



UNILA
Universidad Latina

UNIVERSIDAD LATINA

**CAMPUS CUERNAVACA
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA
INCORPORACIÓN A LA UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTONOMA DE MÉXICO CON CLAVE 8344-25**

TESIS

PERCEPCIÓN DE DOCENTES Y ALUMNOS SOBRE EL RENDIMIENTO
ACADÉMICO Y NIVELES DE ESTRÉS QUE PRESENTAN LOS
ESTUDIANTES A TRAVÉS DEL MODELO DE ENSEÑANZA CLASES
VIRTUALES ANTE COVID-19.

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:

FRANCHELLY DAMHAR CARRILLO MARTINEZ

JANETH SALGADO LÓPEZ

DIRECTORA DE TESIS:
MTRA CARMEN DE JESÚS MÁRQUEZ FLORES

COMITÉ RECEPCIONAL:
DRA. OLGA MARIA SALINAS AVILA
MTRA. ROSA MARÍA BAEZ ORTIZ

CUERNAVACA, MORELOS. NOVIEMBRE, 2021.



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

ÍNDICE

AGRADECIMIENTOS	1
DEDICATORIA	2
RESUMEN	3
INTRODUCCIÓN	4
CAPÍTULO I. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	6
1.1 Principales Antecedentes del problema	6
1.2 Justificación de la investigación	13
1.3 Planteamiento del problema	15
1.4 Planteamiento de hipótesis y definición de variables	18
1.5 Objetivos de la investigación.....	20
1.6 Alcances y limitaciones de la investigación.....	21
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO	22
2.1 Rendimiento Académico	22
2.1.1 Definición de Rendimiento Académico.....	22
2.1.2 Factores implicados en el rendimiento académico.....	23
2.1.3 Inteligencia emocional y rendimiento académico	29
2.2. Educación virtual.....	36
2.2.1. Definición de la educación virtual	36
2.2.2. Las tics su rol e importancia en la educación virtual.	38
2.3. Conceptualización de la Adolescencia.....	43
2.3.1 Definición de adolescencia.....	43
2.3.2 Cambios y transformaciones.....	44
2.3.3 Teoría de operaciones formales de Piaget.....	47
2.4. Conceptualización del estrés en el entorno educativo	50

2.4.1 Definición de estrés.....	50
2.4.2. Factores que pueden desencadenar al estrés.	54
2.4.3 Estrés Académico Asociado a la Pandemia por COVID 19	55
CAPÍTULO III. METODOLOGÍA	57
3.1 Tipo de investigación	57
3.2. Muestra de la investigación.....	58
3.3 Técnicas e instrumentos de la investigación.	58
3.4 Procedimientos de la investigación	60
CAPÍTULO IV. ANÁLISIS DE RESULTADOS	61
4.1 Resultados demográficos de la muestra	61
4.2 Resultados del cuestionario	62
4.3. Resultados del Inventario de Estrés SISCO SV	73
DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.	78
PROPUESTA.	82
REFERENCIAS.....	84
ANEXO	90

ÍNDICE DE TABLAS Y GRÁFICAS.

Tabla 1. Medidas descriptivas de la edad de los alumnos	61
Tabla 2. Medidas descriptivas de la edad de los profesores.....	62
Gráfica 1. Reacción de los estudiantes cuando se les dificulta utilizar un programa virtual.....	63
Gráfica 2. Reacción de los estudiantes acerca de sus bajas calificaciones.....	64
Gráfica 3. El ambiente en casa como el indicado para el desarrollo de las actividades académicas de los alumnos.	65
Gráfica 4. Aspectos a mejorar en el hogar de los alumnos para el desarrollo de sus actividades académicas.	66
Gráfica 5. Las clases en línea como detonante del bajo rendimiento escolar de los alumnos.....	67
Gráfica 6. Comunicación docente-alumno dentro y fuera de clases.	68
Gráfica 7. Habilidades de los estudiantes para buscar información académica....	69
Gráfica 8. Medio más utilizado para impartir clases virtuales.....	70
Gráfica 9. Los alumnos y el hecho de ser autodidactas en el modelo virtual.....	71
Gráfica 10. Las clases en línea limita la creatividad de los alumnos.....	72
Gráfica 11. Valores totales del estrés.....	74
Gráfica 12. ¿Con qué frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa?	75
Gráfica 13. ¿Con que frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estas estresado?	76
Gráfica 14. ¿Con qué frecuencia utilizas estrategias de afrontamiento para controlar tu estrés?.....	77

AGRADECIMIENTOS

Quisiéramos agradecer profundamente a nuestras guías durante el desarrollo de nuestra tesis, la Mtra. Carmen de Jesús Márquez Flores quien fungió como nuestra asesora, la Dra. Olga María Salinas Ávila por brindarnos su orientación y apoyo. El acompañamiento brindado por ambas fue determinante para que nuestro trabajo se realizara.

A sí mismo queremos agradecer a la Mtra. Rosa María Baez Ortiz quien revisó minuciosamente nuestra propuesta e hizo observaciones muy importantes para nuestra tesis.

Al Dir. José Fernando Cortez Corrales y la Mtra. Mariana Arellano Hernández quienes nos apoyaron permitiéndonos trabajar en su institución educativa, sin su apoyo este proyecto no se habría llevado a cabo.

Es importante mencionar que el presente proyecto fue elaborado en pareja, por lo tanto queremos agradecerlos la una a la otra, por nuestro esfuerzo y dedicación.

DEDICATORIA

A nuestra familia porque son lo más sagrado que tenemos en la vida, por ser siempre nuestros principales motivadores y los formadores de lo que ahora somos como personas, sin ustedes y sus consejos, su amor y su cariño no habríamos llegado hasta en donde estamos.

Gracias padres, abuelitos, hermanos, tíos, esposo de Jan, lo queremos mucho.

RESUMEN

La pandemia por COVID 19 ha provocado el cierre de escuelas en todo el estado de Morelos suspendiendo las clases presenciales, por ende alumnos y docentes han tenido que adoptar el modelo de la educación virtual sin previa capacitación, a pesar de que se lleva más de un año con el modelo ya antes mencionado aún no se les ha brindado la capacitación necesaria. El objetivo de la presente investigación es analizar la percepción del rendimiento académico y el nivel de estrés a través del modelo de la educación virtual en estudiantes de Nivel Preparatoria en el Municipio de Tlaltizapán. La metodología que se utilizó pertenece a un enfoque cuantitativo no experimental, el tipo de estudio es descriptivo univariable con alcance comparativo. La técnica que se utilizó para la recolección de datos fue un cuestionario y el Inventario de Estrés Académico SISCO SV, la muestra estuvo compuesta por 15 docentes de ambos sexos y 51 alumnos de ambos sexos los cuales respondieron el cuestionario y solo 43 de los alumnos respondieron el inventario de estrés académico SISCO SV.

Los resultados arrojaron que estudiantes y docentes tienen percepciones diferentes, debido a que los alumnos consideraban que su rendimiento académico no bajo, también expresaron sentirse cómodos estudiando en casa, y no necesitar de la presencia de los docentes para realizar sus labores académicas. Sin embargo la percepción de los docentes resultó ser diferente al percibir que el hogar de los estudiantes no era el indicado debido a que tenían muchos distractores, también mencionaron la necesidad de volver al modelo de la educación presencial, ya que era difícil contactar a sus estudiantes y realizar retroalimentaciones. En el caso del nivel de estrés presentando por los estudiantes fue un nivel medio con un 73.8% del total de la muestra, por lo que se puede concluir que el nuevo modelo de enseñanza no elevó considerablemente el nivel de estrés de los alumnos.

Palabras clave: Estrés, Estudiantes, Docentes, Percepción, Rendimiento Académico

INTRODUCCIÓN

La educación a distancia mediada por las nuevas tecnologías de la información y comunicación están ganando cada vez mayor espacio a nivel mundial debido a la pandemia por COVID-19, ya que durante el primer año de la pandemia 210 países cerraron las puertas de las instituciones educativas, afectando múltiples aspectos en la vida social y familiar de millones de jóvenes.

Diversos autores han mencionado que el modelo de la educación virtual puede llegar a ser un método difícil de implementar, debido a la falta de interacción presencial entre alumnos y docentes. Por otro lado se ha resaltado el tema acerca de las aulas virtuales como método que supla a las clases presenciales, sin embargo algunos profesores han mencionado que las aulas virtuales son espacios que apoyan a los estudiantes para construir y organizar nuevos conocimientos, pero que no pueden llegar a sustituir la interacción presencial.

Afrontar el aprendizaje por parte de los alumnos, cada día se hace más complejo, debido a las múltiples variables que intervienen, tanto en el ámbito educativo como en el ámbito social. En el caso del ámbito educativo algunas de las dificultades que pueden llegar a presentar los estudiantes es el hecho de que el modelo de la educación virtual exige que los alumnos tenga la capacidad de autoaprendizaje, es decir el alumno decide su ritmo y nivel de aprendizaje por lo tanto tiene que tener la suficiente capacidad de ser constante en sus estudios así como también tener la responsabilidad de complementar y reforzar los temas aprendidos en clases utilizando las herramientas que la educación virtual les proporciona.

Otro punto importante a resaltar es que el cambio de modalidad en la educación puede desencadenar el aumento de estrés en los estudiantes, ya que el estrés académico es el resultado de la experiencia negativa que el estudiante presenta de forma física o emocional debido a estresores académicos como son: el espacio, la convivencia familiar, y la cantidad de actividades académica. Las

situaciones ya antes mencionadas pueden llegar a provocar altos niveles de estrés los cuales traen como efecto el bajo rendimiento o en peores casos la deserción académica.

Diversas investigaciones se centran en realizar un análisis acerca del rendimiento académico desde el punto de vista de profesores hacia alumnos o de forma inversa de alumnos hacia profesores, pero no se realiza una comparación entre ambas percepciones, lo cual es de suma importancia ya que nos permite visualizar las diferencias que existen entre profesores y alumnos.

En la presente investigación se realizó un estudio con estudiantes de nivel preparatoria los cuales tomaban clases virtuales, con el objetivo de comprobar si el cambio de modalidad les ha afectado en su rendimiento académico y si los niveles de estrés han aumentado. Esto se justifica desde el enfoque cualitativo no experimental, el cual se refiere a que el estudio que se realiza es sin la manipulación deliberada de las variables ya que solo se observan los fenómenos en su ambiente natural para después analizarlas, tiene un alcance comparativo y es descriptivo univariable.

CAPÍTULO I. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

1.1 Principales Antecedentes del problema.

A continuación, se ilustrarán algunas investigaciones que son de suma importancia ya que muestran las dificultades que viven alumnos y docentes en el modelo de la educación virtual en tiempos de pandemia.

La pandemia por COVID 19 ha provocado el cierre de escuelas en todo el estado de Morelos suspendiendo las clases presenciales, por ende alumnos y docentes han tenido que adoptar el modelo de la educación virtual sin previa capacitación, a pesar de que se lleva más de un año con el modelo ya antes mencionado, las dificultades siguen siendo las mismas desde que se empezó a implementar.

Tal y como lo muestran Flores y Navarrete (2020) en su investigación en donde realizaron una comparación entre 2 escuelas el CONALEP Y CECYTEJ, tuvo por objetivo conocer las necesidades de capacitación en el uso de plataformas virtuales en docentes y estudiantes de primer año. El estudio se realizó con 70 alumnos y 19 docentes del CONALEP, 100 alumnos y 41 docentes del CECYTEJ a los cuales se les aplicó un cuestionario. Los resultados en el caso de los estudiantes demostraron que ambas escuelas utilizaban las mismas plataformas las cuales son: correo electrónico, WhatsApp, Facebook y Zoom, sin embargo solo el 68% de los alumnos tenían el conocimiento de cómo utilizar las herramientas virtuales ya mencionadas. Los resultados en el caso de los docentes también coinciden, ya que en ambas instituciones el principal problema fue el comunicarse con sus alumnos y desarrollar habilidades digitales. Llegaron a la conclusión de que los resultados de estudiantes y profesores están relacionados debido a que los profesores no podían comunicarse con sus alumnos debido a que no tenían el conocimiento para utilizar las plataformas al igual que algunos profesores. Por lo tanto, es necesario que alumnos y profesores reciban la capacitación necesaria por lograr una mejor comunicación y un mayor aprendizaje. (Flores y Navarrete 2020).

La educación virtual no solo ha afectado el aprendizaje de los estudiantes, sino que también ha provocado altas cifras de deserción escolar. Chiecher (2019) se interesó por las altas cifras de abandono escolar que se dieron al implementar el modelo de educación virtual, por lo tanto realizó un estudio para identificar los perfiles de un grupo de estudiantes de primer año los cuales tomaban clases a distancia. Se aplicó un cuestionario de autoinforme a 46 estudiantes de bachillerato. Los resultados dieron a conocer que gran parte del éxito en la educación virtual tiene que ver con el estudiante, sus características, su motivación y su capacidad de dirigir sus propios procesos de aprendizaje. Aunque también lo que influye en gran parte es el diseño pedagógico. Por ejemplo la calidad de las clases en línea, que las actividades sean motivadoras y la interacción profesor-alumno, de no ser así puede que el alumno sienta que no está aprendiendo nada y piense que solo es una pérdida de tiempo, lo cual lleva a la deserción escolar. (Chiecher, 2019).

En el caso del docente, el modelo de la educación virtual no solo ha modificado su método de enseñanza sino que también modificó el papel que desempeña el profesor el cual ha tenido que adaptarse a las necesidades de sus alumnos. Como lo ejemplifican Ramos, García, Olea y Lobos (2020) en su estudio donde realizaron una investigación sobre la percepción de los profesores acerca del rol de enseñanza que han desempeñado en la educación virtual, el estudio tuvo un enfoque cualitativo donde se realizaron entrevistas semiestructuradas las cuales fueron aplicadas a 10 profesores de educación secundaria. Los resultados dieron a conocer que los profesores piensan que su rol no solo se centra en enseñar, sino que han tenido que adoptar el papel de terapeutas ya que tienen que atender las necesidades emocionales de sus alumnos. Además mencionan que sus retroalimentaciones son realizadas mediante plataformas digitales como zoom, WhatsApp, correo electrónico entre otras, por ende sus retroalimentaciones solo llegan a los alumnos que cuentan con internet. (Ramos, 2020)

Ante el problema de no poder identificar a sus estudiantes, algunos profesores tuvieron que adaptar su método de trabajo dependiendo de las herramientas a las que tuvieran acceso los estudiantes, como lo ilustraran Fernández, Domínguez y Martínez (2020), quienes realizaron un estudio con el objetivo de identificar las experiencias de los docentes derivadas de la educación a distancia en época de pandemia (Covid-19). Para la recolección de datos se aplicaron entrevistas a 20 docentes, los resultados arrojaron que tienen dificultades significativas en localizar a sus alumnos para impartir las clases virtuales. Ante esta dificultad algunos docentes entregaban las actividades en físico a los alumnos que no tenían acceso a las plataformas digitales, sin embargo otros alumnos al no tener forma de contactarlos se quedaron en el olvido. Los docentes reportan que la rutina de trabajo ha sido mucho más pesada y estresante en este período, aunque muchos han afirmado que también estaban cómodos trabajando en casa. (Fernández, 2020)

También es importante resaltar dos factores importantes en el rendimiento académico de los estudiantes, el primero es la intervención de los padres de familia en el rendimiento académico de sus hijos, ya que los estudiantes aun necesitan alguien que los guíe, el segundo factor es la forma de enseñanza que el profesor adoptó.

Hortiguera, Pérez, López y Manso (2020) realizaron una investigación la cual tuvo dos objetivos, el primero fue determinar la comunicación que han tenido los padres de familia con las instituciones educativas y el segundo fue analizar la influencia que tiene el método de enseñanza implementado por el profesor en el aprendizaje de sus alumnos a través de la enseñanza virtual. Se les aplicó un cuestionario a 3700 docentes y 5867 familias. Respecto al primer objetivo los resultados indican que las familias piensan que la comunicación con las instituciones educativas no ha sido positiva debido a que la administración no atiende sus dudas, por otro lado también mencionan que deberían proporcionar la capacitación adecuada para que alumnos y profesores tengan el conocimiento de cómo utilizar las plataformas digitales. Respecto al segundo objetivo dio como

resultado que el método de enseñanza que utiliza el profesor influye significativamente en el rendimiento académico de los alumnos, sin embargo los profesores expresaron que en el modelo virtual va más allá de sus capacidades debido a que también el aprendizaje depende de las herramientas con las que cuenta el alumno, por otra parte los docentes mencionan la importancia de reforzar el autoaprendizaje en los estudiantes, con el objetivo de que su aprendizaje no dependa excesivamente del profesor (Hortigüela, 2020)

Por otro lado también se puede decir que a pesar de todas las dificultades que se presenten en el modelo de la educación virtual aún se puede llegar a un buen aprovechamiento académico, el cual se puede lograr si profesores y estudiantes trabajan juntos, en el caso de los profesores brindando las herramientas necesarias y en el caso de los estudiantes usando las herramientas que el profesor le brinde, un estudio que lo demuestra es el realizado por Sánchez (2020), analizo los beneficios que tienen las aulas virtuales de Moodle en el aprendizaje de los estudiantes de bachillerato. En este estudio se aplicó entrevistas a 10 docentes y 112 estudiantes. Los resultados dieron a conocer que el 100% de los docentes y el 97% alumnos encuestados, coinciden en considerar que implementar las aulas virtuales permiten adquirir a los estudiantes nuevos conocimientos, facilitar la entrega de trabajo y recibir su retroalimentación, por lo tanto las aulas virtuales ayudan a que el rendimiento académico de los estudiantes mejore, sin embargo los profesores mencionan que las clases presenciales son importantes ya que consideran que las aulas virtuales son una herramienta de apoyo educativa. Concluyendo que en el aula virtual no se pretende que el estudiante aprenda más rápido, sino que el aula virtual sea un espacio el cual los alumnos puedan utilizar para construir su conocimiento y en el caso del docente facilitar su labor, así como también implementar el trabajo colaborativo y autónomo en los estudiantes. (Sánchez, 2020)

Quito, Tamayo y Buñay et al. (2017) realizaron una investigación que tuvo como objetivo analizar como el estrés académico se puede presentar en los jóvenes de nivel bachillerato de la Unidad Educativa Particular “Pencas”, el

estudio se realizó con 60 estudiantes de tercer año. Se utilizó como instrumento el inventario SISCO de estrés académico el cual está compuesto por 31 ítems los cuales permiten identificar y reconocer las características de estrés que pueden presentar los estudiantes así como la determinación y el nivel de estrés autopercebido. Los resultados del inventario de SISCO arrojaron que la mayor parte de los estudiantes han presentado altos niveles de estrés. En conclusión se puede observar que el estrés está de manera frecuente y con gran intensidad, una de las principales manifestaciones que los alumnos tenían de estrés son el rascarse o morderse las uñas, somnolencia y trastornos del sueño, la ansiedad, angustia y desesperación, intranquilidad, sentimientos de tristeza y depresión, así como los cambios en la alimentación y el aislamiento social. Los docentes deben estar al pendiente de sus alumnos ya que podrían estar presentando algún tipo de estrés, lo cual puede perjudicar en su rendimiento académico, así como también los padres de familia deben estar al pendiente de la salud emocional de sus hijos y brindarles apoyo para que tengan el conocimiento de manejar la situación de estrés a la que se estén enfrentando a consecuencia de la nueva modalidad de enseñanza. (Quito, 2017)

Por otro lado, también es importante considerar la motivación que se les aporte a los alumnos. Un aspecto fundamental en el rendimiento académico de los estudiantes es el proyecto de vida profesional que tengan planeado, ya que entre más sean sus aspiraciones, el alumno tendrá una mayor motivación para estudiar. Betancourt y Cerón (2017) se interesaron por estudiar los beneficios que presta la implementación del modelo DPC (desarrollo profesional creador) el cual permite que los adolescentes reflexionen acerca de su proyecto de vida profesional, basándose en los valores morales y la ética. Fue una investigación cualitativa la cual se realizó con 16 adolescentes, los resultados dieron a conocer que los factores que más influyen en su proyecto de vida académica son la familia y la economía los cuales podían llegar a limitar sus metas, por otro lado también mencionaron no tener un plan de vida por lo tanto no tenían idea de que hacer una vez estando fuera del colegio. Sin embargo el estudio fue positivo debido a

que se logró que los adolescentes reflexionarán acerca de su futuro y comenzarán a trazar un plan de vida (Betancourt, 2017)

Es importante que en estos tiempos de pandemia los profesores motiven a los alumnos a seguir estudiando, ya que al estar aislados pueden llegar a olvidarse de las metas que ya se hayan trazado, el modelo del DCP mostrado por Betancourt y Cerón (2017) ayuda a que los estudiantes hagan conciencia acerca de su futuro y de lo que quieren lograr en la vida, si la reflexión llegará a ser positiva puede que el alumno se motive a tomar sus clases y seguir esforzándose por las metas que tenga en la vida. (Betancourth, 2017).

Otro punto importante que se debe considerar son los problemas que ha causado la pandemia debido a que no solamente ha afectado la educación escolar de los adolescentes, también se han visto afectadas las relaciones familiares Palacio, Londoño, Nanclares, et al. (2020) realizaron una investigación bibliográfica la cual se enfocó en investigar el efecto que ha provocado la pandemia sobre niños y adolescentes que presentaban un trastorno psiquiátrico previo. En su investigación dieron a conocer que las familias han sufrido cambios de gran impacto durante la pandemia, debido a que ha afectado significativamente la economía de los padres de familia, al no tener una economía estable puede que se empiecen a suscitar eventos violentos dando paso a la violencia familiar. Los padres de familia son los pilares del hogar, por lo tanto si ellos no se encuentran bien emocionalmente repercutirá directamente en la salud mental de los hijos. Por otro lado también resaltaron, el caso de las personas que padecían ansiedad debido a que para ellos es más difícil adaptarse a los cambios, un dato importante fue el hecho de que la violencia intrafamiliar puede ocasionar crisis de ansiedad. La pandemia también puede llegar a generar otro tipo de trastornos como las conductas disociales en los adolescentes, al estar expuestos a tanto encierro provoca que los jóvenes sean vulnerables al abuso de alcohol y consumo de drogas. En otros adolescentes puede provocar disminución de la actividad física, exposición a videojuegos y programas de televisión. En la actualidad se puede pensar que los estudiantes tienen un bajo

rendimiento académico por falta de interés, sin embargo no se puede saber si se presentan dificultades en la familia o si pueda existir un tipo de violencia familiar, lo que puede provocar que los jóvenes estén expuestos a presentar o padecer algún trastorno. (Palacio, 2020).

1.2 Justificación de la investigación.

Ante la situación de la educación virtual, alumnos y docentes están inconformes acerca del impacto que han tenido las clases virtuales en su desempeño académico. La modalidad de enseñanza fue un cambio repentino, por ende no cuentan con la capacitación ni el conocimiento adecuado para poder adoptar el modelo de enseñanza virtual provocando que su desempeño académico disminuya. Resulta de suma importancia conocer cuál es la percepción del desempeño académico de alumnos y docentes para poder identificar el nivel de impacto que ha provocado la enseñanza virtual desde ambas partes (profesores y estudiantes), para poder dar soluciones que permitan realizar un trabajo colaborativo profesor y estudiante ocasionando mejoras en su desempeño académico y lograr finalizar su ciclo escolar de una manera satisfactoria.

La presente investigación surge de la necesidad de analizar la enseñanza virtual, el rendimiento académico y los niveles de estrés que pueden presentar los estudiantes de nivel preparatoria a través de la educación virtual, con el propósito de comparar las percepciones entre estudiantes y docentes para identificar las diferentes causas y factores de estrés que pueden estar presentando y así para poder deducir que les está afectando para la enseñanza del docente como para el aprendizaje del alumno.

El rendimiento académico de los estudiantes ha disminuido debido a la falta de motivación ya que el hecho de estar atrás de una computadora, tableta o celular suele ser cansado, aburrido y no tienen el mismo interés a comparación de cuando sus clases eran presenciales. La nueva modalidad de enseñanza virtual provoco que el nivel de interacción presencial que tenían docentes y estudiantes se perdiera totalmente.

Así mismo es importante mencionar que el cambio de modalidad puede provocar estrés en los alumnos, algunos de los factores que pueden ser desencadenantes para provocar el aumento del nivel del estrés, es no contar con

las herramientas necesarias para poder acceder a sus clases, la motivación, la adaptación, las expectativas, los problemas familiares que puede tener cada alumno o incluso en nivel socioeconómico que se tenga. Todo esto puede desencadenar que el estudiante pueda entrar en estrés por la situación externa que se le presente y por ende su rendimiento académico se verá afectado o no será el deseado.

La siguiente investigación buscará proporcionar información que será útil para la comunidad educativa, teniendo como objetivo describir la gran problemática que se puede estar dando a causa de las clases en línea, como el hecho de que el rendimiento académico se puede ver afectado y como el estrés está presente en los estudiantes, limitando su motivación para realizar sus actividades correspondientes.

Por otro lado, la investigación contribuye a ampliar los datos sobre la percepción del rendimiento académico a través de las clases virtuales así como también se pretende identificar los niveles de estrés académico que puedan estar presentando los estudiantes.

1.3 Planteamiento del problema.

La contingencia por covid-19 ha provocado la suspensión de clases presenciales, abriendo paso a la educación virtual ocasionando un cambio radical en la educación y un gran impacto para los estudiantes y docentes.

Loaiza (2003) menciona que “la educación virtual es una estrategia educativa que facilita el manejo de la información y que permite la aplicación de nuevos métodos pedagógicos superando la calidad de los recursos presenciales”, tal como lo menciona el autor la educación virtual brinda ciertos beneficios a los alumnos como el hecho de que se ajusta al horario personal de los estudiantes y facilita la interacción continua entre compañeros y el docente por medio virtual. Es decir la modalidad virtual es un método que revolucionó el estilo de enseñanza, sin embargo actualmente se puede llegar a percibir de forma negativa, debido a que no fue decisión de los docentes y alumnos optar por la educación virtual, fue por motivos de contingencia que se vieron obligados a poner en práctica las clases en línea. (Loaiza, 2013).

A inicios del año 2020 comenzó la contingencia por covid-19 por lo tanto las clases presenciales fueron suspendidas UNICEF (2020) así mismo “el cierre de escuelas en trece países para contener la propagación de COVID-19 ha afectado la educación de 290,5 millones de estudiantes en todo el mundo”. Se habla de un fenómeno mundial que ha tenido un gran impacto en la educación debido al cambio del método de enseñanza hacia un enfoque de educación virtual por ende puede llegar a afectar el desempeño de alumnos y docentes ya que dependen de los recursos tecnológicos con los que cuentan para poder desempeñar su trabajo. (UNICEF 2020).

En México aproximadamente el 89.4% de los alumnos reportaron haber tenido dificultades para continuar con la educación por el covid-19 estas cifras muestran que más de la mitad de los estudiantes se quedó sin poder acceder a las clases en línea, lo que puede desencadenar que se queden estancados en su aprendizaje. Por lo tanto la crisis del coronavirus obligó a desertar a 2,5

millones de estudiantes mexicanos, la secretaría de Educación advierte que el 10% de los estudiantes abandonaron las clases debido a la suspensión del año escolar. La variabilidad que se tiene que tomar como punto de referencia del aprendizaje a distancia es que tiene como propuesta objetiva el hecho de alcanzar metas específicas en un determinado tiempo y que tiene como cumplimiento mejorar el rendimiento académico. (SEP, 2021)

Otro punto importante de la presente investigación es analizar como los docentes se adaptaron a la nueva modalidad y el método que están implementando para impartir sus clases, se pretende indagar si el docente cuenta con las habilidades para poder desempeñarse de manera eficiente. El 78 % de los docentes a nivel mundial cumplen con los requisitos para desempeñar sus funciones académicas, que quiere decir con esto que los docentes no están lo suficientemente capacitados para adoptar el método de clases virtuales ya que es completamente diferente al método presencial, ahora se maneja todo de manera virtual, lo cual puede llegar a afectar al impartir sus clases. En México los docentes de secundaria el 84% no cuentan con las herramientas necesarias para enfrentar el reto que ha traído la pandemia, si vemos las consecuencias enormes que trajo el covid-19 a nivel escolar. El rendimiento académico ya no solo depende de los esfuerzos realizados por estudiantes y docentes, sino que también dependen de los recursos virtuales (celulares, tabletas, computadoras etc.) (OMS, 2020).

Morales, Meza y Rojas (2021), señalaron la importancia que se le debe de dar a los jóvenes que estén presentando síntomas de estrés académico derivado de la pandemia por covid-19. La presencia de síntomas de estrés académico, surgen como consecuencia de uno o varios estímulos estresores relacionados con el desarrollo de las actividades escolares, lo cual puede tener efectos negativos en los estudiantes tanto a nivel individual como grupal. En ese sentido, en la vida estudiantil destacan algunos factores de riesgo como la sobrecarga de trabajo, el tiempo limitado para entregar las tareas o actividades y problemas familiares o económicos, los cuales aumentan las posibilidades de los alumnos

de sufrir estrés así como determinar sus entornos. El estrés académico surge como consecuencia de uno o varios estímulos estresores relacionados con el desarrollo de las actividades escolares, lo cual puede tener efectos negativos en los estudiantes tanto a nivel individual como grupal. En ese sentido, en la vida estudiantil destacan algunos factores de riesgo como la sobrecarga de trabajo, el tiempo limitado para entregar las tareas o actividades y problemas familiares o económicos, los cuales aumentan las posibilidades de los alumnos de sufrir estrés. (Morales, 2021).

Pregunta general:

¿Cuál es la percepción del rendimiento académico y el nivel de estrés en el modelo de la educación virtual en estudiantes de Nivel Preparatoria en el Municipio de Tlaltizapán, Morelos?

Preguntas específicas:

1.- ¿Cuál es el impacto que ha ocasionado el modelo de la educación virtual en el rendimiento académico de los estudiantes?

2. ¿Cuáles son factores que afectan el rendimiento académico de los docentes y alumnos en las clases virtuales?

3. ¿Qué tan diferente será la percepción del desempeño académico de docentes y alumnos en la educación virtual?

4.. ¿Cuál es la percepción y los niveles de estrés que pueden presentar los alumnos por medio de la enseñanza virtual?

1.4 Planteamiento de hipótesis y definición de variables.

Hipótesis de tipo causal:

El modelo de la educación virtual provoca un cambio en la percepción del rendimiento académico y en el nivel de estrés en los estudiantes de nivel preparatoria.

VI: Clases en línea

Definición conceptual:

La educación virtual es una estrategia educativa que facilita el manejo de la información y que permite la aplicación de nuevos métodos pedagógicos enfocados al desarrollo de aprendizajes significativos, los cuales están centrados en el estudiante y en la participación. Permite superar la calidad de los recursos presenciales, se ajusta al horario personal de los estudiantes y facilita la interacción continua entre compañeros y el docente por medio virtual. (Loaiza, 2003)

VD: Rendimiento académico

Definición conceptual:

El rendimiento académico se puede definir como un conjunto de transformaciones que se da en los estudiantes, no solo se da en el aspecto cognoscitivo si no también en las aptitudes, actitudes, competencias, ideales, intereses, factores biológicos y familiares, además de las experiencias de aprendizaje y la calidad de la enseñanza brindada que se dan a través del proceso enseñanza-aprendizaje. El rendimiento académico es la expresión de capacidades y características psicológicas del estudiante que se actualizan a través de un proceso de aprendizaje. Chadwick (1979)

Definición operacional:

Se aplicará un cuestionario a 15 profesores y 51 alumnos de segundo y tercer semestre de la Preparatoria de Tlaltizapán. El cuestionario consta de 21 preguntas las cuales miden cinco diferentes factores, los cuales tienen como objetivo comparar la percepción que tienen los profesores acerca del rendimiento académico de sus alumnos y la percepción que tienen los alumnos sobre su propio rendimiento académico a través de la educación virtual.

VD: Estrés

Definición conceptual:

El estrés es uno de los problemas de salud más generalizado en la sociedad actual. Es un fenómeno multivariable que resulta de la relación entre la persona y los eventos de su medio, los que son evaluados como desmesurados o amenazantes para sus recursos y que ponen en riesgo su bienestar. (Águila, Calcines, Monteagudo, et al. 2015)

El estrés académico se ha definido como la situación de tensión física y emocional vinculada a las exigencias del mundo académico. La percepción del estudiante sobre su capacidad para enfrentar exitosamente las exigencias académicas, pueden generar pensamientos y emociones negativas, afectación física como sueño, dolor de cabeza, ansiedad, desconcentración, desorganización y problemas de adaptación. (González, 2020)

Definición operacional:

Se aplicará un Inventario de estrés académico SISCO SV a 43 alumnos de segundo y tercer semestre de la Preparatoria de Tlaltizapán, con la finalidad de identificar el nivel de estrés que están presentando los estudiantes a causa de la implementación del modelo de la educación virtual.

1.5 Objetivos de la investigación.

Objetivo general:

Analizar la percepción del rendimiento académico y el nivel de estrés en el modelo de la educación virtual en estudiantes de Nivel Preparatoria en el Municipio de Tlaltizapán

Objetivos específicos:

1. Describir el nivel de impacto que tiene la enseñanza en la modalidad virtual en el ejercicio del aprendizaje y docencia
2. Identificar los factores que afectan el rendimiento académico de los alumnos en las clases virtuales.
3. Comparar la percepción del rendimiento académico de docentes y alumnos en la educación virtual.
4. Medir en nivel de estrés ocasionado por el cambio de modalidad en la educación virtual.
5. Proponer recomendaciones y estrategias tanto para alumnos como docentes para que puedan desarrollar una enseñanza y un aprendizaje eficiente en el modelo de la educación virtual.

1.6 Alcances y limitaciones de la investigación.

En la presente investigación se encontraron los siguientes alcances y limitaciones, lo cual provocaron algunas dificultades para encontrar a la muestra necesaria que cumpliera con todos los requisitos deseados para esta investigación, las cuales se describirán en el presente apartado.

Alcances

- ✓ Solo pueden participar estudiantes y docentes que hayan impartido y tomado clases virtuales en tiempo de pandemia.
- ✓ Identificar si los alumnos y docentes les han afectado las clases virtuales
- ✓ Medir los niveles de estrés que están presentando los estudiantes de nivel preparatoria en tiempos de pandemia.
- ✓ Participar de manera voluntaria en el estudio.

Limitaciones

- ✓ Dificultad para ver encontrado la muestra.
- ✓ El hecho de no haber tomado clases virtuales.
- ✓ Dificultad para encontrar una escala para medir el estrés en tiempos de pandemia.
- ✓ No cumplir con el rango de edad que se quería investigar.
- ✓ Haber sido rechazadas más de una vez para la aplicación de los instrumentos de medición.

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

2.1 Rendimiento Académico.

A continuación se mostrarán los aspectos teóricos y conceptuales relacionados con el rendimiento académico, las cuales son de suma importancia para el sustento teórico de nuestra investigación.

2.1.1 Definición de Rendimiento Académico.

Con la finalidad de comprender mejor el concepto de rendimiento nos remitiremos a su origen. Flores (2017) menciona que “surge del latín reddere que significa restituir- pagar, es decir el rendimiento es una relación entre lo obtenido y el esfuerzo empleado para obtenerlo” Lo que nos plantea el autor es el rendimiento como un proceso en el cual la persona emplea su esfuerzo para alcanzar el resultado esperado y con ello el éxito. El concepto de rendimiento puede ser implementado en diversas áreas como en el ámbito laboral, personal, escolar etc.

El presente estudio está enfocado en el contexto escolar, por lo tanto se retomará el concepto de rendimiento académico el cual definen Caballero, Abello y Palacio (2007) “Como el cumplimiento de las metas, logros y objetivos establecidos en el programa o asignatura que cursa un estudiante, expresado a través de calificaciones, que son resultado de una evaluación” El rendimiento escolar tiene como finalidad el sustentar el hecho de que el alumno este adquiriendo los conocimientos que están establecidos en los objetivos de cada materia y el sustento del rendimiento escolar son las calificaciones obtenidas por el estudiante al final de cada ciclo escolar, si el alumno obtiene calificaciones positivas quiere decir que su rendimiento académico es bueno.

El hecho que el rendimiento académico esté relacionado directamente con un número se debe a su origen en el modelo industrial el cual “centra todos los esfuerzos en el incremento de la productividad y calidad de trabajadores,

procesos de producción, servicios, etc.” (Morales, Morales y Olguín 2016). Para comprobar la eficiencia de los trabajadores se implementaban métodos de medición. Con el paso del tiempo el modelo industrial se fue implementado en el ámbito educativo, por ende en el rendimiento académico tiene como propósito medir los conocimientos adquiridos por los alumnos y calidad de educación que se les esté proporcionando, para que puedan utilizar estos conocimientos como herramientas en su vida diaria y en un futuro en su vida laboral.

Sin embargo el autor contemporáneo Chadwick citado en Reyes (2003) menciona que el rendimiento académico es “la expresión de capacidades y características psicológicas del estudiante desarrolladas a través del proceso de enseñanza-aprendizaje que le posibilita obtener un nivel de logros académicos a lo largo de un período o semestre, que se sintetiza en un calificativo final”. Es decir el presente planteamiento hace referencia al rendimiento como una medida de las capacidades con las que cuenta el alumno, sin embargo no solo es el número obtenido al final del curso quien define al estudiante, también influyen las características psicológicas que son las cualidades las que le van a permitir distinguirse y sobre salir entre las demás, llegando a la conclusión de que lo aptitudinal también es parte del rendimiento académico.

En conclusión se puede mencionar que el rendimiento académico es un factor importante en la educación, debido a que se puede considerar como un tipo de medición en donde se refleja el aprendizaje que adquirió el estudiante en sus clases. Sin embargo, no hay que dejar pasar desapercibido que existen diversas variables externas que pueden influir en el rendimiento académico de los estudiantes como son la familia, factores adaptativos y pedagógicos.

2.1.2 Factores implicados en el rendimiento académico.

A lo largo de tiempo, el desempeño de los estudiantes se ha visto afectado por diversos factores, pareciera existir una lista de causas del fracaso o éxito escolar, ya que esté listado va desde factores personales hasta factores socioculturales, la mayoría de las veces es una mezcla de ambos. Conocer y

comprender los aspectos diferentes sobre cada uno de los factores, genera información valiosa para profesores, alumnos y padres de familia, ya que permite realizar un análisis y de esta forma se puedan crear planeaciones para disminuir los aspectos negativos logrando mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje y por ende también mejorar su rendimiento académico. De esta manera se describirán algunos de ellos.

A. Factores familiares.

El primer círculo social en el que se desenvuelven los seres humanos es la familia por ende es ahí en donde nacen los principios de educación, valores, enseñanza, normas sociales y modales, los cuales son características necesarias para que los adolescentes se desenvuelvan de forma aceptable en un contexto.

Los factores familiares son clave para el desempeño académico de los adolescentes debido a que la familia siempre va a tener una influencia significativa, ya que en primera instancia toman como punto de referencia a sus padres. Diversas investigaciones demuestran que algunos factores que repercuten en el rendimiento académico son: nivel económico, el nivel cultural pero sobre todo el nivel académico de los padres, es decir entre mayor sea la escolaridad de los padres, el adolescente tendrá más aspiraciones académicas. Sin embargo otros estudios consideran que el factor más importante es el interés y atención que demuestren los padres de familia en el rendimiento académico del estudiante, recordemos que los adolescentes aún no son adultos por lo necesitan una guía que los vaya orientando en su camino de formación académica.

Cabe resaltar que uno de los desafíos más grandes a los cuales se enfrentan los padres de familia es el hecho de entender que la educación no solo se da en aula de clases sino que también en el círculo familiar el autor Brunner citado en Delgado (2016) menciona que “la educación no sólo ocurre en el salón clases, sino también alrededor de la mesa del comedor cuando los miembros de la familia intentan dar sentido a lo que pasó durante el día, o cuando un maestro y un aprendiz interactúan en el trabajo”

La educación debe iniciar en casa es ahí en donde los adolescentes forjan sus deberes y obligaciones, lo cual es responsabilidad de los padres de familia inculcarles, porque ellos se encargarán de darle las herramientas necesarias para su desarrollo. Por ejemplo, si los adolescentes se involucran con las tareas domésticas y tienen un itinerario ya establecido que se debe seguir diariamente, es una práctica que puede ayudar a los adolescentes a desarrollar la disciplina y por ende esto les beneficiara en el ámbito educativo porque se les hará más fácil cumplir con sus obligaciones escolares como son entregar sus tareas a tiempo, entrar a clases entre otras, sin la necesidad de que los padres de familia los estén presionando y de esta forma creen un compromiso con sus responsabilidades académicas.

Es responsabilidad de los padres proporcionarles a los estudiantes un lugar adecuado para que puedan realizar sus labores académicas como lo indica la UNICEF citado en Romagnoli y Cortese (2015) “Una manera de ayudar a los hijos a estudiar y hacer tareas es procurar tener en casa un espacio adecuado para ello, sin demasiado ruido, lejos de la televisión, con buena luz y sin elementos que puedan distraer su atención” Es importante brindarle un clima adecuado sin distractores en donde puedan concentrarse, también es recomendable dejar que los estudiantes creen su propio lugar de estudio pues no solo los motivará a realizar sus tareas académicas sino que también ese lugar se convertirá en un espacio agradable creando un bienestar emocional.

Sin embargo no solo es suficiente proporcionarles un espacio físico sino que también se les debe proporcionar una convivencia y un clima emocional sano, de no ser así podría causar efectos negativos en su rendimiento académico, como le menciona Ladrón de Guevara (2000) “Un clima tenso, ansioso, no equilibrado y en el que no están cubiertas las necesidades básicas, no es el óptimo para suscitar interés y progreso escolar en los hijos; y como consecuencia se produce en el alumno, una disminución de la motivación de logro, una percepción de inadecuación entre los códigos utilizados en casa y en la escuela y falta de autocontrol en el trabajo”. Se podría decir que los

adolescentes necesitan un clima familiar que les ayude a tomar conciencia de su propio comportamiento, esto va a ayudar a que tomen responsabilidades, así como también necesitan ser escuchados esto dará paso a fortalecer la comunicación familiar provocando que los adolescentes se sientan apoyados y por ende se sientan emocionalmente estables para enfocar su atención totalmente en los estudios.

B. Factores pedagógicos.

Los factores pedagógicos son los aspectos que se relacionan con la calidad de enseñanza, es decir el papel que desempeñe el profesor influye directamente en el rendimiento de sus alumnos. La relación entre profesor y estudiante es muy importante debido a que es la base fundamental para la construcción del aprendizaje, es decir si el alumno se siente satisfecho con su profesor es más probable que su nivel de motivación aumente y quiera asistir a sus clases provocando que se esfuerce por aprender. Por lo tanto se puede decir que el papel del maestro no solo es proporcionar información y mantener la disciplina de sus estudiantes, sino tiene que desempeñar un papel de mediador y ser una guía que acompañe al alumno en su camino por el aprendizaje.

Coll y Miras (1993) hacen referencia a la relación alumno-profesor “La percepción que tienen los profesores de sus alumnos, y los alumnos de sus profesores, son las pautas que marcan la forma de trabajar” lo que piensan y esperan mutuamente marcan el estilo de trabajo, por ejemplo si el profesor espera un rendimiento eficiente por parte de sus alumnos comenzará a exigirles más, pasa lo mismo en el caso de los alumnos, si ellos esperan más de su profesor comenzarán a exigirle más en sus clases. Por lo tanto ambos deben de autoexigirse para poder lograr un aprendizaje y de mayor calidad creando un rendimiento académico eficiente.

La vocación de los docentes también es otro factor importante que influye en el rendimiento académico, independientemente del método de enseñanza que implemente también debe de tener la capacidad para responder la necesidades

de sus alumnos, como lo menciona Bartra (1997) “ La docencia se considera como un proceso organizado intencional y sistemático que orienta los procesos de enseñanza-aprendizaje, exige en el profesor no sólo el dominio de su especialidad, sino también el conocimiento de las estrategias, técnicas y recursos psico-pedagógicos que promueven la interacción didáctica y los aprendizajes significativos en los usuarios” Un reto muy grande al que se enfrentan los profesores es que deben de ser conscientes de que no todos los alumnos aprenden de la misma manera, ni al mismo tiempo, cada estudiante es un mundo con diferentes cualidades por lo tanto el docente debe de ser capaz de responder satisfactoriamente a las necesidades que tiene cada uno de sus estudiantes.

También es importante que los docentes cuenten con la capacidad de autoevaluación sobre su propia su propia praxis pedagógica, pues es una oportunidad para que los docentes se reinventen e innoven sobre su estilo de enseñanza ya que por otro lado siempre habrá áreas de oportunidad.

C. Factores adaptativos.

Para comprender los factores adaptativos debemos entender el término de adaptación el cual Ramírez, Herrera y Herrera (2003) lo definen como “la capacidad intelectual y emocional de responder coherentemente a las exigencias del entorno, es un proceso dinámico que ajusta y regula el comportamiento en función del entorno”. Los estudiantes no reaccionan de igual manera ni con la misma intensidad ante ciertos cambios que se generan en su vida académica. Algunos pueden adaptarse rápidamente y aprovechar las ventajas y oportunidades que puede ofrecer el cambio. Sin embargo puede que otros estudiantes les cueste más trabajo adaptarse, perjudicando de forma significativa sus objetivos académicos, debido a que el nuevo contexto o entorno educativo llegue a provocar emociones negativas como miedo, inseguridad, intranquilidad etc. Provocando que el estudiante baje su rendimiento académico.

El proceso de adaptación se puede entender mejor con la teoría de acomodación y asimilación de Piaget el cual explica Woolfolk (1999)

“El acomodamiento sucede cuando la percepción del entorno o la nueva información genera incongruencias de esquemas y no se ajusta a ningún esquema existente, por lo tanto se tiene que desarrollar esquemas nuevos y apropiados, ajustando el pensamiento para adaptarlo a la nueva información. Al aplicarse un esquema particular a un evento y funcional, entonces hay equilibrio; de otro modo causa desequilibrio y se busca una solución con la asimilación y acomodación, así el pensamiento cambia y progresa”.

Cuando la interacción del estudiante con su nuevo ambiente o entorno es positiva, permite una adaptación más rápida, mejorando sus condiciones de estudio y permitiéndole alcanzar sus objetivos repercutiendo de una forma positiva en su formación y bien estar académico. Los adolescentes tienen que lograr desarrollar conductas que les permitan adaptarse a los ambientes en los que se desenvuelve y lograr moldear su comportamiento dependiendo de las circunstancias que se le vayan presentando a lo largo de su vida.

Por otro lado es importante mencionar el termino de resiliencia Grotberg citado en García y Domínguez (2012) la define como “la capacidad humana universal para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas o incluso ser transformado por ellas” ya que es la capacidad psicológica con la que cuenta el ser humano para superar y adaptarse en momentos adversos, las personas deben de ser capaces de adaptarse rápidamente a un cambio. El rendimiento académico puede verse afectado debido a los cambios que tenga el estudiante en su habilidad de estudio, si el estudiante no logra adaptarse adecuadamente es muy probable que su rendimiento académico comience a descender y la adaptación que tenga el estudiante va a depender directamente con su capacidad de resiliencia.

Un ejemplo claro de resiliencia es la experiencia que están viviendo actualmente los alumnos en la educación virtual. Imaginemos que los estudiantes sabían cómo conducirse en un salón de clases tradicional. Llegaban al salón de clases, se sentaban en un pupitre y esperaban a que el profesor iniciará la clase y terminará hasta que sonará la campana. Pero en el modelo de la educación

virtual no hay pupitre, ni un profesor que este físicamente, no hay campana que indique el final de las clases. Todos estos cambios generan un shock en el estudiante, ya que rompió con una rutina, la cual les brindaba una estabilidad. Ante estos cambios viene una postura negativa por parte de los estudiantes, generando así enojo resentimiento y desconfianza en sus habilidades, provocando que sientan un gran desanimo, viendo el éxito lejos y considerando el hecho de abandonar las tareas asignadas. Sin embargo posteriormente dependiendo de la capacidad de resiliencia con la que cuente cada estudiante, va a iniciar una lucha por salir adelante y adaptarse al nuevo modelo educativo, esta actitud va a rendir frutos, obteniendo así pequeños éxitos, los cuales van a provocar que el alumno vaya teniendo cada vez más confianza en sí mismo.

La adaptación es un factor de suma importancia, ya que dependiendo de la rapidez con la cual los alumnos asuman el cambio van a lograr tener éxitos y todo esto va a ser gracias a las experiencias y vivencias positivas que vayan integrando en su persona.

2.1.3 Inteligencia emocional y rendimiento académico.

La definición de inteligencia es un término complejo, debido que a lo largo de los siglos ha ido evolucionando, empezaremos por definir el término de inteligencia de forma etimológica. Martín (2003) “La palabra inteligencia resulta de la unión de los términos logos y nous. Logos significa recoger, reunir, juntar, elegir, escoger, contar, referir, decir, hablar, y corresponde al desarrollo en un discurso argumentado, en cuanto al término nous, este se relaciona con la facultad de pensar, reflexionar, meditar, percibir y memorizar” básicamente la inteligencia es una fusión entre la capacidad de entender y la capacidad para resolver problemas y está relacionada con el término de la capacidad intelectual.

El investigador Binet parte de la teoría en donde la inteligencia “como un proceso psicológico superior medible, quien se acerque a resultados esperados

para su edad y contexto cultural, debe ser asumido como inteligente” a partir de esa definición se propuso como objetivo medir la inteligencia de las personas, por lo tanto comenzó a elaborar pruebas que identificarían el estándar de la rapidez con la que aprende un niño normal (media), las pruebas estaban constituidas por conocimientos que el niño debería tener correspondiente a su edad y en el contexto en el que se esté desarrollando. (Martín, 2003).

Para Papalia y Wendkos-Olds, citado en Navarro (2018) la inteligencia era una “Interacción activa entre las capacidades heredadas y las experiencias ambientales, cuyo resultado capacita al individuo para adquirir, recordar y utilizar conocimientos”. Para los autores la inteligencia se trataba de las capacidades heredadas por los familiares, así como también la inteligencia se ve reflejada con las experiencias que se viven día a día, con el resultado de cada persona para adquirir los conocimientos necesarios, para poder entender conceptos abstractos, los hechos y las ideas aplicadas y utilizar todo ello como propósito concreto de resolver los problemas de la vida cotidiana.

De esta manera el concepto de inteligencia se entendía como un CI (coeficiente intelectual) el cual es una cifra que indica el nivel de inteligencia de una persona a partir de determinadas pruebas diseñadas para medir el CI. Sin embargo el concepto de inteligencia fue puliéndose poco a poco abriendo paso a nuevas teorías entre ellas la inteligencia emocional.

Salovey y Mayer (1990) investigaron la inteligencia emocional retomando la teoría de Gardner por lo cual la definieron como “La capacidad para supervisar los sentimientos y las emociones de uno mismo y de los demás, de discriminar entre ellos y de usar esta información para la orientación de la acción y el pensamiento propio”. Un pensamiento puede desencadenar emociones negativas como la frustración, ira, enojo, las cuales son perjudiciales para el rendimiento académico de los estudiantes, por lo tanto es esencial que el adolescente tenga la capacidad de identificar sus emociones y crear estrategias

para autorregularlas de esta forma pueden enfocar esa energía hacia algo positivo como metas personales.

Fue el Goleman (1995) quien menciona el término de inteligencia emocional el cual la define como “La inteligencia emocional, es la capacidad para motivarnos a nosotros mismos, de perseverar a pesar de las posibles frustraciones, de controlar los impulsos, de regular nuestros propios estados de ánimo y por último la capacidad de empatizar y confiar en los demás”. La inteligencia emocional va a abrir paso a la toma de conciencia de nuestras emociones y entender los sentimientos de los demás, así como también tolerar las presiones y frustraciones que se presentan en un ambiente escolar. Si los estudiantes saben utilizar la inteligencia emocional van a ser capaces de trabajar en equipo, tener una actitud empática, lo cual les va ayudar a mejorar su desarrollo personal y por ende aumentar su rendimiento académico.

En conclusión se podría decir que la inteligencia emocional no tiene que ver directamente con la habilidad que tenga el estudiante en ciencias duras como las matemáticas o química, sino que tiene que ver la capacidad de identificar, entender y manejar las emociones tanto positivas como negativas, por otro lado la inteligencia emocional tiene objetivo el enfocar las emociones hacia las metas para obtener resultados favorables.

Por otro lado, los investigadores Mayer y Salovey citado en Fernández y Fernández y Extremera (2005) se interesaron por estudiar la inteligencia emocional, comenzaron por retomar algunos estudios realizados por Howard Gardner acerca de las inteligencias múltiples. Mayer y Salovey mencionan que existen cuatro tipos de habilidades emocionales las cuales podrían ser utilizadas por alumnos y profesores para mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje:

A) La primera habilidad es la percepción emocional la cual es la capacidad que tiene una persona para identificar y reconocer sus propios sentimientos, así como también identificar los sentimientos de las personas que lo rodean. Esto implica prestar atención al lenguaje corporal lo cual engloba las expresiones

faciales, tono de voz y los movimientos corporales. Por ejemplo en un ámbito educativo el profesor debe de tener la capacidad de identificar las emociones de los alumnos ya que al observar sus rostros puede percatarse si se están aburriendo ó tal vez en la forma de contestar sus preguntas, si el tono de voz del estudiante llegará a ser desinteresado, esto le ayuda al profesor para cambiar rápidamente la forma en cómo está impartiendo su clase en ese momento. En el caso del estudiante esta habilidad se puede notar cuando observan que el profesor tiene una expresión de enojado por lo tanto tienen que comportarse ó cuando observan la desesperación de uno de sus compañeros al no entender un tema, ocasionando que los alumnos se ayuden entre ellos para mejorar su nivel de aprendizaje.

B) La segunda habilidad es la facilitación o asimilación emocional, lo cual es la habilidad de la persona de tener en cuenta sus sentimientos al solucionar un problema. La habilidad ya antes mencionada se centra en como las emociones afectan el sistema cognitivo y como nuestros estados afectivos ayudan a la toma de decisiones. Se podría decir que esta habilidad plantea como nuestras emociones influyen de forma positiva en el razonamiento, la toma de decisiones, la resolución de problemas y el procesamiento de información. Por ejemplo supongamos que los alumnos tienen que presentar una exposición de un tema complejo, puede que algunos estudiantes sientan la presión y tomen la decisión de prepararse con tiempo, sin embargo puede que otros estudiantes al sentir la misma presión opten por evadir el hecho de estudiar tan solo por evitar sentir el estrés y prefieren estudiar cuando ya se acerque la fecha de exposición.

C) La tercera habilidad es la comprensión emocional la cual implica la capacidad para desmenuzar las emociones, clasificar las emociones y reconocer el origen de esas emociones. La persona debe de ser capaz de identificar la causa o detonante de sus emociones, lo cual no suele ser tan fácil debido a que existe la compensación emocional que sucede cuando se combinan las emociones dando lugar a emociones secundarias. Y por último esta habilidad

también incluye la capacidad de la persona para comprender las emociones de las personas que lo rodean. Un ejemplo en el contexto escolar podría ser cuando un estudiante por más que estudie no logra concentrarse provocando una gran frustración, cuando en realidad puede esa frustración se deba a que está pasando por un momento difícil en casa como el divorcio de sus padres o un duelo. También pueden presentarse situaciones contrarias en donde el alumno prefiera enfocarse en la escuela para evitar pensar en problemas familiares y esto llegue a provocar emociones negativas.

D) La cuarta habilidad es la regulación emocional considerada la habilidad más compleja propuesta por Mayer y Salov la cual incluye la capacidad de que la persona esté dispuesta a reflexionar sobre sus sentimientos tanto positivos como negativos. También incluye la habilidad para regular las emociones propias y ajenas, provocando la disminución de emociones negativas e intensificando las positivas. Esta habilidad va a permitir a la persona el saber implementar estrategias para regular sus emociones y la de los demás. Por ejemplo cuando los alumnos tienen que presentar un examen la ansiedad y estrés aumenta, por lo tanto tienen que recurrir a estrategias que les ayude a regular las emociones con el objetivo de que la presión y el estrés no les afecte a tal grado de que lleguen a bloquearse, algunas estrategias podrían ser el escuchar música o hablar con sus familiares acerca de cómo se sienten.

Los autores Mayer y Salov con su modelo de las cuatro habilidades emocionales, invita a los estudiantes aprender a manejar la inteligencia emocional, ya que si los estudiantes son capaces de desarrollar las habilidades ya planteadas con anterioridad su rendimiento académico iría en aumento. Fernández y Extremera (2005).

Por otro lado las emociones desempeñan una función importante en la vida de las personas, ya que permiten orientar las acciones de las personas de una forma eficaz y asertiva. También es importante resaltar que a través de las emociones los seres humanos se conocen a sí mismos y a su entorno,

permitiendo la toma de decisiones ante diversas situaciones, por lo tanto el manejo de emociones es indispensable para alcanzar un buen rendimiento académico.

Por lo tanto se podría decir que las emociones tienen un papel importante en el desarrollo y rendimiento académico de los estudiantes Extremera y Fernández (2003) mencionan que “ Los alumnos con mayor inteligencia emocional, muestran menos sintomatología ansiosa y depresiva y menor tendencia a tener pensamientos intrusivos, los alumnos con menor bienestar psicológico alcanzaron un bajo rendimiento académico al finalizar el trimestre” Los alumnos que tienden a regular sus emociones son capaces de concentrarse más en sus clases, debido a que tiene la estabilidad emocional para poder enfocarse, sin embargo los alumnos que no tienen la suficiente inteligencia emocional, puede que las emociones sobre pasen sus límites y terminen desencadenando ansiedad o depresión.

Por lo regular son los tutores los que se quejan del bajo rendimiento de los estudiantes, sin embargo y por lo regular no suelen investigar las razones del porque está teniendo esos resultados, se puede llegar a pensar que el bajo rendimiento tiene que ver solo con el hecho de que el alumno no esté comprendiendo la materia y solo sea un problema cognitivo, cuando el origen del problema pueda tener motivos ocultos como una mala relación con su profesor y compañeros, problemas familiares, entre otros. Es importante buscar el origen del porque el alumno está teniendo dificultades al estudiar y enfocarse en mejorar el factor que le esté impidiendo desarrollarse de forma sana en un ámbito educativo.

Por otro lado Acosta y Herrera (2017) “Las emociones y su manejo ponen en duda la exclusividad de la inteligencia racional, como factor más influyente para alcanzar el éxito. Así se enfatiza la necesidad de entrelazar en los contextos educativos el conocimiento y los afectos, lo académico y lo personal” A mayor inteligencia emocional hay una mayor capacidad para aplicar las habilidades

cognitivas y físicas a problemas la vida cotidiana. Una persona que tiene un buen manejo emocional puede ser mucho más eficiente en sus actividades, puede manejar la presión, ayuda a la toma de decisiones y tiene más capacidad de análisis, lo mencionado con anterioridad es posible debido a que el estudiante no permite que las emociones negativas como la ansiedad y el estrés se entrometan en su proceso cognitivo. Es importante que exista un equilibrio entre los conocimientos y un buen manejo de la personalidad y sus emociones.

En conclusión, el concepto de inteligencia ha ido cambiando, dando paso a nuevas teorías como la inteligencia emocional, por ende si las teorías y conceptos han ido cambiando es importante que el método de enseñanza también cambie, por lo tanto es importante sumar intervenciones o talleres acerca de la inteligencia emocional con la finalidad de mejorar el bienestar emocional de los estudiantes.

En conclusión en un contexto escolar puede que el alumno deje de expresar sus ideas, debido a que está más preocupado y presionado por contestar correctamente a las preguntas que le realiza su profesor, debido a que teme equivocarse y se expuesto a burlas. Por lo tanto aunque el alumno quiera tener éxito, como no se siente bien, no estará completamente involucrado su aprendizaje. Por este motivo es importante que el método de educación cambie, el aula de aprendizaje lejos de ser un lugar que genere estrés, debe de ser un lugar que inspire curiosidad en los estudiantes y los incite al aprendizaje.

2.2. Educación virtual.

2.2.1. Definición de la educación virtual.

La pandemia por covid-19 ha generado diversos cambios, siendo la educación uno de los factores más afectados debido al cierre total de los centros educativos. El modelo de la educación virtual vino a dar soluciones ante la emergencia de la pandemia, con la finalidad de no pausar las clases de los estudiantes de nivel medio superior.

A continuación se describirán los escenarios de la enseñanza, con la finalidad de diferenciar cada una de las modalidades, nos enfocaremos principalmente en tres modalidades las cuales son: presencial, virtual e híbrida.

Modelo presencial: Se caracteriza por tener una comunicación efectiva debido a que el profesor imparte sus clases a sus alumnos, en un mismo lugar y tiempo, lo cual brinda la posibilidad de una retroalimentación instantánea. Es el modelo educativo que más ha perdurado a lo largo de la historia, ya que es el modelo implementado en la educación tradicional. Modelo virtual: Se puede definir como aquella en donde los docentes y estudiantes participan e interactúan en un entorno digital, a través de recursos tecnológicos haciendo uso de las facilidades que proporciona el internet y en general las TICS. Modelo híbrido: Es una fusión del modelo presencial y virtual, ya que combina las clases presenciales y las clases a distancia (por computadora, televisión o radio). La tecnología ha permitido que la educación híbrida se enriquezca, ya permite que las clases sean más interactivas.

Para comprender mejor el tema, se ampliará el termino de educación virtual. Ortiz (2002) la define como “una actividad humana que se lleva a cabo a distancia, mediante tecnologías informáticas y de telecomunicaciones, brindando gran flexibilidad al uso del tiempo”. La educación virtual se relaciona con la educación a distancia, la cual surge de la necesidad de las personas que por el tiempo o distancia, no podrían asistir a un centro educativo. El modelo de la

educación virtual se apoya directamente en las Tecnologías de la información y la comunicación (TICS), ya que las nuevas tecnologías aportan diversas herramientas, las cuales pueden proporcionar ambientes educativos adecuados para el aprendizaje de los alumnos.

Por otro lado los autores Tiffin y Rajasingham (1997) mencionan que “el término virtual se entiende como efecto y éste a su vez, como simulación, lo cual quiere decir que imita lo real, por lo tanto la educación virtual es la simulación de la realidad”. La educación virtual va a proporcionar aulas virtuales, las cuales van a simular los salones de clases, sin embargo la experiencia de un aula virtual no se podrá igualar al modelo de clases presenciales, debido a que la interacción puede resultar más compleja al ser por medio de un celular o una computadora, por lo tanto se podría decir que la comunicación depende de la capacidad de conectividad con la que cuenten los estudiantes. En el modelo de la educación presencial se tiene la ventaja de tener la comunicación cara a cara, lo cual provoca que las conversaciones sean más fluidas y hace que la resolución de dudas sea más eficiente, en cambio en el modelo de educación virtual, los alumnos tienen que redactar sus dudas en un correo electrónico y esperar una respuesta, en clases presenciales la aclaración de dudas se hace de forma inmediata, directa y rápida.

Así mismo es importante mencionar que la generación También conocida como Zillennial comprende a aquellos nacidos en los últimos años de los 90's e inicio de los 2000 (1995-2000) aunque aún no se encuentre bien definido. Por lo tanto se puede decir que la generación Z nació en una época en donde el uso del internet y las herramientas digitales son parte de su día a día, por lo tanto cuentan con un gran potencial en el manejo de la tecnología. Sin embargo la modalidad virtual no solo depende de las habilidades digitales con las que cuenten los estudiantes, debido a que también influyen las cualidades, aptitudes y valores, todos estos aspectos van a determinar el grado de responsabilidad que tenga el estudiante para usar estas herramientas, ya que el alumno debe de tener como prioridad usar las herramientas digitales para realizar sus labores académicas.

2.2.2. Las tics su rol e importancia en la educación virtual.

Las TICS son la innovación educativa del momento, las cuales brindan un mundo de información y de fácil acceso para los profesores y alumnos, también tiene como objetivo ser un medio de comunicación para facilitar el intercambio de conocimiento entre profesores y alumnos, llevando a la educación a una forma más didáctica y elaborada, a sí mismo cambia completamente la dinámica de enseñanza y aprendizaje, debido a que el profesor ya no es la principal fuente de conocimiento, su papel cambia a ser moderador que orienta al alumno frente su aprendizaje. En la educación virtual los alumnos deben de ser autónomos y deben de ir a la par con sus profesores.

Niño citado en Martelo, Franco et.al. (2020) afirma que “La introducción de las TICS en el área educativa, contribuyen a la ruptura de los modelos tradicionales, propone mecanismos útiles para que los estudiantes adquieran conocimientos de manera autónoma” es decir las TICS vinieron a modificar la educación, dando la oportunidad de implementar técnicas diferentes, ya que en la educación presencial solo se enfoca en la comunicación oral y escrita, en cambio la educación virtual proporciona bastantes recursos para realizar las clases más dinámicas.

Las TICS permiten que los alumnos puedan aprender de una manera más eficiente, ya que ofrecen diversas opciones para hacer las clases más dinámicas algunos ejemplos son: videojuegos, rompecabezas, tutoriales etc. que se pueden utilizar para reforzar lo que aprendieron en clases, dejando atrás las clases tradicionales en donde solo se utilizaban lápiz y papel.

Para concluir el presente apartado González (2001) afirma que "sería una grave irresponsabilidad histórica no asimilar que los aportes de la revolución tecnológica representan una extraordinaria oportunidad para avanzar en los sistemas educativos y en la democratización de la información y del conocimiento“ Como ya se ha mencionado anteriormente la pandemia por COVID -19 detono el cambio hacia la educación virtual, la cual ofrece diversas ventajas,

alguna de ellas es que permite conectarse desde cualquier lugar que tenga internet sin depender de ningún escenario educativo y los estudiantes pueden encontrar un espacio con el que se sienta cómodo para formarse, aprender y sobre todo interactuar. Sin embargo el mayor reto de la educación virtual es que el estudiante se haga responsable de su propio proceso de aprendizaje, aunque no deja de ser esencial la interacción con sus docentes y compañeros, en la modalidad virtual cada estudiante se enfrenta a sí mismo, a su nivel de disciplina y de organización del tiempo.

A pesar de que se lleva un año y medio con la modalidad de educación virtual aún existen alumnos y docentes inconformes. En el caso del alumno puede que no cuente con la disciplina necesaria para realizar sus actividades académicas, haciendo que su adaptación a la modalidad virtual sea difícil. Sin embargo las TICS les brindan un mundo de información, a comparación de la educación tradicional que solo contaban con textos para apoyarse, ahora cuentan con tutoriales o videos que les permita entender de una mejor manera los temas vistos en clases.

Y en el caso del docente puede que no tenga la adecuada organización ya sea al impartir sus clases o al recibir los trabajos de sus alumnos. En la educación tradicional tenían que recibir las tareas de forma manual, ahora con las tics les ofrece herramientas para una mejor organización y donde se puedan programar los horarios y fechas de entregas llevando así un mejor control.

Sí bien es cierto la educación virtual ha favorecido por medio de las TIC la interacción y trabajo colaborativo, también es cierto que está modificando drásticamente los roles que los profesores y alumnos estaban acostumbrado a asumir. La educación virtual incita a una profunda reflexión sobre el nuevo papel que deben de desempeñar los profesores y alumnos, ya se plantean diversas modificaciones en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

A) Rol del docente:

Como ya se ha mencionado anteriormente la educación virtual provoco un gran cambio, no solo modifíco el estilo de aprendizaje-enseñanza sino que también cambio el papel que desempeñaban los docentes y alumnos. En la educación virtual el docente adopta el papel de supervisor académico y va orientando el aprendizaje de los estudiantes, ajustándose a la personalidad de cada uno de ellos, es decir debe tomar en cuenta el ritmo de aprendizaje de cada uno de los estudiantes.

De acuerdo con el autor Ryan citado en Martínez y Ávila (2014) los roles y responsabilidades del docente en la educación virtual se pueden agrupar en cuatro categorías: pedagógico, social, administrativa y técnica.

En lo pedagógico: El profesor es un facilitador, focaliza los puntos de vista en una discusión, hace preguntas y responde a las dudas de los alumnos, da coherencia a los temas y destaca los puntos importantes en cada clase. El docente es el experto debido a que conoce el contenido de la materia, por lo tanto se tiene que encargar de utilizar el material adecuado para impartir sus clases, con base a los objetivos que tiene su plan de trabajo. También debe de realizar una evaluación cada determinado tiempo con la finalidad de comprobar que los objetivos de la materia se estén cumpliendo.

En lo social: Necesita habilidades para crear una atmosfera de colaboración que permita generar una comunidad de aprendizaje. Él docente debe de ser innovador y aprovechar las herramientas digitales para hacer sus clases más dinámicas de esta forma motivará a los estudiantes para que puedan tener un mayor aprendizaje

En el aspecto técnico: Debe asegurarse de que los alumnos se sientan cómodos con el software y si es necesarios apoyarlos para que comprendan el manejo de la plataforma. Es responsabilidad del docente cerciorarse de que sus alumnos tengan conocimiento de cómo majear el programa, ya que de lo contrario podría afectar su aprendizaje y rendimiento académico.

En lo administrativo: Deben conocer el software para poder impartir conferencias que le permita interactuar con sus alumnos. El docente debe de fomentar o inducir la participación de los alumnos, por lo tanto es importante que los docentes opten por utilizar aulas virtuales en donde puedan interactuar con sus alumnos, de esta forma se creara una interacción que les permita realizar un intercambio de ideas y facilitar el aprendizaje de los alumnos.

B) Rol del estudiante:

En el caso de la educación virtual el rol del estudiante está directamente relacionado con el hecho ser autosuficiente, es decir que tenga la capacidad del auto aprendizaje, el análisis crítico y reflexivo, así como también el trabajo colaborativo, ya que tienen que trabajar junto con sus profesores.

Para comprender mejor el tema, se dividirá en tres esferas relacionadas con: la autodisciplina, el auto aprendizaje y el trabajo colaborativo.

El fortalecimiento de la autodisciplina: Alfie Kohn citado en Rizo (2020) la define como “como el control de la propia fuerza de voluntad para cumplir cosas que generalmente se ven como deseables” La educación virtual permite la libertad y flexibilidad para que los alumnos puedan administrar su tiempo y forma de estudio, por lo tanto deben ser conscientes de sus responsabilidades académicas. En la educación virtual ellos tendrán que aprender a moderar la toma de decisiones, ya que así como las TICS pueden aportarles herramientas necesarias para desempeñar sus labores académicas, también puede llegar a ser una gran distracción como lo son: las redes sociales, videojuegos, videos entre otras, por lo tanto el estudiante debe tener la capacidad de darle prioridad a sus responsabilidades académicas y utilizar las TICS para su beneficio.

El mejoramiento del auto aprendizaje: Rúgeles, Mora y Matute citado en Rizo (2013) definen el auto aprendizaje “como la capacidad que desarrolla el individuo para aprender de manera autónoma, activa y participativa, adquiriendo conocimiento y habilidades fomentando sus propios valores” el auto aprendizaje va a provocar que los estudiantes se exijan a sí mismos, lo cual

puede ser complejo ya que los alumnos estaban acostumbrados a que el maestro sea el que llevé el ritmo del trabajo y sea la persona que les proporcione la información y resuelva sus dudas. En la educación virtual el estudiante debe tener la habilidad de buscar el material que le ayude, por ejemplo si un alumno no entiende algún problema de matemáticas, el alumno puede buscar algún tutorial que le ayude a resolver sus dudas o buscar ejemplos, todo es cuestión de que los estudiantes sean autodidactas sin esperar que los profesores estén de forma presencial para presionarlos y así realicen sus trabajos.

El trabajo colaborativo: Rúgeles, Mora, y Metaute citado en Rizo (2013) mencionan “ el trabajo colaborativo permite ver las cualidades individuales que son compartidas entre pares y facilitadores a través de herramientas como el foro, el correo electrónico, las salas de conversación, el chat entre otros“. El trabajo colaborativo es un factor importante ya que abre paso al intercambio del conocimiento, fortaleciendo los aprendizajes que tengan los alumnos de forma individual y desarrollando sus habilidades de comunicación. También permite que expongan sus puntos de vista a través de exposiciones que son fortalecidas por sus compañeros y sus profesores, con el objetivo de realizar un intercambio de conocimiento.

Con lo anterior se puede concluir que la época actual es una época digital por lo tanto la educación debe proporcionar espacios digitales para que los docentes y estudiantes desarrollen una forma adecuada sus labores académicas.

2.3. Conceptualización de la Adolescencia.

2.3.1 Definición de adolescencia.

La adolescencia puede llegar a considerarse una de las etapas más difíciles del ser humano, ya que es una etapa en la cual se experimentan muchos cambios tanto a nivel físico como psicológico. Por otra parte los adolescentes se encuentran en un punto medio, debido a que tienen una edad en donde ya son grandes para considerarse niños, pero también son muy jóvenes para considerarse adultos, por lo tanto experimentan el proceso de dejar la niñez para convertirse en adulto.

Se comenzará por definir el concepto de adolescencia, Hernández (2011) menciona que “La palabra adolescencia deriva del latín *Adolescens* joven y *Adolecer* crecer, en la lengua española es habitual asociar adolescencia con *adolecer* en la acepción de estar incompleto o carente de algo”, se podría decir que la adolescencia es un despertar de sentimientos y pensamientos que antes en la infancia no se tenían, por lo tanto esto da paso a que se comiencen a replantear el sentido de la vida, al mismo tiempo se inicia una búsqueda de la identidad y pertenencia en un grupo social, y de esta forma es como comenzarán a adquirir cualidades para empezar a formarse como adultos.

Es en la adolescencia en donde los jóvenes comienzan a conocerse mejor a ellos mismos, también buscan las diferencias al resto de su familia, se comparan con sus amistades o figuras públicas, este proceso es necesario para que puedan llegar a formar su propia identidad y de esta forma lleguen a enfrentar los cambios que están por vivir.

La adolescencia se inicia con el periodo de la pubertad Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018) la pubertad es “un proceso que suele ocurrir entre los 10 y 14 años para las niñas y entre los 12 y 16 para los varones, causa cambios físicos afectando a niños y niñas de manera distinta” es una etapa en donde se empiezan a tener cambios físicos, el cuerpo que tenían

en la infancia comienza a modificarse, lo cual puede llegar a repercutir en su salud emocional, ya que la imagen que tenían de sí mismo, empieza a desaparecer, provocando un conflicto interno al tener que abandonar la imagen que tenían antes, y poco a poco comenzar a aceptar la nueva imagen que se está formando de sí mismo.

Posteriormente se da paso a la adolescencia. El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia UNICEF (2021) “delimita la adolescencia como el periodo comprendido entre los 10 y 19 años”. La adolescencia es el crecimiento y maduración de las personas el cual es un proceso que requiere tiempo, es decir el paso de la adolescencia a la adultez no puede ocurrir de la noche a la mañana, sino que contiene diversas etapas y edades en donde los jóvenes van a experimentar diversos cambios, los cuales pueden ser difíciles de aceptar. Sin embargo el término de la adolescencia varía dependiendo de cada persona y su cultura.

Para concluir se puede decir que el término de la adolescencia es hasta que el adolescente termina de concretarse en dos aspectos. El primer aspecto es el término del desarrollo biológico que sería cuando terminan de desarrollarse de forma física. Y el segundo aspecto es el psicológico que es cuando los adolescentes terminan de construir su identidad social la cual le permitirá desarrollarse dentro de una sociedad y asumir el rol de personas adultas.

2.3.2 Cambios y transformaciones.

La adolescencia comienza con cambios físicos repentinos, posteriormente vienen los cambios psicológicos que llegan a causa una crisis de la identidad y posteriormente viene las nuevas relaciones sociales. Para comprender mejor el tema se dividirá en tres esferas: cambios físicos, cambios psicológicos y cambios familiares

Cambios físicos: En esta etapa, los cambios físicos son importantes, puesto que causan un gran impacto en los adolescentes. McConville citado en Fernández (2014) menciona que los cambios físicos “aumenta la conciencia corporal, las preocupaciones sobre la fuerza y el atractivo, se siente ira, vacío, también excitación sexual. Por otro lado, es una aventura hacia lo nuevo”. Los adolescentes comienzan a experimentar cambios repentinos, la voz se comienza a afinar, aparece el acné, los hombres comienzan a desarrollar músculos y las mujeres comienzan a formar curvas, todos estos cambios físicos tienen que ver con las hormonas que se producen en esta etapa. Debido a los cambios ya mencionados los adolescentes se preocupan más por su imagen corporal. El hecho de que acepten su nueva imagen es de suma importancia, de no ser así puede que no se llegue a relacionar libremente con los demás, provocando que se comience a devaluar progresivamente su auto concepto y por ende también su autoestima.

Actualmente los adolescentes viven en una era de la digitalización, por lo tanto tienen libre acceso a las redes sociales, las cuales se han convertido en un medio de expresión en donde las personas publican imágenes, experiencias, etc. Se podría decir que las redes sociales como Facebook e Instagram han provocado que los jóvenes expongan constantemente su imagen corporal, adoptando así figuras públicas como estándar de belleza. Aunque a veces lo que ven en redes sociales puede ser algo no real por ejemplo existen diversos programas para editar fotografías, por lo tanto los adolescentes siguen un estándar que es irreal. Se debe trabajar más en el aspecto emocional de los adolescentes para que aprendan a aceptarse tal cual son, y de esta forma logren tener una mayor seguridad en su persona.

Cambios psicológicos: En el transcurso de la adolescencia también se producen cambios psicológicos, lo cual puede incluir la forma de pensar, el comportamiento y estados emocionales, estos cambios son indispensables para que lleguen a alcanzar la maduración. Silva (2007) menciona algunos cambios que ocurren en la adolescencia como son “manifestaciones y conductas sexuales

con desarrollo de la identidad sexual. Tendencia a contradicciones en las manifestaciones de su conducta y fluctuaciones del estado anímico”. En la adolescencia se comienza a definir la identidad sexual, en este proceso por lo regular, empiezan a sentir emociones y afectos con carga sexual hacia otra persona. También suelen presentar contradicciones en su comportamiento, esto debe a los cambios hormonales, por lo regular los adolescentes también son egocéntricos, debido a que se está descubriendo así mismo, lo cual hace que crean que solo existen ellos y su mundo.

Por otro lado se podría decir que en esta etapa los sentimientos están a flor de piel, por lo tanto pueden pasar de un estado emocional en donde se sientan felices, emocionados y entusiastas, a un estado emocional donde se sientan enojados, ansiosos y pesimistas. Los cambios de personalidad también son muy frecuentes, suelen ser muy rápidos y sin razón alguna. También comienza a exigir su privacidad debido a que ahora son más independientes y ya no necesitan tanto la ayuda de los padres como solía ser en la infancia. A veces los adultos no entienden todos los cambios por los cuales están pasando los adolescentes, debido a que puede parecer que son algo antipáticos, sin embargo se trata de una tensión y un conflicto interno por el cual están pasando los adolescentes.

Cambios familiares: La adolescencia es un periodo de cambio y como tal, esto va a implicar una transformación en la relación que tienen con su familia. Fernández (2014) menciona que “La rebeldía y la desobediencia son externalizaciones de un juego o de un reto con los límites, un probar y un probarse hasta donde les es posible llegar. Mientras los progenitores se encargan de recordarles, en ocasiones atosigándoles, que deben obedecerlas “. Debido a que ya no son niños empiezan a exigir que sus opiniones y propuestas sean tomadas en cuenta dentro del sistema familiar, de lo contrario sentirán que es una injusticia. Crean su propio mundo ahora ya tiene sus propios problemas los cuales son de suma importancia para ellos, si los padres llegan a restarle importancia sentirán que están desvalorizando sus problemas, lo cual provoca

que se lleguen a alejar aún más de sus padres. Esto también detona que comiencen a romper cada vez más las reglas con la finalidad de dejar claro sus puntos de vista, también es una forma de probar los límites y paciencia de los padres de familia.

A pesar de que la adolescencia es una etapa crítica, es importante que los padres de familia permanezcan a lado de los adolescentes, ya que la influencia familiar será vital para que se adapten a la sociedad, debido a que si su relación familiar es positiva, en un futuro será un adulto responsable y que tenga facilidad en la toma de decisiones, de lo contrario si es negativa, podría ser un adulto que no siga las reglas y normas, teniendo como consecuencia un comportamiento no adecuado dentro de una sociedad.

2.3.3 Teoría de operaciones formales de Piaget.

Como ya se ha mencionado anteriormente cada cambio causa un desequilibrio y confusión, por lo regular se piensa que los cambios que le ocurren al adolescente de forma externa es decir que solo van a afectar de forma actitudinal, sin embargo estos cambios van más allá, llegando a desencadenar una afectación en un nivel cognitivo, provocando que los adolescentes tengan una baja tolerancia al estrés y por ende un bajo rendimiento académico. Para comprender mejor el proceso mental por el cual están pasando los adolescentes, se procederá a explicar de forma más detallada la teoría de operaciones formales de Piaget.

Jean Piaget fue un psicólogo el cual se interesó por estudiar el desarrollo de los niños, una de sus más grandes investigaciones que aportó a la psicología educativa, fueron sus cuatro estadios que explican los periodos por los cuales atravesamos los seres humanos. En cada uno de sus estadios, ilustra como las personas ven el mundo, dependiendo de cómo evolucionan sus operaciones mentales. El estadio de operaciones formales es la última de las cuatro etapas de la teoría de Piaget la cual comienza aproximadamente a los doce años y

abarca hasta la edad de la adultez, es decir que este periodo abarca desde el inicio de la adolescencia hasta la inserción en el mundo de la adultez.

Piaget (1964) menciona “todo nuevo poder de la vida mental empieza incorporándose al mundo en una asimilación egocéntrica, para encontrar a continuación el equilibrio componiéndose con una acomodación a lo real, existiendo egocentrismo intelectual de la adolescencia” el egocentrismo tiene un aspecto afectivo, es decir el adolescente se siente al mismo nivel que los adultos, pero encuentran diferencias entre él y sus superiores de manera que llegan a tener el sentimiento de superarlos y sorprenderlos para transforman el mundo, por tal motivo los planes de vida de los adolescentes suelen ser llenos de sentimientos amables y altruistas o pueden llegar a pertenecer a clubs con los cuales puedan convivir con otros adolescentes que compartan sus mismas ideas. Todo esto surge a raíz de la comparación con sus mayores, por lo tanto crean una sensación de querer vivir de forma diferente a ellos. Es importante mencionar que debido a su egocentrismo intelectual es difícil que lleguen a aceptar opiniones externas ya que piensan que solo sus puntos de vista son importantes, siendo así sus pensamientos la verdad absoluta, lo cual detona que se cree una separación con los adultos al cuestionar todo argumento que se les presente.

Piaget (1964) menciona que “el plan de vida supone la intervención del pensamiento y de la reflexión libres, y a ello se debe que no se elabore más que cuando se cumplen determinadas condiciones intelectuales, como son precisamente el pensamiento formal o hipotético-deductivo” El pensamiento hipotético deductivo es la capacidad de pensar de forma científica, en esta etapa los jóvenes comenzaran a aprender en forma de ensayo y errores, su pensamiento también se vuelve más abstracto, también es capaz de crear hipótesis, ya que por lo regular es muy normal pensar ¿qué pasaría si hago tal acto?, también pueden resolver problemas manipulando varias variables muchas veces al azar.

Por otro lado los adolescentes comienzan a entender cómo se maneja la sociedad, como son sus leyes, normas, creencias, costumbres, etcétera.

Empiezan a darle la importancia a lo que antes no hacían, al despertar ante un mundo lleno de reglas comienza a estudiarlas por medio de sus vivencias, sin embargo puede que al darse cuenta de que el mundo no sigue las normas, puede ocasionarles un choque y lleguen a rechazar todas estas normas, cayendo así el un concepto de cinismo del mundo adulto. Piaget (1964) menciona que “El adolescente medita sin cesar en función de la sociedad. Pero la sociedad que le interesa es la que quiere reformar, despreciando o desinteresándose por la sociedad real, a la que condena” al inicio de la etapa de operaciones formales el yo es sumamente fuerte para reconstruir su propio mundo, creando así sus propias ideas y reglas, sin embargo a medida de que los adolescentes van viviendo más experiencias en su día a día van comprendiendo el mundo adultos cada vez más, ocasionando que su yo comience a debilitarse y comience a adaptarse a la sociedad adulta.

Piaget (1964) menciona que “El equilibrio se alcanza cuando la reflexión comprende que su función característica no es contradecir, sino preceder e interpretar a la experiencia. Una vez superadas las últimas crisis de adaptación, restablece con toda seguridad el equilibrio e indica de esta forma, definitivamente, el acceso a la edad adulta. Los adolescentes se convierten en jóvenes adultos que tienen ahora una percepción del mundo más firme y real, también es capaz de identificar sus propios valores. Se centran más en su futuro y se basan en sus decisiones de acuerdo con sus objetivos planteados e ideales. La relación con los adultos comienza a mejorar aceptando sus puntos de vista y tomándolos como guías que los orientan

La adolescencia es una etapa en donde los jóvenes suelen vivir al límite y parecen que no tienen conciencia de lo que puedan ocasionar sus actos, no se preocupan por los problemas que pasan a su alrededor, solo en ese momento existen los problemas que ellos tienen. Todas las experiencias que los jóvenes vivieron les permiten aprender de sus errores, todas aquellas decisiones y puntos de vista que ocasionaron sentimientos negativos, les va a permitir reflexionar y no cometer los mismos errores cuando sean adultos. Es importante que los

adultos entiendan ese aspecto, debe tener la paciencia y la calidez para apoyar en el proceso a los adolescentes, pues tal parece que veces los adultos olvidan que ellos también fueron adolescentes.

2.4. Conceptualización del estrés en el entorno educativo.

2.4.1 Definición de estrés.

El estrés es un estado de cansancio emocional, físico y psicológico que nos puede llegar a afectar a todos a cualquier edad, en mayor o menor medida de acuerdo con la situación que se estén enfrentado las personas, por lo que se analizará como el estrés académico provocado por la pandemia y las clases en línea ha afectado el rendimiento académico de los adolescentes y las consecuencias a las cuales se han enfrentado.

Para comprender mejor el tema se iniciará por definir la palabra estrés Jerez y Oyarzo (2015) “lo definió como un conjunto de procesos y respuestas neuroendocrinas, inmunológicas, emocionales y conductuales ante situaciones que significan una demanda de adaptación mayor a lo habitual para el organismo”. Los síntomas de estrés que pueden presentar los adolescentes son: dolor de cabeza, fatiga, irritabilidad, trastornos del sueño, angustia. El estrés puede llegar a afectar el desempeño del estudiante, un ejemplo claro es el cansancio mental lo cual puede ser provocado por la exigencia de profesores para entregar trabajos, exposiciones ensayos etc.

Con relación al estrés académico Toribio (2016) lo “definió como un proceso sistémico de carácter adaptativo, lo cual el estudiante puede manifestar un desequilibrio sistemático o mejor conocido estrés académico”, esto puede llegar a provocar diferentes reacciones y síntomas en los adolescentes, por lo que se puede decir que se encuentran en una etapa de fácil adaptación y esto les permitirá crear diferentes estrategias de afrontamiento para el manejo de

estrés por el cual estén atravesando, algunas de las estrategias puede ser que los adolescentes decidan, navegar por alguna red social o incluso inscribirse a un curso de tipo recreativo, aprender a tocar un instrumento, ver alguna película y así se les haga más fácil el manejo del estrés.

Esto no quiere decir que el adolescente no pueda llegar a presentar dichos síntomas, ya que dependerá de cada uno de ellos como es que lo va a enfrentar y por ende es como lo manejará, es muy importante que los padres de familia estén al pendiente de que síntomas de estrés pueden presentar sus hijos y si eso no les impide el manejo de sus actividades diarias.

Además para Díaz y Gómez citado en Águila, Calcines, Monteagudo, et al. (2015) definieron que “El estrés académico como aquellos procesos cognitivos y afectivos que el estudiante puede percibir de su entorno académico. El estudiante evalúa diversos aspectos del ambiente académico y los clasifica como amenazantes, como retos o demandas a los que puede responder eficazmente o no; estas apreciaciones se relacionan con emociones anticipatorias como: preocupación, ansiedad, confianza, ira, tristeza, satisfacción, alivio, etc.” Esta es una respuesta fisiológica o psicológica que manifiesta el individuo ante un estresor, en el caso de los adolescentes pueden percibir su ambiente virtual como un espacio de poca interacción/ motivación y por ende puede llegar a provocar un bajo rendimiento académico o simplemente se puede quedar estancado en su aprendizaje, en otros casos puede que no les llegue afectar en nada eso solo dependerá de la personalidad de cada estudiante. En este caso de los adolescentes pueden presentar diferentes cambios en su conducta, como irritabilidad, malestares estomacales, tensión y dolores musculares, ritmo cardiaco acelerado, dolores de cabeza, pérdida de apetito, insomnio, cansancio físico y mental.

Todo esto puede ser provocado por el espacio físico en que se encuentra al tomar sus clases virtuales, no tener una habitación adecuada, no contar con una accesibilidad estable de internet. Así como también puede ser un factor para

sus cambios de conducta las cargas de trabajo que les vaya pidiendo su profesor, proyectos, exámenes virtuales. Los adolescentes se pueden sentir abrumados debido a la carga académica que se les puede llegar a presentar y por lo tanto presentar síntomas de estrés.

Mejía (2011) menciona que “Al mismo tiempo, el estrés puede relacionarse como individuo-ambiente”, lo cual quiere decir que el estrés no solamente va a depender de la persona que lo esté presentando, sino también del medio que lo esté rodeando como: familia, amigos, compañeros de clases, todos estos cambios sociales o del medio ambiente pueden afectar la vida de la otra persona con la que interactúe o conviva, el adolescente que este padeciendo de algún síntoma de estrés académico, por ejemplo el adolescente puede estar estresado por las clases en línea o por alguna falla que haya tenido en sus actividades académicas, esto puede provocar cambios repentinos de humor o presentar algunos otros síntomas de estrés, cuando se encuentre en casa todos esos malestares que él está presentado, puede que en su núcleo familiar también estén manifestando dichos síntomas de estrés.

Ya que las personas que los rodean pueden presentar síntomas similares, es por eso la importancia de analizar al estrés como un conjunto entre individuo-ambiente y espacio social con el interactúe y se desenvuelva el adolescente, así para hacer una recopilación de los factores, amenazas y situaciones por las que puede estar atravesando el adolescente. Para Halpern citado en Mejía (2011) “el estrés es aquello que impone las demandas de ajuste a un individuo y las reacciones de estrés o respuestas conductuales” esto se refieren a las demandas ambientales como se menciona anteriormente, ¿porque se le da mucha importancia al ambiente que rodea a la persona que presenta algún síntoma de estrés?, porque esto engloba a un conjunto de síntomas que pueden llegar a presentar dichos individuos, habrá situaciones en las que se le hará difícil manejarlas y, es por eso que el ambiente es un factor de mucha importancia ya que puede servir como apoyo para el sujeto o simplemente no favorecer en nada.

La adolescencia es importante debido a que es una etapa de particular interés en donde se pueden adquirir el aprendizaje y las estrategias necesarias para el afrontamiento del estrés. Es por eso por lo que se hablará de los 2 tipos de estrés que existen el diestrés y el eustrés.

Barrio, García y Ruíz (2006) mencionan que “El eustrés es un estrés productivo o positivo que posibilita respuestas eficaces, potentes y facilitadoras de bienestar” este tipo de estrés se considera de forma positiva porque no implica cambios que afecten a nivel físico, psicológico al contrario motiva a las personas a la realización de sus actividades diarias, ya sea en el trabajo, la escuela. Permite la adaptación de los seres humanos para sobrevivir y superar obstáculos. Por ejemplo si un alumno es cumplido con sus tareas, proyectos, participa en las clases en línea y el docente observará que su alumno está cumpliendo con las actividades requeridas, optará por premiarlo y darle un punto extra. Que quiere decir con esto aunque el estudiante se sienta estresado (estrés positivo) está teniendo una motivación para realizar sus actividades correspondientes.

Barrio, García, Ruíz y Arce (2006) mencionan que “El estrés destructivo (diestrés) que se acompaña de sufrimiento, tensiones y escasa eficacia” El diestrés es caracterizado por una sobrecarga de alerta que lleva al agotamiento a las personas y va reduciendo la energía con la que cuenta, reduce la capacidad de respuesta y adaptación lo que puede conducir a estados graves de malestar y llegar a la no realización de las actividades diarias o correspondientes. Un ejemplo es que el profesor solo les deje cierta carga de trabajo y no de una explicación, esto va a provocar que los alumnos se sientan confundidos y no tengan idea de cómo realizar la actividad solicitada por el docente, ocasionando que los alumnos no sientan una motivación para realizar sus actividades correspondientes y por lo tanto enfrenten un estrés de manera negativa, presentando problemas de concentración y falta de motivación.

2.4.2. Factores que pueden desencadenar al estrés.

Como se ha mencionado anteriormente el estrés es un factor muy importante, por el que pueden atravesar los estudiantes de nivel preparatoria debido a que la modalidad de enseñanza que tenían cambio rotundamente, por la pandemia de Covid-19, ya no son clases presenciales ahora todo es por medio de clases virtuales o por clases híbridas, es por eso que se hablara de los principales estresores académicos por los que se pueden estar enfrentando los adolescentes.

Uno de los principales factores que llegan a afectar a los adolescentes es la falta de tiempo o tiempo limitado, es decir algunos de los estudiantes en el periodo de pandemia, pudieron haber optado por entrar a trabajar y es por eso que tienen un tiempo muy limitado para poder acceder a sus clases virtuales o incluso el poder cumplir con sus actividades correspondientes en el área académica. Así mismo otro factor de suma importancia es “La sobrecarga académica de estudio, las clases, las tareas” Macías (2012). Lo cual puede influir en que el adolescente entre en una etapa o en un nivel de estrés, ya que se le pueden juntar exámenes virtuales, trabajos, ensayos o alguna otra actividad que le sea solicitada por el profesor, esto también dependerá mucho si el adolescente trabaja y estudia, y todo esto se verá reflejado en sus calificaciones finales. El último factor es de suma importancia “Exposiciones de trabajos en clases”, Macías (2012) aquí es donde los adolescentes mostraran todos los conocimientos adquiridos mediante el ciclo escolar, o de igual manera pueden mostrar poco interés a la hora de entregar sus trabajos o presentar una exposición, como se ha venido mencionando anteriormente se perdió el contacto físico y la interacción grupal todo esto puede llegar a provocar la falta de motivación de los alumnos y profesores que imparten y toman clases virtuales.

Es por eso por lo que los padres de familia deben estar alerta si sus hijos están presentando algún síntoma de estrés y explicarles las causas y consecuencias que les puede llegar a provocar dicho síntoma. Así como también

pueden atravesar por diferentes factores que afectan su desarrollo académico. Los padres de familia cumplen un rol de suma importancia en vida de los adolescentes porque ellos pueden orientarlos a cómo manejar dicho estrés, así como darles las herramientas necesarias para poderlo enfrentar y esto no afecte en su vida diaria.

Si se llegara a observar que algún adolescente no puede manejar los síntomas de estrés mencionados anteriormente, lo conveniente sería que solicitara algún tipo de ayuda para que esto no le afecte tanto física y emocionalmente. Así como también sería recomendable asistir algún tipo de terapia psicológica, algún centro de ayuda para el manejo de estrés, Es por eso la importancia de conocer algunas estrategias de afrontamiento para que tengan un desarrollo adecuado.

2.4.3 Estrés Académico Asociado a la Pandemia por COVID 19.

En el contexto actual marcado por la existencia de la pandemia, trajo consigo mismo muchos cambios para los adolescentes de preparatoria así como también para cualquier persona que sea estudiante o no, ya que los cambios que están sucediendo pueden perjudicar de diferente manera a las personas así como presentar síntomas de estrés.

La pandemia de la COVID ha sido difícil, no solo por el riesgo del contagio, sino por la incertidumbre de no saber cuándo terminará y si se podrá vivir de nuevo sin miedo. En un libro reciente sobre “la situación de la educación en tiempos de la pandemia, hecho a gran velocidad por docentes, se resalta que el cierre de las escuelas es un acontecimiento traumático para los actores educativos” Gonzales, (2020). Que quiere decir con esto que los docentes como los alumnos pueden entrar en un conflicto de ansiedad así como de estrés, al no saber si cuando regresen a las clases presenciales pueden contagiarse de covid-19 o no. Otro factor importante es que no se sabe si todos los que vuelvan a regresar a las clases presenciales ya estarán vacunados. Como se dice que no se sabe a ciencia cierta cuáles serán los efectos y reacciones que se tendrán a

la hora de reingresar de nuevo a las instalaciones, ya que todo cambiaría desde la forma en la cual accederán a la escuela, así como también tener en cuenta todas las medidas de sanidad que se han venido tomando desde el inicio de la pandemia como el uso de cubrebocas, el uso del gel antibacterial así como tener una sana distancia entre compañeros y docentes, es por eso la incertidumbre y la preocupación del regreso a clases normales.

CAPÍTULO III. METODOLOGÍA

A continuación se presenta la metodología utilizada en la investigación la cual se tomó como referencia para llevar a cabo el proceso de recolección de los resultados de la investigación.

3.1 Tipo de investigación.

La presente investigación pertenece a un enfoque cuantitativo no experimental, el cual se refiere a que el estudio que se realiza es sin la manipulación deliberada de las variables y en los que solo se observan los fenómenos en su ambiente natural para después analizarlos, con alcance comparativo. El tipo de estudio es descriptivo univariable, se refiere a que las variables serán analizadas y descritas de forma individual y se dará una explicación de cada una de ellas, es decir se describirá la variable de estrés académico y por otro lado se describirá la variable sobre la percepción que tienen docentes y alumnos del desempeño académico en la modalidad de la educación virtual. Será un estudio de tipo comparativo ya que se pretende comparar las respuestas proporcionadas por alumnos y docentes acerca de la percepción de las clases virtuales.

La técnica que se utilizó para la recolección de datos fue el cuestionario para medir la percepción que tienen los docentes y alumnos sobre la percepción del desempeño académico por medio de las clases virtuales. Y un Inventario de Estrés Académico SISCO SV. El tipo de corte que se utilizó fue el transversal, es decir que la recolección de datos se realizó en un solo momento y no se midió en varias ocasiones la misma variable.

3.2. Muestra de la investigación.

El muestreo de los sujetos fue determinístico por conveniencia, el cual quiere decir que ya se tenía a la población establecida a la cual se le aplicarían los instrumentos de medición. La muestra que se utilizó para la presente investigación fueron 15 docentes de nivel preparatoria de ambos sexos y 51 alumnos de nivel preparatoria de ambos sexos, que se encontraran el rango de haber impartido clases en línea y haber tomado clases en línea, en el cual los participantes aceptaron participar en el estudio de manera voluntaria e informada, en donde el rango de edad de los estudiantes de preparatoria fue de 14 a 18 años, mientras que la edad de los docentes fue de 32 a 63 años.

Criterios de inclusión

- Docentes de ambos sexos, haber impartido clases en línea.
- Alumnos de ambos sexos, haber tomado clases en línea.
- Haber cursado la preparatoria y haber impartido clases a nivel preparatoria.
- Participar de manera voluntaria en el estudio.
- Se les explicó el objetivo de la investigación así como también que la información proporcionada sería de manera confidencial.

Criterios de exclusión

- No haber tomado clases en línea
- No haber impartido clases en línea
- No aceptar participar en el estudio.

3.3 Técnicas e instrumentos de la investigación.

Para la recolección de datos se utilizó el Inventario de Estrés Académico SISCO SV adaptado al contexto por COVID-19 de los autores Alania, Llancari, Rafaele, et al (2020), tomado de Barraza. El instrumento presenta validez

genérica y específica de contenido según el coeficiente de concordancia V de Aiken. Se concluyó que el Inventario de Estrés Académico SISCO SV, adaptado al contexto de la crisis por COVID-19, es válido y confiable. El cual consta de 3 ejes de medición del estrés. El primero es la dimensión de estresores en la cual pueden llegar afectar a los alumnos, la cual consta de 15 preguntas relacionadas a lo anterior. La segunda dimensión hace referencia a los síntomas/reacciones que pueden estar presentando los jóvenes este apartado consta de 15 preguntas relacionadas con malestares físicos y psicológicos. Y por último la dimensión de estrategias de afrontamiento ante el estrés presentando por la crisis de Covid-19, este apartado consta de 17 preguntas relacionadas a como están enfrentado el estrés y como es que están manejando estas técnicas de afrontamiento y si les están funcionando para moderar el estrés. Todas las preguntas están en una escala tipo likert con 6 opciones de respuesta: Nunca, Casi nunca, Rara vez, Algunas veces, Casi siempre, Siempre.

La otra técnica para la recolección de los datos fue el cuestionario para darle una validación se consultó a 3 docentes de la Licenciatura en Psicología, el cuestionario se aplicó a docentes y alumnos con el objetivo de hacer un efecto espejo para ver la percepción que tienen los docentes y alumnos de las clases en línea, el cual consta de 5 factores diferentes para el análisis de este mismo.

El primer factor se enfoca en la inteligencia emocional el cual consta de 5 preguntas relacionadas que van de la pregunta 1 a la 5 las cuales hacen referencia el sentir las diferentes situaciones específicas en el cuestionario y, por otra parte ver cuál es la percepción que tiene el docente de la inteligencia emocional que tienen sus alumnos.

El segundo factor se enfoca en el hogar y la familia en este se trata de ver si los padres de familia están al corriente de las actividades de sus hijos y que tanto participan y dan importancia en ellas, mientras que los docentes señalaran si están participando en las actividades correspondientes. Este apartado consta de la pregunta 6 a la 8.

El tercer factor hace referencia a nivel pedagógico, ver la percepción que tienen los estudiantes de su rendimiento académico y como es que están impartiendo las clases los docentes, así como el docente está percibiendo el rendimiento de sus alumnos y como cree que está enseñando, este apartado va de la pregunta 9 a la 11.

El cuarto factor hace referencia al manejo y utilización de las Tics tanto de docentes como alumnos y a la accesibilidad que tienen a ellos, este va de la pregunta 12 a la 14.

El quinto factor se refiere a la adaptación a la educación virtual en los estudiantes de nivel preparatoria, que tanto les beneficio y afecto tener las clases en línea, mientras que en el docente ver como se percibió este cambio por parte de sus alumnos, este apartado va de la pregunta 15 a la 21.

3.4 Procedimientos de la investigación.

Para la recolección de los datos se acudió a la Preparatoria del municipio de Tlaltizapán Morelos, donde se le solicito al director dar la autorización para aplicarles las escalas de medición ya establecidas para docentes y alumnos que fue mediante un formulario de Google por medio de WhatsApp.

Se aplicó el Inventario de Estrés Académico SISCO SV y un Cuestionario que se realizó por las investigadoras de este estudio, el cuestionario se aplicó a docentes y alumnos tratando de hacer un efecto espejo con las mismas preguntas para ambos. Debido a la pandemia por Covid-19 la forma de aplicación fue por medio de un formulario de Google, la liga se le proporciono a 43 estudiantes y a 15 docentes de la Preparatoria, que toman e imparten clases en línea, los cuales se encuentran cursando segundo y tercer semestre de preparatoria en dichas escalas de medición, las dos que se aplicaron llevaban un consentimiento informado en cada una de ellas, explicando a cada una de las personas que los datos proporcionados serian de manera confidencial y voluntaria al participar en dicho estudio.

CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE RESULTADOS

A continuación se presentan las descripciones de análisis de resultados de los instrumentos aplicados tanto a la muestra de alumnos como profesores. Esto fue con el objetivo de medir la percepción sobre el rendimiento académico de los estudiantes en la modalidad de la educación virtual. El análisis de resultados se realizó a través de hojas de Excel.

4.1 Resultados demográficos de la muestra.

La investigación estuvo compuesta por 51 alumnos de los cuales 18 eran hombres y 33 eran mujeres. Las medidas descriptivas de la edad que obtuvieron como resultado fueron las siguientes: La edad promedio fue de 16 años con una desviación estándar de 1.1, en general la población conto con una edad de entre 15 y 16 años. La edad mínima fue de 15 años, y la máxima fue de 18 años; el alumnado estaba cursando 2do y 3er año de Preparatoria. En conclusión, se puede decir que la mayoría de los alumnos estaba en etapa de la adolescencia. Los resultados se muestran a continuación en la siguiente tabla (tabla 1).

Tabla 1. Medidas descriptivas de la edad de los alumnos.

Promedio	Desviación estándar	Moda	Mínimo	Máximo
16	1.1	15	15	18

Por otro lado, la muestra de profesores estuvo compuesta por 7 hombres y 8 mujeres, el total de la muestra fueron 15 profesores. La edad promedio fue de 43.2 años con una desviación estándar de 9.1, en general con una edad de 38 años, la edad mínima medida fue de 32 años y la mayor de 66 años. Los resultados se muestran a continuación en la siguiente (tabla 2).

Tabla 2. Medidas descriptivas de la edad de los profesores.

Promedio	Desviación estándar	Moda	Mínimo	Máximo
43.2	9.1	38	32	66

4.2 Resultados del cuestionario.

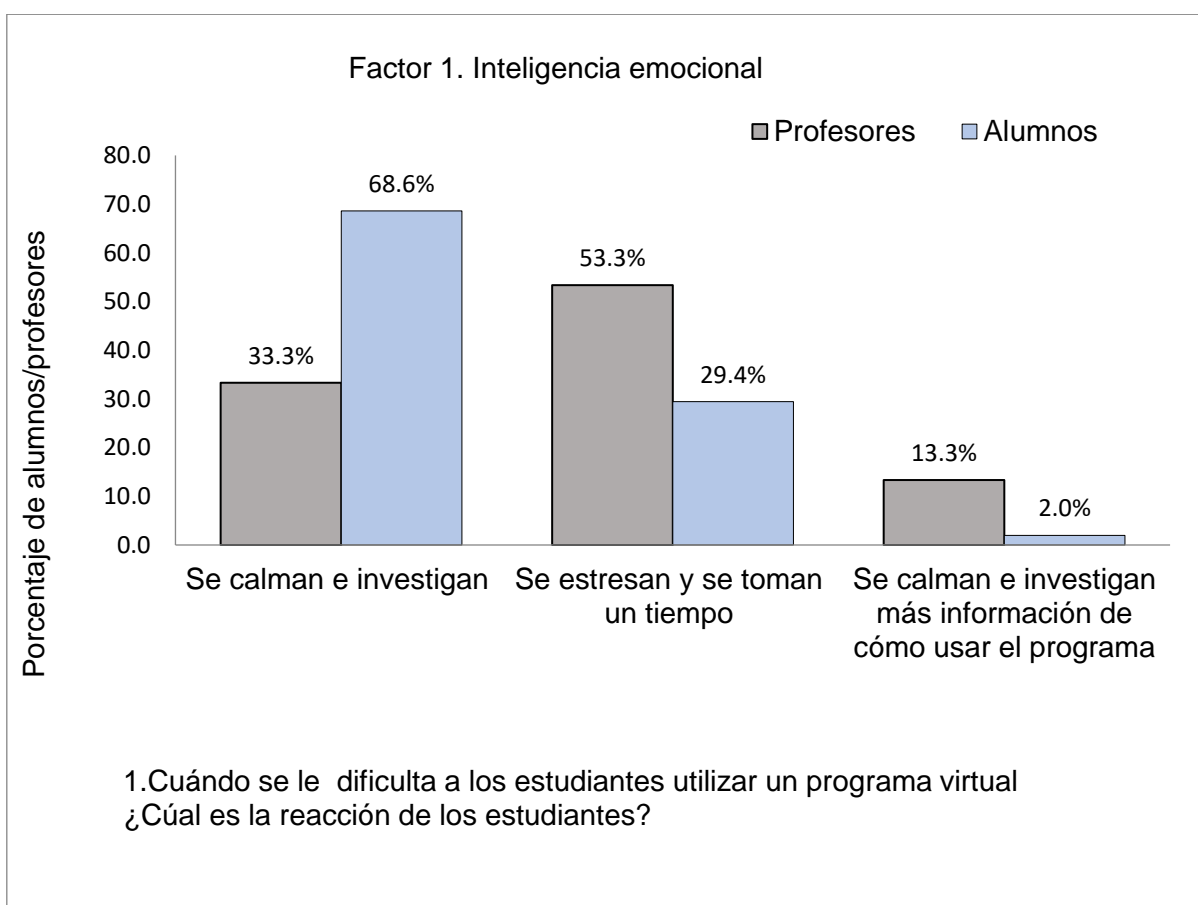
Se aplicó un cuestionario el cual estaba conformado por 21 reactivos y se dividió en 5 factores, con las mismas preguntas para alumnos y profesores, acerca de la percepción que tenían sobre el rendimiento académico de los alumnos en el modelo de la educación virtual. Se tomaron en consideración 5 diferentes factores los cuales fueron: Inteligencia emocional, familia y hogar, pedagógico y adaptación en la educación virtual. Las respuestas de todo el cuestionario se encuentran en el ANEXO 1. A continuación se muestran las preguntas más relevantes de cada factor tanto de profesores como de alumnos.

A) Factor 1. Inteligencia emocional.

En general se puede decir que estudiantes y docentes tenían percepciones diferentes, ya que los estudiantes percibían contar con un buen manejo de la inteligencia emocional en el proceso de realizar sus labores académicas en la modalidad virtual, sin embargo si los esfuerzos que hacían a lo largo del semestre no se veían reflejados en sus calificaciones, reaccionaban de diferente forma las cuales iban desde motivarse y esforzarse más, hasta el hecho de perder su confianza en sus capacidades y sentir que todos sus esfuerzos no tendrían resultados en un futuro.

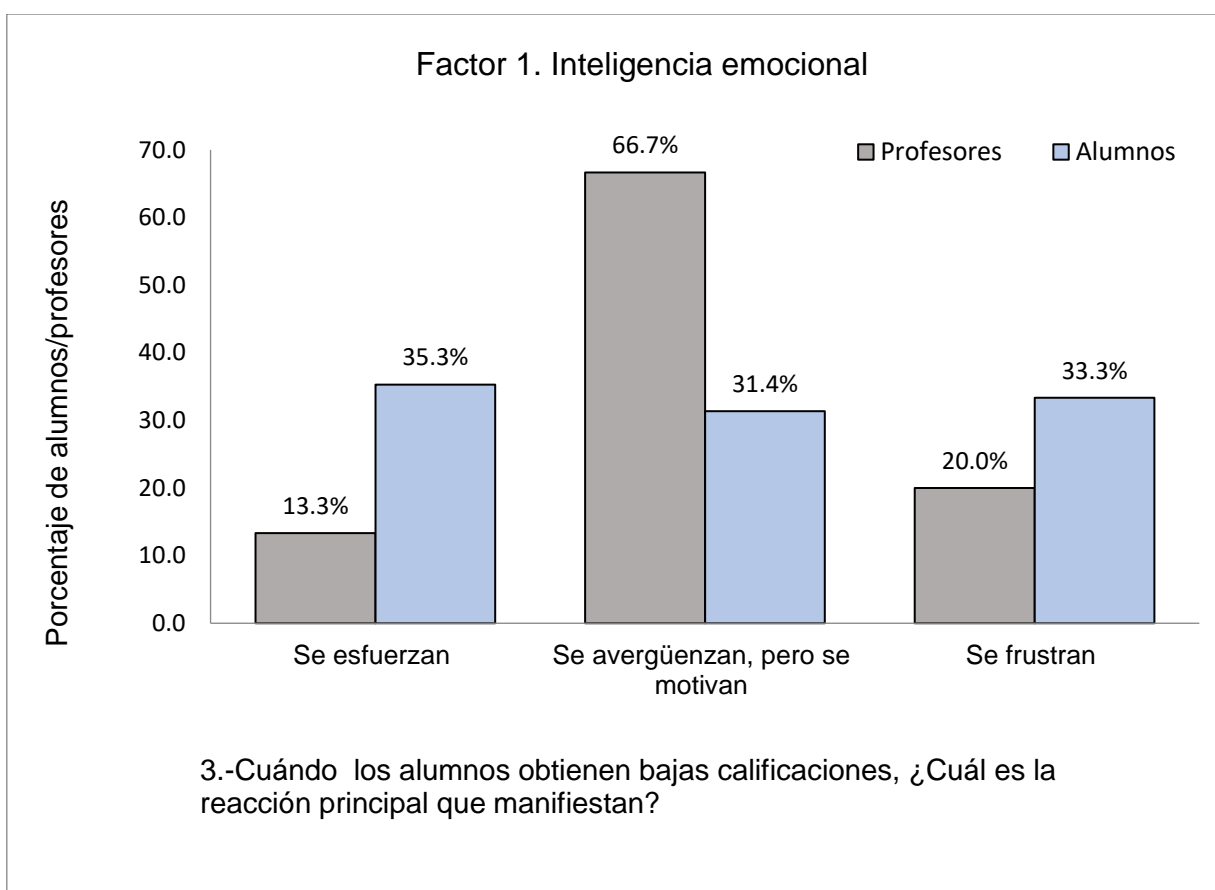
Con relación a la mayoría de los profesores (68.6%) pensaban que los alumnos se estresaban cuando se les dificultaba utilizar un programa virtual, en

el caso de los alumnos la mayoría contestó que (53.3%) se calmaban y posteriormente investigaban como utilizar el programa. En conclusión la percepción de los alumnos y profesores es diferente, debido a que mientras los docentes pensaban que los alumnos se estresaban para después pedir ayuda, los alumnos optaron por la opción de guardar la calma para posteriormente buscar soluciones y de esta forma informarse de cómo debían de utilizar el programa. Demostrando así que contaban con un buen manejo de la inteligencia emocional.



Gráfica 1. Reacción de los estudiantes cuando se les dificulta utilizar un programa virtual.

En cuanto a la mayoría de los profesores (66.7%) pensaban que los alumnos se avergonzaban al tener una baja calificación, sin embargo en el caso de los alumnos, las respuestas fueron muy divididas debido (35.3) pensaban en las veces que habían obtenido buenas calificaciones, lo cual los motivaba a esforzarse más. El (31.4%) se avergonzaban y pensaban que debían estudiar más para mejorar la situación y el (33.3%) se frustraban y pensaban que todo les va a salir mal en un futuro. Concluyendo que los adolescentes reaccionaban de forma diferente a los resultados de sus calificaciones

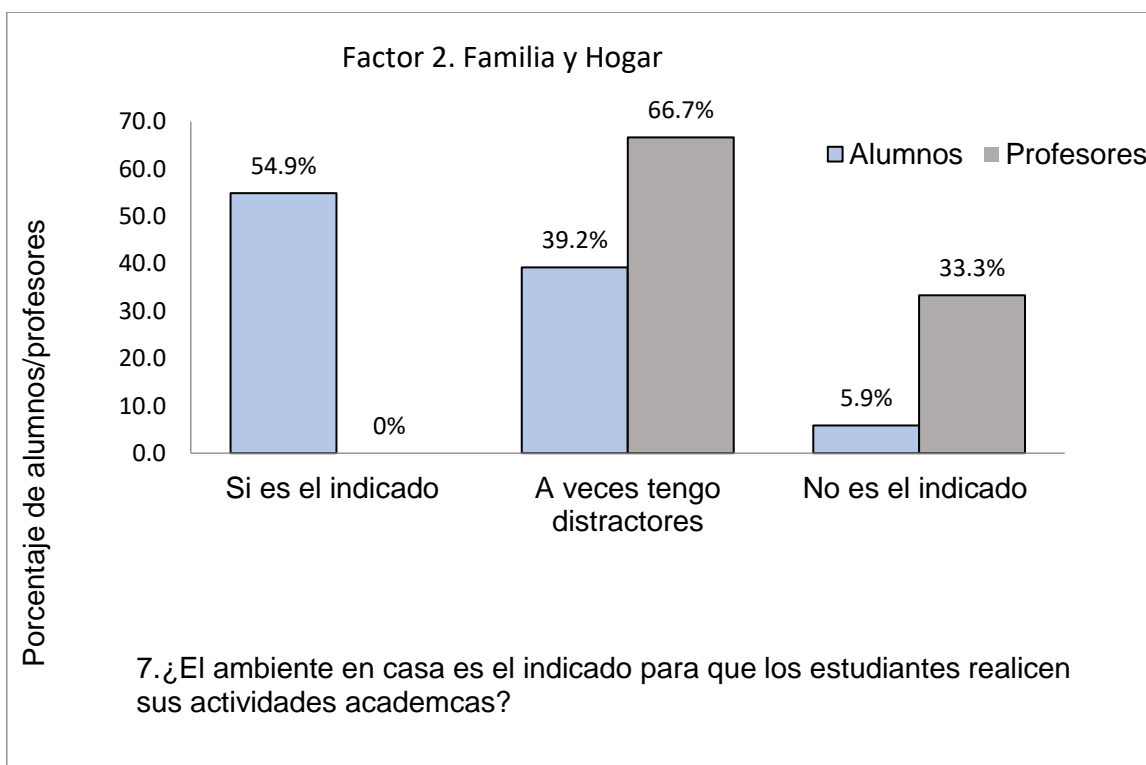


Gráfica 2. Reacción de los estudiantes acerca de sus bajas calificaciones.

B) Factor 2 familia y hogar.

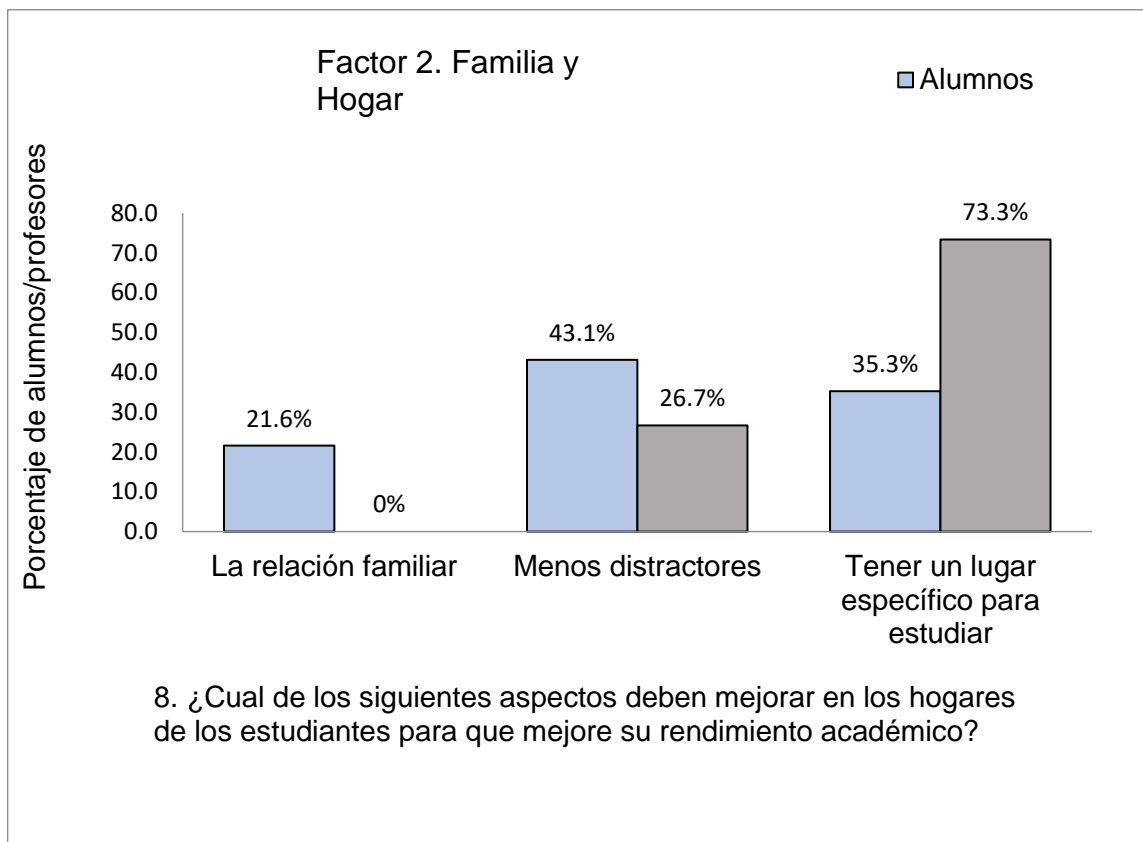
Los docentes percibían que el hogar no era un lugar completamente indicado para que los alumnos tomaran sus clases, debido a que no contaban con lugar específico para realizar sus labores académicas, y por otro lado consideraban que tenían muchos distractores. En cambio los alumnos mencionaban que el hogar si era un ambiente indicado para su estudio, solo que tienen más distractores. Por lo tanto los alumnos se sentían cómodos estudiando casa.

Con relación a la mayor parte de los docentes (66.7%) habían observado, al impartir sus clases que el ambiente en el hogar de los alumnos no era completamente el indicado ya que a veces tenían distractores. Mientras que la mayoría de los alumnos (54.9%) mencionaban que sí es el indicado. Demostrando nuevamente que la percepción de alumnos y profesores no es la misma.



Gráfica 3. El ambiente en casa como el indicado para el desarrollo de las actividades académicas de los alumnos.

Con respecto a la mayoría de los profesores (73.3%) pensaban que el aspecto a mejorar en los hogares de los alumnos será el hecho de tener un lugar específico para estudiar. Mientras que la mayoría de los estudiantes (43.1%) pensaban que debía de haber menos distractores en casa.

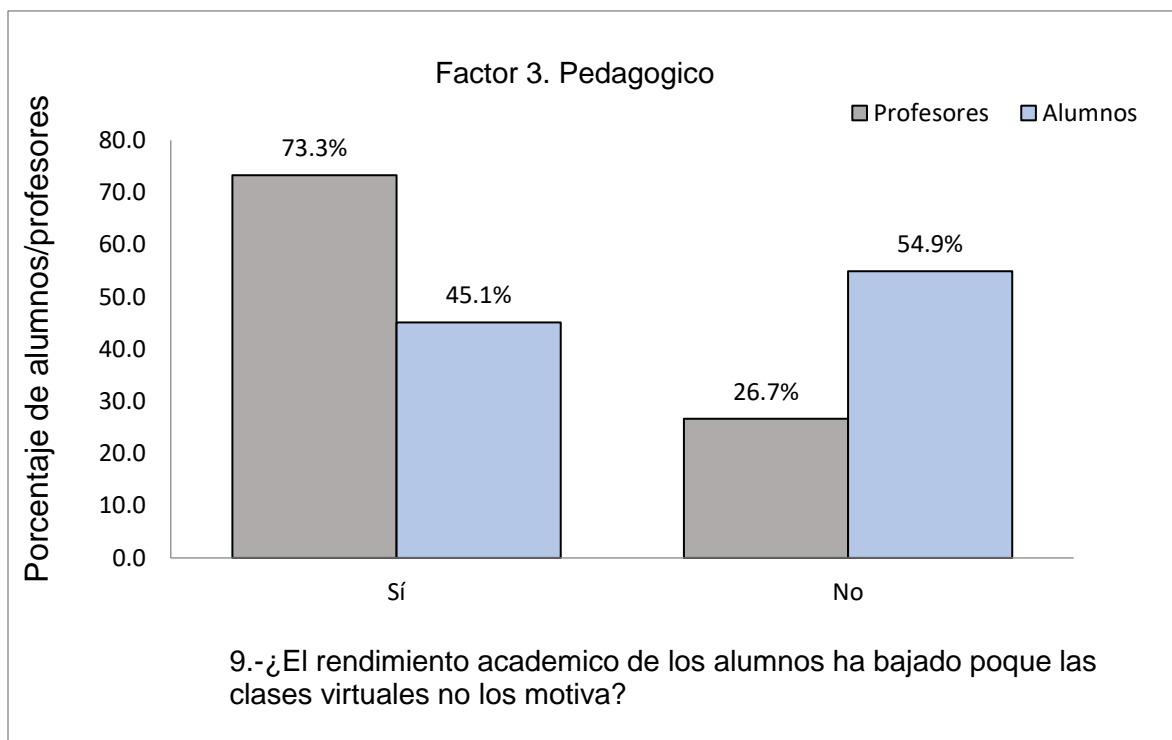


Grafica 4. Aspectos a mejorar en el hogar de los alumnos para el desarrollo de sus actividades académicas.

C) Pedagógico.

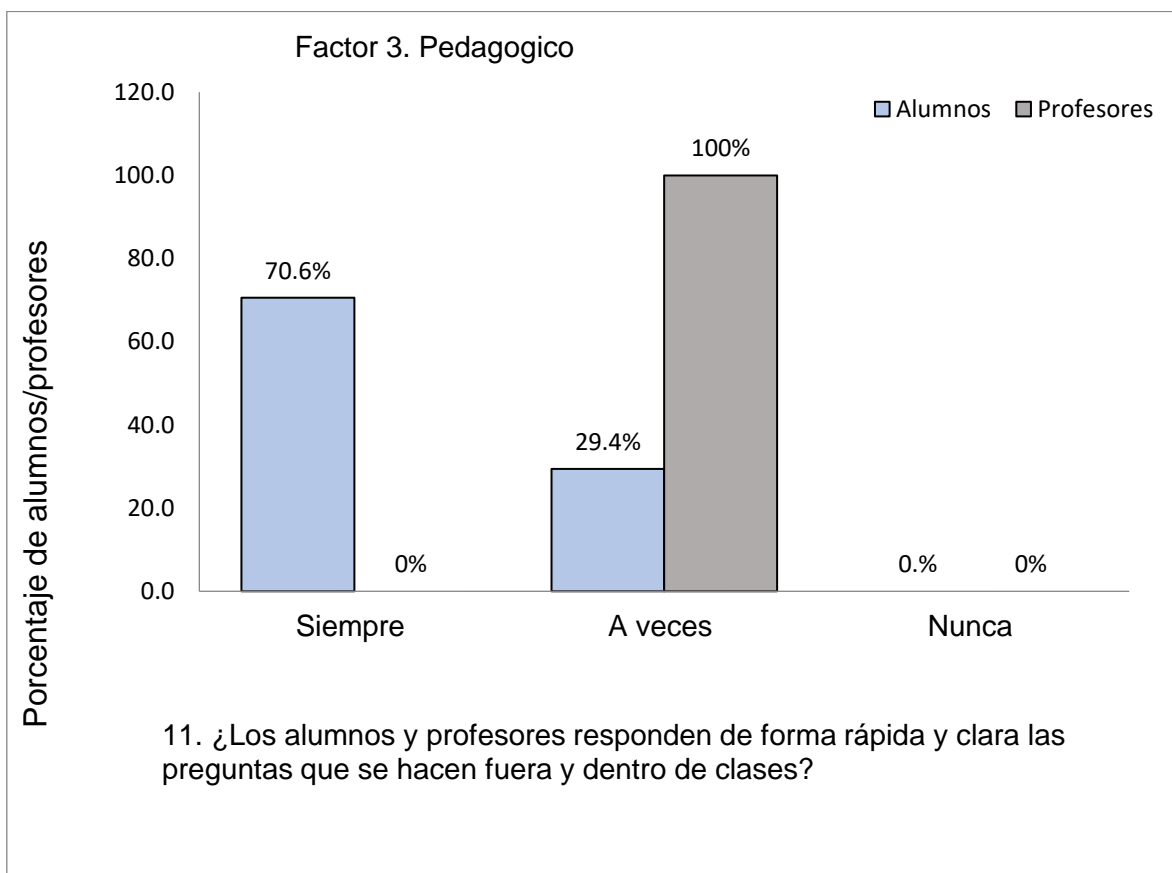
Se puede concluir que los docentes percibían que el rendimiento de sus estudiantes había bajado a partir de las clases en línea, también por el hecho de que no tenían la misma comunicación que cuando estaban en clases presenciales, ya que en la modalidad virtual los alumnos a veces les llegaban a contestar los cuestionamientos. En el caso de los alumnos perciben que su rendimiento no ha bajado y están satisfechos con la atención de los profesores debido a que contestan sus dudas dentro y fuera de clases.

Mientras que la mayoría de los docentes (73.3%) mencionaban que el rendimiento académico de los estudiantes había bajado debido a que las clases en línea no los motivaba, mientras que la mayoría de los alumnos (54.9%) mencionaban que su rendimiento no había bajado.



Grafica 5. Las clases en línea como detonante del bajo rendimiento escolar de los alumnos.

La totalidad de los docentes (100%) estuvieron de acuerdo con el hecho de que los estudiantes a veces respondían sus preguntas dentro y fuera de clases, mientras que la mayoría de los alumnos (70.6%) mencionaban que sus profesores siempre contestaban sus dudas dentro y fuera de clases.

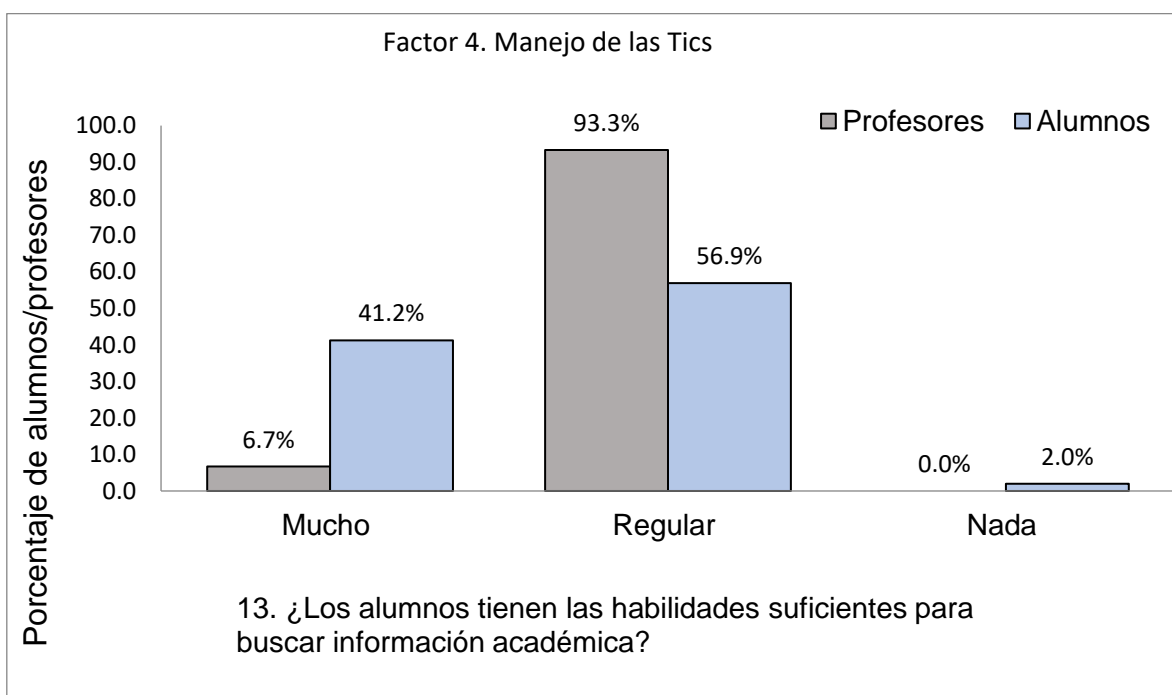


Grafica 6. Comunicación docente-alumno dentro y fuera de clases.

D) Manejo de TICS.

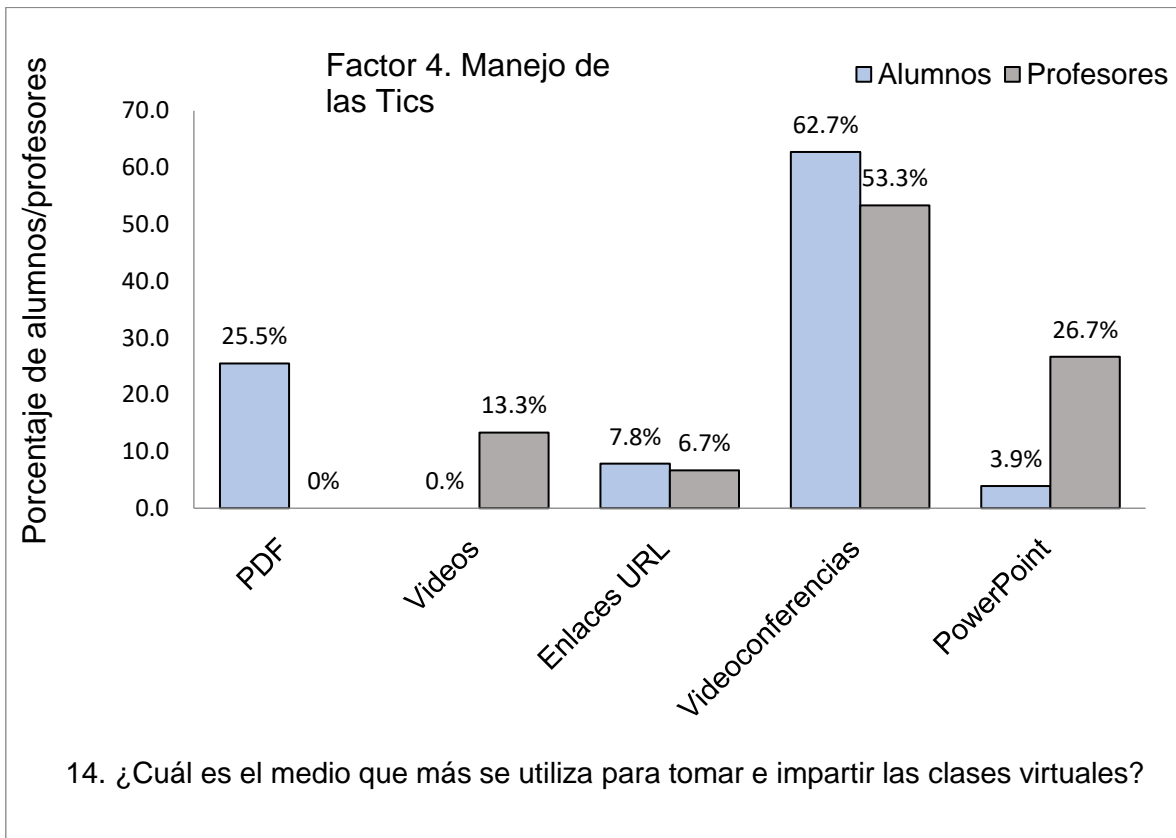
En general se puede concluir que tantos profesores como alumnos consideraban que las habilidades de los estudiantes para buscar información académica eran regulares, por lo tanto se tenía que recibir una capacitación para mejorar sus habilidades en el manejo de plataformas virtuales. Por otro lado los resultados dieron a conocer que el medio más utilizado para impartir clases en el modelo de la educación virtual son las videoconferencias, ya que permitían simular un aula de clases en donde las conversaciones fueran más fluidas y la retroalimentación se hicieran de forma inmediata.

Con relación a la mayoría de los profesores (93.3%) mencionaban que sus alumnos tenían regulares habilidades para buscar información académica, mientras que la mayoría de los alumnos (56.9%) coincidían en que tenían habilidades regulares, dando una referencia a que necesitaban capacitación para mejorar sus habilidades en el manejo de los programas virtuales.



Grafica 7. *Habilidades de los estudiantes para buscar información académica.*

Por otra parte la mayoría de los docentes (53.3%) utilizaban como medio para impartir sus clases las video conferencias, mientras que la mayoría de los estudiantes (62.7%) coincidían que el método más utilizado para impartir clases son las video conferencias.

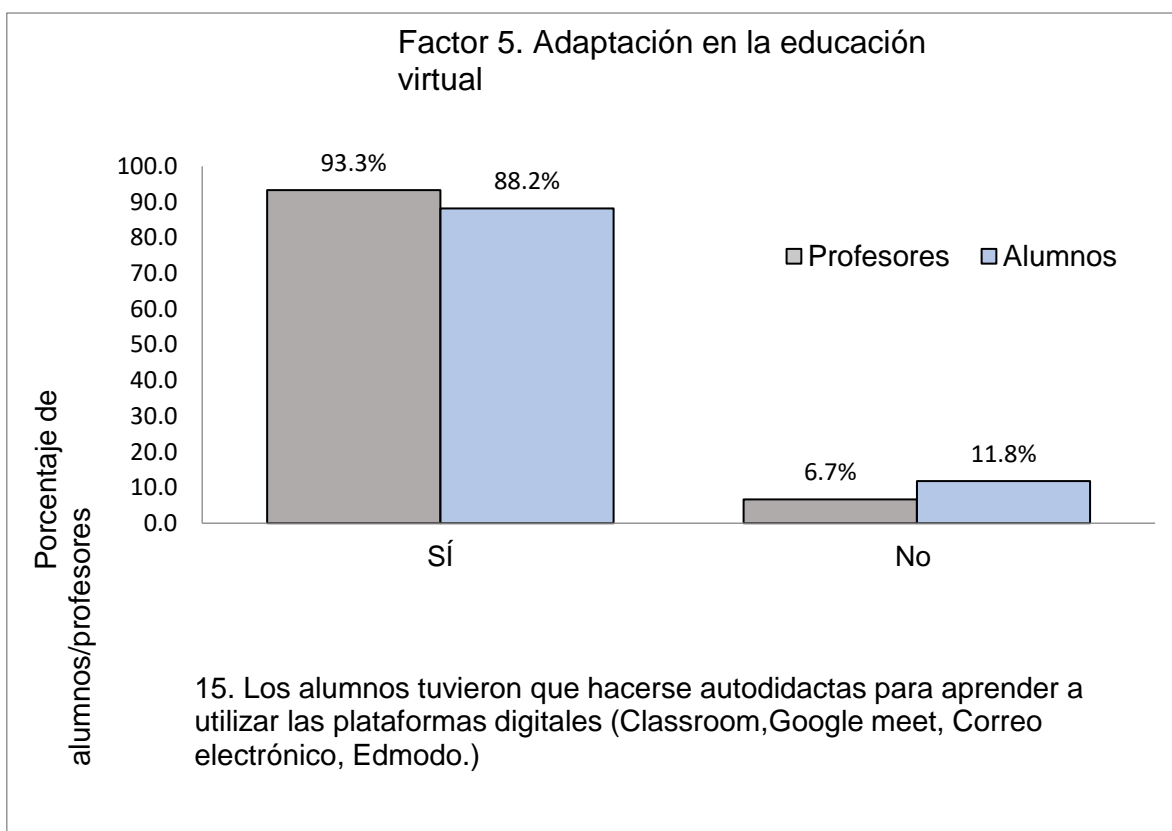


Grafica 8. Medio más utilizado para impartir clases virtuales.

E) Adaptación en el modelo de la educación virtual.

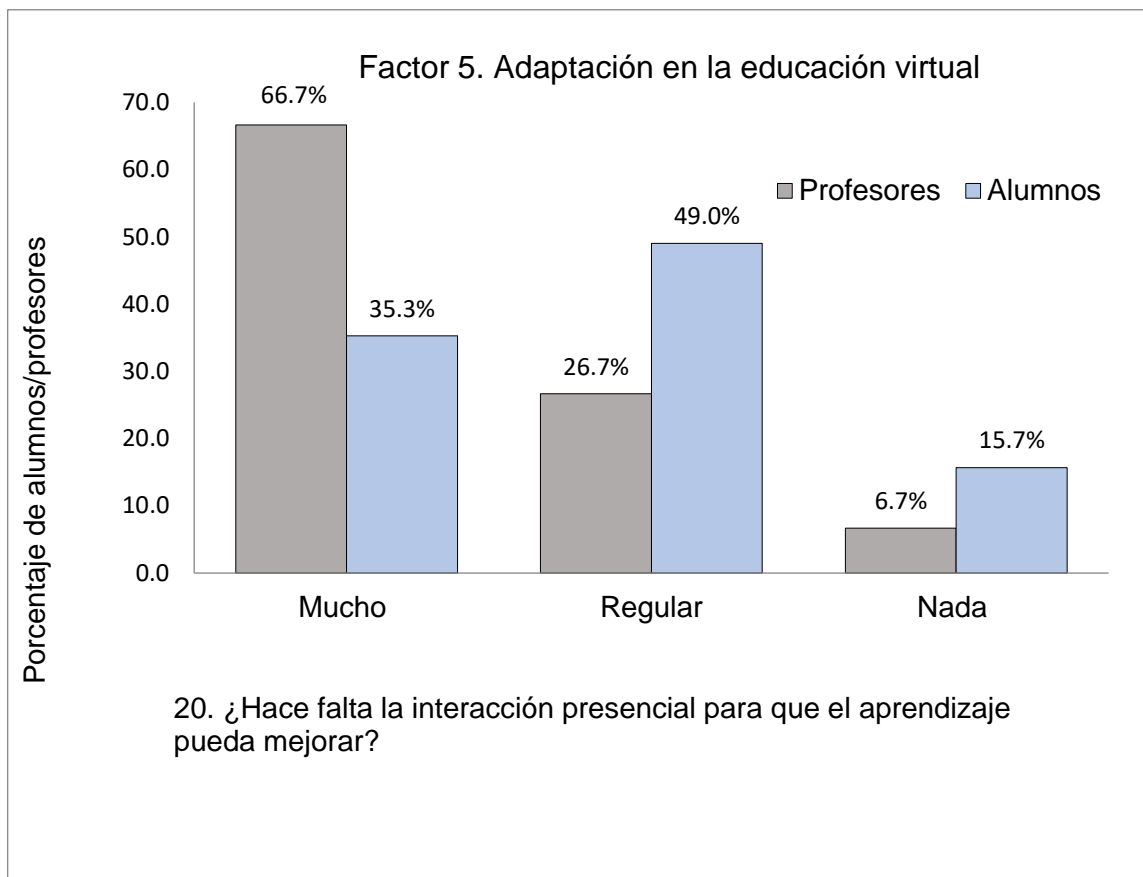
En conclusión se puede decir que tanto alumnos y profesores coincidieron con el hecho de que los alumnos con el modelo de la educación virtual tuvieron que hacerse autodidactas, para poder utilizar las plataformas digitales. Mientras que los resultados indicaron que las clases virtuales no limitan la creatividad de los alumnos, ya que la virtualidad puede hacer las clases más didácticas.

En relación con la mayoría de los docentes (93.3%) tuvieron que hacerse autodidactas para aprender a utilizar las plataformas, mientras que la mayoría de los alumnos (88.2%) pensaban que coinciden con los profesores al hecho de que ellos tuvieron que hacerse autodidactas en el modelo de las clases virtuales.



Grafica 9. Los alumnos y el hecho de ser autodidactas en el modelo virtual.

En cuanto a la mayoría de los docentes (66.7%) opinaron que las clases virtuales no limitan la creatividad de sus alumnos, mientras que la mayoría de los estudiantes (49.0%) coincidieron con los docentes con el hecho de que las clases virtuales no limitan su creatividad



Grafica 10. Las clases en línea limita la creatividad de los alumnos.

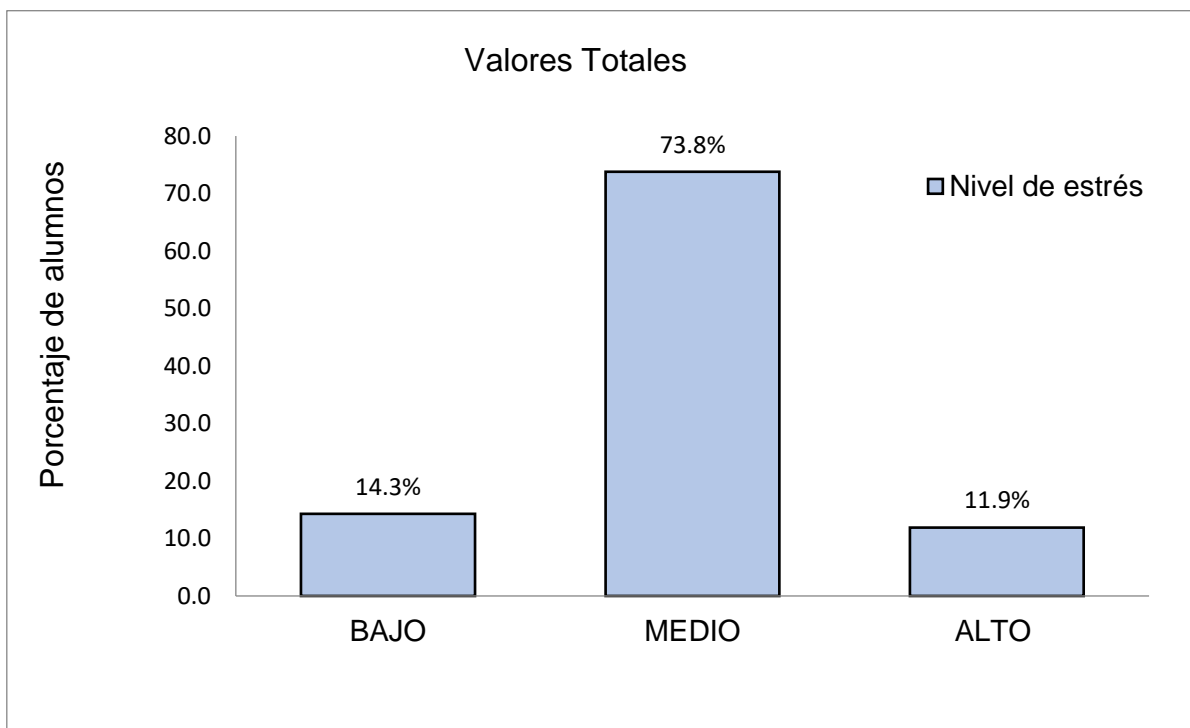
4.3. Resultados del Inventario de Estrés SISCO SV.

A continuación se presentan los resultados del Estrés Académico del Inventario de Estrés SISCO SV adaptado al contexto por COVID-19, aplicado a alumnos de Nivel Preparatoria. Esto fue con el objetivo de ver si los estudiantes presentaban síntomas de estrés desencadenado por las clases virtuales. El análisis de resultados se realizó a través de hojas de Excel.

La muestra se conformó por 42 estudiantes los cuales 13 fueron hombres y 29 fueron mujeres de nivel Preparatoria, el inventario de estrés académico SISCO SV estaba conformado por 47 reactivos los cuales se dividían en 3 dimensiones: la primera dimensión es la de estresores, la segunda dimensión hace referencia a los síntomas/reacciones relacionadas con malestares físicos y psicológicos; y la tercera dimensión hace referencia a las estrategias de afrontamiento ante el estrés. A continuación se muestran las respuestas de cada dimensión.

A) Resultados generales del nivel de estrés.

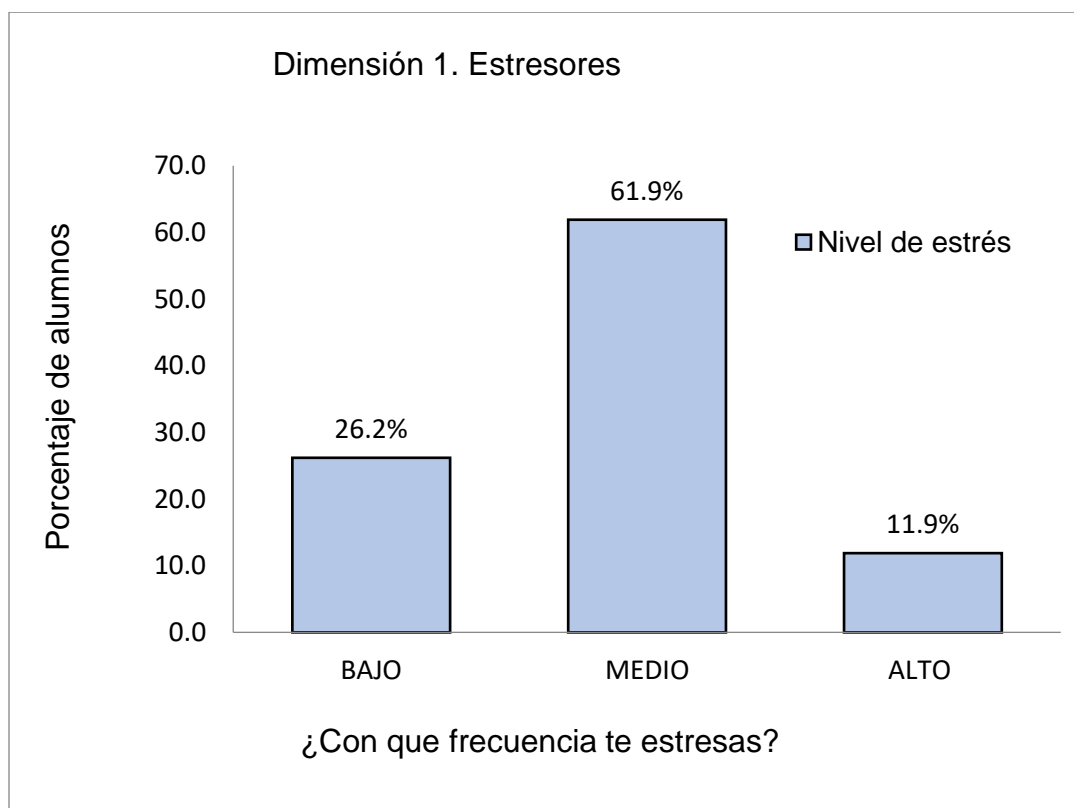
En general los resultados dieron a conocer que el nivel de estrés presentando por los estudiantes ocasionado por la nueva modalidad de enseñanza virtual (clases virtuales) fue un nivel medio con un 73.8% del total de la muestra, por lo que se puede concluir que el nuevo modelo de enseñanza así elevó los niveles de estrés de los estudiantes, sin embargo en el nivel de estrés medio es donde los padres de familia deben estar alerta de sus hijos a como ya que puede llegar a afectar este nivel de estrés al desempeño académico. En tanto que el 11.9% de los estudiantes padecen un nivel de estrés alto, lo cual es importante a tender a tiempo para evitar que el estrés siga aumentando y llegue a afectar las actividades académicas de los estudiantes, mientras que el 14.3% presento un nivel de estrés bajo lo cual puede llegar a indicar que en algunos alumnos el cambio de la modalidad virtual no les afecto.



Grafica 11. Valores totales del estrés.

B) Dimensión 1: Estresores.

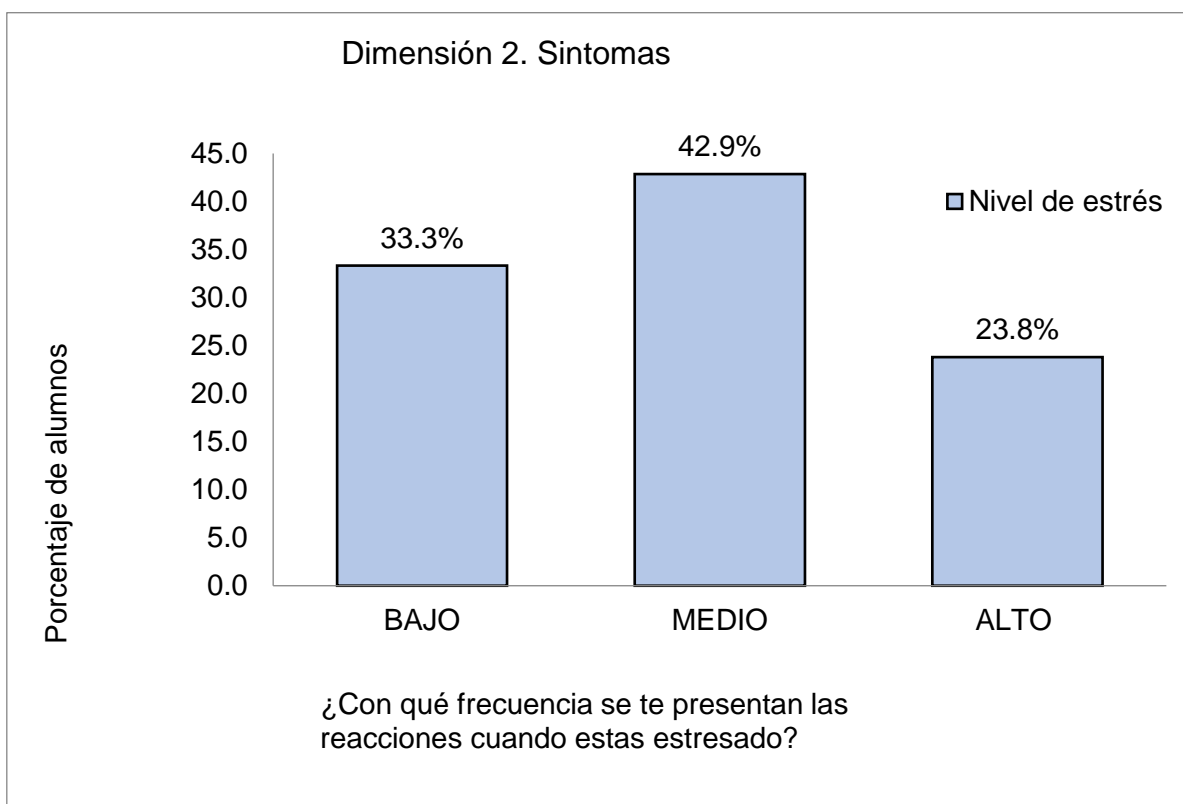
La mayoría de los estudiantes presentaron un nivel de estrés medio con un 61.9% en el factor de los estresores, por lo que se puede decir que a pesar del cambio de modalidad de enseñanza virtual los estudiantes han sabido manejar las diferentes situaciones que se les han presentado en las clases. Aunque por otro lado el 26.2% presentó un nivel de estrés bajo lo cual quiere decir que se han adaptado al modelo de la educación virtual, mientras que el 11.9% presentó un nivel de estrés alto, aludiendo a que una parte de los alumnos sí resintieron el cambio de modalidad, teniendo como consecuencia un aumento en su nivel de estrés.



Grafica 12. ¿Con qué frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa?

C) Dimensión 2: Síntomas/reacciones.

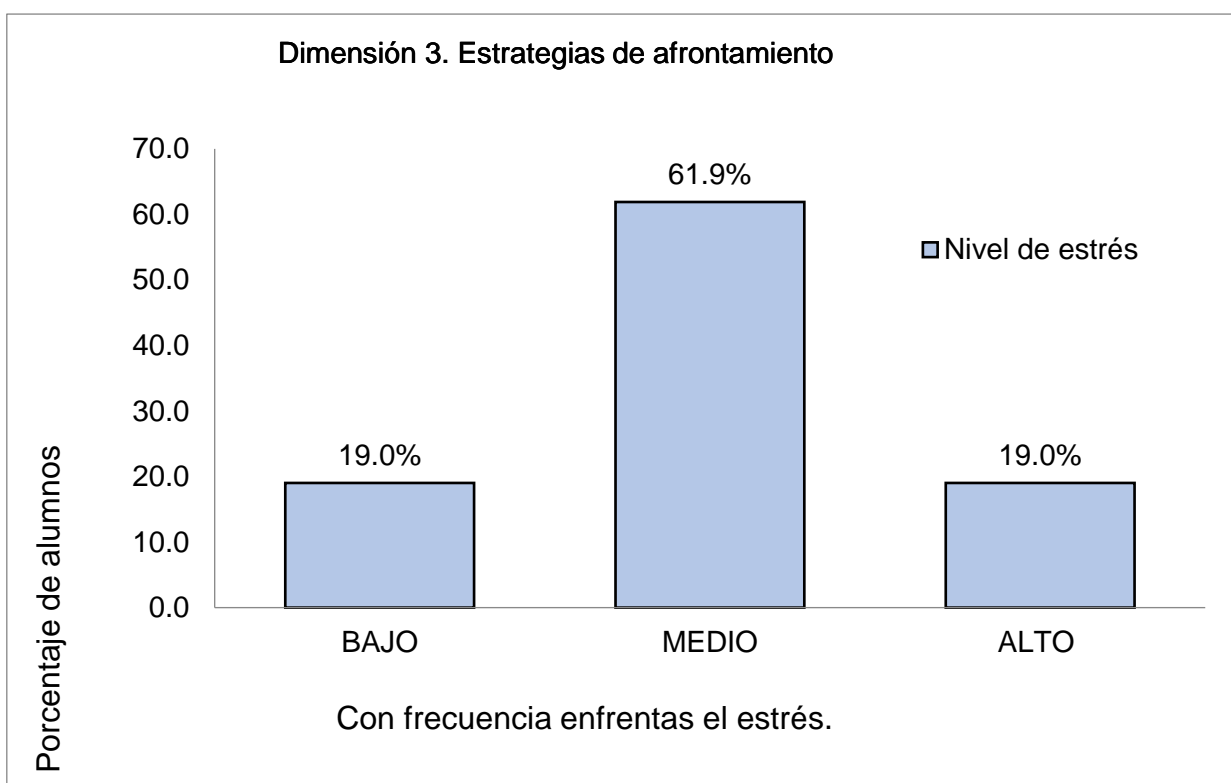
En general la mayoría de los estudiantes con un 42.9% presentaron un nivel medio ante las reacciones y síntomas del estrés, se puede decir que a pesar de que algunos estudiantes mencionaron no percibir sentir síntomas físicos ante el estrés, puede que estén somatizando y provocando que el estrés se pase de un estado mental a físico. Por otro lado el 33.3% de los estudiantes presentaron un nivel bajo, se puede observar que aumento el número de alumnos por lo que se puede decir que algunos alumnos no presentan síntomas físicos ante el estrés. Sin embargo el 23.8% presento un nivel de estrés alto, lo cual quiere decir que también en el nivel de estrés alto aumentaron el número de alumnos, por lo tanto es necesario prestar atención a los alumnos, debido a que estos si tomas físicos pudiesen afectar en su rendimiento académico, ya que al tener síntomas físicos como dolor de cabeza, estomago etc.



Grafica 13. ¿Con que frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estas estresado?

D) Dimensión 3: Estrategias de afrontamiento ante el estrés.

Los resultados arrojaron que la mayoría de estudiantes con un 61.9% presentaron un nivel medio en técnicas de afrontamiento de estrés, por lo que se puede decir que los estudiantes implementaron técnicas de afrontamiento para que el estrés no les afecte su rendimiento académico, mientras que en el nivel bajo se obtuvo un 19.0% dando a conocer que algunos estudiantes no sabe canalizar su estrés, por otro lado en el nivel alto resulto un 19.0% indicando que un parte de los estudiantes cuentan con estrategias de afrontamiento. En conclusión se puede decir que se necesita implementar un taller de técnicas de manejo del estrés, de esta forma ayudará a que los alumnos cuenten con las herramientas necesarias para regular y disminuir su estrés.



Grafica 14. ¿Con qué frecuencia utilizas estrategias de afrontamiento para controlar tu estrés?

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

En la investigación realizada se describió el nivel de impacto que tuvo la enseñanza en la modalidad virtual en el ejercicio del aprendizaje y docencia, debido a que la pandemia por covid-19 provocó un cambio en la modalidad de la educación, es decir paso de ser una educación presencial a una educación completamente virtual. El cambio de la modalidad educativa provocó que alumnos y docentes tuvieran que pasar por un proceso de adaptación, proceso que para ambos no fue algo sencillo, debido a que al ser un modelo completamente desconocido tuvieron que aprender por su propia cuenta a utilizar las plataformas virtuales para poder continuar con sus labores académicas. Por otro lado también modificó los roles que desempeñaban profesores-alumno, en donde los docentes solo eran una guía y los alumnos eran los creadores de su propio conocimiento.

Por otro lado también se identificó los factores que afectan el rendimiento académico de los alumnos en las clases virtuales, uno de los factores que tuvo un papel importante dentro de la educación virtual fue la inteligencia emocional, debido a que las emociones tenían una gran influencia en el rendimiento académico de los estudiantes. De acuerdo con Martínez, Piqueras e Inglés (2011) mencionan que “los estudiantes que presentan mayor nivel de claridad emocional muestran niveles altos en resiliencia, permitiendo afrontar favorablemente las adversidades o situaciones estresantes, conllevando a mantener autocontrol emocional y capacidad adaptativa frente a las situaciones” En la presente investigación ya realizada, los resultados mostraron que dependiendo de la capacidad de resiliencia con la que contarán los alumnos, su proceso de adaptación era más sencillo y rápido, debido a que si los alumnos tenían una actitud positiva, superaban los obstáculos que se le iban presentado a lo largo del camino del modelo de la educación virtual, provocando que tuvieran más seguridad en sus capacidades y de esta forma fueran obteniendo pequeños éxitos los cuales hacían que se motivaran a esforzarse más.

Por otra parte se comparó la percepción de los alumnos y docentes acerca del rendimiento académico de los alumnos en la educación virtual, en este apartado se aplicó un cuestionario que constaba de 5 factores los cuales median las mismas cualidades tanto para docentes como para alumnos. En general se puede decir que los resultados mostraron que docentes y alumnos tienen percepciones diferentes acerca del modelo de la educación virtual.

En el caso de los estudiantes se sentían cómodos con el nuevo modelo ya que rompe con el modelo de la educación tradicional, debido a que la educación virtual les permitía a los estudiantes crear su propio tiempo y espacio de estudio lo cual a ellos les resultaba agradable. El investigador Pill citado en Hernández, Fernández, Pulido et al. (2018) menciona que “si el estudiante está satisfecho con la calidad del sistema y su facilidad de uso tendrá una actitud positiva”. Lo cual coincide con los resultados de la investigación ya que los estudiantes mostraron una actitud favorable hacia la facilidad del uso de los sistemas de educación en línea, sin embargo a pesar de que se sentían cómodos en el modelo de las clases en línea, manifestaron la necesidad de recibir capacitaciones con el objetivo de mejorar sus habilidades en el manejo de las plataformas virtuales.

Sin embargo por otro lado el punto de vista de los docentes fue sumamente diferente ya que ellos percibieron que les hacía falta interactuar físicamente con sus estudiantes debido a que en la educación virtual. Yañez, Rodríguez y Briones (2011) “el perfil del profesor debería orientarse hacia una persona capaz de crear y orquestar ambientes de aprendizajes complejos, se trata también de un docente acompañante de un proceso más que puramente ser distribuidor de información” Lo cual coincide con los resultado de la investigación, ya que se les dificultó más a los docentes adaptarse al modelo virtual, debido a que la carga de trabajo aumentó, esto puede deberse a que las instituciones no estaban completamente capacitadas para impartir el modelo de la educación virtual, lo cual es razonable debido a que la pandemia por COVID 19 apareció sin aviso alguno, por otro a los docentes se les dificultó el roles, ya que tenían que permitir que los alumnos

decidieran sus tiempos y formas de estudio, pasando de tener completamente el control en el ritmo de estudio a cederle el control a sus alumnos.

También se les dificultaba realizar sus retroalimentaciones o correcciones, los resultados mostraron que los docentes no consideraron que el hogar fuera un lugar apto para que sus estudiantes realizaran sus labores académicas, ya que tenían muchos distractores, los cuales afectaban el rendimiento académico de los alumnos.

Se midió el nivel de estrés ocasionado por el cambio de la modalidad de la educación virtual, ya que es un factor que puede llegar a afectar el rendimiento académico de los alumnos como lo mencionan Martínez, Díaz y Darwin (2007) “el estrés es un malestar que el estudiante presenta debido a factores físicos, emocionales, ya sea de carácter interrelacionar o ambientales que pueden ejercer una presión significativa en la competencia individual para afrontar el contexto escolar en rendimiento académico”

Los resultados mostraron que el nivel de estrés que presentaron los alumnos fue un nivel medio. Por lo tanto se puede decir que el cambio de modalidad no les afectó de forma agravante, sin embargo a pesar de que la mayoría obtuvo un puntaje medio, algunos estudiantes obtuvieron un nivel alto de estrés, por lo tanto se recomienda que los docentes identifiquen a los estudiantes que requieran apoyo, para poder mejorar su rendimiento académico, ya que el estrés no solo llega a afectar en lo mental sino también en lo físico impidiendo que los alumnos se desempeñen sanamente en un ambiente escolar.

Otro punto importante para resaltar es el hecho de que algunos estudiantes manifestaron no tener estrés, sin embargo en el aparato en donde se les preguntó por síntomas físicos el nivel obtenido por la mayoría fue medio, sin embargo los resultados en el nivel bajo y alto aumentaron, por lo tanto los alumnos somatizaban pasando el estrés a síntomas físicos. En el aparato de estrategias contra el estrés también obtuvieron un nivel medio, demostrando que la mayoría sabe cómo manejar su estrés.

Se recomienda a las instituciones educativas, proporcionar capacitación en el manejo de las plataformas virtuales, con la finalidad de que profesores y alumnos puedan desempeñar sus labores académicas adecuadamente, ya que de lo contrario podrían seguir teniendo dificultades en la modalidad de la educación virtual. Es de suma importancia que se implementen talleres en el manejo del estrés, debido a que el estrés es un factor que índice en el rendimiento académico.

El contexto escolar lo engloban, directivos, coordinadores, profesores, alumnos, etc. Por lo tanto son ellos los que entienden lo que está pasando en el modelo de la educación virtual, sin embargo las personas externas al contexto escolar no entienden la situación que está pasando dentro de las aulas virtuales, por lo tanto es fácil mencionar que tantos alumnos como docentes no hacen esfuerzo alguno para mantener la calidad educativa que se tenía cuando las clases eran presenciales, por lo es importante comprender que el cambio del modelo educativo requiere de un proceso de adaptación, en el cual exige un periodo de tiempo, para que tanto docentes y alumnos, puedan desempeñarse en los espacios virtuales, ya que no solo es una cuestión actitudinal de docentes y estudiantes, sino una cuestión de adaptabilidad.

PROPUESTA

Desde el punto de vista psicológico se recomienda trabajar con los aspectos emocionales de los estudiantes con el objetivo de fortalecer sus habilidades para el manejo de estrés, lo cual ayudará a que en el momento en que pasen por algún obstáculo lejos de que les afecte tenga la capacidad de superar las adversidades aumentando su capacidad de resiliencia. También es importante mencionar que el estrés puede afectar los procesos psicológicos básicos los cuales son: pensamiento, percepción, aprendizaje, atención, memoria, motivación, emoción y lenguaje. Por tal motivo es de suma importancia proporcionarles el apoyo necesario a los estudiantes.

La propuesta se dirige a estudiantes, docentes y autoridades académicas de la Preparatoria de Tlaltizapán, la cual se deriva del análisis de los resultados y las conclusiones obtenidas de la investigación.

En el caso de los alumnos es importante que tomen las siguientes propuestas en consideración:

Uno de los aspectos importantes a considerar es la organización de actividades, el alumno tiene que hacer una planeación diaria de su día de esta forma logrará priorizar actividades y darles el tiempo necesario para desarrollarlas.

Es importante que los alumnos aprendan a ser autodidactas y también utilicen las herramientas que les brindan las tics, es su responsabilidad complementar el conocimiento por medio de tutoriales, videos, pdf, con la finalidad de enriquecer su conocimiento.

La comunicación familiar es elemental ya que los alumnos deben de tener una buena relación con sus padres, también deben de comentarles como se sienten durante el día y en dado caso de sentirse mal es importante que se lo comuniquen a los padres de familia o algún profesor.

En el caso de los docentes es importante que tomen las siguientes propuestas en consideración:

Es de suma importancia que los docentes aprovechen todas las herramientas que les aportan las TICS, un ejemplo claro es utilizar videojuegos, rompecabezas, utilizar aplicaciones para realizar concursos etc. De esta forma logran hacer sus actividades más dinámicas.

También es importante que los docentes al momento de dar clases observen a sus estudiantes, de notar alguna situación extraña con sus estudiantes, es elemental hablar con el alumno o de ser necesario con sus padres de familia.

En el caso de la institución es importante que tomen las siguientes propuestas en consideración:

Es recomendable implementar talleres acerca de salud emocional, como pueden ser temas de control de estrés, inteligencia emocional, etc. Es importante que los alumnos tengan un espacio en donde se puedan informar de cómo mejorar su salud emocional en medio de esta pandemia.

También es importante implementar un espacio en donde se hablen acerca de los proyectos de vida, esto puede ayudar a los alumnos se crearse metas provocando que su interés por su educación aumente.

REFERENCIAS

Acosta, F. y Herrera F. (2017). La inteligencia emocional como predictora del rendimiento académico en la infancia en el contexto pluricultural de Ceuta. *Revista complutense de educación*. 28(4): 1251-1265.

Águila, A., Calcines M. y Monteagudo R. et al. (2015). Estrés académico. *Rev. Edumecentro*. 7(2).

Alania, R., Llancari, R., Rafaele M. et al. (2020). Adaptación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Revista científica de ciencias sociales*. 4(2):111-130.

Barrio J., García M., Ruiz I. et al. (2006). El estrés como respuesta. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*. 1(1): 37-48.

Bartra, F. (1997). Innovación y calidad de la docencia universitaria: hacia un desarrollo docente universitario en la PUCP. *Revista PUCP*. 6(11):31-44.

Betancourt, S. y Cerón J. (2017). Adolescentes creando su proyecto de vida profesional desde el modelo DPC. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*. 50:21-41.

Caballero C., Abelló C., y Palacio., R. (2007). Relación del baronet y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudiantes universitarios. *Avances en la psicología latinoamericana*. 25 (2): 98-111.

Chiecher, A. (2019). Estudiantes en contextos de educación a distancia. Variables vinculadas con el logro académico. *RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*. 22(2): 203-223.

Coll, C. y Mira, M. (1993). *La representación mutua profesor/ alumno y sus repercusiones sobre la enseñanza y el aprendizaje*. Madrid: Alianza.

Delgado, L. (2016). Acompañamiento familiar en el rendimiento escolar en el grado tercero de la I.E María Inmaculada del municipio de Flandes. Colombia: Universidad del Tolima. Facultad de ciencia de la educación. Tesis para obtener el título de especialista en pedagogía.

Extremera, N. y Fernández P. (2003). La inteligencia emocional en el contexto educativo: Hallazgos científicos de sus efectos en el aula. *Revista de educación*.332:97-116.

Fernández P. y Extremera, N. (2005). La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de formación del profesorado*. 19 (3):63-93.

Fernández, A. (2014). Adolescencia, crecimiento emocional, proceso familiar y expresiones humorísticas. Universidad autónoma de Barcelona. 50 (2): 445-466.

Fernández J., Domínguez J. y Martínez P. (2020). De la educación presencial a la educación a distancia en época de pandemia por COVID 19. Experiencias de los docentes. *Revista Electrónica Sobre Cuerpos Académicos Y Grupos De Investigación en Iberoamérica*. 7(14):87-110.

Flores, J. (2017). ¿Qué sacaste en el examen? Una perspectiva del rendimiento escolar. *Glosa revista de divulgación*. 8 (5).

Flores, M. y Navarrete, C. (2020). Diagnóstico de necesidades de capacitación en el uso de plataformas virtuales ante la contingencia del COVID-19 en los estudiantes y docentes de Educación Media Superior Tecnológica. *Revista Scielo*.8(5).

García, M. y Domínguez, E. (2012). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencia sociales, Niñez y Juventud*. 11 (1):63-77.

Goleman, D. (1995). La inteligencia emocional. Colección Ensayo Kairos.

Goleman, D. (1995). La inteligencia emocional, Segunda edición, Vergara Argentina. 36-38

González, L. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios asociados a la pandemia por COVID-19. Revista espacio I+D, innovación más desarrollo, 9(25):159-179.

González, J. (2001). Hacia una reforma educativa en la era digital. Revista iberoamericana. 26: 36-37.

Hernández, V.; Fernández, K. y Pulido, J. (2018). La actitud hacia la educación en línea en estudiantes universitarios. Revista de Investigación Educativa. 36(2), 349-364.

Hernández, L. (2011). Adolescencia: ¿adolecer es padecer? Universidad de Carabobo Bárbula. 15 (2):5-6.

Hortigüela D., Pérez A., López M., y Manso J. (2020). Familias y Docentes: Garantes del Aprendizaje durante el Confinamiento. Revista Internacional de Educación para la Justicia Social.9(3):353-370.

Jerez, .M y Oyarzo, C.(2015).Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. Revista chilena de neuro-psiquiatría.53(3):149-157.

Ladrón de Guevara, C. (2000). Condiciones sociales y familiares y fracaso escolar. Madrid: Doce Calles.

Loaiza, R. (2003). La universidad virtual en Latinoamérica. Revista electrónica Ética Net. 1(2):1-12.

Macias, A. B. (2012). Estresores Académicos y Género. Un estudio exploratorio de su relación en alumnos de licenciatura. Dialnet. 5(12): 33-43.

Martelo R., Franco D., y Oyola P. (2020). Factores que influyen en la calidad de la educación virtual. Revista espacios. 41 (46): 352-361

Martín, M. (2003). Análisis histórico y conceptual de las relaciones entre la inteligencia y la razón. España: Universidad de Malaga, Psicología. Tesis de doctoral en Psicología contemporánea.

Martínez, L. y Ávila, Y. (2014). Papel del docente en los entornos virtuales de aprendizaje. *Órbita Pedagógica*. 2 (2):75-76.

Martínez, A., Inglés, C. y Piqueras, J. (2011). Relaciones entre Inteligencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento ante el Estrés. *Clínica Neuropsicológica Mayor y Departamento de Psicología de la Salud*. 15-20.

Martínez, E., Díaz, G y Darwin, A. (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Revista Educación y Educadores*. 10(2):11-22.

Mejía, A. (2011). Estrés ambiental e impacto de los factores ambientales en la escuela. *Pampedia*. 7:3-18.

Morales, L; Morales, V. y Holguín S. (2016). Rendimiento escolar. *Revista humanidades, tecnología y ciencia, del instituto Politécnico Nacional*, 1-3.

Morales S, Meza R y Rojas J. (2021). Estrés académico en estudiantes mexicanos de nivel medio superior durante el confinamiento por COVID-19. *Revista Scielo*.

Navarro, C. (2018). La inteligencia emocional de los estudiantes de quinto grado de educación secundaria del colegio emblemático Mateo Pumachahua de Sicuani- 2017. Perú. Universidad nacional del Altiplano. Facultad de ciencias de la educación. Tesis para segunda especialización en psicología educativa.

OMS (Organización Mundial de la Salud). (2018). La salud mental del adolescente. Recuperado el 22 de Octubre 2021 en <https://www.who.int/es/home/search?indexCatalogue=genericsearchindex1&searchQuery=la%20adolescencia&wordsMode=AllWords>

OMS. (Organización Mundial de la Salud). (2020). La OMS lanza escuela virtual con información sobre salud pública. Recuperado el 12 de Octubre del 2020 en <https://news.un.org/es/story/2003/12/1026281>.

Ortiz, C. (2002). Apuntes sobre la educación virtual. Revista Latina de comunicación social. 5 (050).

Piaget, J. (1964). Seis estudios de psicología. Barcelona: Labor. S.A. Aragón.

Palacio, J., Londoño, J., Nanclares, A., et al. (2020). Trastornos psiquiátricos en los niños y adolescentes en tiempo de la pandemia por COVID-19. Revista Colombiana de Psiquiatría. 49 (4):279–288.

Quinto, J., Tamayo, M., Buñay, D., et al. (2017). Estrés académico en estudiantes de tercero de bachillerato de unidades educativas particulares del ecuador. Revista Electrónica de Psicología Iztacala. 20 (3): 253-276.

Ramírez M., Herrera F., y Herrera, I. (2003). ¿Qué ocurre con la adaptación y el rendimiento académico de los alumnos, en un contexto educativo pluricultural?. Revista Iberoamericana de Educación. 33 (2): 17-18.

Ramos V., García H., Olea C., y Lobos K., et al. (2020). Percepción docente respecto al trabajo pedagógico durante la COVID-19. Ciencia americana. 9(2):334-355.

Rizo, M. (2020). Rol del docente y estudiante en la educación virtual. Multi ensayos. 6 (12): 75-77.

Romagnoli, C. y Cortese, I. (2015). ¿Cómo la familia influye en el aprendizaje y rendimiento escolar? Ficha actualizada de la 1ª edición. Factores de la familia que afectan los rendimientos académicos. 24-26.

Salovey, R. y Mayer J. (1990). Emotional Intelligence. Imagination, Cognition and Personality. 9 (3):185-211.

Sánchez, L. (2020). Impacto del Aula Virtual en el Proceso de Aprendizaje de los Estudiantes de Bachillerato General. Revista Tecnológica-Educativa Docentes.9(1) :75-82.

Silva, I. (2007). La adolescencia y su interrelación con el entorno. Madrid: Instituto de la juventud.

SEP (Secretaría de Educación Pública). (2020). El cierre de escuelas provocado por la Covid-19: consecuencias. Recuperado el 18 de Agosto del 2021 en

http://bibliodigitalibd.senado.gob.mx/bitstream/handle/123456789/5265/TE_91_Covid%20y%20escuelas.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Tiffin, J. y Rajasimgham, L. (1997). En busca de la clase virtual. La educación en la sociedad de la información. Barcelona: Paidós.

Toribio, C y Bárcenas S. (2016). Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante. Salud y Administración. 3 (7) pp 11-18.

UNICEF (2021). ¿Qué es la adolescencia? Recuperado el 22 de Octubre del 2021 en <https://www.unicef.org/uruguay/que-es-la-adolescencia>.

Woolfolk, A. (1999). Psicología educativa. México: Prentice Hall.

Yañez, F., Rodríguez, R. y Briones, S. (2011). Percepciones de los docentes acerca de la incorporación de las aulas virtuales en la enseñanza RIDE. Revista Iberoamericana para la investigación y el desarrollo educativo. 1(2):26-48.

ANEXO 1. FRECUENCIA DE RESPUESTAS DEL CUESTIONARIO APLICADO

FACTOR 1: INTELIGENCIA EMOCIONAL			
1. Se le dificulta mucho a los estudiantes utilizar un programa virtual ¿Cuál es la reacción de los estudiantes?	PROFESORES	ALUMNOS	1. Se te dificulta mucho utilizar un programa virtual para tomar tus clases ¿Cuál sería tu reacción?
Se calman e investigan más información de cómo usar el programa	5	35	Me calmo e investigo más información de cómo usar el programa
Se estresan y se toman un tiempo y después me piden ayuda o acuden con sus compañeros	8	15	Me estreso y me tomo un tiempo, después pido ayuda a un compañero o al profesor
Se calman e investigan más información de cómo usar el programa	2	1	Me frustro mucho, le comento al profesor que no entiendo nada
2. Cuándo sus alumnos tienen dudas en algún trabajo, ¿Se apoyan entre ellos para resolverlas?	PROFESORES	ALUMNOS	2. Cuando uno de mis compañeros no entiende como realizar algún trabajo y me pide ayuda ¿Cuál es mi reacción?
Siempre se ayudan entre ellos	6	40	Entiendo por lo que está pasando ya que a mí también me ha pasado y lo ayudo
A veces se llegan a ayudar	9	11	Tampoco entiendo muy bien como realizar el trabajo, pero entre los dos buscamos ayuda
Nunca se ayudan entre ellos	0	0	Estoy demasiado ocupado para ayudarlo y le digo que no tengo tiempo
3. Cuándo sus alumnos obtienen bajas calificaciones, ¿Cuál es la reacción principal que manifiestan?	PROFESORES	ALUMNOS	3. Cuando obtengo una baja calificación ¿Cuál es mi reacción?

Se esfuerzan para sacar mejores calificaciones en la próxima evaluación	2	18	Pienso en las veces que he obtenido buenas calificaciones y me motiva a esforzarme más
Algunos se avergüenzan, pero se motivan a estudiar más	10	16	Me avergüenzo y pienso que debo estudiar más para mejorar la situación
Se frustran y no mejoran en sus calificaciones	3	17	Me frustró, me dan ganas de llorar y siento que todo me va a salir mal en un futuro
4. ¿Cree que el hecho de trabajar por medio de una computadora provoca que sus alumnos se sientan presionados?	PROFESORES	ALUMNOS	4. ¿Creo que trabajar por medio de una computadora me hace sentir presionado?
Siempre los noto con mucha presión	3	6	Siempre
A veces están presionados	10	35	Algunas veces
No los observo nada presionados	2	10	Nunca
5. ¿Los padres de familia se preocupan por las calificaciones de sus hijos?	PROFESORES	ALUMNOS	5. ¿Me preocupa lo que piensen mis padres sobre mis calificaciones?
Siempre	13	35	Siempre
Algunas veces	2	15	Algunas veces
Nunca	0	1	Nunca

FACTOR 2: FAMILIA Y HOGAR			
6. ¿Considera que los padres de familia se informan del rendimiento académico de sus hijos?	PROFESORES	ALUMNOS	6. ¿Tus padres supervisan el desarrollo de tus actividades académicas?
Siempre	0	29	Siempre
A veces	15	18	A veces
Nunca	0	4	Nunca
7. ¿Cuándo usted realiza su video-clase, observa que el ambiente en casa de sus estudiantes es el indicado para realizar sus actividades académicas?	PROFESORES	ALUMNOS	7. ¿Consideras que el ambiente en tu casa es el indicado para realizar tus actividades académicas?
Si es el indicado	0	28	Si es el indicado
A veces tengo distractores	10	20	A veces tengo distractores
No es el indicado	5	3	No es el indicado
8. ¿Qué aspectos considera que se deben mejorar en los hogares de sus alumnos para que mejore su rendimiento académico?	PROFESORES	ALUMNOS	8. ¿Cuál es el principal aspecto que se debe mejorar en tu casa para que mejore tú rendimiento académico?
La relación familiar	0	11	La relación familiar
Menos distractores	4	22	Menos distractores
Tener un lugar específico para estudiar	11	18	Tener un lugar específico para estudiar

FACTOR 3: PEDAGOGICO			
9. ¿Considera que el rendimiento académico de sus alumnos ha bajado porque las clases en línea no los motivan?	PROFESORES	ALUMNOS	9. ¿Mi rendimiento académico ha bajado porque las clases en línea no me motivan?
Si	11	23	Si
No	4	28	No
10. ¿Sus alumnos saben manejar plataformas digitales (Zoom, Google Meet, etc.)?	PROFESORES	ALUMNOS	10. ¿Crees que tus profesores saben manejar plataformas digitales (Zoom, Google Meet, etc.)?
Si sabían usar las plataformas digitales	6	45	Si sabían usar las plataformas digitales
Se le dificultaba utilizarlas	6	6	Se le dificultaba utilizarlas
No utilizaban las plataformas	3	0	No utilizaban las plataformas
11. ¿Los alumnos responden de forma rápida y clara las preguntas que se les realiza dentro y fuera de clases?	PROFESORES	ALUMNOS	11. ¿El profesor responde de forma rápida y clara las dudas que le hago dentro y fuera de clases?
Siempre	0	36	Siempre
A veces	15	15	A veces
Nunca	0	0	Nunca

FACTOR 4: MANEJO DE LOS TICS			
12. ¿Cuándo imparte sus clases ha observado que el navegador de internet de sus alumnos funciona bien?	PROFESORES	ALUMNOS	12. ¿El navegador de internet que utilizas funciona adecuadamente (es rápido, no pierde la señal) para tomar sus clases y realizar sus tareas?
Siempre	1	13	Siempre
A veces	13	36	A veces
Nunca	1	2	Nunca
13. ¿Sus alumnos tienen las habilidades suficientes para buscar información académica?	PROFESORES	ALUMNOS	13. ¿Tengo las habilidades suficientes para buscar información académica?
Mucho	1	21	Mucho
Regular	14	29	Regular
Nada	0	1	Nada
14. ¿Cuál es el medio que más utiliza para impartir sus clases virtuales?	PROFESORES	ALUMNOS	14. ¿Cuál es la herramientas que utiliza tu profesor para impartir sus clases virtuales?
PDF	0	13	PDF
Videos	2	0	Videos
Enlaces URL	1	4	Enlaces URL
Videoconferencias	8	32	Videoconferencias
PowerPoint	4	2	PowerPoint

FACTOR 5: ADAPTACIÓN EN LA EDUCACIÓN VIRTUAL

	PROFESORES	ALUMNOS	
15. Considero que, con las clases virtuales mis alumnos tuvieron que hacerse autodidactas para aprender a utilizar las plataformas digitales (Classroom, Google meet, Correo electrónico, Edmodo.)			15. ¿Con las clases virtuales me tuve que hacer autodidacta para aprender a utilizar las plataformas digitales como Classroom, Google Meet, Correo electrónico, Edmodo?
Si	14	45	Sí, soy autodidacta
No	1	6	No, generalmente pido ayuda.
16. ¿Piensa que el uso de las tecnologías facilita el aprendizaje de sus alumnos?			16. ¿El uso de las tecnologías facilita mi aprendizaje escolar?
Siempre	5	18	Siempre
A veces	10	29	A veces
Nunca	0	4	Nunca
17. ¿Piensa que las clases virtuales limitan la creatividad de sus alumnos para realizar sus trabajos?			17. ¿Las clases virtuales han limitado mi creatividad para realizar mis trabajos?
Si	3	18	Si
No	12	33	No

18. ¿Piensa que el rendimiento académico de sus alumnos bajó desde que se implementó el modelo de clases virtuales?	PROFESORES	ALUMNOS	18. ¿Pienso que mi rendimiento académico bajó desde que hay clases virtuales?
Mucho	5	9	Mucho
Regular	1	27	Regular
Nada	9	15	Nada
19. ¿Cómo considera que se han sentido los alumnos con las clases virtuales?	PROFESORES	ALUMNOS	19. ¿Cómo te has sentido con las clases virtuales?
Les ha costado mucho trabajo	8	9	Me ha costado mucho trabajo
A veces les cuesta trabajo	7	32	A veces me cuesta trabajo
No les ha costado trabajo	0	10	No se me ha hecho difícil
20. ¿Considera que le hace falta la interacción presencial con sus alumnos para que su aprendizaje pueda mejorar?	PROFESORES	ALUMNOS	20. ¿Necesito la interacción presencial con profesores y compañeros de clases para que mi aprendizaje pueda mejorar?
Mucho	10	18	Mucho
Regular	4	25	Regular
Nada	1	8	Nada

21. ¿Considera que sus alumnos han aprendido el contenido de sus materias en línea?	PROFESORES	ALUMNOS	21. ¿Piensas que has aprendido el contenido de tus materias en línea?
Sí, han aprendido mucho	0	11	Sí, he aprendido mucho
Un poco, hay temas que se les dificultan	15	39	Un poco, hay temas que se me dificultan
No han aprendido, porque necesitan la ayuda del profesor de manera presencial	0	1	No he aprendido, porque necesito la ayuda del profesor de manera presencial