



Pontificia Universidad
Católica del Ecuador | Sede
Ambato

ESCUELA DE PSICOLOGÍA

Tema:

LA RELACIÓN DEL ESTRÉS ACADÉMICO Y LOS ROLES SOCIALES EN ESTUDIANTES DEL PROGRAMA ABC DE BACHILLERATO ACELERADO DE AMBATO

Proyecto de Investigación previo a la obtención del Título de Psicóloga Clínica

Línea de Investigación:

DESARROLLO HUMANO Y SALUD MENTAL

Autora:

EVELYN CAROLINA ALABUELA CARRERA

Directora:

MG. ANA ELIZABETH JARAMILLO ZAMBRANO

Ambato – Ecuador

Julio 2021

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR
SEDE AMBATO
HOJA DE APROBACIÓN

Tema:

LA RELACIÓN DEL ESTRÉS ACADÉMICO Y LOS ROLES SOCIALES EN ESTUDIANTES DEL PROGRAMA ABC DE BACHILLERATO ACELERADO DE AMBATO

Línea de Investigación:

DESARROLLO HUMANO Y SALUD MENTAL

Autora:

EVELYN CAROLINA ALABUELA CARRERA

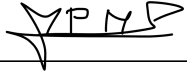
Ana Elizabeth Jaramillo Zambrano, Mg.

CALIFICADOR

f. 

Paúl Marlon Mayorga Lascano, Dr. Mg.

CALIFICADOR

f. 


Aitor Larzabal Fernández, Mg.

CALIFICADOR

f. 

Varna Hernández Junco, PhD.

DIRECTORA DE LA ESCUELA DE PSICOLOGÍA

f. 

Hugo Rogelio Altamirano Villarroel, Dr.

SECRETARIO GENERAL PUCE-A

f. 

Ambato – Ecuador

Julio 2021

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo: **EVELYN CAROLINA ALABUELA CARRERA**, portadora de la cédula de ciudadanía N° **1804423083**, autora del trabajo de graduación intitulado: “LA RELACIÓN DEL ESTRÉS ACADÉMICO Y LOS ROLES SOCIALES EN ESTUDIANTES DEL PROGRAMA ABC DE BACHILLERATO ACELERADO DE AMBATO”, previa a la obtención del título profesional de **PSICÓLOGA CLÍNICA**, en la escuela de **PSICOLOGÍA**.

1. Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.
2. Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través del sitio web de la Biblioteca de la PUCE Ambato, el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de la Universidad.

Ambato, Julio 2021



EVELYN CAROLINA ALABUELA CARRERA

C.I 180442308-3

DEDICATORIA

Se lo dedico a mis padres ustedes que son mi mano derecha, por mostrarme el camino hacia la superación, por permitirme aprender más de la vida a su lado, por sonreír ante todos mis logros que son el resultado de su ayuda.

Se la dedico al forjador de mi camino, a mi padre celestial, el que me acompaña en cada meta cumplida con su gran bendición.

A mis abuelitos Manuel, María y a mi tío Manuel por ser mis estrellas en el cielo por enseñarme el verdadero significado del amor, la nobleza, la generosidad, por guiarme con sabiduría y cuidarme siempre.

AGRADECIMIENTO

La vida se encuentra llena de retos, pero con el amor recibido, el sacrificio, la dedicación y la paciencia de mis padres en este largo camino transcurrido, que hoy, finalmente, culmina se ve refleja en la vida de un hijo.

Gracias a mi madre Elena y a mi padre Marcelo por ser los principales promotores de mis sueños, quienes me apoyaron incondicionalmente, gracias a ellos por cada día confiar, creer en mí y en mis expectativas.

Agradezco a mis profesores por transmitir en mí, sus conocimientos y el amor hacia esta linda profesión.

Finalmente, agradezco a la vida, a mi familia y a las personas especiales que transitaron conmigo, por el amor, el apoyo y la confianza en este difícil camino pero que sin duda es un triunfo.

RESUMEN

El objetivo de la investigación es determinar la relación existente entre el estrés académico y los roles sociales en estudiantes del programa ABC de bachillerato acelerado de la ciudad de Ambato. Dentro del proceso investigativo, los participantes fueron 100 estudiantes (39% hombres y 61% mujeres) entre 18 y 62 años, pertenecientes a una unidad educativa de la provincia de Tungurahua, específicamente de bachillerato intensivo quienes cursan el Segundo y Tercer Año de Bachillerato. Se aplicaron instrumentos: una Ficha Sociodemográfica y el Inventario SISCO de Estrés Académico ($\alpha = 0,90$). Los resultados demostraron niveles moderados–graves de estrés académico. Por otro lado, en el análisis correlacional, se dedujo ausencia de relación entre variables, por lo tanto, se concluye que, las variables demográficas tales como: la sobrecarga de tarea o trabajos escolares, las evaluaciones y la metodología impuesta por el profesor, como un predictor para que se genere estrés académico en los estudiantes analizados.

Palabras Clave: estrés académico, roles sociales, programa ABC

ABSTRACT

The aim of the study is to determine the relationship between academic stress and social roles in students of the ABC accelerated high school program of the city of Ambato. 100 students (39% men and 61% women) participated in the research process between 18 and 62 years old, from a school in the province of Tungurahua, specifically of intensive baccalaureate in the second and third year. The following instruments were applied: a sociodemographic file and the SISCO Inventory of Academic Stress ($\alpha = 0,90$). The results showed moderate-severe levels of academic stress. On the other hand, in the correlational analysis, it is as the absence of a relationship between variables. Therefore, it is concluded that: the demographic variables such as homework or schoolwork overload, the evaluations and methodologies imposed by the teacher, as a predictor academic stress development in the analyzed students.

Keywords: academic stress, social roles, ABC program

ÍNDICE DE CONTENIDOS

PRELIMINARES	
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD	iii
DEDICATORIA.....	iv
AGRADECIMIENTO.....	v
RESUMEN.....	vi
ABSTRACT	vii
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I. ESTADO DEL ARTE Y LA PRÁCTICA	7
1.1.Estrés	7
1.1.1.Definición de Estrés	7
1.1.2.Origen del término Estrés	7
1.1.3.El Estrés en la Actualidad.....	8
1.1.4.Clasificación de Estrés	9
1.1.5.Agente Estresor	11
1.1.6.Respuesta del organismo frente al Estrés	11
1.1.7.Fase de Adaptación frente al Estrés.....	12
1.2.Estrés Académico	12
1.2.1.Definición de Estrés Académico	12
1.2.2.Particularidades del Estrés Académico	13
1.2.3.Fases del Estrés Académico	14
1.2.4.Elementos del Estrés Académico	15
1.2.5.Tipos de Estresores Académicos	15

1.2.6.Signos y Síntomas del Estrés Académico	16
1.2.7.Estrategias de Afrontamiento del Estrés Académico	18
1.2.8.Modelos explicativos acerca del Estrés Académico.....	18
1.2.9.Adquisición del Estrés Académico.....	20
1.2.10.Implicación del sistema educativo frente al Estrés Académico	21
1.2.11.Implicación de los estudiantes en el Estrés Académico	23
1.2.12.Implicación del rendimiento académico en el Estrés Académico	24
1.2.13.Estructura del Sistema Educativo Ecuatoriano.....	25
1.2.14.Proyecto de Educación Básica para jóvenes y adultos EBJA	26
1.3.Roles Sociales.....	27
1.3.1.Definición de Roles Sociales.....	27
1.3.2.El modelo ecológico de Bronfrenbrenner.....	27
1.3.3.Conflicto y Ambigüedad de rol	29
1.3.4.Rol del docente y del alumno	30
1.3.5.Conflicto y Ambigüedad de rol en docentes	30
CAPÍTULO II. DISEÑO METODOLÓGICO.....	32
2.1.Metodología de Investigación	32
2.2.Técnicas e instrumentos	34
2.3.Procedimiento metodológico.....	45
CAPÍTULO III. ANÁLISIS DE RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	47
3.1.Análisis descriptivo de la evaluación psicológica	47
3.1.1.Análisis descriptivo de la Ficha Sociodemográfica sección Roles Sociales	47
3.1.2.Análisis descriptivo del Inventario SISCO de Estrés Académico	49

3.1.3. Análisis de las categorías del Inventario SISCO de Estrés Académico	50
3.1.4. Análisis correlacional entre el estrés académico SISCO y los roles sociales.....	52
CONCLUSIONES	56
RECOMENDACIONES	57
BIBLIOGRAFÍA.....	59
ANEXOS.....	65
ANEXO A: CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO	65
ANEXO B: FICHA SOCIODEMOGRÁFICA.....	66
ANEXO C: INVENTARIO SISCO DE ESTRÉS ACADÉMICO	69

INTRODUCCIÓN

Dicha investigación consiste en determinar la relación entre las variables de estrés académico y los roles sociales en estudiantes de bachillerato acelerado de la ciudad de Ambato, el cual, es un tema de relevancia, puesto que, una persona que se incorpora en los grados escolares experimenta tensión debido a causas externas o internas denominados “factores estresantes” relacionados al ámbito educativo. Por ello, se realizará un análisis de las referencias teóricas y prácticas de los términos estrés académico y roles sociales en estudiantes inmersos en el programa de ofertas extraordinarias de educación.

Con relación a los antecedentes teóricos, se menciona que, la palabra “estrés académico” desde tiempos arcaicos ha impactado en el ambiente educativo y en el estudiante, así como en la exploración de los “procesos cognitivos y afectivos que el estudiante percibe del impacto de los estresores académicos” (Mendiola, 2010, p.49). Como lo señalan, Alfonso, Calcines, Castillo, Monteagudo de la Guardia y Nieves (2015), el estudiante efectúa un sondeo de las circunstancias del contexto escolar y las encasilla como aspectos positivos o negativos a los que alega el manejo estrategias de afrontamiento que repercute competentemente o no; y aquellas se relacionan con emociones anticipatorias. Es decir, que los estudiantes tienden a desarrollar síntomas físicos y psicológicos propias de su vida académica, debido a los estresores del ambiente escolar.

Además, el estrés académico y los roles sociales perturban de modo significativo en el contexto educativo, puesto que, según Valencia (1993) “cada uno de nosotros juega muchos roles, y a menudo hay que poner prioridades. Cuando dos roles rivalizan por la prioridad se produce, también, un conflicto” (p.87). Como se observa, el conflicto de roles causa estrés simultáneamente dentro de todos los contextos en especial del educativo.

En la actualidad, se han revelado búsquedas contemporáneas y relevantes desarrolladas en el plano nacional e internacional encaminadas al estudio del estrés académico y los roles sociales, que se despliegan en el presente trabajo de investigación, en aquellas se estiman poblaciones de escolares con roles sociales diferentes.

En una publicación realizada por Arrellano y Bermúdez (2019) explica su estudio sobre la influencia del estrés académico y el rendimiento general, en estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro. La población objeto de estudio estuvo constituida por 80

casos, se escogió a la totalidad de la población y se utilizó el inventario SISCO de Estrés Académico (Barraza A – 2010). Se comprobó que existe una estrecha relación entre las variables de estudio antes mencionadas, la fuente se deriva de la presión académica del aula de clase que incita efectos en el rendimiento, además, afecciones físicas, psicológicas y comportamentales, concretamente, en la salud mental debido a que los estudiantes no saben cómo afrontar y distribuir correctamente el tiempo.

Por otro lado, un estudio de Castillo, Chacón de la Cruz y Díaz-Véliz (2016) consistió en determinar los índices de ansiedad y encontrar los orígenes del estrés académico en estudiantes de la carrera de Enfermería y Tecnología Médica de la Universidad de Chile. La población estuvo formada por 173 estudiantes de segundo año, se utilizó el cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo y el Inventario de Estrés Académico, alcanza como resultado altos índices de ansiedad y se resalta que los orígenes del estrés se dan por la sobrecarga académica, falta de tiempo para cumplir con sus responsabilidades académicas y la realización de exámenes.

En lo que respecta a roles sociales, a nivel internacional estudios realizados en la Facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro de Perú, Ruiz y Solís (2012) trabajaron con una población de 12 madres estudiantes de segundo a décimo semestre que sean responsables en su maternidad y con un alto rendimiento académico. Se manejó la entrevista y la observación documental, por ello, concluyeron que el ejercicio de la maternidad se da en condiciones difíciles, es decir, se observa que el rol de madre afecta su desempeño académico, se percibe estrés académico reflejado en sus notas y en la ausencia o abandono de las aulas de clases. Mientras que Naranjo (2009) sostiene que se emplean estrategias de distanciamiento, escape o evitación, si se consideran las personas incapaces de cambiar la situación.

De esta manera, se concluye que el respaldo investigativo de esta propuesta de investigación se realiza mediante las indagaciones expuestas que son citadas con el objetivo destacar la importancia y relevancia del tema de interés.

En la investigación actual existen condiciones múltiples problemáticas en los escolares bachilleres y se observa que las unidades educativas que rigen con el programa ABC existen problemas, entre ellos el estrés académico que genera reacciones físicas, psicológicas o comportamentales, y el no saber cómo afrontarlos, genera conflictos con los profesores, compañeros y demás personas dentro de su círculo social. Este conjunto de síntomas se evidencia al momento de responder hacia las

responsabilidades escolares y los roles desempeñados como seres sociales. En el Ecuador no existe investigaciones en donde, se relacione estas dos variables, sin embargo, el estrés académico según Rojas et al., (2015), lo define como “un proceso sistémico y adaptativo que desarrolla el alumno ante diversas situaciones estresantes” (p.5). Es decir, las exigencias y la adaptación a un nuevo estilo de vida, se encuentra expuesto a un nivel de estrés continuo. Como lo cita Berrío y Mazo (2011) “es el proceso de cambio en los componentes de enseñanza y aprendizaje, través de un conjunto de mecanismos adaptativos individuales e institucionales, producto de la demanda desbordante y exigida” (p.11). Es decir, el estrés sería considerado como un factor que altera la armonía individual y académica.

Variadas exploraciones respaldan dicha problemática como la de Caldera, Reynoso, Gómez, Mora y Anaya (2017) y la de Barraza (2007) en las que se deduce que los requerimientos académicos, la sobrecarga de tareas, labores en equipo, pruebas, competitividad entre alumnos, autoexigencia, intervención en la cátedra, exposiciones, complicaciones personales y familiares generan la aparición de estrés académico.

Debido a que la población seleccionada de bachillerato intensivo de la ciudad de Ambato es el objeto de estudio, ostenta rasgos equivalentes a las destacadas, se concluye que dicha población padece de una problemática semejante.

También, en este mismo segmento se ha evidenciado que los estudiantes, poseen un sinnúmero de roles sociales que según Valencia (1993) “el rol que desempeñamos en cada momento determina un tipo de relación. (...) En cada relación juego un rol. (...). En la vida social, los roles van asociados a unos “guiones” que organizan de alguna manera la vida social” (p.87). Como se ve, el rol social que percibimos como propio o ajeno nos guía en el comportamiento como seres humanos. Dicha investigación respalda la problemática entre la relación de roles como la de Fernández y Solari (2017) infiere que el estrés académico es usual en estudiantes, más todavía si se despliegan otros compromisos fuera de lo académico, ya sea a su doble o triple presencia y por ello presentan síntomas como alteraciones de sueño, apetito, inquietud y forma de afrontamiento.

El EA “estrés académico” aparentemente es provocado por la exigencia académica, la cantidad de tareas, relaciones entre compañeros, autoexigencia, problemas personales y familiares que estaría relacionado con los roles sociales debido a la doble o triple presencia que es percibido como

desagradable que genera conflictos con su círculo familiar, social, con sus compañeros y profesores.

Por este motivo en el presente trabajo, se estima como pregunta científica: ¿Existe relación entre el estrés académico y los roles sociales en estudiantes de bachillerato acelerado del programa ABC de la ciudad de Ambato?, la elegida pregunta de investigación será comprobada por medio de la utilización de técnicas e instrumentos psicológicos, además, de la investigación teórica.

Objetivo General:

- Determinar la relación existente entre el estrés académico y los roles sociales en estudiantes del programa ABC de bachillerato acelerado de la ciudad de Ambato.

Objetivos Específicos:

- Analizar la literatura sobre los aspectos relacionados con el estrés académico y roles sociales, en estudiantes de bachillerato.
- Evaluar la intensidad del estrés académico en los estudiantes de bachillerato de la ciudad de Ambato.
- Realizar un análisis estadístico que permita verificar la relación existente entre estrés académico y roles sociales.

En cuanto a la metodología concierne a un estudio descriptivo correlacional de corte transversal, no experimental, de tipo cuantitativo. La población de interés se compone por 100 estudiantes de Bachillerato Acelerado de la Campaña Todos ABC de la Unidad Educativa Luis A. Martínez, que cursan desde el segundo hasta el tercer año de bachillerato con edades comprendidas entre los 18 a 62 años de edad. En esta población han sido descritos ciertos rasgos como datos informativos, organización familiar, situación económica, aspectos de estudio y trabajo, estado de salud general e identificación de roles.

Conjuntamente, para esta investigación se utilizará dos herramientas: la Ficha Sociodemográfica para esquematizar los datos de los participantes, y el Inventario SISCO de Estrés Académico. Las propiedades psicométricas sirven para conocer si una indagación es confiable, por ello según Murphy y Davishofer (2006) “el SISCO tiene una confiabilidad por mitades de 0.87 y una confiabilidad en alfa de Cronbach de .90 estos valores son valorados como muy buenos o elevados” (citado en Barraza, 2007, p. 3). Es decir, este inventario es adecuado para medir estrés académico

debido a su confiabilidad dentro de una población. Es decir, que los instrumentos utilizados para la presente investigación servirán para comprobar los objetivos de estudio.

Hoy por hoy, la educación secundaria en el Ecuador ha enfrentado un cambio radical, el Ministerio de Educación (MINEDUC), ejecuta la Campaña Todos ABC, Alfabetización, Educación Básica y Bachillerato Monseñor Leonidas Proaño, con el objetivo de “movilizar a la sociedad para Alfabetizar, completar la educación Básica y dar Continuidad a la formación de los ecuatorianos durante toda la vida, para la potenciación de las habilidades y capacidades” (Ministerio de Educación, 2020, p.1). La campaña tiene un compromiso social con los ecuatorianos y brinda educación como fundamento principal en el crecimiento personal. Por ello, se desarrolla programas para conseguir que jóvenes y adultos con estudios no culminados finalicen sus estudios. Sin embargo, las reformas educativas han generado altos índices de estrés académico relacionado con los roles sociales, por ello es recomendable realizar proyectos investigativos que aspiren entender el comienzo de esta problemática.

Por este motivo, el proyecto de investigación busca brindar un aporte a la Escuela de Psicología de la PUCE Ambato y a la colectividad científica, puesto que, los niveles de estrés académico relacionado con los roles sociales son usuales en la población estimada. Autores como Naranjo (2009) mencionan que:

La población estudiantil puede sufrir de estrés durante el período lectivo, puesto que, se requiere de un proceso de adaptación, la ejecución de asignaciones extra clase, el cansancio cognitivo, los problemas de indisciplina, entre otros; situaciones que a su vez pueden ser indicadores de ciertos malestares en el ámbito escolar (p.185).

Es decir, los estudiantes son vulnerables a padecer de tensión física, malestar emocional y cambios en la conducta, lo cual, obstaculiza el desempeño académico.

La presente investigación toma valor, debido a que intenta revelar la relación entre estrés académico y roles sociales que repercuten en el ambiente escolar. Es por ello que la realización del presente proyecto permite brindar recomendaciones que accedan un mayor bienestar biopsicosocial dentro del colectivo estudiantil y docente de las Unidades Educativas del programa ABC.

Con respecto a todo lo expuesto, a continuación, se especificarán los capítulos que integrarán parte de este trabajo. En el capítulo uno, se desplegará la fundamentación teórica de las variables estrés académico y roles sociales con sus aspectos elementales, dentro del capítulo dos, se especificará la

metodología en base a su paradigma, tipo, modalidad, alcance y corte, así como datos pertinentes acerca de la población, asimismo, las técnicas e instrumentos empleados. Posteriormente, en el capítulo tres, se expondrán los resultados alcanzados a partir de los objetivos formulados en base a análisis estadísticos descriptivos y correlacionales para, finalmente, generar conclusiones relevantes alcanzadas y recomendaciones.

CAPÍTULO I. ESTADO DEL ARTE Y LA PRÁCTICA

1.1. Estrés

1.1.1. Definición de Estrés

El estrés es un tema de inquietud debido a las consecuencias en la salud física y mental como en el rendimiento del individuo. Naranjo (2009) aduce que “el estrés implica cualquier factor externo o interno que induce a un aumento en el esfuerzo por parte de la persona para mantener un estado de equilibrio dentro de sí misma y en relación con su ambiente” (p. 172). Lo cual, significa que la persona cuando valora sus propios recursos y posibilidades para afrontar situaciones percibidas como amenazantes, influye perjudicialmente en su calidad de vida.

Generalmente las personas reaccionan ante las situaciones de diferentes formas por los efectos negativos del estrés sean físicos, emocionales y comportamentales. Por ello, se utiliza recursos de afrontamiento que son evaluadas según su función de utilidad y lograr una descarga adecuada.

Blanco, Castillo, Castro, Downs y Romero (2015) infieren que:

El estrés se presenta cuando la persona identifica una situación o un encuentro como amenazante, cuya magnitud excede sus propios recursos de afrontamiento, lo cual, pone en peligro su bienestar. Se presentan de esta manera dos procesos: una valoración cognitiva del acontecimiento y un proceso de afrontamiento en el que la persona valora si la situación puede dañarla o beneficiarla, es decir, cuánto y cómo repercute en su autoestima (p. 11).

A partir de lo anteriormente señalado se concluye que, es importante detectar las fuentes de estrés, las diversas reacciones, el nivel de estrés asociado al malestar emocional y la tensión física para poder afrontarlo lo más pronto posible.

1.1.2. Origen del término Estrés

El estrés se origina desde la antigüedad no es un concepto nuevo (Rosales, 2014). La palabra estrés se relaciona con varias formulaciones teóricas de autores que determinan que la sobrecarga de situaciones estresantes demandantes provoca reacciones fisiológicas, psicológicas o comportamentales, lo cual, pone en peligro su bienestar. En otras palabras, Trucco (2012) señala

que los conflictos entre las facultades de aprendizaje y las exigencias del entorno origina estrés. Por lo tanto, el estrés se desemboca del entorno social del que es parte el individuo con una serie de síntomas físicos o psíquicos.

Con respecto al origen del “estrés”, autores como Román y Hernández (2011) han resumido que:

El estrés tuvo origen en el siglo XVII en el estudio de la física. Consecutivamente, Young definió al estrés como la respuesta intrínseca del objeto, inducida por la fuerza concurrente. Los primeros reportes de otras ciencias como la medicina pertenecen a Bernard a principios del siglo XIX observó que los organismos tienen un mecanismo de autorregulación que permite mantener estable su medio interno ante cualquier presión del ambiente externo. A comienzos del siglo XX Cannon lo describió como una reacción del organismo y que el estrés es el resultado de disturbios en el mecanismo homeostático. A mediados del siglo XX se reconoce la implicación del estrés como posible generador de enfermedades. Luego, Selye utiliza los términos estímulo, respuesta y agente estresor. A finales del siglo XX se añade el componente psicosocial y se reconoce la importancia del entorno. Lazarus incorpora la evaluación cognitiva y las estrategias de afrontamiento.

Como se observa, el término estrés se lo mencionó desde tiempos arcaicos utilizado en la física para referirse a un impulso intrínseco sobre un objeto y posteriormente es aplicado en otras ramas junto con el componente biológico, psicológico y social.

1.1.3. El Estrés en la Actualidad

El estrés comienza desde el afrontamiento de las situaciones sociales que desembocarían en elevados rangos de estrés y que repercuten en la salud y calidad de vida. Según la OMS (2004) menciona que “el estrés también, puede afectar al sistema inmunitario, reduciendo la capacidad del individuo para luchar contra las infecciones” (p. 9). Es por ello, que la reacción del estrés se encuentra intervenida dentro de las emociones, conductas y fisiología del ser humano.

Agregando, existe una relación entre el medio ambiente y los estímulos que funcionan como estresores. Sierra, Ortega y Zubeidat (2003) mencionan:

Hoy en día el término estrés hace referencia a una sobrecarga emocional que experimenta el individuo, vinculada a una exigencia desproporcionada del ambiente, y que se manifiesta en un estado de nerviosismo porque requiere un sobreesfuerzo por parte del individuo, poniéndole en riesgo de enfermar. En definitiva, el estrés es la respuesta fisiológica y psicológica del cuerpo ante un estímulo (estresor), que puede ser un evento, objeto o persona (p.48).

Como se ve, el estrés es un fenómeno que tiene enfoque fisiológico, orientación psicológica y psicosocial que llegaría a una psicopatología debido a los aspectos que para los sujetos son angustiosos o alarmantes y que crean malestar.

Desde la perspectiva psicológica, existen ciertas características individuales que permite que el estrés se manifieste con mayores o menores consecuencias en la vida de un individuo. Sierra, Ortega y Zubeidat (2003) afirman que “las características predisposicionales, las motivaciones, las actitudes y la propia experiencia, son claves para determinar la percepción y la valoración que hacen los sujetos de las demandas de distintas situaciones; esto acarrea los distintos estilos de afrontamiento” (p.47). Se dice que, los recursos personales controlarían las situaciones potencialmente estresantes.

1.1.4. Clasificación de Estrés

Chanes, Pérez y Castellano (2010) defienden múltiples derivaciones de estrés que producen al organismo agotamiento:

- **Estrés físico:** enlentece el funcionamiento corporal, afecta la salud y no permite que la persona se desempeñe “normalmente” en su rutina habitual.
- **Estrés psíquico:** disminución del rendimiento personal debido a desafíos considerados muy demandantes.

Espinoza, Pernas y González (2018) enuncian que de acuerdo al modo en que la persona difiera el estímulo externo, la respuesta logra ser:

- **Distrés:** tensión psíquica negativa que disminuye la realización de actividades habituales.
- **Eustrés:** tensión psíquica positiva que beneficia la activación para efectuar diligencias.

Según el grado de estrés se divide en tres clasificaciones (ver tabla 1) que se detallan, a continuación:

Tabla 1. Clasificaciones de estrés

<i>Estrés agudo</i>	<i>Estrés agudo episódico</i>	<i>Estrés crónico</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Forma de estrés común • Nace de los requerimientos y presiones del pasado reciente y del futuro cercano • Tiene un efecto agotador y es de corto plazo • Los síntomas más comunes son: agonía emocional, problemas musculares, estomacales e intestinales, sobreexcitación pasajera • Tratable y manejable 	<ul style="list-style-type: none"> • Estrés agudo con frecuencia • El estilo de vida y los rasgos de personalidad se asocian con este tipo de estrés • Estas personas se presentan demasiado agitadas, tienen mal carácter, son irritables, ansiosas y tensas • Los síntomas más comunes son: dolores de cabeza tensos y resistentes, migrañas, hipertensión, dolor de pecho y enfermedad cardíaca • Demanda la intervención médica y psicológica 	<ul style="list-style-type: none"> • Estrés agotador • Proviene de experiencias traumáticas y el peor aspecto es que las personas se acostumbran a él, llegando hasta a una crisis nerviosa final y fatal • Es el estrés de las exigencias y presiones implacables durante períodos aparentemente interminables • Destruye al cuerpo, la mente y la vida, hace estragos por el desgaste a largo plazo, brota cuando una persona no encuentra salida a un escenario deprimente • Difíciles de tratar y requieren tratamiento médico y de conducta y manejo del estrés

Fuente: American Psychological Association 2010, p.1

Se destaca otros tipos de estrés que presentaría la persona entre ellos (ver tabla 2):

Tabla 2. Otros tipos de estrés

- **Estrés por supervivencia:** se relaciona con enfermedades que provocan estrés físico y emocional. Son situaciones que el individuo percibe como "imposibles de superar".
- **Estrés químico:** el consumo de ciertos alimentos que producen cambios químicos en cuerpo creando un desbalance porque está en condiciones de desventaja al momento de enfrentar los factores estresantes.
- **Estrés laboral:** ocasionado por condiciones de sobre exigencia y la competitividad que violentan la resistencia física o la dignidad de las personas dentro del entorno laboral.
- **Estrés por factores ambientales:** aquí entran en juego todos los factores de una crisis social, como por ejemplo, la contaminación acústica, la violencia social, etc., que no dependen de la decisión individual.
- **Estrés por intoxicación:** se provoca por el consumo de drogas, ya sean legales o ilegales y provocan un deterioro físico que inhibe el cuerpo a reaccionar de manera normal ante los estresores.
- **Estrés por factores hormonales:** una descompensación hormonal provoca una respuesta inadecuada al estrés, haciendo que las personas se tornen vulnerables al estrés.

- **Estrés académico:** se produce con la finalidad de adaptar al organismo ante algunos hechos que suceden durante la vida académica, permite realizar una actividad con mayor expectativa sin permitir el agotamiento fácil y dando mayor capacidad de concentración.
- **Trastorno por estrés postraumático:** se produce por la exposición a un acontecimiento estresante y extremadamente traumático, donde el individuo se ve envuelto en hechos que representan un peligro real para su integridad física, no se presenta de manera inmediata a los acontecimientos sino pasado un tiempo de seis meses de suscitado el acontecimiento.

Fuente: Albuja, 2012, p.14-15

Finalmente, hay múltiples causas que forman el estrés, de acuerdo a problemas en esferas ambientales, laborales, académicas, en aspectos personales, familiares o de cualquier contexto que sea percibido como nociva y que lleve al colapso del organismo.

1.1.5. Agente Estresor

Los desencadenantes del estrés estarán vinculados al entorno físico, al propio cuerpo, a estresores mentales o sociales. Por ello, Daneri (2012) define al agente estresor como “cualquier cosa que nos aleje a nuestro cuerpo del estado de balance homeostático y la respuesta al estrés es el intento de nuestro cuerpo por restablecerlo” (p.5). Se infiere que, el agente estresor varía de acuerdo a la percepción, a la intensidad, al momento, el lugar y otros aspectos que determinarán la reacción del individuo frente a circunstancias que desencadenen el estrés.

El agente estresor obedece a diferentes factores, es decir, las consecuencias dependen de la apreciación del impacto social, del hecho traumático, de la realidad con la que se percibe el estímulo, de los efectos sobre la salud. En conclusión, el agente estresor se estructura según distintas causas y así se determina el nivel de afectación que tiene el individuo.

1.1.6. Respuesta del organismo frente al Estrés

La manera en cómo el organismo responde al estresor desembocarán en una serie de reacciones. Como lo indican Duval, González y Rabia (2010):

- Primero, la recepción del estresor y filtro de las informaciones sensoriales por el tálamo.
- Luego, la programación de la reacción al estrés pone en juego el córtex prefrontal (implicado en la toma de decisión, la atención, la memoria a corto plazo) y el sistema

límbico por un análisis comparativo entre la nueva situación y los “recuerdos”: la respuesta se hará en función de la experiencia.

- Finalmente, la activación de la respuesta del organismo (vía la amígdala [memoria emocional] y el hipocampo [memoria explícita]). Esta respuesta pone en juego el complejo hipotálamo-hipofisario, así como la formación reticular y el locus coeruleus (p.308).

De lo expuesto se señala que, la primera respuesta del organismo frente al estrés es la activación de reacciones fisiológicas y si esta respuesta se conserva se induce a síntomas físicos, psicológicos, emocionales; y, finalmente, alteraciones en la conducta.

1.1.7. Fase de Adaptación frente al Estrés

La adaptación opera como mecanismo de defensa para lograr la homeostasis y advertir deterioros. En la fase de resistencia o llamada defensa, las suprarrenales producen cortisol para mantener el nivel de glucosa sanguínea, así también, la adrenalina suministra energía y el cortisol asegura reservas (Duval et al., 2010). Se destaca que, si el estrés es un constante en la vida del individuo el organismo sufrirá consecuencias y el afrontamiento ante estos estímulos estresores serían menos eficaces.

1.2. Estrés Académico

1.2.1. Definición de Estrés Académico

El estrés académico sucede en todos los medios y ambientes educativos, debido a exigencias escolares comunes. Es así que, Berrío y Mazo (2011) lo define como:

La gran mayoría de los estudiantes experimentan un grado elevado de estrés académico, pues tienen la responsabilidad de cumplir las obligaciones académicas; experimentan en ocasiones sobrecarga de tareas y trabajos; y, además, la evaluación de los profesores, de sus padres, y de ellos mismos sobre su desempeño (...). Esta gran activación puede redundar de modo negativo tanto en el rendimiento en los diferentes compromisos académicos, como en la salud física y mental de los estudiantes (p. 69).

De acuerdo a lo mencionado, lo que experimenta el estudiante es la razón por, la cual, existe una desadaptación en el rendimiento escolar y en el desequilibrio físico o mental, el estrés es agobiante. Autores como Martín (2007) conceptualizan al estrés académico como un “complejo fenómeno que implica la consideración de variables interrelacionadas: estresores académicos, experiencia subjetiva de estrés, moderadores del estrés académico; y, finalmente, efectos del estrés académico. Todos estos factores aparecen en un mismo entorno organizacional” (p.89). El estrés académico tiene una doble cara como motivador dentro del rendimiento escolar y perjudicial por la ansiedad que provoca al momento de la responder a las demandas académicas. Por consecuencia, se afecta el sistema orgánico si el alumno que se encuentra en la fase de alarma constantemente.

López (2009) desde una orientación psicoanalítica reflexiona que “la motivación se le concibió como fuerza interna o fuente de energía que dirigía las actividades hacia los objetos, los cuales, se distinguían por sus propiedades gratificantes y porque permitían la liberación de energía sobrante en el organismo” (p.10). Como se observa, una persona en estado de tensión, en la fase de resistencia tiene que automotivarse para cumplir actividades escolares, sin embargo, las consecuencias negativas son las mismas, con perjuicio con la vida laboral, académico, social y familiar.

1.2.2. Particularidades del Estrés Académico

El estrés académico se da mediante una dependencia dinámica entre el ambiente (factores) y la persona que activa la fase de alarma (estrés). Dentro de la institución las actividades académicas llegan a ser desbordantes y reducen el rendimiento exitoso en el aula de clase. A continuación, se indica los factores de la escala de estresores académicos (ver tabla 3).

Tabla 3. Factores de la Escala de Estresores Académicos

-
1. Deficiencias metodológicas
 2. Sobrecarga del estudiante
 3. Intervenciones en público
 4. Clima social negativo
 5. Falta de control sobre el propio rendimiento académico
 6. Carencia de valor de los contenidos

7. Baja autoestima académica
8. Exámenes
9. Falta de participación en el propio trabajo académico

Fuente: Tomada de Vizoso y Arias, 2016, p. 92.

De acuerdo al postulado anteriormente, estos factores o estresores académicos, emergen en las instituciones educativas, que se exteriorizan en las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales y sobre todo está caracterizado en la baja eficacia de las actividades. Dichos estresores son percibidos como estrés de corta duración o estrés intenso que afectan negativamente en el bienestar y rendimiento.

1.2.3. Fases del Estrés Académico

Por su parte Selye (1955, como se citó en Duval et al., 2010) “habla de reacción de alarma. El estrés activa un conjunto de reacciones que implican respuestas conductuales y fisiológicas que permiten al organismo responder al estresor de la manera más adaptada posible” (p. 27-28). Así también, definió al “Síndrome General de Adaptación” como el desequilibrio que se despliega en tres etapas (ver tabla 4).

Tabla 4. Etapas del Síndrome General de Adaptación (SGA)

-
- **Fase de alarma:** el organismo se percata del agente nocivo (estresor), activa su sistema nervioso simpático y la corteza y médula de las glándulas suprarrenales (que secretan glucocorticoides y adrenalina) para movilizar los recursos energéticos necesarios que harán frente a la situación.
 - **Fase de resistencia o adaptación:** organismo hace frente al estresor; para ello utiliza los recursos energéticos disponibles y, al mismo tiempo, los sistemas y órganos innecesarios para sobrevivir a la emergencia disminuyen sus funciones.
 - **Fase de desgaste:** se caracteriza por imposibilidad del organismo para hacer frente al agente estresor debido al enorme requerimiento y desgaste energético. Por lo tanto, si el estresor continúa activo, el organismo desarrolla múltiples patologías e incluso puede llegar a la muerte.
-

Fuente: Hans Selye, 2002. Citado en Barraza, 2007, p.6.

De lo anteriormente señalado se desprende que, una situación amenazante despliega las tres fases del SGA. En la primera fase de reacción aparece síntomas físicos como dificultades respiratorias, taquicardia e inquietud motora frente al medio estresante académico, en la segunda fase de

resistencia o adaptación aparecen síntomas como irritabilidad, ansiedad e impaciencia frente al desgaste del organismo para sobrevivir y hacer frente al contexto académico; y, en la tercera fase de desgaste el individuo agota todos sus recursos de afrontamiento, ya no, es eficaz en su desempeño normal en el ámbito educativo.

1.2.4. Elementos del Estrés Académico

Barraza (2006) afirma que se reconocen “tres componentes sistémico-procesuales del estrés académico: estímulos estresores (input), síntomas (indicadores de desequilibrio sistémico) y estrategias de afrontamiento (output)” (p. 119). Es decir, los elementos del estrés académico se componen de factores situacionales o externos como factores personales o internos, es decir, los agentes estresores que son las demandas académicas, los efectos del estrés que son los distintos factores estresantes del ámbito escolar y las afectaciones que provocan desequilibrio; y, finalmente, las estrategias de afrontamiento que son los recursos precisos para afrontar dichas demandas de estudio.

1.2.5. Tipos de Estresores Académicos

Como inferencia conocemos que el estrés se da como reacción de estímulos o factores ambientales, que es designado, como agente estresor, es así que Peñacoba y Moreno (1999) sugieren que “el inicio del proceso de estrés se plantea cuando el individuo se enfrenta a un estresor, pudiendo ser este un suceso vital, un suceso menor, estrés crónico o la combinación de ellos. Los eventos o sucesos vitales se definen como circunstancias que requieren un ajuste por parte de los individuos, debido fundamentalmente a cambios en su entorno” (citado en Quezada y González, 2012). Es decir, el factor del entorno depende de la valoración del sujeto; y, aun así, causa la respuesta de alarma. Autores como Arribas (2013) manifiesta que:

Los estresores académicos corresponden a aquellas demandas propias del contexto académico en las que no intervienen de forma significativa aspectos externos a la vida académica. Tras el análisis de investigaciones sobre fuentes generadoras de estrés académico y la intensidad con las que las perciben los estudiantes, concluyó que entre los

principales estresores se encuentran: las demandas que generan las tareas académicas y falta de tiempo para su realización, sobrecarga académica, exámenes o evaluaciones y el excesivo número de horas dedicadas a las clases, lo cual, limita el tiempo para estudiar y realizar trabajos (p.3).

Como se ve, los estresores provenientes de las realidades académicas aquejan en la actividad escolar y una constante insatisfacción que provoca en el desempeño.

A continuación, se presenta los diferentes estresores académicos (ver tabla 5).

Tabla 5. Estresores académicos

<i>Barraza (2003)</i>	<i>Polo, Hernández y Pozo (1996)</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Competitividad grupal • Sobrecarga de tareas • Exceso de responsabilidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Realización de un examen • Exposición de trabajo en clase • Intervención en el aula (responder a una pregunta del profesor, realizar preguntas, participar en coloquios, etc.)
<ul style="list-style-type: none"> • Interrupción del trabajo • Ambiente físico desagradable 	<ul style="list-style-type: none"> • Subir al despacho del profesor en horas de tutorías • Sobrecarga académica (excesivo número de créditos, trabajos obligatorios, etc.)
<ul style="list-style-type: none"> • Falta de incentivos • Tiempo limitado para hacer el trabajo 	<ul style="list-style-type: none"> • Masificación de las aulas • Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades de las aulas
<ul style="list-style-type: none"> • Problemas o conflictos con los asesores • Problemas o conflictos con tus compañeros 	<ul style="list-style-type: none"> • Competitividad entre compañeros • Realización de trabajos obligatorios para aprobar las asignaturas (búsqueda de material necesario, redactar el trabajo, etc.)
<ul style="list-style-type: none"> • Las evaluaciones • Tipo de trabajo que se te pide 	<ul style="list-style-type: none"> • La tarea de estudio • Trabajar en grupo

Fuente: Barraza 2005. Citado en Barraza y Silerio 2008, p.273.

Entonces, el estrés académico depende de múltiples variables de acuerdo al contexto de dispersión del sujeto en la esfera educativa congruente a la percepción del ambiente social. Estos factores obstaculizan con el rendimiento sea laboral, escolar y social. Es decir, la relación de la apreciación del contexto educativo y las expectativas personales congruente con las exigencias es la principal fuente de estrés académico.

1.2.6. Signos y Síntomas del Estrés Académico

La clasificación se realiza en tres dimensiones: físicos, psicológicos y emocionales debido a las demandas académicas que produce desequilibrio ante los estresores académicos (ver tabla 6).

Tabla 6. Síntomas y signos del estrés

<i>Físicos</i>	<i>Psicológicos</i>	<i>Emocionales</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Cefalea • Dolor de espalda • Dolor de mandíbula • Contracturas musculares • Diarrea • Estreñimiento • Acidez • Flatulencia • Elevación de la presión arterial • Taquicardia • Hiperhidrosis • Palpitaciones • Mareos • Vértigo • Dificultades respiratorias • Insomnio • Dolor torácico • Fatiga • Subida y bajada de peso • Indigestión • Disfunción sexual • Inquietud motora 	<ul style="list-style-type: none"> • Incapacidad para concentrarse • Hipervigilancia • Incapacidad para recordar • Desapego • Enajenación • Inquietud • Impaciencia 	<ul style="list-style-type: none"> • Ira • Irritabilidad • Ansiedad • Miedo • Restricción afectiva • Depresión • Hostilidad

Fuente: Albuja, 2012, p.17.

De acuerdo a lo previamente indicado, la sintomatología física afecta en el rendimiento del estudiante en su capacidad para concentrarse en las actividades planteadas en el curso escolar, afecta a su esfera emocional tanto como a su sistema orgánico. Las consecuencias psicológicas afectan a la persona cuando los síntomas se normalizan y viven en constante estrés, genera problemas personales graves que se relacionan con el tipo de personalidad y las herramientas que poseen para afrontar los acontecimientos desfavorables. Las consecuencias comportamentales causan conflictos con sus pares debido a que no utilizan estilos de comunicación adecuados que impiden un clima educativo cálido. Es decir, la persona que desempeña el rol de estudiante presenta síntomas y signos físicos, emocionales y comportamentales, puesto que, si persiste se convierte en nociva en el ámbito educacional.

1.2.7. Estrategias de Afrontamiento del Estrés Académico

Las estrategias de afrontamiento son manejadas por el individuo en circunstancias de su vida y en distintos escenarios. En 1986, Lazarus y Folkman define al afrontamiento como los “esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes, que se desarrollan para manejar las demandas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (p. 164). En el área académica se utilizan estrategias de afrontamiento con el fin principal de que las consecuencias conciban un estrés sobrellevable (ver tabla 7).

Tabla 7. Estrategias de afrontamiento

Afrontamiento directo
Búsqueda de apoyo social
Planificación y solución del problema
Reevaluación o interpretación
Autocontrol
Escape o evitación
Distanciamiento
Aceptación
Distractores
Redefinición de la situación
Desahogo de emociones
Relajación
Religión
Catarsis
Conductas de autocuidado
Consumo de alcohol
Refrenar o posponer el afrontamiento

Fuente: Reynoso y Nisenbaum, 2002. Citado en Díaz 2015, p.29.

De acuerdo a lo anteriormente citado se infiere que, existe un sinnúmero de estrategias de afrontamiento para confrontar las demandas académicas (agente estresor), el alumno genera un esquema de comportamiento para manejar situaciones desbordantes, cada clase de estrategia son de carácter funcional/beneficiosa y/o disfuncional/perjudicial.

1.2.8. Modelos explicativos acerca del Estrés Académico

Modelo clínico del Estrés Académico

El Diccionario de la Lengua de la Real Academia Española (DRAE) (1984) la describe como una “situación de un individuo o de alguno de sus órganos o aparatos que, por exigir de ellos un rendimiento superior al normal, les pone en riesgo próximo a enfermar” (citado en Rivera, 2010, p. 2). Es decir, los factores sociales que percibe el individuo ocasionan una serie de síntomas orgánicos, que origina el aparecimiento del estrés académico. Por tal razón, el DSM (Manual de Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales) y el CIE (Clasificación Internacional de Enfermedades) clasifica a los trastornos del estrés de acuerdo a criterios clínicos basado en el campo psicopatológico. El estrés explicado clínicamente se enfoca en los síntomas que detienen en el desarrollo normal del sujeto.

Modelo cognitivo-conductual del Estrés Académico

Se concentra en la funcionalidad o disfuncionalidad en el proceso de indagación de la dinámica psíquica. Escritores como Spinetto (2014) indican que “aquellos pensamientos que se activan automáticamente durante el procesamiento mental, que tienen ciertos sesgos, influyen en el aparecimiento de síntomas estresores. La persona analiza el mundo, el sí mismo y las interacciones con el afuera de forma sesgada” (p. 9). Se concluye que, el sujeto a ser expuesto frente a agentes estresores sean estos provenientes de ámbitos académicos genera cogniciones disfuncionales y sesgadas que producen malestar. Para este modelo es significativo los esquemas mentales en la interacción con el exterior.

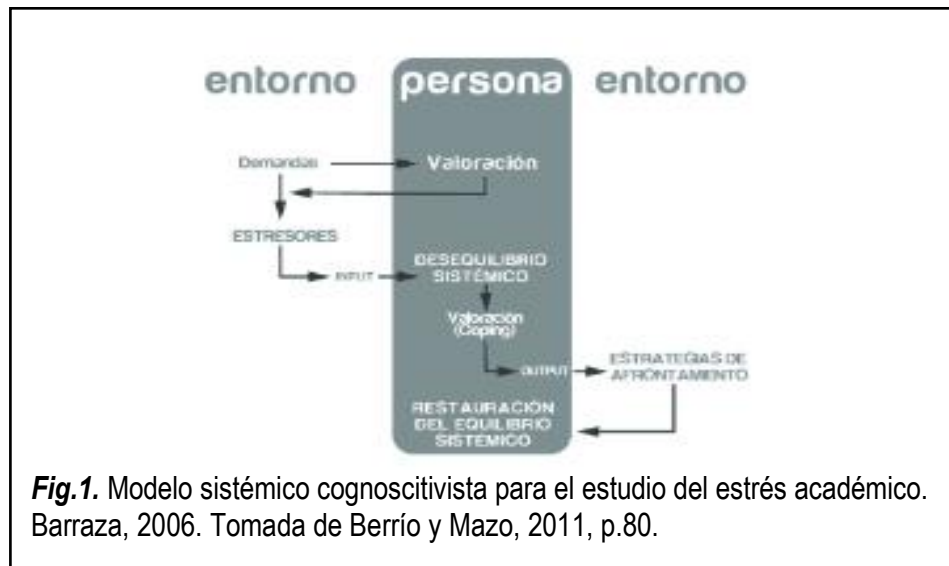
Modelo sistémico cognoscitivista del Estrés Académico

El estrés académico emerge frente a diversas demandas o exigencias y ante aquellos estresores valora mecanismos de acción. Por ello, Barraza (2006) expone este modelo como:

Un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta a) cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores (input); b) cuando estos

estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio); y, c) cuando este desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento (output) para restaurar el equilibrio sistémico (p. 10).

Es decir, tanto la relación entre el individuo y lo que le rodea ocasionan el apareamiento de estrés académico, y es en el momento que se desarrolla las estrategias de afrontamiento ante estímulos estresores para lograr el objetivo de restauración del equilibrio sistémico (ver figura 1).



En el ámbito escolar, el rol de alumno está inmerso en las demandas de las instituciones educativas y en donde el sujeto pondría en práctica mecanismos para responder demandas. Estas demandas o exigencias son: los horarios, el calendario escolar o relacionadas con el docente y grupos de compañeros. La situación estresante se manifiesta mediante indicadores físicos, psicológicos o comportamentales y para poder intervenir, el alumno realiza una evaluación a nivel cognitivo de la experiencia. Para este enfoque resalta la importancia de la interacción del sujeto con la situación amenazante.

1.2.9. Adquisición del Estrés Académico

Se da en tres momentos la adquisición del estrés académico, según Cerna (2018) menciona que los estudiantes “están sometidos a actividades variadas y de distintos niveles de complejidad, como la competitividad grupal, el exceso de trabajos, así como el tiempo limitado para realizarlos, los exámenes, entre otros y muchas veces no presentan los recursos necesarios para afrontar dichas demandas” (p.39). A continuación, se relata paso a paso el proceso de adquisición del estrés académico de los sujetos que cumplen el rol de alumno (ver tabla 8).

Tabla 8. Proceso de adquisición del estrés académico

Primer momento: el estrés académico se presenta debido a la carga de actividades académicas como la complejidad y cantidad de los trabajos y el tipo de actividades dadas por los docentes, la exigencia académica y las actividades extra-académicas que tienen los estudiantes como la vida laboral o los roles que deban asumir en su vida familiar.

Segundo momento: debido al estrés académico, muchos estudiantes presentan reacciones físicas, así como reacciones psicológicas

Tercer momento: de la percepción o valoración que los estudiantes en este caso tengan del estrés académico y de los recursos con los que cuenten para afrontar dichas situaciones, dependerá si se enfrentan asumiendo como un reto o como una amenaza para su desequilibrio emocional.

Fuente: Modificado a partir de Cerna (2018), p.28.

Mediante lo citado previamente se deduce que, el estrés académico aparece en los grupos estudiantiles de las unidades educativas, las exigencias académicas para los alumnos actúan como agentes estresores, consecuentemente el alumno viéndose sometido en este ambiente de tensión produce un desequilibrio físico, psicológico o comportamental y para afrontar este episodio se procesa diferentes estrategias de afrontamiento para confrontar al agente estresor.

1.2.10. Implicación del sistema educativo frente al Estrés Académico

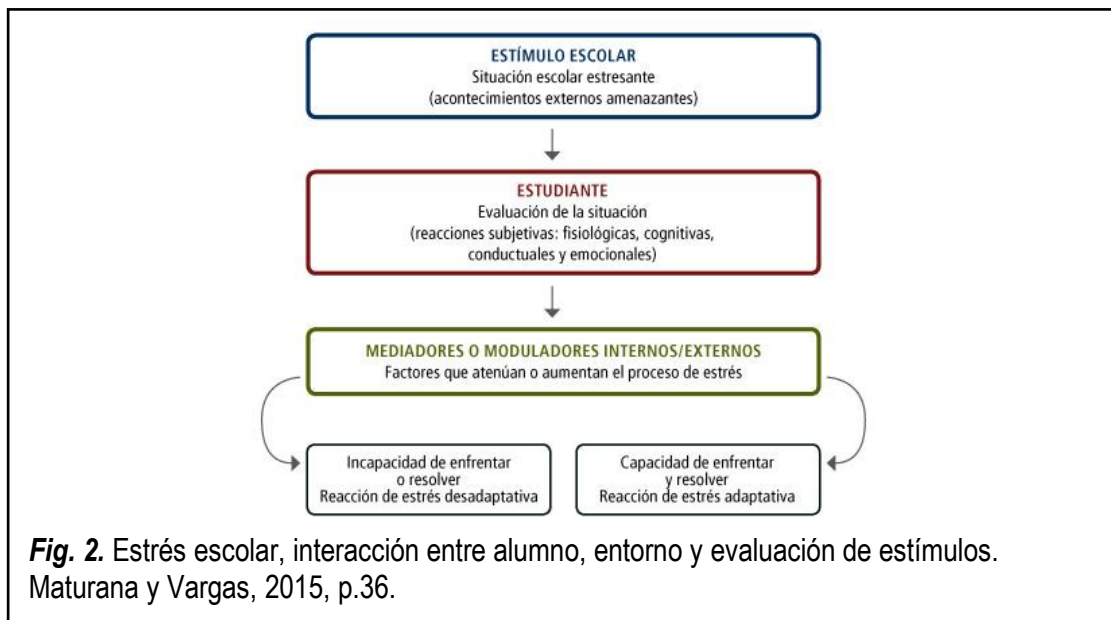
La educación permite y promueve el crecimiento de capacidades y habilidades de acuerdo al contexto sociocultural al que la persona pertenece. Sin embargo, ser parte de un sistema educativo que se rige a una estructura y organización con reglamentos serían una fuente de estrés para los integrantes, la Dirección Nacional de Información y Evaluación de la Calidad Educativa (2011) delimitan al sistema educativo como:

Es el conjunto organizado de servicios y acciones educativas llevados a cabo por el Estado (nacional, provincial o municipal) o reconocidos y supervisados por él a través de los Ministerios de Educación (u organismos equivalentes) en función de una normativa

nacional, provincial o municipal. El sistema educativo comprende los niveles de enseñanza y otros servicios educativos. A su vez, éstos se organizan en distintas modalidades educativas (p.9).

Se infiere que, el sistema educativo tiene tramos en función a las etapas del desarrollo con relación a su infancia, a su pubertad, a su adolescencia y a su adultez. Así también, se ofertan otros servicios educativos con el fin de procurar la escolaridad, impulsar la inserción y continuar con la escolaridad, brinda modalidades educativas de acuerdo a las peculiaridades de los educandos.

El modelo sistémico cognoscitivista señala que, el estrés se relaciona con el sistema educativo (estímulo estresor) y el estudiante (evalúa los estímulos) y continuamente da una respuesta (adaptativa o desadaptativa). A continuación, se presenta una ilustración sobre esta dinámica (ver figura 2).



En resumen, el ministerio de educación suministra lo preciso dentro del establecimiento académico para que no se vulnere al estudiante, sin embargo, esta entidad influirá en el apareamiento del estrés académico que se evidencia en el estudiante las reacciones fisiológicas, cognitivas, conductuales y emocionales; y, finalmente, los mediadores internos o externos intervienen en el incremento o disminución del estrés.

1.2.11. Implicación de los estudiantes en el Estrés Académico

El estudiante tiene un papel fundamental en las instituciones educativas, donde desarrolla el aprendizaje y las habilidades necesarias. La participación del estudiante según Pérez y Ochoa (2017) “es una estrategia pedagógica que les permitió adquirir habilidades, conocimientos y competencias de diversas materias, que los involucró en una actividad que fue de su interés y por medio de, la cual, se buscó resolver una problemática social de su comunidad” (p.199). Se deduce que, dentro del modelo escolar los estudiantes como miembros de las unidades educativas tienen la función de involucrarse en el proceso de enseñanza e impulsar las habilidades individuales y grupales.

El alumno se involucra dentro de la institución educativa en el trabajo académico, sus aspectos personales tanto sus conductas, sus emociones y sus cogniciones. El alumno enriquecido con aprendizajes generará resultados educativos favorables (ver tabla 9).

Tabla 9. Implicación del alumno en tres categorías

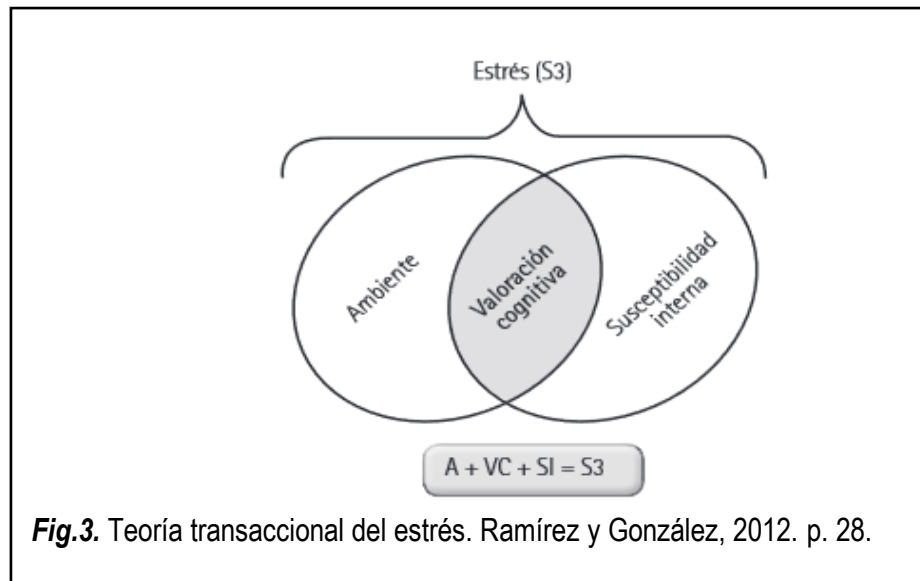
-
- 1) Aspectos conductuales: comportamientos observables de los alumnos, como manifestación de su mayor o menor grado de enganche con las escuelas y con su aprendizaje.
 - 2) Aspectos emocionales: relativos al interés, valores y sentimientos (negativos y positivos) hacia la escuela, las aulas, el profesorado, y en general, los estados afectivos (ansiedad, aburrimiento, interés, ...) de los estudiantes en el centro escolar y las aulas.
 - 3) Aspectos cognitivos: implicación psicológica del alumno en el aprendizaje, el dominio de ideas, conocimientos y habilidades, y su motivación intrínseca por aprender.
-

Fuente: González, (2010), p.14

De lo destacado anteriormente, se concluye que la implicación del alumno se observa en sus comportamientos en la colectividad educativa y docente, relacionado con el interés para realizar y responder a los planteamientos de la institución mediante sus destrezas para alcanzar el aprendizaje de acorde al sendero escolar que recorre el alumnado.

Conjuntamente, la implicación del alumno se relaciona con el estrés académico debido a la percepción de amenazas estresantes. Según González (2010) considera que “centrar la investigación en los escenarios escolares (sus dinámicas académicas y sus condiciones organizativas) en los que se desenvuelven los estudiantes contribuirá a una mejor comprensión de por qué razones ciertos alumnos se sienten alienados del ambiente y del currículum escolar y “desconectan” o se desenganchan de la vida académica y social en el centro y las aulas” (p.25).

Como se observa, la implicación del alumno se fundamenta en la constitución de las instituciones educativas. Por ello, se despliega la teoría transaccional del estrés de Lazarus y Folkman (1984) plantea los elementos responsables del estrés (ver figura 3).



Se deduce que, el estrés en el ámbito académico interactúa con tres elementos: el ambiente (agentes estresores), la susceptibilidad interna (fisiología) y la valoración cognitiva (percepción) de las situaciones estresantes. La implicación del alumno en el entorno escolar pone en juego la percepción de las dificultades académicas que contribuyen al desenganche de la vida académica. Por ello, hay que poner énfasis en la organización del sistema educativo y sus prácticas educativas.

1.2.12. Implicación del rendimiento académico en el Estrés Académico

El propósito del sistema educativo es alcanzar nuevos aprendizajes. Por ello, Lamas (2015) propone que el rendimiento académico “son procesos de aprendizaje que promueve la escuela e implican la transformación de un estado determinado en un estado nuevo; se alcanza con la integridad en una unidad diferente con elementos cognitivos y de estructura. El rendimiento varía de acuerdo con las circunstancias, condiciones orgánicas y ambientales que determinan las

aptitudes y experiencias” (p.316). Es decir, que existen distintos componentes que intervienen en el desempeño del estudiante.

Autores como Caldera y Cols. (2007) afirman que “los altos niveles de estrés pueden considerarse como obstáculos para el rendimiento académico, por lo que se recomienda mantener un nivel medio de éste para incrementar la posibilidad de obtener buenas notas. Así pues, es necesario conocer otras causas de estrés en los estudiantes, pues existen otros motivos relacionados con la educación” (citado en Domínguez, Guerrero y Domínguez, 2015, p.36). Se deduce que, el rendimiento académico es un método para evaluar las habilidades adquiridas dentro del proceso de formación mediante evaluaciones de parte del profesional docente, sin embargo, aquello provocaría estrés académico.

1.2.13. Estructura del Sistema Educativo Ecuatoriano

El sistema educativo ecuatoriano imparte en dos subsistemas: el escolarizado y el no escolarizado. El primero se somete a un sistema regular con planificación y disposiciones en cuanto a rango de edad, orden y duración de niveles avalados por el Ministerio de Educación. El segundo subsistema, ofrece la oportunidad de formación y desarrollo en el momento en que desee la persona en dependencia a la Ley y su Reglamento. La educación ecuatoriana escolarizada está orientada por el Sistema Nacional de Educación de Educación compuesta por tres niveles: educación inicial, general y bachillerato.

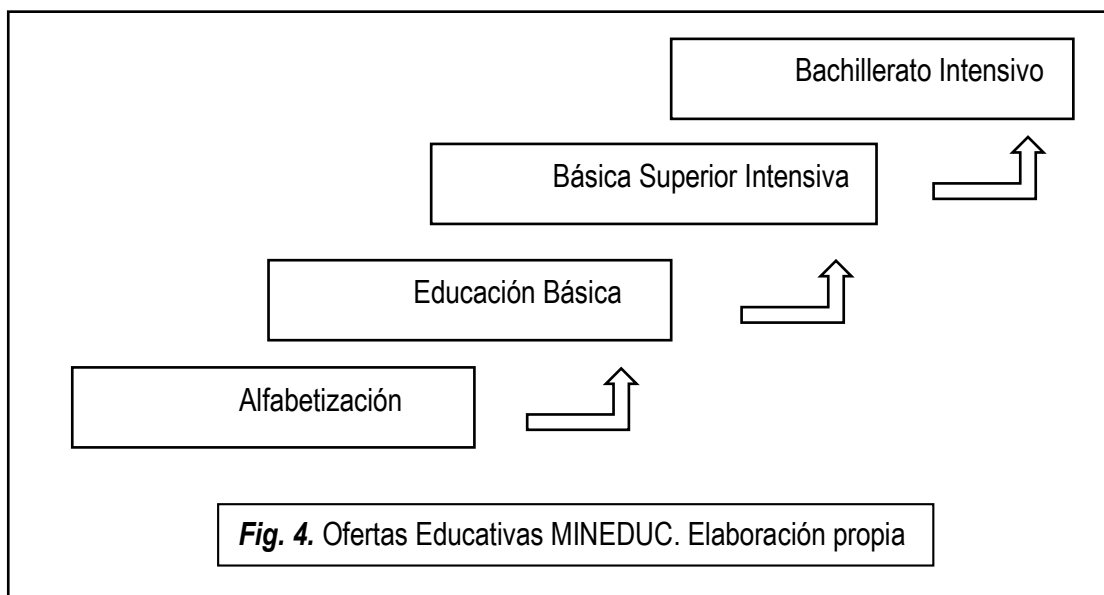
La educación general básica (EGB) comprende estudios de primero a décimo desde los cinco años en adelante. La educación de bachillerato general unificado (BGU) considera tres años de estudios, con materias de tronco común. La educación superior se alcanza cursando todos los niveles anteriores (Salazar, 2014).

La educación no escolarizada se realiza mediante ofertas educativas que brinda el Ministerio de Educación “con la finalidad de contribuir a que las personas de 15 años o más en situación de rezago educativo, inicien y concluyan su Educación Básica y Bachillerato; desarrollen competencias para la vida y el trabajo, que se sustentan en la necesidad de lograr aprendizajes significativos en los estudiantes, tomando como base que ellos son los constructores de su aprendizaje, es decir, se apoya en la concepción de la enseñanza y el aprendizaje como procesos

culturales inseparables. Además, de dar atención a personas en situación de vulnerabilidad como los privados de libertad y a los habitantes de zonas fronterizas” (Ministerio de Educación Ecuador, 2011, p.1)

1.2.14. Proyecto de Educación Básica para jóvenes y adultos EBJA

El Ministerio de Educación, ejecuta la Campaña Todos ABC, Alfabetización, Educación Básica y Bachillerato Monseñor Leonidas Proaño, con el objetivo de “movilizar a la sociedad para Alfabetizar, completar la educación Básica y dar Continuidad a la formación de los ecuatorianos durante toda la vida, para la potenciación de las habilidades y capacidades” (p.1). Por ello, se han desarrollado programas educativos (ver figura 4):



Uno de los objetivos fundamentales del proyecto EBJA según el MINEDUC (2012) apunta a construir “una valoración distinta entre hombres y mujeres porque invitan a la revalorización del rol y la contribución que cada uno hombre y mujer hacen a la sociedad, está revalorización, también, es una invitación a la construcción de relaciones más horizontales y equitativas” (p.58). Por lo indicado el proyecto fomenta la participación social hacia la educación y responden a las necesidades de formación de los ecuatorianos.

1.3. Roles Sociales

1.3.1. Definición de Roles Sociales

El rol social es un concepto extraído de la sociología y la psicología. El papel (rol) “es un patrón de conducta esperado al desarrollar actividades relacionadas con otros, refleja la posición de una persona en el sistema social, con todos sus derechos y obligaciones, su poder y su responsabilidad, un solo individuo desempeña muchos otros papeles” (Fundación para la promoción de la mujer, 1997, p.2). Se deduce que, toda persona forma parte de diversos grupos sociales en el cual, se desenvuelve e interpreta un rol social diferente.

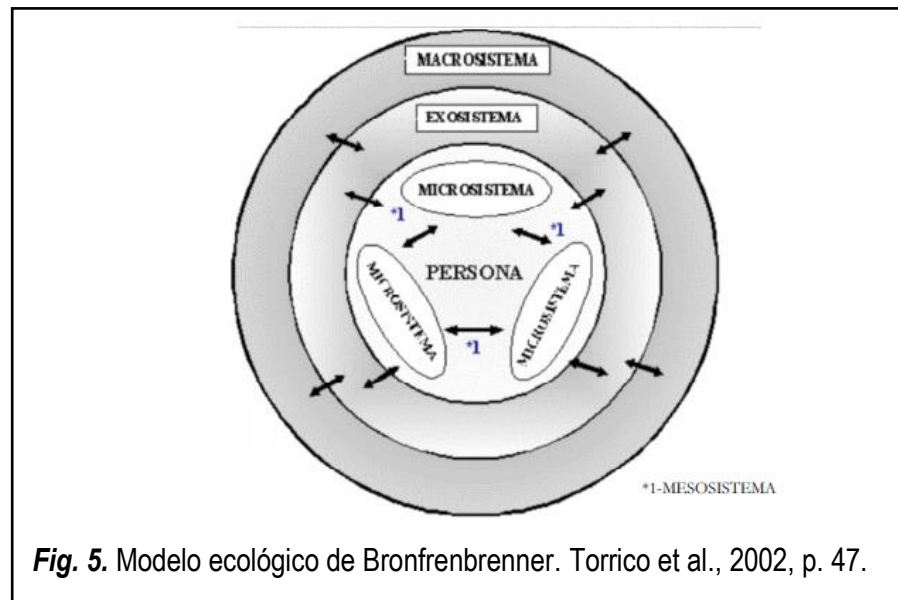
Una persona como sujeto de la sociedad integra distintos grupos sociales, diferentes roles y algunos de ellos en forma simultánea, el rol del individuo se basa de acuerdo al ambiente donde se desempeña, por ello, Bronfrenbrenner (1987), menciona que:

El desarrollo del rol/persona no puede considerarse independiente del entorno, existe una adaptación mutua entre la persona en desarrollo y las propiedades cambiantes de los ambientes inmediatos, las relaciones entre los ambientes y los contextos más grandes en los que se incluyen los ambientes (citado en Garrido y Marchán, 2010, p.5).

En la adquisición del rol del estudiante la persona atraviesa por el sistema escolar el cual, tiene el objetivo de facilitar métodos y técnicas que le permitan la autonomía de acuerdo a su edad y que avance en sus capacidades. El aprendizaje es consecuencia de una relación social recíproca: padres (subsistema parental), escuela (subsistema docente-alumno) y alumno (Almonte, Montt y Correa, 2009).

1.3.2. El modelo ecológico de Bronfrenbrenner

El mencionado autor considera que el ser humano está en constante relación con sus entornos inmediatos (cambiantes). A continuación, describe el modelo ecológico de Bronfrenbrenner (1919) postula cuatro niveles que ejercen influencias directas y/o indirectas (ver figura 5).



De acuerdo a la figura previamente citada, los niveles del modelo ecológico son: microsistema, mesosistema, exosistema y macrosistema. El microsistema son los contextos cotidianos; el mesosistema simboliza la interacción entre los microsistemas; el exosistema se refiere a varios ambientes en que la persona no participa, pero afecta a su entorno; y, el macrosistema que está enlazado a la cultura (Torrico, Santín, Andrés, Menéndez y López, 2002). El modelo ecológico posee interconexiones ambientales que tienen un impacto sobre las personas y su desarrollo psicológico, puesto que, considera al sujeto en todos sus contextos. Cada sistema mencionado incide de manera directa e indirecta en el rol del estudiante y en los roles simultáneos que se desenvuelve la persona.

Consecuentemente, la adopción del rol se interrelaciona con los niveles de la teoría del modelo ecológico de Bronfenbrenner. Así como plantea Garrido y Marchán (2011) “el desarrollo de un rol no puede considerarse independiente del entorno, existe una adaptación mutua entre la persona en desarrollo y las propiedades cambiantes de los ambientes inmediatos” (p.13). El estudiante se encuentra inmerso dentro de distintos sistemas que están ligados a la adquisición de competencias cognitivas, morales y sociales, el ambiente influirá de modo positivo o negativo en la adquisición de un rol o roles.

1.3.3. Conflicto y Ambigüedad de rol

La ambigüedad de rol en el sistema educativo se da cuando hay incertidumbre en lo que esperan de él, puesto que, no hay objetivos claros y responsabilidades dentro del sistema escolar, en consecuencia se genera el conflicto de rol, puesto que, los intereses son contradictorios entre el estudiante y el área educativa, según Mansilla (2011), “cuando los miembros del conjunto de rol envían expectativas con información insuficiente, se produce ambigüedad de rol, y cuando los miembros del conjunto de rol envían a la persona focal demandas y expectativas incompatibles entre sí, se da conflicto de rol” (p. 363). Se concluye que, la ambigüedad y el conflicto de rol causará síntomas físicos, psicológicos, psicosociales o comportamentales dentro de los contextos en el que interactúe la persona.

Las personas experimentan conflictos derivados por distintas situaciones, como lo mencionan Greenhaus y Beutell (1985):

- Conflictos derivados de la falta de tiempo: derivan de la sobrecarga asociada al desempeño de distintos roles y la dificultad de coordinarlos por las exigencias que conlleva realizar satisfactoriamente cada uno de ellos.
- Conflictos derivados de la tensión: emergen cuando la tensión por ejercer un determinado rol influye en otro, por lo tanto, interfiere en el mismo.
- Conflictos derivados del comportamiento: aparecen cuando el comportamiento específico de un rol es incompatible con el comportamiento a desempeñar en otro, y la persona no hace o no puede hacer los cambios necesarios (citado en Frías, 2020, p.10).

Como se nota, las tensiones o conflictos de rol se expresan en tres dimensiones según los autores antes mencionados y cada dimensión es bidireccional, un rol adoptado sería personal, familiar, laboral, social o de otra esfera de la vida interfiere con otro.

Asimismo, el conflicto de rol se origina frente a demandas incongruentes sean de naturaleza externa o interna, por ello, según Kahn y otros (1964) distingue diversos tipos de conflicto de rol:

- Intra-emisor: un mismo emisor presenta demandas incompatibles.
- Inter-roles: demandas incompatibles de emisores de distintos roles que desempeña una misma persona.

- Persona-rol: demandas de los emisores incompatibles con los propios valores personales (citado en Mansilla, 2011, p. 363).

El rol se crea en base a la interacción social con expectativas propias y ajenas, además, el rol o los roles están en constante cambio y ajuste.

1.3.4. Rol del docente y del alumno

El rol del alumno ha experimentado cambios que fomentan la participación activa del estudiante que promueve el aprendizaje que le brinda un rol protagónico (ver tabla 10).

Tabla 10. Rol del docente y alumno en entornos de aprendizaje centrados en el alumno

Actor	Cambio de:	Cambio a:
Rol del docente	Transmisor de conocimiento, fuente principal de información, experto en contenidos y fuente de todas las respuestas El profesor controla y dirige todos los aspectos de aprendizaje	Facilitador del aprendizaje, colaborador, entrenador, tutor, guía y participante del proceso de aprendizaje El profesor permite que el alumno sea más responsable de su propio aprendizaje y le ofrece diversas opciones
Rol del alumno	Receptor pasivo de información Receptor de conocimiento El aprendizaje es concebido como una actividad individual	Participante activo del proceso de aprendizaje El alumno produce y comparte el conocimiento, a veces participando como experto El aprendizaje es una actividad colaborativa que se lleva a cabo con otros alumnos

Fuente: Newby et al., 2000 en Unesco 2004, p.28. Citado en Silva y Maturana, 2017

Como se ve, dentro del proceso formativo el docente actúa como mediador, planifica y evalúa al servicio del estudiante con metodologías activas centradas en el aprendizaje que favorecen las competencias de la vida académica.

1.3.5. Conflicto y Ambigüedad de rol en docentes

Los docentes suelen percibir exceso de labores, conflicto y ambigüedad de rol lo que provoca tensión (estresores de rol) por tratar de cumplir objetivos, demandas, responsabilidades y obligaciones de su puesto de trabajo como lo indica Troyano et al., (2006):

En muchos casos el profesorado recibe demandas contradictorias por parte de los actores de su entorno, situación que los expone a los mencionados conflictos. En el caso del

conflicto de rol específicamente, existe el intra-rol, que se produciría cuando los docentes encuentran discrepancias entre las expectativas que distintas personas tienen sobre el desempeño de su rol, tanto por parte de la institución académica, como por parte de sus alumnos. (...). También, se desarrolla a nivel inter-rol, cuando las obligaciones asociadas al rol docente son incompatibles con otros roles (citado en Cevallos, 2015, p. 12).

Como se nota, los docentes de cualquier nivel educativo necesitan conocer sus funciones de forma clara, precisa y concisa, además, de conocer lo que espera la institución, los padres, los alumnos y la sociedad, para conjuntamente articular las demandas de los demás roles del profesor.

Finalmente, se deduce que la ambigüedad y conflicto de rol genera estrés, provoca desequilibrio en la salud, con efectos fisiológicos, cognitivos, psicológicos y conductuales. Asimismo, en el ámbito educativo el estrés académico y las tensiones derivadas del rol personal, familiar, laboral y académico afecta negativamente estas esferas y su calidad de vida, en estas circunstancias, hombres y mujeres pertenecientes a programas educativos experimentan niveles de conflicto. Para la disminución del estrés de rol es preciso el abordaje multifactorial de la problemática y así mejorarán las relaciones personales, familiares, laborales y académicas que serán más equilibradas y equitativas.

CAPÍTULO II. DISEÑO METODOLÓGICO

2.1. Metodología de Investigación

La presente investigación acerca del Estrés Académico y los Roles Sociales, se relaciona con el paradigma post-positivista, tiene un enfoque cuantitativo con un alcance exploratorio, descriptivo y correlacional de corte transversal.

Paradigma

El paradigma del estudio fue post-positivista. Flores (2004) menciona que este paradigma no comprende la realidad por completo debido al desperfecto de los mecanismos intelectuales y perceptivos de la persona. Es decir, el paradigma post-positivista permite conocer una realidad, pero de forma incompleta.

Por otro lado, Hernández et al., (2010) afirman que

El investigador puede formar parte del fenómeno de interés, el objeto de estudio influencia al investigador y viceversa, la teoría o hipótesis que sustenta la investigación influye en el desarrollo de la misma, el investigador debe estar consciente de que sus valores o tendencias puede influir en su investigación. (p.11)

Por ello, siempre existirá una realidad medianamente comprendida, por los fenómenos incontrolables y la imperfección del ser humano.

Nivel

Esta exploración fue no experimental – descriptivo, puesto que, permite ver y conocer el contexto de modo natural sin manipular las variables que son objeto de estudio. El diseño no experimental no manipula variables, no se varia de forma intencionada las variables independientes para ver su efecto sobre otras. En otras palabras, este tipo de diseño refiere que se observa al fenómeno en su contenido natural (Baptista, Fernández y Hernández, 2006).

Modalidad

La modalidad de estudio a ejercer es cuantitativa, Cira de Pelekais (2000) define a la metodología cuantitativa como “una excelente herramienta, proporciona información objetiva estadísticamente confiable, que para la mayoría puede ser relativamente fácil entender” (p. 350). En otras palabras, el estudio cuantitativo permite interpretar los datos con un grado determinado de certeza con conclusiones sobre la investigación.

Alcance

El alcance de la investigación fue exploratorio, descriptivo y correlacional, con el objetivo de profundizar conocimientos, de modo tal, que se formen interrogantes con relación al estrés académico y los roles sociales en estudiantes. Los estudios descriptivos según Baptista, Fernández y Hernández (2006) “buscan especificar las propiedades, las características, los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos, o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis” (p. 102). Se determina que este tipo de alcance permite buscar información con respecto al tema de investigación.

Así también, el alcance fue correlacional, debido a que se intenta comprobar la relación o no de las variables de estudio. Por ello, Hernández et al., (2010) menciona que la finalidad de los estudios correlacionales es “conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en una muestra o contexto en particular” (p. 93). En conclusión, la correlación permite saber el comportamiento de las variables vinculadas, es decir, se busca conocer el grado de relación entre el estrés académico y los roles sociales en estudiantes del programa ABC.

Corte

La investigación de corte transversal analiza al fenómeno en un tiempo corto hasta el momento de presentación del proyecto. García (2004) sugiere que los estudios transversales “intentan analizar el fenómeno en un período de tiempo corto, un punto de tiempo” (p. 1). Por ello, las aplicaciones

de instrumentos de medición se realizan en un determinado tiempo, sin aplicaciones en otros períodos de tiempo.

2.2. Técnicas e instrumentos

Técnicas

- Observación Científica

La observación científica favorece una visión y perspectiva sobre las variables a investigar de forma sistematizada. Según Alvear y Larroche (2017):

La observación es tanto una habilidad del experimentador como una actividad de la práctica experimental; como actividad es autónoma, diferente de la teoría y la experimentación; menos compleja pero importante para la recolección de datos que permiten identificar fenómenos. (p. 27)

Con respecto a lo anteriormente mencionado, esta técnica busca establecer relaciones entre el objeto analizado y lo que se pretende conocer o verificar dentro de la investigación científica.

Instrumentos

Los instrumentos utilizados para la investigación son: una ficha sociodemográfica y un reactivo de medición psicológica: Inventario SISCO de Estrés Académico.

- Ficha sociodemográfica

La ficha sociodemográfica consiste en un cuestionario estructurado según sea caso. Mediante esta técnica, se extrajo información general de los participantes: datos personales como edad, sexo, estado civil, se indago sobre la organización familiar, además, de la economía, estudio y trabajo, así también, sobre la apreciación sobre el estado general de salud; y, finalmente, se recopiló

información sobre identificación de roles, dicha información está orientada a los estudiantes de bachillerato intensivo de la Campaña Todos ABC.

- **Inventario SISCO de Estrés Académico**

Para evaluar el estrés académico se utilizó el inventario SISCO de Barraza (2006) que:

Validó y construyó el inventario destinado a reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrados durante sus estudios, compuesta por 31 ítems. (...). El cuestionario utilizado se diseñó a partir de las variables de estudio relacionadas con el estrés: nivel de estrés autopercebido, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento (citado en Jaimes, 2008, p.47).

De acuerdo a la calificación e interpretación de las dimensiones: dimensión de estresores, dimensión de síntomas (reacciones físicas, psicológicas y comportamentales) y estrategias de afrontamiento, se inicia con la sumatoria de las respuestas obtenidas en cada cuestionario, se utiliza una escala Likert en, la cual, Nunca es (1), Rara vez es (2), Algunas veces es (3), Casi siempre es (4), y Siempre es (5) (Barraza, 2007). A continuación, se interpreta de acuerdo a las puntuaciones (ver tabla 11).

Tabla 11. Interpretación de puntuaciones del Inventario Sisco de Estrés Académico

Puntuación	Interpretación
Estresores Académicos (8 ítems)	
0 – 13 puntos	Leve
14 – 26 puntos	Moderado
27 – 40 puntos	Grave
Síntomas (15 ítems)	
0 – 25 puntos	Leve
26 – 50 puntos	Moderado
51 – 75 puntos	Grave
Reacciones Físicas (6 ítems)	
0 – 10 puntos	Leve
11 – 20 puntos	Moderado
21 – 30 puntos	Grave
Reacciones Psicológicas (5 ítems)	
0 – 8 puntos	Leve
9 – 16 puntos	Moderado
17 – 25 puntos	Grave
Reacciones Comportamentales (4 ítems)	
0 – 7 puntos	Leve

8 – 14 puntos	Moderado
15 – 21 puntos	Grave
Estrategias de Afrontamiento (6 ítems)	
0 – 10 puntos	Leve
11 – 20 puntos	Moderado
21 – 30 puntos	Grave
Global Sisco (29 ítems)	
0 – 48 puntos	Leve
49 – 96 puntos	Moderado
97 – 145 puntos	Grave

Fuente: Elaboración propia, 2021.

A continuación, se menciona las siguientes propiedades psicométricas del Inventario Sisco de estrés académico, según Barraza (2007):

Confiabilidad: se obtuvo una confiabilidad por mitades de .87 y una confiabilidad en alfa de Cronbach de .90, estos niveles de confiabilidad pueden ser valorados como muy buenos.

Validez: se recolectó evidencia basada en la estructura interna a través de tres procedimientos: análisis factorial, análisis de consistencia interna y análisis de grupos contrastados (p.90).

Por consiguiente, el inventario SISCO posee propiedades psicométricas apropiadas, con alta confiabilidad en cuanto a las preguntas, fiabilidad y consistencia interna para ser utilizado como instrumento de evaluación en la investigación del Estrés Académico en estudiantes de bachillerato intensivo de la Campaña Todos ABC.

Población

La población escogida comprendió a estudiantes de bachillerato intensivo del proyecto EBJA de la Campaña Todos ABC de la ciudad de Ambato de la Unidad Educativa Luis A. Martínez, se trabajó con la totalidad de la población, es decir, 100 casos de estudiantes; que cursaban desde el segundo y tercer año de bachillerato con edades entre los 18 a 62 años. Los criterios de inclusión para la investigación fueron: ser mayores de 17 años, estudiar el bachillerato intensivo en la Unidad Educativa Luis A. Martínez y ser estudiante de segundo o tercer curso. Por otro lado, los criterios de exclusión fueron: ser menores de 18 años, no pertenecer al bachillerato intensivo de la Unidad Educativa y no ser estudiantes de segundo o tercer curso.

Características de los participantes

Se analiza las características sociodemográficas de los participantes sujetos a indagación, y se estudia a un grupo de 100 estudiantes. La exploración, se llevó a cabo a través de una evaluación de carácter psicométrico. A continuación, se muestra un análisis sociodemográfico con sus respectivas variables (ver tabla 12).

Tabla 12. Distribución de los grupos en función de variables individuales

Variables	Frec.					
Sexo						
Masculino	39					
Femenino	61					
Estado Civil						
Soltero/a	59					
Casado/a	28					
Divorciado/a	8					
Viudo/a	1					
Unión Libre	4					
Vive con						
Padres	31					
Padre	6					
Madre	9					
Solo/a	17					
Pareja	32					
Hijos/as	4					
Otros	1					
Hijos/as						
Si	46					
No	54					
Situación económica familiar						
Muy buena	3					
Buena	76					
Regular	21					
Mala	0					
Estudio/Trabajo						
Sólo estudio	17					
Estudio y Trabajo	83					
Estado General de Salud						
Muy buena	3					
Buena	79					
Regular	16					
Mala	2					
	Mínimo	Máximo	M	Ds	As	Cu
Edad	18	62	31,37	9,886	,706	-,064

Nota: 100 observaciones

Fuente: Elaboración propia, 2021.

En relación a la edad de los participantes, se encontró una media de $M= 31,37$ años, y una desviación de $Ds= 9,886$. Esto quiere decir que los participantes cumplen con los requisitos para ser parte del programa ABC (ver tabla 9), según el Ministerio de Educación la Campaña Todos somos ABC Monseñor Leonidas Proaño (2020):

El servicio educativo de bachillerato intensivo está dirigido a personas de dieciocho (18) años de edad y más, que no han concluido sus estudios de primero, segundo y tercer curso del nivel de Bachillerato, con rezago educativo de tres (3) o más años dentro o fuera del sistema educativo. (p.1)

En lo que atañe a la variable sexo hubo una participación de hombres del 39% de los participantes, mientras que el 61% corresponden a las mujeres (ver gráfico 1).

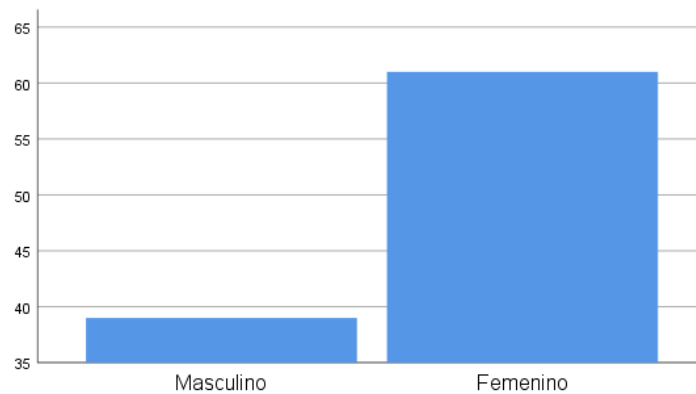


Gráfico 1. Representación gráfica de la población participante según el sexo.

La representación gráfica, indica una presencia significativa de mujeres que ingresaron al bachillerato de la Campaña Todos ABC. Asimismo, estos datos son característicos dentro de los casos de interés que conformar la población estudiada. Consecuentemente, mediante estos análisis estadísticos se comprueba que el género femenino tiene como objetivo combinar roles, aquellas mujeres que son madres, esposas, amas de casa o papeles domésticos, también, logran ser estudiantes que inician o completan sus estudios. Por ello, según Acuña (2007):

La serie de obstáculos que las mujeres han tenido y siguen enfrentando para realizar estudios, (...), por una visión tradicional de acuerdo con, la cual, las mujeres no requieren estudiar, a no ser que se trate de adquirir habilidades ligadas a sus roles de género (p.21).

Como se observa, el desafío de entrelazar roles da comienzo a tensiones que inducen al estrés y fricción al querer desempeñar al ciento por ciento todos los papeles sociales dispuestos por la colectividad.

En cuanto al estado civil, el 59% de los participantes están solteros, el 28% están casados, el 8% divorciados, el 1% viudos y el 4% están en unión libre (ver gráfico 2).

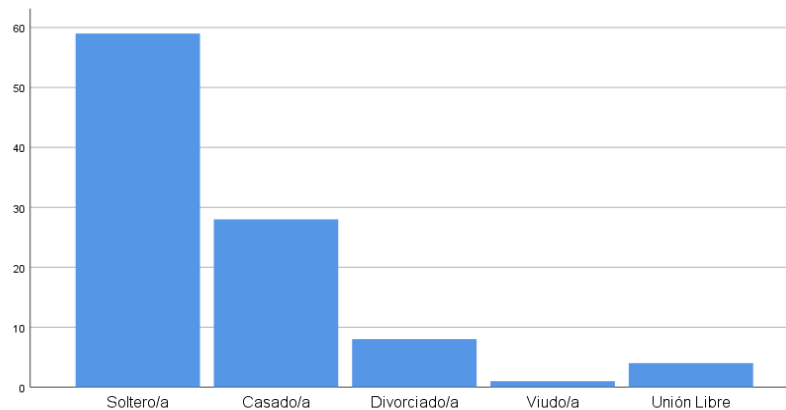


Gráfico 2. Representación gráfica de la población participante según el estado civil.

Se establece que, existe prevalencia significativa de participantes solteros, esto demuestra que los estudiantes que continúan su formación académica que por diferentes razones no pudieron acceder al sistema de educación ordinario dieron preferencia a alcanzar sus objetivos y superación personal luego su rezago educativo, sin embargo, los participantes que tienen un estado civil diferente del mismo modo optaron por continuar con sus estudios por su interés en su superación intelectual, sin que ello fuera un impedimento en su vida cotidiana pero genera disturbios entre sus roles sociales que pudieran influir en el abandono, en una investigación descubrieron que “el estado civil podría influir en la probabilidad de que el estudiante abandone la carrera dado que para los estudiantes solteros la tasa de abandono es sustantivamente inferior que la observada para las restantes categorías de la variable estado civil” (Oloriz y Fernández, 2000-2010, p.11).

En lo que atañe acerca a las personas con las que viven los participantes, el 31% vive con sus padres, el 6% vive sólo con su padre, el 9% vive sólo con su madre, el 17% vive solo, el 32% vive con la pareja, el 4% vive con los hijos y el 1% restante eligieron la categoría Otros (ver gráfico 3).

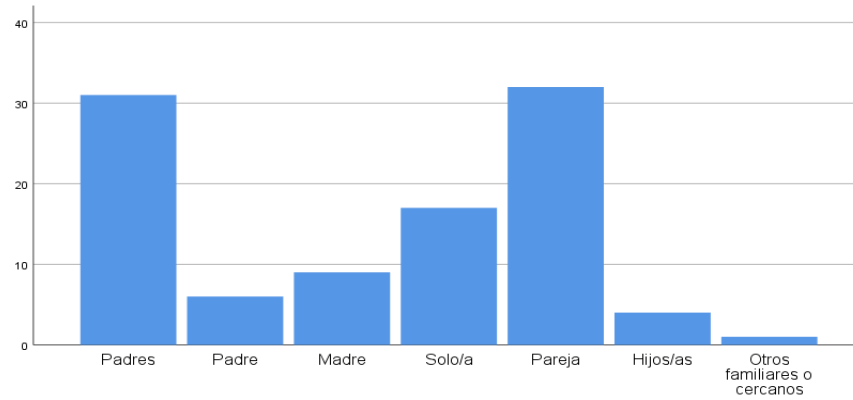


Gráfico 3. *Representación gráfica de la población participante según las personas con las que vive.*

Mediante la gráfica se aprecia que, la mayor parte de los participantes viven con su pareja o con sus padres, lo cual, revelaría que hay un predominio de estudiantes que son parte de familias nucleares, en menor porcentaje están estudiantes que viven solos, le siguen estudiantes que viven con su madre o con su padre, en cambio, en menor porcentaje hay estudiantes que viven con sus hijos y que eligieron la categoría Otros, en otra investigación realizada en España sobre las decisiones de formación de la pareja y maternidad, observaron que el tiempo invertido en el sistema educativo disminuye la probabilidad de iniciar la primera convivencia en pareja (Legazpe, 2016, p. 33). Se deduce que, el papel de la educación cada vez es más importante dentro del proyecto de vida de las personas que tienen rezago educativo en la sociedad ecuatoriana.

En cuanto a los hijos que tienen los participantes, el 46% tienen hijos y el 54% no tienen hijos (ver gráfico 4).

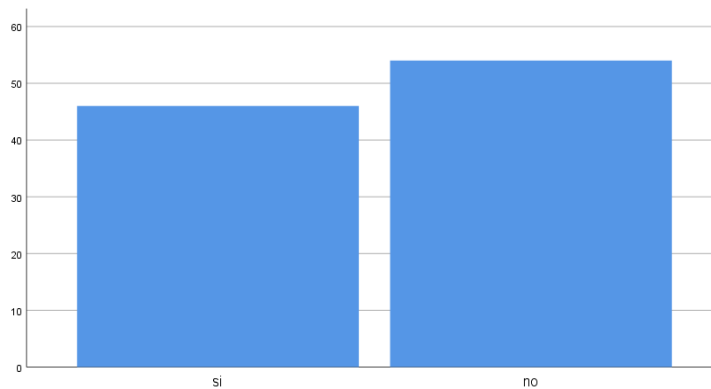


Gráfico 4. Representación gráfica de la población participante según las cargas familiares.

La interpretación gráfica indica que, menos de la mitad de población participante tienen hijos. Según Cubillos dentro de su investigación maternidad adolescente, entre escolarización y el fracaso escolar (2017) refiere que “la maternidad no es por sí mismo un factor que propicie, de forma causal y directa, el fracaso escolar” (p.6). Como se nota, la maternidad o paternidad varía la trayectoria escolar y causa deserción sea definitiva, transitoria o momentánea y mediante programas socioeducativos continuar con el proceso de escolarización.

En relación a la situación económica se manifestó que, el 3% tiene una situación económica muy buena, el 76% tienen una situación económica buena, el 20% tiene una situación económica regular y el 1% tiene una situación económica mala (ver gráfico 5).

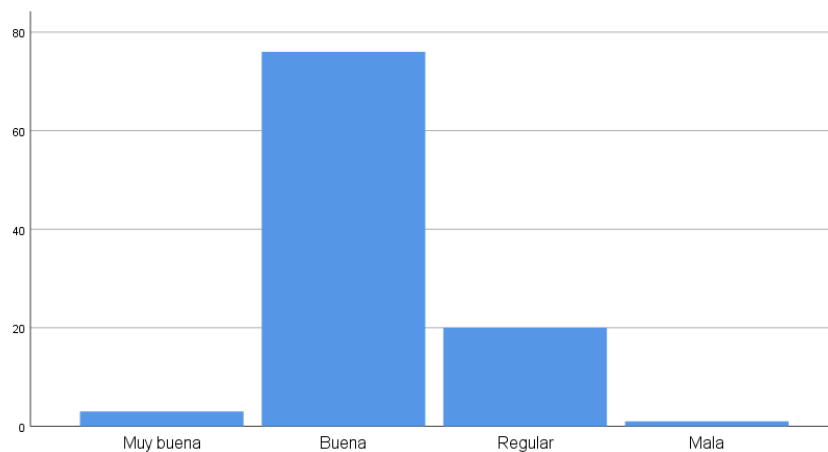


Gráfico 5. *Representación gráfica de la población participante según la situación económica.*

La interpretación de la gráfica muestra que, para la mayoría su situación económica es buena, en menor porcentaje indicaron que su situación económica es regular, le sigue aquellos que indicaron que es muy buena; y, finalmente, en un mínimo porcentaje dijeron que su situación económica es mala, dentro de los determinantes se deduce que la condición económica dificulta o pone límites en el rendimiento e incita al abandono y deserción escolar, sin embargo, dentro de un estudio en Venezuela refiere que:

La situación de pobreza no determina el alto rendimiento escolar, al contrario, a través de estas características se reconoce que la condición social en las que les tocó nacer y crecer a estas estudiantes sirvió de plataforma para emprender el camino hacia el logro del éxito social, educativo, familiar y personal (Ramírez, Devia y León, 2011, p. 670).

Como se observa, se considera que una situación económica mala o regular no es un factor de riesgo concluyente que afecte el aprendizaje y el rendimiento escolar del estudiante.

Con respecto al ámbito de estudio y trabajo se encontró que, el 83% de los participantes trabajan y estudian al mismo tiempo mientras que el 17% sólo se dedican al estudio (ver gráfico 6).

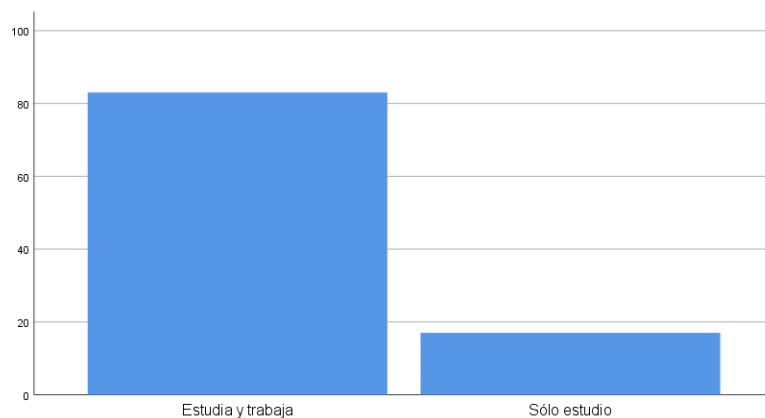


Gráfico 6. *Representación gráfica de la población participante entre estudio y trabajo.*

La representación gráfica señala que, la mayor parte de los participantes que son estudiantes de secundaria se dedican a estudiar y trabajar simultáneamente para conseguir su título de bachiller

de la república e igualmente trabajan para tener un sustento propio y compartido con su familia, mientras que una cifra menor de estudiantes se dedican por completo al estudio. Por un lado, la mitad de la población son menores de 30 años y la otra mitad mayores de 30 años y sostén de hogar, indistintamente de la edad estos participantes tienen motivos por, los cuales, trabajar con sus ventajas o desventajas en su rendimiento escolar, por su parte, Mazzetti y Echeverría (2009) mencionan que “podría pensarse que la realización de una actividad laboral genera un perjuicio para los estudios, en tanto resta tiempo, energías y posibilidades de participación en actividades académicas extracurriculares” (citado en Echeverría, 2012, p.135). Como se ve, los inconvenientes de un empleo remunerado causan estrés y cansancio por generar dos actividades.

En cuanto a las dificultades por materia de los estudiantes de bachillerato, se encontró que el 21% percibe difícil a la asignatura de matemáticas, el 10% a la asignatura de física, el 20% a la asignatura de química, el 23% a la asignatura de inglés, el 3% a la asignatura de educación física, el 7% a la asignatura de lengua y literatura, el 7% a la asignatura de ciencias sociales, el 9% a la asignatura de emprendimiento y gestión (ver gráfico 7).

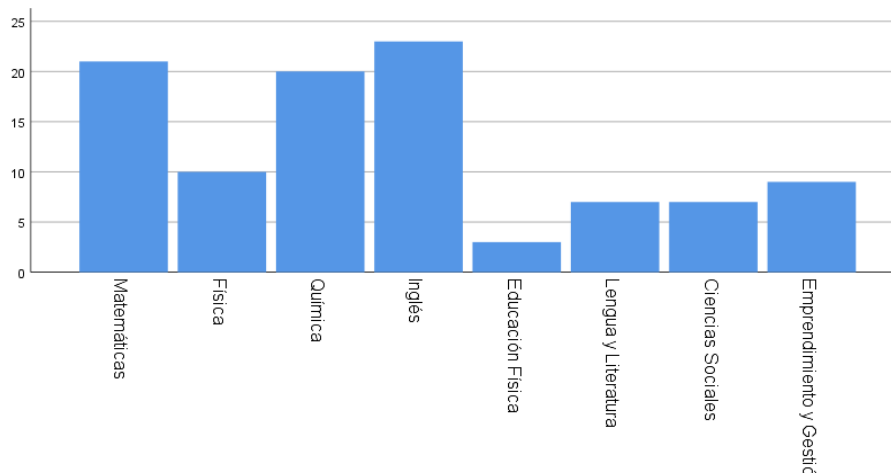


Gráfico 7. Representación gráfica de la población participante según las asignaturas difíciles.

Por lo tanto, en cuanto a la dificultad en las materias, en primer lugar, se encuentra inglés, en segundo lugar, matemáticas, en tercer lugar, química, en cuarto lugar, física, en quinto lugar, física, en sexto lugar, emprendimiento y gestión, en séptimo lugar, ciencias sociales y lengua-literatura,

se mantiene a consideración que las dificultades de aprendizaje se manifiestan en determinados contenidos o áreas de las asignaturas o en lagunas de aprendizaje que interfiere con el objetivo y los procesos de enseñanza (Romero y Lavigne, 2009). Como se observa, las dificultades de aprendizaje poseen carácter inespecífico, y tienen origen extrínseco e intrínseco en relación a los problemas escolares.

En relación a los resultados obtenidos, la dificultad en el aprendizaje en las asignaturas se debe al 21% por la complejidad del aprendizaje, el 11% por la infructuosa metodología del profesor, el 8% por la metodología del estudio ineficiente, el 21% por la dificultad en el análisis y razonamiento, el 12% por los problemas de concentración, el 3% por los problemas de salud, el 10% por los conocimientos previos débiles, el 5% por el ritmo de aprendizaje lento y el 9% no tienen dificultad alguna (ver gráfico 8).

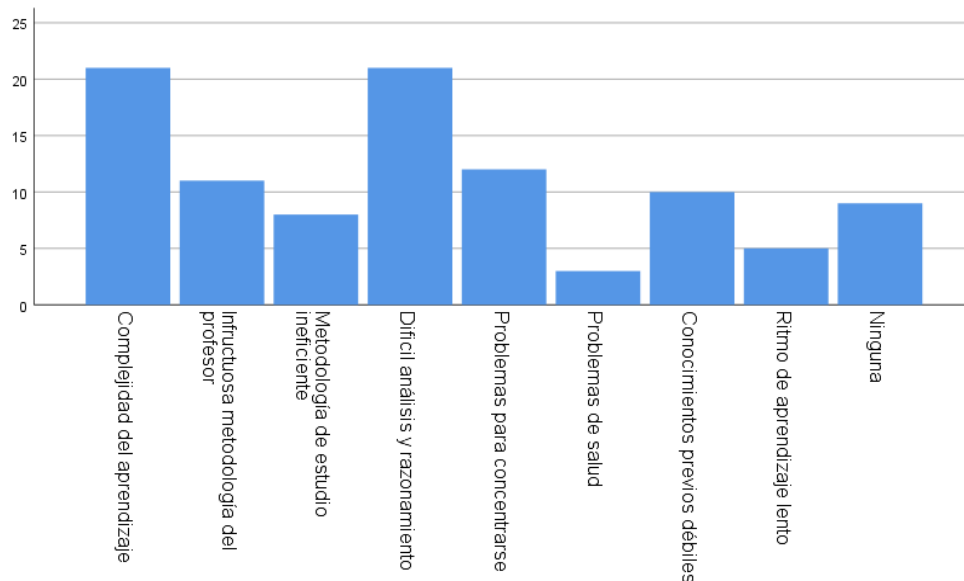


Gráfico 8. Representación gráfica de la población participante según el porqué de la dificultad en las asignaturas.

De acuerdo a la representación gráfica, el alumno presenta dificultades en su vida académica, que se consideran inconvenientes en el “proceso educativo, a causa de problemas psicológicos, personales, familiares académicos, etc. se puede presentar en algún estudiante o docente” (Blas y

García, 2017, p.39). Como se ve, existen factores externos a los alumnos o internos que suelen combinarse y causa problemas generales de aprendizaje.

En lo que respecta al estado general de salud, el 3% de los participantes mencionaron que su estado de salud es muy bueno, el 79% indicaron que es bueno, el 16% indicaron que es regular y el 2% restante indicaron que su situación es de salud es mala (ver gráfico 9).

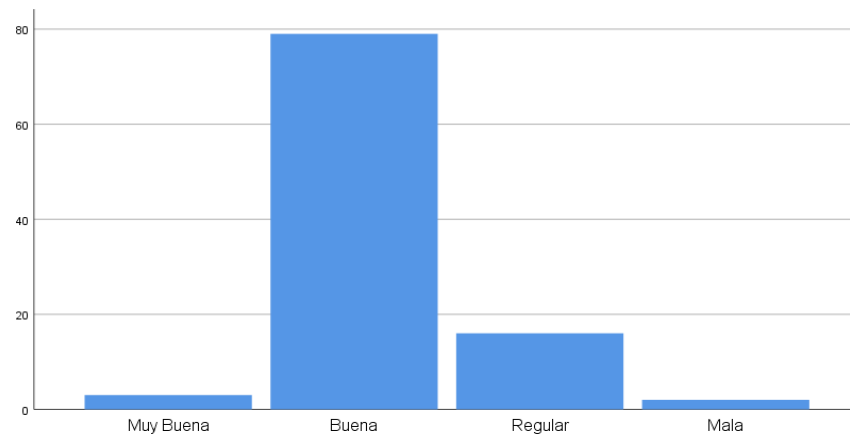


Gráfico 9. *Representación gráfica de la población participante según el estado general de salud.*

La representación gráfica revela que, un porcentaje menor de los participantes mencionan que su estado de salud es muy bueno, le sigue aquellos que consideran que su estado de salud es bueno, en menor cantidad están quienes consideraron que su estado de salud es regular; y, por último, aquellos que indicaron que su estado de salud es malo, esto significa que, la gran mayoría de los estudiantes que participaron en la investigación no tiene dificultad en su salud, según Ansari y Stock (2010), el éxito en los estudios está determinado con el estado de salud (citado en Vásquez y Alarcón, 2019, p.2). Por ende, un estado de salud óptimo es un factor coadyuvante dentro del rendimiento académico.

2.3. Procedimiento metodológico

Para la realización de este proyecto de investigación se desarrolló la planificación del proyecto recolectando información bibliográfica de estudios de interés que daría lugar al marco teórico, estos datos son sometidos a análisis para determinar su validez y utilidad. Consecuentemente, se procedió a seleccionar los instrumentos psicométricos para la investigación de las variables de estudio en este caso fue una ficha sociodemográfica y un test psicométrico, se indagó su validez, consistencia interna y confiabilidad/fiabilidad.

A continuación, se decidió trabajar con la totalidad de la población, se contó con la participación de 100 estudiantes de bachillerato intensivo de la Unidad Educativa Luis A. Martínez en período académico febrero - junio 2020 en el horario nocturno. Anterior a la aplicación de reactivos, se entregó un consentimiento informado, el cual, autoriza incluirlo como participante, se obtuvo información de la ficha sociodemográfica y se aplicó el inventario SISCO de estrés académico, la recolección de la información se realizó en varias sesiones, la cual, tuvo una duración de 30 minutos junto con la ficha sociodemográfica.

Posteriormente, se procedió a tabular e interpretar los datos obtenidos a través del Sistema de Análisis Estadístico (SPSS), el cual, tiene como procedimiento interpretar datos y analizarlo, por medio de gráficas y tablas estadísticas, de esta manera, se inicia el análisis de tipo estadístico descriptivo y con ello la interpretación relacional y así comprobar la hipótesis del estudio. No obstante, es fundamental que, en el futuro se realicen más indagaciones sobre los roles sociales en el Ecuador y sobre el estrés académico en las unidades educativas sobre todo crear estrategias para reconocer y reducir el nivel de estrés académico.

CAPÍTULO III. ANÁLISIS DE RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Análisis descriptivo de la evaluación psicológica

A continuación, los resultados obtenidos mediante la aplicación de la ficha sociodemográfica que han recogido características de los participantes e identificación de los roles sociales que generan estrés académico y del inventario SISCO de estrés académico mediante una escala independiente a través de ítems tipo likert conformado por escalas y subescalas de las dimensiones del inventario, se analizarán a nivel descriptivo.

3.1.1. Análisis descriptivo de la Ficha Sociodemográfica sección Roles Sociales

Para el estudio investigativo fueron considerados las variables de roles sociales, su identificación en función de la intensidad generada que influye en el desempeño académico. Los resultados, se despliegan a través de la frecuencia (f) en cada una de las categorías (ver tabla 13).

Tabla 13. Distribución de los grupos en función de la identificación de los roles sociales

Variables	Frec.			
	Mucho	Bastante	Poco	Nada
Identificación e intensidad del rol de estudiante	49	42	8	1
Identificación e intensidad del rol de padre/madre	34	9	2	55
Identificación e intensidad del rol de hijo/a	22	50	25	3
Identificación e intensidad del rol de hermano/a	6	38	48	8
Identificación e intensidad del rol de esposo/a	15	16	2	67
Identificación e intensidad del rol de ama de casa	15	20	26	39
Identificación e intensidad del rol de chofer	2	5	18	75
Identificación e intensidad del rol de comerciante	2	8	7	83
Identificación e intensidad del rol de amigo/a	6	13	74	7
Identificación e intensidad del rol de deportista	7	17	76	0

Identificación e intensidad del rol de costurero/a

1

3

8

88

Nota: 100 observaciones**Fuente:** Elaboración propia, 2021.

Adicionalmente, se añade una representación gráfica de forma ilustrativa de la distribución de los grupos en función de la identificación de los roles (ver gráfico 10).

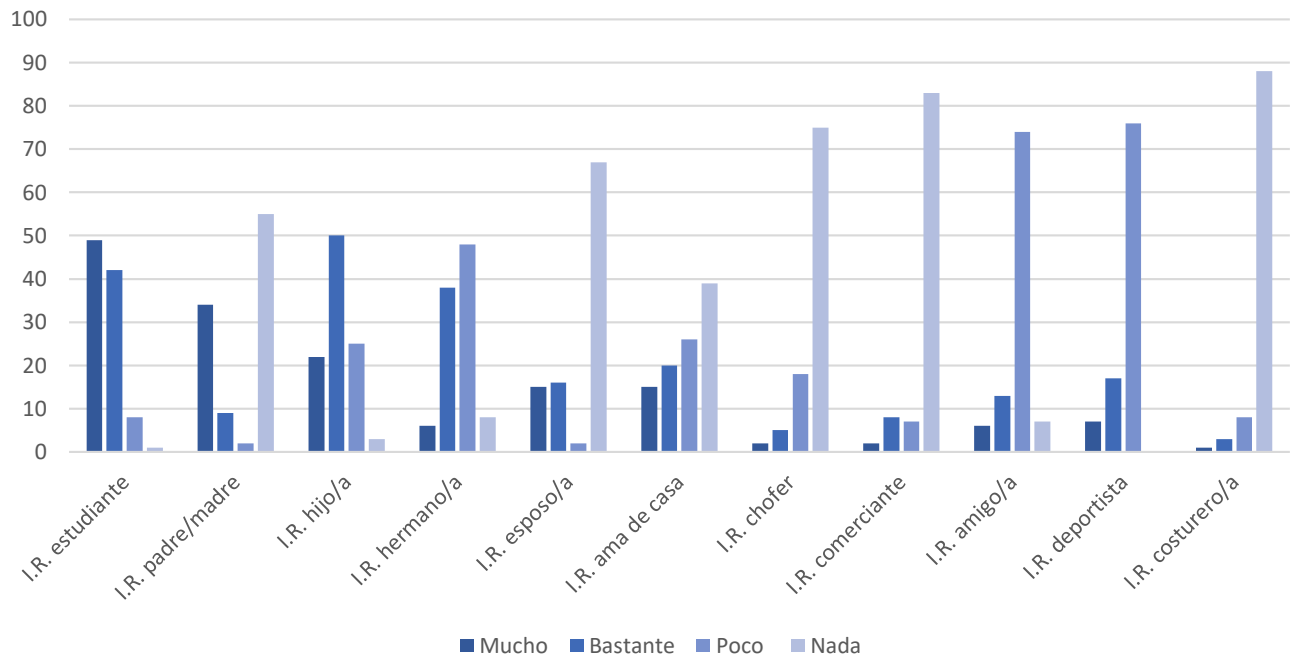


Gráfico 10. Representación gráfica de la población participante según la identificación de los roles sociales.

Se deduce que, dentro de la población estudiada la mayoría se identifica con el rol de estudiante, con el rol de padre/madre, el rol de hijo/a y el rol de hermano/a alrededor de la mitad de la población se sienten identificados, con el rol de esposo/a, el rol de chofer, el rol de comerciante y el rol de costurero/a más de la mitad de la población se sienten menos identificados, con el rol de ama de casa solo un tercio de la población se siente identificado, con el rol de amigo/a y el rol de deportista se sienten poco identificados. Como se deduce, los roles sociales son papeles sociales que desempeña la persona dentro de la sociedad, por ello, el rol posee condicionamiento externo e interno, según Bernand (1982) un condicionamiento externo que proviene del contexto

(representación social), es lo que se espera, una conducta adecuada dentro de un sistema de relaciones, y un condicionamiento interno, porque este sistema es internalizado en el proceso de desarrollo y construcción de identidad del sujeto (Citado en Podcamisky, 2006, p.180). El rol propiamente dicho tiene influencia del contexto y de modo particular tiene influencia de la singularidad y experiencias personales.

3.1.2. Análisis descriptivo del Inventario SISCO de Estrés Académico

El Inventario SISCO de estrés académico está formado por 3 áreas: estresores académicos, síntomas (reacciones físicas, psicológicas y comportamentales) y estrategias de afrontamiento, se precisa los resultados obtenidos mediante estadísticos descriptivos: media aritmética (\bar{x}), desviación estándar (s), asimetría (As) y curtosis (Cu) de cada factor que constituye el test, así como del resultado total de este (ver tabla 14).

Tabla 14. Estadísticos descriptivos de las puntuaciones directas del Inventario SISCO de estrés académico

Dimensiones	Media	Desviación estándar	Asimetría	Curtosis
Estresores Académicos	29,24	4,903	-0,357	0,840
Síntomas Total	43,26	9,300	0,873	1,223
Reacciones Físicas	16,66	4,493	0,574	-0,029
Reacciones Psicológicas	15,73	3,155	0,602	0,278
Reacciones Comportamentales	11,01	3,076	0,895	0,670
Estrategias de Afrontamiento	18,46	3,398	0,100	1,188
Global Estrés Académico	90,94	11,342	0,281	0,700

Nota: 100 observaciones

Fuente: Elaboración propia, 2021.

En los resultados descriptivos del Inventario Sisco, se obtuvo en la escala de estresores académicos valores de $\bar{x} = 29,24$, $s = 4,903$, $As = -0,357$ y $Cu = 0,840$, lo cual, muestra que los participantes encuentran situaciones o condiciones estresantes dentro de su ámbito académico, lo que provoca que el estudiante no cumpla adecuadamente con las demandas de la institución; y, además, causa desequilibrio que se manifiestan en una serie de síntomas; la segunda escala de síntomas totales valores de $\bar{x} = 43,26$, $s = 9,300$, $As = 0,873$ y $Cu = 1,223$, lo cual, indica presencia de manifestaciones físicas, psicológicas y comportamentales que altera el desenvolvimiento apropiado en el contexto escolar, en la subescala de reacciones físicas valores de $\bar{x} = 16,66$, $s =$

4,493, $As = 0,574$ y $Cu = -0,029$; en la subescala de reacciones psicológicas valores de $\bar{x} = 15,73$, $s = 3,155$, $As = 0,602$ y $Cu = 0,278$, en la subescala de reacciones comportamentales valores de $\bar{x} = 11,01$, $s = 3,076$, $As = 0,895$ y $Cu = 0,670$, lo cual, manifiesta que los participantes tienden a experimentar mayor sintomatología física y psicológica; y, baja incidencia de síntomas comportamentales en relación al estrés académico, la tercera escala de estrategias de afrontamiento valores de $\bar{x} = 18,46$, $s = 3,398$, $As = 0,100$ y $Cu = 1,188$, lo que significa que los participantes tienden en menor medida a manejar acciones específicas para afrontar los problemas de la vida estudiantil. Finalmente, en el global sisco $\bar{x} = 90,94$, $s = 11,342$, $As = 0,281$ y $Cu = 0,700$, lo que se interpreta que los estudiantes presentan un estrés académico moderado a grave, con predominancia de síntomas físicos y psicológicos.

3.1.3. Análisis de las categorías del Inventario SISCO de Estrés Académico

A continuación, se exhibe valores en base al grado de estrés académico total que experimentan los participantes. Se presentan las dimensiones de estrés académico en cuanto a su intensidad (leve, moderado, grave), con su porcentaje (%) (ver tabla 15).

Tabla 15. Análisis de las categorías del Inventario SISCO de estrés académico

Dimensiones	Leve	Moderado	Grave
	%	%	%
Estresores Académicos	0%	24%	76%
Global Síntomas	1%	78%	21%
Reacciones Físicas	6%	76%	18%
Reacciones Psicológicas	0%	65%	35%
Reacciones Comportamentales	11%	76%	13%
Estrategias de afrontamiento	2%	73%	25%
GLOBAL SISCO	0%	76%	24%

Nota: 100 observaciones

Fuente: Elaboración propia, 2021.

Como se observa, la dimensión de estresores académicos se encuentra que el 76% pertenecen a un nivel grave de estrés, lo cual, indica que los estudiantes perciben situaciones relacionadas a la competencia con los compañeros de grupo, la sobrecarga de tareas, la personalidad y carácter del profesor, las evaluaciones, el tipo de trabajo de los profesores, no entender los temas que se

abordan, la participación en la clase, el limitado tiempo de entrega de trabajos como un factor que genera estrés académico. Como lo indica Muñoz (2004) “algunas circunstancias relativas a la vida académica, como las actividades, las demandas o los conflictos, pueden provocar estrés en los estudiantes e influir de forma negativa en su bienestar y en su rendimiento” (citado en Vizoso y Arias, 2016, p. 91). Se determina que el 99% presenta estrés moderado y grave dentro de la investigación, por tanto, las reacciones físicas muestran un 76% y las reacciones psicológicas indican un 65% y las reacciones comportamentales un 76% por ello se deduce que existe un nivel moderado, lo cual, indica que los alumnos atraviesan por:

Reacciones físicas como: trastornos del sueño, fatiga crónica, dolores de cabeza, problemas de digestión, morderse las uñas y somnolencia o mayor necesidad de dormir, reacciones psicológicas como: incapacidad para relajarse, sentimientos de depresión y tristeza, ansiedad, angustia o desesperación, problemas de concentración y sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad y reacciones comportamentales como: conflicto o tendencia a polemizar y discutir, aislamiento de los demás, desgano para realizar labores académicas y aumento o reducción del consumo de alimentos (Bedoya, Matos y Zelaya, 2012, p. 264).

Por tanto, se concluye que las alteraciones físicas, psicológicas y comportamentales se presentan en un nivel alto frente a la alta demanda de estrés.

Por otro lado, las estrategias de afrontamiento se presentan con el 73% lo que indica un nivel moderado, como lo señala Solís y Vidal (2006) “el afrontamiento ayuda a identificar los elementos que intervienen en la relación dada entre situaciones de la vida estresantes y síntomas de enfermedad; y, además, actúa como regulador de la perturbación emocional” (p. 35). Por lo tanto, los estudiantes que utilizan estrategias de afrontamiento efectivas y funcionales reducen las consecuencias negativas del estrés.

El estrés académico, se encuentra en niveles moderado con el 76%, lo que denota que existen ciertos factores estresores que incrementan el nivel de estrés en los estudiantes, como señala Pineida (2020) “el impacto de las respuestas al estrés académico ocasiona la aparición de repercusiones intra e inter personales, aspecto emocional, bienestar físico, psicológico, comportamental y salud en general del estudiante” (p. 31). Como se ve, los agentes estresores ocasionan efectos en el organismo del estudiante y en el proceso académico.

3.1.4. Análisis correlacional entre el estrés académico SISCO y los roles sociales

Se muestra las correlaciones existentes entre las dimensiones del Inventario SISCO de estrés académico y los roles sociales con los que se identifica y generan estrés de los participantes de acuerdo al coeficiente de Spearman (ρ) de cada una de las variables analizadas (ver tabla 16).

Tabla 16. Análisis de correlaciones del inventario de estrés académico SISCO y roles sociales

	<i>R.P</i>	<i>R.M</i>	<i>R.HJO</i>	<i>R.HJA</i>	<i>R.HO</i>	<i>R.HA</i>	<i>R.ESO</i>	<i>R.ESA</i>	<i>R.AC</i>	<i>R.C</i>	<i>R.ES</i>	<i>R.CM</i>	<i>R.AM</i>	<i>R.DP</i>	<i>R.CST</i>
<i>G.EA</i>	-0,145	0,024	-0,066	0,043	0,024	-0,012	-0,021	0,028	0,070	-0,003	-0,053	0,145	-0,011	0,072	0,016
<i>R.P</i>	1	-,239*	,454**	-,435**	,324**	-,392**	,762**	-0,192	-,417**	,473**	0,034	0,058	-0,076	0,125	-0,111
<i>R.M</i>		1	-,527**	,506**	-,471**	,482**	-,212*	,804**	,574**	-,389**	0,072	-0,107	-,223*	-,403**	0,042
<i>R.HJO</i>			1	-,958**	,934**	-,862**	,402**	-,424**	-,875**	,687**	0,074	,248*	0,072	,275**	-,245*
<i>R.HJA</i>				1	-,893**	,901**	-,385**	,442**	,874**	-,700**	-0,077	-,288**	0,014	-,248*	,255*
<i>R.HO</i>					1	-,843**	,411**	-,366**	-,811**	,657**	0,072	,258**	0,165	,239*	-,239*
<i>R.HA</i>						1	-,347**	,445**	,773**	-,623**	-0,086	-,241*	-0,009	-,281**	,284**
<i>R.ESO</i>							1	-0,170	-,369**	,485**	0,030	,200*	0,068	0,093	-0,098
<i>R.ESA</i>								1	,462**	-,299**	0,058	-0,100	0,026	-,324**	0,038
<i>R.AC</i>									1	-,622**	-0,080	-,209*	-0,089	-,271**	,267**
<i>R.CH</i>										1	-0,165	,339**	0,140	,238*	-0,128
<i>R.ES</i>											1	0,041	-0,023	0,056	0,034
<i>R.CM</i>												1	0,093	0,043	-0,134
<i>R.AM</i>													1	0,129	0,076
<i>R.DP</i>														1	0,047
<i>R.CST</i>															1

Simbología: G. EA: Global de Estrés Académico, R.P: Rol de Padre, R.M: Rol de Madre, R. HJO: Rol de Hijo, R. HJA: Rol de Hija, R. HO: Rol de Hermano, R. HA: Rol de Hermana, R. ESO: Rol de Esposó, R. ESA: Rol de Esposa, R. AC: Rol de Ama de Casa, R. C: Rol de Conductor, R. EST: Rol de Estudiante, R. CM: Rol de Comerciante, R. AM: Rol de Amigo/a, R. DP: Rol de Deportista, R. CST: Rol de Costurero/a.

Fuente: Elaboración propia, 2021.

En cuanto a la correlación realizada entre las variables de estudio encontramos que no existe relación entre Global de Estrés Académico y el Rol de padre ($\rho = -.145$; $p < 0,01$), no hay relación entre Global de Estrés Académico y el Rol de madre ($\rho = ,024$; $p < 0,01$), no hay relación entre Global de Estrés Académico y el Rol de hijo ($\rho = -,066$; $p < 0,01$), no hay relación entre Global de Estrés Académico y el Rol de hija ($\rho = ,043$; $p < 0,01$), no hay relación entre Global de Estrés Académico y el Rol de hermano ($\rho = ,024$; $p < 0,01$), no hay relación entre Global de Estrés Académico y el Rol de hermana ($\rho = -,012$; $p < 0,01$), no hay relación entre Global de Estrés Académico y el Rol de esposo ($\rho = -,021$; $p < 0,01$), no hay relación entre Global de Estrés Académico y el Rol de esposa ($\rho = ,028$; $p < 0,01$), no hay relación entre Global de Estrés Académico y el Rol de ama de casa ($\rho = ,070$; $p < 0,01$), no hay relación entre Global de Estrés Académico y el Rol de conductor ($\rho = -,003$; $p < 0,01$), no hay relación entre Global de Estrés Académico y el Rol de estudiante ($\rho = -,053$; $p < 0,01$), no hay relación entre Global de Estrés Académico y el Rol de comerciante ($\rho = ,145$; $p < 0,01$), no hay relación entre Global de Estrés Académico y el Rol de amigo/a ($\rho = -,011$; $p < 0,01$), no hay relación entre Global de Estrés Académico y el Rol de deportista ($\rho = ,072$; $p < 0,01$), no hay relación entre Global de Estrés Académico y el Rol de costurero/a ($\rho = ,016$; $p < 0,01$).

Es por ello que los resultados obtenidos indican que la correlación no existe entre dichas variables, es decir, que el rol social no es un predictor del estrés académico. De esta forma, se entiende que los roles sociales mencionados no tienen relación en el estrés académico, y por tanto la hipótesis nula (H_0) se acepta y se rechaza la hipótesis alternativa (H_1), se infiere que “lograr comprobar o rechazar la hipótesis que se ha elaborado previamente, comparando su enunciado teórico con los hechos empíricos, es el objetivo fundamental de todo estudio que pretenda explicar algún campo de la realidad” (Espinoza, 2018, p. 135). Finalmente, se concluye que los principales estresores académicos son: los exámenes, la sobrecarga de tareas y la personalidad y el carácter del profesor, es por ello, que conocer cómo enfrentar el estrés previene las consecuencias o efectos adversos del estrés académico (Toribio y Franco, 2016). Sin embargo, autores como Alfonso, et al., (2015) indican que entre los factores relacionados en el estrés académico cabe incluir a moderadores biológicos, psicosociales, psicoeducativos y socioeconómicos que inciden en todo proceso de estrés. De acuerdo con todo lo expuesto, se señala que, aunque no existe asociación entre las variables de investigación se asume que existe otros factores que generen estrés académico (ver gráfico 8) factores externos o internos del

estudiante, como la complejidad del aprendizaje, la infructuosa metodología del profesor, la metodología del estudio ineficiente, la dificultad en el análisis y razonamiento, los problemas de concentración, los problemas de salud, los conocimientos previos débiles y el ritmo de aprendizaje lento.

CONCLUSIONES

- La investigación bibliográfica y la fundamentación teórica de las variables roles sociales y los distintos elementos que engloban el estrés académico en los estudiantes de bachillerato acelerado de la campaña Todos ABC del proyecto del Ministerio de Educación (MINEDUC), permitió comprender que aquellas exigencias o demandas del ambiente escolar (estresores académicos) el estudiante las percibe como amenazantes (agente estresor) las cuales generan reacciones físicas, psicológicas y comportamentales, que afecta el desempeño y bienestar del alumno dentro o fuera de su escenario académico, así como, en sus distintos roles sociales.
- La medición de las variables a través de los instrumentos estandarizados y el consecuente análisis descriptivo demuestra por medio de la ficha sociodemográfica que la variable sexo se caracteriza por presentar un nivel de participación de hombres del 39% y de mujeres del 61% dentro de la Campaña Monseñor Leonidas Proaño. Con respecto, al inventario SISCO de estrés académico en sus subdimensiones se encuentra una media de $(X) = 29,24$ en estresores académicos, una media de $(X) = 43,26$ en global síntomas, una media de $(X) = 18,46$ en estrategias afrontamiento, estas se presentan con mayor predominio, lo cual, muestra que los estudiantes presentan niveles de estrés entre moderado - grave de acuerdo a las dimensiones estresores académicos, reacciones físicas, psicológicas y comportamentales; y, estrategias de afrontamiento.
- Los resultados del análisis correlacional realizado indica que no existe relación entre el estrés académico y los roles sociales, es decir, para este estudio se rechazó la hipótesis alternativa debido a que las variables son independientes. Es decir, que los distintos roles sociales que una persona desempeña no es un predictor que influya en el estrés académico de los estudiantes.

RECOMENDACIONES

- Debido a las escasas y ambiguas fundamentaciones bibliográficas y limitadas investigaciones científicas sobre los roles sociales y el estrés académico a nivel nacional y extranjero, se propone abordar la temática en próximos estudios, las cuales, permitan comprender íntegramente este fenómeno.
- En la presente investigación se llegó a la conclusión de que los estudiantes presentan un nivel de estrés moderado-grave de estrés académico, por ello, se recomienda la prevención y afrontamiento del estrés académico junto a la planificación de actividades y técnicas de estudio, practicar actividades recreativas, mantener estilos de vida saludable, y diversos métodos para disminuir los niveles de estrés que genera el ambiente escolar, familiar y laboral en el que se involucre el estudiante.
- Dado que la correlación entre las variables de estudio es baja, se recomienda investigar sobre otros elementos que se relacionen con el estrés académico, es decir, no hay que buscar el estrés académico desde el rol social y buscar la verdadera causa, tal como la sobrecarga de tarea o trabajos escolares, las evaluaciones y la metodología impuesta por el profesor es la fuente de estrés, puesto que, mediante los instrumentos, se identificó que estos son componentes que prueban para el estudiante la concepción de niveles de estrés académico que perturban su vida diaria.
- Al tomar en cuenta que el estudio se realizó gracias a la apertura de las unidades educativas donde se ejecutan la Campaña Todos ABC, Alfabetización, Educación Básica y Bachillerato Monseñor Leonidas Proaño, que tiene el objetivo de completar la educación y dar continuidad a la formación de los ecuatorianos de la provincia de Tungurahua, se recomienda para futuras indagaciones que consideren a estos estudiantes, con el objetivo de adquirir fundamentos más precisos acerca de la temática expuesta, que se pretenda medir, así como la posibilidad de acercarse más a la realidad social actual.

- Se recomienda la planificación de procesos de intervención para afrontar el estrés por medio del DECE (Departamento de Consejería Estudiantil) de la institución educativa y sus colaboradores.

BIBLIOGRAFÍA

- Acuña, I. (2007). "Mujeres que estudian". *Iberoforum. Revista de Ciencias Sociales de la Universidad Iberoamericana*, II (4), 1-23.
- Albuja, M. (2012). *Respuestas de estrés y estrategias de afrontamiento frente al proceso de ejecución de tesis en alumnos de quinto año*. Informe final del Trabajo de Titulación de Psicóloga Clínica. Carrera de Psicología Clínica. Quito: UCE. 86 p.
- Aldeguer, M., & Ecos, E. (2003). *Hablemos de consentimiento informado*. Madrid. Servicio de aparato digestivo. Hospital Gregorio Marañón.
- Alfonso, B., Calcines, M., Monteagudo de la Guardia, R., & Nieves, Z. (2015). Estrés académico. *EDUMECENTRO*, 7(2), 163-178.
- Almonte V., C., Montt S., M., y Correa D., A. (2009). *Psicopatología infantil y de la adolescencia*. 1e. Santiago de Chile, Chile: Mediterráneo.
- Alvear, S., & Larroche, C. (2017). *Un estudio monográfico sobre la observación científica como contenido de enseñanza en las ciencias naturales*. Cali, Valle del Cauca: Universidad del Valle.
- American Psychological Association. (2010). *Los distintos tipos de estrés*.
- Arguedas, I., & Jiménez, F. (2007). Factores que promueven la permanencia de estudiantes en la educación secundaria. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*. 7(3). Universidad de Costa Rica.
- Baptista, P., Fernández, C., & Hernández, R. (2006). *Metodología de la Investigación*. México D.F.: McGraw Hill.
- Blas, K., García, M. (2017). *Factores externos y la dificultad en el aprendizaje de las matemáticas en estudiantes de secundaria*. Unidad Nacional de Trujillo.
- Barraza, A (2006). *Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico*. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala* 9(3). Universidad Nacional Autónoma de México. Facultad de Estudios Superiores Iztacala.
- Barraza, A. (2007a). *El Inventario SISCO del Estrés Académico*. *INED*, 89-93.
- Barraza, A. (2007b). *Estrés académico: un estado de la cuestión*.
- Barraza, A. (2007c). *El Inventario Sisco de Estrés Académico*. Durango: Universidad Pedagógica de Durango.

- Barraza, A., Silerio, J. (2008). El Estrés Académico en alumnos de educación media superior: un estudio comparativo. *Universidad Pedagógica de Durango*, 48-65.
- Bedoya, F., Matos, L., & Zelaya, E. (2012). Niveles de estrés académico, manifestaciones psicosomáticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima en el año 2012. *Rev Neuropsiquiatr* 77(4).
- Berrío, N., & Mazo, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 65-82.
- Blanco, K., Castillo, N., Castro, Y., Downs, A., & Romero, E. (2015). Estrés académico en los estudiantes del área de la salud en una universidad pública. Cartagena: Universidad de Cartagena.
- Caldera, J., et al. (2017). Modelo explicativo y predictivo de respuestas de estrés académico en bachilleres. *Ansiedad y Estrés*.
- Castillo, C., Chacón de la Cruz, T., & Díaz-Véliz. (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en Educación Media* 5(20). 230-237.
- Cerna, R. (2018). Estrategias de aprendizaje y estrés académico en estudiantes universitarios de primer ciclo de la facultad de psicología de una Universidad Privada de Lima. Perú: Lima.
- Cevallos, M. (2015). El conflicto y ambigüedad de rol de los docentes-investigadores-guías de tesis universitarios estrategias de afrontamiento y perfil de competencias. Universidad Casa Grande. Maestría en educación superior: innovaciones pedagógicas e investigación.
- Chanes, H., Pérez, M., & Castello, L. (2010). Guía sobre el manejo y prevención del estrés laboral. México.
- Cira de Pelekais. (2000). Métodos cuantitativos y cualitativos: diferencias y tendencias. *Telos* Vol. 2(2): 347-352.
- Cubillos, J. (2017). Maternidad adolescente, entre la escolarización y el fracaso escolar. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"* 17(1); 1-22.
- Díaz, C. (2015). Validez y Confiabilidad del Cuestionario Cope en Adolescentes escolares en una zona rural del estado de México. Universidad Autónoma del Estado de México. 7-84.

- Domínguez, R., Guerrero, G., & Domínguez, J. (2015). Influencia del estrés en el rendimiento académico de un grupo de estudiantes universitarios. *Educación y ciencia*, 4(43), 31-40.
- Duval, F., González, F., & Rabia, H. (2010). Neurobiología del estrés. *Rev. Chil. Neuro-Psiquiat* 48(4); 307-318.
- Echeverría, J (2012). *Estudio y trabajo en estudiantes de primer año: características, motivación e implicaciones. IV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XIX Jornadas de Investigación VIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires*
- Espinoza, A., Pernas, I., & González, R. (2018). Consideraciones teórico metodológicas y prácticas acerca del estrés. Universidad de Cuenca. Facultad de Psicología. Cuenca: Azuay. *Humanidades Médicas*. 18(3). 697-717.
- Espinoza, E. (2018). La hipótesis en la investigación. *Mendive* 16(1). 122-139
- Fernández, H., & Solari, G. (2017). Prevalencia del Estrés Asociado a la Doble Presencia y Factores Psicosociales en Trabajadores Estudiantes Chilenos. *Ciencia & Trabajo* 19(60)
- Frías, S. (2020). Tensiones y conflictos entre roles y responsabilidades en distintas esferas de la vida. El caso de una institución de la administración pública federal mexicana. *Revista Interdisciplinaria de Estudios de Género de El Colegio de México*, 6, e390, dossier Género y Trabajo.
- Fundación para la promoción de la mujer. (1997). Roles y estereotipos.
- García, J. (2004). Estudios descriptivos. *Nure Investigación*, No. 7.
- Garrido, M., & Marchán, M. (2010). *Escala de adopción al Rol Materno*. Trujillo-Perú.
- Garrido, M., & Marchán, M. (2011). *Adopción del rol materno en madres adolescentes primerizas según grupo de convivencia*. *Rev. Psicol.* 13(1): 11-28. Trujillo(Perú).
- González, M. (2010). El alumno ante la escuela y su propio aprendizaje: algunas líneas de investigación en torno al concepto de implicación. Reice. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 8(4),10-31.
- Baptista, P., Hernández, R., & Fernández, C. (2010). *Metodología de la Investigación*.
- Jaimes, R. (2008). Validación del Inventario Sisco de Estrés Académico en adultos jóvenes de la Universidad Pontificia Bolivariana Seccional Bucaramanga.
- Lamas, H. (2015). Sobre el rendimiento escolar. *Propósitos y Representaciones*, 3(1), 313-386.

- Lazarus, R. & Folkman, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. *Evaluación, afrontamiento y consecuencias adaptativas*. Nueva York: Martínez Roca.
- Legazpe, N. (2016). Decisiones de formación de la pareja y maternidad en las mujeres españolas. *Revista de Economía Aplicada*, XXIV (72), 23-45.
- Mansilla, F. (2011). Consecuencias del estrés de rol. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, 57(225). 361-370.
- Martín, I. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología*. 7(1). Colegio Oficial de Psicología de Andalucía Occidental y Universidad de Sevilla. 87-99.
- Maturana, H., & Vargas, S. (2015). El estrés escolar. *Revista Médica Clínica Las Condes*. 26(1). 24-41.
- Mendiola, J. (2010). El manejo del Estrés Académico en estudiantes universitarios: una propuesta de intervención. Tesis que para obtener el título de licenciada en psicología.
- Ministerio de Educación del Ecuador. (2011). Definiciones referidas a la estructura del sistema educativo. Dirección Nacional de Información y Evaluación de la Calidad Educativa. Argentina.
- Ministerio del Ecuador. (2011). Educación para personas con escolaridad inconclusa.
- Ministerio de Educación del Ecuador. (2012). Proyecto de Educación Básica de Jóvenes y Adultos – EBJA.
- Ministerio de Educación del Ecuador. (2020). 8 de septiembre: Día Internacional de la Alfabetización.
- Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2),171-190.
- Núñez, K. (2012). Encuesta Sociodemográfica. Obtenido de <https://prezi.com/fjkybp0oqbsv/encuesta-sociodemografica/?webgl=0>
- Organización Mundial de Salud. (2004). La organización del trabajo y el estrés. Stavroula L.
- Orlandini, A. (2012). El estrés, qué es y cómo evitarlo. México, D.F.: Fondo de cultura económica.
- Oloriz, M., & Fernández, J. (2000 – 2010). Relación entre las características del estudiante al momento de iniciar estudios superiores y el abandono en la universidad nacional de Luján durante el período 2000-2010. Tercera Conferencia Latinoamericana sobre el Abandono en la Educación Superior. Universidad Nacional de Luján. Argentina.

- Quezada, L., & González M. (2012). El papel de los estresores y las condiciones de estado civil para explicar la depresión y el estrés en adolescentes gestantes. *Psicología desde el Caribe*, 29(1). Universidad Autónomas de Nuevo León: México.
- Pérez, L., & Ochoa, A. (2017). La participación de los estudiantes en una escuela secundaria. Retos y posibilidades para la formación ciudadana. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 22(72),179-207.
- Pineida, C. (2020). Nivel de estrés académico de los estudiantes de Psicología Educativa y Orientación de la Universidad Central del Ecuador, en el período de estudio julio-noviembre 2019. Universidad Central del Ecuador: Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación. Carrera de Psicología Educativa y Orientación.
- Podcamisky Garber, M. (2006). *El rol desde una perspectiva vincular. Reflexiones*, 85 (1-2), 179-187.
- Ramos, C. (2015). Los paradigmas de la Investigación Científica. *Av. psicol.* 23(1).
- Ramírez, M., Devia, Ramón & León, R (2011). Pobreza y rendimiento escolar: estudio de caso de jóvenes de alto rendimiento. *Educere*, 15 (52), 663-672.
- Ramírez, J., & González, M. (2012). Estrategias cognitivo-conductuales para el manejo del estrés en alumnos mexicanos de bachillerato internacional. *Alternativas en psicología* 16(26).
- Rivera, J. (2010). Definiciones de estrés. Síntesis. Madrid. 13-20.
- Roblero, J. (2017). *Estrés académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias Psicológicas de la Universidad Central del Ecuador*. Informe final del trabajo de titulación para la obtención del Título de Psicólogo Clínico. Carrera de Psicología Clínica. Quito: UCE. 97 p.
- Rojas, G., Chang, S., Delgado, L., Oliveros, L., Murillo, D., Ortiz, R., Vela, G., & Yhuri, N. (2015). Niveles de estrés y formas de afrontamiento en estudiantes de Medicina en comparación con estudiantes de otras escuelas. *Gac Med Mex*. 443-449.
- Román, C., & Hernández, Y. (2011). El estrés académico: una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. Universidad Nacional Autónoma de México: Facultad de Estudios Superiores Iztacala. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. 14(2).

- Romero, J. F. (2009). Dificultades en el Aprendizaje: Unificación de Criterios Diagnósticos. *Consejería de Educación: Junta de Andalucía*.
- Ruiz, C., & Solís, R. (2012). Maternidad y rendimiento académico en madres estudiantes de la facultad de trabajo social UNCP-2009. Perú: Huancayo.
- Salazar, R. (2014). Sistema educativo ecuatoriano. Una revisión histórica hasta nuestros días.
- Sierra, J., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-estar e Subjetividade/Fortaleza*. 1(3). 10-59.
- Silva, J., Maturana, D. (2017). Una propuesta de modelo para introducir metodologías activas en educación superior. *Innovación Educativa* 17(7).
- Spinetto, M. (2014). Abordaje Cognitivo Conductual del Trastorno por Estrés Posttraumático. *Universidad Nacional Autónoma de México*, 25.
- Toribio, C, Franco, S. (2016). El enemigo silencioso del estudiante. *Salud y Administración* 3(7). 11-18
- Torrico, E., Santín, C., Andrés, M & Menéndez, S. (2002). El modelo ecológico de Bronfrenbrenner como marco teórico de la Psicooncología. *Anales de Psicología* 18(1). 45-59. Murcia: España.
- Trucco, M. (2002). Estrés y trastornos mentales: aspectos neurobiológicos y psicosociales. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 40(2), 8-19.
- Valencia, J. (1993). “Gizakiaren eraikuntza soziala: gizabanako aerrol-jokalari gisa”. *Psikologia sozialera hurbiltzeko zenbait gai*. UPV, Bilbo, 4. Gaia: 70-78.
- Vásquez, B., Alarcón, E. (2019). Factores de bienestar universitario: atención de la diversidad para el éxito académico.
- Weisz, C. (2017). La representación social como categoría teórica y estrategia metodológica. *CES Psicología*, 10 (1), 99-108.
- Velasco, J., Villamar, C. (2019). El estrés académico y su influencia en el rendimiento general de los estudiantes de la carrera de psicología de la Universidad Estatal de Milagro.
- Vizoso, M., Arias., O. (2016). Estresores académicos percibidos por estudiantes universitarios y su relación con el burnout y el rendimiento académico. *Universidad de Barcelona*. 90-97.

ANEXO B: FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

Marque con una **X** o responda en caso de ser necesario, todas las preguntas son obligatorias:

Curso:	Paralelo:
---------------	------------------

1. DATOS INFORMATIVOS

Edad:	Sexo:	
	Masculino ()	Femenino ()

Estado Civil:	Soltero/a ()	Casado/a ()	Divorciado/a ()	Viudo/a ()	Unión Libre ()
----------------------	---------------	--------------	------------------	-------------	-----------------

2. ORGANIZACIÓN FAMILIAR

Vive con:	Padres ()	Padre ()	Madre ()	Solo/a ()	Pareja ()	Hijos ()	Otros ()
Hijos:	Si () No ()						

3. ECONOMÍA

Situación económica familiar:	Muy buena ()	Buena ()	Regular ()	Mala ()
--------------------------------------	---------------	-----------	-------------	----------

4. ESTUDIO Y TRABAJO

Estudio	Si ()	No ()
Materias difíciles	Matemáticas () Física () Química () Inglés () Educación Física () Lengua y Literatura () Ciencias Sociales () Emprendimiento y Gestión () Ninguna ()	
¿Por qué?	Complejidad del aprendizaje () Infructuosa metodología del profesor () Metodología de estudio ineficiente () Difícil análisis y razonamiento () Problemas de concentración () Problemas de salud ()	

	Conocimientos previos débiles () Ritmo de aprendizaje lento () Ninguna ()
Trabajo	Si () No ()

5. ESTADO GENERAL DE SALUD d

Muy buena ()	Buena ()	Regular ()	Mala ()
---------------	-----------	-------------	----------

6. IDENTIFICACIÓN DE ROLES

Nota: los roles sociales son distintos papeles sociales que se desempeña en una sociedad.

- **¿En qué intensidad te identificas con el rol de estudiante?**

Mucho () Bastante () Poco () Nada ()

- **¿Con qué otro rol social u otros roles sociales te identificas? ¿Y en qué intensidad?**

Intensidad Roles Sociales	Mucho	Bastante	Poco	Nada
Padre				
Madre				
Hijo				
Hija				
Hermano				
Hermana				
Esposo				
Esposa				
Ama de casa				
Conductor / a				
Comerciante				
Amigo / Amiga				
Deportista				
Costurero / a				
Otros (especifique)				

- **¿Sientes que los otros roles sociales que has seleccionado en la tabla anterior te generan estrés, afectando tu rendimiento académico?**

Sí () No ()

- **De ser SÍ tu respuesta, en la siguiente tabla, señala el nivel de estrés que te generan los roles sociales con los que te identificas y que están influyendo en tu desempeño académico.**

Intensidad Roles Sociales	Insoportable	Intenso	Moderado	Leve	Nada
Padre					
Madre					
Hijo					
Hija					
Hermano					
Hermana					
Esposo					
Esposa					
Ama de casa					
Conductor / a					
Comerciante					
Amigo / Amiga					
Deportista					
Costurero / a					
Otros (especifique)					

ANEXO C: INVENTARIO SISCO DE ESTRÉS ACADÉMICO

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta a este cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo.

1. Durante el transcurso de este año lectivo ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

- Sí
 No

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

3. En una escala del (1) al (5) donde (1) es **Nunca**, (2) es **Rara vez**, (3) es **Algunas veces**, (4) es **Casi siempre** y (5) es **Siempre**, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
La competencia con los compañeros del grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
La personalidad y el carácter del profesor					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
No entender los temas que se abordan en la clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra (Especifique)					

4. En una escala del (1) al (5) donde (1) es **Nunca**, (2) es **Rara vez**, (3) es algunas veces, (4) es **Casi siempre** y (5) es **Siempre**, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

Reacciones físicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Reacciones psicológicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Reacciones comportamentales					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Otras (especifique)					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre

5. En una escala del (1) al (5) donde (1) es **Nunca**, (2) es **Rara vez**, (3) es **Algunas veces**, (4) es **Casi siempre** y (5) es **Siempre**, señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
Elogios a sí mismo					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
Otra (especifique)					

