



UNIVERSIDAD DON VASCO, A.C.

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

ESCUELA DE PEDAGOGÍA

**INFLUENCIA DEL ESTRÉS EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN
LOS ALUMNOS DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DON VASCO
DE URUAPAN, MICHOACÁN.**

TESIS

PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PEDAGOGÍA

Rocío Edith Isidro Ocegüera.

Asesor: Lic. Héctor Raúl Zalapa Ríos.

Uruapan, Michoacán, A 13 de mayo de 2013.

AGRADECIMIENTOS:



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.

La presente tesis se la quiero agradecer, primero a dios ya que gracias a él pude concluir mi carrera y mi tesis, por permitirme llegar a este hermoso momento de mi vida, por los triunfos y momentos difíciles que me ha enseñado a valorar más.

A mi hija Dana Camila que a pesar de su corta edad, me ha transmitido grandes enseñanzas y ganas de seguir adelante.

A mi padre por brindarme los recursos necesarios y estar a mi lado apoyarme y aconsejarme siempre.

A mi madre por hacer de mí una mejor persona a través de sus consejos, enseñanza y amor.

A mi hermano por su apoyo y sus consejos.

A mi pareja por su paciencia, apoyo y amor.

A todos los profesores que me dedicaron tiempo para realizarme como profesionalmente.

Y a todas esas personas especiales en mi vida que de alguna manera contribuyeron en este proyecto tan anhelado.

ÍNDICE

Introducción.

Antecedentes.	1
Planteamiento del problema.	4
Objetivos.	5
Hipótesis.	6
Justificación.	7
Marco de referencia.	8

Capítulo 1. El estrés.

1.1. Antecedentes históricos del estrés.	11
1.2. Tres enfoques teóricos del estrés.	15
1.2.1 Estrés como estímulo.	16
1.2.2 Estrés como respuesta.	17
1.2.3. Estrés como relación persona-entorno (enfoque interaccionista).	19
1.2.4. Definición integradora del estrés.	20
1.3 Agentes estresores.	21
1.3.1. Estresores psicosociales: cambios mayores, menores y cotidianos.	22
1.3.2. Los estresores biogénicos	25
1.3.3. Estresores en el ámbito académico.	25
1.4. Procesos del pensamiento que favorecen el estrés.	28
1.5. Los moduladores del estrés.	29

1.5.1. Control percibido.	30
1.5.2. Apoyo social	31
1.5.3. Tipo de personalidad: A/B	32
1.5.3.1 Personalidad tipo A y problemas cardiacos.	35
1.6. Efectos negativos del estrés..	35

Capítulo 2. Rendimiento académico.

2.1. Concepto de rendimiento académico.	38
2.2. La calificación como indicador del rendimiento académico.	39
2.2.1. Criterios para asignar la calificación.	41
2.2.2. Problemas a los que se enfrenta la asignación de calificaciones.	42
2.3. Factores que influyen en el rendimiento académico.	44
2.3.1. Factores personales.	45
2.3.1.1 Aspectos personales.	45
2.3.1.2. Condiciones fisiológicas.	46
2.3.1.3. Capacidad intelectual.	48
2.3.1.4. Hábitos de estudio.	49
2.3.2. Factores pedagógicos.	50
2.3.2.1. Organización institucional.	51
2.3.2.2. La didáctica.	52
2.3.2.3. Actitud del profesor.	52
2.3.3. Factores sociales.	54
2.3.3.1. Condiciones de la familia.	55
2.3.3.2. Los amigos y el ambiente.	57

Capítulo 3. Metodología, análisis e interpretación de resultados.

3.1. Descripción metodológica.	59
3.1.1. Enfoque cuantitativo.	60
3.1.2. Investigación no experimental.	62
3.1.3. Estudio transversal.	63
3.1.4. Alcance correlacional.	63
3.1.5. Técnicas de recolección de datos.	64
3.2. Población y muestra.	66
3.2.1. Delimitación y descripción de la población.	66
3.2.2. Proceso de selección de la muestra.	67
3.3. Descripción del proceso de investigación.	68
3.4. Análisis e interpretación de los resultados.	72
3.4.1. El rendimiento académico en los alumnos de la Licenciatura en Psicología.	72
3.4.2. El nivel de estrés en los alumnos de la Licenciatura en Psicología	75
3.4.3. Influencia del estrés sobre el rendimiento académico.	76
Conclusiones.	79
Bibliografía.	82
Hemerografía	84
Mesografía	85
Anexos.	

INTRODUCCIÓN

En el presente apartado se dará a conocer cuál es el tema de esta investigación, las razones del estudio, los sujetos examinados, el escenario y lo que se espera al concluir dicha investigación.

Antecedentes

En la presente investigación se abordan dos variables, las cuales son el estrés y el rendimiento académico. A continuación se dará una breve definición y se mencionarán algunos estudios que existen sobre ellas.

De acuerdo con Cano (www.ucm.es), se entiende como estrés a la fuerza que se le aplica a un objeto, ya sea para deformarlo o romperlo. El término referido ha sido tema de discusión, desde que se añadió a la psicología, por el fisiólogo canadiense Hans Selye.

El estrés puede ser definido como el proceso que se inicia entre un conjunto de demandas ambientales que recibe una persona, y los recursos de los que dispone para afrontarlas.

Este fenómeno es entendido de tres formas, las cuales son:

- Como reacción y respuesta del individuo.
- Como estímulo.
- Como interacción.

“El termino stress es de origen anglosajón y su significado es tensión, presión, coacción” (Caldera y cols.; 2007: 79).

En la actualidad el término estrés es de uso cotidiano y con significado muy variable, para hacer referencia a una amplia manera de experiencias como tensión, cansancio, ansiedad, agobio o inquietud, entre otros.

El rendimiento académico, por otra parte, se puede considerar como “el nivel de conocimientos, habilidades y destrezas que el alumno adquiere durante el proceso de enseñanza- aprendizaje” (Caldera y cols.; 2007: 80).

El proceso de enseñanza aprendizaje, a pesar de su complejidad, debe monitorearse mediante aspectos definidos. De ahí la importancia de considerar el rendimiento académico como una variable inherente al proceso educativo.

Existen varias investigaciones sobre el estrés y el rendimiento académico. En una de ellas se realizó una evaluación de la relación que tienen dichas variables, en el año 2006, a estudiantes de segundo a noveno semestre de Medicina en la Universidad de Manizales, Colombia, por Bermúdez y cols. (2006). La población examinada fue de

212 estudiantes con una edad de 17 a 31 años; los resultados procesados con ayuda de la estadística, indicaron una relación significativa entre el rendimiento académico y el estrés.

En otro estudio se investigó la relación que tiene el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de Psicología del Centro de Universidad de los Altos, en Jalisco, México. La prueba fue aplicada a una población de 115 alumnos en febrero de 2007. Los resultados no mostraron una relación significativa entre el nivel de estrés y el rendimiento académico (Caldera y cols.; 2007).

Como se pudo observar en dichas investigaciones, los resultados no fueron iguales, ya que se efectuaron en contextos diferentes; a partir de esto se puede afirmar que no hay información concluyente sobre la relación entre dichos fenómenos.

Los estudios realizados en el presente estudio, permitirán saber con exactitud si se tiene o no una relación significativa entre el estrés y el rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Psicología de la Universidad Don Vasco, de Uruapan, Michoacán.

Planteamiento del problema

Actualmente el estrés es un problema al cual se está prestando una atención creciente. Sin embargo, es un tema del cual no se sabe con exactitud si afecta el rendimiento académico y mucho menos, en qué porcentaje o de qué forma, si positiva o negativamente.

Resulta esencial analizar dichas variables, para conocer su significado y saber qué relación existe entre ellas, para en un futuro tomar esta referencia en una situación que se presente en la propia vida o en el círculo social.

Algunos profesores de la universidad mencionan que en ocasiones los alumnos presentan estrés, al enfrentarse a alguna actividad que dependa del rendimiento académico, ya sea un examen, exposición, participación, entre otras.

Ante dicho planteamiento se pretende responder a la siguiente interrogante:
¿Existe relación significativa entre el rendimiento académico y el nivel de estrés en los alumnos de la Escuela de Psicología de la Universidad Don Vasco de Uruapan, Michoacán, en el ciclo escolar 2012-2013?

Objetivos

El curso de la presente investigación estuvo regulado por el cumplimiento de las directrices siguientes.

Objetivo general

Determinar la relación que existe entre el estrés y el rendimiento académico en los alumnos de la Licenciatura en Psicología de la Universidad Don Vasco de Uruapan, Michoacán, en el ciclo escolar 2012-2013.

Objetivos particulares

1. Conceptualizar el término estrés.
2. Identificar los factores que causan el estrés.
3. Analizar los enfoques teóricos del estrés.
4. Definir el concepto del rendimiento académico.
5. Examinar los indicadores del rendimiento académico.
6. Señalar los factores que afectan el rendimiento académico.
7. Medir el nivel de estrés de los alumnos de Psicología de la Universidad Don Vasco.
8. Cuantificar el rendimiento académico en los sujetos de estudio.

Hipótesis

En la presente investigación se pretende dar a conocer la influencia que tiene el estrés en el rendimiento académico, presentando una investigación tanto teórica como de campo, con sustento en diferentes teorías para definir las dos variables, y así saber la relación que existe entre ambas.

Para ello se plantean las siguientes hipótesis:

Hipótesis de trabajo

Existe una correlación significativa entre el estrés y el rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Psicología de la Universidad Don Vasco de Uruapan, Michoacán.

Hipótesis nula

El estrés no tiene relación significativa con el rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Psicología de la Universidad Don Vasco de Uruapan, Michoacán.

Justificación

En el presente apartado se menciona en qué se beneficia a cada uno de los miembros más importantes de la institución con el presente estudio.

Es importante saber si en esta escuela los alumnos tienen niveles inusuales de estrés y si esta condición perjudica el rendimiento académico, ya que no se sabe cómo reaccionar ante este factor. En primer lugar, los alumnos sabrán qué nivel de estrés presentan y si este factor perjudica su rendimiento en la escuela.

A la escuela le puede favorecer, ya que como institución es importante que conozca cual es el nivel de estrés que tienen sus alumnos, para que de la misma manera, los maestros y directivos estén enterados y se pueda buscar la manera de ayudar a los alumnos por medio de las estrategias que sean necesarias. Por citar un ejemplo, se pueden crear talleres para que los maestros sepan cómo manejar el estrés en el aula, con la intención de que disminuya su nivel.

Para concluir, se puede mencionar que esta investigación será de alta importancia y propia de la pedagogía, ya que todo lo que tenga que ver con el ámbito educativo o de enseñanza – aprendizaje, es un área de trabajo para el pedagogo, por tal motivo, el rendimiento académico es un factor en el que se puede contribuir eficazmente y así beneficiar a los estudiantes de la Escuela de Psicología.

Marco de referencia

El escenario donde se llevó a cabo la presente investigación es en la Escuela de Psicología de la Universidad Don Vasco, localizada en el entronque carretera Pátzcuaro # 1100, de la colonia Residencial Don Vasco de Uruapan, Michoacán.

Dicha escuela es privada y atiende a personas de nivel socioeconómico medio, medio alto y alto, con alumnado de ambos sexos.

La universidad no tiene en su presentación un título religioso, pero sí nació de inspiración cristiana, que impulsa hacia una integración (amor) de todas las personas entre sí y hacia la superación (crecimiento) de cada una de ellas.

Cuenta con siete edificios, tres canchas de básquetbol o de usos múltiples, un auditorio, dos cafeterías, áreas verdes, un amplio estacionamiento, biblioteca, centro de cómputo, talleres acoplados a las necesidades de las diversas licenciaturas y una pequeña pero muy confortable iglesia.

La historia de dicha institución comienza de la siguiente manera: en 1964, exactamente el 7 de marzo, el instituto nació en el lugar que hoy se encuentra el Hotel Tarasco, localizado en el centro de la misma ciudad. Se inició la educación con dos grupos de secundaria, que en su mayoría se encontraban conformados por hombres que no habían encontrado lugar en las otras escuelas o que habían sido expulsados por indisciplina, posteriormente se cambió la escuela cerca del Seminario Menor, para

conformarse como una institución para beneficio social. En 1964 el licenciado Rafael Anaya González se presentó como asesor moral de la institución.

Desde 1977 hasta 2004 se establecieron las licenciaturas en la universidad en el siguiente orden: Contaduría, Arquitectura, Trabajo Social, Pedagogía, Diseño Gráfico, Ingeniería Civil, Informática, Derecho y finalmente, Psicología.

Actualmente, la Universidad Don vasco cuenta con una población de 2500 estudiantes, ofrece servicios educativos de secundaria, preparatoria y diez licenciaturas incorporadas a la Universidad Nacional Autónoma de México.

La escuela a la que se realizó dicha investigación que es Psicología, inició en el año 2004. Actualmente cuenta con 35 maestros, todos profesionales en el área, tiene como director al Licenciado Héctor Raúl Zalapa Ríos; 290 alumnos conforman dicha licenciatura, distribuidos en 16 grupos.

La misión de esta universidad consiste en “ser una institución de educación, forjadora de personas con una inquebrantable robustez de espíritu, formadora de jóvenes responsables, generosos, críticos y creativos; conscientes de su trascendencia en cuanto a su origen y destino y reconstructores de la sociedad desde una amplia y mejor perspectiva.”

La visión radica en “ser la institución de mayor prestigio académico de la región, que sustenta su quehacer en criterios educativos orientados al desarrollo integral de

los estudiantes; con personal docente y administrativo competente y con la infraestructura que aseguran una educación de vanguardia”.

Respecto a su filosofía, la Universidad Don Vasco asume la idea de que la educación es el mejor camino para lograr el perfeccionamiento y la realización del hombre. Parte de la idea de que la auténtica vocación del ser humano consiste en buscar la verdad y realizar el bien; la universidad consagra su existencia a ayudar al hombre a responder a ese extraordinario llamado.

CAPÍTULO 1

EL ESTRÉS

En el presente capítulo se habla de estrés, lo cual incluye el concepto, sus antecedentes históricos, los enfoques teóricos, los estresores, el proceso del pensamiento, los moduladores y los efectos negativos del estrés.

1.1. Antecedentes históricos del estrés.

De acuerdo con Sánchez (2007) la palabra estrés proviene del latín stringere, que significa presionar, comprimir y oprimir. Posteriormente, este término empezó a utilizarse en la física y la metalurgia para referirse a la fuerza que se le aplica a un objeto para deformarlo o romperlo.

En el siglo XVII, el físico y biólogo Robert Hooke intentó ayudar a los hombres a construir sus estructuras, como puentes que resistieran cargas pesadas, así pues, su objetivo fue diseñar dichos puentes. Fue así como el estrés se convirtió en el término empleado para definir una exigencia en el entorno biológico, social o psicológico.

Hooke tuvo que interesarse en los metales que cumplieran con las características que necesitaban para soportar dichas cargas, que no se deformaran y soportaran el peso. Como ejemplo, el hierro forjado es un metal suave, flexible y fácil

de trabajar, se dobla, pero no se deforma; por lo contrario, el hierro fundido es un metal duro y quebradizo, que se rompe con facilidad.

Con dicha idea, les dio un valor práctico a los psicólogos, ya que la capacidad de los metales que soportan cargas es como con la que tienen las personas para tolerar el estrés.

Por otro lado, el médico francés Claude Bernard demostró que la naturaleza facilita a los seres vivos la capacidad de mantener la estabilidad interna al enfrentar los sucesos del medio ambiente externo. Dicho de otra manera, los cambios externos en el entorno pueden perturbar el organismo, aunque los seres vivos tienen a mantener la estabilidad en su medio ambiente interno (referido por Sánchez; 2007).

De acuerdo con Slipak (citado por Sánchez; 2007) la estabilidad del medio ambiente interno es la condición indispensable para la vida libre e independiente. Desde este punto de vista, el proceso de sobrevivencia estará determinado por una interacción entre el ambiente externo y los mecanismos biológicos internos que posee el organismo.

El filósofo estadounidense Walter Bradford Cannon, en los principios del siglo XX, amplió los principios de Bernard, cambiando el nombre de “estado dinámico” a “homeostasis”, demostrando que el cuerpo puede adaptarse a situaciones externas de peligro.

De acuerdo con Cannon (citado por Sánchez; 2007), cuando un organismo experimenta miedo o se enfrenta a una emergencia, su cerebro responde activando el sistema nervioso simpático.

Se puede señalar que “en el año 1922 Cannon expuso el término homeostasis, para hacer referencia a los procesos fisiológicos coordinados que mantienen constante el medio interno durante numerosos mecanismos fisiológicos. Insistió sobre todo en la función del sistema nervioso central en el control de la homeostasis y la descarga de adrenalina por las glándulas medulosuprarrenales, como mecanismo del cerebro frente a una señal de amenaza a la homeostasis, la cual se produce cuando se percibe alguna agresión, este proceso autónomo provoca, a su vez, modificaciones cardiovasculares que preparan al cuerpo para la defensa” (Sánchez; 2007: 16).

Por otro lado, Cannon planteó que los casos inesperados que provocan emociones pueden ejecutar dos tipos de respuesta, ya sea ataque o fuga, lo cual permite identificar la relación entre lo psicológico y lo biológico.

Hans Selye (citado por Sánchez; 2007) inició con el término estrés, lo cual le ayudó a identificar las reacciones inespecíficas, fisiológicas, adaptativas frente a cualquier circunstancia ejercida sobre el cuerpo, las cuales tienen una amplia variedad de estímulos heterogéneos que provocan una variación de tipo endocrino; a dicha reacción le llamó síndrome general de adaptación en el año de 1936. Poco después denominó al estrés como la respuesta no específica del organismo a cualquier demanda del exterior, en tanto que al estímulo que causa el estrés lo llamo estresor.

Existen varias reacciones que el organismo prepara, ya sea para enfrentarse o huir de la situación, pero en realidad son un mecanismo programado por la naturaleza cuando se enfrenta ante el peligro.

Durante la Primera Guerra Mundial, las crisis emocionales eran vistas desde un punto de vista neurológico; eran atribuidas a conmoción por proyectil, que era un errónea idea, de ya que se creía que la presión producida por los proyectiles que estallaban podía ocasionar daños cerebrales, fue aquí donde surgió un gran interés por el estrés, ya que los soldados se desmoronaban emocionalmente en los combates militares. A esta reacción se le llamaba crisis de combate o neurosis de guerra.

Las autoridades militares se preocuparon por dicho factor, ya que observaban cómo los soldados se desmoralizaban, escondiéndose del enemigo y negándose a disparar su arma. Por lo tanto, muchos de estos hombres tenían que ser cambiados de sus deberes militares debido a los trastornos del estrés. Por consiguiente, los altos mandos querían saber cómo podían tener hombres que fueran resistentes al estrés.

Después de la Segunda Guerra Mundial, se supo que el estrés es un aspecto que se puede aplicar en muchas situaciones de la vida cotidiana. Este fenómeno como causa de angustia y disfunción humana prosperó en la década de los sesenta y los setenta.

Lo que se ha aprendido durante todos estos años es que todos los individuos necesitan de un cierto grado de estrés para activar los esfuerzos y enfrentar a problemas que se presentan cotidianamente, siendo así una respuesta natural que se tiene a las exigencias de la vida.

Cabe mencionar que el estrés es manejado de diferente manera para cada individuo: existen personas que trabajan mejor cuando tienen estrés, otras trabajan peor y existen quienes no demuestran efectos evidentes.

1.2. Tres enfoques teóricos del estrés.

En el siguiente apartado se abordan tres diferentes enfoques teóricos del estrés, que enseguida se mencionan.

Como variable independiente, que es igual a estímulo. En este caso, el estrés es considerado como fenómeno externo al individuo, sin tener en cuenta las percepciones individuales, las experiencias, entre otras, así, el estrés es un agente disruptivo ambiental.

Como variable dependiente, es decir, como respuesta, en el cual el estrés es considerado como la reacción que se manifiesta al enfrentarse al estímulo, ante una situación o momento molesto. La correspondencia que se obtiene puede ser fisiológica, psicológica o conductual.

Como variable interviniente, es decir, de enfoque interactivo, por lo que se manifiesta la importancia del modo en que las personas perciben dichas situaciones, así como el modo al que reaccionen ante ellas, reflejando así la falta de cohesión que se tiene entre el individuo y su entorno, entre antecedentes y estímulos. Es un enfoque de estímulo – respuesta.

Enseguida se explican con mayor detalle estas perspectivas.

1.2.1. Estrés como estímulo.

Hipócrates, en el siglo V a.C., consideraba que el entorno condicionaba las características de salud y enfermedad.

Se sostiene la idea de que la condición ambiental molesta, se integra por las situaciones estresantes que provocan cambios en la persona, sin embargo, el nivel de tensión dependerá de la persona, de la duración y presión que se le aplique, la cual puede ser física o emocional.

De acuerdo con Fisher (citado por Travers y Cooper; 1997) se asume que el estrés es una condición ambiental, mediada por este entorno físico o psicológico.

Se indica que hay estímulos potencialmente estresantes como el ruido, la temperatura, discriminación, pobreza, discapacidad física, inundaciones, entre otras. Por lo tanto, se puede medir la toxicidad de cada estímulo.

La suposición básica es que cada persona posee un nivel de tolerancia al que es susceptible, cuando éste se rebasa, puede traer daños permanentes o temporales.

De acuerdo con Selye (citado por Travers y Cooper; 1997) el concepto estrés no se puede asumir que sea automáticamente negativo, ya que se puede considerar como un estímulo y es un rasgo vital. Estos autores dividen al estrés en positivo, el eustrés, que motiva el crecimiento, el desarrollo y el cambio; y el negativo, el distrés, dañino, incontrolable e indeseable.

También describen cuatro tipos de estrés que el hombre experimenta, los cuales son: exceso de estrés o hiperestrés, defecto de estrés o hipoestrés, estrés negativo o distrés y estrés positivo o eustrés.

1.2.2. Estrés como respuesta.

Este enfoque está basado en la respuesta como una variable dependiente. Es la relación o reacción que se tiene ante un estímulo amenazador o desagradable. Otros sustantivos que se pueden dar al estrés son: tensión, esfuerzo y presión.

Existen tres niveles de respuesta: cognitiva, emocional y conductual, esto a su vez es igual a lo que se piensa, se siente y se actúa, respectivamente. Cuando el estrés rebasa los niveles óptimos, agota la energía psicológica, deteriora el desempeño y deja un sentimiento de inutilidad y subestima.

Selye (citado por Fontana; 1992) denomina a la respuesta que se da ante un cambio ambiental: “síndrome general de adaptación”, la cual se desarrolla en tres fases: de alarma, de resistencia y de agotamiento.

Entre más agotamiento físico se sienta por el estrés, se tiene más agotamiento psicológico y viceversa.

En la fase de agotamiento, el área cognitiva presenta decremento en la atención y concentración, hay aumento de distractibilidad, deterioro de la memoria a corto y largo plazo, velocidad de respuesta impredecible, errores en las tareas, deficiente planeación y organización a largo plazo.

En el área emocional hay aumento de atención psicológica (mucha preocupación que no se resuelve), aumento de la hipocondría, cambios en rasgos de personalidad, se agudizan deficiencias personales que ya se tenían, debilitamiento de restricciones morales, pérdida de autoestima y aparecen la depresión e impotencia.

El estrés como respuesta en el área conductual, provoca problemas del habla, no se realizan tareas que antes gustaban, hay ausentismo, tareas obligatorias, consumo de drogas, bajo nivel de energía, pérdida de sueño, conductas cínicas, rechazo de nueva información, irresponsabilidad, no se resuelven problemas a fondo y existe amenazas de suicidio.

1.2.3. Estrés como relación persona-entorno (enfoque interaccionista).

Este enfoque señala que el entorno por sí mismo no es estresante, sino que es la interacción de la persona con los acontecimientos lo que puede dar lugar a una experiencia estresante. Para poder controlar esta condición, la persona debe intentar alterar su entorno o aprender cómo actuar frente a situaciones concretas.

El estrés tiene lugar cuando la persona interpreta que los estímulos estresantes superan la capacidad que se piensa que posee para resistirlos. Cuando las personas exceden las cargas del entorno, se experimenta aburrimiento, el cual es nocivo; en algunos momentos, la capacidad de afrontamiento de la persona está debilitada.

Los aspectos fundamentales del estrés como interacción, según Travers y Cooper (1997), son:

1. Valoración cognitiva de la situación: neutra (irrelevante), negativa (amenaza o daño) o positiva (beneficios), es decir, estrés.
2. Experiencia o familiaridad en la situación.
3. Exigencia de la situación y capacidad de respuesta propia que percibe el sujeto.
4. Influencia interpersonal.
5. Un estado de desequilibrio.

Así pues, se puede expresar que en el estrés se produce debido a la interacción entre la persona y su entorno.

1.2.4. Definición integradora del estrés.

El estrés, en resumidas cuentas, “es una respuesta adaptativa mediada por características individuales y/o procesos psicológicos, la cual es al mismo tiempo consecuencia de una acción, situación o evento externo que plantea a la persona especiales demandas físicas o psicológicas” (Ivancevich y Matteson; 1985: 23).

De acuerdo con Lazarus y Lazarus, (2002), el estrés es la existencia o percepción de una demanda, como amenaza, pérdida o daño, donde el sujeto no dispone de recursos suficientes, se tiene la presencia de emociones negativas y existe el peligro de inadaptación o desajuste psicológico.

1.3. Agentes estresores.

Para el cuerpo de las personas, el estrés es sinónimo de cambio, ya que al modificar la rutina cotidiana se produce estrés. Aunque estos factores sean imaginarios son también estresores, ya que corresponden a lo que se denomina preocupaciones.

Así pues, no importa si el cambio que se realiza sea provechoso o dañino, negativo o positivo, real o imaginario, causa estrés.

Para Lazarus y Folkman (citados por Palmero y cols.; 2002) el estrés es una reacción particular entre la persona y el entorno, que es evaluado por ésta como amenazante o desbordante de sus recursos, y que pone en peligro su bienestar.

Dichas características del entorno o estímulos generadores del estrés, son considerados como acontecimientos con los que se encuentra la persona.

Durante el estudio del estrés, se han analizado los cambios que se producen en la vida de la persona, los cuales actúan como estresores tanto negativos como positivos, esto depende de la forma en que son percibidos por la persona.

Así pues, Lazarus y Cohen (citados por Palmero y cols.; 2002) hablan de tres tipos de acontecimientos estresantes psicosociales, dependiendo de la intensidad que producen en la vida de la persona, los cuales son:

- 1) Cambios mayores o estresores únicos: los cuales son los hechos catastróficos o dramáticos que cambian las condiciones en el entorno de vida de la persona y que siempre afectan a un gran número de ellas.

- 2) Cambios menores o estresores múltiples: afectan a una persona o a un pequeño grupo, tales cambios son significativos y con transcendencia vital para el individuo.

3) Los estresores cotidianos o microestresores: son las acumulaciones de molestias, imprevistos y alteraciones en las rutinas cotidianas.

A estos tres tipos de estresores se puede añadir otro tipo de elementos estresantes, los cuales son biogénicos, éstos alteran directamente el proceso de activación fisiológica, sin la intervención de los procesos psicológicos.

1.3.1. Estresores psicosociales: cambios mayores, menores y cotidianos.

Los cambios mayores son cambios drásticos que se sufre en la vida de las personas, algunos de éstos pueden ser: participación en guerras, ser víctima de violencia, cambios importantes de salud, migración y catástrofes de origen natural, enfermedades terminales, entre otros

También pueden ser cambios prolongados como el encarcelamiento, o que pueden suceder de forma rápida como los temblores o huracanes, éstos no afectan la capacidad perturbadora, en cambio, lo que tienen en común todos, es el efecto traumático, ya que las consecuencias se mantienen en el tiempo de forma prolongada.

En segundo lugar, se tiene a los acontecimientos vitales, que son las ambientes que se encuentran fuera de control del individuo, los cuales tienen una trascendencia vital y por lo tanto, son altamente significativos, como la muerte de un ser querido,

amenaza de muerte, pérdida del trabajo, divorcio, tener un hijo o someterse a un examen importante.

En el caso de estos cambios, son más específicos. Las principales fuentes que desencadenan el estrés corresponden en los cambios en:

- La vida conyugal.
- La paternidad.
- Las relaciones interpersonales.
- El ámbito laboral.
- Las situaciones sentimentales.
- El ámbito económico.
- Las cuestiones legales.
- El propio desarrollo biológico.
- Las enfermedades somáticas o lesiones.

Los estresores cotidianos o microestresores, son acontecimientos de poca relevancia, pero de gran frecuencia, que irritan o trastornan a la persona en un momento determinado. Por otro lado, las características que distinguen a los cambios cotidianos radican en que tienen un cambio o novedad en la situación ambiental.

En ellos puede existir una gran variedad de consecuencias, como son: falta de información para tomar decisiones, un estado de incertidumbre, ambigüedad de la

situación, o de lo contrario una sobrecarga de información, puede existir ausencia o disminución de habilidades o un repertorio de comportamiento para afrontar dicho factor, en algunos casos puede existir un alteración en las condiciones biológicas del organismo por las consecuencia de las drogas o las condiciones ambientales, entre otras.

Estos cambios implican un cambio en la situación ambiental cotidiana de casa o trabajo, o bien una ausencia o disminución de habilidades o conocimientos para afrontar la situación. Como por ejemplo: transito lento, pérdida de llaves o de teléfono, demora en citas o compromisos, desacuerdos con personas estimadas o del trabajo, descompostura de carro e incertidumbre con respecto a la calificación de una asignatura.

La importancia de estos cambios consiste en que modifican los patrones de comportamiento, entre los cuales están los recursos de afrontamiento con los que cuenta la persona.

1.3.2. Los estresores biogénicos.

De acuerdo con Palmero y cols. (2002), este tipo de estresores son los que actúan directamente sobre el organismo, desencadenando la respuesta del estrés.

Por sus propiedades bioquímicas, actúan en los núcleos activadores neurológicos y afectivos de estrés, ignorando el requisito del proceso cognitivo - afectivo. A continuación se dará un ejemplo de este tipo de estresores.

- Cambios hormonales en el organismo: pubertad o ciclo menstrual (presencia de estrógenos y progesterona).
- Ingestión de determinadas sustancias químicas.
- Reacción ante ciertos factores físicos.
- Estrés alérgico.

1.3.3. Estresores en el ámbito académico.

De acuerdo con Barraza (2003; citando a Polo, Hernández y Poza) los estresores académicos pueden incluir exposiciones de trabajos, realizar un examen, la intervención en el aula, ya sea para realizar o contestar una pregunta, participar en exposiciones, sobrecarga académica, competitividad entre compañeros, trabajo en grupos, entre otros escenarios.

Por otro lado, los factores que afectan el estrés según Barraza (2003) son: el exceso de responsabilidad, interrupción del trabajo, ambiente físico desagradable, falta de incentivos, tiempo limitado para hacer trabajos, problemas o conflictos con los compañeros o profesores, las evaluaciones y un determinado trabajo que se pida.

Otro factor que conlleva estrés es cuando el estudiante ingresa a la universidad, ya sea por dejar la casa paterna, tener que viajar muchos kilómetros, hacerse cargo de la economía, compartir vivienda o bien, vivir solo, atender las responsabilidades

académicas, las clases y las relaciones personales. De igual manera, los eventos positivos como enamorarse o preparar un viaje de estudios, aunque son agradables también crean cierta tensión.

El estrés académico es disfuncional cuando no permite al sujeto responder de la manera que quiere y para la cual se ha preparado.

Otro cuadro similar sería cuando se mantiene el estado de alerta por mayor tiempo que el necesario para las exigencias, por lo consiguiente, se desarrollan múltiples sintomatologías como dolores de cabeza, problemas gástricos, alteraciones en la piel o del sueño, inquietud, dificultad para concentrarse, cambios en el humor, entre otros (Pérez, referido por Barraza; 2003).

El rendimiento académico puede verse afectado negativamente debido a que se requiere de un mayor tiempo para aprender, ante las pruebas académicas puede bloquearse independientemente de los conocimientos que se tengan y los esfuerzos que se hagan para tener buenos resultados.

De acuerdo con Hernández, Polo y Poza (1991: s/p) existen 12 tipos de respuestas del estrés académico, las cuales son:

1. “Me preocupo.
2. El corazón me late muy rápido y/o me falta el aire y la respiración es agitada.

3. Realizo movimientos repetitivos con alguna parte de mi cuerpo, me quedo paralizado o mis movimientos son torpes.
4. Siento miedo.
5. Siento molestas en el estómago.
6. Fumo, como o bebo demasiado.
7. Tengo pensamientos o sentimientos negativos.
8. Me tiemblan las manos o las piernas.
9. Me cuesta expresarme verbalmente o a veces tartamudeo.
10. Me siento inseguro de mí mismo.
11. Se me seca la boca y tengo dificultades para tragar.
12. Siento ganas de llorar.”

1.4. Procesos del pensamiento que favorecen el estrés.

Son distorsiones cognitivas, que a pesar de ser irracionales, son creídas por la persona, tienden a ser reiterativas e impiden evaluar adecuadamente los eventos.

Albert Ellis (referido por Powell; 1998: 93-97) menciona algunos conceptos erróneos:

- “Debo tener el amor y la aprobación, de todas las personas de mi comunidad, especialmente de las que son más importantes para mí.
- Debo de ser competente, suficiente y exitoso en todo logro antes de poder pensar en mí mismo como una persona valiosa.
- No tengo control sobre mi propia felicidad, mi felicidad está bajo control de las circunstancias externas.
- Mi experiencia pasada y los eventos en mi vida han determinado mi comportamiento presente. No es posible erradicar la influencia del pasado.
- Existe sólo una solución perfecta para cada uno de mis problemas. Si no lo encuentro, será devastador para mí.
- Las cosas peligrosas o terribles causan una gran preocupación. Debo pensar constantemente en las posibles calamidades y estar preparado para lo peor.
- Debería depender de los demás y debo tener a alguien más fuerte que yo en quien pueda apoyarme.
- Si mi vida no funciona de la manera de la que yo lo había planeado, será realmente terrible; cuando las cosas funcionan mal, es una catástrofe.
- Es más fácil evitar ciertas dificultades y responsabilidades que enfrentarlas.
- Algunas personas son malas, inicuas, infames. Deberían ser acusadas y castigadas.
- Uno debería preocuparse mucho por los problemas a las perturbaciones de los demás”.

Según Ellis (citado por Powell; 1998), estos once conceptos erróneos se encuentran divididos en tres categorías, los cuales son identificados como los tres quejidos, son equivalentes a cinco categorías, las cuales son: el yo, los demás, la vida, el mundo y Dios.

1.5. Los moduladores del estrés.

El individuo usa los recursos personales y sociales para afrontar el estrés, dichas estrategias dependen de la situación y de la forma como los afronta. De tal manera que existe una variedad de elementos que influyen en el estrés, dichos factores son conocidos como moduladores, los cuales determinan, cuál será el proceso del estrés y sus consecuencias. Así pues, existen moduladores de carácter social, como el apoyo que recibe una persona en dificultades, y de carácter personal, como las creencias, las competencias, experiencias y los rasgos de personalidad.

1.5.1. Control percibido.

Como ya es sabido, el estrés depende de la magnitud de la propia fuente y del control que se tenga sobre ésta.

El control percibido puede llegar a tener efectos de gran importancia sobre la conducta; cuando la persona cree tener control en el entorno, aunque no sea real, este pensamiento protege al individuo de los efectos negativos provocados por el estrés.

El control percibido y los efectos que esto conlleva son determinados por la información ya disponible y su procedimiento. Este factor es la creencia general sobre el grado en el que cada persona es capaz de controlar y lograr metas y objetivos deseados, regulando las dificultades que acontecen en el curso de su consecución (Fontaine y cols. citados por Palmero y cols.; 2002).

1.5.2. Apoyo social.

De acuerdo con Cascio y Guillén (2010), el apoyo social es definido como las provisiones instrumentales expresivas, reales o percibidas, que son aportadas por la sociedad, la comunidad y amigos íntimos. El apoyo social es el recurso que se tiene para enfrentarse a las demandas.

Debido a la labor que tiene el apoyo social sobre la salud y el estrés se han planteado dos hipótesis, las cuales no son excluyentes, dichos mecanismos son:

- 1) La hipótesis del efecto indirecto o protector, menciona que cuando la persona está expuesta a estresores sociales, tienden a tener efectos negativos cuando el apoyo social es bajo o no cuentan con él.

- 2) La hipótesis del efecto directo o principal señala que cuando se tiene apoyo social, también fomenta la salud y el bienestar, independientemente del grado de estrés. Esto es: a mayor nivel de estrés, menor malestar psicológico; a menor nivel de estrés, mayor malestar psicológico.

Las siguientes son algunas deducciones a partir de los planteamientos anteriores:

- a) Los estresores sociales sólo tienen efectos negativos en las personas que tienen poco apoyo social.
- b) Sin estresores, el apoyo social no mejora el bienestar.
- c) El apoyo social protege a las personas de los efectos negativos del estrés.

El apoyo social puede disminuir la percepción de amenaza, redefine la propia capacidad de respuesta y evita así la presencia del estrés.

1.5.3. Tipo de personalidad: A/B.

El tipo de personalidad en relación con el estrés se caracteriza mediante el empleo de técnicas de gran escala (cuantitativas) y entrevistas personales o profundas.

Después de un estudio realizado en la década de los cincuentas y con base en las respuestas conductuales a los estímulos del medio ambiente, se encuentran al menos dos tipos de personalidad, según Travers y cppoer (1997):

1) Los sujetos de personalidad A, quienes presentan las siguientes particularidades:

- Muestran imposibilidad.
- Poseen orientación competitiva.
- Son impacientes con los demás.
- Pocas veces acuden al médico.
- No disponen de tiempo para hacer ejercicio.
- No sienten interés por los eventos sociales o de convivencia.

2) Los individuos de personalidad B, en cambio:

- Reaccionan de manera pausada.
- Dedicar tiempo al ocio recreativo.
- Son pacientes y escuchan a los demás.
- Les agrada dar y recibir afecto de los demás.
- Gustan de la convivencia social.

En el mismo sentido, las personas de tipo A se identifican por las siguientes características:

- Apresuran la velocidad con la que se expresan otros.
- Dicen las últimas palabras de la frase con mayor velocidad que las primeras.

- Se mueven, comen y caminan rápidamente.
- Efectúan dos actividades a la vez.
- Hacen girar la conversación en torno a ellos.
- Se sienten culpables cuando intentan relajarse.
- No se percatan de las situaciones interesantes o agradables que ocurren durante el día.
- Tienen un sentido único de urgencia de tiempo.
- No se sienten atraídos por personas de su mismo tipo.
- Son enemigos del ocio.

Otros rasgos de personalidad de los individuos con personalidad tipo A, se orientan a: una alta competitividad, son perfeccionistas, impacientes, hostiles y administran su tiempo (Travers y Cooper; 1997).

El enojo, en este orden de ideas, puede ser definido como la creencia que se tiene de haber sido indignamente ofendido, lo que produce en un gran sentimiento de dolor, así como un deseo o impulso de venganza.

La relación enojo- hostilidad- agresión se define de la manera siguiente:

1. El enojo constituye el componente emocional de complejo EHA, varía en cuanto a intensidad, desde la irritación o el enfado, hasta la rabia o la furia.

2. La hostilidad se refiere a la creencia con matiz negativo y de destrucción que guía el comportamiento de la persona. Implica en deseo de oponer e incluso de causar daño a las demás.
3. La agresión representa las acciones de ataque, destrucción y daño. En la conducta manifiesta, el enojo puede ser físico o verbal.

El enojo puede ser manejado de diversas maneras, según la reacción de la persona, no tanto del sentimiento en sí.

- Enojo guardado en uno mismo, “aléjate de la situación provocadora”, inhibición de la agresión.
- Enojo dirigido hacia la persona que ha ofendido, “protéstale directamente a él”, manifiesto de la agresión.
- Enojo reflexivo, “habla con la persona que le ha ofendido después de que se haya calmado”, enfrentamiento cuidadoso con la fuente provocada.

1.5.3.1 Personalidad tipo A y problemas cardiacos.

Las personas tipo A son más irascibles, por lo tanto, tienden a tener problemas cardiacos.

En San Francisco, California, en la década de los 50's, Friedman y Roseman identificaron una clase de paciente que denominaron tipo A.

Las personas de esta naturaleza tienden tanto a padecer problemas cardiacos como a morir antes que las personas que no la poseen de manera enfática. La personalidad de tipo A desencadena con mucha mayor frecuencia enfermedades cardiacas. Estos casos muestran un trastorno coronario seis veces superior que el resto de las personas.

1.6. Efectos negativos del estrés.

Algunos efectos negativos del estrés, suelen ser las enfermedades que pueden aparecer o se puede tener. Algunas de dichas enfermedades son:

- Hipertensión: una de las respuestas que se tiene cuando se genera estrés es que las paredes arteriales se comprimen, aumentando así la presión. Si el estrés se presenta frecuentemente, la presión puede permanecer en niveles altos.
- Diabetes: deficiencia de insulina, su consecuencia es no poder absorber la suficiente azúcar en la sangre; el estrés incrementa el nivel de dicha sustancia, cuando esta condición persiste, el páncreas puede debilitarse, lo que genera una deficiencia permanente de insulina.

- Úlceras: su causa es la variación de niveles de cortisona, ésta aumenta durante los periodos de estrés, lo que conforma el ambiente gástrico propicio para dichas lesiones.
- Migraña: son el resultado de la tensión muscular, que aumenta cuando el sujeto se expone a los estresores durante periodos sostenidos.
- Cáncer: el estrés trae como consecuencia pequeñas alteraciones bioquímicas en el sistema inmunológico. Tales cambios permiten que pequeñas cantidades de células mutantes se puedan reproducir, de modo que a su vez se convierten en tumores malignos.

En este capítulo se abordaron los factores más relevantes del estrés. Respecto a ello y para concluir, se puede decir que el estrés es un síntoma antiguo que mientras transcurren los años, va tomando más preeminencia. De igual manera, se sabe que algunas personas pueden trabajar exitosamente bajo estrés, pero otras se pueden bloquear ante éste.

En el siguiente capítulo se hablará sobre el rendimiento académico y los factores que giran en torno a este fenómeno.

CAPÍTULO 2

RENDIMIENTO ACADÉMICO

En el presente capítulo teórico se abordará la variable dependiente, que es el rendimiento académico. Entre los elementos a desarrollar, se dará su definición; también se hablará sobre la calificación, ya que es un indicador para poder medir el rendimiento académico; posteriormente se mencionarán los factores que influyen en dicha variable.

2.1. Concepto de rendimiento académico.

El rendimiento académico se define como la “medida de las capacidades respondientes o indicativas que manifiestan, en forma estimativa, lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de introducción formación”. (Pizarro, citado por Andrade y cols.; 2001: 9).

En otra definición, se explica como “la expresión de capacidades y de características psicológicas del estudiante, desarrolladas y actualizadas a través del proceso de enseñanza y aprendizaje [...] el cual se sintetiza en un calificativo final” (Chadwick, citado por Reyes; 2008: 12).

La tercera definición señala que “es un proceso multidisciplinario donde intervienen la cualificación y la cuantificación del aprendizaje en el desarrollo cognitivo,

afectivo y actitudinal que demuestre el estudiante en la resolución de problemas asociados al logro de los objetivos programáticos propuestos” (Puche, citado por Sánchez y Pirela; 2003: 11).

Por último, se puede aseverar que el rendimiento académico es “el nivel de conocimientos demostrados en el área o materia comparado con la norma de edad y nivel académico” (Jiménez, citado por Edel; 2003: 2).

Con base en las definiciones anteriores, se puede señalar que el rendimiento académico es el resultado de los conocimientos adquiridos mediante el proceso de enseñanza-aprendizaje.

2.2. La calificación como indicador del rendimiento académico.

A continuación se mencionará el concepto de calificación, su función y algunos parámetros utilizados para su aplicación, así como los problemas a los que se enfrentan los profesores a la hora de asignar dicha medida.

La calificación es un factor donde se mide el rendimiento académico, ya que es asignado por el docente al terminar el ciclo escolar o la asignatura.

De acuerdo con Powell, “las calificaciones representan la evaluación final del maestro, del trabajo realizado del alumno” (1975: 467).

Por otra parte, se encontró que “las calificaciones constituyen el proceso a juzgar el desempeño del estudiante, comparándolo con alguna norma de buen desempeño” (Aisrasian; 2003: 172).

Para que se determine la calificación final, debe considerarse el resultado de la suma de las calificaciones parciales o de las valoraciones del maestro. Dichos índices se pueden basar en una variedad de factores como son: los exámenes, trabajos, reportes, reportes orales, entre otros.

Las calificaciones se basan con frecuencia en juicios subjetivos y no en medidas objetivas, ya que los profesores suelen calificar a los alumnos por su conducta general y por su aprovechamiento. Por consiguiente se puede mencionar que la evaluación es uno de los procesos más importantes dentro del proceso de enseñanza aprendizaje.

El objetivo de la evaluación es valorar el avance y el logro de los conocimientos alcanzados. Existen diversos instrumentos para registrar información que derive en calificaciones, como son:

- Calificación escolar.
- Pruebas objetivas.
- Guiones de observaciones.

La prueba objetiva presenta una serie de ventajas, entre las cuales se puede incluir: que ofrecen resultados que a su vez permiten la comparación, son más confiables y son rápidas de ejecutar. La medición no es una evaluación pero forma parte de ella, Implica medición cuantitativa y cuantitativa de la conducta; permite la formulación de juicios de evaluación basados en la independencia.

Las calificaciones son los resultados y la información descriptiva del desempeño, que se visualiza en números o letras que reflejan la calidad del aprendizaje y del desempeño del alumno. Calificar alude a la asignación de un número o letra mediante el cual se mide o se determina el nivel de aprendizaje alcanzado por el alumno (Zarzar; 2002).

2.2.1. Criterios para asignar la calificación.

De acuerdo con Zarzar (2000), en la didáctica grupal el rendimiento es evaluado mediante calificaciones, que su vez, son asignadas por el docente a los alumnos dependiendo del logro del aprendizaje. Para esto se deben seguir algunos principios o lineamientos, los cuales son:

- La calificación se debe ir constituyendo poco a poco a lo largo del semestre o curso escolar; no depende de un único examen final.
- Calificar por productos o actividades, que evidencien conocimientos por medio de exámenes.

- Todo esfuerzo se califica por medio de tareas o trabajos solicitados por los alumnos y deben tomarse en cuenta para la calificación final.
- Se califica según a magnitud del trabajo solicitado y la calidad del producto presentado, no tanto en función del esfuerzo del alumno.
- Para construir la calificación final se debe combinar procedimientos de diversos tipos como: trabajos, tareas individuales y en equipo, trabajos o actividades realizadas en clases, combinando la autoevaluación del alumno y la del profesor ante ciertos trabajos o productos.

Así pues, se puede decir que cada profesor define los mecanismos y procedimientos que se utilizarán en el curso o ciclo escolar para otorgar al estudiante la calificación.

La calificación “depende de los juicios del profesor, aunque no existen normas generales que ayuden a diseñar un sistema escolar de calificaciones, todos se basan en los juicios del profesor porque él conoce a sus alumnos y sus logros mejor que cualquier otra persona” (Aisrasian; 2003: 179).

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

En la actualidad el docente se enfrenta al problema de la evaluación de contenidos durante el proceso de enseñanza y aprendizaje, ya que es considerado como un proceso difícil, ya que tiene consecuencias importantes para los alumnos.

Aisrasian (2003) menciona que el proceso de calificar es muy difícil y que se complica porque no existen estrategias universalmente aceptadas para su realización.

Por consiguiente, para poder calificar, el profesor utiliza dos características necesarias con el fin de realizar un juicio certero:

1. Información referente de la persona que será juzgada por calificación de exámenes, informes de libros y evaluaciones sobre su desempeño.
2. Un criterio que permite traducirla en un juicio de calificación sobre el nivel de desempeño, dando un valor al mismo.

De acuerdo con lo anterior, se dice que es muy complejo poder asignar la calificación, ya que esta abarca el verdadero valor de aprendizaje adquirido por el alumno.

Existen dos formas de calificar:

- a) La calificación objetiva, se basa en exámenes de conocimiento y estos son aplicados mediante pruebas, en este caso el alumno aprenderá a memorizar información, ya que así es la mejor manera en la que aprueba este tipo de exámenes.
- b) En la calificación subjetiva, le dan acreditación a factores como la conducta, la responsabilidad y la puntualidad, entre otros.

De acuerdo con Avanzini (1985), las notas no reflejan exclusivamente el valor objetivo del trabajo, sino la subjetividad del profesor, su impulsividad y las variaciones de su humor.

“Uno de los principales errores en que recaen muchos profesores consiste en calificar únicamente en función de la capacidad de retención de información, es decir, del primer nivel de los objetivos informativos de aprendizaje (conocer información); y se olvidan de los otros dos niveles de los objetivos informativos (comprender y manejar esa información), así como de los objetivos de tipo formativo: desarrollo de métodos de investigación y sistemas de trabajo, de lenguajes, de habilidades o capacidades intelectuales, de destrezas físicas o motoras, de hábitos, de actitudes y de valores positivos” (Zarzar; 2000: 37).

Finalmente, no debe olvidarse que la calificación es el proceso que juzgar el desempeño del estudiante comparado con alguna norma predefinida.

2.3. Factores que influyen en el rendimiento académico.

A continuación se mencionarán los factores que intervienen en el rendimiento académico, los cuales se agrupan en tres grandes grupos: los referidos al sujeto en su individualidad, los relativos a la educación formal y los concernientes a los grupos sociales en los que el alumno se desenvuelve. Todos ellos se indican a continuación de manera pormenorizada.

2.3.1. Factores personales.

Se refieren a todos aquellos aspectos que hacen alusión a las características específicas e individuales de cada persona, mismos que pueden favorecer o entorpecer su rendimiento académico; tal es el caso de los aspectos personales, condiciones fisiológicas, capacidad intelectual y los hábitos del estudio, los cuales son aspectos que se desarrollan a continuación.

2.3.1.1. Aspectos personales.

Diversos aspectos personales dependen del rendimiento académico del estudiante, ya que cuando se tiene éxito, se provoca una sensación de orgullo, así aumenta la autoestima y se crean expectativas para el futuro.

Resnick, (citado por Powell; 1975) analizó los resultados de varias investigaciones y encontró que el rendimiento académico influye en los siguientes factores: el desinterés, la pasividad, la oposición escolar del alumno, las coerciones, la autoestima, el tamaño de grupo y las actividades extracurriculares.

“Por lo general, los estudiantes aprovechan nivel superior en las materias que les gustan y a nivel inferior en las que no”. (Powell; 1975: 472). En este sentido, tiene mucho que ver el lugar que ocupa el estudiante en su grupo de amigos y la relación que tenga con ellos, así como la forma de comportarse cuando se encuentra entre iguales.

De igual manera contribuyen al éxito escolar, la mesura y la flexibilidad personal, las preferencias de las materias y las expectativas propias.

2.3.1.2. Condiciones fisiológicas.

Se puede mencionar que cuando una persona tiene desajustes de psicomotricidad, esta circunstancia repercute en el comportamiento y en el aprendizaje; la dislexia y lislalia son algunos ejemplos de este caso.

Cuando una persona tiene algún problema físico o sensorial, como los ciegos, los sordos o los parapléjicos, se tiene que resolver con técnicas pedagógicas especializadas. Otras consideraciones al respecto, son:

- Las enfermedades crónicas perturban el normal desarrollo de las actividades escolares.
- En las etapas del crecimiento suele haber fatiga y por consiguiente, dolor de cabeza.
- Los defectos físicos como la tartamudez y el estrabismo suelen ser sinónimo de burla de los compañeros.
- Los casos que se tienen que manejar con mayor cuidado en clase son los niños semisordos, ya que suelen alterar la información que le da el maestro en la clase y esto a su vez, puede hacer que sean considerados como débiles mentales (Tierno; 1993).

El óptimo estudio de organismo permite una mayor eficiencia en cualquier tipo de actividad, por ello influye en el rendimiento académico.

El estado de salud, la adquisición de expresión el lenguaje hablado y escrito, los desajustes derivados de una disminución física y los de carácter sensorial y fisiológicos, son factores que repercuten en el rendimiento académico.

Otros factores que repercuten directamente en el rendimiento académico son la alimentación (la falta o escasez de un desayuno provoca falta de energía, que deriva en somnolencia y distracción) y el sueño, que conlleva exigencias orgánicas y fisiológicas.

“Un niño subalimentado no puede desarrollar una labor escolar eficiente. A veces el niño va al colegio sin haber desayunado, o con un desayuno muy escaso. Esto provoca una baja de azúcar en la sangre (hipoglucemia) que determina en el niño un estado de somnolencia y desatención general.” (Tierno; 1993: 36)

En el mismo sentido, “en las etapas del crecimiento (alrededor de los siete años y la pubertad) el niño suele causar más intensamente la fatiga, acompañada muchas veces de dolores de cabeza y extremidades.” (Tierno; 1993: 35).

Es importante además “el apropiado funcionamiento de los órganos de los sentidos, en especial el de la vista y el del oído, que son imprescindibles para el trabajo intelectual” (Tierno; 1993: 57).

2.3.1.3. Capacidad intelectual.

Es uno de los factores cuya incidencia parece ser más notoria en el ámbito escolar. A través de la realización de pruebas se podido argumentar que existe una relación considerable entre la inteligencia y el aprovechamiento.

“Existe una correlación positiva, relativamente alta entre la inteligencia y el aprovechamiento [...] en general, los estudiantes brillantes aprovecha un nivel mucho as alto que los estudiantes retardados” (Powell; 1975: 468).

Avanzini (1985: 26) afirma, en el mismo sentido, que “la insuficiencia de los recursos intelectuales puede ser la verdadera razón de la falta de éxito escolar”.

No solamente los deficientes mentales, sino también los superdotados pueden caer en la inadaptación escolar y, por ende, al fracaso escolar. Cabe mencionar que cuando una persona no se encuentra con el coeficiente intelectual normal es más fácil que deserte la escuela.

Entre los recursos intelectuales que favorecen el rendimiento académico, están la rapidez y la seguridad de la institución, una actitud práctica y reflexiva, facilidad en la expresión verbal y la capacidad para organizar.

2.3.1.4. Hábitos de estudio.

Los hábitos de estudio constituyen un paso esencial para que se desarrolle la capacidad de aprendizaje y así garantizar el éxito escolar.

Según Secadas (citado por Sánchez de Tagle y cols.; 2008: 3) existen cuatro aspectos que caracterizan la adquisición de los hábitos de estudio, los cuales son:

1. “Es un proceso informativo y formativo por su contenido, ya que al ser asimilado, forma parte del entendimiento.
2. Requiere de actividades eficaces como repasar, controlar el rendimiento y elaborar una crítica constructiva.
3. Requiere de circunstancias y condiciones externas que lo favorezcan como tener un horario y una secuencia ordenada de movimientos que acompañen a la acción.
4. Es condicionado de carácter automático y ordinario”.

Por otro lado, también se sabe que los hábitos de estudio influyen en el rendimiento académico y son factores que pueden llevar al fracaso o al éxito escolar.

De acuerdo con Powell (1975,) los hábitos de estudio de los alumnos, generan y desarrollan efectividad y habilidad para expresarse, de modo que facilitan el contenido del curso durante el trabajo escolar y permiten lograr un provechoso rendimiento académico.

Para que se posea el hábito del estudio se necesita repetirlo constantemente, cuando se inicia su adquisición, se deben respetar los siguientes pasos:

- Hacerlo siempre en el mismo lugar.
- Tener todo el material de trabajo a la alcance de la mano.
- Planificar o estimar de antemano el tiempo que se asignará a cada tarea.
- Hacerlo siempre a la misma hora.

Un alumno debe contar con herramientas que le permitan obtener provecho de su motivación y deberá aprender paulatinamente a trabajar por sí mismo. Los hábitos de estudio deberán desempeñar un poder cada vez más fuerte, de lo contrario, el estudiante mismo lo reprochará con el tiempo.

2.3.2. Factores pedagógicos.

A continuación se analizarán los aspectos pedagógicos que influyen en el rendimiento académico, tales como: la organización institucional, la didáctica y la actitud del profesor.

Cabe mencionar que dichos factores se relacionan con el proceso de enseñanza aprendizaje.

2.3.2.1. Organización institucional.

Powell (1975) menciona que los programas de estudio están hechos solamente para estudiantes que pretenden seguir con sus estudios, éstos no son los más adecuados por ser muy subjetivos, en consecuencia, esto genera un bajo rendimiento escolar de los alumnos; por eso, los programas deben ser tanto subjetivos como objetivos, todo con la finalidad que desarrollen las necesidades básicas como esenciales.

Los programas son directrices del proceso educativo y sus planeación debe ser de la forma más cuidadosa. Es importante considerar aspectos como:

- Una exigencia estricta.
- Seguimiento respecto a los planes de centro educativo.
- Un sistema de evaluación de la eficacia de los centros educativos y de la efectividad de cada profesor
- En la planeación, respetar las respectivas especialidades de los profesores en relación con sus enseñanzas.

Según Avanzini (1985), los programas están elaborados conforme a una progresión lógica y no en razón de la percepción intelectual.

“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 desfavorable” (Levinger, citado por Edel; 2003: 2).

2.3.2.2. La didáctica.

De acuerdo con Avanzini (1985), existen formas de enseñanza que pueden crear a alumno pasivo o activo, lo que a su vez ocasiona una calificación alta o baja. La forma de enseñanza que emplee el maestro y los conocimientos que proporciona a los alumnos, harán que sea más fácil o difícil de adquirir.

El tipo de metodología determina en gran parte el tipo de aprendizaje del alumno. Existe una influencia positiva del tiempo aprovechable, la asignación de tareas y las llamadas escuelas activas, hacia el rendimiento académico

Levinger (citado por Edel; 2003), menciona que la escuela brinda al estudiante la oportunidad de adquirir técnicas, conocimientos actitudes y hábitos que ayuden a desarrollar al máximo sus capacidades.

2.3.2.3. Actitud del profesor.

El profesor cuenta con un papel importante en el proceso de enseñanza – aprendizaje del alumno y en su rendimiento académico, ya que depende de la forma

de dar la clase para crear los conocimientos. Este agente se constituye como un “mediador entre la cultura y el alumno” (Avanzini; 1985: 98).

De acuerdo con Alves (1990) los aspectos del docente que más influyen en el trabajo del rendimiento académico, son los siguientes:

- El descuido de la planeación de su clase y trabajos escolares, así como una rutina de improvisaciones estériles que no moldean la inteligencia del alumno ni contribuyen a desarrollar normalmente su personalidad.
- Ignorar y negarse a aplicar los incentivos y procedimientos motivacionales más adecuados que recomienda la didáctica moderna
- No ejercer la debida dirección en el manejo de la clase y el control de la disciplina.
- Aplicar un método rutinario e ineficaz con procedimientos indicados.
- Exagerar en la insistencia de las aplicaciones teóricas y descuidar los trabajos y ejercicios escolares de los alumnos, necesarios para integrar lo aprendido.
- No orientar bien a los alumnos en el estudio de la materia y preparación para los exámenes.
- No ser hábil en cuanto a formular preguntas y calcular la dificultad y extensión de la prueba.
- Juzgar con arbitrariedad y rigor excesivo las pruebas de los exámenes.

De acuerdo con Avanzini (1985) el papel del maestro es la trasmisión de cultura. Ante ello, se asume que posee un buen nivel de conocimientos, prevé y organiza el ritmo de distribución de la información escolar, es el que interviene en la marcha y suscita el deseo de identificación.

Existen diferentes actitudes del profesor, que pueden intervenir en el rendimiento académico, como son:

El maestro gracioso, el que hiera, el orgulloso que humilla, el autoritario e impulsivo que atemoriza a los alumnos, el agresivo, el que ataca, el que provoca la agresión, el amargado, el que desquita sus faltas con el alumno, el intolerante, el indiscreto, entre otros

Con base en lo anterior, se puede mencionar que el maestro debe planear los objetivos de su trabajo para que los alumnos satisfagan sus necesidades educativas.

2.3.3. Factores sociales.

A continuación se describen los factores sociales, ya que también influyen en el rendimiento académico. Principalmente dependen de las condiciones familiares, los amigos y el ambiente.

2.3.3.1. Condiciones de la familia.

Avanzini (1985) señala que la familia puede ser la responsable del fracaso de los hijos, ya que provoca ciertas actitudes como reacciones escandalizadas y agresivas, reacciones de tristeza y amargura, todo esto para favorecer el éxito escolar.

La actitud que toman los padres hacia los hijos en las notas de la escuela, y llegan a tener un fracaso, es de ofensa, de modo que con frecuencia le repiten la situación cometida.

Según Avanzini (1985), existen algunas actitudes donde la familia puede influir en el rendimiento de los hijos, como las siguientes:

- La escolaridad obligada de los padres hacia los hijos, mandándolos a estudiar sin motivación.
- El desinterés de los padres que tienen hacia los hijos, cuando no valoran los resultados obtenidos en el ámbito escolar.
- El sentimiento que tiene el niño, cuando los resultados son del agrado del padre o que corresponden a lo que él espera.
- La toma del tiempo libre en el transcurso del ciclo escolar, haciendo que el niño se retrase en la escuela.
- El nivel sociocultural de la familia.

Cabe mencionar que este último factor es muy importante, ya que depende de los padres estimular al niño intelectualmente, teniendo el deseo de asimilar los conocimientos que se le enseñan, para crear el interés por aprender y generar el éxito escolar.

La forma de hablar es un reflejo para el hijo, cuando ésta llega a ser pobre, los términos empleados son pocos apropiados, el menor adopta una forma de hablar con escaso vocabulario.

“La riqueza del contexto del estudiante (medida como nivel socioeconómico) tiene efectos positivos sobre el rendimiento académico del mismo (...) La riqueza sociocultural del contexto (...) incide positivamente sobre el desempeño escolar de los estudiantes” (Piñeros y Rodríguez, citados por Edel; 2003: 2).

La formación intelectual de los padres también influye favorable o desfavorablemente en el proceso de enseñanza aprendizaje. Por otro lado, cuando los padres tienden a ser muy estrictos o abusivos, hacen que los alumnos aprendan, pero no por sí mismos.

Así pues, se puede decir que si el nivel cultural de los padres es alto, la contribución escolar será una continuidad familiar, en el caso contrario, no existe continuidad y la educación escolarizada parecerá irreal.

2.3.3.2 Los amigos y el ambiente.

De acuerdo con Alañon (citado por Sánchez de Tagle y cols.; 2008), existen diversos factores que contribuyen al fracaso o al éxito escolar:

- 1) Las condiciones ambientales del estudio: el estudiante necesita de ciertas modificaciones en la actitud y que sean convenientes para tener éxito escolar. Entre ellas están las condiciones ambientales apropiadas, donde no existan distracciones, que el lugar sea cómodo, íntimo y con el apoyo y comprensión por parte de la familia.
- 2) En cuanto a la escuela, se necesita que el alumno esté atento, preguntar en caso de no entender algo, y tomar apuntes.
- 3) La planificación de estudios, teniendo en cuenta que se debe contar con horarios programados, los cuales deben contar con descansos y con repasos.

Cabe mencionar que no todos aprenden de la misma forma ni a la misma velocidad, lo importante es que el alumno seleccione el entorno apropiado y haga lo que más le guste.

En cuanto a los amigos, se puede decir que juegan un papel muy importante en las relaciones sociales, el autoconcepto, la autoestima, y el rendimiento académico y laboral.

A lo largo de la vida el sujeto va tomando sus propias características, como su personalidad, sus procesos psíquicos y cognitivos. Durante este desarrollo juegan un papel importante las relaciones sociales.

Mientras transcurre el tiempo, las relaciones de compañeros van creando un vínculo importante, creando intensidad y estabilidad, este grupo de iguales se convierte en el contexto de socialización más influyente. Existe una relación entre el funcionamiento escolar y la amistad, el rendimiento académico depende del tipo de conducta que tenga su grupo de iguales.

Este grupo de iguales puede influir positiva o negativamente, en la primera vertiente influyen en la adquisición de metas y en la conducta orientada hacia el rendimiento; en cuanto a la influencia negativa, sería que violan las normas sociales y abandonan con mayor facilidad la escuela, de modo que se resisten a participar en situaciones escolares.

Habiendo revisado ya el aspecto del rendimiento académico y los factores que influyen en él, se da por terminado el presente capítulo, y con él, los aspectos teóricos de la presente investigación.

CAPÍTULO 3

METODOLOGÍA, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

En el presente capítulo se describirá la metodología utilizada en la investigación, por lo cual se dividió en dos partes: en la primera se hará una descripción detallada de las características metodológicas del estudio, se expondrá el enfoque de la investigación, el tipo de investigación, así como el tipo de estudio y el alcance del mismo, posteriormente se describirá la relación de los actos y el muestreo efectuado en la población elegida.

En un segundo momento se expondrá el análisis y la interpretación de las mediciones obtenidas de las variables abordadas, que serán interpretadas desde la teoría expuesta en los dos capítulos anteriores del presente reporte de investigación.

3.1. Descripción metodológica.

En el siguiente apartado se expondrá la descripción metodológica, con la finalidad de explicar detalladamente el camino y las técnicas que se emplearon para realizar la recopilación de datos de la investigación y posteriormente efectuar el análisis de los resultados.

3.1.1. Enfoque cuantitativo.

La presente investigación fue desarrollada bajo el enfoque cuantitativo. Hernández y cols. (2010) mencionan que en esta orientación metodológica, se tienen las siguientes características:

1. El investigador ejecuta los siguientes pasos:

- Plantea un problema de estudio delimitado y concreto, y sus preguntas de investigación son específicas.
- Una vez planteadas las preguntas de estudio, revisa lo investigado.
- Se construye un marco teórico sobre la literatura.
- Se derivan las hipótesis de la literatura.
- Somete a prueba las hipótesis mediante el empleo de los diseños de investigación apropiados.
- Para obtener los resultados, el investigador recolecta los datos numéricamente de los objetos, fenómenos o participantes que estudia o analiza mediante procedimientos estadísticos.

2. Las hipótesis se generan antes de recolectar y analizar los datos, son establecidas previamente.

3. La recolección de datos se fundamenta en medir variables o conceptos contenidos en la hipótesis, realizando procedimientos estandarizados y aceptados científicamente.
4. Los datos productos de la medición son representados mediante números (cantidades) analizándose por medio de métodos estadísticos. Dichas mediciones se transforman en valores numéricos (datos cuantificables).
5. Los análisis cuantitativos se efectúan a la luz de las predicciones iniciales (hipótesis) y de estudios previos (teoría). Dicha interpretación constituye una explicación de cómo los resultados encajan en el conocimiento ya existente.
6. Debe ser lo más objetiva posible, los fenómenos observados o medidos no deben ser afectados por las opiniones del investigador.
7. Al final se procura explicar y predecir los fenómenos investigados, buscando regularidades y relaciones causales entre elementos, para así, construir y demostrar la teoría (que explique y prediga).
8. Se sigue rigurosamente el proceso y con reglas lógicas, se poseen los estándares de validez y confiabilidad y las conclusiones derivadas contribuirán a la generación de conocimientos.

9. La búsqueda cuantitativa ocurre en la realidad extrema al individuo.

3.1.2 Investigación no experimental.

Una delineación no experimental se define como “la investigación que se realiza sin manipular deliberadamente variables y en los que solo se observan los fenómenos en su ambiente natural para después analizarlos” (Hernández y cols.; 2010: 149).

Según Hernández y cols. (2010), en la investigación no experimental no se genera ninguna situación, ya que solamente observan situaciones ya existentes, las variables independientes ya ocurrieron y no se pueden manipular, por lo tanto, no se puede influir sobre dichas variables.

En este tipo de investigación no hay manipulación intencional, ni asignada a al azar. Los sujetos ya pertenecen a un grupo o un a un nivel determinado de la variable independiente, por autoselección.

En la investigación no experimental, “las inferencias sobre las relaciones entre variables se realizan sin intervención o influencia directa y dichas relaciones se observan tal y como se han dado en su contexto natural” (Hernández y cols.; 2010: 150).

La presente investigación es no experimental, ya que los sujetos que se estudiaron ya pertenecían a un determinado grupo.

3.1.3 Estudio transversal.

Los diseños de investigación transeccional o transversal tienen como función “recolectar datos en un determinado momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado” (Hernández y cols.; 2010: 151).

El diseño transeccional o transversal se divide en tres subtipos, los cuales son: exploratorios, descriptivos y correlacionales-causales.

3.1.4 Alcance correlacional.

“El estudio correlacional asocia variables mediante un patrón predecible para un grupo o población” (Hernández y cols.; 2010: 81). El propósito que tiene este alcance es conocer la finalidad que existe entre dos o más conceptos, categorías o variables en un contexto particular.

Existen tres tipos de correlaciones: la positiva, la negativa y la nula (ausencia de correlación).

La correlación positiva se identifica cuando el individuo obtiene altos valores en una variable y en la otra también; o cuando una variable baja, la otra hace lo mismo. La correlación negativa es cuando una variable presenta valores altos y la otra, bajos.

Y la correlación nula o ausencia de correlación, es cuando una variable aunque aumente o disminuya, la otra no se afecta.

3.1.5 Técnicas de recolección de datos.

Son las estrategias concretas para recabar la información específica de la investigación. En esta investigación se utilizaron dos técnicas de recolección de datos las cuales son: las técnicas estandarizadas y los datos secundarios.

Las técnicas estandarizadas son los instrumentos ya desarrollados por especialistas de la investigación, que pueden ser utilizadas para la medición de las variables.

Algunas de las ventajas de las técnicas estandarizadas radican en que ya tienen estudios estadísticos que prueban su confiabilidad y validez. Esto es un requisito indispensable para la validación del proceso de investigación (Hernández y cols.; 2010).

Para la medición del rendimiento académico, se empleó la técnica de los datos secundarios, la cual consiste en recopilar evaluaciones y mediciones realizadas por otros especialistas o por otras instituciones. En este caso se utilizaron los registros académicos, los cuales son los puntajes institucionales que registran el rendimiento académico del alumno; generalmente son las calificaciones escolares.

La medición no corresponde al investigador, quien se limita a recuperar la información, por lo que la validez de los datos depende de terceras personas.

Lo valioso de estos registros académicos consiste en que generalmente son los que determinan formalmente al fracaso del estudiante en su proceso de aprendizaje.

El instrumento que se aplicara para determinar el nivel de estrés es conocido como AMAS-C.

El significado de AMAS es: Escala de Ansiedad Manifiesta en Adulto, la C es porque es para estudiantes universitarios, es para saber el tipo de ansiedad que manejan ante los exámenes. Los autores de dicho instrumento son Cecil Reynolds, Bert Richmond y P.A. Lowe (2007).

Cabe mencionar que esta prueba es confiable, ya que se tuvo un coeficiente de .70 mediante los procedimientos de estabilidad temporal y de consistencia interna (alfa Cronbach).

El .70 es considerado como suficiente para la medición de las variables psicológicas.

Para evaluar la validez se utilizaron los procedimientos de validez de contenido, de constructo y predictiva, las cuales dieron resultados satisfactorios respecto a este instrumento.

Este instrumento fue estandarizado originalmente en Estados Unidos, sin embargo, en 2006 se realizó una estandarización en México por parte de la Asociación de Mexicana de Alternativas en Psicología (Amapsi) contratado por la editorial Manual Moderno. Dicha estandarización se llevó a cabo mediante la aplicación de 1466 cuestionarios a tres muestras poblacionales de cinco regiones que fue en que fue dividido el país. Se obtuvieron baremos para obtener los resultados en puntajes “t” y en percentiles.

3.2 Población y muestra.

En este apartado se indican las características de los sujetos de estudio y la manera en que se seleccionaron.

3.2.1 Delimitación y descripción de la población.

Según Selltiz (citado por Hernández y cols.; 2010), la población es un conjunto de todos los casos que concuerdan en una serie de especificaciones.

La población del estudio a la que se realizó dicha investigación es a estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de la Universidad Don Vasco, en el ciclo escolar 2012- 2013.

El total de alumnos en esta escuela es de 295, de género mixto, las edades oscilan entre los 18 y 24 años, aunque puede darse el caso que alguno llegue a tener más edad, la mayoría son de Uruapan y algunos son foráneos.

3.2.2 Proceso de selección de la muestra.

La muestra es en esencia, “un subgrupo de la población, es un subgrupo de elementos que pertenecen a ese conjunto definido en sus características al que llamamos población”. (Hernández y cols.; 2010: 175).

Estos autores mencionan que existen dos tipos de muestras: las no probabilísticas y las probabilísticas. Estas últimas consisten en que todos los elementos que conforman la población tiene la misma posibilidad de ser escogidos; en la clase no probabilística, a diferencia de la otra, no depende de las posibilidades si no de las características de la investigación.

El tipo de muestreo que se utilizó en la presente investigación es el no probabilístico intencional.

Se tomó en cuenta a la población de Psicología de la Universidad Don Vasco, eligiendo como muestra los alumnos de primero y tercer semestre con un total de 96 alumnos, de los cuales en el primer semestre fueron 38 mujeres y 20 hombres, mientras que en el tercer semestre fueron 30 mujeres y 8 hombres.

3.3 Descripción del proceso de investigación.

Para que una investigación sea científica y tenga validez, debe estar sustentada en varios aspectos como los instrumentos utilizados, la metodología y los procesos llevados a cabo para recabar la información. Es por eso que se realizó un proceso detallado para la recolección, estructuración y análisis de la información.

Primero se formuló el tema de investigación, posteriormente se elaboró una introducción tomando en cuenta los resultados obtenidos por las indagaciones ya obtenidas de otros autores, los cuales aportaron investigación sobresaliente y relacionada con el tema a investigar. Después se realizó el planteamiento del problema formulando el objetivo general y los particulares, así pues, se elaboró la hipótesis de trabajo y la nula, especificando también cuales serían las dos variables, tanto la dependiente (rendimiento académico) como la independiente (estrés).

Posteriormente se elaboró una justificación, con la finalidad de recalcar la importancia de realizar la presente investigación.

Se construyó un marco de referencia, describiendo el lugar donde se llevó a cabo la investigación, asimismo, se desarrolló el capítulo 1, correspondiente a la variable independiente y el capítulo 2, referido a variable independiente; ambos fueron desarrollados mediante conceptos y teorías de autores más sobresalientes, para lo cual se llevó a cabo una investigación bibliográfica.

Posteriormente se desarrolló el capítulo 3, en el cual se explicó la metodología, las técnicas de la recolección de datos, los registros académicos, la descripción de la población y el tipo de muestra llevado a cabo. Enseguida se explicó lo concerniente al análisis e interpretación de los resultados, donde se describió la investigación realizada.

En este orden de ideas, se informó sobre la investigación de campo, para cual se visitó la Universidad Don Vasco en la Licenciatura de Psicología, donde se pidió permiso al director y al coordinador de dicha licenciatura, así como a maestros para que los alumnos contestaran el test de CMAS-C.

Dicho test fue aplicado el día 9 de noviembre, por grupos, en el siguiente orden: tercero B, a las 10:10 a.m.; primero A, a las 11:00 a.m.; tercero A, a las 12:10 p.m. y primero B a las 12:30 p.m., con una duración de 15 a 25 minutos. Se dio antes una breve explicación de cómo contestar el test y su finalidad. Cabe mencionar que dicha aplicación fue en horario de clases y con su respectivo maestro.

Durante la aplicación de dicho test algunos alumnos mostraron interés, otros no tanta, la mayoría trabajo en silencio.

El instrumento aplicado se calificó individualmente para obtener los resultados en una hoja de vaciado y así obtener los percentiles de ansiedad total.

Para obtener los resultados del rendimiento a académico, se pidió al coordinador una lista de calificaciones de los dos semestres a analizar, correspondientes al primer y segundo parcial, con esto se obtuvo el promedio de cada alumno.

Los datos fueron vaciados a una hoja electrónica de cálculo del programa Microsoft Excel, que contenía el nombre del alumno, sus calificaciones por materia, su promedio general y los puntajes obtenidos en el test, es decir, los percentiles.

Con todos estos datos se pudo obtener la media, la mediana y la moda, como medidas de tendencia central; y la desviación estándar como medida de dispersión; de forma complementaria, se calcularon como medidas estadísticas de correlación: la "r" de Pearson, la varianza y el consecuente porcentaje de influencia de una variable (estrés) sobre otra (rendimiento académico) en cada grupo. Posteriormente se hizo la interpretación de los resultados obtenidos, lo que permitió verificar el cumplimiento de una de las hipótesis planteadas inicialmente.

Una vez terminado el análisis y la interpretación de los resultados, se elaboraron los anexos y las conclusiones de los resultados obtenidos en la investigación, al final, se presentó la bibliografía consultada durante el desarrollo de la investigación.

3.4. Análisis e interpretación de los resultados.

Una vez presentada la metodología que se siguió en esta investigación, en este apartado se presentarán los resultados obtenidos del estudio.

La estructura de este apartado se presenta en tres categorías de análisis: en la primera, se muestran los resultados de la variable rendimiento académico; en la segunda, se analizan los resultados obtenidos de la variable estrés; finalmente, en la tercera categoría se indican los resultados obtenidos del análisis correlacional entre las dos variables.

3.4.1. El rendimiento académico en los alumnos de la Licenciatura en Psicología.

El concepto de rendimiento académico se define 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.” (Pizarro, referido por Andrade y cols.; 2001: 9).

Se puede decir que el rendimiento académico es el resultado del aprendizaje obtenido y el docente es quien valora el conocimiento logrado por el alumno dentro del ámbito educativo, ya que dicho elemento constituye el logro escolar de la educación.

Se dice que “la calificación se refiere a la asignación de un número (o de una letra) mediante el cual se mide o determina el nivel de aprendizaje alcanzado por un alumno” (Zarzar; 2000: 37).

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

En cuanto al promedio general, se obtuvo una media de 8.3. La media es la suma de un conjunto de datos, dividida entre el número de medidas (Elorza; 2007).

Asimismo, se obtuvo la mediana, que es el valor medio de un conjunto de valores ordenados: el punto abajo y arriba del cuál cae un número igual de medidas (Elorza; 2007). El valor de la mediana fue de 8.5.

La moda es la medida que muestra el dato que más se repite en un conjunto (Elorza; 2007). En este grupo, la moda en el rendimiento académico es de 8.5.

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

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

De acuerdo con los resultados presentados, se puede afirmar que el rendimiento académico del grupo de primer semestre es aceptable, puesto que las medidas de tendencia central se encuentran en un punto intermedio entre los niveles altos y los bajos de la escala. Adicionalmente, se observa que las calificaciones de los alumnos no son muy variadas, puesto que la desviación estándar es pequeña, es decir, hay cierta homogeneidad en las calificaciones.

Respecto a los resultados obtenidos en el rendimiento académico de los alumnos de tercer semestre, se encontraron los siguientes resultados:

En cuanto al promedio general, se obtuvo una media de 8.4, el valor de la mediana fue de 8.5, en este grupo no se obtuvo moda, pero si una desviación estándar de 1.0.

Los datos obtenidos en la medición del grupo de tercer semestre, se muestran en el anexo 2.

De acuerdo con los resultados presentados, se puede afirmar que el rendimiento académico en este grupo también es aceptable. Diferencia del anterior, en este grupo se observa una dispersión en los datos ligeramente mayor, puesto que la desviación estándar es de 1.

3.4.2. El nivel de estrés en los alumnos de la Licenciatura en Psicología.

Esta variable se define como “una respuesta adaptativa, mediada por características individuales y/o procesos psicológicos, la cual es al mismo tiempo consecuencia de una acción, situación, evento externo que plantea a la persona especiales demandas físicas o psicológicas” (Ivancevich y Matteson; 1985: 23).

Se considera, de acuerdo con diversos autores, que la ansiedad es uno de los indicadores principales del estrés, por tal motivo, en esta investigación se utilizó la medición realizada de los niveles de ansiedad en los sujetos de estudio, como indicadores de su grado de estrés.

Respecto a los resultados obtenidos en el nivel de estrés en los alumnos del grupo de primer semestre, se encontró una media de 70, una mediana de 76, una moda de 65 y una desviación estándar de 25. Todo esto en medidas normalizadas en percentiles.

Los datos obtenidos en la medición del estrés en los alumnos del primer semestre, se muestran en el anexo 3.

De acuerdo con estos resultados se puede afirmar que el estrés en los alumnos de este grupo se encuentra en nivel ligeramente alto. Es decir, las medias presentadas reflejan niveles generales de estrés más altos que lo normalmente esperado.

Asimismo, se observa cierta dispersión en los datos, puesto que la desviación estándar se encuentra en un porcentaje considerable, de 25.

Respecto a los resultados obtenidos en el nivel de estrés en los alumnos del grupo de tercer semestre se encontró una media de 66, una mediana de 85, una moda de 21 y una desviación estándar de 33.

Los datos obtenidos en la medición del estrés en los alumnos del tercer semestre, se muestran en el anexo 4

De acuerdo con estos resultados, se puede afirmar que el nivel del estrés en los alumnos de este grupo se encuentra en un nivel normal, aunque con tendencia hacia los puntajes altos. Es decir, las medias presentadas reflejan niveles generales normales de estrés.

3.4.3. Influencia del estrés sobre el rendimiento académico.

Diversos autores han afirmado la influencia que tienen el estrés sobre el rendimiento académico.

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 el obtener adecuadas notas.

En la investigación realizada con los alumnos de primer semestre, de acuerdo con las mediciones, se obtuvieron los siguientes resultados:

Entre el nivel de estrés y el promedio general de calificaciones existe un coeficiente de correlación de -0.10 , de acuerdo con la prueba “r” de Pearson.

Lo anterior significa que entre el estrés y el rendimiento académico en el grupo de primer semestre, existe una ausencia de correlación.

Para conocer la influencia que tiene el estrés en el rendimiento académico, se obtuvo la varianza de factores comunes, en la cual, mediante un porcentaje se indica 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 los factores comunes fue de 0.01, lo que significa que el estrés influye en un 2% al rendimiento académico. Cabe señalar que para considerar una correlación significativa, el porcentaje de influencia debe ser al menos del 10 %.

Estos resultados se observan gráficamente en el anexo 5.

De acuerdo con estos resultados, se confirma la hipótesis nula, la cual plantea que el estrés no influye significativamente en el rendimiento académico en los alumnos del primer semestre de Psicología de la Universidad Don Vasco.

En la investigación realizada con los alumnos de tercer semestre, de acuerdo con las mediciones, se obtuvieron los siguientes resultados:

Entre el nivel de estrés y el promedio general de calificaciones existe un coeficiente de correlación de 0.28, de acuerdo con la prueba “r” de Pearson. Lo anterior significa que entre el estrés y el rendimiento académico en el grupo de tercer semestre, existe una correlación positiva débil.

El resultado de la varianza de los factores comunes fue de 0.08, lo que significa que el estrés influye un 8% en el rendimiento académico. Estos resultados se observan gráficamente en el anexo 6.

De acuerdo con estos resultados se confirma la hipótesis nula, la cual plantea que el estrés no influye significativamente en el rendimiento académico en los alumnos del tercer semestre de Psicología de la universidad Don Vasco.

CONCLUSIONES

En el siguiente apartado se dará cierre a la indagación realizada.

Como primer punto, se corroboró la hipótesis nula, ya que el estrés no influye significativamente en el rendimiento académico en los alumnos de Psicología de la Universidad Don Vasco, de Uruapan, Michoacán, dado que en los alumnos de primero se encontró una influencia del 2% y en los alumnos de tercero, el 8%, esto es, en ningún caso llegó al 10%, que es el mínimo necesario para que haya significatividad estadística.

En cuanto al cumplimiento a los objetivos particulares se puede concluir que los referidos a la revisión teórica del fenómeno estrés (objetivos 1, 2 y 3) se cubrieron en el capítulo 1.

Los objetivos particulares 4, 5 y 6, que hacen alusión al concepto del rendimiento académico, se cumplieron al exponer la naturaleza de dicha variable en el capítulo 2.

El objetivo particular 7, en el que se propone la medición del estrés, se cubrió con la administración del test AMAS-C, realizado por Reynolds y cols. (2007) y estandarizada en México por La Asociación de Mexicana de Alternativas en Psicología (Amapsi), a la muestra ya indagada.

El objetivo particular 8 se alcanzó al obtener mediciones de la variable rendimiento académico, las cuales se encontraban asentadas en los archivos de la institución educativa.

El logro de los objetivos antes referidos permitió el alcance del objetivo general, el cual señala que la investigación se propuso determinar la influencia del estrés en el rendimiento académico en los alumnos de primero y tercer semestre de la Escuela de Psicología.

Se corrobora una correlación nula, donde el estrés no influye significativamente en el rendimiento académico en los dos semestres ya mencionados, ya que los resultados obtenidos solo se encontró un 2% en el primer semestre y un 8% en el tercer semestre, por ello, la correlación entre el estrés y el rendimiento académico es no significativa estadísticamente.

De manera adicional, en el presente estudio se puede recalcar que en los sujetos estudiados existe un nivel adecuado del estrés, si bien hay tendencia a niveles altos en algunos casos. Asimismo, en cuanto al rendimiento académico se encontró que se ubican en un nivel aceptable.

Como consecuencia de los resultados obtenidos, se puede proponer a la institución que implemente acciones que le ayuden a prevenir o a afrontar la presencia del estrés bajo rendimiento académico mediante programas disciplinarios que incluyan

la participación de los alumnos, maestros y padres de familia, es decir, que sean acciones incluyentes.

BIBLIOGRAFÍA

- Aisrasian, Peter W. (2003)
La evaluación en el salón de clases.
Editorial McGraw-Hill, México.
- 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.; Lowe, P.A. (2007)
AMAS. Escala de ansiedad manifiesta en adultos
Editorial El Manual Moderno, S. A. de C.V., México.

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

Travers, Cheryl; Cooper, Cary. (1997)
El estrés de los profesores.
Editorial Paidós, España.

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

Zarzar Charur, Carlos. (2000)
La didáctica grupal.
Editorial 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

Bermúdez Quintero, Sol Beatriz; Durán Ortiz, María del Mar; Escobar Alvira, Camila; Morales Acosta, Adriana; Monroy Castaño, Samuel Arturo; Ramírez Álvarez, Alexander; Ramírez Hoyos, Juliana; Trejo Valdés, José Luis; Castaño Castrillón, José Jaime; González Peña, Sandra Patricia. (2006)
“Evaluación de la relación entre el rendimiento académico y el estrés en estudiantes de medicina”.
Universidad de Manizales, Colombia
<http://revistas.unab.edu.co/index.php?journal>

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

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>

Hernández, José Manuel; Polo, Antonia; Poza, Carmen. (1991)
“Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios”
Universidad Autónoma de Madrid.
http://www.unileon.es/estudiantes/atencion_universitario/articulo.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

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

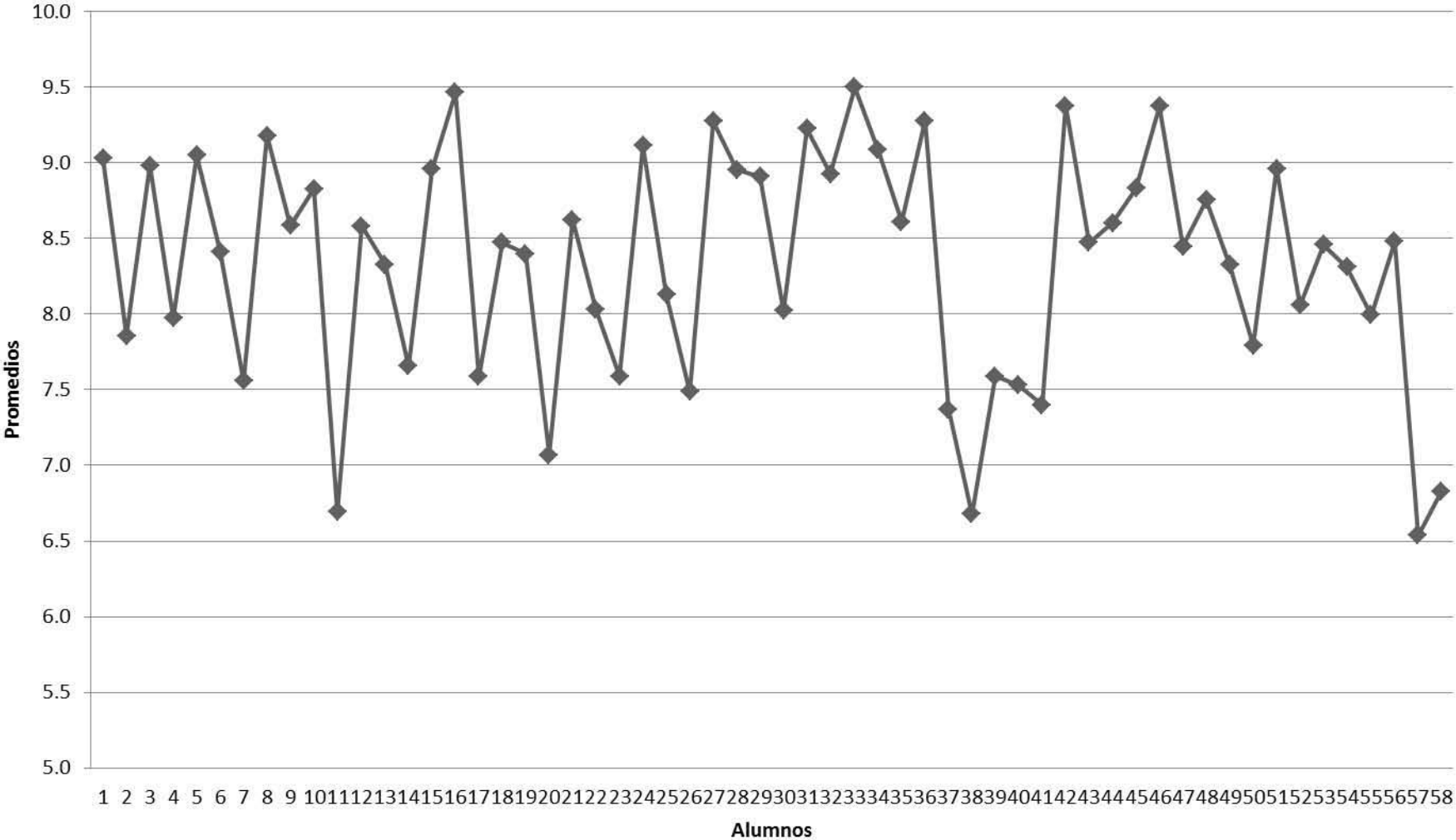
Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Estudios Superiores de Iztacala

Vol. 11 N° 2, Julio de 2008

<http://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/18550>

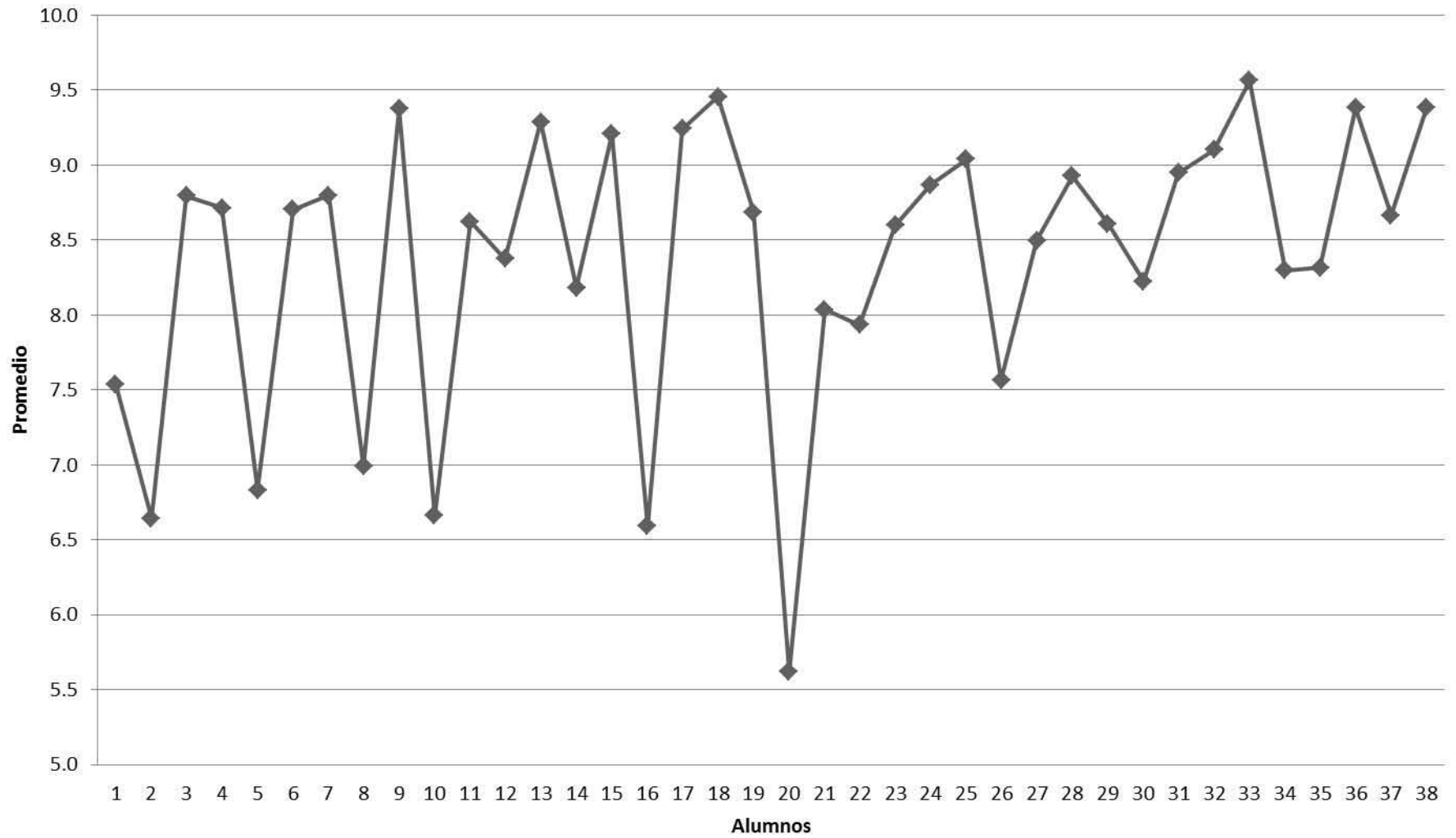
Anexo 1

Promedio de Calificaciones del Primer Semestre

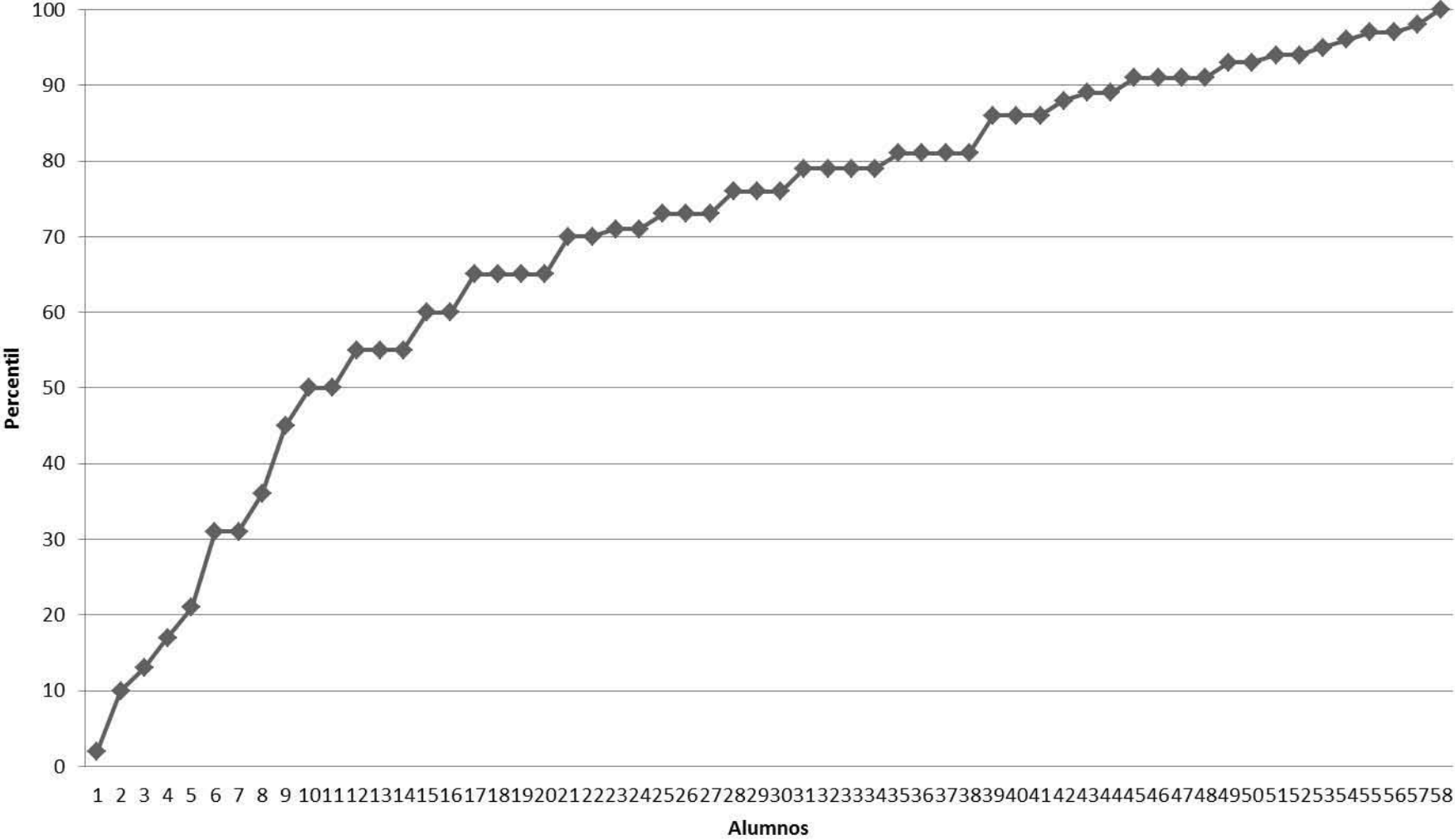


Anexo 2

Promedio de Calificaciones del Tercer Semestre

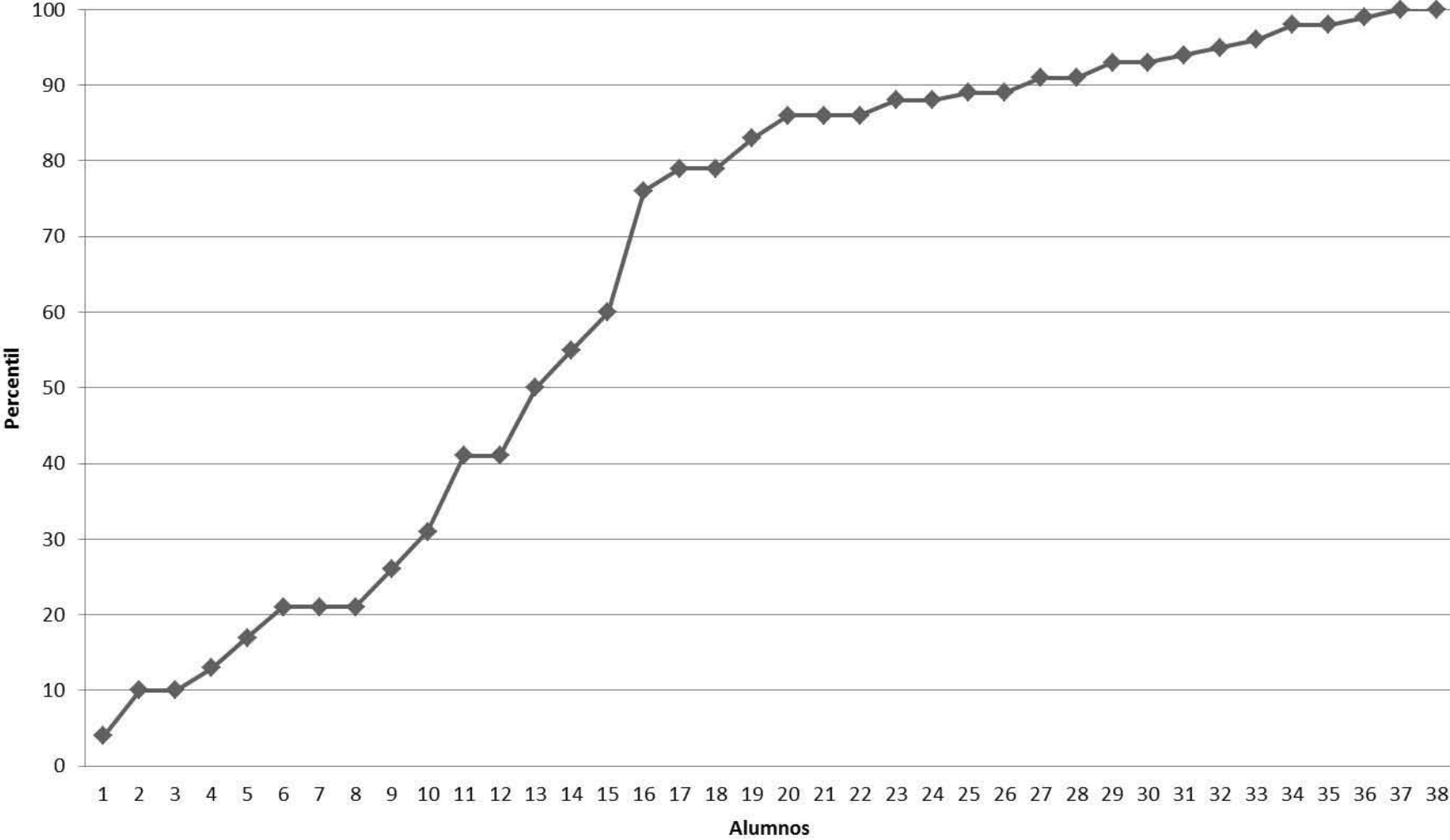


Anexo 3 Nivel de Estrés del Primer Semestre



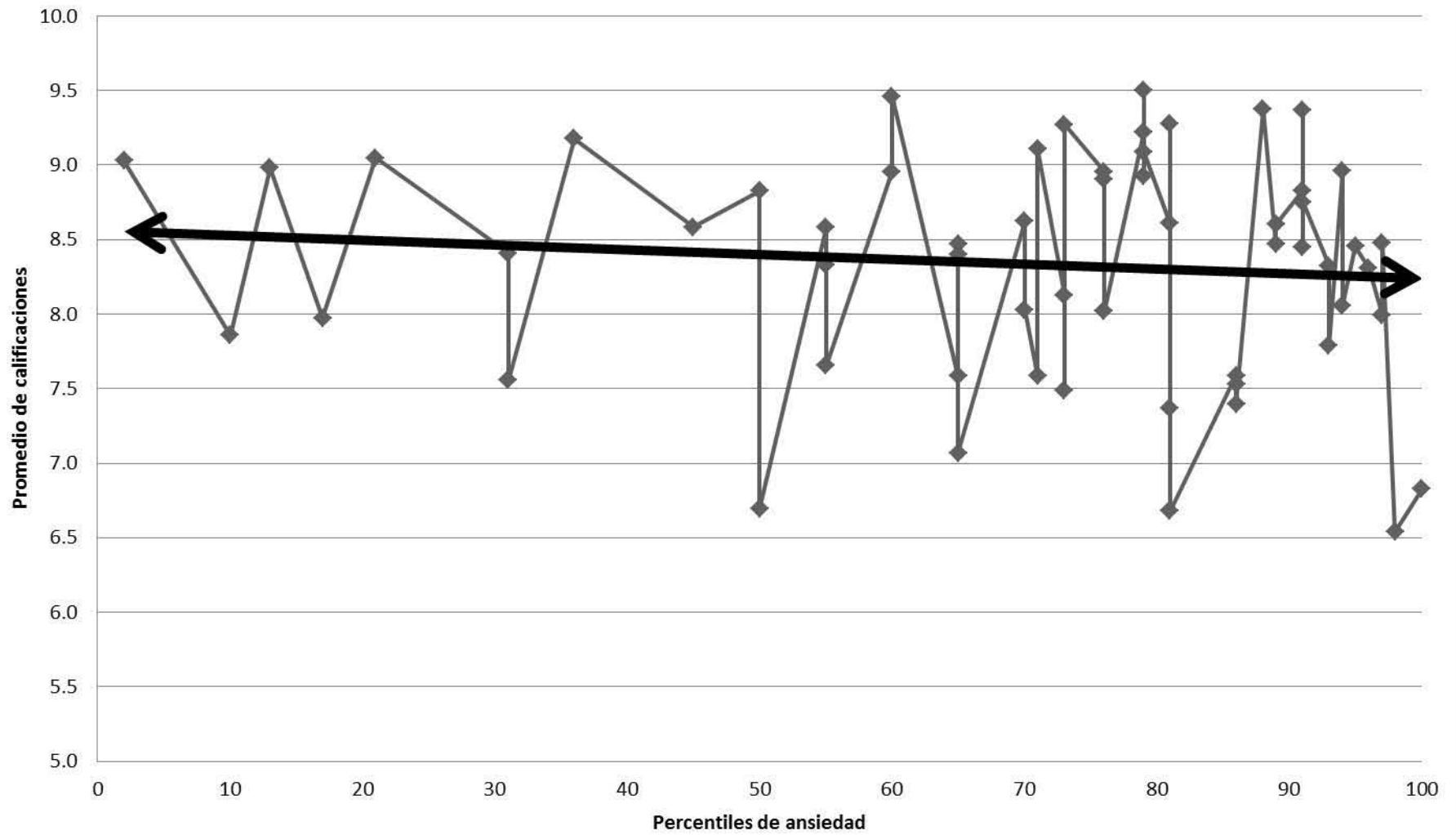
Anexo 4

Nivel de Estrés del Tercer Semestre



Anexo 5

Correlación entre el Nivel de Estrés y el Rendimiento Académico



Anexo 6

Correlación entre el Nivel de Estrés y el Rendimiento Académico

