



UNIVERSIDAD
DON VASCO, A.C.

UNIVERSIDAD DON VASCO, A.C.

Incorporación No. 8723-43 a la

Universidad Nacional Autónoma de México

Escuela de Pedagogía

RELACIÓN ENTRE EL ESTRÉS Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ALUMNOS DEL CENTRO DE REINSERCIÓN SOCIAL DE URUAPAN, MICHOACÁN.

Tesis

para obtener el título de

Licenciada en Pedagogía

Vianney Navarrete Mendoza

Asesor: Lic. Héctor Raúl Zalapa Ríos.

Uruapan, Michoacán. A 15 de noviembre de 2016.



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

ÍNDICE

Introducción.

Antecedentes.	1
Planteamiento del problema	4
Objetivos.	5
Hipótesis.	6
Justificación.	7
Marco de referencia.	9

Capítulo 1. El estrés.

1.1. Antecedentes históricos del estrés.	12
1.2. Enfoques teóricos.	15
1.2.1. El estrés como estímulo.	15
1.2.2. El estrés como respuesta.	17
1.2.3. El estrés como relación persona-entorno.	19
1.3. Agentes estresores.	21
1.3.1. Estresores psicosociales.	21
1.3.2. Estresores biogénicos.	23
1.3.3. Estresores en el ámbito académico.	24
1.4. Procesos del pensamiento que propician el estrés.	26
1.5. Moduladores del estrés.	29
1.5.1. Control percibido.	29

1.5.2. Apoyo social.	31
1.5.3. Tipos de personalidad.	33
1.5.3.1. Personalidad tipo A y enfermedades cardiacas.	36
1.6. Efectos negativos del estrés.	37

Capítulo 2. Rendimiento académico.

2.1. Concepto de rendimiento académico.	40
2.2. La calificación como indicador del rendimiento académico.	42
2.2.1. Criterios para asignar la calificación.	43
2.2.2. Problemas a los que se enfrenta la asignación de calificaciones.	44
2.3. Factores que influyen en el rendimiento académico.	45
2.3.1. Factores personales.	46
2.3.1.1. Aspectos personales.	46
2.3.1.2. Condiciones fisiológicas.	48
2.3.1.3. Capacidad intelectual.	48
2.3.1.4. Hábitos de estudio.	49
2.3.2. Factores pedagógicos.	51
2.3.2.1. Organización institucional.	51
2.3.2.2. La didáctica.	54
2.3.2.3. Actitudes del profesor.	56
2.3.3. Factores sociales.	59
2.3.3.1. Condiciones de la familia.	59
2.3.3.2. Los amigos y el ambiente.	61

Capítulo 3. Metodología, análisis e interpretación de resultados.

3.1. Descripción metodológica.	65
3.1.1. Enfoque cuantitativo.	66
3.1.2. Investigación no experimental.	67
3.1.3. Estudio transversal	68
3.1.4. Alcance correlacional.	68
3.1.5. Técnicas de recolección de datos.	69
3.2. Descripción de la población y muestra.	72
3.2.1. Población.	72
3.2.2. Muestra.	73
3.3. Proceso de investigación.	74
3.4. Análisis e interpretación de resultados.	75
3.4.1. Rendimiento académico en los alumnos del Centro de Reinserción Social de Uruapan, Michoacán	75
3.4.2. El nivel de estrés en los alumnos del Centro de Reinserción Social de Uruapan, Michoacán.	78
3.4.3. Influencia del estrés sobre el rendimiento académico.	79
Conclusiones	82
Bibliografía	84
Hemerografía	86
Mesografía	87
Anexos.	

INTRODUCCIÓN

En el transcurso académico del ser humano, existen muchas causas que pueden influir en el proceso de enseñanza-aprendizaje, ya sean factores ambientales, sociales, económicos o fisiológicos, entre otros, los cuales pueden incidir significativamente en el rendimiento académico del estudiante.

Antecedentes

Dentro de cualquier proceso educativo, es importante considerar qué factores pueden influir en el rendimiento escolar de los alumnos.

El estrés que se vive actualmente, derivado de diversas situaciones que implican demandas del individuo, puede llegar a ser un factor que intervenga en el rendimiento académico de un alumno, dentro de su proceso de aprendizaje.

De acuerdo con Cano (s/f, en www.ucm.es), “el estrés puede ser definido como el proceso que se inicia ante un conjunto de demandas ambientales que recibe el individuo”.

En el mismo sentido, “el término estrés es de uso común y se lo emplea para hacer referencia a una gama muy amplia de experiencias. (...) También se aplica

para describir miles de circunstancias o situaciones responsables de esas emociones, como una carga excesiva de trabajo” (Caldera y cols.; 2007: 78).

Según un informe de la Universidad Sussex, de Inglaterra, “México es uno de los países con mayores niveles de estrés en el mundo, en razón de que presenta los principales factores que provocan esa enfermedad, tales como pobreza y cambios constantes de situación” (Citado por Caldera y cols.; 2007: 78).

Se definen también algunos conceptos sobre rendimiento académico, para así tener una perspectiva sobre este fenómeno.

Algunos autores como Fuentes (citado por Ponce; 2010), definen el rendimiento académico como la relación existente entre los lineamientos definidos por la institución en el momento escolar determinado y la respuesta que presenta el alumno.

La investigación realizada por Ponce (2010) se llevó a cabo en una población del nivel de secundaria, la cual estuvo basada en la revisión de los registros académicos (calificaciones) donde se identificó el rendimiento académico de los alumnos. El objetivo que pretendía era determinar el grado de influencia que presenta el estrés sobre el rendimiento académico, el cual cumplió con el análisis y el tratamiento estadístico de los resultados, donde corroboró que el estrés no influye significativamente en el rendimiento académico, dando respuesta a su hipótesis nula,

ya que determinó que entre el nivel de estrés y el rendimiento académico existe una correlación positiva muy débil.

Por otro lado, en una evaluación que se llevó a cabo entre la relación del rendimiento académico y el estrés en estudiantes de medicina, se aplicó una encuesta transversal donde se establecieron características sociodemográficas, culturales, escolares y motivacionales, así como la presencia de estrés, depresión, disfunción familiar y consumo de sustancias. En dicho estudio, se encontró una relación significativa entre el rendimiento académico y estrés (Domínguez; 2003).

Así pues, se entiende que para que exista el rendimiento académico, es necesario conocer los factores que puedan intervenir en él, como es el caso del estrés, que actualmente es considerado como consecuencia de una inestabilidad entre las demandas de una sociedad y los recursos disponibles del ser humano.

Es por esto que se considera que el estrés puede ser un factor que influya en el rendimiento académico de los alumnos, ya que dentro del Centro de Reinserción Social de Uruapan, Michoacán, las diversas actividades que se tienen pueden llegar a generar una carga considerable de labores y por consecuencia, un grado significativo de estrés en los internos que se encuentran dentro de un proceso de aprendizaje.

Planteamiento del problema

En el Centro de Reinserción Social de Uruapan, Michoacán, uno de los requisitos prioritarios para que un interno pueda obtener una reincorporación a la sociedad, es matricularse en actividades educativas.

Sin embargo, se ha observado que a los internos que asisten a la escuela, les es muy complicado obtener calificaciones satisfactorias y seguir avanzando en su proceso de aprendizaje, lo cual lleva a que el número de internos inscritos en programas educativos, como en el caso del Instituto Nacional para la Educación de Adultos (INEA) disminuya cada vez más, a pesar de que debería de ocurrir lo contrario, ya que su principal motivación es obtener su libertad antes del tiempo que se les impuso.

Es probable que las diversas actividades pudieran estar generando niveles altos de estrés, lo cual perturbaría el proceso de aprendizaje.

Sin embargo, no se sabe en qué medida el estrés que se vive en internamiento influye en los alumnos que se encuentran dentro de un proceso educativo, debido a que no se han realizado investigaciones que permitan conocer objetivamente esta realidad.

A partir de lo anterior, se vuelve fundamental el presente estudio, el cual permitirá dar respuesta a la siguiente interrogante:

¿En qué medida el estrés influye en el rendimiento académico de los alumnos de los programas educativos del Centro de Reinserción Social de Uruapan, Michoacán?

Objetivos

Para la consecución del presente estudio, hubo que considerar directrices definidas, plasmadas en los objetivos siguientes.

Objetivo general

Determinar el grado de influencia que tiene el estrés sobre el rendimiento académico de los alumnos del Centro de Reinserción Social de Uruapan, Michoacán.

Objetivos particulares

1. Definir el término estrés.
2. Describir los factores que causan el estrés.
3. Indicar los enfoques teóricos que abordan el estudio del estrés.
4. Conceptualizar el rendimiento académico.
5. Señalar los principales indicadores que afectan el rendimiento académico.
6. Calcular el nivel de estrés que tienen los alumnos del Centro de Reinserción Social.

7. Determinar el nivel de rendimiento académico de los alumnos del Centro de Reinserción Social.

Hipótesis

En la presente investigación, se pretende dar explicaciones tentativas al fenómeno investigado, para lo cual se formulan las siguientes suposiciones.

Hipótesis de trabajo

El nivel de estrés influye significativamente en el rendimiento académico de los alumnos del Centro de Reinserción Social de Uruapan, Michoacán.

Hipótesis nula

El nivel de estrés no influye significativamente en el rendimiento académico de los alumnos del Centro de Reinserción Social de Uruapan, Michoacán.

En estas hipótesis, se identifica al estrés como variable independiente, en tanto que al rendimiento académico se le clasifica como variable dependiente.

Operacionalización de las variables

En la presente investigación se considera el nivel de estrés, de acuerdo con los resultados obtenidos mediante la aplicación del instrumento psicométrico denominado Perfil del Estrés, del Autor Kenneth M. Nowack (2002).

Tal prueba proporciona puntuaciones en quince áreas relacionadas con el estrés y el riesgo de enfermedad. El estimado de confiabilidad del test es de .72.

En cuanto al rendimiento académico, su indicador más importante de acuerdo con Pizarro (citado por Edel; 2003), lo constituyen las calificaciones.

En esta investigación se tomará como indicador del rendimiento académico el puntaje de calificaciones obtenido por los alumnos en las distintas asignaturas que se imparten en la institución.

Justificación

La presente investigación beneficiará directamente a la institución, ya que se podrán implementar estrategias que permitan incrementar la matrícula de los alumnos inscritos en programas educativos; de igual manera, ellos mejorarán su rendimiento académico, ya que sus calificaciones podrán mejorar y su proceso de aprendizaje será continuo, lo cual les permitirá cumplir uno de los requisitos prioritarios para su reinserción a la sociedad, además de que obtendrán un nivel

educativo conveniente para desenvolverse mejor en una vida productiva dentro de la colectividad.

El estudio también constituirá una aportación al sistema penitenciario, ya que puede dar pautas para mejorar los enfoques educativos que se llevan a cabo dentro de los centros de reinserción social, para que así se tenga un mayor impacto en los internos y la asistencia a programas educativos sea más significativa; de igual manera, se mejoraría el nivel educativo de dichos sujetos, de modo que esta herramienta permita evitar considerablemente la reincidencia delictiva.

Además, beneficiará a los internos en su rol de alumnos, ya que les permitirá darse cuenta si el ritmo de vida que se vive dentro del centro, genera niveles de estrés en ellos, lo cual influiría para que su asistencia a programas educativos y su consecuente rendimiento académico se afecte significativamente y no puedan cumplir con uno de los requisitos prioritarios para su reinserción anticipada a la sociedad.

Al docente también permitirá darse cuenta si las diversas actividades de los internos y el ritmo de vida que hay dentro del centro, afecta en su rendimiento académico, para así buscar estrategias que sean de apoyo en lo que concierne a mejorarla organización de las actividades de los internos que les permita continuar en un proceso educativo y aumentar su eficiencia en dicho sentido.

Se considera que el estudio beneficiará al campo de la pedagogía, ya que permitirá que se extiendan más programas educativos dentro de este tipo de instituciones y le otorgará al pedagogo una área más de acción donde implemente mejores técnicas y estrategias de trabajo para combatir esta problemática.

Asimismo, se considera que este tema es propio del pedagogo, debido a que es importante considerar qué factores, ya sean ambientales, sociales o económicos, entre otros, pueden llegar a influir en el proceso de aprendizaje de un alumno y de esta manera, crear estrategias que le apoyen en su rendimiento académico.

Marco de referencia

La presente investigación se llevó a cabo en el Centro de Reinserción Social de Uruapan, Michoacán, el cual se construyó para albergar a personas procesadas, y a las que han recibido una sentencia determinada por cometer alguna falta al código penal.

Las obras fueron realizadas entre los años de 1976 y 1984 en un terreno de 27 hectáreas, en las cuales solo se construyeron tres dormitorios con capacidad de albergue para 200 internos, con estas instalaciones comenzó a funcionar como centro penitenciario, para recibir el nombre de Centro de Readaptación Social "Lic. Eduardo Ruiz", de Uruapan, Michoacán. Actualmente se llama Centro de Reinserción Social de Uruapan, Michoacán.

Hoy en día se cuenta con 13 dormitorios con capacidad suficiente para albergar a su población de internos, que es de 1103 personas en área varonil y 45 en área femenil, asimismo, se aspira a que el centro sea un establecimiento modelo, donde se promueva la rehabilitación social de los internos con el propósito de que cuando se reincorporen a la sociedad, sean personas productivas y no reincidentes.

El Centro de Reinserción Social, se encuentra ubicado en kilómetro 4.5 carretera Uruapan-Taretan, colonia San Rafael, en Uruapan, Michoacán. Cuenta con calle perimetral exterior, que es una zona de gobierno e ingreso de internos; además, dispone de área de nuevo ingreso, edificio de visita conyugal con 40 cubos individuales, áreas verdes para visita familiar y convivencia, donde se implementan talleres de oración y de Alcohólicos Anónimos; servicios médicos, dos centros de estudio CEBA (Centro de Educación Básica de Adultos) e INEA (Instituto Nacional para la Educación de los Adultos), en los cuales se cuenta con alfabetización, primaria y secundaria. Se tiene además, la preparatoria, que es proporcionada como apoyo directo del Sistema de Servicios Regionales del Estado de Michoacán, y una plaza comunitaria (centro de computación), una capilla, ocho canchas de voleibol, una cancha de frontón, un auditorio, dos canchas de futbol profesional, una biblioteca, área de alimentos, taller de carpintería, taller de herrería, un gimnasio, tres hortalizas, criadero de conejos, contenedor de basura, tortillería, restaurante, lavandería, lavaderos, panadería y tienda.

El área femenil está dividida en dos secciones de dormitorios, cuenta dos talleres, uno de corte y confección en coordinación con el ICATMI (Instituto de

Capacitación para el Trabajo de Michoacán) y otro taller de manualidades impartido por personal del instituto referido. Se llevó a cabo un programa denominado ALFA TV (alfabetización de adultos) teniendo la primera generación de 49 internas y actualmente se implementó el programa IMPEA (Instituto Michoacano para la Educación de Adultos) y otro del INEA, enfocado exclusivamente a la alfabetización de los internos que lo requieran. Hay también un salón de usos múltiples donde se llevan acabo talleres de oración y de Alcohólicos Anónimos, ballet folklórico, salón de clases, así como una guardería y cancha de voleibol donde se realizan actividades deportivas y recreativas.

También se cuenta con un dormitorio para rehabilitación de adicciones, 12 torres de vigilancia y una torre para el área de máxima seguridad, así como una zona de máxima seguridad, con cubos para segregación individuales; banco de armas, área de aduanas y edificio de dos plantas para área administrativa, operativa, seguridad y un estacionamiento.

CAPÍTULO 1

EL ESTRÉS

En el presente capítulo se aborda el estrés, en el cual se indaga sobre los antecedentes históricos del fenómeno, así como sus enfoques teóricos y demás particularidades.

1.1. Antecedentes históricos del estrés

“La palabra ‘estrés’ proviene del latín *stringere*, que significa presionar, comprimir, oprimir. Posteriormente, este término empezó a utilizarse en la física y la metalurgia para referirse a la fuerza que se aplica a un objeto y mediante la cual es posible deformarlo o romperlo” (Sánchez; 2007:14).

En el siglo XVII, el término consiguió su primera importancia técnica cuando un físico y biólogo de nombre Robert Hooke (referido por Sánchez; 2007) experimentó en crear estructuras hechas por el hombre, que pudieran soportar cargas pesadas y resistir desastres causados por la naturaleza, por lo tanto, la tarea importante era diseñar estructuras que pudieran tener dicha cualidad; se crearon así aportaciones a la física y de esta manera, dicho estudio impacta otros campos como la psicología y la sociología, lo cual dio pauta para convertir el término estrés en una exigencia del entorno.

Hooke demostró especial interés en las particularidades de los metales que los hacen sensibles a la imperfección o fractura como efecto de una imposición. Por ejemplo, el hierro forjado es un material relativamente flexible y sencillo de trabajar; es fácil de doblar, pero no se rompe. En contraparte, el hierro fundido se caracteriza por ser duro y quebradizo, de manera que se destruye más fácilmente. Por esto, se tenía que utilizar de una mejor manera el metal que se adecue al tipo de carga de poseería. Este concepto tuvo valor de manera práctica para los psicólogos, ya que el contenido de los metales de tolerar cargas pesadas es considera lo mismo para las personas de sobrellevar el estrés. En el caso de los individuos, se emplea la palabra firmeza (Lazarus y Lazarus; 2000).

Por otra parte, Claude Bernard “demostró que la naturaleza provee genéticamente a los seres vivos de mecanismos para enfrentar las contingencias del ambiente externo” (citado por Sánchez; 2007:15-16).

Durante la primera mitad del siglo XX, los principios de Bernard fueron divulgados por el fisiólogo estadounidense Walter Bradford Cannon, quien propuso el término “homeostasis” para designar los procesos fisiológicos coordinados que mantienen constante el medio interno del organismo mediante numerosos mecanismos fisiológicos.

En este sentido, los eventos del medio ambiente provocan una respuesta del sistema nervioso y una descarga de adrenalina, lo cual se traduce en reacciones como pupilas dilatadas para mejorar la visión, se intensifica la audición, hay tensión

de músculos, aumento de la frecuencia cardíaca y la respiración, ya que se bombea mayor cantidad de sangre; con todo lo anterior, el cuerpo se prepara para enfrentar posibles amenazas, ya sea mediante el ataque o la huida.

Más tarde, un estudio científico del estrés iniciado por el austriaco canadiense Hans Selye (citado por Sánchez; 2007), arrojó resultados que le permitieron identificar una reacción inespecífica, fisiológica, adaptativa frente a cualquier impacto ejercido sobre el organismo por una amplia gama de estímulos, a lo cual lo identificó como “Síndrome General de Adaptación” y más tarde, ante la Organización Mundial de la Salud, definió el estrés como “la respuesta no específica del organismo a cualquier demanda del exterior” mientras que el estímulo causante del estrés lo denominó “estresor”.

Durante la Primera Guerra Mundial, las crisis emocionales se explicaban desde una perspectiva neurológica, en lugar de psicológica, ya que se pensaba que el estallido de los proyectiles provocaba daños a cerebro.

Posteriormente, durante la Segunda Guerra Mundial, las autoridades militares se preocuparon por el estrés, debido a que muchas veces dicho fenómeno hacía que los hombres se sintieran desmoralizados, se escondieran del enemigo y no dispararan sus propias armas, por lo cual, sus mandos querían saber cómo seleccionar hombres que fueran resistentes al estrés y cómo entrenarlos para que lo supieran manejar de manera eficaz, lo cual fomentó investigaciones más numerosas sobre este tipo de problema.

Después de esto, resultó un hecho fehaciente que el estrés también era aplicable a muchas situaciones de la vida cotidiana. En la década de los sesenta y setenta, se aprendió que todos los sujetos necesitan cierto nivel de estrés para movilizar sus esfuerzos.

En la actualidad, se considera que el estrés está presente en la vida cotidiana de toda persona y que su vulnerabilidad ante situaciones de estrés es relativa, ya que los efectos no se pueden predecir. Por lo tanto, se puede considerar que el estrés es una reacción de ajuste del organismo ante una situación o circunstancia que se presenta en el entorno.

1.2. Enfoques teóricos.

Existen tres formas de conceptualizar el estrés: como estímulo, como respuesta o como una interacción del sujeto con el entorno. Dichas perspectivas se explican a continuación.

1.2.1. El estrés como estímulo.

“Hipócrates consideraba que el entorno condicionaba las características de salud y enfermedad” (citado por Travers y Cooper; 1997: 30).

Hace algunos siglos, Hipócrates afirmaba que la colectividad en donde está el sujeto es un factor importante para la salud, ya que las posibilidades de salud, tanto

sociales como personales, se incrementan, de modo que el entorno debilita o eleva las condiciones de vida de las personas y por consecuencia, su salud.

Las características ambientales molestas constituyen la situación estresante que provoca cambios en la persona, ya sean positivos o negativos; estos pueden llegar a generar niveles más altos de estrés.

Se asume que hay estímulos potencialmente estresantes, como por ejemplo, los desastres naturales o situaciones como la discriminación, la pobreza o alguna discapacidad física, entre otras. Por lo tanto, se puede medir la toxicidad de cada estímulo; en este orden de ideas, cada persona posee un nivel de tolerancia que es superable y que cuando se rebasa, puede traer al organismo daños permanentes o temporales.

Estos acontecimientos son considerados como grandes situaciones estresantes que fueron estudiadas ampliamente durante los años sesenta y setenta, las cuales son circunstancias consideradas de origen externo al individuo y no se tiene en cuenta a la apreciación subjetiva que pueda tener el individuo al respecto.

También existen los considerados como pequeños contratiempos, los cuales pueden manifestarse de forma cotidiana en las relaciones sociales.

Se puede decir que cada estímulo provoca automáticamente ciertas manifestaciones de estrés.

1.2.2. El estrés como respuesta.

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

Existen tres niveles que pueden considerarse en el estrés como respuesta: el cognitivo, o lo que se piensa; emocional, lo que se siente, y conductual, lo que se lleva a cabo.

Aquí se considera que los tres niveles se encuentran interrelacionados, ya que primero se piensa y automáticamente llega la emoción, después se genera la conducta.

Selye (citado por Fontana; 1992) realizó considerables esfuerzos por centrar la atención de médicos y psicólogos en los efectos del estrés; denominó a la respuesta que se da ante un cambio ambiental como “Síndrome General de Adaptación”, la cual se desarrolla en tres fases, denominadas:

- Alarma.
- Resistencia.
- Agotamiento.

En la fase de alarma existe una reacción en la que el cuerpo se altera inmediatamente ante una situación difícil; en la etapa de resistencia, la reacción se mantiene durante cierto tiempo; finalmente, en la fase de agotamiento, la conducta va cambiando hasta que se debilita la persona, dado que los recursos de que dispone, se extinguen.

En esta última fase, dentro de su área cognitiva la persona baja la concentración y la atención, aumenta su distractibilidad y genera acciones negativas, además de que empieza a perder la memoria y se olvidan los datos; se pierde la velocidad de las respuestas, que se tornan impredecibles; se cometen errores en tareas cotidianas de la vida y se puede llegar a generar una inadecuada planeación a largo plazo.

Dentro de su área emocional, aumenta la tensión psicológica, se crean padecimientos que no se tienen o se agravan los que ya existen, hay cambios en los rasgos de personalidad y, aunado a ello, se agudizan las deficiencias personales que ya se tenían.

En el área conductual, la persona comienza a tener problemas con el habla, deja de realizar tareas que antes le gustaban, hay ausentismo ante tareas obligatorias, puede llegar a recurrir al uso de drogas y por consecuencia, se tienen bajos niveles de energía, pérdida de sueño, irresponsabilidad e incluso ideas amenazadoras de suicidio.

1.2.3. Estrés como relación persona-entorno.

“El estrés ya no es un fenómeno estático, como una respuesta o un estímulo, sino más bien un proceso complejo, que incorpora los dos modelos mencionados anteriormente” (Travers y Cooper; 1997: 32).

El entorno por sí mismo no es estresante: en realidad, es la interacción de la persona con los acontecimientos lo que puede dar lugar a una experiencia de ese tipo.

En otros términos, debe considerarse “la interacción entre las características de la situación y los recursos del individuo. Desde esta perspectiva, se considera más importante la valoración que hace el individuo de la situación estresora que las características objetivas de dicha situación. El modelo más conocido es el modelo de valoración de Lazarus (Lazarus y Folkman, 1986), que propone una serie de procesos cognitivos de valoración de la situación y valoración de los recursos del propio individuo para hacer frente a las consecuencias negativas de la situación. El estrés surgirá como consecuencia de la puesta en marcha de estos procesos de valoración cognitiva” (Cano; s/f, en www.ucm.es).

El estrés tiene lugar cuando la persona interpreta que los estímulos estresantes superan la capacidad que considera poseer para resistirlos.

Cuando los recursos personales exceden la carga del entorno, se experimenta aburrimiento, el cual es nocivo y en algunos momentos, la capacidad de afrontamiento de la persona está debilitada.

“El estrés no es tan solo un estímulo ambiental o una respuesta frente a las exigencias del entorno, sino un concepto dinámico y relacional. Se produce una interrelación constante entre la persona y su entorno, que está mediada por un conjunto complejo de procesos cognitivos constantes” (Travers y Cooper; 1997: 34).

Dentro de este proceso se pueden considerar cinco aspectos fundamentales para cualquier estudio que se realice sobre el estrés:

1. Valoración cognitiva de la situación, ya sea neutra (irrelevante), negativa o positiva.
2. Experiencia y familiaridad con la situación.
3. Exigencia de la situación y capacidad de respuesta propia que percibe el sujeto.
4. Influencia interpersonal, donde pueden llegar a intervenir la presencia o ausencia de otras personas; este factor puede ser tanto positivo como perjudicial.
5. Un estado de desequilibrio entre la pretensión que se percibe y la capacidad percibida de superar esa demanda.

Se puede decir, a modo de definición integradora, que el estrés “es una respuesta adaptativa, mediada por las características individuales y/o procesos psicológicos, la cual es al mismo tiempo consecuencia de una acción, situación o evento externo que plantea a la persona demandas físicas o psicológicas” (Ivancevich y Matteson; 1985:23).

1.3. Agentes estresores

“Los estudios sobre el estrés centrados en sus desencadenantes han polarizado su trabajo en la sistematización y taxonomía de los diferentes cambios significativos que se producen en la vida de una persona, que actúan como estresores con efectos tanto negativos como positivos, según sean a su vez estos cambios percibidos como negativos o no deseados, o como positivos o deseados por la persona” (Palmero y cols.; 2002:425).

Siendo así, estos eventos pueden ser calificados como cambios en la vida cotidiana, entre los cuales se encuentran los estresores psicosociales y los biogénicos; adicionalmente, merecen atención especial los que se presentan en el contexto académico.

1.3.1. Estresores psicosociales

Dentro de esta clase, se encuentran los cambios mayores, los cuales son considerados como cambios drásticos en la vida de las personas; entre ellos se incluye ser víctimas de la violencia, emigrar, enfrentarse a catástrofes de origen natural, entre otras situaciones que pueden ser consideradas como circunstancias altamente traumáticas, ya que pueden llegar a afectar a un amplio número de personas, aunque también puede ser que afecte a una sola o un número relativamente bajo de ellas.

También existen los cambios vitales, que son acontecimientos de la vida que a menudo se encuentran fuera del control de la persona, como puede ser un divorcio, una enfermedad, entre otras situaciones que son propias de una persona.

En los acontecimientos vitales estresantes, “existe una serie de áreas en la vida de las personas en las cuales los cambios o alteraciones tienen una trascendencia vital y, por tanto, son altamente significativos” (Palmero y cols.; 2002:427).

Asimismo, se encuentran los estresores cotidianos o micro estresores, los cuales son considerados como acontecimientos de poca relevancia, pero de gran frecuencia, que irritan a la persona solo un momento.

Tales estresores implican un cambio en la situación ambiental cotidiana de casa o del trabajo, donde se presenta la ausencia o disminución de habilidades o conocimientos para afrontar la situación, como el caso de pérdida de objetos importantes, tráfico pesado, llegar tarde a compromisos o disgustos con personas queridas, entre otras.

Pero también cabe mencionar que dentro de los estresores cotidianos existen muchas situaciones donde se da el eustrés (estrés positivo) y el sujeto se percata de ello; en este caso se les llama satisfacciones, las cuales son experiencias y emociones positivas que equilibran los efectos de las contrariedades.

1.3.2. Estresores biogénicos.

Everly (citado por Palmero y cols.;2002: 431)“nos plantea una diferenciación en los desencadenantes del estrés en dos grandes tipos: los estresores psicosociales (...) y los estresores biogénicos. Los estresores son sucesos medioambientales reales o imaginarios que configuran las condiciones para elicitar la respuesta de estrés”.

Los estresores biogénicos tienen la característica de que no pasan por la valoración del sujeto, en cambio por sus propiedades bioquímicas actúan directamente en los núcleos activadores neurológicos del estrés (Palmero y cols.; 2002).

Dichos elementos “se encuentran los cambios hormonales del organismo como la pubertad, donde los cambios son importantes causas del estrés. El cuerpo del adolescente cambia de forma, sus órganos sexuales comienzan a funcionar y nuevas hormonas comienzan a ser segregadas. El inicio de un ciclo menstrual representa también una potencial causa de estrés en los días que anteceden a la aparición de la menstruación. El origen de esta forma de estrés se localiza en el desequilibrio que ocurre entre las hormonas relacionadas con el ciclo menstrual, fundamentalmente los estrógenos y la progesterona. (...) La ingestión de determinadas sustancias químicas como nicotina, cafeína, anfetaminas y alcohol, y las reacciones a ciertos componentes físicos, como los estímulos que provocan dolor, frío o calor, así como el estrés alérgico. Las reacciones alérgicas son parte

natural del mecanismo de defensa del organismo. La alergia es una fuente de estrés que requiere de grandes cambios de energía por parte del sistema inmunológico para luchar contra aquello que el cuerpo considera peligroso” (Palmero y cols.; 2002: 431).

1.3.3. Estresores en el ámbito académico.

Dentro de los componentes académicos del estudiante, se presentan algunos factores que generan estrés.

Algunos autores como Polo, Hernández y Poza (citados por Barraza; 2003) consideran los siguientes:

- Exposición de trabajos.
- Intervención en el aula (realizar o responder preguntas).
- Realización de exámenes.
- Ir al cubículo del profesor para asesoría.
- Sobrecarga académica (excesivo número de asignaturas, mucho trabajo en algunas de ellas).
- Muchos alumnos en las aulas.
- Competitividad entre compañeros.
- Trabajar en grupo.
- Exceso de responsabilidad.

- Interrupciones del trabajo.
- Problemas con los profesores y/o compañeros.

De acuerdo con Pérez, “el estrés académico es disfuncional cuando no te permite responder de la manera que quieres y para la cual te has preparado, además cuando se sostiene el estado de alerta por más tiempo del necesario para responder a las demandas, lo que deriva múltiples síntomas como dolor de cabeza, problemas gástricos, alteraciones en la piel, como por ejemplo el acné, alteraciones del sueño, inquietud, dificultad para concentrarse, cambios en el humor entre otros” (citado por Barraza; 2003: s/p).

De acuerdo con Polo, Hernández y Poza (citados por Barraza; 2003: 5) existen 12 tipos de respuesta de estrés académico.

1. “Me preocupo.
2. El corazón me late muy rápido y/o me falta aire y la respiración es agitada.
3. Realizo movimientos repetitivos con alguna parte de mi cuerpo, me quedo paralizado o mis movimientos son torpes.
4. Siento miedo.
5. Siento molestias en el estómago.
6. Fumo, bebo o como demasiado.
7. Tengo pensamientos o sentimientos negativos.
8. Me tiemblan las manos o las piernas.
9. Me cuesta expresarme verbalmente o a veces tartamudeo.

10. Me siento inseguro de mí mismo.
11. Se me seca la boca y tengo dificultades para tragar.
12. Siento ganas de llorar.”

1.4. Procesos del pensamiento que propician el estrés

Los procesos de pensamiento son distorsiones cognitivas, que aunque irracionales, son creídas por la persona, tienden a ser reiterativas e impiden evaluar adecuadamente los eventos.

Ellis (citado por Powell; 1998: 92) “expresó la teoría de que todo ser humano es incomparablemente racional e irracional. (...) Sostiene que las experiencias de aprendizaje de la niñez temprana tienen efecto más profundo en el pensamiento y en la conducta racional/irracional de una persona”.

Ellis (citado por Powell; 1998: 93-97) enumera once ideas irracionales que se encuentran más comúnmente asociadas en las personas perturbadas emocional y psicológicamente.

1. “Debo obtener el amor y la aprobación de todas las personas de mi comunidad, especialmente de las que son más importantes para mí”. Este es considerado un objetivo irracional, ya que ninguna persona puede ser aceptada y amada por todo el mundo y entre más se esfuerce por

alcanzar tal objetivo, más se convertirá en una persona fracasada y autodestructiva.

2. “Debo ser perfectamente competente, suficiente y exitoso en todo logro antes de poder pensar en mí mismo como una persona valiosa”. En este objetivo, las personas racionales buscan hacer bien las tareas por su propio bienestar y gusto, y es considerado irracional que estas personas sientan un temor constante a la desilusión y un complejo de inferioridad.
3. “No tengo control sobre mi felicidad. Mi felicidad está bajo el control completo de las circunstancias externas”. En esta desviación, las personas solo buscan tomar el papel de víctimas para evitar los retos y compromisos.
4. “Mis experiencias pasadas y los eventos en mi vida han determinado mi vida y mi comportamiento presente. No es posible erradicar la influencia del pasado”. Las personas racionales dejan el pasado y buscan soluciones para enfrentar los nuevos retos de la vida, en cambio, las personas irracionales se enfrascan en las circunstancias del pasado y evitan el desafío del cambio.
5. “Existe solo una solución perfecta para cada uno de mis problemas. Si no la encuentro, será devastador para mí”. Es irracional considerar que exista una solución perfecta para los problemas, ya que hay algunos que no

siempre se pueden solucionar y solo hay que aprender a vivir con ellos y aceptarlos, hay otros problemas a los que se les busca una solución posible.

6. “Las cosas peligrosas o temibles causan una gran preocupación. Debo pensar constantemente en las posibles calamidades y estar preparado para lo peor”. No siempre se debe vivir con un excesivo miedo y preocupación, mucho menos creyendo que ocurrirá una tragedia.
7. “Debería depender de los demás y debo tener a alguien más fuerte que yo en quien pueda apoyarme”. Las personas racionales buscan lo contrario, ser independientes, tener sus propias responsabilidades, tomar sus propias decisiones y aceptar ayuda cuando sea necesario.
8. “Si mi vida no funciona de la manera en que yo la había planeado, será realmente terrible. Cuando las cosas funcionan mal, es una catástrofe”. No siempre en la vida las situaciones funcionan o son como las personas las planean, y esto no tiene que llevar a la frustración, sino a crear nuevos planes en su vida.
9. “Es más fácil evitar ciertas dificultades y responsabilidades que enfrentarlas”. Las personas racionales buscar dar solución a las dificultades y responsabilidades, en vez de escapar de ellas.

10. “Algunas personas son malas, inicuas, infames. Deberían ser acusadas y castigadas”. Dentro de esta pensamiento, las personas asumen que tiene la derecho de juzgar los demás, en cambio, no se debe juzgar a las personas, solo las cuestiones.

11. “Uno debería preocuparse mucho por los problemas y las perturbaciones de los demás”. Aquí las personas irracionales hacen excesiva la responsabilidad de hacer suyos los problemas de los demás.

De acuerdo con Ellis(citado por Powell; 1998) estas once categorías son consideradas como actitudes irracionales que causan problemas a las personas.

1.5. Moduladores del estrés

Existen diferentes tipos de reguladores del estrés, los cuales son considerados como factores imprescindibles para determinar y predecir cuál será el curso del proceso de estrés y sus repercusiones sobre la salud. (Palmero y cols.; 2002).

1.5.1. Control percibido

Este componente se define como “la creencia general sobre el grado en que uno mismo es capaz de controlar y lograr metas u objetivos deseados, regulando las dificultades que acontecen en el curso de su consecución influye sobre la salud” (Fontaine y cols., en Palmero y cols.; 2002: 528).

Una investigación respecto al estrés y los factores que lo condicionan, muestra cómo el control percibido y sus efectos están determinados por la información disponible y su procesamiento. “Bourne estudió los niveles de cortisol plasmático en un amplio grupo de combatientes estadounidenses de la guerra de Vietnam durante mayo de 1966, antes, durante y después de un combate con los soldados del Viet Cong sobre la línea férrea Ho Chi Minh. Se estudió el efecto de la percepción de control sobre los niveles de cortisol (altos niveles de cortisol incrementan el nivel de glucosa y el metabolismo general, permitiendo mantener altos niveles de actividad a costa, entre otros efectos, de un decremento de la competencia inmune). Los resultados de este estudio, demostraron que el entrenamiento recibido por los soldados les proporcionó eficaces estrategias de afrontamiento y altos niveles de percepción de control sobre la situación; éstos manifestaron que si seguían las instrucciones recibidas durante el período de entrenamiento saldrían con vida del combate. Otros factores incrementaban la percepción de control: habían fortificado sus posiciones, comprobado las armas, etc. Sin embargo, tanto los oficiales como los operadores de radio tenían tal cantidad de información sobre la gravedad de la situación real, suministrada por la inteligencia militar, que las estrategias de afrontamiento no fueron tan efectivas, siendo menor su percepción de control y, por tanto, sus niveles de cortisol fueron significativamente superiores a los de los soldados” (Martínez-Sánchez, en Palmero y cols.; 2002: 528).

1.5.2. Apoyo social

Respecto a este recurso, “el apoyo social se ha definido como las provisiones instrumentales o expresivas, reales o percibidas, aportadas por la comunidad, las redes sociales y los amigos íntimos” (Cascio y Guillén; 2010: 189).

La salud y el estrés no son excluyentes en cuanto al modo de acción del apoyo social, para tal efecto, se han considerado dos elementos principales o hipótesis: la del efecto indirecto o protector y la del efecto directo o principal.

Cuando una persona está expuesta a estresores sociales, el efecto indirecto o protector tiene consecuencias negativas en la persona cuyo nivel de apoyo social sea bajo. Sin embargo, sin estresores sociales el apoyo social no interviene sobre el bienestar y su papel se limita a resguardar a las personas de los efectos patogénicos del estrés. Según esta afirmación, los recursos contribuidos por otras personas pueden reducir la apreciación de amenaza de los estresores y determinar la adecuada capacidad de respuesta, impidiendo la aparición de la respuesta del estrés.

Por otro lado, el efecto directo o principal fomenta la salud y el bienestar personal, independientemente del nivel de estrés; por ello se afirma que a mayor nivel de apoyo social, menor malestar psicológico y a menor nivel de apoyo social, mayor malestar psicológico (Cascio y Guillén; 2010).

Los estresores sociales solo tienen efectos negativos en la persona que tiene poco apoyo social; sin estresores sociales, el apoyo social no mejora el bienestar, el apoyo solo protege a las personas de los efectos negativos del estrés.

“El apoyo social puede reducir el impacto negativo de los sucesos vitales y otros agentes estresores por diversas vías: 1) eliminando o reduciendo el impacto del propio estresor; 2) ayudando al sujeto a afrontar la situación estresora, y 3) atenuando la experiencia de estrés si esta se ha producido” (Palmero y cols.; 2002: 529).

Por otra parte, las personas solo perciben el apoyo social cuando no cuentan con él; en cambio, cuando no lo necesitan, no lo aprecian.

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

Dentro de este planteamiento, también se debe considerar el estilo de vida emocional donde las personas se cuestionan sobre cómo se encuentran regularmente, ya sea relajados o con preocupaciones, o bien, ordinariamente tranquilos o excitados, con tendencia a ser irascibles o serenos, con reacciones explosivas o mesuradas, en sí, como los consideran las personas cercanas a ellos.

1.5.3. Tipos de personalidad

El tipo de personalidad en relación con estrés se examina mediante el empleo de técnicas de gran escala y en entrevistas personales a profundidad.

Se encuentran al menos dos tipos de personalidad: la de tipo A y la de tipo B. Dentro de la primera clase de personalidad, las personas son consideradas impacientes con los demás, muestran un nivel de impulsividad y muchas de las ocasiones, no sienten el menor interés por los eventos sociales o las convivencias cotidianas.

En cambio, las personas de tipo B dedican más tiempo al ocio recreativo, son pacientes y saben escuchar con atención a los demás, reaccionan ante las situaciones que se les presentan de manera pausada o pasivamente, les agrada sobre todo dar y recibir afecto y además, tienen un gran gusto por la convivencia social.

Las personas de tipo A se identifican por características muy particulares en su forma de ser, ya que casi todo lo realizan muy aprisa, se mueven, caminan y comen rápidamente, por lo regular siempre hacen dos o más actividades a la vez, cuando conversan con otras personas, quieren ser el centro de atención y puede llegarles a suceder que se sientan un poco culpables cuando intentan relajarse, además, no se percatan de las situaciones interesantes o agradables que ocurrieron

durante el día, no se sienten atraídas por personas de su mismo tipo y sobre todo, son enemigas del ocio (Travers y Cooper; 1997).

Todas estas características, por mencionar algunas, se considera que generan mayores niveles de estrés en la personalidad de este tipo.

El enojo es una parte emocional, un sentimiento negativo, que entra dentro de la personalidad de tipo A, además de este sentimiento, puede existir la hostilidad, la impaciencia, el perfeccionismo y un alto nivel de competitividad.

En este sentido, puede llegar a generarse una relación entre el enojo, la hostilidad y la agresión.

El enojo constituye el componente emocional, varía en cuanto a intensidad, yendo desde una irritación o enfado hasta la rabia y la furia.

La hostilidad se refiere a las creencias con matiz negativo y de destrucción que guían al comportamiento de la persona, implica el deseo de oponerse e incluso de causar daño a los demás.

La agresión representa las acciones de ataque, destrucción y daño. Es la conducta manifiesta del enojo y puede ser tanto física como verbal.

El aspecto fundamental es el enojo, en particular, su frecuencia, no su intensidad, está asociada a problemas de estrés; entonces el enojo es el culpable, específicamente la manera en que este se maneja.

El enojo guardado en uno mismo se refiere a que el sujeto de la situación provocadora decide inhibir la agresión; el enojo dirigido hacia la persona que ha ofendido, implica protestar directamente a ella, existe una manifestación de la agresión; el enojo reflexivo trata de dialogar con la persona que ha ofendido, después de que se haya calmado, hay un enfrentamiento cuidadoso con la fuente provocadora.

Se podría considerar que el factor principal en personalidad de tipo A es el enojo.

En la década de los 50's, Friedman y Rosenman (citados por Travers y Cooper;1997), identificaron un tipo de pacientes a los que denominó tipo A, los cuales tienden tanto a padecer problemas cardiacos como a morir antes que quienes no la poseen de manera enfática.

Las personas de tipo A muestran una tasa de trastornos coronarios seis veces superior que la del resto de las personas.

1.5.3.1. Personalidad tipo A y enfermedades cardíacas.

En un estudio que fue realizado por el grupo de colaborador occidental (WCGS) el cual se inició a principios de la década de los sesenta y evaluó a más de tres mil empleados de once compañías diferentes, en busca de la presencia o ausencia de la conducta de tipo A, arrojó que entre la relación de personalidad de tipo A y las enfermedades de las coronarias relacionadas con el estrés, existe un porcentaje alto, entre las personas que se les realizó el estudio, a sufrir una enfermedad cardíaca, todas estas eran de tipo A (Ivancevich y Matteson; 1985).

Sin embargo, el diseño que se utilizó en este estudio tenía un procedimiento doblemente ciego, ya que los investigadores que participaban en la evaluación del patrón de conductas no tenían conocimientos de otros factores de riesgo, ni se involucraron en el diagnóstico siguiente, también los juicios de diagnóstico fueron expuestos por cardiólogos ajenos al estudio, los cuales no tenían conocimientos de cómo hacer una clasificación de los patrones de conducta ni de los factores de riesgo. Los empleados que participaron en este proceso tenían entre 39 y 59 años de edad, los cuales al inicio de este experimento se encontraban libres de enfermedades coronarias, y fueron sometidos a medición anual, durante un periodo de ocho a nueve años, además, cada año se reunían datos sobre factores socioeconómicos y de salud. Así, al paso del tiempo, el porcentaje era más alto entre los participantes que habían sufrido una enfermedad cardíaca donde predominaban los del tipo A, en comparación con los de tipo B, además de que el patrón de conducta resultó ser más predictivo de los padecimientos cardíacos. Pues bien,

existen cifras estadísticamente significativas entre los vínculos de conducta de tipo A y las consecuencias negativas del estrés (Ivancevich y Matteson; 1985).

Se puede considerar que la personalidad de tipo A tiene la misma capacidad de provocar enfermedades cardiacas, que los factores de edad, presión sanguínea alta y colesterol, tomados en conjunto.

1.6. Efectos negativos del estrés

La hipertensión, las úlceras, la diabetes, la migraña y el cáncer pueden ser considerados como algunos de los efectos negativos del estrés que repercuten en la salud de las personas (Ivancevich y Matteson; 1985). Enseguida se amplían tales circunstancias.

1. “La hipertensión es una enfermedad de los vasos sanguíneos en la cual la sangre fluye a través de las arterias a presión elevada. Una de las respuestas del cuerpo a los estresores es comprimir las paredes arteriales, aumentando así la presión.
2. Las úlceras son lesiones inflamatorias en el recubrimiento del estómago o intestino y una de sus causas más conocidas es la variación de los niveles de cortisona. La fabricación de cortisonas generalmente aumenta durante los periodos de estrés, que cuando son prolongados, pueden crear fácilmente un ambiente perfecto para la creación de lesiones.

3. La diabetes es una grave enfermedad que implica deficiencias de insulina y que tiene como consecuencia que sus víctimas no puedan absorber suficiente azúcar en la sangre, demandando incrementos en la secreción de insulina. Si el estrés es persistente, el páncreas puede debilitarse, dando como resultado una deficiencia permanente de insulina.
4. Las jaquecas son, frecuentemente, el resultado de la tensión muscular, que aumenta cuando estamos expuestos a los estresores durante un periodo sostenido.
5. El cáncer es uno de los conceptos más controvertidos de la categoría de las enfermedades de adaptación. Una teoría actual sobre el cáncer es la de que células mutantes (cáncer) se están produciendo continuamente en nuestro cuerpo, pero que normalmente son destruidas por el sistema inmunológico antes de que puedan multiplicarse y crecer. Se ha demostrado que las respuestas a los estresores traen como consecuencia pequeñas alteraciones bioquímicas en el sistema inmunológico. Algunos piensan que los cambios bastan para permitir la reproducción de pequeñas cantidades de estas células mutantes, que a su vez se convierten en tumores malignos” (Ivancevich y Matteson; 1985: 106-107).

El estrés puede causar un daño fisiológico que se puede ir incrementando, puede haber comenzado a partir de un proceso psicológico, haciendo énfasis en que las enfermedades no son únicamente inducidas por el estrés.

Se puede considerar que el estrés “es una respuesta de adaptación que impone demandas especiales al individuo, no es ni bueno ni malo, ni dañino ni beneficioso, es simplemente descriptivo de lo que sucede, en términos de la respuesta del individuo” (Ivancevich y Matteson; 1985: 247).

Por lo tanto, se puede decir que el estrés no es intrínsecamente malo, sino que varía de acuerdo con la situación que enfrenta la persona, puede ser en menor o mayor intensidad y también puede darse de manera positiva.

Lo que puede ser considerado como un hecho es que todas las personas enfrentan el estrés, ya sea en diferentes momentos de su vida, en diversas situaciones o circunstancias, en mayor o menor cantidad y en consecuencias tanto de la salud física como la mental.

Lo importante es, pues, saber mediar los niveles de estrés a los que se enfrentan las personas en la vida diaria, considerando también el ambiente en el que se encuentran, ya que esto provoca determinadas conductas y por consecuencia, el estrés

CAPITULO 2

RENDIMIENTO ACADÉMICO

Todo proceso educativo busca permanentemente mejorar el aprovechamiento del alumno, por lo cual requiere de elementos importantes que contribuyan al logro de todo éxito, y un mecanismo importante que se puede considerar en este proceso es el rendimiento académico.

Para lo cual, en el presente capítulo se abordará el rendimiento académico, se comenzará por definir el concepto del mismo, así como los factores que influyen en él, y se tomará en la calificación como el principal indicador de dicha variable.

2.1. Concepto de rendimiento académico.

A continuación se definirá este término desde la perspectiva de diferentes autores.

De acuerdo con Alves (1990:315) “el rendimiento escolar consiste en la suma de transformaciones que se operan: a) en el pensamiento, b) en el lenguaje técnico, c) en la manera de obrar y d) en las bases actitudinales del comportamiento de los alumnos en relación con las situaciones y problemas de la materia que enseñamos”.

Para otros es la “medida de las capacidades respondientes o indicativa que manifiestan en forma estimativa, lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de instrucción o formación” (Pizarro, citado por Andrade y cols.; 2001).

Desde otra perspectiva se define como “el nivel de eficiencia que presenta un alumno respecto a los fines escolares previamente establecidos y que es susceptible de expresarse cuantitativamente como un logro parcial o final de un proceso” (Mendoza; 2005: 12).

Chadwick (citado por Reyes; 2008: 12) “define el rendimiento académico como la expresión de capacidades y de características psicológicas del estudiante desarrolladas y actualizadas a través del proceso de enseñanza-aprendizaje que le posibilita obtener un nivel de funcionamiento y logros académicos a lo largo de un período o semestre, que se sintetiza en un calificativo final (cuantitativo en la mayoría de los casos) evaluador del nivel alcanzado”.

Se puede considerar el rendimiento académico como un indicador del nivel de aprendizaje alcanzado por el alumno, donde no solo se debe medir, sino también interpretar según los objetivos preestablecidos.

Dicho atributo puede ser un aspecto dinámico, el cual responde al proceso de aprendizaje, como tal, está ligado a la capacidad y esfuerzo del alumno. También

puede ser considerado un aspecto estático, el cual comprende al producto del aprendizaje generado por el educando y expresa una conducta de aprovechamiento.

2.2. La calificación como indicador del rendimiento académico.

La calificación es el principal indicador del rendimiento académico; determinar el nivel de dicho atributo es uno de los puntos más importantes dentro de todo proceso de enseñanza-aprendizaje, dado que el objetivo de la evaluación es valorar el avance y el logro de conocimientos, habilidades, actitudes y destrezas alcanzados.

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

La forma de otorgar una calificación varía de un sistema escolar a otro, algunos profesores emplean letras que determinan la calificación, otro medio es la categoría del aprovechamiento, el cual se clasifica en excelente, bueno, regular y deficiente; otra forma de evaluar es por medio de números, este es el más utilizado o más conocido (Aisrasian;2003).

Las calificaciones pueden llegar a ser motivadoras y se pueden emplear para orientar al alumno a que estudie, además, se pueden emplear estrategias que sean

apropiadas y que conlleven a que el rendimiento académico del alumno sea favorable.

Respecto al organismo del que depende la educación de los sujetos de estudio, se extrajo otra definición de evaluación. “En el INEA, se entiende la evaluación como el proceso por el cual obtenemos información sobre los aprendizajes de las personas con el fin de valorarlos para mejorar o reorientar este proceso. Además, permite tomar decisiones para la acreditación de sus conocimientos, competencias y su certificación” (MEVyT; 2004: 129).

2.2.1. Criterios para asignar la calificación

Por lo regular, otorgar una calificación resulta ser una tarea difícil para el profesor, ya que se enfrenta a muchas situaciones que pueden entorpecer dicha actividad.

Cuando se le pide asignar calificaciones en forma equitativa e impersonal, “el profesor encara inevitablemente el dilema de lo que es equitativo en las calificaciones. Debe ser siempre leal a la institución que espera total imparcialidad, debe tener en cuenta las necesidades, discapacidades o problemas propios de cada estudiante” (Aisrasian; 2003: 178).

“Uno de los principales errores en que recaen muchos profesores consiste en calificar únicamente en función de la capacidad de retención de información, y se

olvidan de los otros dos niveles de los objetivos informativos (comprender y manejar esa información), así como los objetivos de tipo formativo: desarrollo de métodos de investigación y sistemas de trabajo, de lenguajes, de habilidades o capacidades intelectuales, de destrezas físicas o motoras, de hábitos, de actitudes y valores positivos” (Zarzar; 2000: 37).

En el Instituto Nacional para la Educación de los Adultos (INEA), la evaluación del aprendizaje se da en tres momentos: antes, durante y al finalizar el proceso de aprendizaje. A estos momentos se les conoce como: evaluación diagnóstica, formativa y final. En la primera se evalúa lo que las personas ya saben, lo que les falta aprender y las competencias que tienen para iniciar su proceso educativo; en la evaluación formativa se avalúan los avances de las personas en el estudio de su módulo y se decide si es necesario reforzar el aprendizaje o si están listas para continuar; en la evaluación final se evalúan los aprendizajes logrados y las competencias adquiridas con el estudio de los módulos (MEV y T; 2004).

El sistema de evaluación del INEA se asemeja a las recomendaciones brindadas por Zarzar (2000), ya que no solo pretende evaluar aprendizajes informativos sino también formativos.

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

Los problemas a los que se enfrenta un profesor para asignar una calificación, pueden considerarse en el sentido de que: “1) pocos recibieron una enseñanza

formal de cómo realizar esta función (Airasi, 1991; Slavin, 1994); 2) los distritos escolares y los directores no dan una buena orientación en lo tocante a las políticas y expectativas de las calificaciones (Huelba, 1994); 3) los profesores saben que los padres de familia y los alumnos toman serio las calificaciones y que las que otorgue serán objeto de análisis y a menudo rechazadas; 4) la función del maestro en el aula presenta una ambigüedad fundamental (Brookhart, 1991), es difícil que ignore las necesidades y características del alumno” (citados por Aisrasian; 2003: 178).

De lo anterior se puede inferir que si el profesor desea efectuar este proceso de la manera más objetiva posible, debe tener criterios previamente establecidos y conocidos desde el principio por el grupo.

Un riesgo adicional consiste en que, en ocasiones, “los alumnos están dispuestos a hacer lo que sea necesario para obtener buena calificación, porque de ella dependen muchos premios, estímulos o recompensas, ya sean materiales, económicos, psicológicos o afectivos. A veces, este hacer lo que sea necesario, llega a extremos indeseables y poco éticos, como el copiar, el hacer fraude, el sobornar al profesor de múltiples formas o el amedrentarlo con amenazas” (Zarzar; 2000: 37-38).

2.3. Factores que influyen en el rendimiento académico

Existen varios componentes que pueden influir en el rendimiento académico de un alumno. Dentro de ellos se pueden considerar los factores personales, los

pedagógicos y los sociales, todos los cuales se explican enseguida de forma detallada.

2.3.1. Factores personales

Muchas características particulares y de temperamento están relacionadas con el éxito académico, por lo cual dentro de esta área, se considerarán aspectos personales, los cuales incluyen las condiciones fisiológicas, la capacidad intelectual y los hábitos de estudio de cada persona.

2.3.1.1. Aspectos personales

Numerosas características personales están relacionadas con el éxito académico, entre las cuales se pueden considerar: el estatus socioeconómico, la estabilidad emocional, los hábitos de estudio, el coeficiente intelectual y la salud mental (Powell; 1975).

El estatus económico brinda al alumno el tener un cierto nivel educativo, ya que de acuerdo con el nivel educativo que tengan los padres será consecuente el ingreso capital que se tenga dentro del núcleo familiar y las aspiraciones educativas de un alumno. También la familia puede llegar a influir en la estabilidad emocional de un estudiante, ya que si existen adecuadas relaciones dentro de la familia, será mejor el aprovechamiento del hijo dentro de su proceso de aprendizaje, así como sus

hábitos de estudio, entre otras características que son aspectos muy distintivos de cada alumno y que en cierto momento pueden repercutir en su rendimiento.

También existen los defectos físicos, los cuales tienden a ser objeto de burla entre los compañeros, y provocar que el niño se sienta inferior y/o adquiera una sana integración social futura. Los niños semisordos muchas veces confunden las explicaciones de los maestros, ya que poseen restos auditivos y tienden a interpretar lo que escuchan, no siempre correctamente.

Las condiciones higiénicas son otro factor importante para el rendimiento académico de un alumno, la alimentación y el sueño son necesidades importantes para obtener un rendimiento adecuado, muchas veces los niños asisten a la escuela sin haber desayunado o con una ración muy escasa, lo que provoca una reacción en el organismo, como la baja de azúcar en la sangre, que determina en el niño un estado de pesadez y desatención general. El sueño es tan importante como el comer, si un alumno no satisface adecuadamente este rubro, es imposible que tenga un favorable rendimiento académico y esto lo lleva al fracaso escolar. Otro elemento es la sobrecarga de trabajos escolares, ya que el niño tiene la necesidad de tiempo para jugar y resulta necesario no imponer muchos deberes en casa, para evitar la fatiga mental del alumno y su antipatía hacia las tareas escolares (Tierno; 1993).

2.3.1.2. Condiciones fisiológicas

Los padecimientos componen una cierta exclusión para el normal avance de las actividades escolares y sobre todo, para el rendimiento académico de ellas.

“Son muy frecuentes las enfermedades crónicas que constituyen una evidente contraindicación para el normal desarrollo de las actividades escolares (por ejemplo, enfermedades crónicas cerebrales, cardíacas, diabetes, tuberculosis...). Hay padres ansiosos del progreso escolar de sus hijos, que los envían al colegio en plena convalecencia de enfermedades infecciosas. Estos niños se fatigan con facilidad y reaccionan frecuentemente con inestabilidad y agresividad” (Tierno;1993:35).

2.3.1.3. Capacidad intelectual

“La deficiencia intelectual suele ser lo primero en lo que se piensa cuando se halla uno frente al fracaso escolar. Representa una disminución, más o menos grave, de la capacidad intelectual, con dificultades en la psicomotricidad y en el comportamiento moral y social” (Tierno; 1993:36-37).

La deficiencia intelectual no siempre está ligada al fracaso escolar, ya que también se puede considerar que los niños llamados superdotados lo tengan, esto es porque en ocasiones tienen desinterés por el trabajo académico, ya que no satisface su nivel intelectual.

La capacidad de comprensión depende de circunstancias concretas, tanto personales, como familiares y sociales, donde el éxito o fracaso escolar obedece al provecho del alumno.

“Las pruebas con las cuales se cuenta sobre inteligencia indican que existe una correlación positiva, relativamente alta, entre la inteligencia y el aprovechamiento. Aunque es cierto que esa alta correlación es parcialmente una de las funciones de los tests que se usan para medir estas características (...), la correlación no deja de ser importante. Por lo general, los estudiantes brillantes aprovechan a un nivel mucho más alto que los estudiantes retardados. Los de habilidad normal, generalmente aprovechan mejor que los retardados, pero menos que los brillantes, aunque existe una sobreposición considerable” (Powell; 1975: 468-469).

Los elementos que intervienen en la correlación entre inteligencia y aprovechamiento son diversos: los problemas emocionales, habilidades no desarrolladas o de manera inadecuada entre otros, los cuales impiden que los alumnos no alcancen un nivel apropiado en su aprovechamiento.

2.3.1.4. Hábitos de estudio

Todo trabajo aumenta su eficiencia si es acompañado de hábitos, los cuales permiten el cumplimiento de las metas a pesar de las circunstancias cambiantes del entorno; el estudio no es la excepción. Al respecto, Secadas (citado por Sánchez de

Tagle y cols.; 2008: 2) “distingue cuatro aspectos diferentes que caracterizan los hábitos de estudio: 1) es un proceso informativo y formativo por su contenido, ya que al ser asimilado forma parte substancial del entendimiento; 2) requiere de actividades eficaces como repasar, controlar el rendimiento y elaborar una crítica constructiva; 3) requiere de circunstancias y condiciones externas que lo favorezcan como tener un horario y una secuencia ordenada de movimientos que acompañan a la acción, y 4) es algo condicionado, de carácter automático y rutinario”.

Alañon (citado por Sánchez de Tagle y cols.; 2008) considera que para que se tenga éxito o fracaso escolar, hay que tener en cuenta ciertos factores, como las condiciones ambientales de estudio, en las cuales pueden intervenir aspectos personales, familiares y el ambiente escolar, ya que dentro de lo personal se deben tener aspiraciones a ser mejor y estar consciente de que nada es fácil y todo requiere esfuerzo y constancia; también dentro de las condiciones ambientales, se debe considerar un lugar apropiado para estudiar o realizar un trabajo donde no se tengan distracciones, además de que sea cómodo e íntimo, donde la familia muestre comprensión y apoyo; adicionalmente, el alumno también debe tener un apropiado ambiente escolar, donde se requiere que esté atento en sus clases, para comprender y preguntar cuando existan dudas y sobre todo, se debe tener una planificación de estudio, donde se planeen horarios, haya una apropiada organización y se disponga de material de apoyo.

Todos los anteriores factores se pueden considerar como elementos que generan favorables hábitos de estudio, y por consecuencia, que el rendimiento académico de un alumno sea fructífero.

Los hábitos de estudio también dependen del núcleo familiar, en este sentido, cabe señalar que “un niño que ha crecido respetando límites, rutinas y hábitos (sueño, alimentación, higiene...) no presentará muchas dificultades cuando afronte la tarea de adquirir el hábito de estudiar. Sin embargo, aquel que no ha conocido rutinas, límites ni orden, le será muy difícil adquirir un hábito como el del estudio, que exige concentración y atención” (www.katalinerauso.org).

2.3.2. Factores pedagógicos

Diversos son los elementos que pueden influir en el rendimiento académico de un alumno, dentro de los pedagógicos se pueden considerar aquellos relacionados con el proceso de enseñanza-aprendizaje, en los cuales interviene la organización institucional, así como la didáctica y las actitudes que tiene el profesor dentro de dicho proceso.

2.3.2.1. Organización institucional

Los programas son las líneas del proceso educativo y su planeación debe efectuarse de la forma más cuidadosa.

Toda institución tiene una organización, una misión y una visión, con lo cual pretende lograr un objetivo planteado, en este sentido, es imprescindible un seguimiento continuo y cercano para evaluarlo constantemente y no solo al final del ciclo escolar.

Dentro de la organización institucional, es necesario considerar algunos aspectos como:

- Una exigencia estricta, en cuestión de valorar el desempeño del docente.
- Seguimiento respecto a los planes del centro educativo, donde los maestros cumplan con los planes y programas de estudio; en algunas instituciones se certifican para que el servicio sea adecuado.
- Un sistema de evaluación de la eficacia de los centros educativos y de la efectividad de cada profesor.
- En la planificación, respetar las respectivas especialidades de los profesores en relación con sus enseñanzas, examinar las características de los docentes, así como el perfil que tienen y, en su caso, ayudar para que enseñen adecuadamente.

Todos estos aspectos institucionales pueden llegar a afectar el rendimiento académico de los alumnos, ya que puede presentarse que el docente no cuente con el perfil adecuado para su tarea.

Por otra parte, algo de mucha relevancia dentro de una institución es el aspecto del nivel socioeconómico y cultural que existe dentro del contexto una institución.

Sin embargo, no siempre depende de estos aspectos, sino en el desempeño de los profesores, ya que en algunos casos el docente está fallando notablemente en el desempeño de sus funciones, en este caso la solución no está en que el educador se vuelva transigente y apruebe a todos sus alumnos para ocultar el fracaso de su enseñanza, sino más bien, en mejorar sus técnicas didácticas y así, tanto los alumnos como la institución tengan perspectivas de éxito (Alves; 1990).

Una investigación realizada por Piñero y Rodríguez (citados por Edel; 2003) postulan que “la riqueza del contexto del estudiante (medida como nivel socioeconómico) tiene efectos positivos sobre el rendimiento académico del mismo. Este resultado confirma que la riqueza sociocultural del contexto (correlacionada con el nivel socioeconómico, mas no limitada a él) incide positivamente sobre el desempeño escolar de los estudiantes. Ello recalca la importancia de la responsabilidad compartida entre la familia, la comunidad y la escuela en el proceso educativo” (Edel;2003:4).

Por esto es importante considerar que la institución cuenta con muchos factores que en determinado momento pueden llegar a influir en el desempeño de un estudiante y que el entorno de la misma también es algo determinante.

2.3.2.2. La didáctica

El tipo de metodología determina en gran parte el tipo de aprendizaje del alumno, qué pasos sigue el docente para que el estudiante siga el aprendizaje y se vea implicado en la valoración de su aprendizaje. “Hoy en día la expresión de pedagogía tradicional encubre el didactismo. La lucha entre la pedagogía tradicional y la pedagogía nueva es, en definitiva la lucha entre didactismo y los métodos activos” (Avanzini; 1985: 69-70).

En el mismo sentido, “el objetivo del didactismo es adaptar al niño a la escuela y no la escuela al niño: el programa y el reglamento están puestos como unas normas absolutas a las que debe someterse y plegarse; (...) la escuela obliga al niño a asimilar sus exigencias y de este modo realiza la identificación de las generaciones sucesivas” (Avanzini; 1985: 71).

En este orden de ideas, existe una influencia positiva del tiempo aprovechable, la asignación de tareas y las llamadas escuelas activas hacia el rendimiento académico, en las cuales se busca que el alumno adquiera el conocimiento, el cómo y para qué.

El uso de material didáctico, el impulso de la participación del alumno en el manejo de información y en la toma responsable de decisiones, son razones que impulsan su rendimiento académico.

El material didáctico debe ser atractivo e interesante para el grupo y sobre todo, debe cumplir con el objetivo del docente, para que de esa manera se favorezca el aprendizaje.

Algunas de las estrategias utilizadas por los docentes dentro del proceso educativo consisten en “lecturas del material de apoyo; después de verlo y analizarlo en clase, las tareas consistirán sobre todo en la elaboración de algún producto en el que el alumno aplique y demuestre lo aprendido. Puede tratarse, por ejemplo, de la redacción de un ensayo o de un trabajo, de la resolución de problemas no vistos en clase, de la resolución de estudios de caso, de la aplicación a situaciones profesionales, de la respuesta a cuestionarios, de la preparación de un debate, del diseño e instrumentación de una investigación, de prácticas o experiencias, etcétera” (Zarzar; 2000:36).

Todo este trabajo en el proceso de elaboración debe ser tomado en cuenta en la evaluación.

En este orden de ideas, dentro de un proceso de enseñanza-aprendizaje se consideran aspectos como la acreditación, la calificación y la misma evaluación.

“La acreditación es el aspecto administrativo-académico del sistema de evaluación. Consiste en determinar el nivel mínimo de aprendizajes, más abajo del cual la institución educativa no otorga el respectivo reconocimiento a un alumno. Puede tratarse de una materia (requisitos mínimos para aprobarla), de un año

escolar (requisitos mínimos para pasar de año) o de un plan de estudios completo (requisitos mínimos para otorgar el título, diploma o certificado correspondiente)". (Zarzar; 2000:36).

Por otra parte, "la calificación se refiere a la asignación de un número (o de una letra) mediante el cual se mide o determina el nivel de aprendizaje alcanzado por un alumno"(Zarzar; 2000: 37).

La evaluación, por otro lado, referida al "proceso de enseñanza-aprendizaje, significa analizar si este fue efectivo para el logro de los aprendizajes planteados, es decir, si de verdad se consiguió que los alumnos aprendieran lo que se esperaba que aprendieran. Significa ver cuáles aprendizajes se consiguieron y cuáles no, en qué nivel o medida se dieron, y cuáles fueron las causas o razones por las cuales este aprendizaje se dio o no" (Zarzar; 2000:40-41).

Se puede considerar que el aprovechamiento o rendimiento académico que un alumno haya alcanzado al finalizar un ciclo escolar o un proceso educativo, se va a ver influenciado por la didáctica que un docente utilice dentro de ese proceso.

2.3.2.3. Actitudes del profesor

El profesor siempre debe tener una actitud positiva, ser responsable y sobre todo, manifestar interés y preocupación por sus alumnos, además de que siempre requiere contar con una planeación para que el aprendizaje sea más significativo.

El docente es considerado como el principal agente directo del proceso educativo.

De acuerdo con Avanzini (1985:98) el maestro se constituye como un “mediador entre la cultura y el alumno, (...) incluso podría definirse la pedagogía como el conjunto de técnicas de mediación, es decir, de los métodos y procedimientos por los que se efectúa la transmisión”.

En muchas ocasiones el maestro da continuidad a la cultura, ya que su función no consiste propiamente en transmitir conocimientos, sino en propiciar en los alumnos el deseo de conocer.

Las características que debe tener el profesor, relacionadas positivamente con el rendimiento académico, según Zarzar (2000), son:

- Su escolaridad: la cual es de mucha relevancia para el adecuado desempeño.
- Su experiencia: que le permitirá realizar las tareas de una manera más eficiente y afectiva.
- Tener una capacitación adecuada y constante, que le permitirá innovar y hacer atractivo el aprendizaje.
- Una cercanía de su lugar de residencia a la escuela, esto para conocer el entorno, ya que los docentes desconocen el tipo de gente que hay

alrededor, por lo cual en ocasiones el trabajo no se ve apegado a las características de la institución.

- También es importante que se considere el conocimiento que el docente tenga sobre el tema, para que así sepa transmitirlo, ya que cuando no se tiene dicha cualidad, no se orienta adecuadamente al alumno, y sobre todo, que exista un interés en hacerlo.
- Además igualmente se debe considerar la experiencia en el manejo de material didáctico para que sea atractivo.
- Asimismo, se deben considerar las expectativas que tenga el docente con respecto al desempeño de los alumnos.

Sin embargo, también es importante considerar que “cuando un alumno se lleva mal con su profesor, esta desavenencia es suficiente para producir en él una especie de paralización y detención del trabajo escolar regular. Muchos podrían comprobar que, si hay una disciplina escolar cualquiera en la que no han salido adelante, es sin duda porque durante un año o más, han tenido profesores hacia los que sentían antipatía, casi odio; y esto ha producido la pérdida de interés por esta disciplina. Por ello algunos dejan de trabajar cuando cambian de profesor, mientras que otros, al revés, ven mejorar su nivel después de haber cambiado de centro o de clase” (Avanzini; 1985:100).

Esto es, que si la simpatía o la antipatía que se tiene hacia el maestro se transportasen a lo que enseña, constituirían el elemento decisivo del éxito o fracaso escolar.

Tanto las actitudes, como la didáctica que presenta un docente frente al proceso de aprendizaje, son relevantes para el rendimiento académico de un alumno, así como también el entorno institucional en el cual se desempeña. Este último punto se explica a continuación.

2.3.3. Factores sociales

Son aquellas causas cuyo origen descansa en los grupos sociales a los que el alumno pertenece. Los principales son la familia y los amigos.

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

2.3.3.1. Condiciones de la familia

Son dos las características familiares que están especialmente ligadas al desempeño del alumno, por un lado, el nivel socioeconómico y por el otro, el nivel cultural.

a) Nivel socioeconómico.

“Los padres de un nivel socioeconómico medio, y que están más tiempo con sus hijos y que los acompañan en sus actividades, facilitan la identificación, dichos padres promueven que sus hijos se motiven a imitar sus conductas instrumentales, las destrezas cognitivas y las habilidades para resolver problemas, ya que cuando los padres tienen ciertas habilidades, suelen inculcarlas a sus hijos” (Bustos, citado por Avanzini; 1985: 8).

La influencia familiar sobre las expectativas socioeconómicas del niño es amplia, cuando las esperanzas de los padres van enfocadas al aspecto económico, esto se ve reflejado en los hijos, ya que no consideran con relevancia la escuela o el estudio, sino a aquel elemento fundamental para la economía.

Al parecer, de esa manera se contribuye a materializar lo que comúnmente se conoce como el papel de la educación: reproducir el orden social existente.

b) Nivel cultural.

La cultura familiar es un pilar que puede apoyar el rendimiento académico del alumno en cuanto al valor dado a la educación. Las expectativas de familia ponen al descubierto el efecto de un conjunto de prejuicios, actitudes y conductas. Tales conceptos pueden resultar beneficiosos o desventajosos en la tarea escolar y sus resultados (Edel; 2003).

Si el nivel cultural de los padres es alto, la contribución escolar será una continuidad de la familia, en caso contrario, la continuidad no existe y la educación escolarizada parecerá irreal.

2.3.3.2. Los amigos y el ambiente

Los compañeros y amigos proporcionan el ambiente en el que una persona puede ser más o menos productiva.

De acuerdo con McClellan y Katz, “durante las últimas dos décadas se ha acumulado un convincente cuerpo de evidencia que indica que los niños alrededor de los seis años de edad al alcanzar un mínimo de habilidad social, tienen una alta probabilidad de estar en riesgo durante su vida. Hartup (1992) sugiere que las relaciones entre iguales contribuyen en gran medida no solo al desarrollo cognitivo y social sino, además, a la eficacia con la cual funcionamos como adultos, asimismo, postula que el mejor predictor infantil de la adaptación adulta no es el cociente de inteligencia (CI), ni las calificaciones de la escuela, ni la conducta en clase, sino la habilidad con que el niño se lleve con otros. Los niños que generalmente son rechazados, agresivos, problemáticos, incapaces de mantener una relación cercana con otros niños y que no pueden establecer un lugar para ellos mismos en cultura de sus iguales, están en condiciones de alto riesgo” (citados por Edel; 2003:8).

El apoyo social que ofrecen los que están alrededor del individuo, suministra una gran protección, seguridad, bienestar, entre otros beneficios. Brinda muchas situaciones que son atractivas.

También “proporcionará la fuerza y la confianza suficiente para superar el estrés y los inconvenientes que sufren los alumnos ante los temidos exámenes”(Requena; 1998: 234).

Las redes sociales o los grupos, vinculan a las personas internamente cuando son del mismo estatus, o en ocasiones de diferente nivel en la estructura social, tanto directa como indirectamente.

Dentro de las redes sociales, los beneficios que suelen darse es la información como bienes y servicios, o apoyo material o emocional. No obstante, también pueden proporcionar presiones, roces y, sobre todo, control social.

Los niveles intermedios (ni altos, ni bajos) de tamaño, densidad y homogeneidad de las redes serán más efectivos para la integración del estudiante en su entorno, lo que repercutirá en su rendimiento.

Por otra parte, “cuando las relaciones de amistad exceden tales límites, la consecuencia es que el alumno se integra en un grupo de iguales, el cual por definición está en conflicto con la jerarquía no igualitaria de la organización educativa” (Requena; 1998: 235).

Se puede considerar que dentro de cualquier proceso educativo, un factor determinante para un logro productivo es el rendimiento académico obtenido, para el cual, se deben tomar en cuenta diversos factores que influyen en el logro del mismo, y que algunos inciden en menor o mayor cantidad; como los factores personales que, como se indica, son propios de un individuo y afectarán o beneficiarán a un alumno, considerando tanto sus condiciones fisiológicas, como su capacidad intelectual y los hábitos que tenga o desarrolle hacia su estudio.

Otros elementos que influyen en el proceso educativo de un alumno sin lugar a duda son los sociales, ya que todo individuo se encuentra dentro de una sociedad, y condiciones como la familia, hacen repetir inconscientemente en algunos momentos patrones ya establecidos, además de que los amigos y el entorno en el cual se desenvuelve una persona, influye en las conductas, hábitos y actitudes que se generan en redes sociales.

Otro factor muy importante para el proceso educativo y el rendimiento académico dentro del mismo, es el aspecto pedagógico, ya que la organización de una institución, la didáctica empleada en ella y las actitudes que tiene los profesores engloban todo el proceso para que este pueda ser de calidad o deficiente.

Además de que el aspecto indicador para determinar significativamente el rendimiento académico de un alumno es la calificación, ya que esta determina de forma categórica dicho rendimiento.

Así pues, se puede decir que todo lo que rodea a un alumno puede influir en su rendimiento académico, el cual puede ser algo muy provechoso o llevarlo al fracaso académico.

Una vez expuestos los aspectos teóricos concernientes a las variables del presente estudio, se describirá en el capítulo siguiente el plan metodológico y la manera en que se llevó a cabo para dar cabal cumplimiento a los objetivos.

CAPÍTULO 3

METODOLOGÍA, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

El presente capítulo se divide en dos partes: en la primera se hará una descripción detallada de las características metodológicas del estudio, se expondrá el enfoque de la indagación, el tipo de investigación, así como su extensión y alcance. Posteriormente se describirá la relación de datos y el muestreo efectuado o la población elegida.

En la segunda parte se expondrá el análisis y la interpretación de los hallazgos de campo. Es decir, las mediciones obtenidas de las variables abordadas serán interpretadas desde la teoría expuesta en los dos capítulos anteriores del presente reporte de investigación.

3.1. Descripción metodológica

Existen dos enfoques que se han presentado a lo largo de la historia: el cuantitativo y el cualitativo, cada uno tiene raíces filosóficas y epistemológicas distintas, aunque por otra parte, comparten características específicas como las siguientes.

1. Llevan a cabo la observación y la evaluación de los fenómenos.

2. Establecen suposiciones, en las cuales se genera una idea a partir de lo que se investiga.
3. Cuando se concluye la investigación, se presentan los resultados, que siempre tienen un fundamento.
4. El investigador debe realizar un análisis donde la realidad se tiene que describir a detalle, de modo que derive en una conclusión.
5. Se hace la investigación y se exponen las limitaciones que se tienen, para lo cual se sugiere que se haga una investigación más a fondo o se realice otro tipo de estudio. Proponen líneas de seguimiento para que se amplíe el trabajo.

3.1.1. Enfoque cuantitativo

El presente estudio tomó como enfoque el cuantitativo, en el cual se analiza previamente la literatura que se va a utilizar. Enseguida se consideran las siguientes características relevantes del enfoque referido.

1. El investigador plantea un problema de estudio delimitado y concreto.
2. Cuando ya se ha planteado el problema de estudio, el investigador realiza una revisión de la literatura y construye un marco teórico, del cual proviene una o varias hipótesis y las somete a prueba mediante el empleo de los diseños de investigación. Si los resultados corroboran las hipótesis, se aportan evidencias favorables; si se niegan, se buscan mejores explicaciones y nuevas hipótesis.

3. Las hipótesis se generan antes de recolectar y analizar los datos.
4. Se realiza una recolección de los datos, los cuales se fundamentan en la medición; este trabajo se lleva a cabo al utilizar procedimientos estandarizados y aceptados por una comunidad científica. Para que una investigación sea creíble y aceptada por otros investigadores, debe demostrarse que se siguieron tales operaciones. Los fenómenos estudiados deben poder observarse.
5. Se deben realizar métodos estadísticos, ya que los datos son producto de mediciones que se representan mediante cantidades.
6. La investigación cuantitativa debe ser lo más objetiva posible.
7. Los datos generados, si se siguen con ciertas reglas lógicas, poseen los estándares de validez y confiabilidad.
8. Esta aproximación utiliza la lógica o razonamiento deductivo, que comienza con la teoría y así se derivan expresiones lógicas denominadas hipótesis, las cuales el investigador busca someter a prueba.

3.1.2. Investigación no experimental

Dentro de esta modalidad no se alteran o se manipulan las variables, el investigador no hace nada para modificar la reacción, se deja como está. En otros términos, se observan los fenómenos en su ambiente natural, las variables que se investigan están libres en su escenario cotidiano, ya que no se provocan posibles consecuencias.

3.1.3. Estudio transversal

Existen dos tipos de estudio según su extensión temporal: el longitudinal y el transversal o transeccional.

El longitudinal es un estudio que lleva más tiempo, ya que se recolectan datos en varios momentos; en cambio el estudio transversal lleva poco tiempo o se hace en un periodo determinado. Una característica de tipo longitudinal es cuando una variable se da a través del transcurso del tiempo y esto es un factor relevante, en cambio en el transversal solo se toma en un momento específico.

En este estudio, la autora del presente estudio tomó un diseño transversal, el cual, “consiste en recolectar datos de un momento, en un tiempo único, donde su principal propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado” (Hernández y cols.; 2010: 151).

Las características de este estudio, radican en que se pueden comprender diversos grupos o subgrupos de personas, así como diferentes situaciones o eventos.

3.1.4. Alcance correlacional

El alcance de estudio correlacional se basa en la forma en que se relacionan dos o más variables. “Este tipo de estudio tiene como finalidad conocer la relación o

grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en un contexto en particular” (Hernández y cols.; 2010: 81).

Esta modalidad consiste en un conjunto de valores que se relacionan con un segundo conjunto de valores de personas que forman un grupo; al evaluar el grado de asociación entre ellas, se mide cada una, después se cuantifica y se analiza la vinculación.

Es importante acentuar que la medición de las variables a correlacionar resulta de los mismos participantes, ya que no se puede hacer la correlación de mediciones de una variable con determinadas personas y la medición de otra variable efectuada en otras personas.

3.1.5. Técnicas de recolección de datos

Para recabar datos de la población, se utilizaron técnicas estandarizadas, con las cuales se midió la variable estrés.

Dichos recursos son instrumentos ya desarrollados por especialistas en la investigación, que pueden ser utilizados para la medición de las variables.

Algunas de las ventajas de las técnicas estandarizadas consisten en que ya tienen estudios estadísticos que prueban su confiabilidad y validez.

Esto es un requisito indispensable para la validación del proceso de investigación, el cual permite una evaluación rápida de los fenómenos a investigar.

El instrumento utilizado fue el test AMAS-A, el cual se describe a continuación. La Escala de Ansiedad Manifiesta en Adultos fue diseñada por los autores Reynolds y cols. (2007). Esta prueba está orientada hacia la detección y evaluación de la ansiedad en estudiantes universitarios, en consecuencia, incluye un número de reactivos que se dirigen de manera específica a la ansiedad ante los exámenes.

Dicha escala está diseñada para utilizarse en la evaluación del nivel de ansiedad que experimentan los individuos a lo largo del rango de edad que va desde la adultez temprana hasta la mediana edad tardía. Está normativizada para individuos de 19 a 59 años de edad.

Este instrumento fue estandarizado originalmente en Estados Unidos, sin embargo en el año 2006 se realizó una estandarización en México por parte de la Asociación Mexicana de Alternativas en Psicología (AMAPSI) contratada por la Editorial Manual Moderno.

Esta estandarización se llevó a cabo mediante la aplicación de 1466 cuestionarios a tres muestras poblacionales de cinco regiones en que fue dividido el país.

En cuanto a confiabilidad se obtuvo el coeficiente de confiabilidad .70 mediante los procedimientos de estabilidad temporal y de consistencia interna, en este último se utilizó la técnica Alfa de Conbrach.

El puntaje de .70 se considera suficiente para la medición de las variables psicológicas.

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

Para la medición de la variable rendimiento académico, se tomaron en consideración datos secundarios, concretamente, los registros académicos, los cuales se refieren a los puntajes institucionales que registran el rendimiento académico de los alumnos. Generalmente son las calificaciones escolares.

La medición del rendimiento académico de acuerdo con esta técnica no corresponde al investigador, él solamente recupera esa información, por lo que la validez de los datos está sujeta a terceras personas.

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

3.2. Descripción de la población y muestra

Se comenzará por definir el término de población, se hará una breve descripción de los sujetos de estudio así como de su delimitación.

3.2.1. Población.

“Una población es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones” (Hernández y cols.; 2010: 174)

La población de internos que se encuentra dentro de un sistema educativo dentro del Centro de Reinserción Social de Uruapan, Michoacán, está conformada por 255 alumnos, inscritos en diferentes programas educativos, de los cuales se tomó para realizar la muestra 149 alumnos del sistema de INEA (Instituto Nacional Educación para Adultos) ya que es el sistema que cuenta con una mayor población inscrita, de los cuales 130 son hombres y 19 mujeres divididos en nivel primaria y secundaria, el nivel primaria cuenta con 74 hombres y 11 mujeres y secundaria, con 56 hombres y 8 mujeres.

El nivel socioeconómico y cultural que existe dentro de la población educativa del Centro de Reinserción Social de Uruapan, Michoacán, es bajo, ya que en su mayoría provienen de zonas rurales, donde la necesidad de vida los lleva a dedicarse al trabajo desde muy temprana edad y por consecuencia, su nivel educativo es bajo, dado que no tienen la oportunidad de asistir a la escuela.

3.2.2. Muestra

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

También podemos definir a la muestra como “un subgrupo de la población de interés sobre el cual se recolectan datos, y que tiene que definirse o delimitarse de antemano con precisión, este deberá ser representativo de dicha población.” (Hernández y cols.; 2010:173).

El muestreo que se utilizó es el no probabilístico, el cual fue de tipo intencional, ya que el investigador elige a ciertos individuos para evaluar.

En las muestras no probabilísticas “la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de causas relacionadas con las características de la investigación o de quien hace la muestra” (Hernández y cols.; 2010:176).

La muestra está conformada por 130 sujetos, son 111 hombres y 19 mujeres divididos en nivel primaria y secundaria, el nivel primaria cuenta con 74 hombres y 11 mujeres y secundaria, con 56 hombres y 8 mujeres.

3.3. Proceso de investigación

Dentro de este apartado se indica la forma en que estructuró el estudio y se llevó a cabo la recolección de los datos.

Se comenzó por abordar el tema estrés, en el cual se profundizó sobre los antecedentes históricos del mismo, como sus enfoques teóricos y particularidades.

Se siguió con el tema de rendimiento académico, donde se inició por definir el concepto del mismo, así como los factores que influyen en él, y se fundamentó en la calificación como el principal indicador de dicha variable. El puntaje de calificaciones, como información de campo, se obtuvo de los alumnos del Centro de Reinserción Social de Uruapan.

Por último, se aplicó el test de AMAS-A (para adultos), para identificar los niveles de estrés de los alumnos del Centro de Reinserción Social de Uruapan, Michoacán, según los resultados arrojados de dicho test, para posteriormente analizarlos e identificar el grado de influencia que tiene el estrés sobre el rendimiento académico de los alumnos del Centro de Reinserción Social de Uruapan.

3.4. Análisis e interpretación de resultados

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

La estructura de este apartado se presenta en las siguientes categorías: primero se muestran los resultados de la variable rendimiento académico, se sigue con el análisis los resultados de la variable estrés y por último, se hace una descripción de los resultados obtenidos de la correlación entre las dos variables.

3.4.1. Rendimiento académico en los alumnos del Centro de Reinserción Social de Uruapan, Michoacán.

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

La calificación es un indicador importante del rendimiento académico, ya que establecer una evaluación es uno de los puntos más importantes dentro de todo proceso de enseñanza aprendizaje, donde el objetivo de la evaluación es valorar el avance y el logro de conocimientos alcanzados.

Respecto a los resultados obtenidos en el rendimiento académico de los alumnos de sistema de INEA (Instituto Nacional de la Educación de los Adultos) del grupo de nivel de primaria, se encontró que:

En cuanto al promedio general, se obtuvo una media de 9.3. La media es una medida de tendencia central que se define como la suma de un conjunto de datos, dividida entre el número de medidas (Elorza; 2007).

Asimismo, se obtuvo la mediana, que es el valor medio de un conjunto de valores ordenados: el punto abajo y arriba del cual cae un número igual de medidas (Elorza; 2007). El valor de la mediana fue de 9.6

La moda es la medida que muestra el dato que más se repite en un conjunto numérico (Elorza; 2007). En este grupo la moda en el rendimiento académico es de 10.

También se obtuvo el valor de la desviación estándar, como medida de dispersión, la cual muestra la raíz cuadrada de la suma de las desviaciones al cuadrado dividida, entre el número de datos (Elorza; 2007). El valor obtenido de esta medida es 0.86.

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

De acuerdo con los resultados presentados, se puede afirmar que el rendimiento académico del grupo de primaria es aceptable.

Adicionalmente se observa que las calificaciones de los alumnos no son muy variadas, puesto que la desviación estándar es pequeña, es decir, hay cierta homogeneidad en las calificaciones.

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

En cuanto al promedio general, se obtuvo una media de 9.1, el valor de la mediana fue de 9.1, en este grupo la moda en el rendimiento académico es de 9. También se obtuvo el valor de la desviación estándar, que en este caso es de 0.55.

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

De acuerdo con los resultados presentados, se puede afirmar que el rendimiento académico en este grupo también es aceptable.

3.4.2 El nivel de estrés en los alumnos del Centro de Reinserción Social de Uruapan, Michoacán.

De acuerdo con lo señalado por Hans Selye (citado por Sánchez; 2007) el estrés es la respuesta no específica del organismo a cualquier demanda del exterior.

En otra definición más específica, se entiende que estrés “es una respuesta adaptativa, mediada por las características individuales y/o procesos psicológicos, la cual es al mismo tiempo consecuencia de una acción, situación o evento externo que plantea a la persona especiales demandas físicas o psicológicas”. (Ivancevich y Matteson; 1985:23).

Se considera, de acuerdo con diversos autores, que la ansiedad es uno de los principales indicadores del estrés. Por lo cual en esta investigación se ha empleado esta medición realizada de los niveles de ansiedad en los sujetos de estudio, como indicadores de su nivel de estrés.

Respecto a los resultados obtenidos en estrés del grupo de nivel primaria, se encontró una media de 58, una mediana de 64, una moda de 69 y una desviación estándar de 26. Todo esto en medidas normalizadas en percentiles.

Los datos obtenidos en la medición del estrés en el grupo del nivel primaria se muestran en el anexo número 3.

De acuerdo con estos resultados, se puede afirmar que el nivel de estrés en los alumnos de este grupo se encuentra en un nivel ligeramente alto. Es decir, las medidas presentadas reflejan niveles generales de estrés por encima de lo normalmente esperado. Asimismo, se observa que hay bastante dispersión en los datos, puesto que la desviación estándar es alta.

Respecto a los resultados obtenidos en estrés del grupo de nivel secundaria, se encontró una media de 58, una mediana de 64, una moda de 53 y una desviación estándar de 27. Todo esto en medidas normalizadas en percentiles.

Los datos obtenidos en la medición del estrés en el grupo del nivel secundaria se muestran en el anexo número 4.

De acuerdo con estos resultados, se puede afirmar que el nivel de estrés en los alumnos del segundo grupo se encuentra ligeramente alto. Es decir, las medidas presentadas reflejan niveles generales de estrés por encima de lo normalmente esperado. Asimismo, se observa que hay bastante dispersión en los datos, puesto que la desviación estándar es alta.

3.4.3. Influencia del estrés sobre el rendimiento académico.

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

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

En la investigación realizada en el grupo de nivel primaria, de acuerdo con las mediciones, se obtuvieron los siguientes resultados:

Entre el estrés y el promedio general de calificaciones existe un coeficiente de correlación de 0.13 de acuerdo con la prueba “r” de Pearson.

Esto significa que entre el estrés y el rendimiento académico existe una correlación positiva débil (Hernández y cols.; 2010).

Para conocer la influencia que tiene el estrés en el rendimiento académico se obtuvo la varianza de factores comunes, en la cual, mediante un porcentaje se indica el grado en que la primera variable influye a la segunda. Para obtener esta varianza solo se eleva al cuadrado el coeficiente de correlación obtenido mediante la “r” de Pearson (Hernández y cols.; 2010).

El resultado de la varianza de factores comunes fue de 0.016, lo que significa que el estrés influye en un 2% al rendimiento académico.

Cabe mencionar que para considerar una correlación significativa, el porcentaje de influencia debe ser al menos del 10%.

Estos resultados se observan gráficamente en el anexo 5.

De acuerdo con estos resultados se confirma la hipótesis nula, la cual indica que el nivel de estrés no influye significativamente en el rendimiento académico de los alumnos del Centro de Reinserción Social de Uruapan, Michoacán.

En la investigación realizada en el grupo del nivel secundaria se encontraron, de acuerdo con las mediciones, los siguientes resultados:

Entre el estrés y el promedio general de calificaciones existe un coeficiente de correlación de -0.06 de acuerdo con la prueba de “r” de Pearson.

Esto significa que entre el estrés y el rendimiento académico existe ausencia de correlación (Hernández y cols.; 2010).

El resultado de la varianza de factores comunes fue de 0.0038, lo que alude a que el rendimiento académico se ve influido en un 0% por el estrés.

Estos resultados se observan gráficamente en el anexo 6.

De acuerdo con estos resultados se confirma la hipótesis nula, la cual señala que el nivel de estrés no influye significativamente en el rendimiento académico de los alumnos del Centro de Reinserción Social de Uruapan, Michoacán.

CONCLUSIONES

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

En cuanto a la corroboración de las hipótesis formuladas, se puede decir que la hipótesis nula se cumplió en el caso de ambos grupos del Instituto Nacional para la Educación de los Adultos (INEA) del Centro de Reinserción Social de Uruapan, Michoacán.

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

Los objetivos particulares número 4, 5 y 6, que hacen alusión al concepto de rendimiento académico, se alcanzaron al exponer su naturaleza y demás particularidades en el capítulo 2.

El objetivo particular 7, en el que se propone la medición del estrés, se cubrió con la administración del test Escala de Ansiedad Manifiesta en Adultos (AMAS), en su instrumento AMAS-A (para adultos), de Reynolds y cols.(2007), a la muestra indagada.

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

El logro de los objetivos particulares antes referidos permitió el alcance del objetivo general, el cual señala determinar el grado de influencia que tiene el estrés sobre el rendimiento académico de los alumnos del Centro de Reinserción Social de Uruapan, Michoacán.

Como hallazgos del presente estudio, se puede comunicar que en los sujetos estudiados no existe un nivel adecuado de estrés, puesto que es un poco alto.

Asimismo, en cuanto al rendimiento académico, se observó que se encuentran en un nivel aceptable.

Como consecuencia de los resultados obtenidos se puede proponer a la institución que implemente acciones tendientes a prevenir (afrontar) la presencia de estrés entre la población, de modo que los niveles de esta variable disminuyan a un rango normal.

BIBLIOGRAFÍA

- Aisrasian, Peter W. (2003)
La evaluación en el salón de clases.
Editorial McGraw-Hill, México.
- Alves de Mattos, Luiz. (1990)
Compendio de Didáctica General.
Editorial Kapelusz, Argentina.
- Avanzini, Guy. (1985)
El fracaso escolar.
Editorial Herder, España.
- Cascio, Andrés; Guillén, Carlos. (Coords.). (2010)
Psicología del trabajo.
Editorial Ariel, Barcelona.
- Elorza Pérez-Tejada, Aroldo. (2007)
Estadística para las ciencias sociales, del comportamiento y la salud.
Editorial Cengage Learning, México.
- Fontana, David. (1992)
Control del estrés.
Editorial Manual Moderno, México.
- Hernández Sampieri, Roberto; Fernández-Collado, Carlos; Baptista Lucio, Pilar. (2010)
Metodología de la investigación.
Editorial McGraw-Hill. México.
- Ivancevich, John; Matteson, Michael. (1985)
Estrés y trabajo
Editorial Trillas, México.
- Lazarus, Richard S.; Lazarus, Bernice N. (2000)
Pasión y Razón: la comprensión de nuestras emociones.
Editorial Paidós, España.
- Mendoza Calderón, Carlos Alberto. (2005)
La capacidad intelectual y su correspondencia con el rendimiento académico.
Tesis inédita de la Escuela de Pedagogía de la Universidad Don Vasco, A.C.
Uruapan, Michoacán, México.

Modelo de Educación para la Vida y el Trabajo (MEVyT). (2004)
Libro para el asesor del MEVyT.
SEP-CONEVyT-INEA. México.

Nowack, Kenneth M. (2002)
Perfil de estrés.
Editorial Manual Moderno. México.

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

Ponce Sánchez, Karla Magaly. (2010)
Influencia del estrés en el rendimiento académico en los alumnos del nivel
secundaria.
Tesis inédita de la Escuela de Pedagogía de la Universidad Don Vasco, A.C.
Uruapan, Michoacán, México.

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

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

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

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

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

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

HEMEROGRAFÍA

Barraza Macías, Arturo. (2003)

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

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

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

MESOGRAFÍA

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

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

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

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

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

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

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

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

Sánchez de Tagle, Herrera, Rafael; Osornio Castillo, Leticia; Heshiki Nakandakari, Luis; Garcés Dorantes, Leo Raymundo. (2008)

“Hábitos de estudio y rendimiento escolar en alumnos regulares e irregulares de la carrera de México cirujano de la FESI, UNAM”.

Revista Electrónica de Psicología Iztacala

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

Vol. 11 N° 2, Julio de 2008

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











