



CENTRO UNIVERSITARIO DE IGUALA

ESTUDIOS INCORPORADOS A LA UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA DE MÉXICO

CLAVE UNAM 8963-25 ACUERDO CIREyTG 32/13 DE FECHA 2013/2014

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**Influencia de la ansiedad en el desempeño académico
de los alumnos del CONALEP**

T E S I S

PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:

CINTHIA LIZBETH CARRETO FERNANDEZ

NOMBRE DEL ASESOR

LIC. IRMA ELIZABETH ALCOCER ARRIAGA

México, Iguala de la Independencia, 2022



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.



CENTRO UNIVERSITARIO DE IGUALA

ESTUDIOS INCORPORADOS A LA UNIVERSIDAD

AUTÓNOMA DE MÉXICO

CLAVE UNAM 8963-25 ACUERDO CIREyTG 32/13 DE FECHA 2013/2014

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**Influencia de la ansiedad en el desempeño académico
de los alumnos del CONALEP**

T E S I S

PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:

CINTHIA LIZBETH CARRETO FERNANDEZ

DIRIGIDO:

LIC. IRMA ELIZABETH ALCOCER ARRIAGA

SINODALES

LIC. IRMA ELIZABETH ALCOCER ARRIAGA

PRESIDENTE

LIC. COLUMBA FIGUEROA GONZALEZ

SECRETARIA

MTRA. ROSA IBETH GRANDE VALLE

VOCAL

Iguala, Guerrero; a Octubre 2022

AGRADECIMIENTOS

A Dios y a mi familia

Este presente trabajo fue realizado con mucho esfuerzo, sacrificio y dedicación, pero ante todas estas cosas estoy agradecida con Dios por haber sido cómplice en esta etapa de mi vida y trazar mi camino.

Gracias por creer en mí y gracias a Dios, no ha sido sencillo el camino hasta ahora, pero gracias a sus aportes, a su amor, a su inmensa bondad y apoyo, lo complicado de cumplir esta meta se ha sentido menos, esto es por ustedes mi hermosa familia.

A mis maestros/as

A mis maestros y maestras psicólogos/as que me han dejado una gran huella en mi vida académicamente, dándome herramientas para ser la mejor psicóloga. Gracias por todo el cariño, motivación y profesionalismo que me mostraron.

A mi maestra Columba Figueroa

A mi querida maestra la psicóloga Columba Figueroa, agradezco infinitamente sus enseñanzas, sus consejos, admiro su delicadez en fomentar su vocación, y su cariño.

A mi mejor amiga

A mi mejor amiga que ha estado en cualquier momento, estando cerca de mí ofreciéndome su apoyo, por tus esfuerzos por mantener nuestra amistad.

A mi asesora Irma Alcocer

A la psicóloga Irma Elizabeth Alcocer Arriaga, a quien agradezco inmensamente por el cariño que me ha brindado, más allá de ser una gran psicóloga, conocer a un gran ser humano muy especial.

Gracias por ese apoyo en este proceso de titulación y de mi nueva vida.

DEDICATORIAS

A mi familia

Este logro es dedicado a la gran familia que pertenezco orgullosamente Carreto Fernández. Principalmente a mis padres por haber forjado a la persona que soy en la actualidad; muchos de mis logros se los debo a ustedes entre los que incluye este.

A mis padres

A mi padre Héctor por instituirme con reglas, valores y con algunas libertades, que al final de cuentas, me motivaron a alcanzar mis metas, por estar siempre pendiente de mí antes de él, por ser mi madre y padre a la vez.

A mi madre Irma tan amada que me cuida y me guía desde el cielo en cada paso que doy. Ustedes quienes fueron mis maestros y mis grandes ejemplos de vida.

A mis hermanos

A mis cómplices de vida Jhovany, Omar y Miriam, admiro sus dones que poseen, por ser mis mejores amigos, les agradezco infinitivamente por ese cariño irremplazable, por no solo estar presentes aportando cosas buenas a mi vida, sino por los inmensos momentos de felicidad, comprensión y diversas experiencias que hemos pasado.

A mis cuñados

A mí cuñada Xochitl, mis cuñados Jaime y Carlos, por su cariño, por brindarme sus buenos consejos y saber que estarán para mí cuando más lo necesite.

A mis sobrinos

Los niños de mis ojos Fidel, Ian y Aurora que con su alegría y sus gritos me motivan a seguir adelante y no cerrarme en mi mente para así poder ser mejor persona para mí y para ellos.

A mis abuelitos

Mis abuelitos Santos y Bernabé por haberse preocupado y estar pendiente de mí, por sus sabios consejos, me enseñaron cosas vitales para la vida.

RESUMEN

El presente estudio se enfoca en establecer la ansiedad y rendimiento académico en estudiantes del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP).

A partir del cual se analiza la relación entre ansiedad y rendimiento académico, de los resultados obtenidos se determinó que los estudiantes presentan un nivel alto de ansiedad.

Actualmente se considera de gran importancia el tema de ansiedad y el impacto que pueda tener en el desarrollo personal del ser humano, muchos fueron los autores que trataron dicho tema.

La importancia de esta cuestión, motiva a realizar la presente investigación tomando en cuenta el ámbito psicoeducativo, fue con el fin de comprobar empíricamente la ansiedad y el rendimiento académico.

Así mismo, el aspecto psicopedagógico es un factor determinante en cuanto a la formación de individuos plenos, íntegros y preparados para encarar los retos de una sociedad cada día más competitiva.

La presente investigación es de tipo descriptivo, la cual fue realizada a 30 estudiantes, de los cuales 15 eran de primer semestre de la especialidad de Contaduría y 15 del quinto semestre de la especialidad de Automotriz del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP).

Para poder medir la ansiedad se utilizó el Inventario de la Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE).

Palabras claves: Ansiedad, rendimiento académico, estudiantes.

SUMMARY

The present study focused on establishing anxiety and academic performance in students of the National College of Professional Technical Education (CONALEP).

From which it was analyzed between anxiety and academic performance, the results obtained determined that the students present a level of anxiety.

Currently, great importance is given to the topic of anxiety and the impact it may have on the personal development of the human being, many were the authors who dealt with this topic.

The importance of this question, the reason for carrying out this research taking into account the psychoeducational field, in order to empirically verify anxiety and academic performance.

Taking into account that the psychopedagogical aspect is a determining factor regarding the formation of full, upright and prepared individuals to face the challenges of an increasingly competitive society.

This research is descriptive, which was carried out on 30 students, of whom 15 were from the first semester of the accounting specialty and 15 from the fifth semester of the automotive specialty of the National College of Technical Professional Education (CONALEP).

In order to measure anxiety, select the Trait-State Anxiety Inventory (IDARE).

Key words: Anxiety, academic performance, students.



ÍNDICE



ÍNDICE

Agradecimientos

Dedicatoria

Resumen

Summary

1. Introducción.....	1
1.1 Planteamiento del problema.....	5
1.2 Objetivos.....	8
1.3 Pregunta de investigación.....	9
1.4 Justificación.....	9
1.5 Viabilidad.....	11
1.6 Perspectiva general.....	13
1.7 Perspectiva teórica.....	13
1.8 Hipótesis.....	14
II Marco teórico.....	15
CAPÍTULO I. LA ANSIEDAD.....	16
1.1 Antecedentes históricos.....	16
1.1.2 Definición de la ansiedad.....	17
1.1.3 Trastornos de la ansiedad.....	20
1.1.4 Causas de la ansiedad.....	22
1.1.5 Consecuencias de la ansiedad.....	23
1.1.6 Ansiedad y el desempeño académico	25
1.1.7 Factores que influyen en la ansiedad en los estudiantes	26
1.1.8 Tratamiento de ansiedad.....	27
1.1.9 Técnicas para manejar la ansiedad.....	28



CAPITULO II. RENDIMIENTO ACADÉMICO	31
2.1 Rendimiento academico.....	32
2.2.1 Tipos de rendimiento académico.....	34
2.2.2 Aprendizaje.....	35
2.2.3 Principios de la evaluación.....	36
2.2.4 Importancia de la evaluación.....	37
2.2.5 Deserción escolar	38
2.2.6 Factores que influyen en el proceso de rendimiento académico.....	39
2.2.7 Clasificación del rendimiento académico.....	41
2.2.8 Rendimiento académico bajo.....	42
2.2.9 Rendimiento académico medio.....	44
2.2.10 Rendimiento académico alto.....	44
2.2.11 Motivación y rendimiento académico.....	45
2.2.12 Rol del docente.....	47
CAPITULO III. ADOLESCENTES	50
3.1 Definición de adolescencia.....	51
3.3.1 Búsqueda de identidad	53
3.3.2 Etapas de la adolescencia	56
3.3.3 Adolescencia temprana.....	57
3.3.4 Adolescencia inmediata	57
3.3.5 Adolescencia tardía	58
3.3.6 Cambios durante la adolescencia.....	58
III METODOLOGÍA	59
3.1 Diseño de investigación.....	60
3.2 Universo y muestra.....	61
3.3 Criterios de exclusión, eliminación.....	61
3.4 Material y método.....	62
3.5 Análisis de datos.....	64
3.6 Aspectos éticos.....	84



3.7 Programación de tiempos.....	85
IV RESULTADOS.....	88
V CONCLUSIÓN.....	106
VI BIBLIOGRAFÍA.....	109
Anexo “A” instrumento de evaluación.....	113
Anexo “B” Encuesta sobre rendimiento académico de los alumnos del (Conalep).....	115
Anexo “C” Solicitud para realizar trabajo de investigación.....	116
Anexo “D” Evidencias de trabajo.....	117

Índice de Tablas

Tabla 1 Agentes estresantes.....	19
Tabla 2 Síntomas de ansiedad: físicos y psicológicos	19
Tabla 3 Trastornos de la ansiedad , según el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales.....	21
Tabla 4 Consecuencias de la ansiedad.....	25
Tabla 5 Respuestas psicológicas.....	25
Tabla 6 Factores que influyen en el rendimiento académico.....	79
Tabla 7 Etapas de Erikson	86
Tabla 8 Desarrollo de los objetivos psicosociales durante la adolescencia	88
Tabla 9 Cambios en la adolescencia.	89



Índice de figuras

Figura. 1 Tipos de rendimiento académico	35
Figura 2 Principios de evaluación.....	37



INTRODUCCIÓN



Introducción

*La ansiedad es la mente yendo
más deprisa que la vida.*

– **Saenz Vallejo, Carmen-**

El presente trabajo de investigación titulado “Influencia de la ansiedad en el desempeño académico de los alumnos del CONALEP”.

Tiene como principal finalidad evaluar el nivel de ansiedad de los alumnos para poder identificar en qué nivel se encuentran, y así determinar si interviene con su desempeño académico.

El rendimiento académico es el resultado obtenido al finalizar un proceso educativo, que consiste en la recopilación de las puntuaciones y calificaciones alcanzadas por los estudiantes, con el fin de tomar decisiones de aprobación o desaprobación de estudiantes.

Por otro lado sabemos que las acciones humanas, incluidas las realizadas en el proceso educativo, se encuentran generadas por necesidades y deseos que son experimentados subjetivamente, estados internos, cuya existencia sólo podemos inferir por nuestra propia experiencia, y que se postulan para explicar la intensidad, la persistencia y la dirección de ciertas apetencias y conductas.

Estas acciones, se acompañan también de estados afectivos de estructura compleja con expresividad fisiológica, cognitiva y de conducta a las que denominamos emociones.

Para los alumnos que se integran al ámbito universitario se enfrentan a un proceso de adaptación y un nuevo modelo de enseñanza aprendizaje, los cuales se convierten en situaciones estresantes, Generando en los estudiantes cambios en sus hábitos de sueño, de alimentación y de percepción, periodos de angustia, temores e inseguridad, desarrollando ansiedad que afecta el rendimiento académico, indicador de una adecuada o inadecuada formación académica.

En el Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica, se ha observado que el rendimiento académico de los estudiantes se ha visto afectada.

*Cynthia Lizbeth Carreto Fernández.
Facultad de Psicología.*



Evidenciando los periodos ya mencionados como son la angustia, temor, inseguridad, cambios en los hábitos de sueño, alimentación y percepción.

La ansiedad es un trastorno psicosomático, que consiste en la manifestación de reacciones y respuestas tanto fisiológicas, cognitivas y conductuales ante situaciones estresantes, situaciones de conflicto, con el fin de adaptarse a dichas situaciones, tomar decisiones o desarrollar acciones en los que hay un altísimo grado de competencia entre alternativas similares, casi idénticas, y potencialmente correctas.

Cualquier situación, en las que el organismo se coloca en un estado de máxima alerta para afrontar la demanda, tomar decisiones o desarrollar acciones, puede causar ansiedad, generando respuestas psicosomáticas que alteran el normal desempeño de las personas, disminuyendo su rendimiento en cualquier ámbito, incluso generando conflictos sociales.

Para ello se planteó como objetivo general:

“Determinar el nivel de ansiedad en los alumnos del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP), y confirmar si existe influencia en su desempeño académico”. Considerado que conlleva a una implicancia a nivel personal, educativo y social de los estudiantes.

Y como objetivos específicos:

“Aplicar el instrumento IDARE para medir ansiedad en los alumnos del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP)”

“Examinar la vinculación entre la ansiedad percibida y el desempeño académico en los alumnos del (CONALEP).”

“Explicar el no someterse a grandes niveles de ansiedad y como puede evitarlo.



El presente trabajo de investigación está estructurado en tres capítulos, a continuación, se describe cada uno.

El Capítulo I, comprende el esbozo de la investigación en el cual se desarrolla planteamiento del problema, justificación, objetivos, e hipótesis.

En el Capítulo II, se da a conocer el marco teórico, donde se presentan las bases teóricas de la investigación a desarrollar, la definición conceptual de términos de cada tema.

En el Capítulo III, se explica la metodología de la investigación, el diseño de investigación, el universo y estudio, criterios de inclusión, eliminación, operacionalización de variables, material y método, trabajo de campo, análisis de resultado y ética de estudio.

Y en los siguientes apartados se informan los resultados y discusión, la conclusión y sugerencia de la investigación realizada, la bibliografía y para terminar se muestran los anexos de la investigación.



Planteamiento del problema



Planteamiento Del Problema

*La ansiedad es un arroyito de temor que corre por la mente.
Si se le alimenta puede convertirse en un torrente que
arrastrara todos nuestros pensamientos.*

-A Roche-

La ansiedad puede definirse como una anticipación de un daño o desgracia futuros, acompañada de un sentimiento desagradable y/o de síntomas somáticos de tensión.

El objetivo del daño anticipado puede ser interno o externo. Es una señal de alerta que advierte sobre un peligro inminente y permite a los alumnos que adopte las medidas necesarias para enfrentarse a una amenaza.

Es importante entender que la ansiedad una sensación o un estado emocional normal ante determinadas situaciones y que constituye una respuesta habitual a diferentes situaciones cotidianas.

Así, cierto grado de ansiedad es incluso deseable para el manejo normal de las exigencias del día a día.

Tan solo cuando sobrepasa cierta intensidad o supera la capacidad adaptativa de la persona, es cuando la ansiedad se convierte en patológica, y provoca malestar significativo con síntomas que afectan tanto al plano físico, como al psicológico y conductual.

La ansiedad afecta muchos aspectos de la vida cotidiana de una persona, como por ejemplo la eficiencia para resolver problemas, las interacciones con otras personas, el trabajo, los estudios, la manera como se describen a sí mismos.

Sin embargo, la ansiedad, también, tiene efectos que inciden en otros procesos psicológicos de forma negativa, entre ellos en el análisis cognitivo, ya que implica una interacción de esta



disposición emocional con otros procesos psicológicos como la vigilia, la atención, la percepción, el razonamiento y la memoria.

Es por esto que se pretende identificar el nivel de ansiedad en los alumnos del plantel del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP).

De los cuales algunos de los factores de riesgo en él, pueden ser las presiones escolares, la situación económica inestable, problemas familiares, la susceptibilidad del individuo y otros aspectos están afectando hoy en día una sociedad sometida a riesgos de tipo psicosociales.

Así mismo esto se ha identificado como una de las problemáticas de importancia en los últimos tiempos, que no sólo afecta a la persona como tal, sino también el ambiente que lo rodea, en donde existen factores enfatizados a la ansiedad ya sean físicos o psicológicos.

Además, se realizará un segundo propósito el cual es informar a los directivos y personal académico sobre el nivel de ansiedad que estos estudiantes manejan; al mismo tiempo que se realizara el estudio de esta forma a través de unos instrumentos psicológicos en el Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP).

Que son los que se exponen a niveles de ansiedad más altos a causa de la preocupación por entregar tareas, por haber estudiado lo suficiente para poder salir bien en un examen y todas las actividades que debe realizar durante el tiempo que este en el bachillerato.

Esto influye significativamente de manera correcta si es bien manejado o puede ser perjudicial en el momento que esté sobrepasa sus límites.

Es por ello que se observara y se determinaran cuáles causas son muy probables de la ansiedad, algunas pueden ser el ritmo y cantidad de trabajo, actividades rutinarias o aburridas, la falta de motivación, la irresponsabilidad, falta de apoyo de maestros o padres, así como indicaciones que no estén bien establecidas, el acoso entre compañeros en modo de insulto.



Las causas de la ansiedad no se limitan a un único factor potencial, sino que es el resultado de alguna combinación de varios de los puntos anteriores, lo que agrava el problema.

La ansiedad es una problemática que afecta la salud física de los alumnos del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP), en un mundo tan exigente, lo cual provoca que las tareas diarias a realizar son mucho más complejas y el afán por cumplir con todo se eleva e incluso no los deja ser eficaces como se desea.

La influencia de la ansiedad en el ámbito educativo ha sido de considerable interés para los docentes, pues es frecuente observar cómo algunos estudiantes tienen ejecuciones académicas bajas en situaciones caracterizada por la ansiedad.

Con este trabajo pretendemos averiguar por qué muchos estudiantes en lugar de buscar una solución a este problema lo toman con una actitud de enojo e indiferencia además también se pretende comunicar las diferentes formas de controlar la ansiedad por medio la realización de diferentes actividades que si se llevan a la práctica pueden llevar a una vida plena y feliz.

1.2. Objetivos

Objetivo general

- ✚ Determinar el nivel de ansiedad en los alumnos del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP), y confirmar si existe influencia en su desempeño académico.

Objetivos específicos

- ✚ Aplicar el instrumento IDARE para medir ansiedad en los alumnos del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP)”



- ✚ Examinar la vinculación entre la ansiedad percibida y el desempeño académico en los alumnos del (CONALEP).”
- ✚ Explicar la importancia de no someterse a grandes niveles de ansiedad y cómo puede evitarse.

1.3 Pregunta Central de Investigación

¿La ansiedad influye en el desempeño académico de los alumnos del CONALEP?

Justificación

*Un poco más de persistencia,
un poco más de esfuerzo,
y lo que parecía un fracaso sin esperanza
puede convertirse en un glorioso éxito.
-Elbert Hubbard-*

1.4 Justificación

El rendimiento académico de los estudiantes, está sujeto a una serie de variables una de las cuales tiene que ver con el papel que juegan en ella, los factores psicológicos y emocionales.

En este caso esta investigación se justifica, en la medida que aborda el tema de cómo los niveles de ansiedad están asociados con el rendimiento académico.

Este es un tema no solo de interés teórico, sino práctico, en la medida que sus resultados pueden servir de justificación para proponer medidas preventivas que aborden dicho problema; y de este modo ayudemos a los estudiantes a mejorar su desempeño académico.

Por ello es importante conocer y establecer los niveles de ansiedad así como los efectos y consecuencias que pudieran presentarse a mediano y largo plazo en los alumnos del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP).



Es importante que el alumno mantenga una buena relación tanto con sus padres como los docentes, pues esto ayudara a establecer una mejor interacción entre ambos involucrados.

Además su aprendizaje se verá reflejado en sus acciones de tal manera que pueda observarse una mejora dentro del ambiente que le rodea.

Por otra parte es de suma importancia que los maestros y administrativos de dicha institución deban mantener un amplio conocimiento acerca del tema para poder prevenir y tratar los diferentes niveles de ansiedad que presentan los alumnos y evitar que caigan en malas acciones.

Así mismo en nuestra formación como psicólogos tener la noción de cómo atender problemas de esta índole que cada vez repercuten más en la población estudiantil y por las mismas razones afecta a el ámbito educativo, social y afectivo.

Desde esta perspectiva se intenta realizar una visión panorámica, aunque no exhaustiva, de la ansiedad en los alumnos con el objetivo de destacar, aquellos aspectos que parecieron más relevantes y aportan un pequeño avance en las investigaciones existentes para que contribuyan a la mejora de la competitividad de los alumnos.

Al analizar a los alumnos, lógicamente se considera el entorno social como fuente de ansiedad y también es considerado que hay otros fenómenos sociales que pueden amortiguar la ansiedad o sus efectos negativos sobre la salud.

A pesar de esto, el objeto de estudio predominantemente es el sujeto con mayor ansiedad, el alumno por ello es éste el que ha de gestionar su ansiedad, aunque para ello, pueda contar con el apoyo de otros.

La ansiedad es un agente que en la actualidad se hace evidente en gran medida dentro del ámbito estudiantil y muchas veces infiere como una carga sumamente pesada con la cual lidiar para muchos adolescentes estudiantes de instituciones educativas a nivel media superior.



Según estudios psicológicos, uno de los procesos en la vida de los humanos en las que más estamos sometidos a situaciones de ansiedad es durante la adolescencia, y es que la transición desde la infancia a la adultez es muy complicada.

Sobre todo porque empiezan a vivir situaciones propias de una persona adulta, sin tener todavía los recursos necesarios para superarlas con éxito.

Al final del bachillerato, se definirá el futuro de miles de jóvenes, además de las pruebas internas de la institución y de un largo listado de Universidades, para escoger la que más se acerque a las expectativas del adolescente y a las posibilidades económicas de los padres, es otra de las preocupaciones más frecuentes de los jóvenes.

La presión desde lo académico se hace cada vez más exigente, tareas combinadas con trabajos, exámenes, investigaciones, exposiciones y representaciones, que generalmente dan como resultado dolores de cabeza, en el abdomen, en la espalda, en los brazos y piernas, en el pecho, náuseas, mareos, vómitos, dificultad para respirar, alteraciones en la piel, pérdida de memoria.

Es ahí donde nuestra función como psicólogos entra en vigor realizando una intervención y brindándole la ayuda necesaria tanto a los alumnos como a los docentes.

Si estas problemáticas no son atendidas pueden ocasionar un grave desarrollo en la interacción del alumno, provocando un bajo rendimiento académico, al igual que excluyéndolo y retrayéndolo de los grupos sociales de convivencia que existen dentro de la sociedad.

1.5 Viabilidad

Variable 1. Ansiedad

La ansiedad es un estado emocional desagradable, cuyos orígenes no son fáciles de identificar.

Acompañado frecuentemente de síntomas fisiológicos que pueden conducir a la fatiga o al agotamiento, se genera ante la expectativa creada por la inminencia o presencia de un objeto o una



determinada situación, y tal ansiedad llega a su culminación cuando el objeto o la situación ansiógena se dan, se concretizan y, por lo tanto, ya no representan un elemento de amenaza para la persona.

De la definición de la variable, se deducen tres dimensiones:

- Fisiológico
- Cognitivo
- Conductual

En la presente investigación y apoyándonos en el marco teórico, se consideraron los siguientes aspectos en cada dimensión y sus correspondientes indicadores. (Ricardo Virgen Montelongo, 2005).

Variable 2

Desempeño académico

Es el resultado alcanzado por el estudiante que puede definirse como alto medio o bajo rendimiento, según las metas, logros u objetivos establecidos en el programa o asignatura que está cursando. Dicho resultado es obtenido luego de la evaluación. (Navarro, 1696)

La recopilación se realizó utilizando el análisis documental que consiste en la recopilación de las actas de evaluación de los estudiantes de 1ro y 5to semestre del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP).

Variable 3 Adolescentes

La adolescencia es un período de alta vulnerabilidad, tanto física, psicológica como social, e influyen factores y conductas que pueden tener consecuencias potencialmente graves para su vida actual y futura.



Este segmento poblacional puede tener potenciada su vulnerabilidad según la influencia de factores biológicos, psicológicos, culturales, socioeconómicos, políticos, étnicos y raciales, en especial en ausencia de derechos; afectando de manera desigual a adolescentes, incluso a quienes que residen en una misma localidad (Arbo, 2012).

1.6 Perspectiva general

Para este estudio se realizará desde un enfoque cuantitativo, que utiliza la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis establecidas previamente y confía en la medición numérica, el conteo y frecuentemente en el uso de la estadística para establecer con exactitud patrones de comportamiento de una población.

A veces, pero no necesariamente, se prueban hipótesis. Con frecuencia se basa en métodos de recolección de datos sin medición numérica, como las descripciones y las observaciones.

Para el estudio que se realizó en el “Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica” (CONALEP), se retomó el estudio cuantitativo, del cual su investigación es de tipo no experimental, transaccional, descriptivo.

1.7 Perceptiva teórica

Los niveles de ansiedad se encontraron entre los rangos bajos y medios, se sugiere mantenerlos para promover aprendizajes significativos. Resulta necesario analizar la planificación curricular para reestructurar las mallas curriculares y así apoyar a los estudiantes trabajadores al hacer compatible el trabajo con el estudio, con la finalidad de mejorar su calidad de vida.

Las consecuencias que provoca la ansiedad sobre el rendimiento académico se han documentado ampliamente en la literatura científica, puesto que los elevados niveles de ansiedad ante los exámenes ejercen un efecto negativo sobre éste y conllevan un alto riesgo de deserción universitaria. Como se ha señalado, la ansiedad que afrontan los estudiantes universitarios durante su formación académica puede constituir un grave problema, ya que al malestar psíquico se le



suma la dificultad para obtener un buen rendimiento académico al verse sobrepasada su capacidad de resiliencia, situación que llega a poner en riesgo su salud.

1.8 HIPÓTESIS

H1. Afecta la ansiedad en el desempeño de los alumnos del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP).

H0. No Afecta la ansiedad en el desempeño de los alumnos del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP).



Marco Teórico



Marco Teórico

*Pregúntate si lo que estás haciendo hoy,
te acerca en el lugar que quieres estar mañana.*
-Wald Disney-

Capítulo 1. La ansiedad.

1.1 Antecedentes históricos.

Desde la época de Darwin, la ansiedad ha sido reconocida como una entidad clínica con repercusiones tanto psíquicas como corporales o somáticas. A la ansiedad se le ha considerado como un mecanismo adaptativo, resultado de conductas defensivas ante cualquier circunstancia que represente una amenaza a la integridad de la persona desde todos los aspectos del funcionamiento vital.

Todos los seres humanos padecen, de una u otra forma, distintos niveles de ansiedad. No obstante, la ansiedad puede ser benéfica para el individuo, es decir, puede permitirle un mayor estado de alerta e impulsarlo a acciones que bajo otras circunstancias no realizaría.

Se considera patológica a la ansiedad cuando su intensidad es tan alta que interfiere negativamente con el rendimiento y funcionamiento tanto psíquico como social.

La ansiedad se define como enfermedad cuando el individuo no es capaz de lidiar con sus síntomas ansiosos, que difieren notablemente de la ansiedad cotidiana o normal.

Por más de un siglo, los trastornos de la ansiedad han sido motivo de interés clínico y teórico en la psiquiatría. La fenomenología de la angustia, de acuerdo con Jaspers, sólo se refiere a la experiencia subjetiva del fenómeno. Hoy, la fenomenología se aplica comúnmente a la conducta: signos, síntomas y otras experiencias subjetivas; es decir, todos los fenómenos observables que están asociados con un trastorno o una enfermedad.



Freud, en 1894, describió la neurosis de ansiedad y la consideró como el eje central de su teoría psicoanalítica. Esta alteración podía presentarse en forma episódica o continua.

La reacción individual de cada persona es variable y puede desarrollarse, entre otras, una entidad fóbica, una conversiva o bien un tipo crisis de angustia con elementos obsesivos o compulsivos.

La ansiedad se debe entender como una reacción que puede ser adaptativa o de defensa ante una situación nueva o inesperada, y que se caracteriza por un estado de mayor alerta y activación biológica, psicológica y social.

1.1.2 Definición de ansiedad.

La ansiedad puede definirse como una anticipación de un daño o desgracia futuros, acompañada de un sentimiento desagradable y/o de síntomas somáticos de tensión.

Como menciona (Rojas, 2014), que la ansiedad es una vivencia de temor ante algo difuso, vago, inconcreto, indefinido, que a diferencia del miedo, tiene una referencia explícita.

Para indicar de mejor manera la ansiedad es una emoción, que va acompañada de reacciones adrenérgicas como: sudoración, tensión muscular, temblor, la respiración se torna agitada, dolor de cabeza, espalda, pecho, palpitaciones, dolor de estómago entre otros signos y síntomas que obstruyen el organismo, al elevarse los niveles en la intensidad hace incapaz a la persona para adaptarse de una manera mejor en la vida cotidiana esto lo conduce a verse como un problema serio causante de trastornos de ansiedad.

Se menciona que es importante entender la ansiedad como una sensación o un estado emocional normal ante determinadas situaciones y que constituye una respuesta habitual a diferentes situaciones cotidianas.



Para (Stossel, 2014) expone que la ansiedad es un proceso normal y automático que experimenta el ser humano en momentos cruciales de forma compleja y determinante, ya que hace referencia a una respuesta que se produce a nivel mental de forma cognitiva, abstracta, la parte que presta su función al momento de una situación alarmante, es el sistema límbico ya que al darse cuenta la persona que se encuentra en un episodio de peligro, llega a ser algo lógico al estar consciente del fenómeno o resiste a ser partícipe de ella, no obstante el cuerpo enmarca la diversidad de eventos y situaciones alarmantes que inciden en la manifestación e inquietud de los que pueda ocurrir o repercutir a su integridad tanto física y emocional.

El objetivo del daño anticipado puede ser interno o externo. Es una señal de alerta que advierte sobre un peligro inminente y permite a la persona que adopte las medidas necesarias para enfrentarse a una amenaza (SierraI, Ortega, & ZubeidatI, 2003).

Por otra parte existen los agentes de ansiedad y estrés que forman parte del ámbito en que normalmente viven las personas. Es por ello que se agruparan algunos de los agentes estresantes más comunes que se viven en día.

Ámbito	Agentes de ansiedad y estrés
Social	<ul style="list-style-type: none">• Vivir en zonas de mucho ruido y contaminación.• La forma de vida en la ciudad es un factor de tensión para el individuo: prisas, tráfico intenso, distancias, etc.• Vivir en una zona conflictiva, con muchos delitos, consumo o tráfico de drogas, pandillas agresivas, etc.
Familiar	<ul style="list-style-type: none">• Excesivo ruido en el entorno que ocasiona un ambiente alterado.

<ul style="list-style-type: none">• Alteraciones en la relación de pareja, maltrato, engaños, problemas sexuales, etc.
<ul style="list-style-type: none">• Problemas de salud de algún miembro de la familia.
<ul style="list-style-type: none">• Cuidado de algún familiar, generalmente los mayores, que, dependiendo de la enfermedad que tengan, pueden llegar a ser una gran carga que provoca alteración en la dinámica familiar.



Laboral	<p>Las características del contenido del trabajo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • La experiencia propia del trabajador. • Las relaciones interpersonales (mal ambiente laboral). • Los factores relacionados con el desarrollo profesional. • Tener que modificar la forma de vida por una enfermedad, un divorcio, etc.
Personal	<ul style="list-style-type: none"> • La dedicación permanente a otras personas (hijos, padres, etc.) que implique sacrificar el propio tiempo de ocio o el desarrollo profesional. • En la mujer, la menstruación y/o la menopausia pueden hacer que sea más vulnerable a padecer estrés.

Tabla 1 Agentes estresantes

Aclarando que si se sobrepasa la intensidad o la cierta capacidad adaptativa del individuo, es cuando la ansiedad se convierte en patológica y es ahí cuando los síntomas son más notables. (Sevilla, 2010).

Síntomas físicos	Síntomas psicológicos
Vegetativos: sudoración, sequedad de boca, mareo, inestabilidad.	Preocupación, aprensión
Neuromusculares: temblor, tensión muscular	Sanción de agobio
Cardiovasculares: palpitaciones, taquicardias	Miedo a perder el control, sensación de muerte inminente
Respiratorios: disnea	Dificultad de concentración, quejas de pérdida de memoria
Digestivos: nauseas, vómitos, diarrea, estreñimiento,	Irritabilidad, inquietud
	Conductas de evitación
	Inhibición o bloqueo psicomotor

Tabla. 2 Síntomas de ansiedad: físicos y psicológicos

Los síntomas pueden comenzar durante la infancia o los años de la adolescencia y continuar cuando ya eres adulto.



1.1.3 Trastornos de ansiedad.

Los trastornos de ansiedad como tal son un grupo de enfermedades caracterizadas por la presencia de preocupación, miedo o temor excesivo, tensión o activación que provoca un malestar notable.

Los trastornos de ansiedad se manifiestan con episodios repetidos de sentimientos repentinos que llegan a su máximo en solo unos minutos a lo que se le llama ataques de pánico (Sareen, 2015).

Los trastornos de la ansiedad pueden clasificarse de la siguiente manera

Trastorno	Características	Manifestaciones	Observaciones
PÁNICO	Aparición brusca de miedo intenso	Temblor, miedo a morir, sudoración, sensación de frío/calor, náuseas, mareo, dolor en el pecho	Puede aparecer de manera espontánea o estar provocada por un estímulo.
FOBIA	Temores angustiosos a determinadas circunstancias, reales o imaginarias	-Fobia específica (miedo a un objeto o situación determinada) -Agorafobia (miedo a los lugares o las situaciones que podrían causarte pánico y hacerte sentir atrapado, indefenso, y a menudo evitas este tipo de lugares o situaciones)	Evitación de la situación que provoca el temor



ANSIEDAD GENERALIZADA	Aparición progresiva y parmenente de síntomas intensos de ansiedad, sin una causa real que lo provoque	Fatiga, inquietud, dificultad para dormir, irritabilidad, tensión muscular.	El individuo está preocupado sin motivos aparente y no lo puede controlar
OBSESIVO-COMPULSIVO	Obsesiones que pueden ser ideas o pensamientos repentinos	Cada obsesión lleva una compulsión conducta que compensa angustia provoca	Ejemplo, el miedo al contagio cuya compulsión corresponde a lavarse las manos que repentinamente
ESTRÉS POSTRAUMÁTICO	Aparece en aquellos individuos que han estado expuestos a eventos traumáticos que involucran un daño físico o psicológico extremo.	Perdida del sueño, irritabilidad, falta de concentración	Provoca alteraciones en la vida familiar, laboral y social.

Tabla 3 Trastornos de la ansiedad, según el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales

Estas sensaciones de ansiedad y pánico interfieren con las actividades diarias, son difíciles de controlar y desproporcionadas si las comparamos con el peligro real, y pueden durar por largo tiempo. Para evitar estas sensaciones, puedes intentar no ir a ciertos lugares o no participar de ciertas situaciones (Association, 2010).

1.1.4 Causas de la ansiedad.

Se indica que las causas de los trastornos de ansiedad no están totalmente conocidas, pero están implicados tanto los factores biológicos como ambientales y psico-sociales ya que pueden ser por ciertas experiencias de vida, como acontecimientos traumáticos, parecen provocar los trastornos de ansiedad en personas que ya son propensas a la ansiedad (W, 2018).

Desde la posición de Muriel, Aguirre, Varela y Cruz, (2013) Mencionan que dos causas principales que dan origen a factores que intervienen en la aparición de la ansiedad, se mantienen muy ligados ya que el individuo es quien da a conocer y a exponerse en el medio donde determina su desarrollo vital, la cultura, sociedad van de la mano por lo tanto las diversas situaciones que se viven a diario comprenden factores muy puntuales en que la persona se ve en la necesidad de formar parte de los eventos que inciden en la aparición de la ansiedad.

Sin embargo, no se debe dejar atrás los factores principales que logran llegar a enfatizar de manera radical y dar respuestas a lo que en sí pueda ser determinante para el estudio concreto y veraz para puntualizar las causas más influyentes en la ansiedad, aquí se puede plantear y dar a conocer los dos con mayor relevancia como:

✚ Genéticos: son aquellos en que tiene o pueda llegar existir una predisposición al surgimiento de un posible trastorno, de tal manera que se ven involucrado características importantes de la persona como el temperamento, que va a formar parte del constructo del papel importante que va a desempeñar y el reflejo que dará a conocer en los diferentes ámbitos que se desarrolla en la vida, la propensión hereditaria.

Misma que se manifiesta en el individuo y más en el carácter que logra determinar el tipo de personalidad comprendido en una de las características muy complejas y radicales y que siempre van a influir en el momento que se desea aplicar cualquier acción o mecanismo para



afrontar y salir adelante o dejar que permanezca hasta provocar alguna afección en el estado emocional de la persona.

✚ Ambientales: incluye las experiencias estresantes por la cuales el individuo haya sido parte del mismo y de las cuales llegan a ser detonadores para dar paso a un tipo de trastorno que esta situación pueda conducir a padecerlo de manera muy integral estas experiencias son vitales para la formulación de signos y síntomas que puedan formar elementos radicales, la exposición de todo lo que emerge en el ambiente y que el individuo quiere ser parte de ello.

Es allí donde el conductor que es propiamente la persona que busca mantener la calma en base a su reacción así serán frenar los resultados para afrontar o controlar el significado de la ansiedad y la aplicación en la vida tanto por el bien o mal que puede llegar a ser para la salud, ya que de esta manera se logra conocer con veracidad los signos y síntomas que causan e influyen en la ansiedad aunque una persona pueda desconocer lo que le pasa hace que pierdan el control y no pueda conducir sus emociones y el padecimiento que presenta.

1.1.5 Consecuencias de la ansiedad.

La ansiedad se involucra con áreas importantes para el desarrollo del individuo como: comportamiento, personalidad, estado emocional y social, lejos de ser algo completamente negativo, la ansiedad permite que el organismo se ponga en alerta y active todos sus mecanismos de defensa ante una situación determinada.

Una ansiedad patológica que es la respuesta desproporcionada a un estímulo determinado y como resultado de ello el individuo es incapaz a enfrentarse a situaciones, lo que hace que se trastorne su vida cotidiana.

En consecuencia de la ansiedad, puede traer consigo a un lugar de trastornos psicosomáticos, enfermedades a causa de problemas psicológicos, emocionales y físicos.



Pero las consecuencias no solo afectan al individuo quien lo padece, sino que también a su contexto que lo rodea, es decir, su esfera social, familiar, laboral.

Por lo que se explicara mediante una tabla aquellas consecuencias por la ansiedad.

Ámbito	Consecuencias de la ansiedad
Familiar	<ul style="list-style-type: none">• Alteraciones generales en la dinámica familiar.• Malas relaciones con otros familiares.• Alteraciones en la relación con los hijos, que puede repercutir en su desarrollo afectivo y social.• Alteraciones en la relación de pareja, que pueden llegar a ocasionar incluso la ruptura de la misma.
Social	<ul style="list-style-type: none">• Pérdida de interés en la colaboración ciudadana y actos sociales.• Alejamiento de los amigos, compañeros, etc.• Aumento considerable de accidentes de tráfico debido a los cambios de comportamiento, por aumento de consumo de alcohol, barbitúricos, etc., o bien por alteraciones en el ámbito emocional.
Laboral	<ul style="list-style-type: none">• Mal humor y descontento.• Deterioro de las relaciones con los jefes y compañeros por discusiones, malos modos, menos paciencia, etc.• Disminución del rendimiento en el trabajo.• Mayor riesgo de accidente laboral.• Agobiar a los compañeros con problemas personales.
	<ul style="list-style-type: none">• Alteraciones psicológicas y orgánicas.• Aumento en el riesgo de accidentes laborales.• Peligro de automedicación.



Personal

- Aumento en el consumo de fármacos, como analgésicos
- Alteraciones por cambios en el comportamiento:
 - En la alimentación (obesidad o anorexia).
 - Aumento del consumo de alcohol (alteraciones hepáticas y de conducta).
 - Aumento del consumo de tabaco (trastornos pulmonares).

Tabla 4 Consecuencias de la ansiedad

Las respuestas psicológicas a la ansiedad abarcan tres factores: emocional, cognitivo y de comportamiento, que no aparecen en el momento. Es por eso que se explicara en la siguiente tabla.

Emocionales	Cognitivas	Con un componente de comportamiento
<ul style="list-style-type: none"> • Pérdida de la energía física. • Bajo estado de ánimo. • Apatía, pesimismo. • Temor a padecer enfermedades. • Pérdida de la autoestima. • Volubilidad emocional: pasa con facilidad de la alegría a la tristeza. • Inestabilidad, inquietud. • Tensión. 	<ul style="list-style-type: none"> • Incapacidad para tomar decisiones. • Bloqueo mental. • Vulnerabilidad ante las críticas. • Confusión. • Se distrae fácilmente. • Olvidos frecuentes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tartamudear o hablar de forma atropellada. • Fumar y beber más de lo habitual. • Risa nerviosa. • Arrancarse el pelo nerviosamente/morderse las uñas. • Desórdenes alimentarios.

Tabla 5 Respuestas psicológicas

1.1.6 Ansiedad y el desempeño académico.

Desde la perspectiva de Rodríguez, (2011) Indica los diferentes estilos de vida en base a la influencia de padecer algún determinado tipo de ansiedad, el ser humano cuenta con un sistema nervioso sensible y que se encuentra siempre expuesto a eventos que repercuten en su integridad física, mental y emocional.



Al hablar de diversas situaciones que se dan en la vida se llega a determinar que no es más que un constructor de todas las vivencias tanto negativas como positivas que cada día se van adhiriendo y formando parte de la vida de las personas.

En este caso, el ser humano debe tener presente el compromiso de vivir en armonía y saber establecerse en ambientes que son prioritarios para una buena estabilidad de vida.

En el transcurrir del tiempo se logran apreciar una gran gama de sucesos, problemas, tanto malas como buenas que hacen que el individuo las acepte o rechace con respecto a las necesidades de poder sobre vivir en este mundo radical que incide y compromete a formar parte de un universo global.

La alimentación forma parte del estilo de vida del individuo que padece de ansiedad con mayor contraste es el consumo de comida chatarra, vivir una vida sedentaria sin realizar ningún tipo de actividad e ingerir todo tipo de gaseosa que contiene una considerable cantidad de azúcar esto permite que el sistema arterial pueda activar los niveles de ansiedad y repercutir en la salud de la persona al tener sustancias inadecuadas en el cuerpo y que sean las culpables de las diferentes reacciones y resultados que se den con el paso del tiempo.

Las cuales llegan a ser fatales para el organismo de la persona hasta el punto de no encontrar alternativas de la misma para su probable curación, para erradicar el mal que el individuo presenta es importante conocer diversos criterios que se dan por los generadores de ansiedad.

1.1.7 Factores que influyen en la ansiedad en los estudiantes.

Desde el enfoque de Muriel et.al. (2013) establecen que en el lapso de edad que oscila entre los 12 a 18 años, tienden a surgir temores relacionados con la autoestima personal integrándose a la especificación de capacidad intelectual, aspecto físico, temor al fracaso y las relaciones interpersonales.



La ansiedad persiste de forma más suspicaz al grado de crónico o grave cuando persisten los acontecimientos que ocasionan un temor a la presentación de los síntomas, creándose un círculo vicioso entre la ansiedad y el temor a presentarlo ante los demás.

Las reacciones y pensamientos de los adolescentes son puramente abstractos en momentos de no analizar y tomarse el tiempo necesario para emergerse para conocer y valorar lo que se tiene y se desea puntualizar.

Cada día es un reto en cuanto a los factores que invitan al joven a formar parte de las nuevas herramientas que son creadas en base al fortalecimiento de nuevas metodologías que aportan mucho al aprendizaje significativo pero que por otro lado el mal uso y adecuación a los intereses que los adolescentes le dan o por no saber cuáles son los elementos que logran contribuir al accionar de manera coordinada en los tres aspectos importantes que no deben de faltar físico, mental y emocional.

En el ámbito social y familiar es donde se presentan situaciones vulnerables que aquejan e influyen en los jóvenes que conllevan a presentar algunos criterios y signos manifestándose de forma dispersa que ocasionan incertidumbre, agobio, angustia esto da paso algún tipo de ansiedad de acuerdo con el efecto que pueda provocar en el individuo, y el manejo que el mismo le da al suceso que actúa en el momento.

1.1.8 Tratamiento de ansiedad

Considerando la ansiedad como una respuesta de alerta a una situación amenazante para el individuo, el tratamiento será semejante al que se estableció en las manifestaciones psíquicas del estrés. Y en caso de que el paciente necesite tratamiento farmacológico, también será el mismo: se utilizarán ansiolíticos.

En cambio menciona que cuando la ansiedad se convierte en patología y hablamos de trastornos de ansiedad, el tratamiento tiene que ser más específico:



En el trastorno del pánico se podrán utilizar ansiolíticos, y para prevenir la crisis se administrarán antidepresivos. Este tratamiento tendrá una duración de 6-12 meses.

El trastorno obsesivo-compulsivo deberá ser tratado por el psiquiatra. El tratamiento consiste en la combinación de un fármaco junto a terapia psicológica de modificación de conducta.

Las fobias. Hay que distinguir el tipo. Si es específica, se puede abordar en atención primaria con un tratamiento semejante al de la ansiedad; pero si es grave, como la agorafobia, fobia social generalizada o algún tipo de fobia simple, será tratada por el especialista.

1.1.9 Técnicas para manejar la ansiedad

Desde el punto de vista de Maisel, (2012) Indica diferentes técnicas que se pueden ejecutar al momento en que la persona considere necesario y tenga consciencia que sus niveles de ansiedad se encuentran elevados en diferentes situaciones determinados de angustias o no saber qué hacer en el tiempo presente y es por ello que al sufrir episodios de ansiedad en un nivel determinado esto conlleva a la práctica constructiva y a la valoración de aplicar estrategias que son incentivos y procesos en los cuales se contribuye a erradicar este mal que afecta de forma pausada.

El uso exclusivo de técnicas que permiten brindar un mantenimiento muy implícito que se puedan poner en práctica en el momento justo y apropiado del ejercicio que permitirá bajar y reducir los niveles de ansiedad que se presenta o que se mantienen en la persona estos son muy complejos.

A continuación se describen las principales técnicas de las planteadas en este apartado:

- ✚ Resolución existencial: brindar el sentido a lo que se hace permite tener una vida capacitada en la toma de decisiones y decir esto está bien para enfatizar el control siempre creyendo en la verdad.



- ✚ Elección de la actitud: tomar o dejar lo bueno o malo y hasta donde se le permite influir en el estado que la propia persona quiere o le hace sentir pleno o mal.
- ✚ Mejora de la personalidad: la mejor alternativa es tener el concepto de ser más consciente y creativo al momento de afrontar situaciones ansiosas, ejemplo carácter y valoración oportuna.
- ✚ Valoración: es importante considerar el peso de la situación y si amerita prestarle o ser partícipe de la situación adhiriéndola a la vida personal.
- ✚ Análisis de la ansiedad: introspección de la situación o evento que da origen a la ansiedad.
- ✚ Respaldo del estilo de vida: una vida tranquila, saludable llena de una mente consciente hace más fácil ir de la mano con la ansiedad.
- ✚ Cambios comportamentales: es la estrategia que se implementa al momento de estar expuesto a un episodio de ansiedad y desea evitar para que no le cause o influya en algún mal.
- ✚ Respirar hondo: en esta ocasión una técnica muy sencilla de respiración profunda llega a ser el principal elemento para solventar los niveles de ansiedad.
- ✚ Trabajo cognitivo: se debe pensar en diferentes formas esto hace que su mente tenga diferentes alternativas para aislar y más al darse cuenta y afrontarlo de manera muy consciente.
- ✚ Técnicas de relajación física: la realización ayuda a expulsar todo tipo de tensión que los músculos presentan debido a la ansiedad.



- ✚ Técnicas para una concienciación plena: la meditación elemento importante.
- ✚ Imaginería orientada: orientación mental la cual consiste en la construcción de imágenes tranquilizadoras.
- ✚ Técnicas de desidentificación y entrenamiento para la imparcialidad: consiste en aprender a tener una perspectiva tranquila y objetiva ante la vida.
- ✚ Afirmaciones y plegarias: permite que la mente tenga varias alternativas de salidas.
- ✚ Ceremonias y rituales: apagar las luces, encender velas y escuchar música suave transforma la angustia en relajante y tranquilizadora.
- ✚ Técnicas de reorientación: desvío consciente de la atención de la mente en otras áreas que permiten aislarse y mejorar el control.
- ✚ Técnicas de preparación: Prepararse y tener a la mano respuestas que serán importantes de forma considerada y análisis de las posibles preguntas que se pueden hacer.
- ✚ Técnica de enfrentamiento a los síntomas: se aplica en terapias y practicándolo en escenas en que los personajes se dan a conocer en eventos que se presentan o se desean ensayar.



CAPÍTULO II

RENDIMIENTO

ACADÉMICO



Capítulo II. Rendimiento académico

*El éxito no está en vencer siempre
sino en no desanimarme nunca.*

-Napoleón Bonaparte-

Capítulo 2.1 Rendimiento académico.

Cuando se trata de evaluar el rendimiento académico y cómo mejorarlo, se analizan en mayor o menor grado los factores que pueden influir en él, generalmente se consideran, entre otros, factores socioeconómicos, la amplitud de los programas de estudio, las metodologías de enseñanza utilizadas, la dificultad de emplear una enseñanza personalizada, los conceptos previos que tienen los alumnos, así como el nivel de pensamiento formal de los mismos (Benítez, 2000).

Refiere que “se puede tener una buena capacidad intelectual y una buenas aptitudes, sin embargo no estar obteniendo un rendimiento adecuado”, ante la complejidad y con la perspectiva de que el rendimiento académico es un fenómeno multifactorial es como iniciamos su abordaje (Jiménez, 2000).

Es así que el rendimiento académico determina el nivel de conocimiento alcanzado, y es tomado como único criterio para evaluar el éxito o fracaso escolar a través de un sistema de calificaciones de 0 a 10 en la mayoría de los centros educativos públicos y privados.

En otras instituciones se utilizan el sistema de porcentajes de 0 a 100%, y en los casos de las instituciones bilingües, se utiliza el sistema de letras que va desde la “A” a la “F”, para evaluar al estudiante como alto, medio o bajo en la comprobación y la evaluación de sus conocimientos y capacidades.

Las calificaciones dadas y la evaluación tienen que ser una medida objetiva sobre el estado de los rendimientos de los alumnos. (Figuroa, 1997)

El rendimiento académico es una medida de las capacidades del alumno, que expresa lo que éste ha aprendido a lo largo del proceso formativo. También supone la capacidad del alumno para responder a los estímulos educativos.



No se trata de cuanto material han memorizado los alumnos, sino de cuanto han incorporado realmente a su conducta, manifestándolo en su manera de sentir, de resolver los problemas y hacer o utilizar cosas aprendidas.

El rendimiento educativo, se considera como, el conjunto de transformaciones operadas en el educando, a través del proceso enseñanza-aprendizaje, que se manifiesta mediante el crecimiento y enriquecimiento de la personalidad en formación.

Otras cuestiones están directamente relacionadas al factor psicológico, como la poca motivación, el desinterés o las distracciones en clase, que dificultan la comprensión de los conocimientos impartidos por el docente y termina afectando al rendimiento académico a la hora de las evaluaciones. (Figuroa, 1997)

Así también el rendimiento académico sintetiza la acción del proceso educativo, no sólo en el aspecto cognoscitivo logrado por el educando, sino también en el conjunto de habilidades, destrezas, aptitudes, ideales, intereses, etc. No solo de los alumnos, sino también de los propios docentes que ellos juegan un papel importante en el aprendizaje de los alumnos. (MINED, 1997)

La acción de los componentes del proceso educativo, sólo tienen efecto positivo cuando el profesor logra canalizarlos para el cumplimiento de los objetivos previstos, aquí, la voluntad del educando traducida en esfuerzo es importante; caso contrario no se debe hablar de rendimiento.

En tal sentido, no se puede reducir el concepto del Rendimiento Académico a la suma de calificaciones como producto del examen de conocimientos al que es sometido el alumno, para verificar y controlar su aprendizaje.

Actualmente el Rendimiento Académico se refiere a una serie de cambios conductuales expresados de la acción educativa, que trasciende y se ubica en el campo de la comprensión y sobre todo en los que se hallan implicados los hábitos, destrezas, habilidades, y otros.



Es por ello que se han establecido distintos tipos de rendimiento académico, en el presente trabajo de investigación nos referiremos a las más conocidas desde la perspectiva educativa en nuestro país.

2.2.1 Tipos de rendimiento académico

Partiendo del punto de vista de (Figuroa, 2004) quien define el rendimiento académico como “el conjunto de transformaciones operadas en el educando, a través del proceso enseñanza-aprendizaje, que manifiesta mediante el crecimiento y enriquecimiento de la personalidad en formación”.

De esta afirmación se puede sustentar, que el rendimiento académico, no sólo son las calificaciones que el estudiante obtiene mediante pruebas u otras actividades, sino que también influye su desarrollo y madurez biológica y psicológica.

Este mismo autor, clasifica en Rendimiento Académico en dos tipos, éstos se explican en el siguiente esquema:

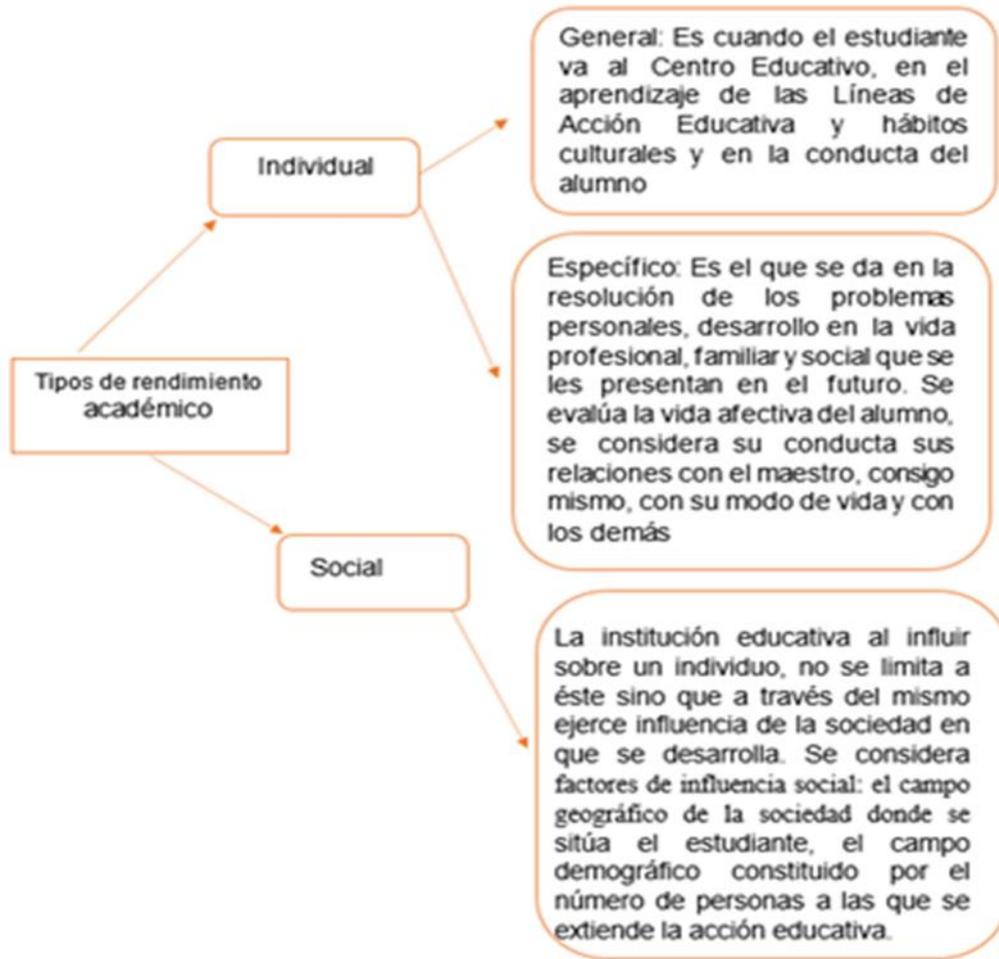


Figura 1 Tipos de rendimiento académico

Tal como se muestra en este esquema el rendimiento académico individual es el que se evalúa en forma general y de manera específica lo que se ven influenciados por el medio social donde se desarrolla el educando, los que ayudan a enriquecer la acción educativa.

2.2.2 Aprendizaje

Desde la perspectiva de Winebrener (2007) define el aprendizaje como la capacidad que tienen de adquirir nuevos conocimientos y los docentes deben asegurarse de que los alumnos participen y se involucren dentro del proceso, deben mantener una participación activa ya que esto



ayudará a que el rendimiento escolar sea óptimo, así mismo deben tomar en cuenta que cada alumno aprende de una manera diferente algunos aprenden más rápido que otros por lo tanto se debe estar comprometido en todo momento con ellos.

Dentro del proceso de aprendizaje se encuentran diferentes metodologías y de esta manera obtener un mejor rendimiento escolar entre ellas se encuentran.

Aprendizaje cooperativo. Este paso es muy importante y se debe trabajar siempre en el aula ya que ayudara a que entre ellos mismos se animen y venzan sus miedos e inseguridades, para los alumnos con un rendimiento escolar bajo este proceso les será muy eficaz ya que entre todos los compañeros y docentes trabajarán dentro de la clase así el éxito aumentará de la misma manera se proporcionaran reglas claras y evitar que los alumnos se resistan a colaborar.

Asignar tareas en grupo: En este paso se deben asignar tareas a los estudiantes que tengan un rendimiento bajo las mismas deben estar adecuadas a ella y tomar en cuenta que todos tienen diferentes maneras de aprender.

2.2.3 Principios de la evaluación

La evaluación es un factor inherente del proceso educativo, su objetivo es informar a lo largo del proceso, los avances y limitaciones del mismo y de los actores que en él intervienen, con la finalidad de ayudar en la formación continua y permanente del alumno. Se trata de observar en los distintos agentes de la educación, el desarrollo cualitativo y sino también la parte cuantitativa de las actitudes, capacidades y conocimientos, de todos los que intervienen en el mismo. (Mined, 2000).

Es por ello que se ha planteado una clasificación de los principios de evaluación pedagógica que a continuación se mostraran:

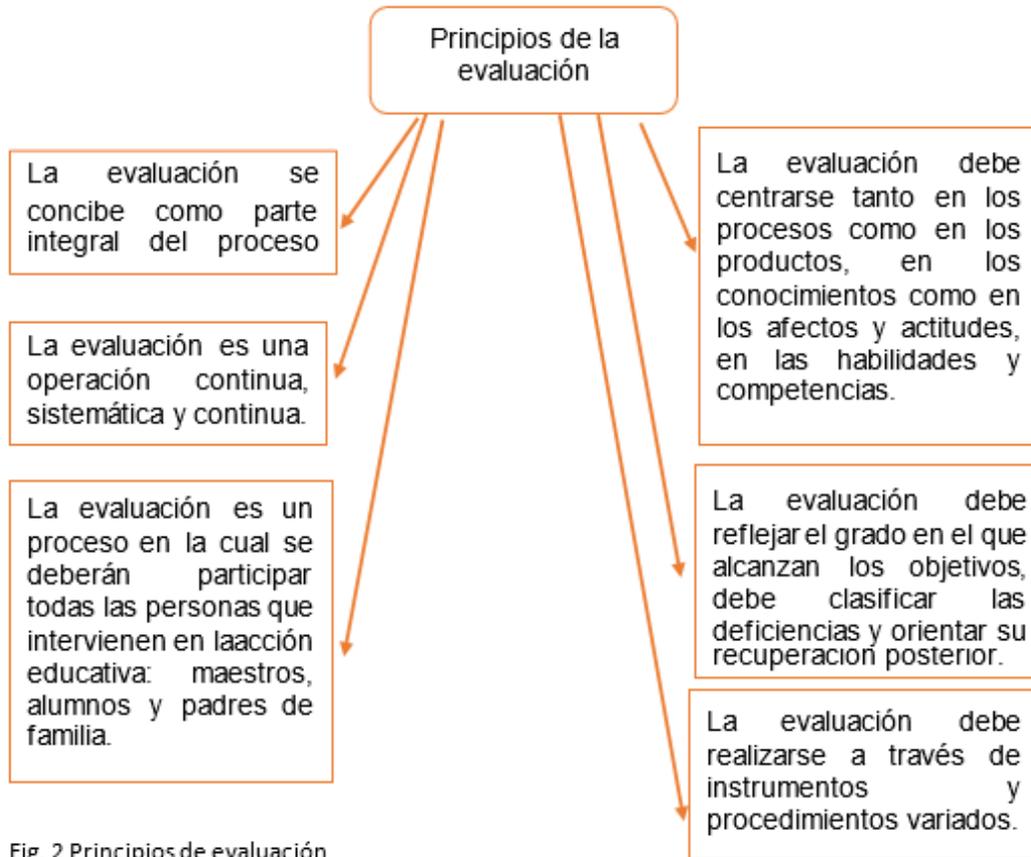


Fig. 2 Principios de evaluación

Estos principios de evaluación le ayudan al maestro directamente en todo su quehacer educativo y más específico aún, a elaborar pruebas o trabajos sobre contenidos específicos.

2.2.4 Importancia de la evaluación

Otro de los aspectos fundamentales que se consideró para la realización fue la evolución que es un proceso de valoración sistemática de los aprendizajes de conocimientos, habilidades y actitudes que muestran los alumnos en relación a los propósitos establecidos y sobretodo está unido al proceso de enseñanza- aprendizaje por lo que tiene lugar durante el transcurso de este semestre.

La evolución es partida entre maestro y alumno, debe tener la misma capacidad crítica y de juicio para adquirir conciencia respecto de lo que sucede durante el transcurso del proceso y les



brinda la posibilidad de hacer de los ajustes necesarios para impulsar e impedir que se detenga que se detenga la marcha del aprendizaje.

La evolución debe de ser permanente durante el año, para esto el maestro registrara los avances en el aprendizaje de los alumnos, así mismo dar intervenciones en clases, la explicación de dudas, la realización de ejercicios, el comportamiento social en las actividades de grupo, y en lo general la participación en el trabajo. (Fernández, 2007)

A través del tiempo en el instituto Conalep han surgido varios cambios ya que los docentes en aquella época tenían una forma diferente de evaluar debido a que ellos eran más tradicionalistas hasta en su forma de enseñar, no cabe mencionar que no era mala porque en algunos casos daba resultado en el aprendizaje, sin embargo era rígida y consideraba más al resultado que al proceso que los alumnos seguían.

Es por ello que en la actualidad los maestros tienen que estar más actualizados a la hora de evaluar, buscar la mejor forma para los alumnos o para el grupo en general debido a que el mismo maestro se está evaluando con el resultado de los alumnos.

2.2.5 Deserción escolar

La mayoría de los estudiantes terminan el bachillerato, pero por otra parte no ya que las consecuencias de la deserción son severas. Los estudiantes que abandonan la escuela lo hacen por diversas razones, algunos lo hacen por embarazo o por razones económicas ya que necesitan mantener a su familia.

La pobreza juega un papel fundamental en la determinación de si un estudiante acabara la preparatoria. Los estudiantes de hogares con bajos ingresos tienen una probabilidad tres veces mayor de desertar que los que vienen de hogares con ingresos medios y altos. Como el éxito económico depende de la educación, la deserción a menudo perpetúa un ciclo de pobreza (Statistics, 2002).



2.2.6 Factores que influyen en el proceso de rendimiento académico

Las características que definen a los jóvenes estudiantes de enseñanza media son el resultado de diferentes factores, de manera especial es influyente el contexto educativo inmediato en el que se forman.

(Martínez, 2007) Menciona que el rendimiento escolar es un factor que genera preocupación tanto en los docentes como en los padres de familia.

El tema es de suma importancia y de igual manera de deben conocer los factores que influyen para que el rendimiento escolar de los alumnos se vea afectado.

A continuación se darán a conocer algunos de los factores que influyen en dicho proceso.

Los métodos	Se menciona que no todos los alumnos responden de manera dinamista en la vida real. La educación sigue siendo para muchos un proceso de acumulación de conocimientos por lo que se descuidan otros aspectos importantes de formación integral de los estudiantes.
El sistema educativo	Se mantiene todavía alejado de la realidad y no prepara para la vida y los compromisos en la sociedad. Al concluir sus estudios, muchos se sienten frustrados pues descubren que no les servirán para conseguir un trabajo ni para asegurar su futuro.
La crisis económica	Ha hecho que los estudiantes cada vez más se vayan vinculando al mundo del trabajo, para aportar económicamente a sus familias o para mantenerse en los estudios. El tiempo limitado para dedicarse al estudio lleva a un menor rendimiento académico y a una menor formación.



El sistema democrático

Actual ha permitido que los jóvenes busquen espacios para ser protagonistas con respuestas constructivas como grupos de estudio, encuentro, deporte, acción social o participación en el movimiento estudiantil.

Para evitar la participación en la violencia, pandillas, entre otros.

La reforma educativa

Ha facilitado la apertura al sentido crítico, a la inquietud social y a las primeras experiencias de participación activa.

Personalidad

Se dice que son los cambios físicos y psicológicos que pueden tener los alumnos en su crecimiento, los docentes deben estar atentos ya que estos cambios afectan o mejoran el rendimiento de los alumnos.

Hábitos y técnicas de estudio

Tanto las técnicas como el ambiente en que el estudiante se encuentre es importante tener motivación, iluminación, ambiente agradable sin ruido y adaptado según las necesidades de cada estudiante. Es importante que tenga un horario de estudio sin que interrumpa las actividades recreativas.

Clima social escolar

Se refiere al ambiente en el que se encuentre en este proceso el docente es de suma importancia ya que de eso dependerá que los estudiantes se sientan cómodos y se tendrá un mejor rendimiento si se les proporcionan normas y reglas claras.



Ambiente familiar

Es uno de factores más importantes en este proceso, ya que en familia es donde se obtienen estímulos, intelectuales, culturales, ya que la familia es la institución más importante donde la convivencia que se tiene día a día hace que se obtenga una mejor visión intelectual de lo que se quiere lograr y es así como el rendimiento de los alumnos mejora considerablemente, pero si el entorno familiar es negativo, peleas entre los padres, gritos, y no les brindan motivación y tiempo obviamente el rendimiento escolar bajará considerablemente.

Tabla 6 factores que influyen en el rendimiento académico

2.2.7 Clasificación del rendimiento académico

De acuerdo con (Pimienta, 2008), la clasificación del rendimiento escolar es un juicio de valor producto de la interpretación, ya que la SEP formula una escala global que es entendida por las autoridades competentes

Sin embargo, la escala cualitativa que va de “deficiente”, “regular”, “bien”, “muy bien” a “excelente” que también puede ser representada por letras (A, B, etc.) no responde a los propósitos que plantean las competencias que aparecen descritas en los programas de estudios; en los que se requiere de un proceso sistemático y general para la evaluación educativa, pues ello permite emitir un juicio fundamentado que contribuya a la mejoría del sistema de enseñanza-aprendizaje con “parámetros fiables” para emitirlos.

Para los fines de esta investigación, las calificaciones que representan el rendimiento académico se clasificaran de la siguiente manera:

- ✚ Rendimiento académico bajo (suficiente o no acreditado), cuando el estudiante tiene calificaciones igual o menor a 7.
- ✚ Rendimiento académico medio (bien), representado por la calificación de 8.



- ✚ Rendimiento académico alto (muy bien o excelente), correspondiente a calificaciones 9 y 10.

2.2.8 Rendimiento académico bajo

Mantener un rendimiento académico bajo, demuestra que el estudiante no ha adquirido los conocimientos de manera adecuada y/o completa y que no posee las herramientas y habilidades necesarias para la solución de problemas referentes al material de estudio.

A nivel universitario, las causas que probablemente influyen en esta clasificación se deben según (Gómez, 1992) a los siguientes factores:

En el alumno, una escasa preparación para llegar a la universidad, inadecuado progreso de aptitudes y actitudes específicas y carencia de hábitos de estudio.

En el profesor, anomalías pedagógicas, carencias o mala asesoría personal y de dedicación.

Un estudio realizado (Tejedor, 1996), reveló variables relacionadas con el bajo rendimiento escolar de acuerdo a la percepción y dio una opinión acerca de los estudiantes universitarios:

- Causas personales: ausencia de aptitudes y capacidades, poco dominio de técnicas de estudio, escasa o nula dedicación al estudio durante el periodo escolar inasistencia a clases, desorganización del tiempo y planificación del estudio, falta de auto exigencia o de sentido de responsabilidad, insatisfacción con la carrera elegida, desproporción entre esfuerzos y resultados y problemas personales o sentimentales.
- Causas ambientales: se consideró el tipo de residencia (si viven en casa para estudiantes o en casa familiar) y distractores que limitan la concentración en el estudio.



- Causas académicas: dificultad de las materias o carrera; desajuste y ausencia de criterios objetivos en la programación, exigencia y evaluación de exámenes, deficiencia con las clases prácticas y carencia de coordinación entre materias, programas y cursos, grupos numerosos en el aula, falta de capacidad y motivación del personal docente, altos criterios de evaluación y ausencia de relación personal entre profesor y estudiante.

De manera más general Tierno, (1984) por igual identificó una lista de causas que provocan un bajo rendimiento académico, de las cuales son:

- No tener hábitos de estudio (falta de análisis)
- Falta de constancia en el estudio del material enseñado
- Falta de comprensión de lectura
- Desorganización y no planificación de los estudios y actividades académicas
- Falta de atención y esfuerzo en las actividades académicas
- No aprender de los errores
- Falta de concentración
- Falta de motivación
- Falta de compromiso y responsabilidad

Para la detección Smith, (1980), observó que los estudiantes con un bajo rendimiento escolar comúnmente tienen baja motivación y suelen ser rechazados por los maestros e incluso por sus compañeros.

Además, señaló, que detectar con claridad las causas que provocan el problema, podría ayudar a idear mecanismos que ayuden a prevenir que se presente en futuras generaciones.



2.2.9 Rendimiento académico medio

El rendimiento académico medio, es el promedio mínimo adecuado que se acepta en lo educativo y social. En lo escolar, es el promedio requerido para obtener beneficios de algunas becas. En cuanto a lo social, indica la aprobación para llevar a cabo una actividad laboral.

Desde el punto de vista de Gómez, (1992) indicó que el alumno con un rendimiento escolar medio puede ser funcional; sin embargo, requiere de mayor esfuerzo para aumentar su preparación. El autor explicó, que al dedicar más tiempo en la realización de trabajos escolares, hay una mejoría en el rendimiento académico, cualquiera que sea la capacidad del alumno, las características del contexto familiar y demás factores considerados anteriormente, de tal modo que algunos de los factores pueden presentarse con determinadas deficiencias, pero no afectan significativamente el rendimiento.

El rendimiento académico medio está relacionado con las siguientes estrategias de afrontamiento: esforzarse en tener éxito con ambición y dedicación, asistiendo a clase y comprometiéndose con las tareas académicas como es debido, sin ellas, los alumnos se verán suspendidos.

2.2.10. Rendimiento académico alto

Indica que se han comprendido los conocimientos de manera íntegra y se tiene la habilidad en el manejo de la información. Lograr esta clasificación en el rendimiento escolar requiere de cualidades de atención y perseverancia. (Tierno, 1984).

A los alumnos más avanzados se les considera “capaces de una atención concentrada, de un esfuerzo continuo y un ritmo de trabajo rápido o medio”, argumentó. (Gómez, 1992).

Además (Lafourcade, 1969) identificó que los factores fisiológicos, psicobiológicos, la inteligencia, las condiciones pedagógicas, el medio sociocultural, la calidad de los procesos de



movilización en la realización de las actividades académicas y del clima en el que se desarrolla el alumno son factores generales que actúan en el éxito escolar.

El éxito de acuerdo con la percepción de (Redondo, 1997) requiere de un alto grado de adhesión a los fines, los medios y los valores de la institución educativa, que probablemente no todos los estudiantes presentan. Aunque no faltan los alumnos que aceptan incondicionalmente el proyecto de vida que les ofrece la Institución Universitaria, es posible que un sector lo rechace y otro tal vez, sólo se identifique con el mismo, de manera circunstancial.

2.2.11 Motivación y rendimiento escolar

Desde la postura de Gómez, (2016) Muestra que la motivación en el proceso de aprendizaje es importante para mejorar el rendimiento escolar de los alumnos.

Los docentes deben tener un plan de trabajo que cuente con estrategias necesarias que motiven e impulsen a los alumnos a obtener una formación exitosa.

El docente debe realizar un correcto diagnóstico en el cual se identifique los problemas y necesidades de los estudiantes, así mismo obtendrá las fortalezas y limitaciones de esta manera tendrá un mejor perfil de cada estudiante no solo se debe basar en las calificaciones si no en aspectos como personalidad, carácter y expectativas.

Hoy en día es necesario que los docentes no se limiten a proporcionar contenidos, si no deben reforzar valores, buenas conductas y comportamientos dentro del aula.

Se conocen dos formas de motivar a los alumnos:

- La motivación intrínseca: Es la que se trae de naturaleza no depende de recompensas o premios.



- La motivación extrínseca: Es la que se obtiene por medio de premios o recompensas.

En las aulas es más común ver la extrínseca ya que siempre se les motiva para que realicen bien las tareas o no sean castigados es notable en cada estudiante cuál de las dos motivaciones maneja y así mejoran su rendimiento escolar.

- La motivación intrínseca: Es la que se trae de naturaleza no depende de recompensas o premios.
- La motivación extrínseca: Es la que se obtiene por medio de premios o recompensas.

En las aulas es más común ver la extrínseca ya que siempre se les motiva para que realicen bien las tareas o no sean castigados es notable en cada estudiante cuál de las dos motivaciones maneja y así mejoran su rendimiento escolar.

En este proceso de motivación los padres de familia y los docentes son clave para proporcionar la motivación adecuada y obtener los resultados esperados.

Desde el punto de vista de Medina, 2016) Establece que la motivación en los salones de clases es de suma importancia tanto dentro como fuera de ella, e impulsa a los alumnos para llegar al objetivo planteado, para que el rendimiento escolar tenga éxito y mejoren las competencias que se tienen establecidas, dentro del salón de clases el maestro es el encargado de proporcionar una buena estimulación, debe ser un excelente motivador y facilitador debe conocer a sus alumnos para elegir las técnicas adecuadas y así obtener buenos resultados.

En relación a la motivación se menciona que se deben identificar los conocimientos de los estudiantes de igual manera observar y estudiar el comportamiento que mantienen en el centro educativo, se puede dialogar para conocerlos mejor.



La motivación es muy importante mantenerla ya que estos estímulos son los encargados de que las personas realicen y logren llegar a su meta o al mejoramiento del rendimiento dentro del establecimiento.

Algunos de los docentes olvidan muchas veces realizar este trabajo tan importante y es donde el rendimiento de los estudiantes se ve afectado.

La motivación en el aula para que el alumno busque sus propias metas e intereses personales no debe dejarse de lado y lograr que los estudiantes se encuentren activos y así respondan a las condiciones que el maestro les plantee y mantenerles metas específicas y retadoras de esta manera ellos mantendrán toda la atención en lo que quieren lograr.

2.2.12 Rol del docente

Desde la postura de Hernández y Olmos, (2014) Aluden que el rol del docente en el proceso de enseñanza aprendizaje es el de informar, y planificar sus clases y actividades virtuales y presenciales, las más importantes son las presenciales.

El docente no debe ser experto solo en contenidos debe también manejar los recursos tecnológicos y técnicas de aprendizaje que les permitan hacer una selección y uso de herramientas que el hagan más fácil el proceso de aprendizaje y los alumnos deben ser flexibles y aprovechar los recursos, foros, discusiones y exposiciones.

De igual manera el docente debe realizar un trabajo continuo en los avances que los alumnos tengan y brindarles la información precisa con reglas claras de la realización de tareas, procesos de evaluación, así también verificar el trabajo en equipo y este se realice con calidad y éxito y el docente debe tomar en cuenta tres aspectos de gran importancia que son:



✚ Planificación, transformación y resultados.

Desde la postura de Soriano, (2009) Dice que el rol del docente se trabaja de varios puntos de vista, como el social que es donde el proporciona los conocimientos adecuados a los estudiantes, el rol del maestro en esta época tiene que estar estructurado de una manera correcta con todas los lineamientos bien claro y establecidos, el maestro debe tener una vocación para que pueda proporcionar realizar su trabajo de una manera adecuada.

El rol de docente busca siempre tener una acción y una buena reflexión estas están bien relacionadas dentro del campo docente, el docente debe presentar un buen desempeño de igual manera se le deben proporcionar las herramientas necesarias para lograr un avance dentro de este proceso.

Cabe mencionar que tener las estrategias adecuadas simplifica el trabajo del maestro y una de las que se mencionan es la alfabetización ya que con esta se crea una visión más amplia de los que se quiere lograr, el diálogo lo debe mantener el docente tanto con alumnos y padres de familia para que la acción reflexión pueda dar resultados positivos.

(Ortiz, 2009) Comenta que el rol del docente es de suma importancia y debe mantenerse atento al comportamiento y cambios que los alumnos presenten, deben acompañarlos con atención, motivación, comprensión ya que él es un canal de justicia y equidad, así mismo proporcionar consejos si así se requiere.

Con respecto al papel que juega el docente dentro de este proceso es una responsabilidad la que tiene con los alumnos y debe tener una personalidad espiritual, moral y física, para lograr un proceso exitoso dentro del aula.

Es necesario recalcar que el profesor día a día debe explorar las necesidades de aprendizaje como las afectivas y obtener la mejor cantidad y calidad de contenidos.



El rol del docente es el de ser tutor el cual los enseña a que tengan auto control, confianza en sí mismos, responsabilidad, toma de decisiones y algo muy importante como la disciplina y que ellos aprendan a ser obedientes y aprenderán a que es el resultado de algo justo, dentro del rol del docente las competencias son muy importantes que se aprendan a manejar y aplicarlas de una manera adecuada.



CAPÍTULO III

ADOLESCENTES



Capítulo III. Adolescentes

*Al final todo estará bien y
si no está bien no hemos llegado a su final.
-John Lennon-*

Capítulo 3. Adolescentes

3.1 Definición de adolescencia.

La adolescencia es un periodo de la vida que transcurre entre la infancia y la edad adulta. Lo que caracteriza fundamentalmente a este periodo son los profundos cambios físicos, psicológicos, sexuales y sociales que tienen lugar en esos años.

Es imposible establecer la franja exacta de edad en la que transcurre la adolescencia pero la organización mundial de la salud considera que esta etapa va desde los 10 a los 19 años.

Todos esos cambios que viven los adolescentes hacen que muchos casos sea un periodo difícil tanto para ellos como para sus familiares. Pero a la vez es una etapa apasionante.

El que antes se era una niña ahora se está madurando para convertirse en un adulto, está descubriendo que el mundo del que forma parte. Los que están cerca del adolescente, sobre todo los padres, son los que vivirán todos esos cambios con cierta inquietud pero deben saber que ellos pueden hacer mucho para que todo vaya bien.

Por ello es importante que los padres de los adolescentes tengan toda la información posible sobre esta etapa y que se preparen para ella. Es bueno que antes de que lleguen a esa etapa ya estén prevenidos principalmente en lo que consiste y que es lo que ocurrirá a sus hijos.

Está claro que no todas las adolescencias son iguales, hay algunos cambios que son similares en la mayoría de los adolescentes como los cambios físicos y psicológicos.

Los adolescentes pasan de la alegría a la melancolía con asombrosa rapidez.

*Cynthia Lizbeth Carreto Fernández.
Facultad de Psicología.*



“La adolescencia, definida como el periodo de cambios en el desarrollo que se producen entre la niñez y la edad adulta” como ha señalado (Koops, 1996).

De un momento se comportan como los niños que eran hace tiempo y en otro momento adoptan posturas mucho más cercanas a la madurez. Esa es una de las características más habituales de la adolescencia.

En lo general no tienen ninguna importancia, aunque si es de sumo momento estar pendiente por si los periodos de tristeza fueran muy prolongados a la melancolía excesiva que podrían indicarnos la existencia de problemas psicológicos.

Todos esos movimientos emocionales provocan en muchos de los adolescentes un cambio en la forma de demostrar el efecto.

Muchos de ellos rechazan los besos y abrazos, pero los padres deben de saber que no es su amor lo que están rechazando sino a lo que ellos rechazan la forma en la que este se ha demostrado hasta el momento.

Es de suma importancia entender a los adolescentes que a pesar de su rechazo, seguirían necesitando de su cariño como desde que eran pequeños. Otro de los cambios fundamentales sobre la adolescencia es la importancia que se adquiere de su contexto social, es decir, de sus amigos.

Los adolescentes necesitan formar parte de un grupo similares para ir construyendo su propia identidad., así ellos comenzaran a pasar mucho más tiempo con ellos y menos tiempo con su familia, es otra razón de que los familiares van preparándose para cuando llegue ese momento.

Además de que los padres estén al pendiente, es necesario que mantengan normas justas para que el desarrollo de su vida sea saludable, al igual que es necesario que los adolescentes vayan ganando responsabilidad e independencia para su formación.



2.3.1 Búsqueda de identidad

El proceso de constituir la identidad, sostiene integrar experiencias pasadas, adecuarse al presente y poseer una visión amplia sobre el futuro, transcurso por el cual le resulta difícil, ya que junto con ello se presentan los cambios físicos. Mostrando fracturaciones en el estado de ánimo, debido a la personalidad desarrollada tanto en su entorno familiar y cultural.

Cabe mencionar que la identidad se da a través un resultado de un proceso biopsicosocial, del cual está en una combinación discontinua de todos lados y gobernando de una relatividad que hace que cada proceso dependa de los otros.

Es por eso que la identidad contiene la historia con la relación entre el individuo y la sociedad y de la forma particular de solución encontrada frente a sus problemas, así los individuos y la sociedad son registrados en la identidad y a la vez crea su propia identidad.

Es de suma importancia entender a los adolescentes que a pesar de su rechazo, sugerían necesitando de su cariño como desde que eran pequeños. Otro de los cambios fundamentales sobre la adolescencia es la importancia que se adquiere de su contexto social, es decir, de sus amigos.

Los adolescentes necesitan formar parte de un grupo similares para ir construyendo su propia identidad., así ellos comenzaran a pasar mucho más tiempo con ellos y menos tiempo con su familia, es otra razón de que los familiares van preparándose para cuando llegue ese momento.

Además de que los padres estén al pendiente, es necesario que mantengan normas justas para que el desarrollo de su vida sea saludable, al igual que es necesario que los adolescentes vayan ganando responsabilidad e independencia para su formación.



La teoría de (Erikson, 2005) sugiere que durante la adolescencia los jóvenes tratan de entender lo que es único y distinto en ellos. Por igual se esfuerzan por descubrir sus fortalezas y debilidades, así como los roles que desempeñarían en su vida a futuro.

Etapas	Edad aproximada	Resultados positivos	Resultados negativos
Confianza frente a desconfianza	Nacimiento- 1.5 años	Sentimientos de confianza en el apoyo del entorno	Temor y preocupación por lo que se refiere a los demás.
Autonomía frente a vergüenza y duda	1.5-3 años	Autoeficiencia si se altera la exploración	Dudas acerca del yo, falta de independencia
Iniciativa contra culpa	3-6 años	Descubrimiento de cómo inician las acciones	Culpa por los actos y los pensamientos
Laboriosidad frente a inferioridad	6-12 años	Desarrollo del sentido de competencia	Sentimientos de inferioridad, no hay sentido de dominio
Identidad frente a confusión de identidad	Adolescencia	Conciencia de la singularidad de yo, conocimiento del papel que debe seguirse	Incapacidad para identificar papeles apropiados en la vida
Intimidad frente a aislamiento	Juventud	Desarrollo de relaciones amorosas, sexuales y de amistad íntimas	Temor a relacionarse con los demás
Generatividad frente a estancamiento	Madurez	Sentido de contribución a la continuidad de la vida	Trivialización de las actividades propias
Integridad del yo frente a desesperación	Vejez	Sentido de unidad en los logros de la vida	Arrepentimiento por las oportunidades perdidas en la vida

Tabla 7 Etapas de Erikson



Este proceso de descubrimiento implica “probar” diferentes papeles o elecciones para ver si encajan con sus capacidades y la visión que tienen en sí mismos.

Los adolescentes cuando tropiezan en sus esfuerzos por encontrar una identidad apropiada puede desviarse y adoptar roles que son socialmente inaceptables para expresar lo que quieren ser, o tal vez tengan dificultades para formar y mantener relaciones personales cercanas y verdaderas.

Por lo que también es necesario que los adolescentes mantengan claros sus objetivos para lograr su identidad, así para que durante en su edad adulta se mantengan esa sensación de bienestar en todas sus esferas tanto laboral, social, familiar. El lograr ciertos objetivos hace que el individuo se prepare y adquiera habilidades de afrontamiento para su vida a futuro.

3.3.2 Etapas de la adolescencia

La adolescencia es un período de la vida con intensos cambios físicos, psíquicos y sociales, que convierten al niño en adulto y le capacitan para la función reproductora. Los cambios físicos tienen una amplia variación de la normalidad. Es necesario comprender y conocer estos cambios para poder diferenciar las variaciones normales de las anomalías en el crecimiento y desarrollo puberales. (Regader, s.f.)

A continuación, se presentarán algunos de los desarrollos de los objetivos psicosociales durante la adolescencia.



OBJETIVOS	ADOLESCENCIA INICIAL	ADOLESCENCIA TEMPRANA	ADOLESCENCIA TARDÍA
INDEPENDENCIA	-Menor interés por padres -Vacío emocional: se alteran el comportamiento y el humor -Menor rendimiento escolar	-Máximos conflictos con padres, tiempo con amigos. -Lucha por independencia	-Reaceptación de valores y consejos paternos. Nueva relación con padres -Duda para aceptar su responsabilidad -Siguen dependiendo de los padres
IMAGEN CORPORAL	-Preocupación por su cuerpo y los cambios -Inseguridad por su aspecto	-Aceptación de su cuerpo -Interés por hacerlo más atractivo.	-Aceptación de los cambios -La imagen solo preocupa si hay alguna anomalía
AMIGOS	-Interés y amistades con amigos del mismo sexo -Sentimientos de ternura conducen a miedos y relaciones homosexuales	-Máxima integración con amigos -máximo peligro de conductas de riesgo	-Amigos y grupos menos importantes -Más tiempo de compartir relaciones íntimas
IDENTIDAD	-Mejoran capacidades cognitivas -Autointerés, fantasías -Objetivo vocacional idealista e irracionales -Mayor necesidad de intimidad -	-Aumento la capacidad intelectual -Mayor ámbito de sentimientos	-Pensamiento abstracto -Delimitaciones de valores religiosos, morales y sexuales -Capacidad para comprometerse y establecer límites

Tabla.8 Desarrollo de los objetivos psicosociales durante la adolescencia



3.3.3 Adolescencia temprana

Según la (OMS, 2018). La adolescencia temprana empieza en un período que se extiende entre los 10 y los 14 años de edad. Dicha etapa en la que, por lo general, comienzan a manifestarse los cambios físicos, que usualmente empiezan con una repentina aceleración del crecimiento, seguido por el desarrollo de los órganos sexuales y las características sexuales secundarias.

Estos cambios externos son con frecuencia muy obvios y pueden ser motivo de ansiedad así como de entusiasmo para los individuos cuyos cuerpos están sufriendo la transformación. Para algunos adolescentes les puede resultar vergüenza dichos cambios en su cuerpo.

Pero no solo hablamos de cambios físicos, ya que al igual entra un proceso de maduración psicológica, hablamos del pensamiento concreto al pensamiento abstracto, del cual Piaget menciona que el adolescente va creando su propio criterio de su contexto en que lo rodea.

La capacidad de pensamiento es totalmente concreta, no perciben las implicaciones futuras de sus actos y decisiones presentes. Creen que son el centro de una gran audiencia imaginaria que constantemente les está observando, con lo que muchas de sus acciones estarán moduladas por este sentimiento. Su orientación es existencialista, narcisista y son tremendamente egoístas.

3.3.4 Adolescencia inmediata

Esta etapa en que la (OMS, 2018) da por inicio entre los 14 y 15 años.

Durante cierto proceso se consigue un cierto grado de adaptación y aceptación de sí mismo, se tiene un parcial conocimiento y percepción en cuanto a su potencial, según Erickson la integración de su grupo le da cierta seguridad en cuanto establecer lazos de amistad, empieza a adaptarse a otros adolescentes, integrar grupos, lo que resuelve parcialmente el posible rechazo de los padres. (Regader, s.f.)

3.3.5 Adolescencia tardía

La adolescencia tardía según la (OMS, 2018), Inicia entre los 17 y 21 años. En la que dicha etapa se disminuye la velocidad de crecimiento y empieza un balance en los segmentos corporales, estos cambios van dando seguridad y ayudan a superar ciertas crisis de identidad, se tiene más control de las emociones y su independencia se ve más reforzad

Por igual manera empiezan a experimentar un cierto grado de ansiedad, al empezar a recibir las presiones de las responsabilidades, por la contribución de la economía, aun cuando no alcanzan la plena juventud.

2.3.7. Cambios durante la adolescencia

	HOMBRES	MUJERES
DIFERENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> •Voz grave •Crecimiento de órganos sexuales (pene y testículos) •Hombros se ensanchan •Inicio de eyaculación 	<ul style="list-style-type: none"> •Voz aguda •Senos y mamas aumentan •Caderas y muslos se ensanchan •Inicio de la menstruación
SEMEJANZAS	<ul style="list-style-type: none"> •Aparición de acné y espinillas •Aumento de estatura •Aparición de vello púbico y axilas •Vellos en brazos y piernas aumentan y se engruesan •Aumento de la sudoración 	

Tabla.9 Cambios en la adolescencia.



METODOLOGÍA



Metodología

*Tu peor enemigo siempre será tu mente,
porque ella conoce tus debilidades.
-Francisco García-*

3.1 Diseño de investigación

La metodología cuantitativa es una de las dos metodologías de investigación que tradicionalmente se han utilizado en las ciencias empíricas. Se centra en los aspectos observables susceptibles de cuantificación, y utiliza la estadística para el análisis de los datos. Se contrapone a la metodología cualitativa o interpretativa.

Este tipo de metodología es característico de un planteamiento científico positivista. El postulado fundamental del positivismo es que el conocimiento válido sólo puede establecerse por referencia a lo que se ha manifestado a través de la experiencia. (Durkheim, 1989).

Para el estudio que se realizó en el “Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica” (CONALEP), se retomó el estudio cuantitativo, del cual su investigación es de tipo no experimental, transaccional, descriptivo.

No experimental porque no se pueden manipular las variables, los datos a reunir se obtendrán del personal administrativo del Colegio y transaccional ya que la recolección de datos se realizará en un solo tiempo.

La investigación no experimental es la que se realiza sin manipular deliberadamente variables; lo que se hace en este tipo de investigación es observar fenómenos tal y como se dan en su contexto natural, para después analizarlos (Hernández, Fernández y Baptista, 2003).

En un estudio no experimental no se construye ninguna situación sino que se observan situaciones ya existentes, no provocadas intencionalmente (Hernández, Fernández y Baptista, 2003).



Los estudios no experimentales pueden ser de dos tipos, transaccionales y longitudinales.

Los diseños de investigación transaccional o transversal recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado (Hernández, Fernández y Baptista, 2003).

Los diseños transaccionales descriptivos tienen como objetivo indagar la incidencia y los valores en lo que se manifiestan una o más variables dentro del enfoque cuantitativo (Hernández, Fernández y Baptista, 2003, p. 273). El procedimiento consiste en medir o ubicar a un grupo de personas, objetos, situaciones, contextos, fenómenos en una variable o concepto y proporcionar su descripción (Hernández, Fernández y Baptista, 2003).

3.2 Universo y estudio

La población que se estudio es de adolescentes de una edad aproximada de 15 a 18 años los cuales se encuentran cursando en el Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP).

El número de matrícula en el presente curso 2018-2019 de dicho colegio se encuentran con una matrícula de 650 alumnos, cuenta con dos turnos, matutino y vespertino, sin embargo, con los que se trabajó fueron con el turno matutino, de los cuales se escogieron aleatoriamente, fueron 15 alumnos de primer semestre de la especialidad de contaduría y 15 alumnos de quinto semestre de la especialidad de automotriz.

3.3 Criterios de inclusión, eliminación

Criterios de inclusión:



- ✚ Alumnos que se encuentren estudiando en el Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP).
- ✚ Haber contestado el test “IDARE”.

Criterios de eliminación:

- ✚ Alumnos de tercer semestre que se encuentran estudiando en el Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP) no asistieron a la aplicación del test “IDARE”.

3.4 Material y método

El material que se utilizó fue el test “IADRE”, el cual consiste en dos escalas las cuales cada una de ellas mide diferentes rangos.

El test IDARE está conformado por 40 ítems separados en dos escalas de autoevaluación para medir la ansiedad-rasgo y la ansiedad-estado.

La escala A Rasgo está conformado por ítems (7 directos y 13 inversos) en la cual se presentan afirmaciones para describir cómo se sienten generalmente las personas ante situaciones de estrés ambiental. Mide la propensión a la ansiedad; la tendencia a responder a situaciones percibidas como amenazantes con elevaciones en A-Estado.

Por su parte, la escala A-Estado está conformado por 20 ítems (10 directos e inversos) en la cual se pide a los participantes indicar cómo se sienten en situaciones específicas de presión ambiental. Mide el nivel de ansiedad transitorio experimentado en una situación determinada; además, evalúa los sentimientos de tensión, nerviosismo, preocupación y aprehensión que experimenta el sujeto.



Dicho test no tiene tiempo límite. Generalmente se requiere de un promedio de 15 minutos para la aplicación de ambas escalas.

De este modo, los evaluados contestan a cada una de las afirmaciones ubicándose en una escala likert de cuatro dimensiones que van de 1 a 4.

En la escala A – las opciones de respuestas en la escala Likert de intensidad son:

- No en lo absoluto, 2- Un poco, 3 – Bastante, 4- Mucho.

Mientras que en la escala A- Rasgo, las opciones en la escala Likert de frecuencia son:

- Casi nunca, 2- Algunas veces, 3- Frecuentemente, 4- Casi siempre.

Cabe señalar que en el IDARE, en la escala estado hay 10 items positivos de ansiedad, es decir, a mayor puntuación mayor ansiedad y 10 items negativos a mayor puntuación menor ansiedad.

De igual forma en la escala rasgo hay 13 items positivos a mayor puntuación mayor ansiedad y 7 negativos a mayor puntuación menor ansiedad.

La aplicación hacia los alumnos de 1° y 5° semestre del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP), fue de forma colectiva y en forma mixta.

Para dar inicio a la contestación del test, se les dio una breve información de lo que se basaría las preguntan y al igual se dio un ejemplo para la forma de la contestación.

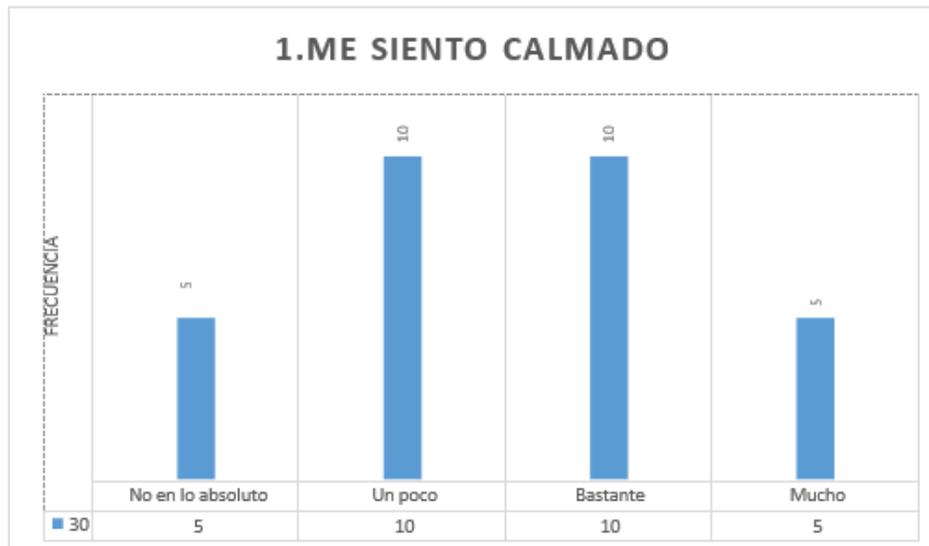
Fue así que se les entregó la hoja del instrumento y junto con ello un lapicero para la contestación del mismo, como se mencionó no fue bajo tiempo, ya que cada alumno fue concluyendo su instrumento se le paso a recoger para así poder retirarse.

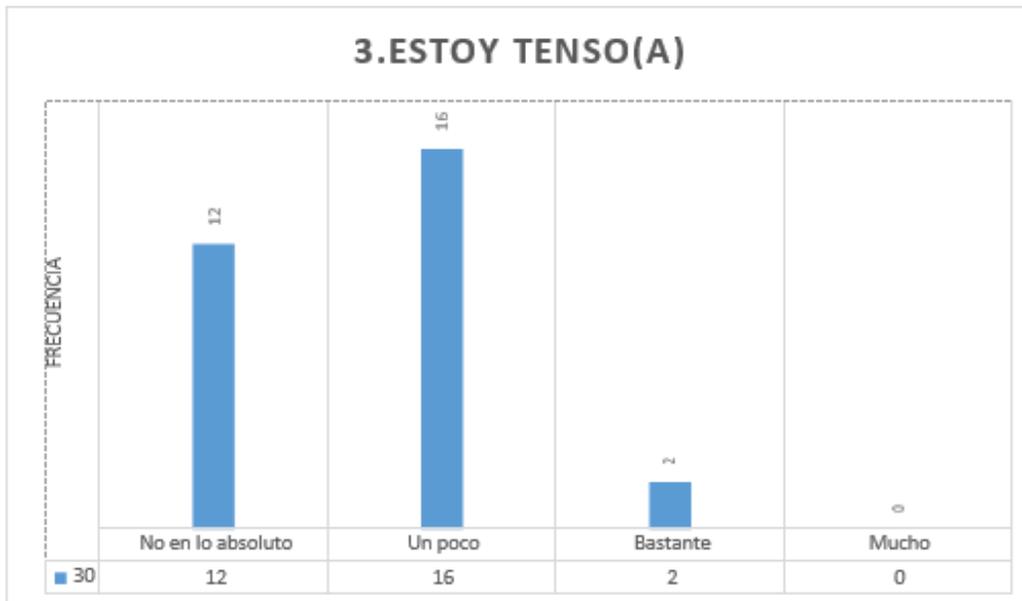
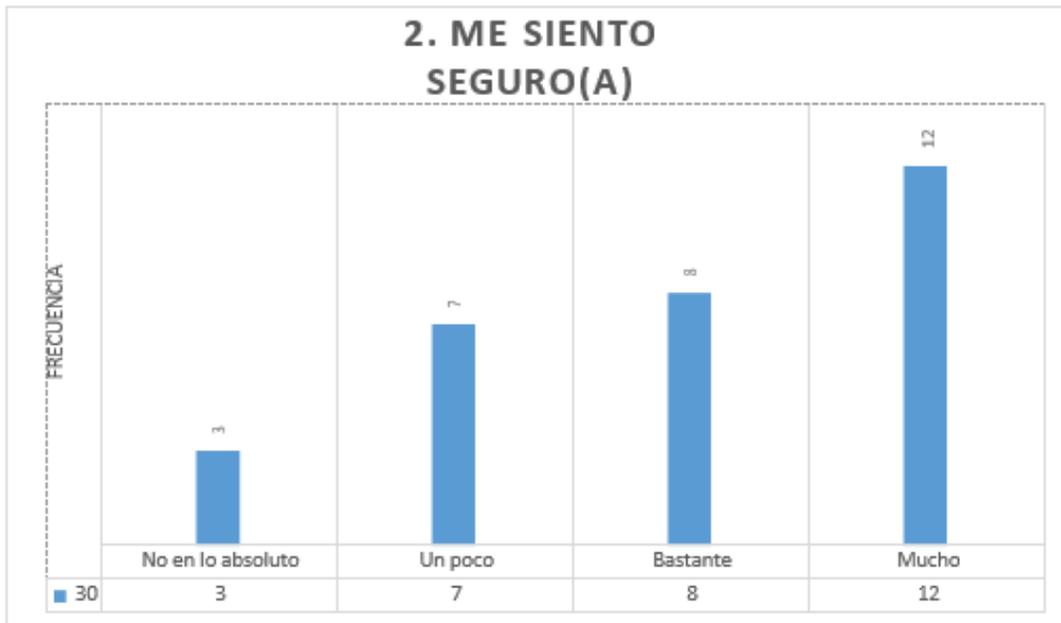
3.5 Análisis de datos

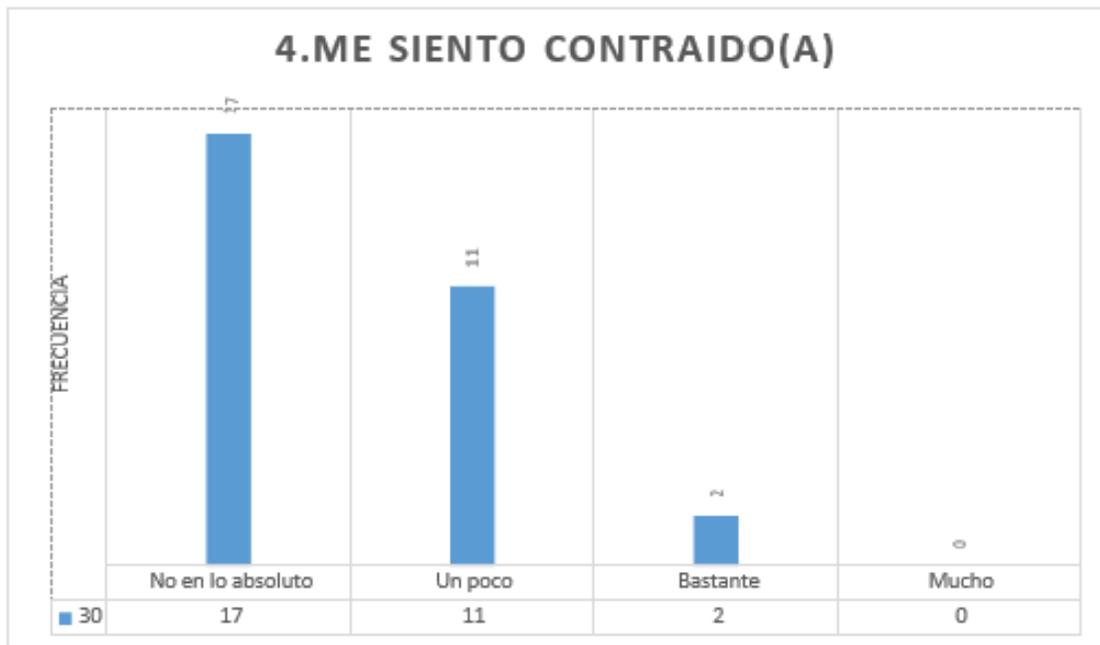
El objetivo del presente estudio es estudiar y analizar la relación que existe entre la relación de la ansiedad y el rendimiento académico de los alumnos del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP). El tipo de estudio que se utilizó fue descriptivo.

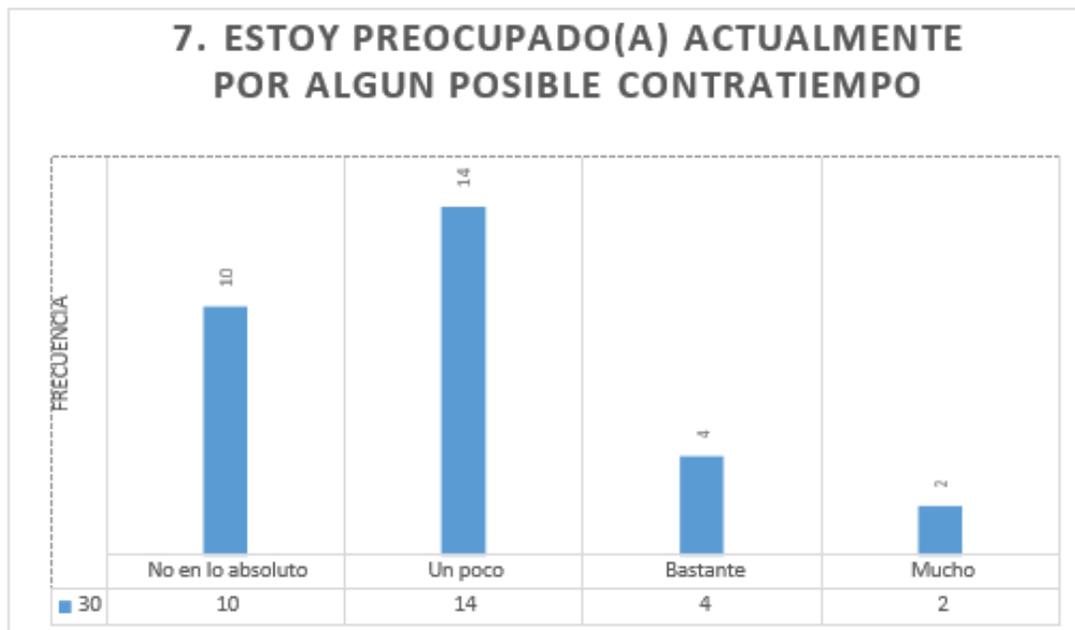
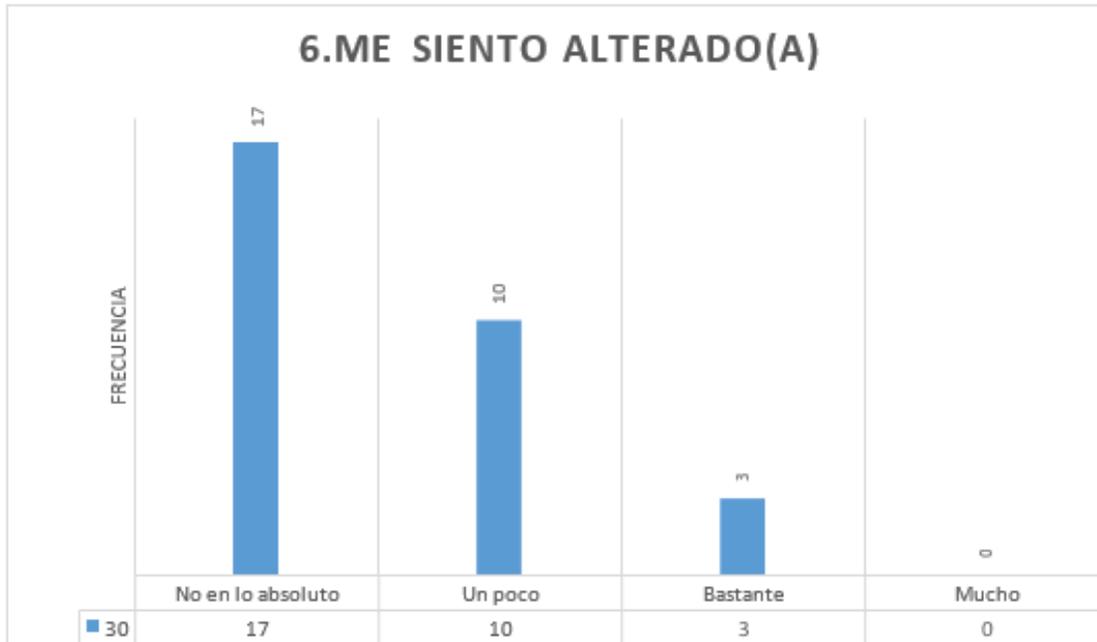
En la cual se examinó a través del test a los alumnos en sus salones.

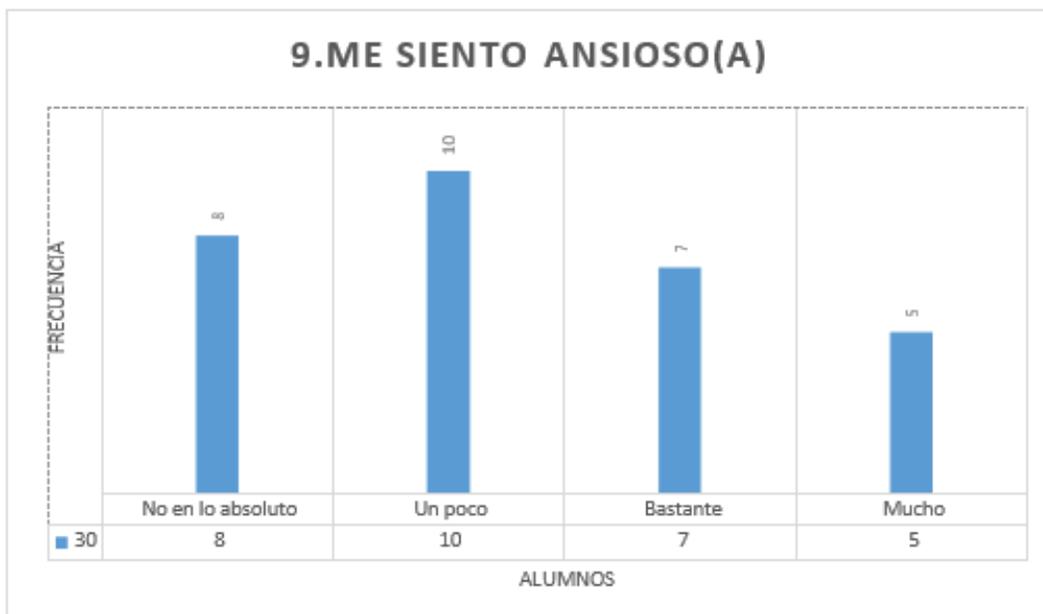
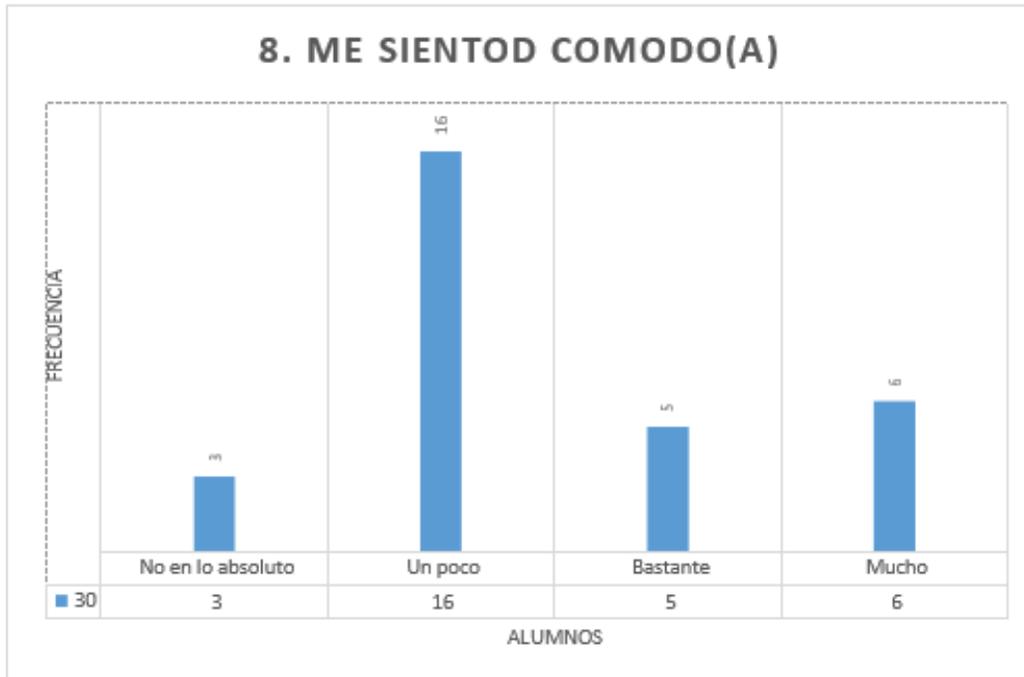
La población en total fue de 30 alumnos, 15 de 1° semestre y 15 de 5° semestre.

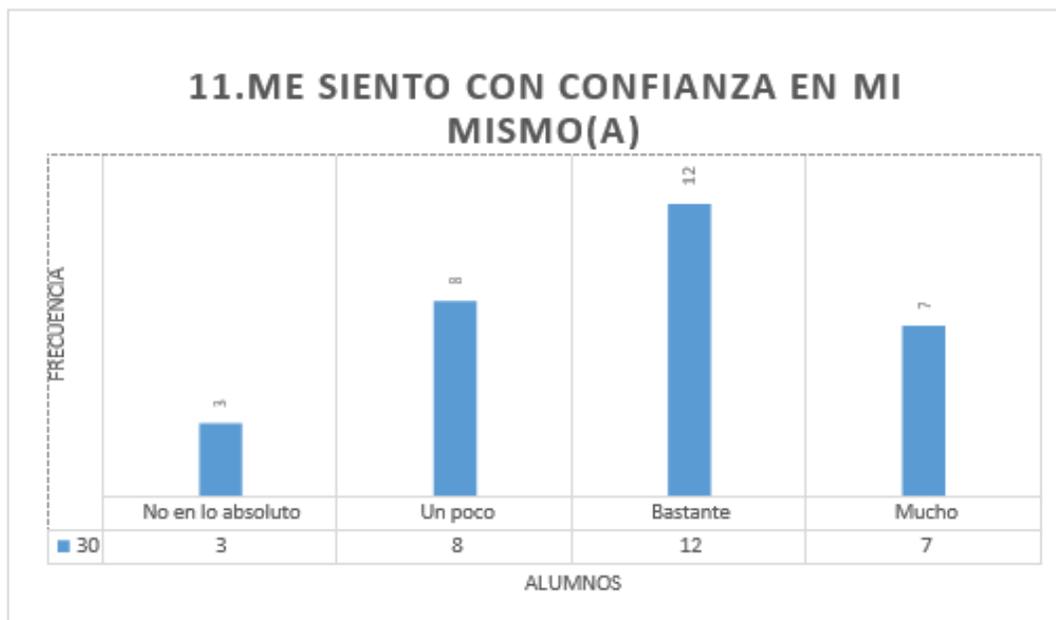
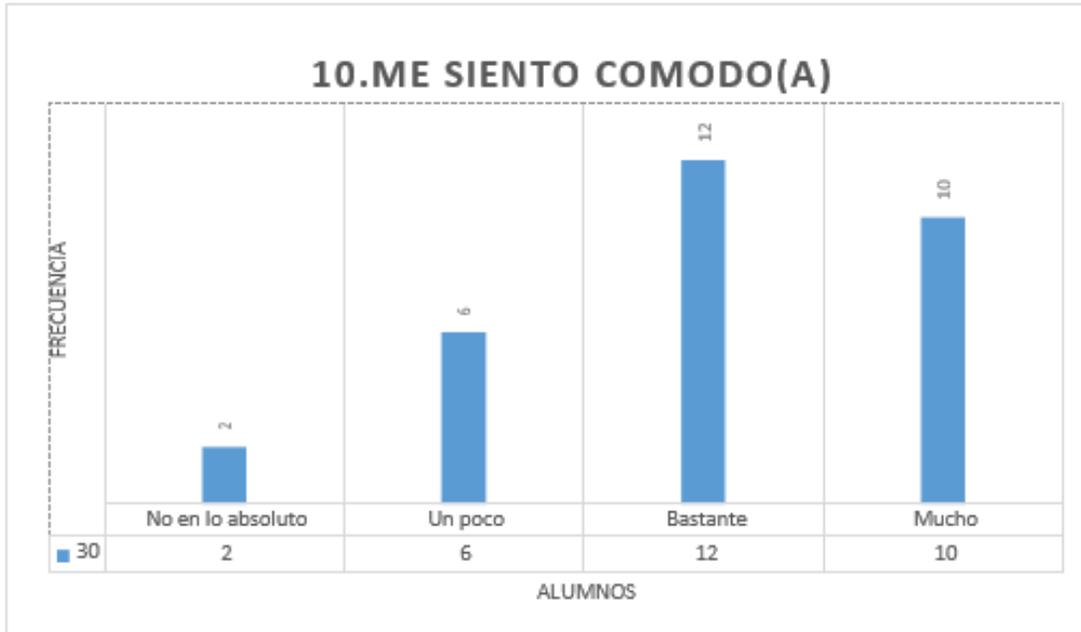


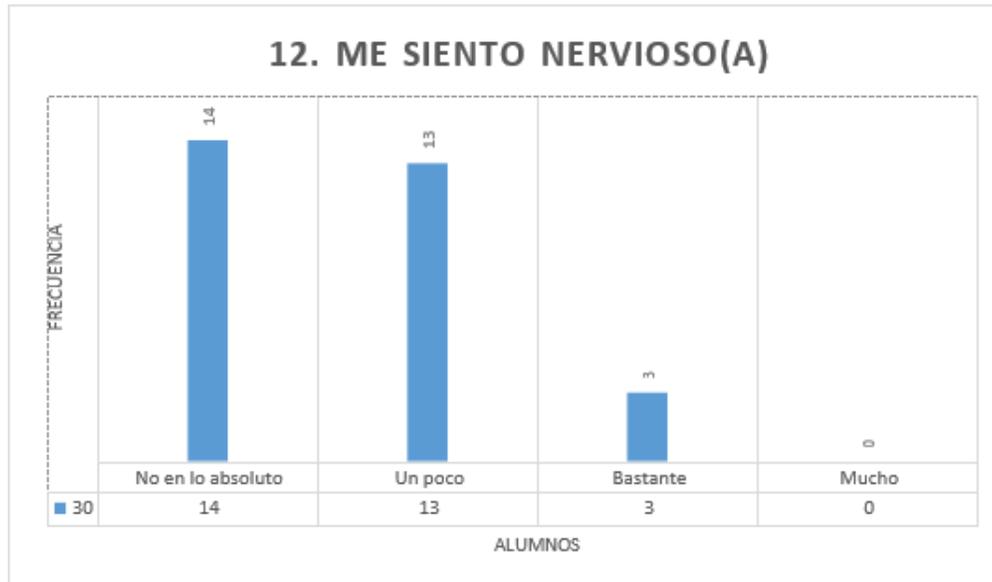


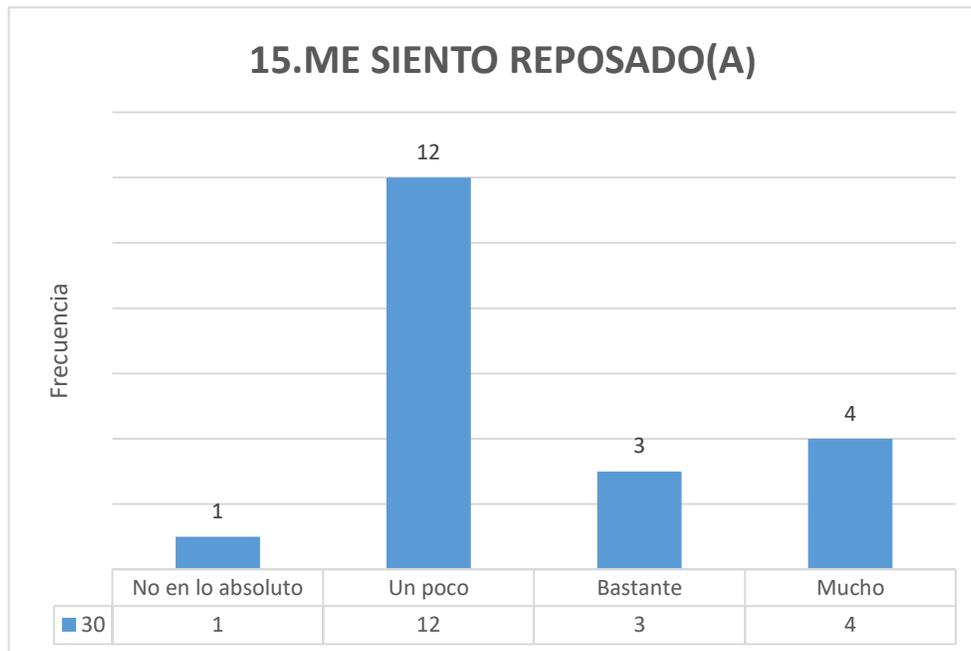


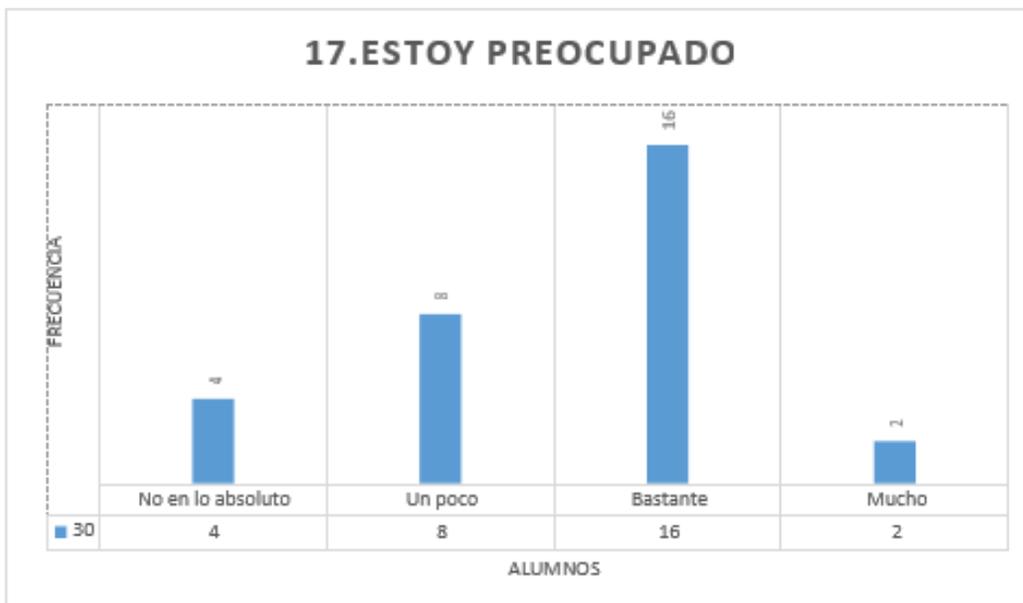
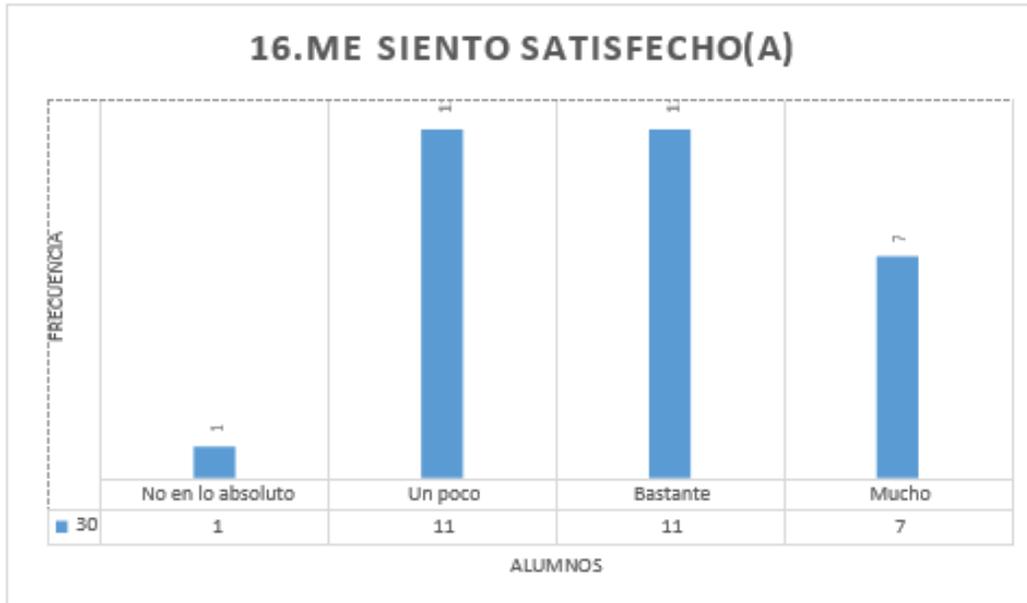


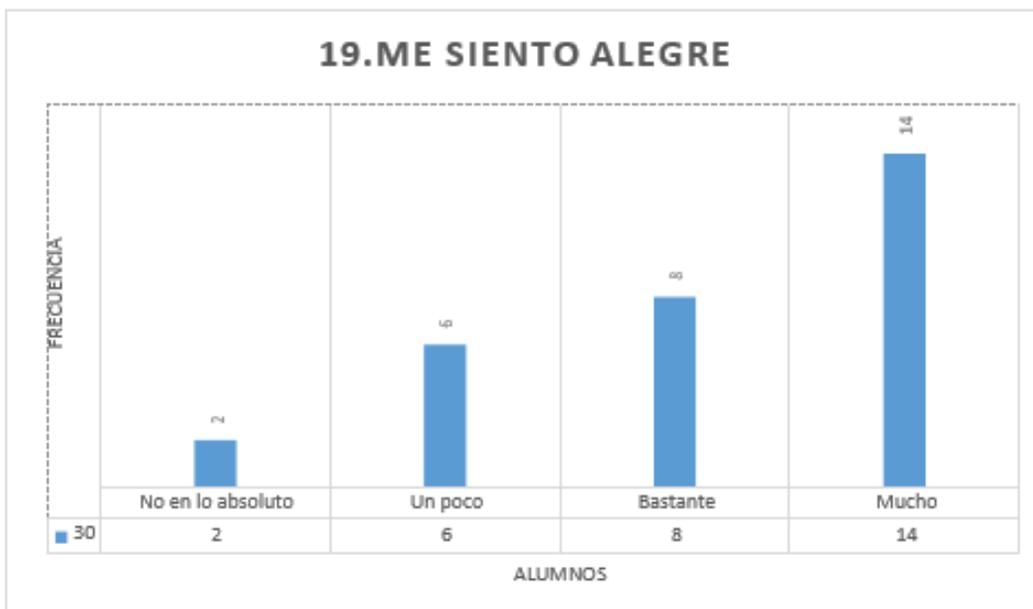
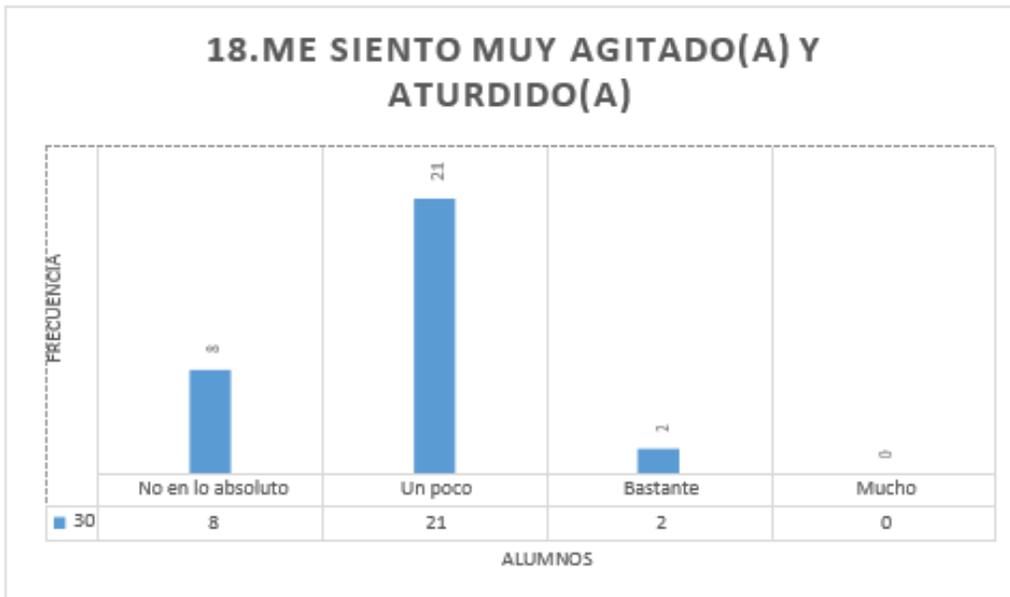


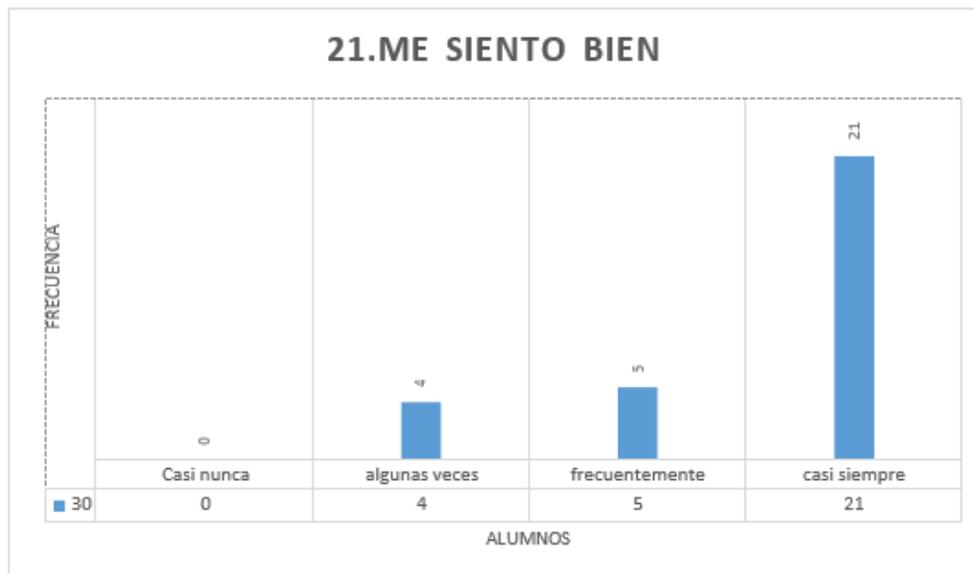
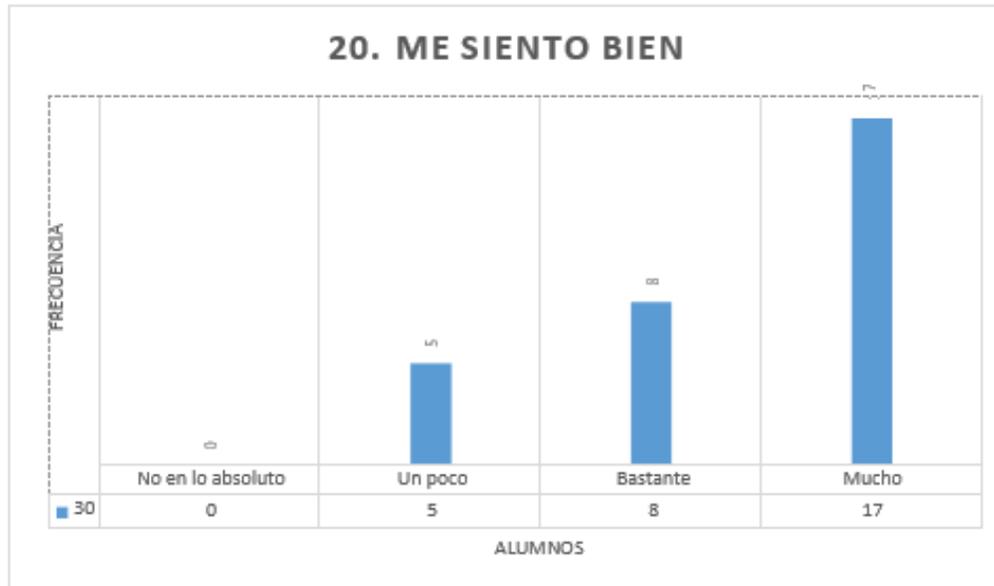


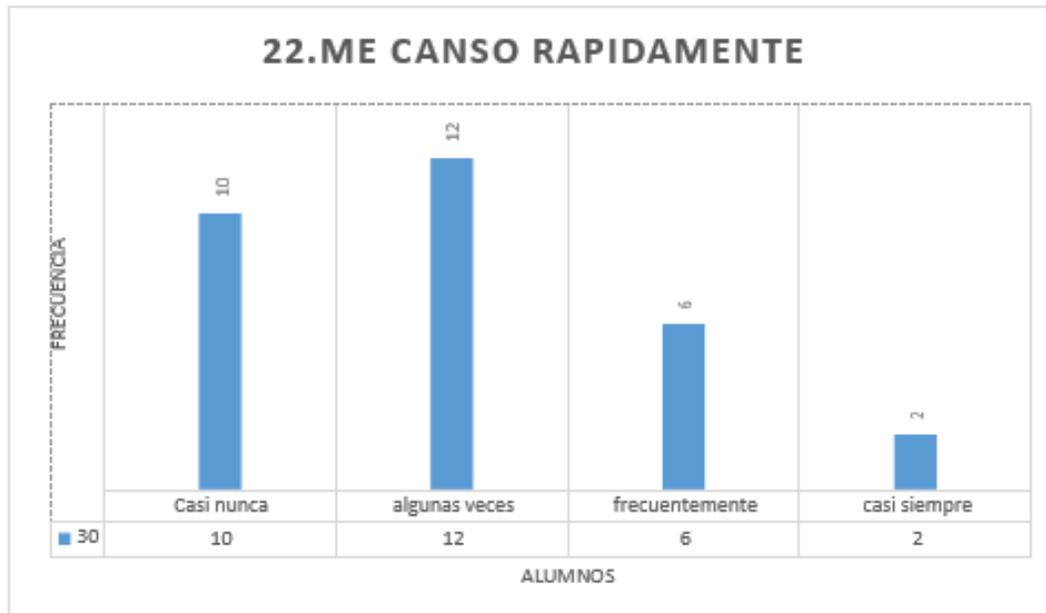


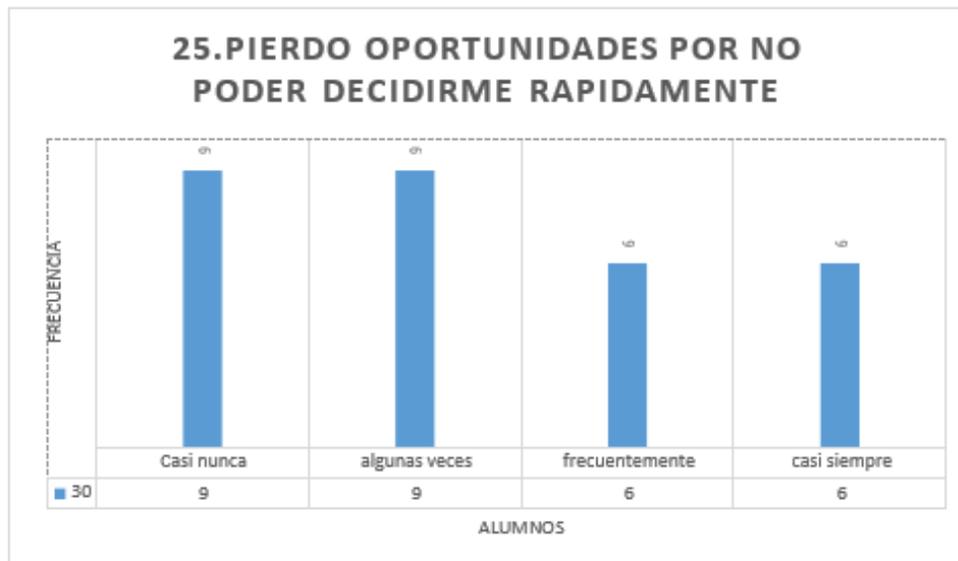
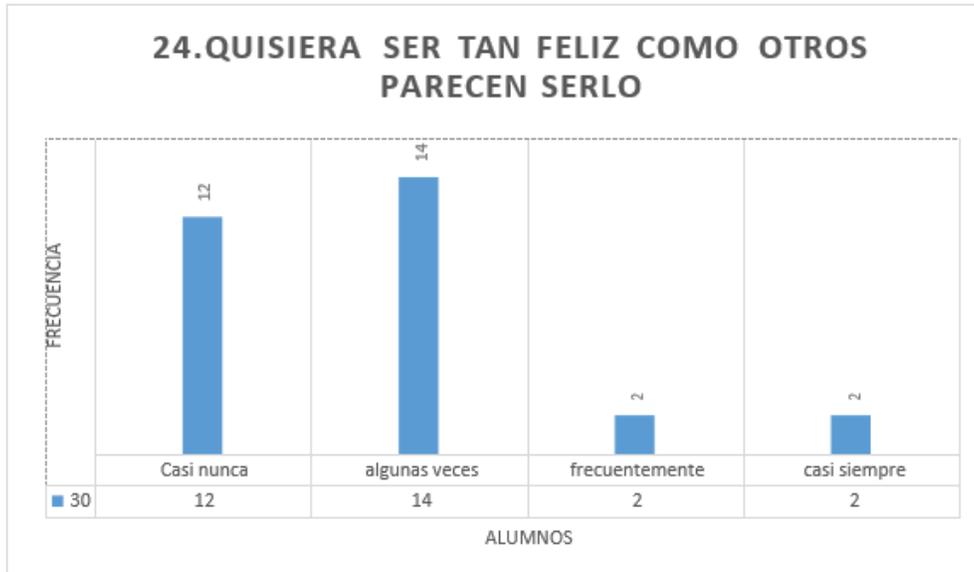


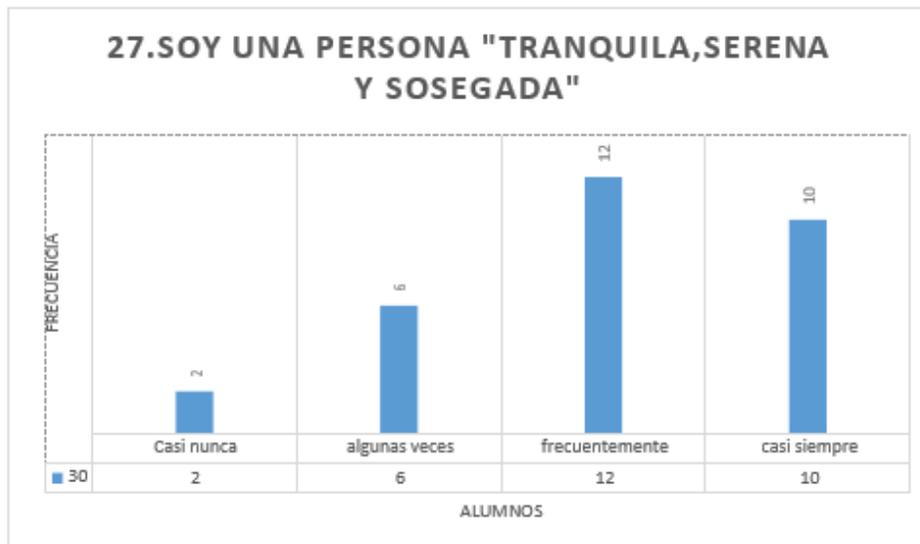


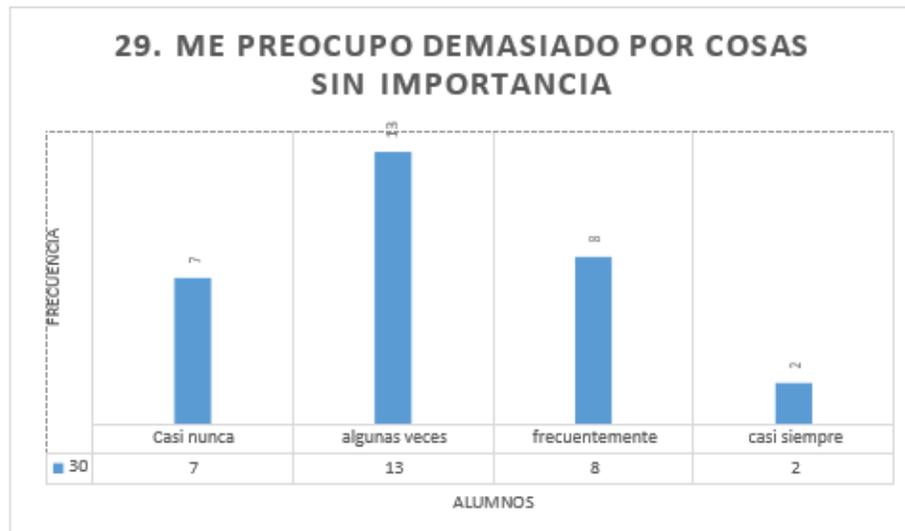
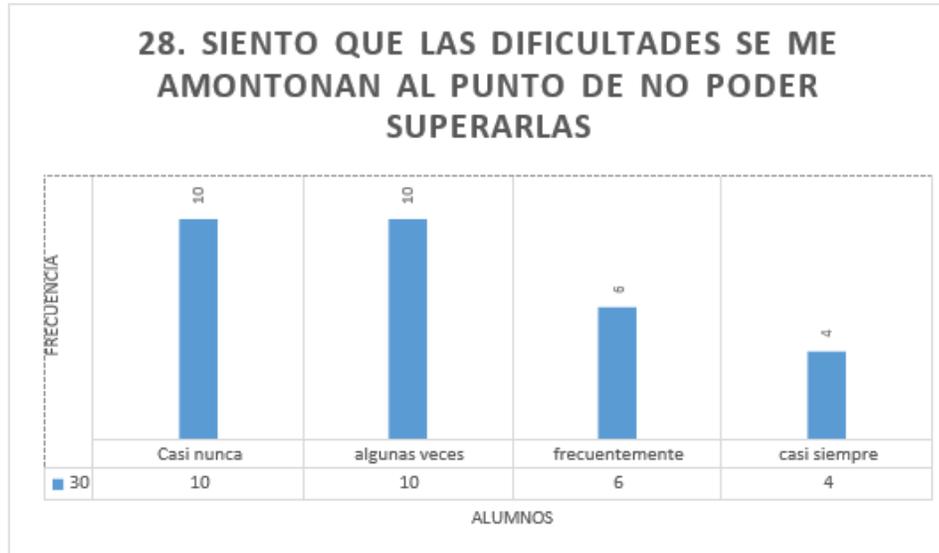


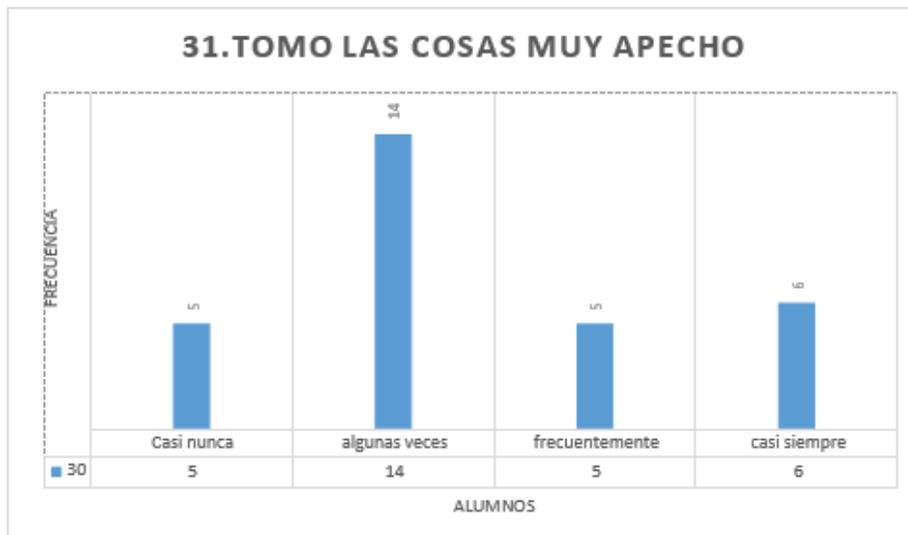


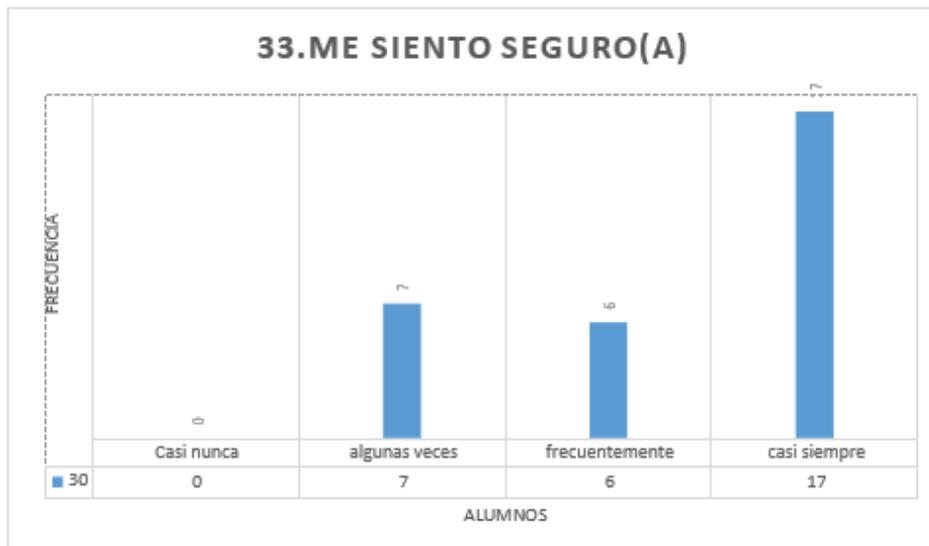
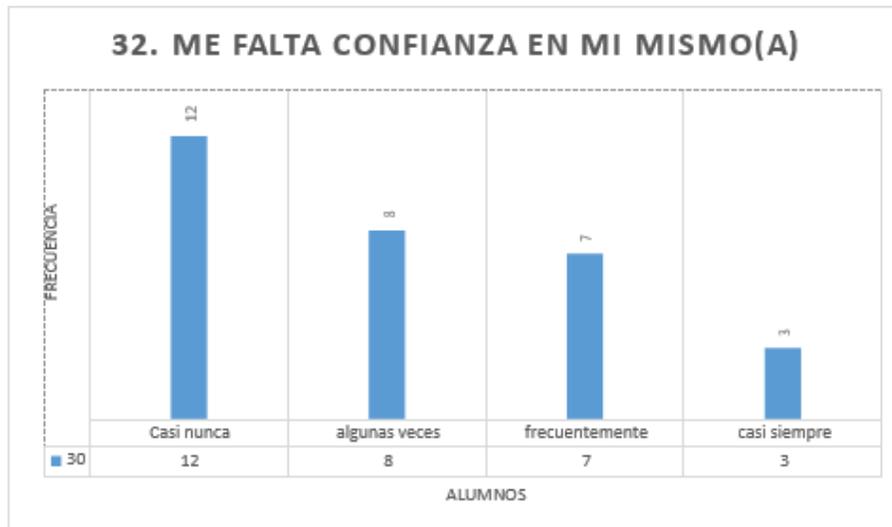


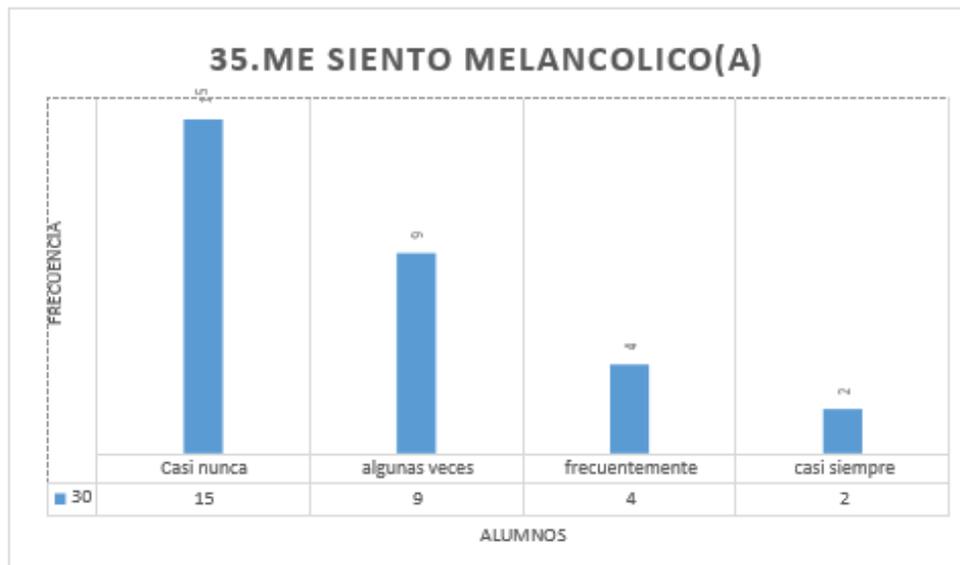
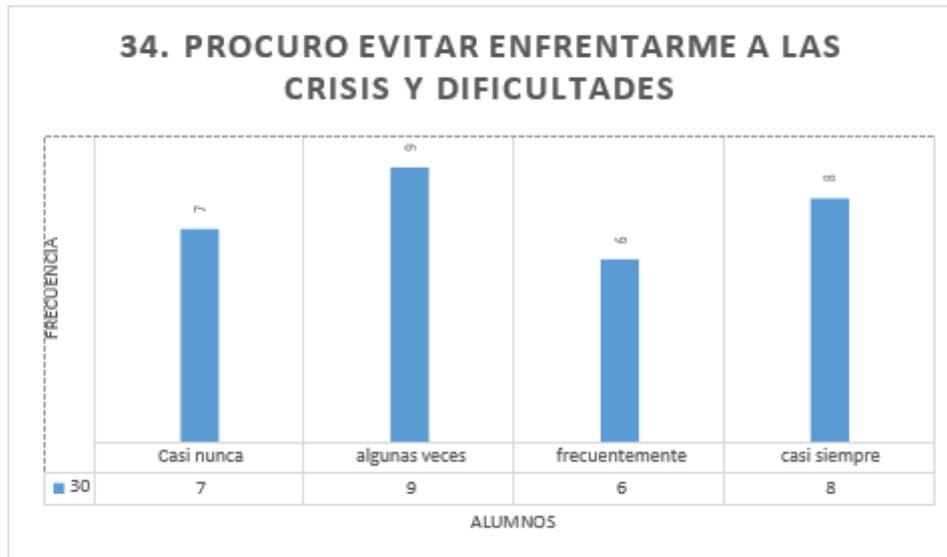


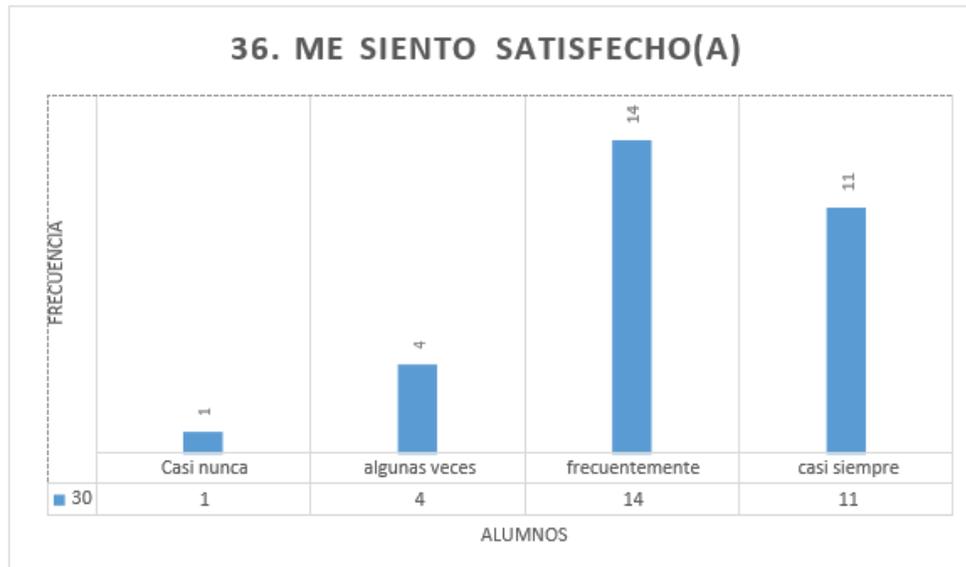


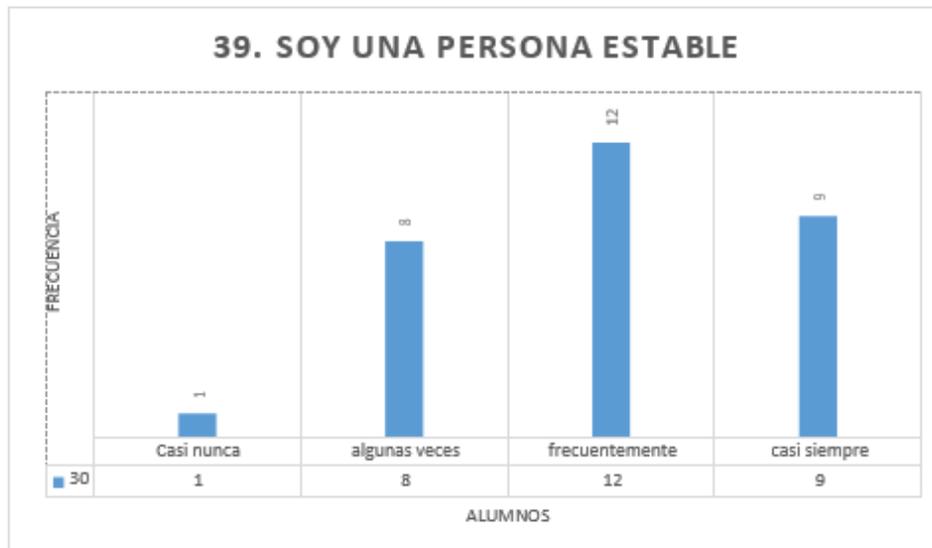
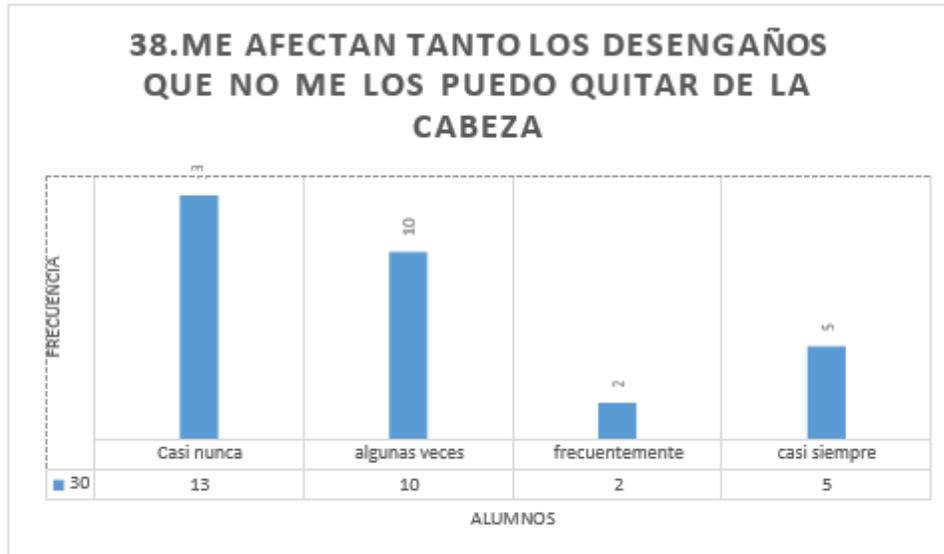


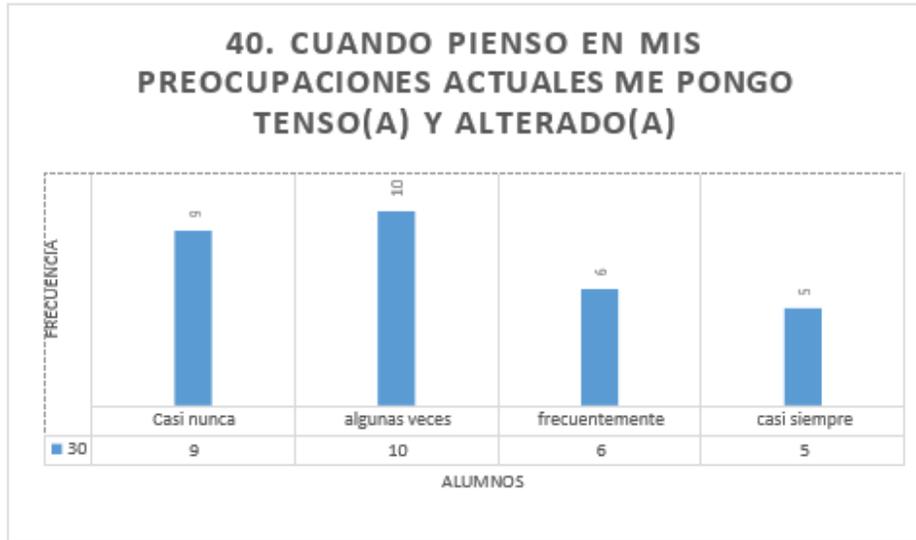












3.7 Aspectos éticos

Con fines éticos se diseñó un oficio de confidencialidad donde se informó a los participantes de estudio el objetivo de la investigación, el instrumento aplicado y los medios a través de los cuáles recibirían el resultado del instrumento aplicado.

El estudio se apegó a las disposiciones generales del código ético del psicólogo, ya que de acuerdo al art. 68 el psicólogo disfraza la información confidencial de personas u organizaciones de que tratan, de modo que otros no puedan identificarlas y que las discusiones resultantes no dañen a sujetos que pudiesen identificarse.

Estando dentro del aula de clases se utilizó el art. 121 el cual menciona que se debe de obtener el permiso de los estudiantes para el registro, toma de fotografías o grabaciones electrónicas de las sesiones en este caso se explicó que era para fines educativos.



Por último de acuerdo al art.132 el psicólogo tiene la obligación básica de respetar los derechos de confidencialidad de aquellos con quienes trabaja. (Brugmann, 2007)

La participación de los sujetos fue en forma ordenada e interactiva, es por ello que no se presentó alguno problema durante la aplicación del instrumento.

3.6 Programación de tiempos

El día 6 de noviembre del 2018 se asistió al instituto “Conalep” para poder conversar con el director Jesús Núñez Ramírez para así dar a conocer la investigación que se pretendía trabajar con los alumnos, pero al ingresar al establecimiento se presentó un inconveniente ya que la escuela se encontraba en paro y no se encontraba el director Jesús Núñez.

Fue así que el día 13 de noviembre del 2018, teniendo el oficio donde se explicaba lo que se pretendía hacer, se ingresó al plantel.

Lamentablemente no se encontraba el director Jesús Núñez, pero se le entregó al técnico Marcelino García para tener acceso a los alumnos.

Se tomó un acuerdo para ver qué población se requería trabajar para la aplicación del test, fue así que se retomó la decisión que sería del turno matutino de la especialidad de contabilidad y automotriz y que de cada salón se elegirían 15 sujetos para dicho estudio.

Quedando en ese acuerdo para la siguiente visita.

En la visita que se tenía programada del día 28 de noviembre del 2018, ya para la aplicación de test, se suspendió por motivo del aniversario del colegio nacional de educación profesional técnica.



Al día siguiente 29 de noviembre del 2018 se asistió desde muy temprano en el colegio nacional de educación profesional técnica para la aplicación del instrumento psicológico.

Con ayuda del Licenciado Aleksey se ingresó a los salones ya determinados, primeramente se realizó la aplicación a la especialidad de contaduría de primer semestre.

El grupo se encontraba en clases, sin embargo se explicó al docente sobre la función que se determinaría dentro del aula y sin tener algún problema accedió.

Dentro del salón de clases a los alumnos se les proporciono una breve información acerca de lo que se pretendía hacer y junto con ello se les extendió el

consentimiento para la toma de fotografías, de igual manera se les proporciono las instrucciones para la contestación del instrumento.

Se dio paso al siguiente grupo el cual era de automotriz, a diferencia de ese maestro ya estaba enterado de la aplicación del instrumento, sin perder más tiempo se ingresó al aula, se le dio cierta información a los alumnos del porque la aplicación, primeramente se les proporciono el consentimiento para la toma de fotografías y junto con ello se les facilitaron las instrucciones.

Sin tener alguna duda de ello empezaron con la contestación de ítems, era así que mientras los sujetos contestaban se les iban tomando fotografías, en algunos casos se tenían duda de algunas preguntas pero con la ayuda se les resolvió, de igual manera al termino de los test se les comento que si requerían de sus resultados la próxima visita se les podría informar.

Para el jueves 3 de octubre del 2019, ingresamos nuevamente al Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP), dirigiéndonos a la dirección para hablar nuevamente lo que pretendía realizar y pedir permiso para aplicar una nueva encuesta, por lo que me dieron luz verde.



En ese mismo día se aplicaron a los grupos ya seleccionados.

Principalmente nos dirigimos al grupo donde se encontraban los alumnos de primer semestre se dio una pequeña introducción a lo que pretendía realizar, con poco tiempo porque estaban en lapsos de evaluación, aplique la encuesta ya mencionada.

Posteriormente pase al grupo de quinto semestre dando por igual una breve introducción de la encuesta y si tenían alguna duda no dudaran en preguntarme.

Ambos grupos accedieron y dieron buena respuesta al prestarse para la contestación.



RESULTADOS

Resultados

Cada problema que resolví se convirtió en una regla, que sirvió para resolver mis problemas.

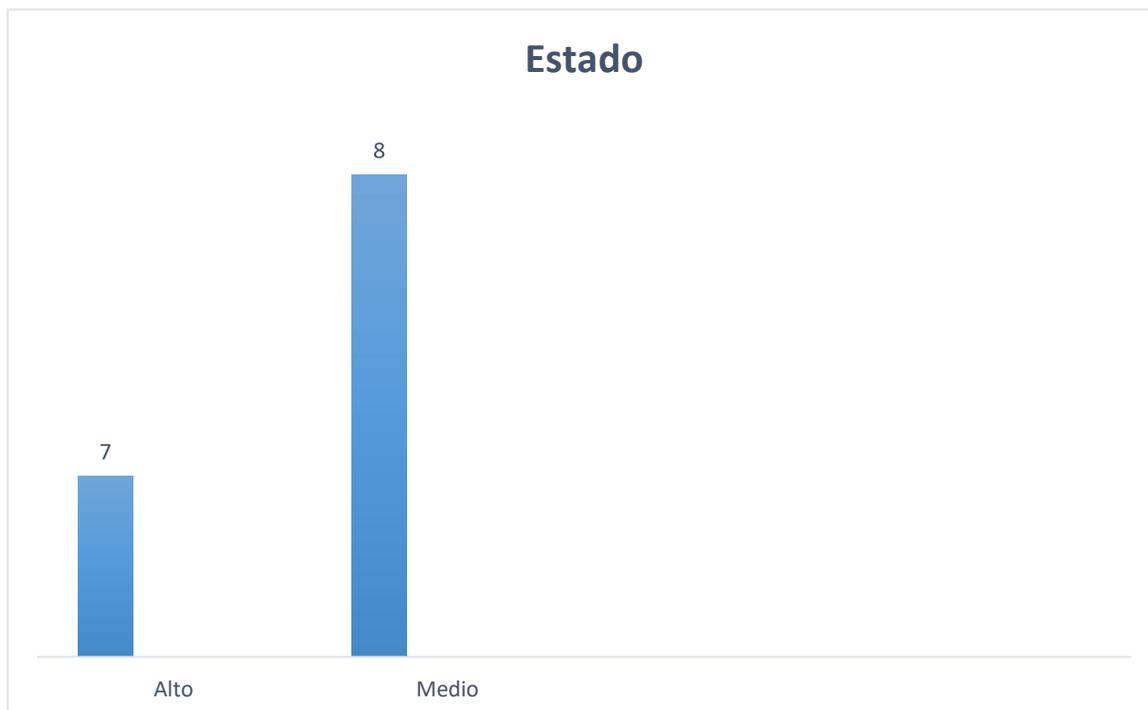
-Rene Descartes-

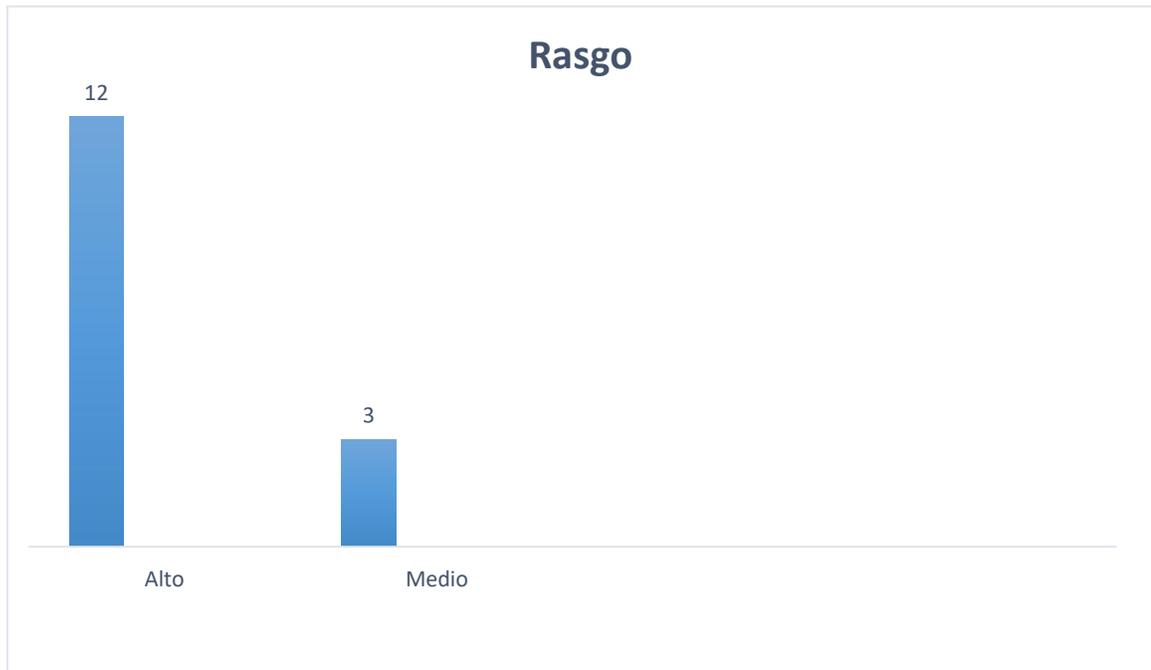
IV Resultados

La muestra quedó conformada por 30 estudiantes del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP), 15 alumnos de la especialidad de contaduría de 1° semestre y 15 alumnos de 5° semestre de la especialidad de automotriz. Siendo en si 11 mujeres y 18 hombres.

Gráficas y explicación

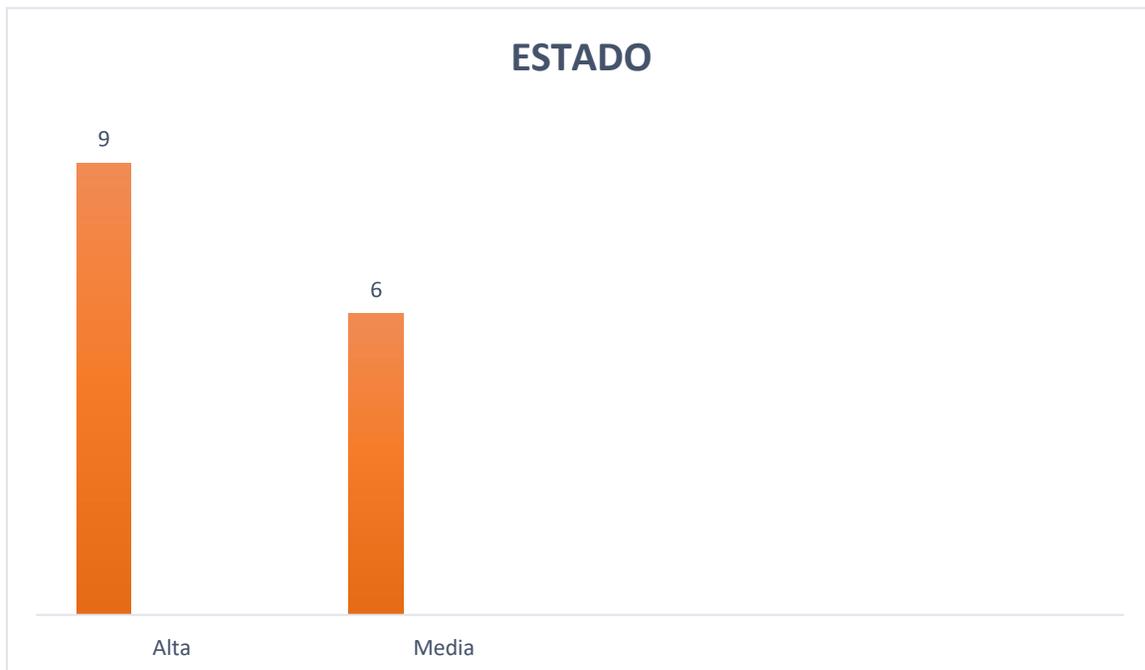
1°Semestre





En comparación de la siguiente gráfica, se da un muestreo de los 12 alumnos de los cuales arrojaron un nivel alto, además de que en dicha contestación fueron demujeres, por el caso contrario solo los 3 alumnos se encuentran con un rango mediodentro de la clasificación del IDARE.

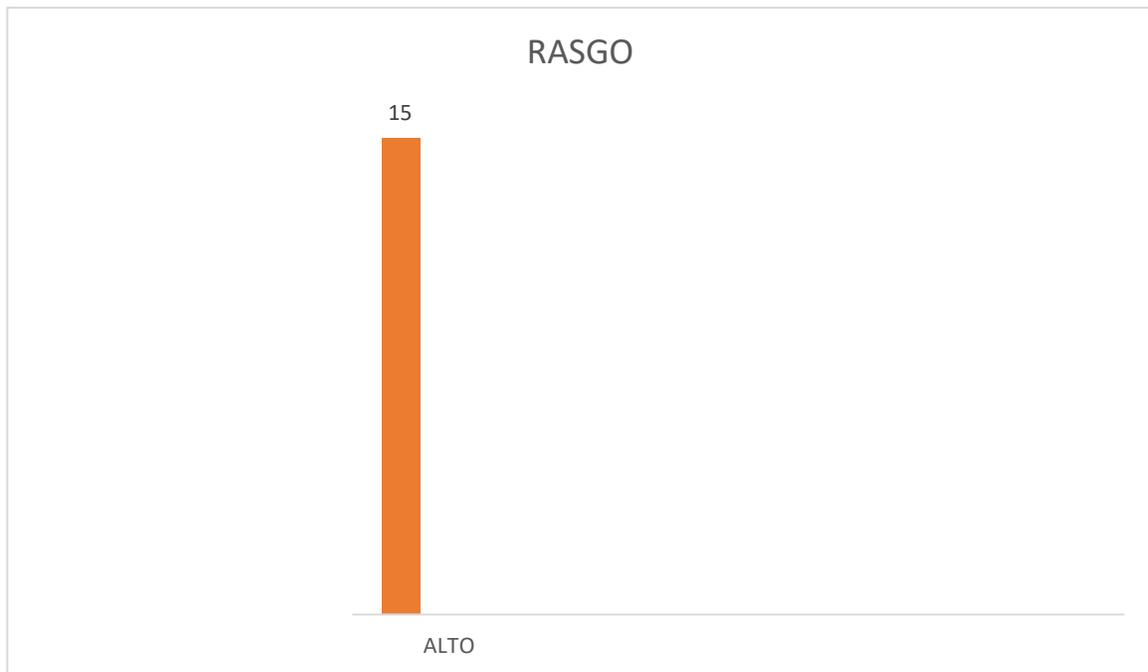
5° Semestre



En dicha gráfica se da una muestra sobre el inventario del test IDARE del rango estado, ante las valoraciones de los 15 estudiantes de quinto semestre de la especialidad de automotriz del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP) de los cuales asistieron con dicha investigación.

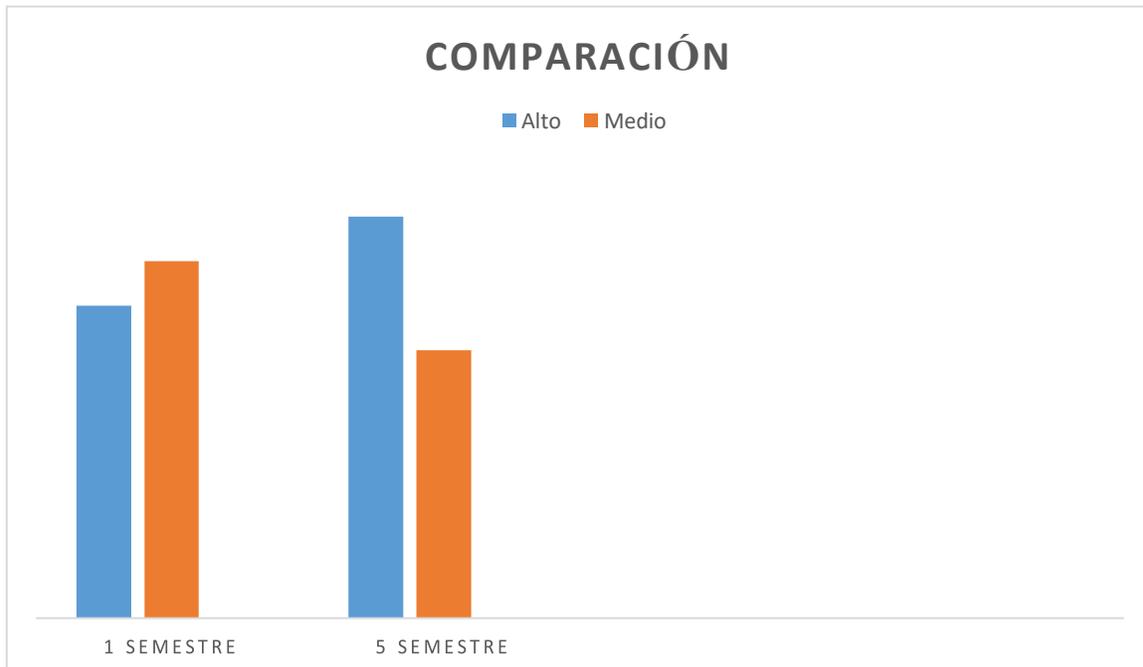
Cabe mencionar que los 15 alumnos fueron de sexo masculino.

En caso de la muestra de estado la cual estuvo conformado por 9 alumnos se dio un nivel alto del cual se clasifica en el IDARE, por caso contrario solo 6 de los alumnos se clasifican en el nivel medio.



En la siguiente gráfica de rasgo, ya teniendo evaluados a los sujetos mediante la clasificación del IDARE, asumieron que los 15 alumnos exponen un nivel de ansiedad alto, el cual es preocupante ya que mantener un nivel general alto, es signo de alerta para la población estudiantil.

Del cual es necesario atender urgentemente para poder reducir ese nivel en los alumnos.

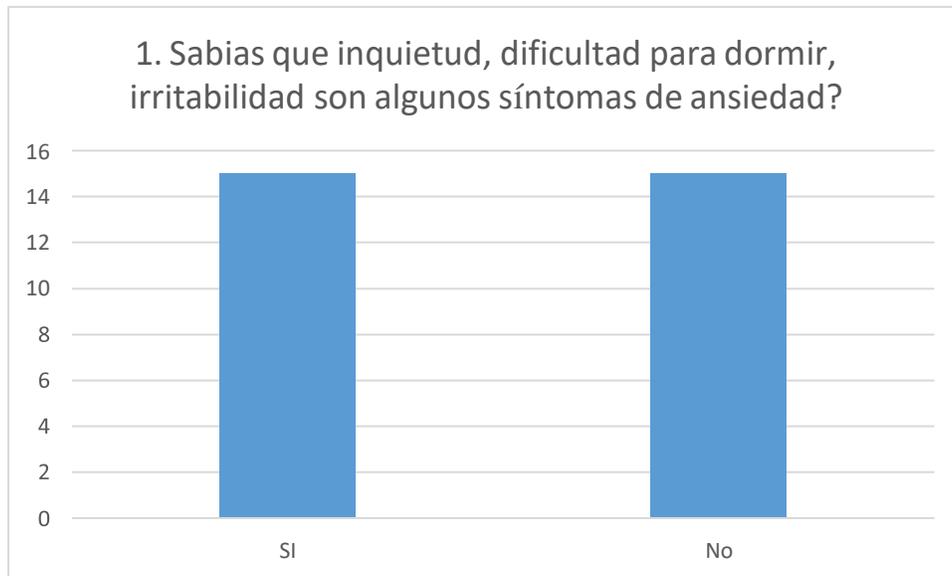


Tomando en comparación de los dos semestres, se analizaron los instrumentos ya contestados, apoyándose de la clasificación del test IDARE, arrojando un resultado en el primer semestre de un nivel alto en rasgo, del cual es sumamente preocupante, mientras que estado se arroja un nivel medio.

Caso contrario del quinto semestre, los alumnos presentaron un nivel alto en rango, mismo nivel que obtuvieron los alumnos de primer semestre, teniendo en cuenta que es muy preocupante.

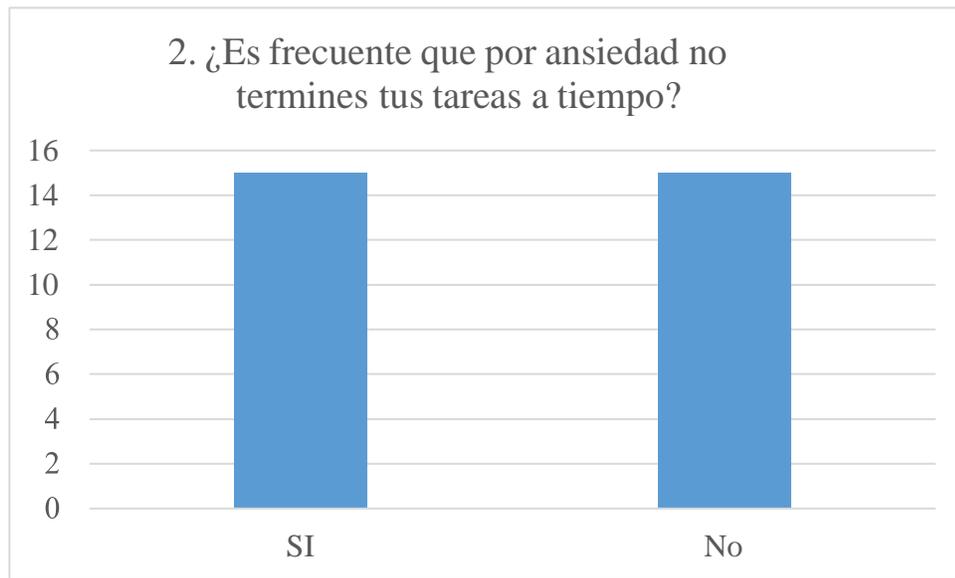


Encuesta sobre ansiedad y rendimiento académico de los alumnos del (CONALEP).



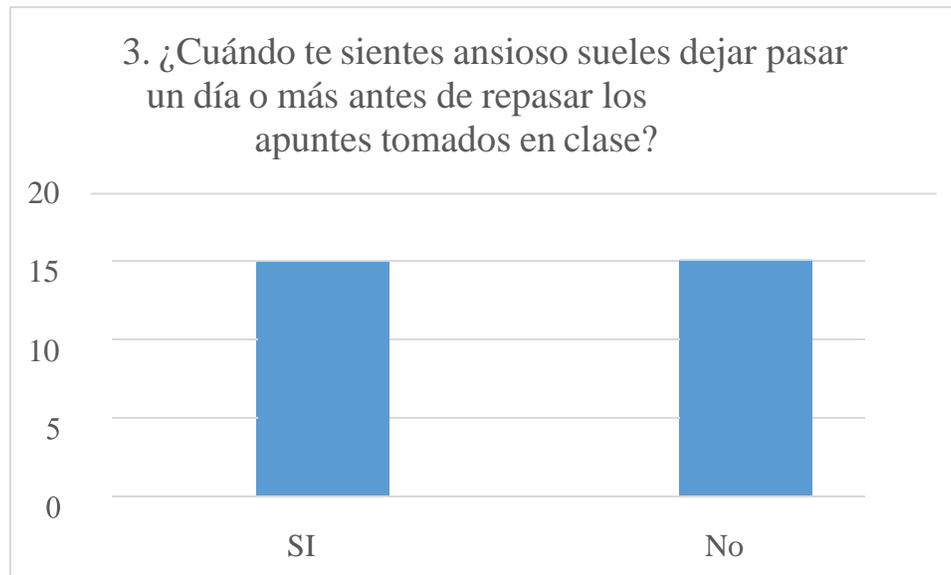
En esta grafica se muestra la primera pregunta de la encuesta ante las evaluaciones de los 30 estudiantes del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP) de los cuales colaboraron con dicha investigación.

Del cual se observa que 22 de los alumnos arrojaron un “Si”, por el caso contrario, la restante población del 9 de los alumnos dijeron “No”.



En la siguiente gráfica ya teniendo evaluados a los sujetos, asumieron que los 16 alumnos dan una respuesta de “Si”, y la otra parte de alumnos de 14 con un “No”.

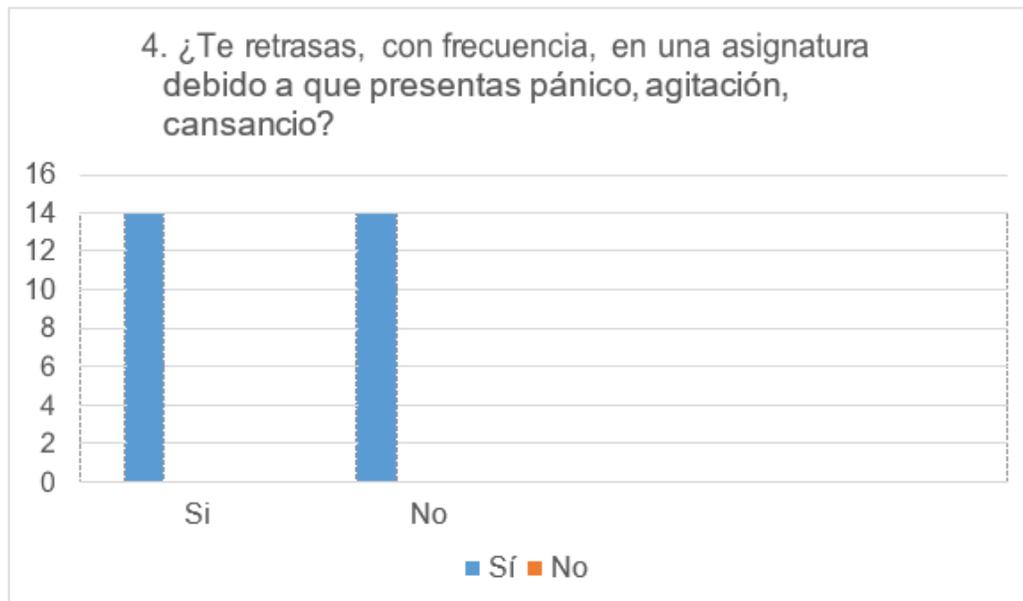
Se observa que los alumnos no dan por concluido sus tareas ya sea porque no se organizan o hacen alguna otra actividad que les impide en poder culminar.



A continuación en esta grafica se muestra que 24 de 30 alumnos arrojan un “Si” en dejar pasar días para retomarlos durante su próxima clase.

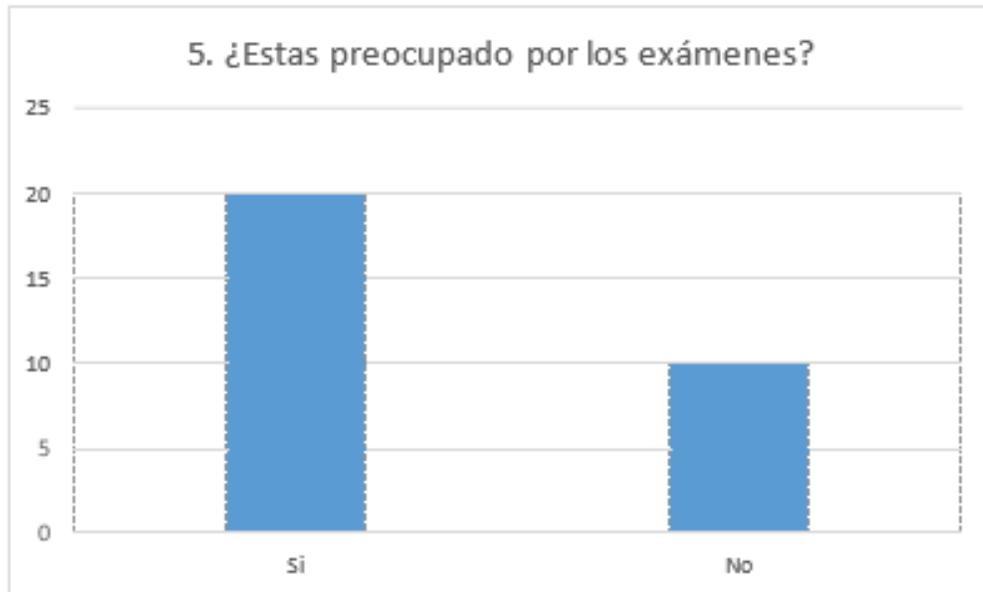
Por lo contrario 6 alumnos dieron un resultado de “No”.

Cabe decir que la mayoría de ellos se confían para la última hora y desgraciadamente el poco por ciento se preocupa del día a día de sus materias.



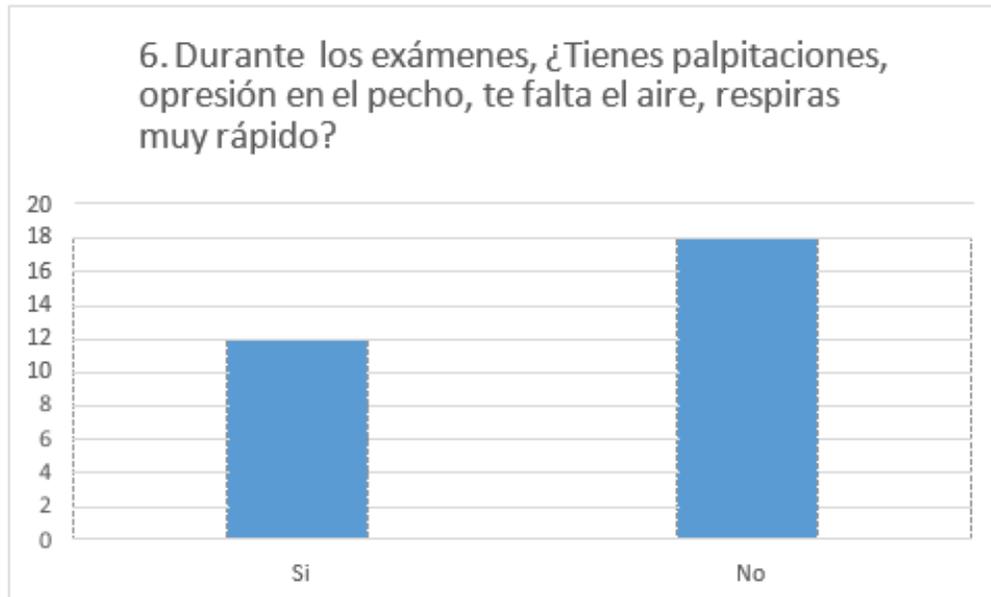
En la siguiente gráfica se da una muestra de los 30 alumnos de los cuales 16 arrojaron un “Si” y los otros 14 al igual dieron resultado a un “No”.

Aquí lo observado es que la mayoría demuestra desinterés en alguna asignatura dada y el restante toma atención e interés en dicha asignatura para no perder sincronía en ella.



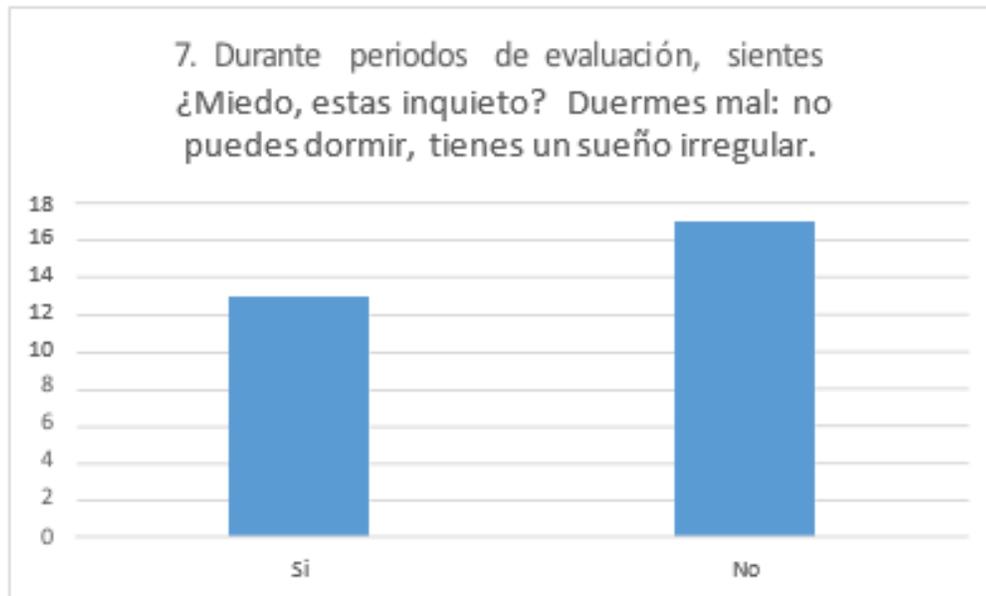
En esta gráfica se da un muestreo de 20 de los alumnos dan por “Si” a la preocupación de los exámenes semestrales y el 10 del resto del grupo da por un “No” en presentar alguna intranquilidad ante los exámenes finales.

Se hace mención a lo que comentaban algunos de los alumnos, presentaban síntomas de preocupación en dichos exámenes ya que de esas calificaciones daban como arrojamiento su aprobación a su próximo semestre.

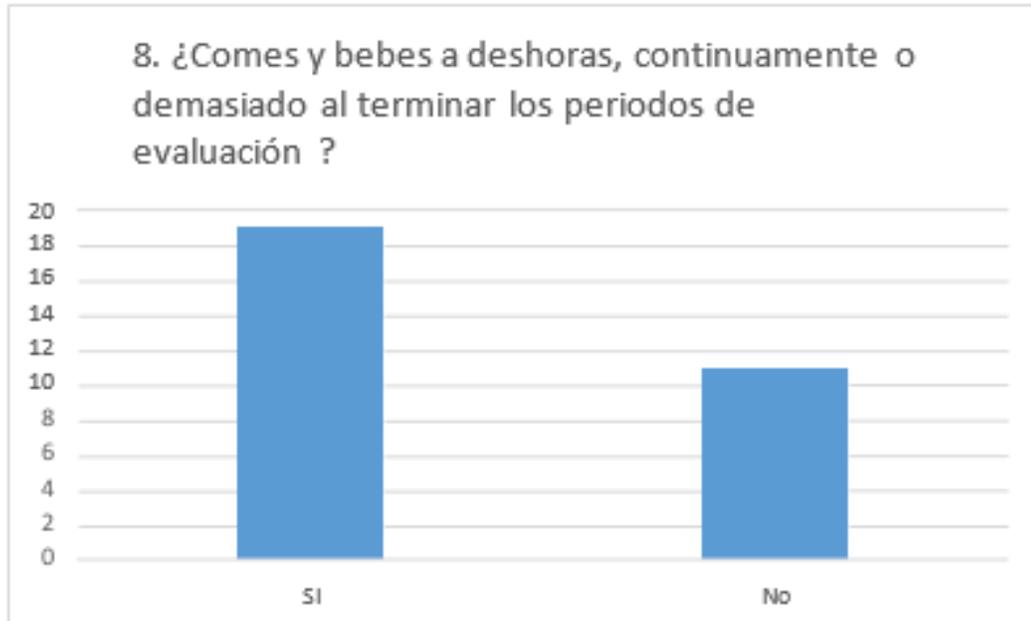


En dicha gráfica se muestra claramente que la minoría de los 12 alumnos da por respuesta en “Si” y la mayoría de ellos con 18 arrojan un “No”.

Lo cual comentaban que toda la ansiedad que presentaban era antes del examen, durante la aplicación, lo que hacían era mantener la calma para poder contestar asertivamente.

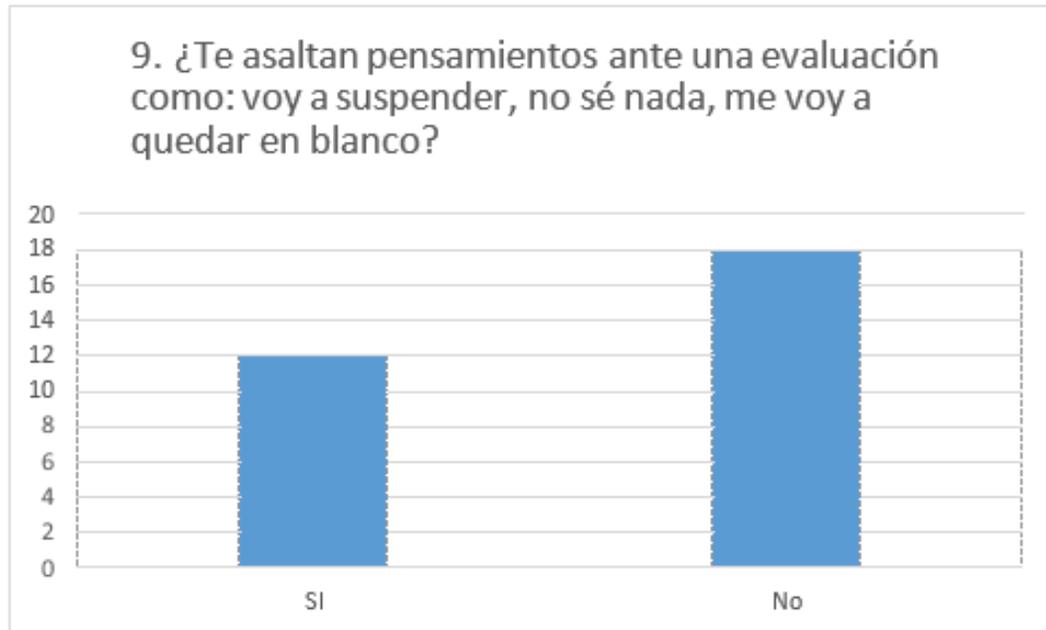


Como se describe en dicha gráfica un menor de 12 de los alumnos afirman con un “Si” en lo que se ven presionados por obtener una buena calificación, mientras que el resto arroja con 17 de ellos con un “No” como respuesta a la presión.



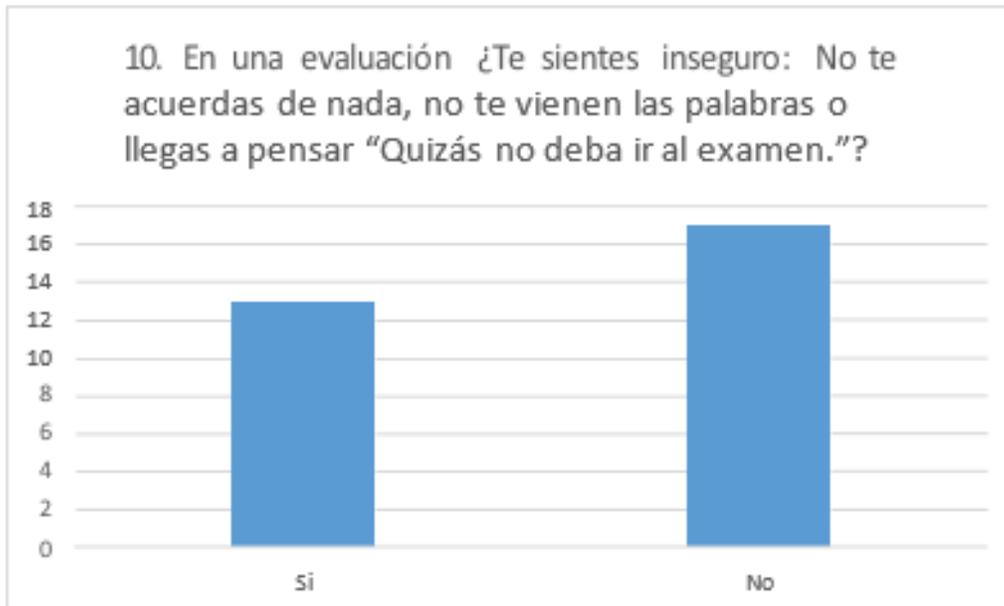
A continuación, en esta gráfica da un muestreo de que la mayoría de los alumnos 16 para ser exactos, tienden a tener dificultad en lo que es pérdida o aumento de consumir alimentos o bebidas debido a la presión.

Mientras que los 14 restantes arrojan un “No” como respuesta a su alimentación



Dado los resultados que se encuentran en dicha gráfica se muestra por 12 de los alumnos arrojaron un “Si” en tener pensamientos vagos durante las evaluaciones

Mientras los demás 18 alumnos dan por un “No” en resultado al abandonar sus actividades.



Para la última pregunta de encuesta de los 13 estudiantes del Conalep realizaron fue un “Si”, en no presentar exámenes o asistir a clases.

Caso contrario que la mayoría de ellos con unos 17 alumnos en decir “No” en asistir a exámenes o evaluaciones pendientes.

Sacando una determinación de la encuesta sobre ansiedad y rendimiento académico ya aplicada en los alumnos del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP) se dio a una conclusión la cual se dará a continuación.

En la cual en la mayoría de las respuestas arrojaron un “Si” en lo que lleva a ser una preocupación para los alumnos, ya que muestra como la ansiedad es un problema por el cual es reflejado día a día en su rendimiento académico, en lo que a largo plazo tomaría un impacto en la vida estudiantil.



Lo cual impide en realizar sus actividades escolares, como son los periodos de evaluación es donde la ansiedad causa problemas para la realización de evaluaciones.

En la que pudo llegar al máximo grado de deserción académica, si no se toman las medidas adecuadas.

Dando una comparación en una universal de Colombia, Según un estudio realizado en el 2003 por Villa, Buitrago, Medina, y Rodríguez (2006), quienes consideran que la ansiedad invade un grupo numeroso de sujetos.

En Colombia, el 19.3% de la población entre los 18 años informa haber sufrido alguna vez de un trastorno de ansiedad.

De acuerdo con lo anterior, este estudio se realizó contando con el análisis de recientes investigaciones, desarrollada por Contreras, Espinosa, Esquerra, Haikal, Polanía y Rodríguez (2005), donde explican los autores que el rendimiento académico está en función de la interacción entre la ansiedad del alumno y dificultad de la tarea.

De igual forma, en un estudio hecho por Contreras, Caballero, Palacio y Pérez (2008), se encontró que la problemática más frecuente en el servicio de atención psicológica de la red de bienestar universitario es el problema de ansiedad cubriendo el 63% de los casos reportados.

Campo y Gutiérrez (2001), estos autores en una investigación sobre las psicopatologías presentes en los estudiantes universitarios encontraron que el 57.1% de los participantes del estudio presentaron problemas de ansiedad, donde el 33.3 % fue leve, el 14.3% moderada y el 9.5% severa.



En síntesis, la ansiedad si es un factor que puede estar asociado al rendimiento académico y para conocer más sobre este, la universidad pretende estudiar aún más a fondo la relación de la ansiedad y el rendimiento académico de alumnos de la Universidad de Colombia.



CONCLUSIÓN



Conclusión

*Cuando ya no somos capaces de cambiar una situación,
nos encontramos ante el desafío de cambiarnos
a nosotros mismos.
-Viktor E. Frankl-*

V. Conclusión

De acuerdo al análisis de los resultados obtenidos gracias al Inventario de Ansiedad Riesgo – Estado (IDARE) aplicado a estudiantes de CONALEP, tomando en cuenta también los objetivos plasmados en la investigación.

Para poder confirmar ello, principalmente se investigaron ciertos temas de los cuales son: ansiedad, el rendimiento académico y adolescencia, así para poder conocer sus conceptos, consecuencias, tipos, clasificaciones, tratamientos etc.

Se consuma lo siguiente:

En el objetivo general se comprobó que efectivamente si existe un índice de ansiedad en los alumnos del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica, en el cual se manifiesta en niveles alarmantes. Sin embargo a pesar de ello si se encontró la necesidad de indicar el nivel de los estados ansiosos que se presentan en los alumnos.

En cambio en los objetivos específicos se dio a notar que:

Los resultados de la investigación demostraron que los sujetos que presentan ansiedad, se encuentran dentro del nivel alto de la misma; por lo que no se han alcanzado niveles alarmantes en este trastorno, y sus necesidades son más de carácter preventivo.

Otro de los objetivos del cual pretendía conocer el tipo de ansiedad entre rasgo y estado que prevalece en los sujetos evaluados; se obtuvo lo siguiente:

La ansiedad de tipo rasgo es más característica, que ansiedad estado transitorio. Por lo que se presenta que la mayoría los sujetos evaluados, se encuentran en un estado constante de ansiedad.



Por otro lado cabe hacer mención que entre más grande y compleja es la unidad asistencial; hay mayor carga de trabajo; en relación a esto mayores niveles de ansiedad.

Además de esto es importante concluir que no solo los resultados arrojados por la investigación de forma estadística, nos llevan a determinar la necesidad de informar a los estudiantes y hacerles ver el daño que está ocasionando en su vida diaria, y que de igual manera esto se ve reflejado en su rendimiento académico, quienes expresaron la necesidad de tener un taller para la reducción de la ansiedad para poder cuidar su salud mental.

Bibliografía

- Aguilera, P. Wetsell, M. (2007). Revista Latinoamericana de Psicología. Red de Revistas científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal. Volumen 7, No. 2, (pp.207-218).
- Alcalay, L. y Antonijevic, N. (1987). Variables afectivas. Revista de Educación (México), 144, pp. 29-32.
- Arreaga, I. (2012) Ansiedad en escolares que habitan en zona de riesgo de deslizamiento de tierra y escolares sin este riesgo (Tesis de licenciatura inédita), Universidad Mariano Gálvez de Guatemala, Campus Quetzaltenango.
- Association, A. P. (19 de diciembre de 2010). estres y ansiedad. mexico: panamericana.
- Barbaranelli, C., Caprara, G.V., Rabasca, A. & Pastorelli, C. (2003). A questionnaire for measuring the big five in late childhood. Personality and Individual Differences, 32, 645-664. DOI: 10.1016/S0191- 8869(02)00051-X.
- Barca, A., Peralbo, M., Brenlla, J.C., Seijas, S., Muñoz, M.A. & Santamaría, S. (2003). Enfoques de aprendizaje, rendimiento académico y género en alumnos de educación secundaria (ESO): Un análisis diferencial. Psicología, educação e cultura, 2, 25-43.
- Balanza, S., Morales, I. y Guerrero, J. (2009). Prevalencia de ansiedad y depresión en una población de estudiantes universitarios: factores académicos y sociofamiliares asociados. Clínica y Salud, 20 (2), 177-187.
- Barraza, A. (2007). La consulta a expertos como estrategia para la recolección de evidencias de validez basadas en el contenido. Investigación Educativa Duranguense, 2(7), 5-14.
- Barraza, M. A. y Silerio, Q. J. (2007). El estrés académico en alumnos de educación media superior: un estudio comparativo. Revista de Investigación Educativa Duranguense 7, 48-65.
- Benitez, G. y. (2 de febrero de 2000). Algunos factores en el rendimiento escolar. uam, 60-62.
- Caso, J. & Hernández, L. (2007). Variables que inciden en el rendimiento académico de adolescentes mexicanos. Revista Latinoamericana de Psicología, 39 (3), 487-501.
- Cecilio, D., Fernández, F., da Silva, S. & Gakyia, S. (2014). Ansiedad y dificultades escolares. International Journal of Developmental and Educational Psychology, 5 (1), 433- 442.



- Contreras, F., Espinosa, J., Esguerra, G., Haikal, A., Polania, A. & Rodríguez, A. (2005). Autoeficacia, ansiedad y rendimiento académico en adolescentes. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 1 (2), 183-194.
- Díaz, B.G., & Flores, Y.H. (2018). Factores que influyen en el rendimiento académico de los estudiantes de educación en la Universidad Católica De Trujillo Benedicto XVI de Trujillo, Perú 2017- II. *SEARCHING*, 1(1), 1-13.
- Durkheim, E. (1989). *Métodos de investigación educativa*. Obtenido de *Métodos de investigación educativa*:
https://cvc.cervantes.es/ensenanza/biblioteca_ele/diccio_ele/diccionario/metodologia_cuantitativa.htm.
- Edel, R. (2003). Factores asociados al rendimiento académico. *Revista Iberoamericana de Educación. Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura. En red*. Recuperado en: http://www.campus-oei.org/revista/frame_participar.htm. Sección: Investigación, 20 de Septiembre de 2003.
- Edel, R. (2003). El desarrollo de habilidades sociales ¿determinan el éxito académico?. *Revista electrónica: Red Científica: Ciencia, Tecnología y Pensamiento*.
- Erazo, O. (2012). El rendimiento académico, un fenómeno de múltiples relaciones y complejidades. *Revista Vanguardia Psicológica*, 2 (2), 144-173.
- Erikson. (2005). El desarrollo psicosocial. *Lasallista de Investigación*, vol. 2, núm. 2, 54. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/695/69520210.pdf>
- Erikson, E. (1963). *Desarrollo psicologico*. En r. s.felman, *Desarrollo psicologico* (pág. 800). Mexico: Pearson.
- Fernandez, H. o. (2007). *Estrategias didácticas para la enseñanza de la resta en un grupo de tercer grado de educación primaria*. Iguala: licenciatura.
- Figuroa, C. (1997). *MINED: Ministerio de Educación de El Salvador*. El salvador: Editorial Algier.
- Figuroa, C. *La realidad Escolar Cotidiana y la Salud Mental de los profesores*. *Revista enfoques educacionales*, 7(1), 69-79. (2004).



- Furlan, L. (2006). Ansiedad ante los exámenes. ¿Qué se evalúa y cómo? *Evaluar*. Laboratorio de Evaluación Psicológica y Educativa. Facultad de Psicología, Universidad Nacional de Córdoba. Extraído el 29 abril del 2009 de <http://www.revistaevaluar.com.ar/63.pdf>.
- Garanto, J., Mateo, J. & Rodríguez, S. (1985). Modelos y técnicas de análisis del rendimiento académico. *Revista de Educación*, 277, 171-199.
- García, J., Martínez, M. & Inglés, C. (2013a). ¿Cómo se relaciona la ansiedad escolar con el rendimiento académico? *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 4 (1), 63-76.
- García Hoz V. (1991). "El ambiente escolar: un posible camino para su construcción". En V. García Hoz (Dir.), *Ambiente, organización y diseño educativo* (pp.13-43). Madrid: Rialp.pimienta. (2008).
- Gómez. El estrés académico en alumnos de educación media superior: un estudio comparativo. *Revista de Investigación Educativa Duranguense* 7, 48-65. (1992).
- González, Villatoro, Medina, Juárez, Carreño, Berrenzon, Rojas. (1997). Indicadores sociodemográficos de riesgo de estrés psicosocial en los estudiantes de educación media y media superior en la República Mexicana. *Salud Mental (México)*. 20, 1-7.
- González, N. Valdez, J. y Serrano, J. (2003). Autoestima en jóvenes universitarios. *Ciencia Ergo Sum*, 10. 173-179.
- Gutiérrez, S. y Montañez, G. (2012). Análisis teórico sobre el concepto de rendimiento escolar y la influencia de factores socioculturales. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 9, 1-21.
- MINED. (1997). *Lineamientos Para La Evaluación del Aprendizaje en Educación Media*, San Salvador. Salvador: Primera Edición, Editorial Algier.
- Rodríguez, A., Dapía, M. & López, A. (2014). Ansiedad ante los exámenes en alumnado de Educación Secundaria Obligatoria. *Revista de estudios e investigación en Psicología y Educación*, 1 (2), 132-140.
- Sánchez, M. J., Parra, M., Sánchez, T; Montañés, J. y Blanc, P. (2006). Diferencias de ansiedad y rendimiento académico en el proceso de enseñanza-aprendizaje con créditos ECTS. *Ensayos*, 21, 203-215.



- Serrano, C., Rojas, A. y Ruggero, C. (2013). Depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 15 (1), 47-60.
- SierraI, J. C., Ortega, V., & ZubeidaI, I. (1 de marzo de 2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal Estar e Subjetividade*, pág. 5.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L. y Lushene, R. E. (1997). *Cuestionario de ansiedad Estado-Rasgo, STAI*. Madrid: TEA.
- Torrano, R., Ortigosa, J., Riquelme, A. & López, J. (2017). Evaluación de la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de educación secundaria obligatoria. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 4 (2), 103-110.
- Trelles, H.J., Alvarado, H.P., & Montánchez, M.L. (2018) Estrategias y estilos de aprendizaje y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios de Psicología Educativa. *Revista Killkana Sociales*, 2(2), 9- 16. doi:10.26871/killkana_social.v2i2.292.
- Willcox, M. del R. (2011). Factores de riesgo y protección para el rendimiento académico: Un estudio descriptivo en estudiantes de Psicología de una universidad privada. *Revista Iberoamericana de Educación*, 55(1), 1-9.
- Zúñiga, M. (2014). El trastorno de ansiedad y estrés escolar en los adolescentes con alto desempeño académico. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2 (1), 205-212.



ANEXO "A" INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN



IDARE

SXE

Inventario de Autoevaluación
por

C.D. Spielberg, A. Martínez-Urrutía, F. González-Reigosa, L. Natalicio y R. Díaz-Guerrero

Nombre: _____ Fecha: _____

Instrucciones: Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y llene el círculo numerado que indique cómo se *siente ahora mismo*, o sea, en *este momento*. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos *ahora*.

	NO EN LO ABSOLUTO	UN POCO	BASTANTE	MUCHO
1. Me siento calmado(a)	①	②	③	④
2. Me siento seguro(a)	①	②	③	④
3. Estoy tenso(a)	①	②	③	④
4. Estoy contrariado(a)	①	②	③	④
5. Estoy a gusto	①	②	③	④
6. Me siento alterado(a)	①	②	③	④
7. Estoy preocupado(a) actualmente por algún posible contratiempo	①	②	③	④
8. Me siento descansado(a)	①	②	③	④
9. Me siento ansioso(a)	①	②	③	④
10. Me siento cómodo(a)	①	②	③	④
11. Me siento con confianza en mí mismo(a)	①	②	③	④
12. Me siento nervioso(a)	①	②	③	④
13. Me siento agitado(a)	①	②	③	④
14. Me siento "a punto de explotar"	①	②	③	④
15. Me siento reposado(a)	①	②	③	④
16. Me siento satisfecho(a)	①	②	③	④
17. Estoy preocupado(a)	①	②	③	④
18. Me siento muy agitado(a) y aturdido(a)	①	②	③	④
19. Me siento alegre	①	②	③	④
20. Me siento bien	①	②	③	④

D.R. © 1980 por
EDITORIAL TEL. MANUAL MODERNO, S.A. DE C.V.
Miembro de la Cámara Nacional
de la Industria Editorial Mexicana, Reg. núm. 39



Nota: Este Inventario está impreso en verde y negro. NO LO ACEPTE SI ES DE UN SOLO COLOR. 0914



En esta imagen se muestran los primero 20 items de ansiedad- rasgo

IDARE
Inventario de Autoevaluación

SXR

Instrucciones: Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y llene el círculo numerado que indique cómo se siente *generalmente*. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa cómo se siente *generalmente*.

	CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	FRECUENTEMENTE	CASI SIEMPRE
21. Me siento bien	①	②	③	④
22. Me canso rápidamente	①	②	③	④
23. Siento ganas de llorar	①	②	③	④
24. Quisiera ser tan feliz como otros parecen serlo	①	②	③	④
25. Pierdo oportunidades por no poder decidirme rápidamente	①	②	③	④
26. Me siento descansado(a)	①	②	③	④
27. Soy una persona "tranquila, serena y sosegada"	①	②	③	④
28. Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder su- perarlas	①	②	③	④
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	①	②	③	④
30. Soy feliz	①	②	③	④
31. Tomo las cosas muy a pecho	①	②	③	④
32. Me falta confianza en mí mismo(a)	①	②	③	④
33. Me siento seguro(a)	①	②	③	④
34. Procuro evitar enfrentarme a las crisis y dificultades	①	②	③	④
35. Me siento melancólico(a)	①	②	③	④
36. Me siento satisfecho(a)	①	②	③	④
37. Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente y me molestan	①	②	③	④
38. Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza	①	②	③	④
39. Soy una persona estable	①	②	③	④
40. Cuando pienso en mis preocupaciones actuales me pongo tenso(a) y alterado(a)	①	②	③	④

EDITORIAL
EL MANUAL MODERNO, S.A. DE C.V.
Av. Sonora núm. 206, Col. Hipódromo, Deleg. Cuauhtémoc
06100 México, D.F.

Nota: Este Inventario está impreso en verde y negro. **NO LO ACEPTE SI ES DE UN SOLO COLOR.**

En esta siguiente imagen muestra las 20 restantes preguntas del instrumento.

*Cinthia Lizbeth Carreto Fernández.
Facultad de Psicología.*



ANEXOS “B” ENCUESTA SOBRE RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ALUMNOS DEL (CONALEP).

Semestre:

Indicaciones: Después de haber leído la pregunta marca (x) Si o No la respuesta correcta.

PREGUNTAS	SI	NO
1. ¿Sabías que inquietud, dificultad para dormir, irritabilidad son algunos síntomas de ansiedad?		
2. ¿Es frecuente que por ansiedad no termines tus tareas a tiempo?		
3. ¿Cuándo te sientes ansioso sueles dejar pasar un día o más antes de repasar los apuntes tomados en clase?		
4. ¿Te retrasas, con frecuencia, en una asignatura debido a que presentas síntomas de ansiedad?		
5. ¿Estas preocupado por los exámenes?		
6. Durante los exámenes ¿Tienes palpitaciones, opresión en el pecho, te falta el aire, respiras muy rápido?		
7. Durante periodos de evaluación, sientes ¿Miedo, estas inquieto? Duermes mal: no puedes dormir, tienes un sueño irregular.		
8. ¿Comes y bebes a deshoras, continuamente o demasiado al terminar los periodos de evaluación?		
9. ¿Te asaltan pensamientos ante una evaluación como: voy a suspender, no sé nada, me voy a quedar en blanco?		
10. En una evaluación ¿Te sientes inseguro: No te acuerdas de nada, no te vienen las palabras o llegas a pensar “Quizás no deba ir al examen.”?		



ANEXOS “C” SOLICITUD PARA REALIZAR TRABAJO DE INVESTIGACION.

INCORPORADO A LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
CLAVE UNAM 8963-25 ACUERDO CIREyTG 32/13 de fecha 2013/2014

Iguala de la Independencia, Guerrero, a 8 de Noviembre de 2018.

ASUNTO: Solicitud para realizar trabajo de investigación

LIC. JESÚS NÚÑEZ RAMÍREZ
DIRECTOR CONALEP PLANTEL 112 IGUALA
PRESENTE

Por este medio me dirijo a usted de la manera más atenta, para solicitar le sea permitido el acceso a la institución que usted dignamente dirige a la alumna **CINTHIA LIZBETH CARRETO FERNÁNDEZ** con **número de matrícula 415536615** de la **Licenciatura en Psicología** de este Centro Universitario, con la finalidad de que pueda realizar un trabajo de investigación, el cual consiste en aplicar un TEST a los alumnos de su institución.

Se solicita sea autorizada la entrada a nuestra alumna los días: **Miércoles 14 y viernes 16 de Noviembre, del presente año.**

En espera de una respuesta favorable, me despido de usted enviándole un cordial saludo y quedo a sus órdenes para cualquier duda o aclaración.

ATENTAMENTE
“POR UNA SOCIEDAD JUSTA”

ING. GABRIEL PONCE GUADARRAMA
DIRECTOR GENERAL

C. C. P. - ARCHIVO

Centro Universitario de Iguala 01 (733) 33-24683, 01(733) 33-22287 y 01 (733) 33-23928

Miguel Hidalgo No. 101 Col. Perpetuo Socorro Iguala, Guerrero cuiiguala_psic@outlook.com

Cinthia Lizbeth Carreto Fernández.
Facultad de Psicología.

ANEXOS “D” EVIDENCIAS DE TRABAJO



En esta fotografía se muestran la entrada del Conalep, donde se puede observar los primeros salones de enfermería, mismos que se fueron prestados para poder realizar el instrumento psicológico.



En esta foto se aprecia el momento donde firman el consentimiento para poder seguir con la aplicación del test.

*Cinthia Lizbeth Carreto Fernández.
Facultad de Psicología.*



Momento donde se dan las indicaciones de lo que se pretende hacer, y analizar resultados del test psicológico



Dadas las instrucciones las alumnas, procedieron a la contestación del instrumento.



Algunas alumnas presentaron dudas en preguntas y se les brindó la ayuda necesaria.

*Cinthia Lizbeth Carreto Fernández.
Facultad de Psicología.*



Después de aclarar cualquier duda que presentaban, no tardaron en finalizar el test.



Cabe mencionar que algunas de las alumnas, entendieron por completo cada una de las preguntas que se presentaban.

*Cinthia Lizbeth Carreto Fernández.
Facultad de Psicología.*



En esta foto se muestra donde se les menciona el consentimiento informado para la aplicación del instrumento, así mismo como las instrucciones para poder contestar.



Así mismo los alumnos individualmente empezaron a contestar el test.



Se muestra como los alumnos contestaban sin inconveniente alguno.



Algunos alumnos presentaron dudas en preguntas, sin problema se les brindo la ayuda.



Se puede observar que alumnos volvían a cuestionarse la misma pregunta para quedarles claro.



Nuevamente para algunos alumnos no tuvieron problemas con las preguntas que se les presentaban, en este caso este alumno fue el primero en entregar la prueba.



Aquí se observa como los alumnos de primer semestre empiezan a contestar la encuesta de ansiedad sobre rendimiento académico.

