



UNIVERSIDAD DON VASCO, A.C.

INCORPORACIÓN NO. 8727- 43 A LA
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

ESCUELA DE PEDAGOGÍA

**EL EFECTO DEL ESTRÉS ESCOLAR SOBRE EL RENDIMIENTO
ACADÉMICO EN LOS ALUMNOS DEL COLEGIO ALEXANDER NEILL**

TESIS

PARA OBTENER EL TÍTULO DE

LICENCIADA EN PEDAGOGÍA

Soledad del Refugio Alcalá Espinosa

Asesor: Lic. José de Jesús González Pérez

Uruapan, Michoacán. A 27 de Agosto de 2013.



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

ÍNDICE

Introducción.

Antecedentes.	1
Planteamiento del problema.	3
Objetivos.	4
Hipótesis.	5
Justificación.	6
Marco de referencia.	8

Capítulo 1. El estrés.

1.1 Antecedentes históricos del estrés.	11
1.2 Tres enfoques teóricos del estrés.	14
1.2.1 Estrés como estímulo.	14
1.2.2 Estrés como respuesta	16
1.2.3 Estrés como relación persona-entorno	19
1.3 Los estresores	21
1.3.1 Los estresores psicosociales: cambios menores, mayores y cotidianos	22
1.3.2 Los estresores biogénicos	25
1.3.3 Estresores del ámbito académico	26
1.4 Procesos del pensamiento que propician el estrés.	28
1.5 Los moduladores del estrés	30
1.5.1 El control percibido	31

1.5.2 El apoyo social	33
1.5.3 El tipo de personalidad: A/B	34
1.5.3.1 Personalidad tipo A y problemas cardiacos	36
1.6 Efectos negativos del estrés	38

Capítulo 2. Rendimiento académico.

2.1 Concepto de rendimiento académico.	41
2.2 La calificación como indicador del rendimiento académico..	43
2.2.1 Criterios para asignar la calificación.	44
2.2.2 Problemas a los que se enfrenta la asignación de calificaciones	47
2.3. Factores que influyen en el rendimiento académico.	49
2.3.1 Factores personales	49
2.3.1.1 Aspectos personales	50
2.3.1.2 Condiciones fisiológicas.	52
2.3.1.3 Capacidad intelectual.	54
2.3.1.4 Hábitos de estudio.	58
2.3.2 Factores pedagógicos.	61
2.3.2.1 Organización institucional.	61
2.3.2.2 La didáctica.	63
2.3.2.3 Actitudes del profesor.	65
2.3.3 Factores sociales.	67
2.3.3.1 Condiciones de la familia..	67
2.3.3.2 Los amigos y el ambiente.	70

Capítulo 3. Metodología, análisis e interpretación de resultados.

3.1 Descripción metodológica	74
3.1.1 Enfoque cuantitativo	74
3.1.2 Investigación no experimental	76
3.1.3 Diseño transversal	77
3.1.4 Alcance correlacional	77
3.1.5 Técnicas de recolección de datos	78
3.1.5.1 Técnicas estandarizadas	79
3.1.5.2 Datos secundarios	80
3.2 Población y muestra	81
3.2.1 Descripción de la población.	81
3.2.2 Descripción del tipo de muestreo	82
3.3 Proceso de investigación	82
3.4 Análisis e interpretación de resultados	85
3.4.1 Rendimiento académico en los alumnos del Colegio Alexander Neill.	85
3.4.2 El nivel de estrés en los alumnos en el Colegio Alexander Neill.	88
3.4.3 Influencia del estrés sobre el rendimiento académico.	90
Conclusiones	93
Bibliografía	95
Hemerografía	97
Anexos.	

INTRODUCCIÓN

En la presente investigación se examina la relación entre dos variables: la primera, que es el estrés y la segunda, el rendimiento académico. Ante esto, es importante resaltar algunas investigaciones que se han llevado a cabo en relación con estos temas.

Antecedentes

De acuerdo con Caldera y cols. “el termino estrés es de uso común y se le emplea para hacer referencia a una gama muy amplia de experiencias, por ejemplo; nerviosismo, tensión, cansancio, agobio, inquietud y otras sensaciones” (Caldera y cols.; 2007: 78).

Como antecedente, Orobio en el 2009, partió su investigación con grupos de la escuela secundaria Vasco de Quiroga en Ziracuaretiro Michoacán en donde analizó la importancia de como un estímulo externo puede llegar a afectar significativamente el rendimiento académico de un alumno.

Asimismo, se resalta la importancia de rescatar los principales aspectos que llevan a que el alumno presente un grado de estrés escolar y, la importancia de que el docente y la institución lo puedan tratar.

“El estrés es una reacción, un estímulo y una interacción” (Cano, en www.ucm.es). Es una reacción ante las situaciones que el sujeto vive, mientras más aumenten, se crean aspectos negativos que llevan al sujeto a la depresión. Es un estímulo que provoca que el individuo se adapte a situaciones sociales y de trabajo, entre otras. Es una interacción, de acuerdo con la situación estresora que presente el sujeto, y a la manera en que éste hace frente a tales situaciones, llámese laboral, personal, social, cultural.

Por su parte, Domínguez (2003), plantea que las situaciones estresantes en las que se pueda ver involucrado un niño, provienen de situaciones adaptativas a algún entorno o situación, plantea que entre el 10 y el 23 % de la población infantil presenta problemas de salud, el más común son problemas de ansiedad, nerviosismo, manchas en la piel; que como consecuencia, trae problemas en su deficiencia en su rendimiento escolar.

En lo que respecta a la variable dependiente, el rendimiento académico, según Barbosa (2007) se considera como el resultado de la suma de los conocimientos adquiridos que tuvo el alumno, en el transcurso del año escolar, siguiendo el proceso de enseñanza aprendizaje.

En el rendimiento académico se ha demostrado la relación que tiene la edad y el nivel escolar, de igual manera, Edel (2003) establece que a partir de la evaluación del alumno, puede medirse su rendimiento escolar.

En relación con Cascón (referido por Edel; 2003), es importante revisar el nivel de inteligencia del alumno, utilizando los test psicométricos con el fin de canalizar a tiempo las posibles situaciones de fracaso escolar.

Como referencia, dentro del colegio Alexander Neill, se presenta la problemática de canalizar a los niños que presentan cierto grado de estrés y baja de calificaciones, así como evaluar a aquellos alumnos que tiene un promedio de excelencia. El colegio Alexander Neill no presenta alumnos reprobados en el ciclo pasado anterior.

Planteamiento del problema

Dentro de la población a estudiar, del colegio Alexander Neill, se han encontrado manifestaciones significativas del estrés escolar, las cuales llevan a investigar más ampliamente el por qué éstas se presentan.

Es necesario establecer la relación del estrés sobre el rendimiento académico, ya que éste último puede variar de acuerdo con el grado de estrés en que se encuentra el alumno, tomando en cuenta los factores externos que puedan verse involucrados.

Diversos autores han investigado los efectos del estrés y las consecuencias que deja en el alumno. En el presente estudio se pretenden corroborar tales investigaciones, y a un futuro poder aplicar técnicas y herramientas que ayuden al alumno a mejorar su nivel académico y situación personal.

Cabe entonces plantear la siguiente pregunta de investigación: ¿En qué medida se ve afectado el rendimiento académico de los alumnos del colegio Alexander Neill por el nivel de estrés que presentan?

Objetivos

En la presente investigación se requirieron diferentes objetivos a lograr, los cuales se presentan a continuación.

Objetivo general

Determinar el grado en que el rendimiento académico es afectado por el nivel de estrés en los alumnos del Colegio Alexander Neill, de Uruapan, Michoacán.

Objetivos particulares

1. Analizar los conceptos teóricos referidos al estrés escolar.
2. Definir el término del rendimiento académico.
3. Examinar los principales factores que influyen en el rendimiento académico.
4. Identificar el nivel de rendimiento académico en los alumnos del colegio Alexander Neill.
5. Medir el grado de estrés de los sujetos de estudio.
6. Determinar el nivel de rendimiento académico de los sujetos de estudio

Hipótesis

En el presente apartado se dan a conocer las explicaciones tentativas que resultan para el trabajo de investigación.

Hipótesis de trabajo

El nivel de estrés en los alumnos del Colegio Alexander Neill afecta significativamente su rendimiento académico.

Hipótesis nula

El nivel de estrés no afecta significativamente a los alumnos del colegio Alexander Neill en su rendimiento académico.

Operacionalización de las variables

La variable estrés escolar fue medida con el test denominado CMAS-R, de los autores Reynolds y Richmond (1997). Los resultados obtenidos mediante la aplicación de tal prueba serán indicadores del nivel de estrés que presentan los sujetos investigados. Lo anterior a consideración a que la ansiedad es el principal indicador subjetivo – emocional de la vivencia del estrés.

La CMAS-R brinda cuatro puntuaciones de sendas subescalas, además de la puntuación de ansiedad total. Estas series se denominan:

- A) Ansiedad fisiológica.
- B) Inquietud/hipersensibilidad.
- C) Preocupaciones sociales/concentración.
- D) De mentira.

La variable el rendimiento académico, fue medida por medio de las calificaciones asignadas a los sujetos de estudio por los docentes de su escuela. De acuerdo con Aisrasian (2003), la calificación es el indicador más importante del rendimiento académico.

En la institución que se investigó, los criterios para asignar la calificación son los siguientes: 40% para exámenes, 30% para tareas y 30% designado a la participación del alumno.

Justificación

En época actual, es muy relevante analizar los aspectos que favorecen a que el alumno tenga un bajo rendimiento escolar.

En la presente investigación se muestran herramientas prácticas, que pueden ser utilizadas para la detección del alumno en situación estresante. Es propia del

campo de la pedagogía, ya que da opciones didácticas, tanto a maestros y alumnos como a la institución en general y a los padres de familia, para combatir el bajo rendimiento académico de los educandos.

Beneficia principalmente a la institución, como facilitador y promotor de la educación, ya que así, se puede favorecer a un desarrollo óptimo y un ambiente confiable y seguro, el cual beneficiará en primera instancia a los alumnos y a los papás, por la seguridad de tener a sus hijos en una institución que les ofrece apoyo cuando lo requieran.

El estudio compete directamente al maestro del aula, ya que es el portavoz de la educación dentro del salón. El departamento psicopedagógico podrá canalizar al alumno, mediante un instrumento psicométrico válido, que muestre sus altos niveles de estrés y así, darle la oportuna atención especializada, y poder mejorar paso a paso su rendimiento académico. El docente tiene la función de ver al alumno como una persona sensible y darle su apoyo.

La investigación beneficia al alumno, porque es a quien directamente le afecta el problema, y, de acuerdo con los niveles de estrés que presente, por voluntad propia podría aumentar su rendimiento escolar.

Al padre de familia le servirá de guía para que logre identificar las características que llega a tener un estudiante que presenta estrés escolar, y por consiguiente una baja en su rendimiento, así podrá conocer los apoyos que puede ofrecerle a su hijo y

los lineamientos para poder tratar esas dificultades sin recudir a las agresiones y regaños comunes. Le ayudará a canalizar apropiadamente las deficiencias escolares del menor.

Es un apoyo para que los directivos de la institución lleven a cabo planes de trabajo que involucren al docente, alumnos y papás, a retomar situaciones que impliquen un mejoramiento significativo del educando en su rendimiento académico.

Este estudio es el primero que se realiza en la institución, por ello, se propone aportar datos favorables respecto a la situación y mejoramiento del rendimiento académico.

Marco de referencia

La presente investigación tuvo como escenario el Colegio particular Alexander Neill, ubicado en la calle Anillo de Circunvalación #107, del barrio de San Juan Evangelista, en la ciudad de Uruapan, Michoacán. Ofrece servicios educativos laicos en los niveles de primaria (matutino) y secundaria (matutino y vespertino), respetando los lineamientos indicados por la Secretaría de Educación en el Estado.

La misión del colegio mencionado, se centra en formar alumnos analíticos, reflexivos y competitivos en diferentes ángulos de su vida a través de una educación integral basada en los cuatro pilares de la educación: aprender a conocer, aprender a ser, aprender a hacer y aprender a vivir juntos.

El plantel se consolida como institución privada altamente competitiva en la ciudad de Uruapan, donde se es reconocida por el alto desempeño y calidad de sus estudiantes en el área intelectual, humana, artística y deportiva, lo anterior gracias a la capacitación constante del personal docente y administrativo.

En su mayoría, la población de estudiantes oscila entre los 6 y 12 años en primaria, y en secundaria de 13 a 14 años de edad. Su nivel socioeconómico es de población media baja.

Su plantilla docente es, en primaria, de ocho maestros frente a grupo, dos de educación física, tres maestros co-curriculares para las materias de inglés, computación y música. En lo administrativo, cuenta con una contadora, un director general, un director técnico y dos personas encargadas del mantenimiento de la institución.

El colegio cuenta con tres edificios de dos pisos cada uno, de los cuales dos aulas son para primer grado, dos para segundo, mientras que tercero, cuarto, quinto y sexto cuentan con un aula para cada grupo. Hay una sala de cómputo, y un edificio de esos tres es para los sanitarios. Cuenta con una cancha cívica y un espacio para cooperativa y cafetería. En cuanto a los deportes, el colegio cuenta con una cancha rentada anualmente, ubicada a un costado de la institución.

La institución tiene una antigüedad de tres años, de los cuales su población de estudiantes va en aumento cada año. En lo que respecta a este ciclo escolar, se tienen en primaria 188 alumnos y en secundaria 97, dando un total de 285.

CAPÍTULO 1

EL ESTRÉS

En el presente capítulo se dan a conocer los orígenes del estrés, su importancia en la vida, y los diversos enfoques teóricos que se han dado a lo largo del tiempo.

1.1 Antecedentes históricos del estrés.

En este nuevo siglo, el estrés se ha caracterizado por ser un término moderno de uso convencional. Lo relevante, es que la palabra estrés se origina “del latín stringere, que significa presionar, comprimir, oprimir” (Sánchez; 2007: 14).

El término estrés data “desde el siglo XIV, para significar dureza, momentos angustiosos, adversidad o aficción” (Lazarus y Lazarus; 2000: 281). Si bien este concepto fue referido al campo de la ingeniería, para la elaboración de puentes capaces de soportar las adversidades de la naturaleza y la afluencia del tránsito con cargas pesadas.

Asimismo, el estrés se relaciona con los estudios de la conducta del ser humano. “El estrés se convirtió en el término para definir una exigencia del entorno sobre un sistema biológico, social o psicológico” (Lazarus y Lazarus; 2000: 281).

Claude Bernard (referido por Sánchez; 2007), expuso los beneficios que genéticamente el ser humano posee, de los cuales, los cambios externos pueden variar en relación con el ambiente que la persona vive. Si algo no funciona bien internamente, entonces la persona no puede responder bien a las exigencias del entorno: necesita estabilidad.

Por otro lado, fisiólogo estadounidense Walter Bradford Cannon, en 1922, propuso el término homeostasis “para designar los procesos fisiológicos coordinados que mantienen constante el medio interno mediante numerosos mecanismos fisiológicos” (Sánchez; 2007: 16).

La agresión de un agente externo del ser humano puede llegar a provocar la estimulación del sistema nervioso central, de modo que aumente los niveles corporales de adrenalina y provoque reacciones cardiovasculares, que pueden llegar a perjudicar el sistema nervioso (Sánchez; 2007).

Para el año de 1939, Cannon introdujo el término estrés para hacer referencia “a todos los factores que podrían provocar un debilitamiento de los mecanismos homeostáticos” (Sánchez; 2007: 17).

En el ámbito científico, el canadiense Hans Selye, demostró en varias investigaciones que ante cualquier situación que se encuentre el ser humano, sus reacciones pueden ser de tipo endocrino.

En este tenor, Selye define al estrés como “la respuesta no específica del organismo a cualquier demanda del exterior, mientras que al estímulo causante del estrés lo denominó estresor” (referido por Sánchez; 2007: 15).

A las reacciones que el organismo presenta, Selye (citado por Sánchez; 2007) las denominó como el “Síndrome general de adaptación”, esas reacciones preparan al organismo para que enfrente su situación estresora o simplemente huya de ella.

Las reacciones que el ser humano puede presentar son, que “las pupilas se agrandan, los músculos se tensan para recibir la amenaza, la frecuencia cardiaca y respiratoria aumentan, la digestión y la circulación disminuye en forma drástica” (Sánchez; 2007: 15).

En relación con Lazarus y Lazarus (2000), en los tiempos de la Primera Guerra Mundial, se concebía al estrés en términos neurológicos, que tenían relación cuando el proyectil era lanzado y el estallido que producía, afectaba presuntamente al cerebro. Al paso del tiempo, en la Segunda Guerra Mundial, el estrés causó conmoción con los militares preocupados, ya que “muchas veces hacía que los hombres se sintieran desmoralizados, se escondieran del enemigo y no dispararan sus propias armas” (Lazarus y Lazarus; 2000: 282).

Las investigaciones del estrés que resultaron de la Segunda Guerra Mundial fueron un comienzo para describir que no sólo un estallido o conmoción pueden ser causa del estrés, sino también situaciones tales como un cambio de vida, aspectos

sociales, participación escolar, la salud, entre otras, y pueden llegar a ser parte de una alteración psicológica y no tanto del ámbito neurológico (Lazarus y Lazarus; 2000).

“Lo que hemos aprendido es que todos necesitamos de cierto estrés para movilizar nuestros esfuerzos, para enfrentarnos a los problemas habituales del ser humano, el estrés es una respuesta natural a las exigencias de la vida y no es todo malo” (Lazarus y Lazarus; 2000: 282).

1.2 Tres enfoques teóricos del estrés.

Tras revisar diversos autores, se han encontrado tres maneras en que se puede conceptualizar el estrés para su mejor estudio: como estímulo, como respuesta y traducido en la interacción persona-entorno; términos que se describen a continuación.

1.2.1 Estrés como estímulo.

El estrés se ha considerado por muchos años como un agente de conducta ambiental. Si bien se deben tomar en cuenta los factores externos del individuo, no sólo los conductuales, psicológicos o físicos, para la investigación del estrés.

El estímulo es una forma “de considerar el estrés que relaciona la salud y la enfermedad con ciertas condiciones presentes en el entorno externo del individuo” (Travers y Cooper; 1997: 30).

En relación con Hipócrates (citado por Travers y Cooper; 1997) la salud y la enfermedad son situaciones que pueden variar de acuerdo con el grado de estrés que presenta el individuo. El entorno es un factor condicionante ante una situación estresora; para que pueda existir un estímulo, es necesario que un agente externo active la conducta del individuo y por ende, dé una respuesta fisiológica o psicológica.

“El nivel de tensión y su tipo dependerán del individuo y de la duración y fuerza de la presión aplicada” (Travers y Cooper; 1997: 31). Se entienden como presión, todos aquellos aspectos emocionales y físicos, ante los cuales, si el individuo no posee un cierto grado de control, puede llegar a caer en una situación de ansiedad, al no poder manejar su propio estrés.

Los estímulos que resultan de las situaciones estresantes que vive el individuo son, entre muchas otras, la ansiedad, la depresión, problemas personales, adaptación a la sociedad, la economía y los problemas ambientales, (Travers y Cooper; 1997).

Cada individuo posee un cierto grado de estrés, lo relevante es como se le pueda hacer frente a tales situaciones desencadenantes de estrés, de tal manera que no deje daños psicológicos en cada persona. En relación con Travers y Cooper (1997) bastan tan sólo sucesos relevantes para que cada persona pueda verse derrumbada y con actitudes adversas a las comúnmente manejadas.

El estrés se ha considerado como un estímulo negativo cuando no es controlado por el individuo, ya que origina daños en la conducta; aunque puede ser un estímulo positivo que puede ser causa de desarrollo y crecimiento personal. “Podemos considerarlo un estimulante, y es un rasgo vital” (Travers y Cooper; 1997: 32).

1.2.2 Estrés como respuesta.

El estrés se considera como una respuesta ante “la reacción que tiene la persona frente a algún estímulo amenazador o desagradable” (Travers y Cooper; 1997: 29).

En el apartado anterior se finalizó con la idea de que el estrés en cierto grado es benéfico, siempre y cuando el individuo sea capaz y tolerante de llevar cargas psicológicas estresantes; ya que, en relación con Fontana (1992), el tener cargas de estrés puede ayudar a darle otro sentido útil al quehacer diario, puede impulsar al individuo a poner metas a corto plazo en su vida diaria, a involucrarse más en el trabajo.

Asimismo, se considera que en el entorno, hay individuos que no soportan las cargas de estrés y frecuentemente llegan a un desequilibrio físico. De manera específica, “agota nuestra energía psicológica, deteriora nuestro desempeño y a menudo nos deja con un sentimiento de inutilidad y escasos objetivos inalcanzables” (Fontana; 1992; 10).

Como aportación, Selye (citado por Fontana; 1992) propone tres fases de respuesta al estrés, denominándolo como Síndrome de Adaptación General.

A. Reacción de alarma: señala que ante cualquier situación estresora que se presente, el aspecto físico de cada individuo puede ir disminuyendo en relación con la capacidad de complejidad que manifieste el estresor. Se considera que el sujeto hará una valoración de sus actos y consecuencias para poder hacer frente a tal situación. De lo contrario según Fontana (1992) el individuo está propenso a pasar a la siguiente fase de respuesta.

B. Fase de resistencia: según Fontana (1992) es también nombrada como la fase en donde el individuo enfrenta a la situación estresante. En esta etapa, el conocimiento psicológico es el que prevalece, con el fin de darle frente a la situación que estresa al sujeto; en su defecto, si no es capaz de resistir la tensión del estresor, sufrirá un “colapso y el individuo se deteriorará progresivamente, y es probable que el funcionamiento psicológico sea completamente inútil” (Fontana; 1992: 12).

C. Fase de agotamiento. Los efectos psicológicos prevalecen, siempre y cuando el individuo sea incapaz de afrontar circunstancias en relación con las valoraciones que hizo en la fase anterior, convirtiéndose al entrar a esta etapa en colapso psicológico (Fontana; 1992).

Algunos efectos dañinos que se producen en esta fase “varían de un individuo a otro, efectos relacionados con el área cognitiva, efectos emocionales y efectos conductuales” (Fontana; 1992: 12).

En lo que respecta a los cognitivos, en relación con Fontana (1992), el individuo que presenta un exceso de estrés, continuamente pierde la noción y el sentido de la concentración, fácilmente olvida el tema de una conversación, disminuye su capacidad de memorizar, los aspectos personales, sociales y culturales se van perdiendo y por ende, no retiene ni puede dar una respuesta concreta a algún cuestionamiento.

“Como resultado de todo lo anterior; se incrementan los errores en las tareas cognitivas y de manipulación. Las decisiones se vuelven inciertas” (Fontana; 1992: 13).

Si bien, los efectos emociones que presenta el individuo se reflejan en la incapacidad de valorarse como persona, el individuo se vuelve hipocondríaco. “Las enfermedades imaginadas se agregan a los malestares reales causados por el estrés. Desaparece la sensación de salud y bienestar” (Fontana; 1992: 13).

Asimismo, la persona pierde el autocontrol de los impulsos emocionales; del mismo modo, el deseo sexual puede desaparecer y la depresión se hace presente, al no poder enfrentar los acontecimientos cotidianos.

Por último, las reacciones de los efectos conductuales de un estrés excesivo se presentan, según Fontana (1992), de la siguiente manera: las metas que se propone cada individuo son olvidadas, así como su actividad social, la hipocondría aumenta y

la consecuencia es la pérdida del trabajo, se involucra en un exceso de uso de la nicotina o cafeína, lo cual se puede volver una adicción. La responsabilidad que puede tener una persona con estas características es olvidada, y cede esas responsabilidades y las culpas a otras personas que estén a su alcance. “Se abandonan los intentos de comprender profundamente o de hacer un seguimiento. Se desiste en algunas áreas” (Fontana; 1992: 15).

1.2.3 Estrés como relación persona-entorno

“La relación persona entorno que produce el estrés es un desequilibrio subjetivo entre las demandas que percibe la persona y sus recursos para satisfacerlas. Dependiendo del grado de desequilibrio, experimentamos más o menos estrés” (Lazarus y Lazarus; 2000: 282).

Si la persona presenta un vasto cúmulo de recursos, la carga de estrés será menor, ya que se valdrá de más de uno para poder hacer frente a sus demandas; de este modo, según Lazarus y Lazarus (2000), existe un nivel óptimo de estrés. Sin embargo, en aquella persona que tiene un recurso limitado, el estrés irá en aumento y sentirá demasiada presión.

Cabe mencionar que en este último desequilibrio, el entorno nivela la capacidad de afrontamiento, ya que en ocasiones “está debilitada, estamos enfermos, fatigados o hemos pasado una época de demandas excesivas” (Lazarus y Lazarus; 2000: 283).

En relación con Travers y Cooper (1997), el estrés se concibe En relación con el entorno que rodea al individuo, a la manera en que este interactúa y trasciende en él. “El entorno per se no es estresante, sino que es la relación entre la persona y el entorno lo que puede dar lugar a una experiencia estresante” (Travers y Cooper; 1997: 32).

La actitud que el individuo presenta ante una experiencia de estrés, es lo que definirá su nivel de adaptación al entorno; cada persona tiene la capacidad de poder alterar sus experiencias estresantes y definir la manera de reaccionar de manera sana y concisa.

Ante esto, Travers y Cooper (1997) proponen cinco factores del modelo cognitivo a considerar en el estudio del estrés como interacción.

1. Valoración cognitiva: como un aspecto positivo, negativo o neutral del control del estrés.
2. Experiencia: habla de la familiaridad que el individuo ha tenido con la situación estresante y la manera que lo ha sobrellevado.
3. Exigencia: es “reforzada por las necesidades del individuo, sus deseos y su nivel de estimulación inmediata” (Travers y Cooper; 1997: 34).
4. Influencia interpersonal: si hay o no personas que apoyen y den solución a las experiencias estresantes que el individuo presenta.
5. Un estado de desequilibrio: cuando éste aparece, “se generan estrategias de superación, que tienen en cuenta las consecuencias pasadas de tales

acciones (positivas que restauran y negativas que potencian aún más la situación negativa)” (Travers y Cooper; 1997: 34).

Para finalizar, se incluye el concepto integrador del estrés, el cual se define de la siguiente manera: “Es una respuesta adaptativa, mediada por las características individuales y/o los procesos psicológicos, la cual es al mismo tiempo consecuencia de una acción, situación o evento externo que plantea las personas, especiales demandas físicas o psicológicas” (Ivancevich y Matteson; 1985: 23).

1.3 Los estresores.

De acuerdo con Lazarus y folkman, “el estrés es una relación particular entre la persona y el entorno, que es evaluado por éste como amenazante o desbordante de sus recursos, y que pone en peligro su bienestar” (Palmero y cols.; 2002: 425).

Durante el transcurso de la vida, cada persona se enfrenta a diferentes cambios que pueden ser benéficos, como una boda, un integrante nuevo de la familia o un mejor trabajo; y cambios perjudiciales como un despido del trabajo o la muerte de un familiar, entre otros. A estos nuevos retos se les considera también estresantes, simplemente porque modifican la conducta la persona y su vida cotidiana.

A continuación se enlistan los tres tipos de estresores que modifican la conducta del individuo en diferente intensidad, desde la perspectiva de Palmero y cols. (2002).

1.3.1 Los estresores psicosociales: cambios menores, mayores y cotidianos.

El primer tipo de estresor psicosocial, son los cambios mayores que presenta el individuo; su principal característica es “la capacidad para afectar a un amplio número de personas, o a una sola persona. El número de afectados no altera la capacidad perturbadora de tales acontecimientos, se trata de hechos que pueden ser prolongados” (Palmero y cols.; 2002: 426).

Los cambios mayores que presenta el individuo se pueden reflejar en su vida cotidiana, como en el hecho de sufrir violencia, presenciar algún caso de terrorismo, desastres naturales, verse involucrado en la deportación de algún país o migrar hacia otro; en la salud, cuando la persona se ve en necesidad de una operación que implique un riesgo mayor.

En relación con Palmero y cols. (2002) todos estos cambios llegan a provocar un malestar físico y psicológico, y su durabilidad puede variar alrededor de un mes o más, dependiendo de la estabilidad y la manera en que la persona haga frente a estos cambios.

En segunda instancia, los acontecimientos vitales estresantes son los que “afectan sólo a una persona o a un pequeño grupo de ellas y que se corresponden con cambios significativos y con trascendencia vital para las personas” (Palmero y cols.; 2002: 425).

Estos cambios son altamente trascendentales y, por impulso, puede que el individuo no tenga el total control sobre ellos, el estrés originado por estos cambios, se puede reflejar en:

- a) La vida conyugal: la relación con la nueva pareja o la pérdida de una de ellas.
- b) La paternidad: se toma en cuenta cuando se es padre o madre, o el hijo padece alguna enfermedad.
- c) El ámbito laboral, se relaciona cuando el individuo ha sido despedido, tiene un nuevo trabajo, no lo encuentra o simplemente tiene problemas dentro del mismo.
- d) Las situaciones ambientales, entendidas como los cambios continuos de residencia o lugar para vivir.
- e) El ámbito económico: se le atribuye a la falta constante del ingreso monetario y al mal uso del mismo.
- f) Las cuestiones legales: considerando que el individuo presente indiferencias ante la ley, al no obedecer tales disposiciones.
- g) El desarrollo biológico: son los cambios orgánicos del ser humano, al no aceptar el proceso evolutivo. Según Palmero y cols. (2002) la pubertad y la menopausia son algunos de ellos.

Como tercer y último tipo, los estresores cotidianos “actúan cambiando los patrones de comportamiento automatizado y manteniendo la activación del estrés hasta que se produce una acomodación a las nuevas condiciones” (Palmero y cols.; 2002: 430).

Ante esto, el individuo deberá reaccionar y determinar todos aquellos cambios que pueden ser de calidad y cuantificarlos, de manera que no se le dificulte la adaptación a ellos. Según Palmero y cols. (2002) el individuo deberá mantener autocontrol a la situación estresante nueva, y valorar los cambios positivos y negativos que conllevan.

Estos cambios estresores se pueden ver reflejados en la manera en que la persona se adapta a las nuevas tareas del hogar o a un cambio de vida repentino.

1.3.2 Los estresores biogénicos.

Los estresores biogénicos “alteran directamente el proceso de activación fisiológica, sin la mediación de los procesos psicológicos” (Palmero y cols.; 2002: 425). Como ya se mencionó, el nivel psicológico queda fuera del contexto, las situaciones estresantes que se presenten en el ser humano dependerán no sólo de la conducta, sino del afecto y el nivel neuronal que presente el individuo.

En relación con Palmero y cols. (2002) se exponen tres niveles que influyen en el estrés biogénico del individuo.

A) Cambios hormonales: es mayormente inclinado hacia el sexo femenino, dando un inicio de tales cambios con la pubertad. Con este tipo de estresor, “el cuerpo del adolescente cambia de forma, sus órganos sexuales comienzan a funcionar y nuevas hormonas comienzan a ser segregadas” (Palmero y cols.; 2002: 431).

El estrés se presenta en las alteraciones del cuerpo a partir del cambio hormonal de estrógenos y progesterona del ciclo menstrual, al igual que el post parto, que presenta alteraciones de hormonas en el periodo de la menopausia, alterando los niveles hormonales.

B) Ingestión de sustancias químicas: en relación con Palmero y cols. (2002), este tipo de estrés es causado por la ingesta de anfetaminas, la cafeína, el consumo excesivo del cigarro o cualquier otra sustancia que contenga nicotina, así como la fenilpropanolona.

C) Estrés alérgico: en este rubro, “la alergia es una fuente de estrés que requiere de grandes cambios de energía por parte del sistema inmunológico para luchar contra aquello que el cuerpo considera peligroso” (Palmero y cols.; 2002: 431).

1.3.3 Estresores del ámbito académico.

En el presente apartado, son considerados de importancia todos aquellos estresores que alteran la vida cotidiana del estudiante, que en su mayoría son

negativos, ya que influyen significativamente en sus respuestas ante cualquier situación que se le presenta.

Los principales estresores académicos son los siguientes, establecidos por Polo y cols. (referidos por Barraza; 2003):

1. Exposición de trabajos
2. Intervención en el aula (realizar o responder preguntas).
3. Realización de un examen.
4. Ambiente físico desagradable.
5. Falta de programas motivacionales.
6. Problemas con los profesores.
7. Trabajar en grupo.
8. Competitividad entre compañeros

Cuando el alumno ingresa al nivel profesional, en algunas ocasiones, se le puede ver presionado y el estrés se manifiesta ante situaciones como: dejar la casa paterna para el estudio en otra ciudad, el tener que viajar constantemente, el trabajar y estudiar para mantenerse sus estudios, y al mismo tiempo, atender todas las disposiciones que implica el ser estudiante. Asimismo, los efectos estresantes también pueden ser positivos, como el conseguir una nueva pareja sentimental o un cambio social favorable.

El estrés se ve afectado de manera negativa en el rendimiento académico del alumno en dos maneras: “requiere de más tiempo para aprender, y ante las respuestas en las pruebas académicas puede bloquearse y no obtener buenos resultados” (Barraza; 2003: s/p).

En relación con Polo y cols. (1991) se presentan 12 maneras en que el alumno puede responder ante una situación de estrés, las cuales son:

1. Se preocupa.
2. El corazón late muy rápido, hay falta de aire y la respiración es agitada.
3. Realiza movimientos repetitivos con alguna parte del cuerpo, se queda paralizado y sus movimientos son torpes.
4. Siente miedo y molestias en el estómago.
5. Fuma y bebe demasiado.
6. Tiene sentimientos y pensamientos negativos.
7. Le tiemblan las manos y las piernas.
8. Le cuesta trabajo expresarse verbalmente y en ocasiones tartamudea.
9. Se siente inseguro de sí mismo.
10. Su boca se seca y tiene dificultades para tragar.
11. Siente ganas de llorar.

1.4 Procesos del pensamiento que propician el estrés.

En el presente apartado, se hablará de las principales distorsiones más comunes que el ser humano da para sí mismo, al manifestar una situación estresante. Asimismo, diversos autores han propuesto que las distorsiones estresantes de una persona, provienen de manera externa, al ser agredido moral, física, sexual o psicológicamente.

Por otro lado, en relación con Powell (1998) la teoría más actual que se relaciona con el área cognitiva y del crecimiento humano, es propuesta por Albert Ellis, quien menciona que “todo ser humano es incomparablemente racional e irracional: es posible rastrear todos los problemas emocionales y psicológicos hasta llegar a ideas y pensamientos racionales e ilógicos” (referido por Powell; 1998: 92).

Ellis (citado por Powell; 1998) hace mención que todo ser humano presenta problemas emocionales y psicológicos, y pueden llegar a dañarlo hasta el grado en que él mismo distorsione el significado de los problemas, haciendo exagerada su importancia; el autor expone que la mejor manera de hacerles frente, es propiciando un nivel de autoconfianza y reorganizando la manera de pensar.

“Es la interpretación equivocada de una situación la que nos lleva a tener perturbaciones emocionales y psicológicas” (Powell;1998:93). Desde la niñez del ser humano, se consideran que las experiencias de aprendizaje son afectadas por la conducta irracional, ya que desde esa etapa se crea una infelicidad al distorsionar las propias ideas o al no saberlas enfrentar. Cada ser humano deberá hacer reajustes

emocionales en su conducta, para de igual manera mejorar su pensamiento y propiciar una felicidad en el ser humano.

A continuación se exponen 11 distorsiones del pensamiento, frecuentemente consideradas para aquellas personas perturbadas emocional y psicológicamente. (Powell; 1998: 93-97).

1. “Debo obtener el amor y la aprobación de todas las personas de mi comunidad, especialmente de las que son más importantes para mí.
2. Debo ser perfectamente competente, suficiente y exitoso en todo logro antes de pensar en mí mismo como una persona valiosa.
3. No tengo control sobre mi propia felicidad. Mi felicidad está bajo el control completo de las circunstancias externas.
4. Mis experiencias pasadas y los eventos en mi vida han determinado mi vida y mi comportamiento presente. No es posible erradicar la influencia del pasado.
5. Existe sólo una solución perfecta para cada uno de mis problemas. Si no la encuentro, será devastador para mí.
6. Las cosas peligrosas o temibles causan una gran preocupación. Debo pensar constantemente en las posibles calamidades y estar preparado para lo peor.
7. Debería depender de las demás, y debo tener a alguien más fuerte que yo en quien pueda apoyarme.

8. Si mi vida no funciona de la manera en que yo lo había planeado, será realmente terrible. Cuando las cosas funcionan mal, es una catástrofe.
9. Es más fácil evitar ciertas dificultades y responsabilidades que enfrentarlas.
10. Algunas personas son malas, inicuas, infames. Deberían ser acusadas y castigadas.
11. Uno debería preocuparse mucho por los problemas y las perturbaciones de los demás.”

Se ha considerado a las primeras siete distorsiones, como parte de aquellas personas que presentan un grado de ansiedad; las últimas cuatro, son destinadas a clasificar personas con distorsiones hostiles.

1.5 Los moduladores del estrés.

En el presente apartado se hace alusión a los moduladores que ayudan a determinar cuál es curso que tomará el proceso del estrés y sus consecuencias en la salud del individuo.

En relación con Palmero y cols. (2002) a partir de los artículos publicados sobre el estrés, se han considerado los de más relevancia, aquéllos que enfocan a una situación de tipo social, cultural y de personalidad. A continuación se expone cada uno de ellos.

1.5.1 El control percibido.

“El impacto de las fuentes de estrés sobre el organismo depende, al menos, de la magnitud de la propia fuente y del control que se pueda ejercer sobre éste” (Palmero y cols.; 2002: 528).

Diversas investigaciones han demostrado que por la falta de control de las personas, se han llegado a detectar consecuencias a nivel cognoscitivo, de motivación y emocional.

El control que cada persona tiene sobre la situación que se vive, dependerá, en gran medida, de las metas a largo y corto plazo que cada quien se proponga, de los objetivos y logros; es necesario tomar en cuenta que cada situación trae consigo adversidades y barreras que impiden la solución a problemas, de las cuales, el control que la persona tenga sobre la situación, sobresaldrá y podrá controlar la consecuencia; de lo contrario, sufrirá de control negativo, que puede ocasionar ciertos niveles de estrés.

Para especificar más el punto, se realizó un estudio en la Guerra de Vietnam en 1966, donde se analizó el nivel de cortisol de varios combatientes estadounidenses antes, durante y después de la guerra contra el Viet Cong, y los resultados fueron los siguientes:

“El entrenamiento percibido por los soldados, les proporcionó eficaces estrategias de afrontamiento y altos niveles de percepción de control sobre la situación,

éstos manifestaron que si seguían las instrucciones recibidas durante el periodo de entrenamiento, saldrían con vida del combate” (Palmero y cols.; 2002: 528).

En esta investigación se expuso que quien tuvo mayor control de la situación fueron los soldados, ya que ellos mismos formaron el sector de combate y salían a enfrentarse, con las mismas armas para protegerse; sin embargo la situación fue diferente con los oficiales y operadores de radio, ya que teniendo el conocimiento de la situación real, no fueron capaces de enfrentar el peligro. Se considera que como no tenían un instrumento para defenderse, su control de la situación fue nulo, según Palmero y cols. (2002).

Esto mismo sucede con cada individuo; mientras se tenga un conocimiento de cómo se puede enfrentar una situación de estrés, se puede afrontar con éxito, ya que traerá consecuencias que el mismo individuo puede controlar. En cambio, si no se sabe enfrentar una situación de estrés, la conducta del individuo puede verse afectada, (como anteriormente se mencionó) en el área emocional, psicológica o motivacional.

1.5.2 El apoyo social.

Otro de los moduladores del estrés es el apoyo social, en el cual juegan un papel importante los amigos cercanos, familiares, las redes sociales, ya que de éstos, el individuo se fía para obtener recursos y solventar sus situaciones estresantes. Si el sujeto tiene un bajo contacto social, su nivel de estrés será mayor, ya que no cuenta

con nadie que le dé apoyo y pudiera padecer un malestar psicológico, lo cual, a su vez, estaría ligado a desestabilizar su salud física.

“Es probable que el apoyo social esté relacionado con la salud de diversas maneras: 1) eliminando o reduciendo el impacto del propio estresor; 2) ayudando al sujeto a enfrentar la situación estresora; 3) atenuando la experiencia de estrés si ésta se ha producido” (Palmero y cols.; 2002: 529).

Por otra parte, el estrés se ha considerado un portador de recursos para hacer frente a las demandas que solicita el individuo (Cascio y Guillén; 2010).

Cascio y Guillén (2010) han expuesto dos explicaciones para el estudio correlacional del estrés y la salud. La primera es la hipótesis del efecto indirecto y la segunda, la del efecto directo o principal.

La hipótesis del efecto indirecto sostiene que “cuando las personas están expuestas a estresores sociales, éstos sólo tienen efectos negativos entre los individuos cuyo nivel de apoyo social sea bajo” (Cascio y Guillén; 2010: 190). Asimismo, se considera que en el individuo que no cuenta con apoyo social, su salud se puede ver afectada, ya que disminuirá su nivel anímico, por la ausencia del mismo apoyo. Por sí mismo, el apoyo social que se le brinda a una persona, forma parte de la base de la seguridad, y ayuda a evitar y a disminuir su nivel de estrés y sobre todo, el sujeto tiende a dar una respuesta favorable para sí.

La hipótesis del efecto indirecto sostiene “que el apoyo social fomenta la salud y el bienestar, independientemente del nivel de estrés” (Cascio y Guillén; 2010: 190).

Se ha considerado que si el individuo presenta una positiva relación social, puede ser menor la carga de su malestar psicológico, ya que tendrá recursos que le aporten los demás individuos. Mientras tanto, si no hay una adecuada relación social, sus trastornos y enfermedades se harán visibles, al no poder tener apoyo de sus amistades o familia.

1.5.3 El tipo de personalidad: A/B

En este último modulador del estrés, se han analizado las conductas que tienen cada individuo al reaccionar ante una situación de estrés. Según Travers y Cooper (1997) la conducta psicológica y social son afectadas, al igual que las tensiones que puede presentar el individuo.

Ante esto, “el tipo A no es un rasgo, sino una serie de comportamientos abiertos, la forma que tiene el individuo de enfrentarse a una situación” (Travers y Cooper; 1997: 91). Se encuentran dos tipos de personalidad: A y B, y sus características son las siguientes:

EL TIPO A	EL TIPO B
Muestra impulsividad.	Reacciona de manera pausada.
Posee orientación competitiva.	Dedica tiempo al ocio (descanso).

Es impaciente. Pocas veces acude al médico. No dispone de tiempo para hacer ejercicio. No siente interés por los eventos sociales o convivencia.	Es paciente y escucha a los demás. Le agrada dar y recibir afecto. Gusta de la convivencia social.
---	--

Para identificar a una persona con personalidad tipo A, Travers y Cooper (1997) han considerado los siguientes rasgos:

- a) Presenta impaciencia al precipitar las respuestas en sus charlas, dando a entender al que habla que debe apresurar la conversación.
- b) Da énfasis a ciertos vocablos que emplea en la comunicación con otros, imprime mayor fuerza a las últimas palabras de la charla, lo cual puede parecer que no desea perder tiempo al hablar.
- c) Esta persona tiende a realizar sus actividades rápidamente.
- d) Frecuentemente piensa en más de dos situaciones a la vez, y hacerlas al mismo tiempo. Tiene una actividad polifásica.
- e) Continuamente emite sonidos con objetos a su alcance, con el fin de enfatizar las palabras dichas en la conversación.
- f) Hace cambiar el tono de conversación hacia su interés, trata de hacer mención de su vida y no refleja atención hacia su receptor.
- g) Ignora los acontecimientos más preciados durante el día.
- h) “Tiene un sentido crónico de la urgencia” (Travers y Cooper; 1997: 93).

- i) Estas personas son desafiantes al convivir con alguien de su mismo tipo, intentan retarlo y ser mejores que él, al grado de mostrar su hostilidad ante la situación.

1.5.3.1 Personalidad tipo A y problemas cardiacos.

En los últimos tiempos se han desarrollado diversos estudios correlacionales del estrés y los problemas cardiacos; de los cuales, varios autores han afirmado esa relación, de igual manera, se enlaza el tipo de personalidad A con los problemas cardiacos por el alto índice de actividades y la sobrecarga de trabajo que la persona se impone.

Un estudio realizado en los años cincuenta, dos investigadores que examinaban problemas cardiacos, descifraron el hecho de que cualquier enfermedad del corazón es provocada por los estímulos ambientales y las respuestas de conducta que da el ser humano.

El tipo de personalidad es un factor importante al momento de analizar el nivel de estrés del individuo, ya que esto puede conllevar a que tenga problemas del corazón. “Las principales facetas del tipo A incluyen un sentido crónico de la urgencia del tiempo, con una orientación impulsiva y competitiva que puede incluir hostilidad, un disgusto por el ocio para mantener altos niveles de logro de metas” (Ivancevich y Matteson; 1985: 203).

Se ha concretado que los individuos pertenecientes al tipo B son pasivos y buscan (al igual que el tipo A) metas a alcanzar, con la diferencia de que los del tipo B lo hacen en un estado tranquilo y sin hostilidad, simplemente para satisfacer sus deseos y necesidades, sin embargo, el otro tipo de individuos, por sus múltiples ocupaciones, no encuentran la manera de abarcar el todo y por consecuencia, se estresan y presentan conductas negativas.

La personalidad del tipo A tiene mayor propensión a enfrentar enfermedades relacionadas con el corazón, así como presión sanguínea alta y altos niveles de colesterol.

Hay un estudio que marca la relación entre las personas del tipo A y las enfermedades de las coronarias relacionadas con el nivel del estrés. En relación con Ivancevich y Matteson (1985), la indagación fue realizada a más de tres mil empleados entre 39 y 59 años, libres de problemas cardíacos, con el fin de encontrar personas del tipo A, por un lapso de 9 años aproximadamente; se revisó de manera anual a cada persona y su tipo de vida en relación con su situación laboral, hábitos alimenticios, si eran o no fumadores, así como su presión sanguínea y nivel de triglicéridos.

La primera muestra se obtuvo a los dos años de haber determinado a los sujetos de estudio, arrojando datos como los siguientes: “El 77% eran personas de tipo A y setenta participantes sufrieron enfermedad cardíaca” (Ivancevich y Matteson; 1985: 204).

La conducta propensa al padecimiento de las coronarias y estrés radica en dos aspectos que moderan la conducta tipo A: la primera establece que estos sujetos son más propensos a aumentar la exposición del estrés, al presentar una sobrecarga de trabajo y negarse rotundamente a tomar un descanso que consideran inmerecido. Asimismo, la segunda radica en que “los del tipo A crean el estrés por sí mismos al exponerse constantemente a los estresores que sus contrapartes del tipo B evitan” (Ivancevich y Matteson; 1985: 205).

1.6 Los efectos negativos del estrés.

“Las enfermedades de adaptación no son la consecuencia directa de un agente externo, sino que se encuentran asociadas a reacciones de adaptación menos que perfectas, ante los estresores que encontramos en nuestras vidas” (Ivancevich y Matteson; 1985: 106).

En relación con lo anterior, las respuestas que cada individuo da ante su propia situación, tienen como fin mejorar o mantener su nivel de adaptación ante cualquier estresor. Aun así, cada individuo presenta respuestas negativas que se pueden transformar en enfermedades causadas por el estrés.

Selye (referido por Ivancevich y Matteson; 1985) estudió tales enfermedades como las causas de adaptación al estrés: artritis, enfermedades del corazón, alérgicas, nerviosas y metabólicas. Las siguientes cinco enfermedades que a continuación se presentan, son parte de las causas que origina el estrés en un grado muy alto.

1. La hipertensión: se presenta cuando el estrés es muy alto; por largo tiempo, se cierran las paredes arteriales y aumenta la presión.
2. Las úlceras: se presentan cuando el nivel de cortisona aumenta en el intestino, por causa del grado de estrés de la persona.
3. La diabetes: “si el estrés es persistente, el páncreas puede debilitarse, dando como resultado una deficiencia permanente de insulina” (Ivancevich y Matteson; 1985: 107).
4. Las jaquecas son consideradas por sí mismas, un estresor, sin embargo, aumentan y permanecen cuando no es controlado el estrés por la persona.
5. El cáncer: “se ha demostrado que las respuestas a los estresores traen como consecuencia pequeñas alteraciones bioquímicas en el sistema inmunológico” (Ivancevich y Matteson; 1985: 107).

Para concluir el capítulo, es importante considerar que cada persona tiene un nivel de estrés. Por leve que éste sea, hay que tomar en cuenta que el cuerpo humano necesita de adrenalina para continuar con su quehacer diario, por lo cual es relevante que cada uno haga su propia revisión de la situación estresante que presente y de ese modo, pueda adaptarse y sobrellevar su carga de estrés, al tiempo de depurar todas aquellas situaciones que puedan ser perjudiciales.

CAPÍTULO 2

RENDIMIENTO ACADÉMICO

En el presente capítulo, se explica ampliamente el concepto del rendimiento académico, lo cual incluye aquellos factores personales, pedagógicos y sociales que influyen en el proceso de enseñanza – aprendizaje del alumno.

2.1 Concepto de rendimiento académico.

Para dar inicio, es importante definir el término rendimiento el cual, según El Diccionario de la Real Academia (citado por Solórzano; 2003), la palabra rendir es considerado un cansancio, es una fatiga del cuerpo, un decaimiento de la fuerza física de la persona; el rendimiento, por su parte, es la proporción entre el producto o el resultado obtenido y los medios utilizados. El rendimiento académico “es un fenómeno multicausal, y por lo mismo su planteamiento debe ser multivariado” (Solórzano; 2003: 15).

El rendimiento académico según Pizarro se entiende “como una medida de las capacidades respondientes o indicativas que manifiestan, en forma estimativa, lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de instrucción o formación” (referido por Andrade y cols.; 2003: 9).

El mismo autor, desde una perspectiva hacia el alumno, define al rendimiento como la capacidad que tiene éste para responder a los estímulos educativos.

Asimismo, es importante que las instituciones propicien un método efectivo y de calidad de enseñanza aprendizaje, ya que es ella misma, la que puede mejorar el nivel educativo de cada alumno, tomando en cuenta que para que el proceso de enseñanza aprendizaje sea efectivo, tiene que haber una correlación entre el nivel académico de los profesores y que la misma institución este actualizada en cada proceso, para de igual manera evaluar al alumno.

Por otro lado, “el artículo 106 del Reglamento de la Ley Orgánica de Educación, establece que es el proceso alcanzado por los alumnos en función de los objetivos programados” (Sánchez y Pirela; 2006: 12).

Ante esto, el rendimiento puede ser visto en el área cualitativa, al momento en que el alumno busca por sí mismo las respuestas y genera soluciones ante situaciones de conducta y aprovechamiento, ante las cuales ofrece un pensamiento de crítica. Es cuantitativo cuando el mismo alumno genera calificaciones que favorecen su estadía y mejoría en sus estudios; así como su continuidad académica.

En tanto que Carpio lo entiende como “un proceso técnico pedagógico que juzga los logros de acuerdo con los objetivos de aprendizaje previstos, expresado como el resultado del aprovechamiento académico en función de diferentes objetivos planteados” (citado por Sánchez y Pirela; 2006: 11-12).

En relación con lo anterior, Puche (citado por Sánchez y Pirela; 2006: 12) define al rendimiento académico como “un proceso multidisciplinario donde intervienen la cuantificación y la calificación del aprendizaje en el desarrollo cognitivo, afectivo y actitudinal que demuestra el estudiante en la resolución de problemas asociados al logro de los objetivos programáticos propuestos”.

Asimismo García y Palacios (citados por Reyes; 2008) establecen las características del rendimiento académico como: a) una respuesta del aprendizaje, b) una conducta de aprendizaje, c) medidas de calidad y juicios de valor y d) ligado a propósitos éticos.

Resumiendo, el rendimiento académico es la guía que establece lo aprendido por el alumno en cuestión de su enseñanza aprendizaje, todas aquellas medidas que al docente le sirven de apoyo para concretar un proceso y sin medida tomar en cuenta las herramientas que son de apoyo para propiciar el conocimiento, son las técnicas, los programas educativos que la institución ofrece a sus alumnos, la motivación que cada docente otorgue a sus materias y que éstas sean las apropiadas para la población estudiantil.

2.2 La calificación como indicador del rendimiento académico.

Para iniciar con el apartado, es importante analizar el concepto de calificación, entendido como “el proceso mediante el cual los resultados y la información descriptiva

del desempeño se visualiza en números o letras que refieren la calidad del aprendizaje y el desempeño de cada alumno” (Aisrasian; 2003:172).

En este tenor, un aspecto importante para obtener la calificación, son las técnicas y los métodos que cada docente emplea para el evaluar el aprendizaje de cada alumno. Es importante resaltar que la calificación en gran medida limita a describir el desempeño o avance del alumno, por el contrario, el profesor se ve obligado a analizar el desempeño y cumplimiento de tareas, trabajos escolares y considerar las participaciones que el alumno obtuvo en el periodo escolar, para así poder completar la calificación y dar un juicio inequívoco del rendimiento escolar del alumno.

2.2.1 Criterios para asignar la calificación.

La Secretaría de Educación Pública, en la Ley General de Educación “establece en su artículo 50 que la evaluación de los educandos comprenderá la medición de lo individual de los conocimientos, las habilidades, las destrezas y, en general, del logro de los propósitos establecidos en los planes y programas de estudio” (Córdova; 2012:38).

Asimismo, cada institución tiene la obligación de dar informe a los padres de familia de cada alumno los resultados que éste obtuvo en sus evaluaciones, ya sean parciales o finales, anexando una recomendación de mejora para cada alumno en su aprovechamiento académico.

Ante esto, “la Secretaría de Educación Pública del Gobierno Federal ha determinado implementar un nuevo enfoque de evaluación, que no sólo derive juicios de valor, sino en acciones que contribuyan a la mejora del proceso educativo” (Córdova; 2012: 39).

Se entienden como mejoras: la participación y comunicación del alumno sobre sus avances, evaluar conforme a las competencias establecidas y el alcance que el educando tuvo sobre ellas, sus necesidades, habilitar la retroalimentación entre maestro – alumno – papás, atención pedagógica para un mejor desempeño académico, que cada maestro y estudiante tengan un óptimo desarrollo para su rendimiento escolar.

En relación con Friedman y Friesbie, “las calificaciones tienen por objeto comunicar información respecto al aprovechamiento académico” (Aisrasian; 2003: 173).

El mismo autor propone cuatro aspectos funcionales específicos para verificar una calificación. El administrativo: la escuela refiere el lugar de aprovechamiento en el grupo, si es conveniente asignarlo al siguiente grado. El informativo: “representan el juicio sucinto del profesor respecto al grado del dominio del contenido y a las conductas enseñadas en un tema durante el semestre” (Aisrasian; 2003: 175).

Por otra parte, en el motivacional: la calificación ayuda a motivar al alumno, ya que si esta es alta, el alumno se ve motivado a continuar y mantenerse así; sin

embargo, si es baja, puede perder el gusto por mejorar o disminuye su motivación por continuar con un alto aprovechamiento. El orientativo: que ayuda a los padres, a los alumnos y al profesor a mantener una comunicación efectiva y lograr un mejor desempeño académico para con los educandos, además de detectar si éstos requirieran una atención especializada para lograr un desempeño de calidad (Aisrasian; 2003).

“Las calificaciones deben basarse en los datos relativos al aprovechamiento que se reunieron durante el periodo” (Aisrasian; 2003: 188). Las evaluaciones formales son un indicador que ayuda al profesor al momento de considerar una calificación hacia el alumno; éstas son las propias valoraciones hechas por el docente, los trabajos escolares, los proyectos, libros de texto y apoyo. El docente deberá llevar un registro de acuerdo con sus parcialidades en el ciclo y anotar las puntuaciones que cada alumno va obteniendo, sacar una sumativa y anexarla en la Cartilla de Educación Básica.

Las evaluaciones formales proporcionan la objetividad de una calificación ya que no únicamente es el examen, sino los aspectos antes mencionados la complementan; también proporciona seguridad para el docente de que no sólo fue un juicio directo del profesor, sino que el alumno, en relación con su participación fue lo que obtuvo.

“La calificación deberá basarse en diversos tipos de información y no en uno solo, pues así el estudiante tendrá mayores oportunidades de demostrar lo que puede hacer” (Aisrasian; 2003: 189).

2.2.2 Problemas a los que se enfrenta la asignación de calificaciones.

Ya que se ha establecido la manera en que se debe evaluar al alumno, tomando en cuenta las evaluaciones formales, trabajos, proyectos, participación activa del alumno; se recomienda analizar los aspectos externos al aprovechamiento del educando.

Aisrasian (2003) propone cuatro aspectos fundamentales de los cuales el profesor se enfrenta al momento de asignar una calificación, de los cuales; 1. Los docentes no están totalmente actualizados en el modo de asignar una calificación. 2. La falta de información de las autoridades educativas en el ámbito de que cada maestro tenga las herramientas necesarias para calificar. 3. Los alumnos y papás cuestionan la calificación asignada por el docente, que es objeto de duda y en ocasiones, no aceptada en su totalidad. 4. La presencia constante del profesor, ya que es éste el que los conoce y puede considerar las aptitudes, necesidades y logros de cada alumno.

En relación con el artículo 3°, “la evaluación de los aprendizajes se basará en la valoración del desempeño de los alumnos en relación con el logro de los aprendizajes esperados y las competencias que éstos favorecen” (Córdova; 2012: 39).

Constantemente el profesor se enfrenta al dilema de darle una valoración al alumno de manera equitativa y justa, debe limitarse a los mecanismos de las autoridades educativas, que son presentados como normas generales para la evaluación, acreditación, promoción y certificación en la educación básica: “en base al apego, el docente utilizará los siguientes niveles de desempeño y referencia numérica para decidir en cual nivel ubicar al alumno, y que calificación asignar, en cada momento de registro de evaluación: A: destacado (10), B: satisfactorio (9 u 8), C: suficiente (6 o 7), D: insuficiente (5)” (Córdoba; 2012: 42).

En otro tenor, los juicios que emite un profesor ante el problema de asignar la calificación al alumno son relevantes y de suma importancia a futuro, ya que esos juicios forman parte del análisis que el docente hace durante el proceso educativo, recabando información que le ayude a asignar un número y a tomar decisiones del aprendizaje continuo del alumno.

En relación con Aisrasian (2003), cada juicio que el docente da hacia el alumno tiene que basarse en dos características: 1. la información que ofrecen las evaluaciones y proyectos dentro del ciclo escolar, 2. decidir la calificación a asignarle al alumno, ya sea con número o letra.

Ante esto, el docente es el principal medio para asignar al alumno su calificación, que debe ser imparcial: “el profesor conoce a sus alumnos y sus logros

mejor que cualquier otra persona, se le concede gran autonomía y discrecionalidad en esta función, nadie deberá ocupar su lugar en esta área” (Aisrasian; 2003: 179).

2.3 Factores que influyen en el rendimiento académico.

En el siguiente apartado se abordan los factores que directamente influyen en el alumno y que se ven reflejados en su rendimiento escolar. Se incluyen tres factores a desarrollar: los personales, pedagógicos y sociales, los cuales se explican a continuación.

2.3.1 Factores personales.

Se entiende por factores personales a todas aquellas necesidades que el ser humano posee, en relación con su estilo de vida. Estos factores están compuestos por características externas a la condición fisiológica del ser humano, tales como el sexo, la raza, estilos de vida, hábitos, el modo en que resuelve problemas y enfrenta su vida escolar, el entorno social, la profesión que elige cada persona y sus experiencias de vida.

2.3.1.1 Aspectos personales.

“El alumno, para adaptarse a la escuela como a su ambiente apropiado, debe desarrollar una serie de actividades que le permitan alcanzar un estado de relativo equilibrio que satisfaga sus necesidades y aspiraciones” (Tierno; 1993: 29).

Un niño que no ha logrado adaptarse a su entorno, se considera que es por causa de sus conductas inadecuadas y sus pocas aptitudes para enfrentarse a una vida social. La pedagogía, según Tierno (1993), distingue tres tipos de alumnos inadaptados: 1. Los inadaptados físicos, incapaces de sentir actividades sensoriales y que posiblemente necesiten una técnica especial para ellos. 2. Los inadaptados mentales, ya sea por obtener un C.I mayor o menor y sentirse relegados de su mismo grupo o de alguna sociedad en particular. 3. Los inadaptados sociales caracterizados por no adecuarse a su ambiente familiar o escolar, este sector incluye a todos aquellos delincuentes jóvenes que causan algún daño a la sociedad.

Por otro lado, está la inadaptación escolar que proviene de un fracaso. Se identifica a estos niños con las actitudes de indisciplinas recurrentes y faltas frecuentes a la clase, lo cual conlleva a que ese alumno logre un retraso escolar y no alcance un óptimo nivel de aprovechamiento. Este tipo de casos son los que más compete resaltar para que los padres y maestros logren atender de manera inmediata, ya que, en caso contrario, pudieran propagar una actitud negativa al resto del grupo.

El alumno con inadaptación escolar, Según Tierno (1993), presenta tres tipos de trastorno que pueden observarse en su rendimiento, ya que afectan su nivel

académico y su conducta, al ser partícipes de indisciplinas y aislamientos por parte de los compañeros de grupo.

En otro tenor, no sólo las inadaptaciones escolares, como aspecto personal, influyen el rendimiento del alumno. Las materias conforman otro aspecto importante en el cual se evalúa el grado de aceptación y adaptación del alumno a la escuela, lo cual puede contribuir a mejorar su nivel académico.

Dean (referido por Powell; 1975) realizó una investigación con 1 694 alumnos, con el fin de encontrar una relación entre las materias y el éxito escolar. Se encontró que los alumnos prefieren por gusto, materias donde su aprovechamiento en calificaciones es más alto. Ante esto, el autor propone dar apoyo a los estudiantes para que se interesen por las otras materias, con el fin de que puedan ser de ayuda en sus estudios a futuro, y la función del docente sería hacer que los alumnos analicen sus expectativas y de esa manera, lograr el interés.

El temperamento es otro aspecto personal que muestra el interés de los alumnos en mejorar su aprovechamiento. Angelino y Hall realizaron un estudio con alumnos de nivel académico alto y bajo, ante lo cual encontraron que “los de aprovechamiento bajo muestran falta de tacto y rigidez, dos atributos que no se encuentran en los de aprovechamiento alto” (referidos por Powell; 1975: 472).

Por último Resnick (referido por Powell; 1975) establece la relación entre las calificaciones obtenidas del alumno y el ambiente escolar, su estado emocional y sus

hábitos de estudio. Se encontró que, mientras más alto sea el promedio de calificaciones, su estabilidad en los otros factores será satisfactoria.

2.3.1.2 Condiciones fisiológicas.

“Hoy día es evidente que los desajustes de la psicomotricidad están en estrecha relación con el comportamiento y el aprendizaje” (Tierno; 1993: 35).

Tierno (1993), propone diversos aspectos que ayudan al docente a canalizar al alumno que pueda tener un fracaso escolar debido a alguna deficiencia fisiológica. Tales elementos se exponen a continuación.

Las enfermedades crónicas son una causa que conlleva al fracaso escolar, puesto que los alumnos que tienen alguna enfermedad “se fatigan con facilidad y reaccionan frecuentemente con inestabilidad y agresividad” (Tierno; 1993: 35). En las escuelas, habitualmente los papás llevan a sus hijos al día siguiente de que recayeron en alguna enfermedad, por muy leve que sea (gripa, tos, fiebre) con el fin de que su hijo no pierda clase, y ésta es causa de que el alumno se niegue a aprender y a mejorar en su desempeño.

Las etapas del crecimiento por las que pasa un menor, son otra causa del fracaso, en especial de la infancia a la pubertad, que es donde el alumno se queja de dolores de cabeza y cuerpo.

El hecho de que algún infante tenga algún defecto físico, es otra causa de fracaso escolar. “Si el niño se siente interiorizado, es posible que su reacción neurótica dé al traste con su futura integración social” (Tierno; 1993: 35).

Los niños semisordos frecuentemente confunden las indicaciones que da el docente y, por consecuencia, son objeto de burla y considerados como torpes y débiles. Se considera que el maestro deberá tener más apoyo para este tipo de casos.

Las condiciones higiénicas implican más énfasis de los padres de familia que de los maestros; estos últimos servirán como apoyo para el trabajo en clase, con recomendaciones que puedan ser de utilidad.

Entre las condiciones higiénicas que se pueden revisar, se consideran tres: la primera es la alimentación, que frecuentemente se percibe en las escuelas, al observar que los alumnos no rinden de manera eficiente por la falta de alimento en las mañanas, lo cual redundaría que el alumno no logre la concentración en clase y permanezca un desinterés por la misma.

La segunda causa es el sueño, respecto a esta necesidad, “si un niño no la satisface adecuadamente, es imposible que su rendimiento sea normal” (Tierno; 1993:36). Es importante que los padres logren controlar la permanencia nocturna para ver la televisión y para el control de los juegos electrónicos, que propician la ausencia del sueño.

Por último, los maestros deberán controlar la sobrecarga de los trabajos escolares, analizar el trabajo que se realizó en clase y de igual manera, controlar las tareas en casa. Deben tomar en cuenta la necesidad del alumno por realizar alguna actividad lúdica que le permite distraerse por cierto tiempo de sus actividades escolares, y de igual manera lograr una estabilidad y equilibrio para un mejor desarrollo académico.

2.3.1.3. Capacidad Intelectual.

Las diferencias entre los educandos son algo intrínseco a cualquier quehacer escolar. “Es indispensable en la clase, no imaginamos que pueda darse de otro modo que dirigiéndose simultáneamente a una pluralidad de alumnos” (Avanzini; 1985: 81), Asimismo, no es nuevo que la educación simultánea ha tenido poco tiempo de implementarse en nivel escolar; en la antigüedad el profesor asesoraba a sus alumnos de manera individual, no dando apertura a la convivencia grupal, simplemente en una sola aula, reunía a todos y atendía por lapso de quince minutos a cada uno. Al paso de los años, se implementó la enseñanza mutua, “donde los niños se repiten los unos a los otros por pequeños grupos; se colocan en medio unos monitores, es decir, alumnos mayores, que después de oír al maestro, se vuelven hacia sus compañeros y repiten sus palabras” (Avanzini; 1985: 82).

Esta manera de enseñar fue más aceptada gracias a que se podía permitir que la enseñanza llegara a más alumnos de índole popular. Sin embargo en 1848, declinó esta modalidad y se dio apertura a la enseñanza colectiva, la cual ofrecía atender a

todos los niños simultáneamente por un solo maestro. Según lo refiere Avanzini (1985), fue Jean Baptiste de la Salle, quien creó la posibilidad de tener grupos de aprendizaje homogéneos; “la enseñanza colectiva mejora evidentemente el rendimiento cuando se dispone de un personal bastante abundante; ofrece una garantía desde el punto de vista de la seguridad y la exactitud de los conocimientos dados y del rigor del control” (Avanzini; 1985: 83).

Este programa propone que los alumnos sean de una misma edad calculada y del mismo nivel escolar, de acuerdo con sus posibilidades, y en relación con los programas de estudio. Teniendo en cuenta que cada alumno propone en su actividad diaria diversas razones que se explican a continuación.

En la actualidad, uno de las dificultades que presenta el sistema educativo es el programa de estudio que aplican las instancias educativas. Ya que según Avanzini (1985) muchos de ellos sobrepasan la capacidad intelectual del alumno y se les dificulta aplicarlos a su vida diaria. El autor, propone establecer programas con nociones relacionadas con la edad mental del alumno, para su comprensión y adecuada receptividad. Lo importante es que el programa de estudio se adecue a las necesidades de una población determinada de alumnos. Para llevar a cabo un programa de estudio bien definido, “es necesario realizar un trabajo muy largo, graduar unas pruebas, someterlas a unos alumnos e edad y clases diversas, ver lo que la mayoría asimila efectivamente” (Avanzini; 1985: 86).

Se debe tomar en consideración que no todos los planes y programas de estudio son efectivos para cada alumno. Según Avanzini (1985) debe analizarse que lo que se exige en un programa no es lo mismo que lo que el alumno puede dar; al menos, no todos. Los alumnos con un lento aprendizaje pueden llegar a provocarse disgusto por no aprender al mismo paso que los alumnos con una capacidad más adelantada, “a partir de este momento van por el camino del fracaso” (Avanzini; 1985: 86).

Otra de las dificultades que se mencionan, son las técnicas de memorización, que son muy recurrentes, ya que el profesor necesita con frecuencia saber si el alumno retuvo el aprendizaje. En relación con Avanzini (1985), la nueva enseñanza moderna propone y cae en el entendido de que es obligado el uso de manuales que puedan ayudar a la comprensión de aprendizajes.

En otro tenor, Powell (1975) establece la correspondencia entre la inteligencia y el aprovechamiento, y la establece en conjunto con los test de aprovechamiento. Los alumnos que poseen una inteligencia a nivel muy alto aprovechan más sus estudios y los de menos nivel son considerados como alumnos retardados.

Una de las principales funciones de las instituciones, es el constante seguimiento de los alumnos que están por debajo de lo normal y los dotados. En los primeros “un gran porcentaje de los jóvenes subnormales, no estudian secundaria, los que sí asisten son colocados en clases especiales de lento aprendizaje” (Powell; 1975:

470). Se considera que estos jóvenes son los que desertan sin siquiera tener un conocimiento base sobre algún oficio para que puedan desempeñarlo a futuro.

Frecuentemente, para este tipos de alumnos, los programas de estudio no son lo suficientemente efectivos para crear un apropiado desarrollo, ya que sus limitaciones no les permiten una continua efectividad en su aprovechamiento.

Por otro lado, “existen dificultades en la identificación de los enfermos mentales en nuestras escuelas públicas, pero ha aumentado el número de psicólogos escolares que aplican test individuales de inteligencia a los que se considera enfermos” (Powell; 1975: 470).

Dentro de los programas para los dotados, en relación con Powell (1975), es un aspecto que importa más a la sociedad norteamericana, ya que se cree que son quienes más pueden llegar a aportar a la sociedad en relación con sus contribuciones intelectuales, independientemente de la edad que se tenga.

Diversos estudios han planteado el hecho de incorporar a los jóvenes dotados a instituciones heterogéneas, con el fin de que puedan en primera instancia adecuarse a cierto nivel social y aprovechar su inteligencia en diversos ámbitos. Por lo general, esta manera de incluir a los jóvenes dotados en clases regulares, se da más frecuentemente a nivel de secundaria. En la actualidad, este tipo de actividades no están completamente vigentes en todo el sistema educativo, ya que se requiere apoyo, así como seguimientos administrativos y de supervisión.

A pesar de ello, “nada prueba que un enfoque específico de educación hará que los dotados tengan un rendimiento más efectivo que lo que se ha hecho en los salones de clase heterogéneos” (Powell; 1975: 472).

2.3.1.4 Hábitos de estudio.

“El hábito de estudio es un paso imprescindible para desarrollar la capacidad de aprendizaje del niño” (www.katalinerauso.org). Dicha práctica deberá ser estimulada a muy temprana edad, en apoyo a que un niño pueda lograr la concentración, tenga un orden tanto en sus tareas escolares como en su vida cotidiana y logre mantener una atención efectiva.

En relación con García y Conde Marín, “el acto de estudiar significa costumbre de estudiar” (citados por Sánchez de Tagle y cols.; 2008: 4). Se pretende que cada estudiante pueda crear acciones para un mejor estudio, al adquirir esto, se espera un mejoramiento integral de la persona, el desarrollo de un intelecto mejor y sobre todo, tener una mejor actitud independiente.

Cuando se emplea un hábito de estudio, se pretende que el aprendizaje del alumno mejore, ya que constantemente se repite una secuencia de actividades variadas, planeadas y sobre todo, se debe cuidar el ambiente en el que se estudie y sus recursos. El docente y los padres de familia deberán proveer al alumno un ambiente propicio para llevar a cabo su actividad.

Aquel educando que en su casa y escuela constantemente conoce y respeta límites y rutinas, presenta un patrón conductual que se reflejará en su conducta cotidiana y no presentará ninguna otra dificultad al momento de adquirir otro hábito o método de enseñanza. Sin embargo, en relación con la página electrónica www.katalinerauso.org, un estudiante que no ha aprendido ninguno de los valores antes mencionados, sentirá muy complicado concentrarse en nuevas actividades escolares.

Es indispensable que un infante, desde muy temprana edad, “se acostumbre a concentrarse en una tarea durante un rato con el fin de ir entrenando su facultad” (www.katalinerauso.org). La misma página electrónica propone actividades lúdicas que favorecen el desempeño y concentración del alumno, tales como: la literatura infantil, rompecabezas, juegos de destreza que impliquen que el alumno memorice y logre una suficiente concentración.

Ante esto, la página referida propone cuatro reglas básicas para lograr un estudio efectivo: 1) realizar la actividad en un mismo sitio cada vez que se quiera empezar a hacerlo, 2) es indispensable prevenir y organizar el material que el alumno ocupará en cada momento de estudio, 3) dedicarle a cada tarea un tiempo fijo para elaborarla. 4) Buscar el momento más óptimo para el estudio, se recomienda por la tarde después de la comida, o los fines de semana por la mañana.

Alañón (referido por Sánchez de Tagle y cols.; 2008) establece dos factores que favorecen al fracaso o éxito escolar: 1) las condiciones ambientales del estudio, que son personales y del ambiente escolar, de las cuales, las primeras establecen que cualquier alumno debe plantearse que puede tener éxito mientras se lo proponga; debe cambiar sus creencias, si es necesario, para mejorar su vida académica y profesión, así como mantener un apoyo familiar. El ambiente escolar dispone que “el alumno deberá estar atento, preguntar cuando algo no comprende y tomar apuntes en forma sintética” (Sánchez de Tagle y cols.; 2008: 3). En lo que concierne a la planificación del estudio, es importante que cada alumno analice el tiempo que le dedicará al análisis de sus estudios, tomando en cuenta los materiales de apoyo, como son: proyecciones, mapas conceptuales, los libros y apuntes; adicionalmente, debe considerar el momento de descanso para reponer energía física y mental.

Para finalizar, en relación con Dunn y Kefee, el ambiente de estudio es primordial para mejorar el aprendizaje: “dónde, con quién, qué iluminación, comer o escuchar música mientras se estudia, trabajar bajo presión, lo importante es que el alumno seleccione el entorno apropiado y haga lo que más le guste” (referidos por Sánchez de Tagle; 2008: 4).

2.3.2 Factores pedagógicos.

Los factores que a continuación se presentan, tienen estrecha relación con el ámbito escolar, la manera en que está organizada la escuela y los elementos que la conforman para ofrecer a los educandos seguridad y alta calidad educativa en cada

programa. Se toma en cuenta la didáctica, es decir, el método de enseñanza – aprendizaje que se le proporcionará al alumno y por último, las actitudes que debe seguir el profesor dentro y fuera del salón de clase.

2.3.2.1 Organización institucional.

En relación con Levinger, “la escuela brinda al estudiante la oportunidad de adquirir técnicas, conocimientos, actitudes y hábitos que promuevan el máximo aprovechamiento de sus capacidades y contribuye a neutralizar los efectos nocivos de un ambiente familiar y social desfavorables” (retomado por Edel; 2003: 7).

Dicho lo anterior, es requisito tomar en consideración los aspectos externos que rodean a la institución educativa, tales como lo son la familia, los amigos y el ambiente social, dado que forman parte indirectamente del proceso enseñanza aprendizaje. En sintonía con el autor citado, es factible que un estudiante logre adaptarse a un medio escolar con un programa que se adecue a sus necesidades, ya que así, él mismo valorará sus actitudes, tomará responsabilidades, emitirá juicios y podrá adaptarse a un ámbito social; sin embargo, si la institución no provee al estudiante de ciertas reglas, confianza y un programa correcto, se podría esperar negatividad del alumno y por consiguiente, un deficiente desempeño en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Otra de las funciones de un plantel educativo, es evaluar al alumno de nuevo ingreso, con el fin de conocer sus habilidades y aptitudes. Esto conlleva a que la misma institución pueda prever proyectos básicos muy factibles para aquellos estudiantes de

un nivel bajo y lograr su nivelación. Asimismo, les favorece a los estudiantes con mejor desarrollo académico, ya que se pretende hacer valorar sus conocimientos y encauzarlos hacia algún fin favorable. “En las instituciones educativas es una práctica común los exámenes de ingreso o admisión, diferentes escuelas secundarias, preparatorias y universidades en México evalúan las habilidades de razonamiento verbal y matemático estimándolos como factores predictivos del futuro rendimiento académico” (Edel; 2003: 8).

Al implementar un programa de estudio efectivo en alguna institución, se deberán tomar en cuenta los siguientes aspectos: 1) Llevar a cabo con apego a lo dicho, cada apartado que se estipule en el programa educativo. 2) Dar seguimiento a los planes especiales que están suscritos en el programa oficial de cada institución. 3) La institución está obligada a determinar la manera de evaluación del alumno y el profesor a hacerla efectiva tomando en cuenta lo establecido en el programa. 4) En relación con la plantilla del personal, deberán cubrir el perfil adecuado para impartir la clase, y tener vigente su actualización como docente, y al mismo tiempo, presentar el profesor una dosificación temática de sus clases.

2.3.2.2 La didáctica.

Al hablar del rendimiento académico, es importante resaltar que “no es sólo del que aprende, de lo que aprende, ni de cómo lo aprende, sino del que enseña, de lo que enseña (porqué y para qué) y de cómo lo enseña” (Solórzano; 2003: 15).

En el mismo sentido, “toda pedagogía se hace tradicional a partir del momento en que queda admitida y la practican la totalidad de los que enseñan” (Avanzini; 1985: 69).

Realizar una planeación antes del trabajo con alumnos, beneficia tanto al maestro, porque no tendrá pérdidas de tiempo ni fugas de información, y al alumno, ya que es quien más aprovechará la enseñanza dada y su rendimiento académico será mejor. Lo que se debe tomar en cuenta para planear, son los temas establecidos en los planes y programas de estudios oficiales, con base en eso, establecer en cada plan las necesidades que la comunidad estudiantil necesite para un óptimo desarrollo académico.

En relación con los materiales educativos, en las últimas décadas se han implementado con mayor énfasis para estimular y recrear nuevas expectativas en el alumno. En una investigación hecha por Velez y cols. (2003: 4) establece que “acceder a otros materiales educativos como pizarrón, globo terráqueo y mapas, también tienen un efecto positivo en el rendimiento”.

En otro orden de ideas, se le atribuye a la didáctica, la cuestión de la reprobación en tanto al material didáctico que el profesor emplea en clase. Ya que éste es uno de los causantes de que en las instituciones la enseñanza se vuelva monótona y el alumno no logre comprender sus aprendizajes. La técnica del profesor debe ser significativa en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Lo dicho antes, se puede comprobar según Alves (1990) cuando: 1) el profesor no prepara sus clases con anticipación y cae en la improvisación, 2) no aplica los incentivos en clase, como medida para motivar al alumno, 3) pierde el control y disciplina de la clase, 4) cuando lleva una rutina ineficaz, 5) recae en la teoría y la aplicación de ejercicios se vuelve olvidadiza, o 6) no encauza a sus alumnos hacia una buena técnica de estudio para sus exámenes.

“La solución para este problema no será, ciertamente, que el profesor se vuelva transigente y apruebe indiscriminadamente a todos sus alumnos para ocultar el fracaso de su enseñanza” (Alves; 1990: 348). Lo que se espera es que el profesor mejore sus técnicas de enseñanza para de igual manera, lograr un mejor aprendizaje en el alumno y que éste pueda enfrentar sus exámenes con mayor seguridad.

En general, estos procesos no deberían de ocurrir si cada profesor lleva lo establecido por la pedagogía moderna. Según Alves (1990), se debe crear una situación armónica en sus clases, impulsar el interés de sus alumnos por el tema, aplicar una técnica didáctica efectiva que conlleve logros a corto plazo y sobre todo, el de lograr los objetivos previstos.

2.3.2.3 Actitudes del profesor.

Un adecuado desempeño del rendimiento académico del alumno, depende en gran medida, del profesor, que es “el que posee una cultura y la transmite” (Avanzini; 1985: 98). Es considerable tomar en cuenta que la enseñanza no sólo se transmite, el

maestro aparte de prepararse para dicha labor, debe utilizar las herramientas necesarias para hacerlo.

El papel anterior del profesor recaía exclusivamente en llevar información y dejar que el alumno, por medio de lo que él decía, aprendiera y conociera; ahora, se pretende que el maestro sea un mediador del aprendizaje, que promueva en el alumno la investigación, la comprensión, un control de responsabilidades, por medio de la progresión continua de sus clases, de mantener un ritmo de trabajo eficaz que le permite valorar y revisar el aprovechamiento del grupo.

El papel del docente en la pedagogía actual, se refiere a aquel mediador del aprendizaje que en sus clases lleva una planeación actual y funcional en relación con la problemática de sus alumnos; al pedagogo que organiza a sus alumnos, su clase, su aula, sus materiales... con el fin de crear situaciones de aprendizaje efectivas; y debe ser responsable en sus trabajos y proyectos que se proponga tanto con sus alumnos, institución y profesión.

En el pensamiento tradicional, “el maestro prevé y organiza el ritmo de distribución de la información escolar, es un artesano que comprueba el buen desarrollo de la transmisión del saber” (Avanzini; 1985: 99). Sin embargo la actitud del maestro en la pedagogía actual, se basa en que el alumno descubra su deseo de conocer.

Asimismo, el docente deberá mantener una conducta neutra hacia sus alumnos: no hacerlos sentir intimidados ni cohibidos, al contrario, deberá mostrar simpatía y motivarlos para lograr una identificación hacia él y su clase, con el fin de obtener un aprendizaje efectivo.

En otro orden de ideas, al maestro se le puede atribuir una parte de los fracasos que llegue a tener el alumno, en lo que al rendimiento académico respecta, dado que del profesor depende el método a emplear en clase, las técnicas de integración que emplea y cómo las aplica. El educador, por necesidad y actualización de sí mismo, deberá mejorar continuamente esos métodos para así, evitar ser parte del fracaso de sus discentes. “El maestro aparece como factor del fracaso siempre que no estimula el deseo de trabajar y su personalidad no suscita el deseo de identificación” (Avanzini; 1985: 102).

Desde la perspectiva de Avanzini (1985), las actitudes que no debe tener un profesor, incluyen convertirse en ser irónico, humillante, impositor de su autoridad, que humilla y categoriza a sus alumnos. Por el contrario, un profesor deberá: 1) tener conocimientos de lo que enseña, 2) saber manejar y distribuir el material didáctico apropiado para sus alumnos, 3) mantener un control y conocer el tema del que habla, 4) dotarse de conocimientos constantes que no sólo agranden su currículum, sino que sepa llevar a cabo lo que ha conocido, 5) crear objetivos favorables a sus alumnos en relación con lo que enseña y que éstos sepan aplicarlos hacia su vida diaria.

En relación con Alves (1990) si todo maestro empleara en sus clases, con el fin de mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje, la estimulación como medio afectivo, la orientación hacia un buen fin, y el diagnóstico de dificultades oportunas de sus alumnos, mejorará la relación y el proceso de retención y comprensión de sus alumnos. “Si la técnica de enseñanza puesta en práctica por el profesor es buena y realmente eficaz, la mayoría de los alumnos deberá estar en condiciones de mostrar un alto grado de aprovechamiento en los estudios realizados” (Alves; 1990: 317).

2.3.3 factores sociales.

En el siguiente apartado se hace mención de la importancia que tienen las relaciones sociales y la familia en el rendimiento académico del alumno, ya que estos dos factores son una base de su mismo desarrollo y que llegan a modificar su conducta en relación con sus sentimientos, estado emocional y físico; por ello, dejan una huella importante en su vida que servirá como base para su vida futura.

2.3.3.1 Condiciones de la familia.

“La familia es el grupo social natural que es común a los seres humanos y cumple dos objetivos principales: ser protección y matriz del desarrollo psico-social de sus miembros y acomodarse y transmitir la cultura a la que pertenece” (Andrade y cols.; 2001: 8).

Dicho lo anterior, es indispensable que una familia, sin importar su tamaño, mantenga una adecuada organización, con el fin de que cada miembro conozca, establezca y promueva los valores que ahí se dicten. Dar a conocer en el núcleo familiar el rol que cada miembro tendrá y así desarrollar las conductas. Según Andrade y cols. (2001), la estructura familiar ha variado en el paso de los años, aunque su base es y seguirá siendo, el del padre, madre, hijo y hermana; denominando a ésta una familia completa por su estructura y la incompleta, ya sea que esté formada por padre o madre con hijos.

En lo que al rendimiento académico respecta, hay una correlación con la familia, ya que “los padres son una figura importantísima para la consecución de las metas académicas en los jóvenes” (Martínez y cols.; 2010: 126).

En relación con Moilanen (citado por Martínez y cols.; 2010), se establece que mientras en una familia se le dote a los hijos de calidez y se les enseñe a controlar conductas, se favorecerá a un rendimiento académico de calidad. Es primordial que los padres muestren, desde muy temprana edad a los hijos, firmeza, comunicación y constancia en el estudio, para generar superación y autoconfianza en ellos mismos, de manera que sean críticos de sus propias situaciones.

El estado socioeconómico de los padres es un aspecto importante, ya que mientras ellos doten de calidad de educación y tiempo a sus trabajos escolares y apoyo a sus hijos, “facilitan la identificación haciendo que sus hijos se motiven a imitar sus conductas instrumentales, las destrezas cognitivas y las habilidades para resolver

problemas” (Andrade y cols.; 2001: 8). Al no llevarse esta práctica, se corre el riesgo de que los hijos de padres que no los apoyan o que son divorciados, lleguen a reprobado, obtener calificaciones bajas, mantener amistades negativas y tal vez, a desertar del nivel académico en que se encuentren.

Respecto a la situación del educando, “la familia es la única mediadora entre el universo físico y social y él. La indiferencia intelectual y la falta de atención escolar del niño frustrado, reflejan su sentimiento de ser un extraño en el mundo” (Avanzini; 1985: 68).

Para evitar ese fracaso, en donde los padres son también responsables, es conveniente saber si la educación se plantea en primera instancia en la familia o en la escuela como apoyo de ésta o viceversa. Avanzini (1985), considera que es la escuela la influyente en la educación del alumno, por el tiempo que gasta en la práctica educativa; sin embargo, no deja de lado el influjo que la familia ejerce sobre el alumno por ser ésta la que proporciona bases afectivas, de seguridad; “el niño vive en familia sus primeros años, y se estructura su conciencia, su equilibrio se prepara y se efectúan las primeras experiencias sociales, la influencia es decisiva y determinante” (Avanzini; 1985: 67).

El nivel del fracaso escolar que los padres asignan a la vida de sus hijos, en ocasiones es muy notorio y dañino, ya que radica en el hecho de que los papas quieren ver a sus hijos como un reflejo de lo que ellos no fueron en el tiempo de estudiantes o en su adolescencia, y de las expectativas que no lograron cumplir. Tierno (1993)

considera que el fracaso escolar se atribuye más a los papás que a los hijos, al no ver cumplidos sus sueños.

“Cuando las notas escolares son expresión de la inadecuación entre las capacidades del alumno, su rendimiento y el nivel de sus aspiraciones, entonces adviene el fracaso escolar, a nivel personal y familiar” (Tierno; 1993: 28). El mismo autor considera oportuno recurrir a la sinceridad y explicación de los acontecimientos y capacidades que debe enfrentar cada hijo y/o alumno y dejar a un lado las aspiraciones erróneas que cada padre desee atribuir al menor.

2.3.3.2 Los amigos y el ambiente.

“El rendimiento académico es el fruto del esfuerzo y la capacidad del trabajo del estudiante. Nuestros compañeros y amigos proporcionan el ambiente en el que una persona puede ser más o menos productiva” (Requena; 1998: 234).

Ante esto, es importante resaltar que hay factores que influyen en ese ambiente, tales como el número de integrantes de un grupo de amigos, al igual que la homogeneidad y el apoyo que se den para el estudio. En relación con Hansell (citado por Requena; 1998) es fundamental el soporte del grupo de iguales a la red social que se forme, ya que facilita la protección, el cuidado entre los miembros y una base de seguridad para que el amigo se sienta con fuerza para enfrentar y disminuir su nivel de ansiedad y estrés en el que se encuentre, sobre todo, para enfrentar las situaciones escolares que puedan ser causa del mismo, tales como los exámenes escolares.

Cabe resaltar que las redes sociales se basan y se forman mediante las características que cada miembro posee, lo cual influye en gran medida al apoyo y soporte que se proporcione. “Dentro de ellas circula tanta información como bienes y servicios, o apoyo material o emocional. Pero también puede proporcionar presiones, roces y sobre todo, control social” (Requena; 1998: 234).

Requena (1998) establece que el grupo de amigos y las redes sociales afectan al rendimiento académico y se basa en los siguientes puntos.

1. Bidwell y Friedkin (referidos por Requena; 1998) hacen mención de que el fracaso del alumno proviene de su tolerancia para solventar las dificultades y desavenencias de la escuela, y su éxito escolar proviene de su fortaleza y del mismo apoyo del grupo de iguales.
2. En los alumnos que se identifican con el profesor, según Requena (1998), se percibe mayor responsabilidad y entrega a sus labores escolares; los que se identifican con sus iguales, se caracterizan por infringir las reglas. Cabe mencionar que según sea la densidad del grupo y su homogeneidad, repercutirá en su aprovechamiento académico, al momento de lograr una integración escolar. Si el grupo de iguales excede un cierto límite de integrantes, el alumno o amigo no se integrará y esto repercutirá en sus relaciones sociales.
3. Las redes de amigos forman un apoyo incondicional para el aprovechamiento escolar, que según Requena (1998) favorece su propio éxito académico. Debe

tenerse en cuenta que las diferencias entre el sexo en las redes sociales también favorecen a ese éxito en una red formada por hombres o por mujeres.

Glasser (citado por Edel; 2003: 8) establece que aquellos jóvenes de conductas antisociales que han fracasado en sus estudios, “son producto de una situación social que les impide el éxito”. Este tipo de jóvenes en su mayoría se eximen de culpas y las atribuyen a sus desavenencias familiares, a su misma población o localidad, a su nivel económico o incluso a su condición física, por la razón de que no reconocen sus irresponsabilidades ni aceptan las oportunidades que cada institución ofrece para un mejoría en su vida y en su éxito escolar.

“Si los jóvenes pueden adquirir un sentido de responsabilidad suficiente para trabajar de firme en la escuela y si las barreras que se interponen al éxito son retiradas de todas las escuelas, muchas de las condiciones desventajosas pueden ser contrarrestadas” (Edel; 2003: 9). Es función de cada docente, institución, familia y sociedad, proporcionar y atender al alumno en sus proyectos tanto académicos como personales para lograr crear mentes activas e individuos autónomos.

Para concluir con el capítulo, cabe resaltar la importancia que tienen el contexto escolar, la familia, el ambiente en que el alumno convive, para de igual manera crear situaciones favorables para un aprovechamiento de calidad, lo que implica en gran medida la disposición que el padre de familia, como base de toda educación; le otorgue a su hijo, ya que de ellos se parte para lograr sujetos respetables y responsables. En

el siguiente capítulo se muestran y analizan los instrumentos aplicados para la presente investigación.

CAPÍTULO 3

METODOLOGÍA, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

El presente capítulo tiene como finalidad exponer los resultados a los que se llegó en esta investigación, en el cual se retoman dos aspectos: en el primero se hará la descripción detallada de las características metodológicas del estudio, se expondrá el enfoque de la indagación, el tipo de investigación, así como el tipo de estudio y el alcance del mismo, así como las características de los sujetos examinados. En la segunda parte se expondrá el análisis e interpretación de los hallazgos de la investigación de campo, es decir, las mediciones obtenidas de las variables abordadas, que serán interpretadas desde la teoría expuesta en los dos capítulos del presente reporte de investigación.

3.1 Descripción metodológica.

En el presente apartado se muestran las características del plan seguido para la recolección y tratamiento de la información.

3.1 Enfoque cuantitativo.

Dentro de la investigación, se han experimentado dos enfoques con bases filosóficas distintas, que aunque son dos puntos diferentes de tratar, comparten algunas características comunes, de las cuales se podrían mencionar que: evalúan a

los fenómenos y los observan, el investigador crea una idea de lo que observa y a partir de ahí emite un juicio.

Ambas orientaciones metodológicas caracterizan por presentar evidencias y su resultado es confiable; de igual manera, el investigador revisa las ideas que observó y las analiza con base en los instrumentos empleados. Ya establecidos esos instrumentos, se pretende esclarecer, modificar y fundamentar nuevas suposiciones y dar pie a posteriores trabajos indagatorios.

El presente estudio tiene un enfoque cuantitativo, el cual “usa la recolección de datos para probar hipótesis, con base a la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías” (Hernández y cols.; 2010: 4).

Los mismos autores infieren características relevantes del enfoque cuantitativo, de las cuales se exponen las siguientes:

- 1) Es requisito que el investigador tenga presente su problema de estudio para que de igual manera, sus preguntas tengan relación específica.
- 2) El investigador deberá plantear un marco teórico, y de igual manera, exponer sus hipótesis de investigación, las cuales tendrán relación con el tema que se aborda.

- 3) Recolectará datos y medirá las hipótesis planteadas, lo cual lleva a la utilización de procedimientos estandarizados previamente, ya aceptados por expertos.
- 4) Ya recolectados los datos, se analizan las mediciones utilizando los métodos estadísticos.
- 5) Se recurre a la interpretación de los datos obtenidos, tomando en cuenta las hipótesis planteadas en un primer momento.
- 6) Como resultado final, se pretende dar a conocer los fenómenos investigados y explicar, con base en lo obtenido, las teorías planteadas.
- 7) Para realizar un enfoque cuantitativo, el investigador deberá guiarse por estándares de seguridad y confiabilidad que deriva cada prueba; de lo cual se asegura la generación factible de conocimientos.

3.1.2 Investigación no experimental.

El concepto de investigación tiene similitud con lo que se va a observar en el contexto donde se aplicaron nuestras pruebas. Su finalidad es examinar los fenómenos que ayudarán a concretar las hipótesis.

Ante esto, se podría definir a la investigación no experimental como “estudios que se realizan sin la manipulación deliberada de variables y en los que solo se observan los fenómenos en su ambiente natural para después analizarlos” (Hernández y cols.; 2010: 149).

Llevar a cabo un experimento, implica que el investigador tenga que crear la situación que le ayudará a saber que va a pasar; la persona que está involucrada en un experimento, llega a tener cambios de conducta y actitudes, se pretende modificar al individuo o modificar una variable, para después exponer lo que se ha investigado.

Por el contrario, la investigación no experimental “es sistemática y empírica, en la que las variables independientes no se manipulan porque ya han sucedido” (Hernández y cols.; 2010: 150).

3.1.3 Diseño transversal.

La función de un diseño transversal recae en la recolección en un tiempo determinado. “Su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado” (Hernández y cols.; 2010: 151).

El diseño transversal se divide en tres grupos: explicatorios, descriptivos y correlacionales – causales.

3.1.4 Alcance correlacional.

En un estudio correlacional se pretende que las variables establecidas se asocien y respondan a las preguntas de investigación. Uno de sus propósitos es “conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en un contexto particular” (Hernández y cols.; 2010: 81).

En un estudio correlacional, ya que se han asociado las variables, se pretende que se establezca su relación para de igual manera, verificar su alcance y vinculación. La utilidad del alcance correlacional “es saber cómo se puede comportar un concepto o una variable al conocer el comportamiento de otras variables vinculadas” (Hernández y cols.; 2010: 82). Es útil para predecir el cambio de una variable a otra o si simplemente, no hay vínculo entre ambas variables.

La correlación de alcance entre las variables es considerada por Hernández y cols. (2010) de manera positiva y negativa. En el primer caso, una variable aumenta el grado de intensidad y la otra variable también es elevada. Es negativa en el momento en que una de esas variables tiende a aumentar y la otra baja. Se considera que hay ausencia de correlación de variables cuando una aumenta y la otra variable no tiene un patrón de variación asociado.

Tales estudios “evalúan con la mayor exactitud que sea posible, el grado de vinculación entre dos o más variables” (Hernández y cols.; 2010: 82).

3.1.5 Técnicas de recolección de datos.

Para la presente investigación se han seleccionado las pruebas estandarizadas, las cuales sirven como instrumento para la medición de las variables.

3.1.5.1 Técnicas estandarizadas.

Estas técnicas son utilizadas para medir diversas variables, entre ellas el estrés, tienen sus propios procedimientos de aplicación e interpretación. Como requisito, la prueba estandarizada requiere de un conocimiento bastante profundo de las variables.

Sus ventajas son que ya tiene estudios estadísticos que valoran su confiabilidad y la evaluación del hecho a investigar es muy rápida.

Para medir la variable estrés, fue utilizado el test denominado Escala de Ansiedad Manifiesta en niños, Revisada (CMAS-R) diseñada por Reynolds y Richmond (1997).

La escala CMAS-R, subtitulada “Lo que pienso y siento” muestra un informe hecho por el mismo alumno, que consta de 37 reactivos; su finalidad es valorar el nivel y la naturaleza de la ansiedad en las personas que tienen una edad entre los 6 y 19 años de edad. Se puede aplicar de manera individual o en grupo, según sea el caso, la prueba proporciona cinco aspectos a considerar. La puntuación total indica la ansiedad que presenta el examinado.

Las otras cuatro puntuaciones son las siguientes: 1) Ansiedad fisiológica, que tiene que ver con las manifestaciones como la dificultad para adormir, las constantes náuseas y la fatiga del cuerpo. 2) La inquietud/hipersensibilidad, se relaciona con las preocupaciones excesivas que el sujeto tiene y por lo regular, están mal definidas en la mente del niño, así como el miedo a ser lastimado física y mentalmente o

simplemente asilado de forma emocional. 3) Las preocupaciones sociales indican las posibles dificultades dentro de la escuela, los miedos a convivir con el grupo de iguales y los miedos propios; todo esto ocasiona la falta de concentración y atención.

Como una medida de la consistencia interna de la escala empleada, se calculó el coeficiente alfa de Cronbach. El valor obtenido fue de 0.76, es decir, el test muestra razonable confiabilidad. Por otro lado, en apoyo a la validez del instrumento se observó una correlación de 0.69 entre la ansiedad total medida con la CMAS-R y los puntajes obtenidos con el Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo del autor Spielberg.

3.1.5.2 Datos secundarios.

La técnica que se efectuó fue la llamada datos secundarios, en donde se recopilan las evaluaciones y mediciones hechas por otros especialistas o instituciones escolares. En este caso, se empleó este recurso para determinar el nivel de rendimiento académico.

Se utilizarán los registros académicos tales como los puntajes que las instituciones designan a cada estudiante para registrar su rendimiento académico, o sea, las calificaciones.

3.2 Población y muestra.

A continuación se describen los términos población y muestra, los cuales llevan a presentar los sujetos con quienes se trabajó.

3.2.1 Descripción de la población.

Para iniciar, es importante revisar el concepto de población, el cual se define como “el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones. Debe situarse claramente en torno a sus características de contenido, lugar y tiempo” (Hernández y cols.; 2010: 174).

La población de estudio estuvo conformada por los alumnos de primaria del colegio Alexander Neill, de los cuales, en su mayoría provienen de una situación socioeconómica media y media alta. La edad de los alumnos oscila entre los 6 y 11 años. La escolaridad de los padres de familia del colegio es de nivel medio y medio superior, muy pocos padres de familia no concluyeron su educación básica.

El colegio antes referido cuenta con un total de 202 alumnos en nivel primaria, de los cuales 85 son mujeres y 117 son hombres, que cuyas edades fluctúan entre los 6 y 12 años.

3.2.2 Descripción del tipo de muestreo.

El término muestra recae en el entendido de la selección de conjunto de los que forman a una población. “Es un subconjunto de elementos que pertenecen a ese conjunto definido en sus características al que llamamos población” (Hernández y cols.; 2010:175).

En esta investigación se ha seleccionado el tipo de muestra no probabilística, la cual se define como “el subgrupo de la población en la que la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de las características de la investigación” (Hernández y cols.; 2010: 176).

La muestra estuvo conformada por los grupos de 1° “A” con 25 alumnos, donde 17 son varones y 8 mujeres; 1° “B” con 21 alumnos, donde 12 son varones y 9 son mujeres; 2° “A” con 23 alumnos, de los cuales 14 son varones y 9 son mujeres; 2° “B” con 23 alumnos, de los cuales 15 son varones y 8 mujeres; 3° “A” con 31 alumnos, de los cuales 15 son varones y 16 mujeres.

3.3 Descripción del proceso de investigación.

Para dar inicio a esta investigación, se ha planteado el desarrollo de hipótesis y objetivos que ayudarían a mantener la línea del tema, así como indagar en los antecedentes del mismo para dar inicio a plantear el marco de referencia. Obtenido este, se elaboró el marco teórico donde se estructuraron dos capítulos que son “El estrés” y “Rendimiento académico”.

Para su elaboración, se consultaron a los autores que corresponden a cada tema, utilizando las referencias bibliográficas, hemerográficas y mesográficas necesarias.

La investigación fue estructurada desde un enfoque cuantitativo, con una investigación no experimental, lleva un estudio transversal, su alcance es correlacional, y por último sus hipótesis son no causales.

Asimismo, se describió la población de estudio, sus características, condiciones físicas de la escuela, se pidieron los permisos necesarios con los directivos del Colegio Alexander Neill para llevar a cabo la aplicación del estudio, de manera que se platicó con el coordinador académico para establecer tiempos de visita a cada grupo.

Ya dentro de cada salón, se les explicaron a los alumnos las indicaciones a seguir para responder el test y se le proporcionó un cuestionario a cada uno. Su aplicación fue muy pacífica y sin problema alguno, se les auxilió a aquellos niños que

tenían dudas sobre alguna pregunta Con los grupos de primer año hubo la necesidad de aplicar el test de manera muy personalizada con algunos niños que aún no leían por sí mismos, se les leía la pregunta y ellos marcaban la respuesta correcta.

Ese instrumento sirvió para evaluar el estrés, del cual, al obtener todos los cuestionarios, se calificaron de acuerdo con las indicaciones correspondientes al manual, utilizando la plantilla evaluativa y obteniendo el percentil de cada uno.

Para evaluar el rendimiento académico, se solicitó al director y maestros su autorización de hacer uso de las calificaciones de los tres primeros meses de clase, hubo mucho retraso en que las proporcionarán pero se consiguió el objetivo.

Al obtener esos datos, se prosiguió al vaciado de información, se elaboraron cinco listas, una por cada grupo evaluado; se obtuvieron los promedios de cada alumno y por materia, la media aritmética, moda y mediana, para asimismo dar el resultado de lo que se empezó a buscar desde un inicio, que fue encontrar el grado en que afecta el estrés en el rendimiento académico.

Como producto final se interpretaron los datos obtenidos de la información recabada, se analizaron y se diseñó la conclusión.

3.4 Análisis e interpretación de resultados.

Una vez presentada la metodología que se siguió en esta investigación, se procederá en este apartado a presentar los resultados del estudio.

La estructura de este aparato se presentará en tres categorías de análisis: en la primera se presentan los resultados de la variable rendimiento académico; la segunda aborda los resultados que se obtuvieron de la variable estrés y por último, se presentan los resultados de la correlación que hubo entre las variables.

3.4.1 Rendimiento académico en los alumnos del Colegio Alexander Neill.

El rendimiento académico, de acuerdo con lo señalado por Carpio (citado por Sánchez y Pirela; 2006: 11-12), “es un proceso técnico pedagógico que juzga los logros de acuerdo con los objetivos de aprendizaje previstos, expresado como el resultado del aprovechamiento académico en función de diferentes objetivos planteados”.

La calificación es un indicador importante del rendimiento académico, es entendida como “el proceso mediante el cual los resultados y la información descriptiva del desempeño se visualiza en números o letras que refieren la calidad del aprendizaje y el desempeño de cada alumno” (Aisrasian; 2003: 172).

Respecto a los resultados que se obtuvieron en el rendimiento académico del grupo de primer grado, se encontró que en cuanto al promedio general se obtuvo una media de 9.0. La media es la suma de un conjunto de datos dividida entre el número de medidas (Elorza; 2007).

Asimismo, se obtuvo la mediana, entendiendo por esta, el valor medio de un conjunto de valores ordenados: el punto abajo y arriba del cual cae un número igual de medidas (Elorza; 2007). El valor de la mediana fue de 9.3

La moda es la medida que muestra el dato que más se repite en un conjunto (Elorza, 2007). En este grupo la moda fue de 9.5.

También se obtuvo el valor de la desviación estándar como medida de dispersión, la cual muestra raíz cuadrada de las desviaciones al cuadrado, dividida entre el número de datos (Elorza; 2007). El valor obtenido de esta medida fue de 0.8.

Los datos obtenidos de la medición en el grupo de primer año se muestran en el anexo 1.

De acuerdo con los resultados presentados, se puede afirmar que el rendimiento académico en el grupo de primer grado es alto, tomando en cuenta que el promedio general del grupo se encuentra por arriba del promedio estándar, así, se puede afirmar que se encuentra en condiciones óptimas de ser aprobado al siguiente ciclo escolar.

Respecto a los resultados obtenidos en el rendimiento académico de los alumnos del segundo grado, se encontró que:

En cuanto al promedio general, se obtuvo una media de 8.8, el valor de la mediana fue de 9.2, en este grupo se identificó que la moda tiene un puntaje de 9.3 y una desviación estándar de 0.9.

Los datos obtenidos en la medición en el grupo de segundo grado se muestran en el anexo 2.

De acuerdo con los resultados presentados se puede afirmar que el rendimiento académico en el grupo de segundo grado es medio alto, ya que muestran un avance significativo y de acuerdo a los estándares que marca la Secretaría de Educación Pública, los alumnos están en un nivel adecuado para ser acreditados al siguiente ciclo escolar.

Respecto a los resultados obtenidos en el rendimiento académico de los alumnos del tercer grado se encontró que:

En cuanto al promedio general, se obtuvo una media de 8.8. El valor de la mediana fue de 8.75. En este grupo se identificó que la moda es el puntaje de 9.7.

Los datos obtenidos en la medición en el grupo de tercer grado se muestran en el anexo número 3.

Con base en los resultados presentados se puede afirmar que el rendimiento académico del grupo de tercer grado es medio alto, siguiendo los estándares para

evaluar la acreditación y promoción del alumno. Se observó que el presente grupo se encuentra en condiciones de ser promovido.

3.4.2 El nivel de estrés en los alumnos en el Colegio Alexander Neill.

De acuerdo con lo señalado por Lazarus y Folkman, “el estrés es una relación particular entre la persona y el entorno, que es evaluado por este como amenazante o desbordante de sus recursos, y que pone en peligro su bienestar” (Palmero y cols.; 2002: 425).

Se considera, de acuerdo con diversos autores, que la ansiedad es uno de los principales indicadores del estrés, y por consecuencia, para la investigación se ha empleado esta medición como indicador del estrés.

Respecto a los resultados obtenidos en la variable estrés del grupo de primer grado, se encontró una media de 59, una mediana de 58.5, una moda de 95 y una desviación estándar de 27, todo esto en medidas normalizadas en percentiles.

Los datos obtenidos en la medición del estrés en los alumnos del grupo de primer grado, se muestran en el anexo número 4.

De acuerdo con estos resultados se puede afirmar que se encuentran en un nivel de estrés normal, ya que los resultados se muestran dentro de los parámetros de normalidad que marca la escala percentilar.

Respecto a los resultados obtenidos en la variable estrés del grupo de segundo grado, se encontró una media de 33, una mediana de 33.5, una moda de 57 y una desviación estándar de 20 puntos percentiles.

Los datos obtenidos en la medición del estrés de los alumnos del grupo de segundo grado, se muestran en el anexo número 5.

De acuerdo con esto resultados, se puede afirmar que se encuentran en un nivel general por debajo de la mediana percentilar, que es el 50.

Respecto a los resultados obtenidos en la variable estrés del grupo de tercer grado, se encontró una media de 47, una mediana de 44, una moda de 44 y una desviación estándar de 27 puntos percentiles.

Los datos obtenidos en la medición del estrés de los alumnos del grupo de tercer grado, se muestran en el anexo número 6.

De acuerdo con estos resultados se puede afirmar que el estrés en este grupo, se encuentra en un nivel medio.

3.4.3 Influencia del estrés sobre el rendimiento académico.

Diversos autores han afirmado la influencia que tiene el estrés sobre el rendimiento académico, como los que enseguida se muestran.

De acuerdo con Caldera y cols. (2007) existe normalmente la posibilidad de que altos niveles de estrés sean un obstáculo para el rendimiento académico, es decir, los niveles medios de estrés facilitan al estudiante un desempeño positivo para adquirir altas notas.

Por otra parte, Fontana (1992) hace mención sobre los efectos del estrés, los cuales pueden estar relacionados con las habilidades del pensamiento y del conocimiento, ante esto, el individuo presenta disminución en su atención, falta de interés, errores continuos en sus actividades, en general, no logra formular sus objetivos, afectando directamente su rendimiento académico.

En la investigación realizada con el grupo de primer grado, se encontraron, de acuerdo con las mediciones, los siguientes resultados:

Entre el nivel de estrés y el promedio general de calificaciones existe un coeficiente de correlación de -0.34, de acuerdo con la prueba “r” de Pearson.

Esto significa que entre el estrés y el rendimiento académico existe una correlación negativa media.

Para conocer la influencia que tiene el estrés en el rendimiento académico se obtuvo la varianza de factores comunes (r^2), en la cual, mediante un porcentaje se

indicará el grado en que la primera variable influye en la segunda. Para obtener esta varianza solo se eleva al cuadrado el coeficiente de correlación obtenido mediante la “r” de Pearson (Hernández y cols.; 2010).

El resultado de la varianza de factores comunes fue de 0.12, lo que significa que el estrés influye en un 12% sobre la variable estrés.

Cabe señalar que para considerar una correlación significativa, el porcentaje de influencia debe ser al menos del 10% (Hernández y cols.; 2010).

Estos resultados se observan gráficamente en el anexo 7.

De acuerdo con estos resultados se confirma la hipótesis de trabajo, la cual plantea que el estrés influye significativamente en el rendimiento académico de los alumnos del colegio Alexander Neill.

En la investigación realizada en el grupo de segundo grado, se encontraron los siguientes resultados:

Entre el estrés y el promedio general de calificaciones existe un coeficiente de correlación de -0.03, de acuerdo con la prueba “r” de Pearson. Esto significa que entre el estrés y el rendimiento académico no existe correlación.

El resultado de la varianza fue de 0.0012, lo que significa que el rendimiento académico no se ve influenciado por el estrés, ya que obtuvo un 0% en dicho índice. Estos resultados se pueden observar gráficamente en el anexo 8.

De acuerdo con estos resultados se confirma la hipótesis nula, la cual plantea que el estrés no influye significativamente en el rendimiento académico de los alumnos del colegio Alexander Neill.

En la investigación realizada en el grupo de tercer grado, de acuerdo con las mediciones se obtuvieron los siguientes datos:

Entre el estrés y el promedio general de calificaciones existe un coeficiente de correlación de -0.06, de acuerdo a la prueba "r" de Pearson. Esto permite afirmar que entre el estrés y el rendimiento académico no existe correlación.

El resultado de la varianza de factores comunes fue de 0.0036, lo que significa que el rendimiento académico no se ve influido por el estrés. Estos resultados se observan gráficamente en el anexo 9.

De acuerdo con estos resultados se confirma también en este grupo la hipótesis nula, señalada anteriormente.

CONCLUSIONES

En el siguiente apartado se da a conocer el cierre y producto final de la investigación realizada.

En cuanto a la corroboración de las hipótesis realizadas en la investigación, se afirma que en el grupo de primer grado se confirmó la hipótesis de trabajo, que afirma que la variable estrés tiene correlación con el rendimiento académico.

Por otro lado, la hipótesis nula se corroboró en los grupos de segundo y tercero.

En lo que respecta a los objetivos particulares, se puede concluir que el objetivo 1, referido a la comprensión teórica del fenómeno estrés, se cubrió en el capítulo 1.

Los objetivos particulares 2, 3 y 4, que hacen alusión al concepto del rendimiento académico, se alcanzaron a exponer su naturaleza en el capítulo 2.

El objetivo particular 5, en el que se propone la medición del estrés, se cubrió con la administración del test “Lo que pienso y siento” diseñado por Reynolds y Richmond, a la muestra indagada.

El objetivo particular 6 se alcanzó al obtener las mediciones de la variable del rendimiento académico, las cuales se encontraron asentadas en los archivos de la institución educativa.

El logro de los objetivos que se mencionaron anteriormente, permitió el alcance del objetivo general, el cual señala: determinar el grado en que el rendimiento académico es afectado por el estrés en los alumnos del colegio Alexander Neill.

Respecto a los hallazgos encontrados en el presente estudio, se puede considerar que en los sujetos estudiados, existe un nivel adecuado de estrés. Asimismo, en cuanto al rendimiento académico se observó que se encuentran en un nivel alto.

Como consecuencia de los datos encontrados, se puede hacer mención a la institución que para combatir los problemas de estrés y aumentar el rendimiento académico de los alumnos, es factible que implemente programas multidisciplinarios en los cuales se involucre la participación de los padres, alumnos y maestros, de manera que se asegure la efectividad de dichas medidas.

BIBLIOGRAFÍA

Alves de Mattos, Luiz. (1990)
Compendio de Didáctica General.
Editorial Kapelusz, Argentina.

Avanzini, Guy. (1985)
El fracaso escolar.
Editorial Herder, España.

Cascio, Andrés; Guillén, Carlos. (Coords.). (2010)
Psicología del trabajo.
Editorial Ariel, Barcelona.

Elorza Pérez-Tejada, Aroldo. (2007)
Estadística para las ciencias sociales, del comportamiento y la salud.
Editorial Cengage Learning, México.

Fontana, David. (1992)
Control del estrés.
Editorial Manual Moderno, México.

Hernández Sampieri, Roberto; Fernández-Collado, Carlos; Baptista Lucio, Pilar.
(2010)
Metodología de la investigación.
Editorial McGraw-Hill. México.

Ivancevich, John; Matteson, Michael. (1985)
Estrés y trabajo
Editorial Trillas, México.

Lazarus, Richard S.; Lazarus, Bernice N. (2000)
Pasión y Razón: la comprensión de nuestras emociones.
Editorial Paidós, España.

Palmero, Francesc; Fernández, Enrique y Chóliz, Mariano. (2002)
Psicología de la motivación y la emoción
Editorial McGraw-Hill, España.

Powell, Marvin. (1975)
La psicología de la adolescencia.
Editorial F.C.E., México.

Powell, John. (1998)
Plenamente humano, plenamente vivo.
Editorial Diana, México.

Reynolds, Cecil R.; Richmond, Bert O. (1997)
Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños – Revisada (CMAS-R). “Lo que pienso y siento”.
Editorial El Manual Moderno, S. A. de C.V., México.

Sánchez, María Elena. (2007)
Emociones, estrés y espontaneidad.
Editorial Ítaca, México.

Solórzano, Nubia. (2003)
Manual de actividades para el rendimiento académico
Editorial Trillas, México.

Tierno Jiménez, Bernabé. (1993)
Del fracaso al éxito escolar.
Edit. Plaza Janes, España.

Travers, Cheryl; Cooper, Cary. (1996)
El estrés de los profesores.
Editorial Paidós. España.

Zarzar Charur, Carlos (2000)
La didáctica grupal.
Edit. Progreso. México.

HEMEROGRAFÍA

Barraza Macías, Arturo. (2003)

“Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior”.
Revista Electrónica de Psicología Científica.

Caldera Montes, Juan Francisco; Pulido Castro, Blanca Estela; Martínez González,
Ma. Guadalupe. (2007)

“Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de
psicología del Centro Universitario de los Altos”.
Revista de Educación y Desarrollo.

MESOGRAFÍA

Andrade G, Miguel; Miranda J., Cristian; Freixas S., Irma. (2001)
Rendimiento académico y variables modificables en alumnos de 2° Medio de Liceos Municipales de la Comuna de Santiago.
http://www.unesco.cl/medios/biblioteca/documentos/eaprendizaje_rendimiento_academico_2_medio_santiago.pdf

Cano Vindel, Antonio. (s/f)
“La naturaleza del estrés”.
http://www.ucm.es/info/seas/estres_lab/el_estres.htm

Córdoba Villalobos, José Ángel. (2012)
“Acuerdo 648 por el que se establecen normas generales para la evaluación acreditación, promoción y certificación en la escuela básica”.
Diario Oficial de la Federación. 17 de agosto de 2012.
http://dof.gob.mx/DOFmobile/nota_detalle.php?codigo=5264634&fecha=17/08/2012

Domínguez, Benjamín. (2003)
“El estrés afecta la salud y el rendimiento intelectual de los niños”
bine.orgmx/node/604
<http://revistas.unab.edu.co/index.php?journal>

Edel Navarro, Rubén. (2003)
“El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo”.
REICE- Revista Electrónica Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación
2003, Vol. 1 N° 2
<http://www.ice.deusto.es/rinace/reice/vol1n2/Edel.pdf>

Maldonado Herrera, Victoria G; Marín Bernal, Lorena. (2007)
“Implicaciones del comportamiento del maestro en el fracaso escolar”
Rendimiento Escolar SUA-UNAM.
<http://www.tuobra.unam.mx/publicadas/070626102410.html>

Martínez González, Agustín Ernesto; Inglés Saura, Cándido José; Piqueras Rodríguez, José Antonio; Ramos Linares, Victoriano. (2010)
“Importancia de los amigos y los padres en la salud y el rendimiento escolar”.
Revista Education & Psychology. N° 20.
http://www.investigacion.psicologica.org/revista/rsticulos/20/espanol/Art_20_372.pdf

Requena, Santos Félix. (1998)
“Género, redes de amistad y rendimiento académico”.
Universidad de Santiago de Compostela. Departamento de Sociología.
Santiago de Compostela, España.
<http://www.ddd.uab.es/pub/papers/02102862n56p233.pdf>

Reyes Tejeda, Yesica Noelia. (2008)
“Relación entre rendimiento académico, la ansiedad ante los exámenes, los rasgos de personalidad, el autoconcepto y la asertividad en estudiantes de primer año de Psicología de la UNMSN”.
http://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtualdata/Tesis/Salud/Reyes_T_Y/cap2.pdf

S/A (2011)
“El hábito de estudio”.
CEP Catalina de Erauso. LHI.
<http://www.Katalinerauso.org/habitoestudioc.html>

Sánchez de Gallardo, Marhilde; Pirela de Faría, Ligia (2006)
“Motivaciones sociales y rendimiento académico en estudiantes de educación”.
http://www.serbi.luz.edu.ve/pdf/rcs/v12b1/art_13.pdf

Sánchez de Tagle, Herrera, Rafael; Osornio Castillo, Leticia; Heshiki Nakandakari, Luis; Garcés Dorantes, Leo Raymundo. (2008)
“Hábitos de estudio y rendimiento escolar en alumnos regulares e irregulares de la carrera de México cirujano de la FESI, UNAM”.
Revista Electrónica de Psicología Iztacala
Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Estudios Superiores de Iztacala
Vol. 11 N° 2, Julio de 2008
<http://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/18550>

Vélez, Eduardo; Shiefelbein, Ernesto;Valenzuela, Jorge. (2003)
“Factores que afectan el rendimiento académico en la educación primaria”.
(Revisión de la Literatura de América Latina y el Caribe)
<http://www.oei.es/calidad2/Velezd.PDF>

















