mg. Milton Muñoz Valles
DIRECTOR
I.E.P. N° 62181 INIC. PRIM. SEC.
NUEVO PROGRESO

Firma y sello del representante legal
DNI: **05387227**

El estudiante declara que los datos emitidos en esta carta y en el Trabajo de Investigación / en la Tesis son auténticos. En caso de comprobarse la falsedad de datos, el alumno será sometido al inicio del procedimiento disciplinario correspondiente; asimismo, asumirá toda la responsabilidad ante posibles acciones legales que la empresa, otorgante de información, pueda ejecutar.

Firma del estudiante
DNI: **76784128**

Anexo 12: Reporte turnitin del antiplagio

Feedback Studio - Google Chrome
ev.turnitin.com/app/carta/es/?o=2424863885&cro=103&lang=es&u=1088032488

feedback studio | RUSBER MARTIN PIZANGO TANGOA | Habilidades blandas y estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto ... /100 < 2 de 4 > ?

Resumen de coincidencias X

14 %

Se están viendo fuentes estándar

Ver fuentes en inglés

Coincidencias

1	Entregado a Universida... Trabajo del estudiante	7 % >
2	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	4 % >
3	hdl.handle.net Fuente de Internet	2 % >
4	sdgdata.humanrights.dk Fuente de Internet	<1 % >
5	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1 % >
6	www.casey.vic.gov.au Fuente de Internet	<1 % >
7	pdfslide.tips Fuente de Internet	<1 % >

Universidad César Vallejo
ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Habilidades blandas y estrés de los estudiantes Shawis de nivel secundaria de la I.E. Kumpanamá, Nuevo Progreso, Loreto – 2024

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
Maestro en Psicología Educativa

AUTOR:
Pizango Tangoa, Rusber Martín (Orcid.org/0009-0009-3808-5349)

ASESORES
Dr. Saavedra Sandoval, Renán (Orcid.org/0000-0002-3018-9640)
Dra. Contreras Julian, Rosa Mabel (Orcid.org/0000-0002-0196-1351)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:
Evaluación y Aprendizaje

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL:
Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos los niveles

TARAPOTO – PERÚ
2024

Página: 1 de 28 | Número de palabras: 8108 | Versión solo texto del informe | Alta resolución | Activado

15°C Nublado | 16:49 | 30/07/2024