



Pontificia Universidad  
Católica del Ecuador

Sede  
Ambato

## **ESCUELA DE PSICOLOGÍA**

### **Tema:**

“EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO  
ACADÉMICO EN UNA MUESTRA DE ADOLESCENTES”

**Proyecto de investigación previo a la obtención del título de Psicóloga Clínica**

### **Línea de investigación:**

Desarrollo Humano y Salud Mental

### **Autora:**

MARÍA BELÉN LASLUIA CHACHA

### **Directora:**

DRA. LUCÍA ALMEÍDA MARQUEZ MG.

**Ambato – Ecuador**

**Diciembre 2020**

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR “SEDE AMBATO”**

**HOJA DE APROBACIÓN**

**Tema:**

“EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN UNA MUESTRA DE ADOLESCENTES”

**Línea de investigación:**

DESARROLLO HUMANO Y SALUD MENTAL

**Autora:**

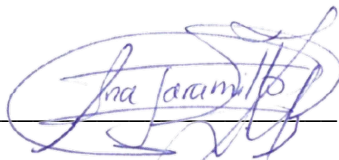
MARÍA BELÉN LASLUIA CHACHA

Lucía Almeida Márquez, Dra. Mg.

f. 

**CALIFICADORA**

Ana Elizabeth Jaramillo Zambrano, Ps, Mg.

f. 

**CALIFICADORA**

Sandra Elizabeth Santamaría Guisamana, Ps, Mg.

f. 

**CALIFICADORA**

Varna Hernández Junco, PhD.

f. 

**DIRECTORA DE LA ESCUELA DE PSICOLOGÍA**

Hugo Rogelio Altamirano Villaroel, Dr.

f. 

**SECRETARIO GENERAL PUCE-A**

Ambato – Ecuador

Diciembre 2020

## DECLARACIÓN DE AUTENCIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo: **MARÍA BELÉN LASLUIA CHACHA**, con CC. **1804720751** autora del trabajo de graduación intitulado: “EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN UNA MUESTRA DE ADOLESCENTES”, 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 de sitio web de la Biblioteca de la PUCE Ambato, el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de Universidad

Ambato, Diciembre 2020



**MARÍA BELÉN LASLUIA CHACHA**  
CC. 180472075-1

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a Dios, por sus bendiciones durante este proceso universitario. A mis padres, porque estuvieron a mi lado hasta alcanzar este propósito sin renunciar a pesar de las dificultades y obstáculos presentes a lo largo de mi vida. Gracias por la motivación, los consejos, los jalones de oreja, por la compañía, el apoyo incondicional y el amor que me han demostrado durante este largo camino recorrido. Este logro tiene como base el esfuerzo, lagrimas, sacrificios y deseos de superación, sin ello nada de esto sería posible. A mis hermanos por brindarme ese apoyo incondicional, por enseñarme a seguir adelante, por los consejos, especialmente a mi hermana, ha sido ella mi ejemplo de superación, constancia y perseverancia a lo largo de este proceso. A mis docentes, por haber sido los encargados en mi formación profesional basada en valores y por difundir ese amor hacia la Psicología. Llevaré conmigo sus conocimientos no solo profesionales sino también, sus consejos de vida.

## DEDICATORIA

A él, que se robó mi corazón, desde el primer instante que me miró.

A él que con sus abrazos y besos llena mis días de alegría.

A él que toma mi mano para guiarse.

A él por quien daría hasta mi último aliento.

A él que es un Ángel y me llama “Mama”.

A él que con tal solo una mirada y una sonrisa es capaz de convertir un día entero.

Simplemente a él por darme la felicidad y la fuerza para continuar.

Para mi Nicolás.

Desde el primer día que te tuve en mis brazos, y sentí tu pequeño corazón junto al mío supe que debía esforzarme cada día por ti. Este, es solo el principio de un hermoso inicio juntos y seguiré hasta verte convertido en el gran hombre que serás.

Te amo.

## **RESUMEN**

La presente investigación tiene como objetivo determinar la relación existente entre el estrés académico y el rendimiento académico en estudiantes de una Unidad Educativa Particular. El estudio realizado es una investigación con un enfoque empírico cuantitativo, de alcance descriptivo correlacional y de corte transversal. Dentro del proceso investigativo, se contó con la participación de estudiantes adolescentes quienes cursan el Primer Año de Bachillerato del periodo académico 2019 – 2020. En el estudio, se seleccionó una muestra de 154 estudiantes, se utilizó criterios de inclusión y exclusión. Los cuestionarios aplicados a los estudiantes fueron: Inventario SISCO de Estrés Académico ( $\alpha = 0,90$ ) y la Escala de Autoestima en adolescentes AUD-DAT ( $\alpha = 0,645$ ). Los resultados obtenidos demuestran que existe la presencia de estrés académico en niveles moderados. Por otro lado, en el análisis correlacional, se obtuvo como resultado una correlación muy baja significativa lo que es interpretado como una relación de ausencia de variables ( $r = -0,135$ ) por lo tanto, el estrés académico no es un predictor del rendimiento académico. En base al presente análisis, se concluye que: el estrés académico no influye sobre el rendimiento académico, por tanto, se tomarán en cuenta las variables demográficas tales como lugar de residencia, sexo, tipo de familia, relación con el maestro, son un predictor para, que se genere estrés en los adolescentes.

**Palabras Clave:** estrés académico, rendimiento académico, adolescencia

## **ABSTRACT**

This study aims to determine the relationship between academic stress and academic performance in students of a Private Educational Institute. The study carried out is an investigation with a quantitative empirical approach, descriptive correlational scope and cross-section. The study was assisted by the participation of teenage students who are completing the First Year of high school of the academic period 2019-2020. In the study, a sample of 154 students were selected using inclusion and exclusion criteria. The questionnaires applied to the scholars were: The SISCO Inventory of Academic Stress ( $\alpha = 0.90$ ) and the AUD-DAT SelfEsteem Scale in adolescents ( $\alpha = 0.645$ ). The results obtained show that there is the presence of academic stress at moderate levels. On the other hand, in the correlational analysis, a very low significant correlation was obtained, which is interpreted as a relationship of absence in the variables ( $r = -0.135$ ). Therefore, it is suggested that academic stress is not a predictor of academic performance. Based on the current analysis, the conclusion is that: Academic stress does not influence on academic performance, but demographic variables must be taken into consideration such as address, gender, type of family, relationship with the teacher, since they generate stress on adolescents.

**Keywords:** academic stress, academic performance, adolescents

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

### PRELIMINARES

DECLARACIÓN DE AUTENCIDAD Y RESPONSABILIDAD .....	iii
AGRADECIMIENTO .....	iv
DEDICATORIA.....	v
RESUMEN .....	vi
ABSTRACT .....	vii
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPITULO 1: MARCO TEORICO .....	6
1.1    Estrés Académico .....	6
1.1.1 Definición del estrés .....	6
1.1.2 Características del estrés .....	7
1.1.3 Causas .....	8
1.1.4 Tipos de Estrés.....	8
1.2 Estrés Académico .....	9
1.2.1 Estresores Académicos .....	12
1.1.1    Fases del estrés académico.....	13
1.1.2    Causas y consecuencias del estrés académico.....	14
1.1.3    Estrés en los adolescentes .....	15
1.3 Rendimiento Académico.....	17
1.3.1 Definición .....	17
1.3.2 Factores que intervienen en el rendimiento académico .....	18
1.3.3 Clasificación del rendimiento académico .....	22
CAPITULO II: DISEÑO METODOLÓGICO.....	24
2.1 Metodología de la Investigación.....	24
2.2 Técnicas e Instrumentos.....	25
2.2.1 Técnicas .....	25
2.2.2. Instrumentos.....	26
2.3 Participantes y Características sociodemográficos .....	32
2.4 Procedimiento Metodológico.....	38
CAPITULO III: ANALISIS DE RESULTADOS DE LA INVESTIGACION .....	40
CONCLUSIONES.....	50
RECOMENDACIONES .....	51
BIBLIOGRAFÍA .....	52
ANEXOS.....	59

ANEXO 1: Autorización de la institución para aplicar reactivos psicológicos .....	59
ANEXO 2: Consentimiento informado para el adolescente.....	60
ANEXO 3: Carta de consentimiento informado para el padre de familia.....	61
ANEXO 4: Ficha sociodemográfica.....	62
ANEXO 5: Inventario Sisco de estrés académico .....	64
ANEXO 6: Escala de autoestima en adolescentes (AUD-DAT).....	66

## INTRODUCCIÓN

El objetivo de este proyecto de titulación es relacionar el estrés académico y el rendimiento académico en una muestra de adolescentes, el cual es un tema de relevancia, dado que los adolescentes pasan por un proceso de transición y de cambios constantes a nivel académico, social, y emocional por lo que presentan más responsabilidades y obligaciones. Uno de los factores más involucrados en el estrés académico, que se da en los estudiantes sucede por las demandas (factores estresores) como la sobrecarga de deberes, tiempo limitado, dificultades metodológicas, el número de materias que reciben. Por ello, se realizará un análisis de las referencias teóricas y prácticas del estrés académico y el rendimiento académico en los adolescentes.

Con relación a los antecedentes teóricos de la presente investigación, se menciona que el estrés académico, se da por una interacción del individuo con estímulos que activan al estudiante y lo ponen en alarma y a estos, se los denomina estresores académicos como: sobrecarga de tareas, competencia entre compañeros, evaluaciones, tipo de trabajos, intervención en el aula, realizar exámenes. Según Maturana & Vargas, 2015 “Los adolescentes en etapa escolar, se ven enfrentados a situaciones de alta demanda y requieren del despliegue de todas sus capacidades de afrontamiento para adaptarse a los estresores tanto internos como externos” (p.35). Los estudiantes en esta etapa, se enfrentan a situaciones estresantes que vienen tanto del medio externo como interno.

Además, el estrés académico debido a los estresores afecta de manera significativa el rendimiento de los estudiantes. El estrés académico, se genera dentro del ámbito educativo y esto sucedería a diferentes factores tanto externos como internos que afectan al alumno a lo largo de la vida estudiantil, algunos de los principales estresores son: la alta carga de tareas, las evaluaciones de los profesores, aceptación del grupo de pares, entre otros (Maturana & Vargas, 2015). Adicionalmente presentan algunos estudiantes, sintomatología física relacionada al estrés.

### **Antecedentes teóricos**

En una investigación llevada a cabo en la ciudad de Cuenca y Chimborazo en la Unidad Educativa Particular “Las Pencas” y en Unidad Educativa PCEI “Chimborazo, del cantón Chunchi-Capzol”, con una población de 60 estudiantes del tercer año de bachillerato, se realiza la aplicación con el Inventario SISCO de Estrés Académico, se encontró que la gran mayoría de estudiantes que cursan el último año presentan niveles de estrés moderado y grave, se da más frecuente en 88,2% en los estudiantes de 18 años de edad, y en un 90,9% en la edad de 17 años, por lo que existen reacciones fisiológicas, psicológicas y comportamentales en los sujetos frente al estrés. Algunos de los factores estresores, que se identificó en los estudiantes fue evaluaciones y exámenes, el horario de clases y el tipo de tareas a realizar lo cual afectan al rendimiento académico de los estudiantes señala, que no poseen estrategias de afrontamiento para poder resolverlo (Quito Calle et al., 2017).

Por tanto, se concluye que el estrés en los adolescentes es un factor por el cual, se ven afectados varios jóvenes, se considera que existen factores estresores los cuales, se ven implicados y afectan al rendimiento académico. Según Quito et al., (2017) “El estrés auto percibido es un problema frecuente y de elevada intensidad en la muestra investigada, asociada fundamentalmente a agentes estresores evaluaciones y participación en clases.” (p.22). Los agentes estresores son el principal elemento en los estudiantes que presentan estrés académico, así como la personalidad del docente que influye y la sobrecarga de trabajos.

Por otro lado, en otra investigación llevada a cabo en la ciudad de Loja con una población de 43 estudiantes del tercer año de bachillerato los resultados de la Escala de Estresores Académicos ECEA fue que el 57,89% presentan niveles medios como estresores a las dificultades metodológicas del profesor; y con el mismo porcentaje del 57,89% manifiestan dificultades en la participación activa en la vida académica. Asimismo, el 52,63% perciben como estresores a las exigencias y la disponibilidad de tiempo para superar las demandas académicas a los que, se ven sometidos, por lo que son factores que influyen dentro del estrés académico de los estudiantes (Sánchez, 2014).

Por consiguiente, se manifiesta que la no disponibilidad de tiempo, dificultades metodológicas del profesor son factores, que se asocian a que el estudiante desarrolle estrés académico y, se manifiesten en un bajo rendimiento del mismo. Además, debido a la etapa que pasan los adolescentes de tercer año de bachillerato en cuanto a la elección de una carrera universitaria, graduación del colegio, independencia de los padres, son

factores que contribuirán a que los estudiantes presenten estrés académico, debido a la sobrecarga de tareas y obligaciones que sucederían dentro de este periodo.

Adicionalmente, en otra investigación realizada a 98 estudiantes de I a X semestre de Ciencias Matemáticas e Informática de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional del Centro del Perú, se relaciona el estrés y el rendimiento académico y, se obtuvo que existe una relación directa, del rendimiento académico con el estrés en los estudiantes del X semestre y por otro lado existe una relación (moderada negativa) inversa, del rendimiento académico con el estrés en los estudiantes del II, IV y VI semestre (Marmanilla & Rivera, 2014). Existe una relación directa entre el estrés académico y el rendimiento que presentan los estudiantes.

En un artículo sobre el estrés escolar mencionan que este, se produce sí el estudiante, se enfrenta a situaciones estresantes, se da en el ámbito académico en donde se desenvuelve el alumno. Además, se menciona que durante este proceso de estrés los sujetos pasarán por tres etapas: presencia de evento escolar estresante, significado interno que el alumno asigna al evento estresante y la aparición interna o biológicas y externa o de la conducta en respuesta al evento estresante (Maturana & Vargas, 2015).

De esta manera, se concluye que el estrés académico está ligado a una serie de demandas (factores estresores), que se presentan a lo largo de la vida estudiantil entre los más percibidos los estudiantes de acuerdo a las investigaciones realizadas es la sobrecarga de tareas, presentaciones orales, metodología del profesor, poco tiempo para la entrega de tareas, participaciones en clase, todos estos factores ya mencionados influyen en el rendimiento académico del estudiante debido a la sobresaturación de tareas que el medio académico le proporciona. Eventualmente, se evidenció que la mayoría de estudiantes asociados al estrés académico presentan síntomas físicos que afectan a los mismos y muy pocos de ellos presenta estrategias para afrontar la situación.

## **Situación Problemática**

Tras observaciones sistematizadas, que se realizaron en la institución en donde, se está realiza las practicas preprofesionales, se pudo evidenciar que existe un alto porcentaje de bajo rendimiento académico y los estudiantes mencionan que es por la carga académica. En el Ecuador no existe muchas investigaciones en donde, se relacione estas dos variables, sin embargo, en una investigación realiza a 70 estudiantes de bachillerato en la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios, cantón Olmedo período 2013 –2014 en la ciudad de Loja, se obtuvo los siguientes resultados mediante la aplicación del Sisco de estrés académico, se determina que el 91% de los estudiantes identifican los estresores académicos en un nivel profundo por lo tanto, la participación en clase, exposiciones, exámenes y los temas que abordan en clase, se tornan situaciones inquietantes y produce un alto nivel de estrés académico; mientras que el 78% en un nivel moderado ya presentan síntomas físicos, psicológicos comportamentales, 45% en un nivel bajo de estrategias académicas (Ramírez, 2015).

Por esta razón, se menciona que en el Ecuador los adolescentes presentan en su mayoría estrés académico debido a la sobrecarga de trabajos, lecciones orales, escritas y exámenes ocasionan que los sujetos presentan sintomatología física. Esta investigación, se pretende realizar porque el adolescente pasa por un proceso de transición en donde el sujeto es rodeado por demandas sociales, académicas y familiares generarían estrés en el mismo. Uno de las mayores dificultades y retos, que se presenta es a nivel académico.

## **Hipótesis:**

El estrés académico de los estudiantes de una institución educativa privada posee relación con el rendimiento académico. El cual será comprobado por medio de la utilización de técnicas e instrumentos psicológicos, además, de la investigación teórica. Los resultados obtenidos, permitirán conocer los diferentes factores estresores, que se generan en el estudiante en el ámbito educativo que hacen que incida en el rendimiento académico.

## **Objetivos de la investigación**

Para el desarrollo de la presente investigación, se ha planteado como objetivo general:

- Relacionar el estrés académico y el rendimiento en una muestra de adolescentes
- Además, se han establecido objetivos específicos y son:
- Fundamentar bibliográficamente el estrés académico y el rendimiento de los adolescentes.
  - Medir el estrés académico a través de instrumentos estandarizados

- Realizar un análisis correlacional entre el estrés académico y el rendimiento
- Proponer un modelo explicativo

### **Metodología**

En cuanto a la metodología esta investigación es de tipo no experimental, se pretende observar las variables en el contexto, es de tipo cuantitativa, se aplicarán leyes generales por medio de la comprobación de reactivos y transversal dado, que se aplicará en un solo momento, por otro lado, el alcance es correlacional por lo, que se pretende relacionar dos variables. La población hacer aplicada son adolescentes, que se encuentran institucionalizados en la provincia de Tungurahua en la zona urbana de la ciudad de Ambato.

### **Justificación**

La adolescencia es una etapa de transcendencia en la vida del ser humano en donde el niño desaparece y empieza a nacer el adulto, asume nuevos roles y responsabilidades. Es un periodo de cambios, tanto a nivel académico, social y familiar, en donde responde a nuevas exigencias académicas, comprendido por un número más significativo de materias lo cual generarían estrés y varios estresores académicos como la sobrecarga de tareas, la metodología del profesor, participaciones en clase, entre otras, por lo que causarían un rendimiento académico bajo en los estudiantes. Por esta razón es fundamental conocer la relación del estrés académico y el rendimiento para generar un cambio en el estilo de vida del adolescente y sea de utilidad para el trabajo técnico del DECE.

## **CAPITULO 1: MARCO TEORICO**

### **1.1 Estrés Académico**

#### **1.1.1 Definición del estrés**

El término estrés ha sido utilizado en diferentes épocas para designar distintos contextos. Se entiende por estrés a la reacción fisiológica, endocrina y psicológica que hace el sujeto frente a una situación demandante, que genera una serie de conductas, pensamientos y reacciones tanto a nivel orgánico como a nivel psíquico. Varios autores han realizado diferentes conceptualizaciones con respecto al término estrés, uno de ellos es Naranjo, (2009) señala que el estrés “Son reacciones psicológicas y conductuales de las personas ante las situaciones estresantes que éstas enfrentan en su ambiente”. (p.173). Es decir, que el estrés es una reacción física y psicológica en donde la persona está en contacto con el ambiente estresor en él, que se encuentre.

Desde el punto de vista biológico, se describe como cambios fisiológicos producidos por un prolongado estrés que genera reacciones en los órganos internos (malestar estomacal, dolor en el pecho) dichas alteraciones podrían estar determinadas de manera genética o constitucional. (Berrío y Mazo, 2011). De esta manera, se describe que el estrés genera cambios significativos a nivel fisiológico dentro del organismo de las personas.

Por otro lado, se menciona que el estrés genera una repuesta psicológica, fisiológica, y emocional de un sujeto al momento de adaptarse a presiones internas y externas que generan cambios a nivel físico y mental (Castillo et al., 2017). Como, se verá, el estrés genera cambios a nivel fisiológico y emocional en donde el sujeto presenta cambios que dificultan el desarrollo normal del individuo.

Tanto el estrés físico, como el psicológico generan malestar en la persona que lo está experimenta. Generalmente en el individuo el estrés aparece como respuesta frente a una situación desfavorable, el estímulo estresor del sujeto va a utilizar un mecanismo de defensa. Según Maturana y Vargas (2015) manifiestan que:

“Los estresores activan fisiológica y conductualmente la respuesta que restablecerá la homeostasis, una vez expuesto a estresores, el individuo debe generar una adaptación rápida y eficiente. Cuando la respuesta al estrés es excesiva, inadecuada o prolongada, para restablecer la homeostasis podría llegar a ser demasiado alto causando la aparición de patologías psiquiátricas.” (p.35)

Lo que hace alusión a que el estrés, se presentan si la persona, se enfrenta a una situación, que no logra controlar, lo cual genera una activación fisiológica y psicológica, de tal manera que para reestablecer el equilibrio del individuo necesita hacer uso de varios recursos adaptivos.

### 1.1.2 Características del estrés

El estrés en el ser humano empieza si el cerebro emite información por medio de las fibras interoceptivas del sistema autónomo, pasa por el tálamo hacia los núcleos inferiores como las amígdalas y el hipotálamo, que se encargan de activar al sistema simpático. (Bernal, 2017). De esta manera el cerebro emite una respuesta hacia el resto del cuerpo. Por ejemplo, el corazón late más rápido por lo cual, la presión arterial sube, la sangre es desviada de los intestinos a los músculos para huir del peligro y el nivel de insulina aumenta para permitir que el cuerpo metabolice más energía. A continuación, en la tabla 1, se presenta algunos de los signos y síntomas más comunes frente al estrés.

**Tabla 1**  
*Signos y síntomas frente al estrés*

EMOCIONALES	FISICAS	PSICOLOGICAS
• Ira	• Cefalea	• Incapacidad para concentrarse
• Irritabilidad	• Dolor de espalda	• Hipervigilancia
• Ansiedad	• Dolor de mandíbula	• Incapacidad para recordar
• Miedo	• Contracciones musculares	• Desapego
• Depresión	• Diarrea	• Inquietud
• Hostilidad	• Estreñimiento	• Impaciencia
	• Acidez	
	• Flatulencia	
	• Taquicardia	
	• Hiperhidrosis	
	• Mareos	
	• Vértigo	
	• Dificultades respiratorias	
	• Insomnio	
	• Dolor torácico	
	• Fatiga	
	• Aumento o disminución de peso	
	• Disfunción sexual	

*Fuente:* Albuja (2012).

De esta manera, se observa algunos de los síntomas tanto a nivel físico, emocional y psicológico que padecerán las personas al momento de enfrentarse a una situación difícil.

### 1.1.3 Causas

Hay distintas causas por las cuales el estrés, se genera y serían dentro del ámbito laboral, académico, personal, social, problemas consigo mismo es decir, el estrés, se produce de acuerdo a la situación que es percibida como dañina para el sujeto. Entre las principales causas están: los estresantes psicosociales, los estresantes bioecológicos, y los estresantes de personalidad (Lara & Arteaga, 2005).

- **Estresantes psicosociales**

Dentro de las causas, están los problemas psicosociales, que se enfocan en cómo, se percibe y se interpreta el comportamiento de los demás. Cada individuo es diferente y por tanto, tiene una manera particular de enfrentarse a los estresores en la vida cotidiana; algunas situaciones que tiene relación son problemas económicos, presión de tiempo, jubilación, cambios en la familia. Otros aspectos, que se relacionan con factores externos son desengaños, conflictos, cambios de trabajo, pérdidas personales, dificultades para tomar decisiones. (Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado, 2016)

- **Estresantes bioecológicos**

Dentro de esta categoría están los aspectos que influyen en el ámbito físico y ecológico como enfermedades, desastres naturales, contaminación, ruido, estímulos ópticos, que son condicionantes del medio ambiente que en ocasiones provocan una reacción al estrés en las personas. (Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado, 2016)

- **Estresantes de personalidad**

Hace alusión a la dinámica y percepción que tiene el sujeto sobre sí mismo como, por ejemplo, problemas de aceptación de sí mismo, incapacidad de reconocer sus virtudes, tendencia a fijarse en los defectos, poco amor a sí mismo entre otros, ocasiona en la persona tensión, de tal manera que si persiste, se convierte en estrés. (Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado, 2016)

### 1.1.4 Tipos de Estrés

Existen diferentes tipos de estrés como el estrés positivo (eustres), estrés negativo (distrés), estrés por supervivencia, estrés químico, estrés laboral, estrés académico, estrés por factores ambientales, estrés por intoxicación, estrés por factores hormonales, estrés

académico, el cual es un fenómeno, que se hace presente en la vida de los seres humanos. A continuación, en la tabla 2, se detalla de manera clara cada uno de los tipos de estrés

**Tabla 2**  
***Tipos de Estrés***

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrés positivo o eustres: es un estrés a corto plazo que proporciona resistencia inmediata. Surge en mayor actividad física, entusiasmo y creatividad. Nos ayuda a estar atentos y nos permite sortear las distintas situaciones con las cuales nos enfrentamos cotidianamente</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrés negativo o el distrés: es un estrés negativo provocado por los constantes reajustes o alteraciones en la rutina. Paulatinamente el organismo de las personas, se afecta debido a las constantes presiones, crea en ellos cansancio físico, emocional.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrés por supervivencia: se relaciona con enfermedades que provocan estrés físico y emocional. Son situaciones que el individuo percibe como “imposibles de superar”. Es muy común en los enfermos crónicos.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrés químico: El consumo de ciertos alimentos como: bebidas cafeinadas, alimentos y bebidas azucaradas, alto consumo de sal o una dieta desequilibrada, producen cambios químicos en cuerpo crea un desbalance porque está en condiciones de desventaja al momento de enfrentar los factores estresantes.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 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</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrés por intoxicación: se provoca por el consumo de drogas, ya sean legales o ilegales. Van provoca un deterioro físico que inhibe el cuerpo a reaccionar de manera normal ante los estresores.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrés por factores hormonales: una descompensación hormonal provoca una respuesta inadecuada al estrés, hace que las personas, se tornen vulnerables al estrés.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrés académico: se produce con la finalidad de adaptar al organismo ante algunos hechos que suceden durante la vida académica, permiten realizar una actividad con mayor expectativa sin permitir el agotamiento fácil y mayor capacidad de concentración</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrés laboral: ocasionado por condiciones de sobre exigencia y la competitividad que violentan la</li> </ul>

**Fuente:** Albuja (2012)

Por consiguiente, expuesto lo anterior mencionará que existen diferentes tipos de estrés que estarán presentes en diferentes ámbitos de la vida de un individuo, se mencionará que la dinámica del estrés, se mantiene en cualquier área junto con la presencia de malestar físico y psicológico.

## **1.2 Estrés Académico**

El estrés académico es el fenómeno de mayor ocurrencia dentro de la población estudiantil, debido a las diferentes exigencias dentro del sistema educativo lo cual ocasiona en los estudiantes malestar a nivel físico, emocional y psicológico. Por otro lado, el estrés académico es aquel que padecen los alumnos de educación media superior y superior, el cual, se relaciona con los estresores dentro del ámbito escolar. (Barraza, 2005). Además, se considera al estrés académico como un proceso sistémico, de carácter adaptativo y psicológico, que se presenta si el alumno, se ve sometido, a una serie de demandas, que bajo la valoración del mismo son considerados estresores; estos estresores provocan un desequilibrio sistemático en donde, se manifiesta una serie de síntomas. (Ferrer & Bárcenas, 2016)

Por lo tanto, el estrés académico es un estado psicológico y adaptativo, que se relaciona con el ámbito escolar y, se da debido a las exigencias académicas causa malestar en la población estudiantil. Ante estas demandas los sujetos usarán diferentes estrategias de afrontamiento los cuales, le permitirán adaptarse de mejor manera al ambiente.

Según Maturana & Vargas, (2015) señalan que “Los niños(as) y adolescentes en etapa escolar requieren del despliegue de todas sus capacidades de afrontamiento para adaptarse a los estresores tanto internos como externos” (p.35). Por tanto, el adolescente hace uso de toda su capacidad para poder enfrentarse al estresor y lo hace mediante un proceso, el primero es la exposición a las exigencias académicas, el segundo es el efecto que producen dichas exigencias y el tercero es el uso de las estrategias de afrontamiento frente al estímulo estresor.

El estrés académico, se produce si el estudiante percibe las exigencias académicas como un estresor por lo cual, el sujeto sufre una desadaptación, que se manifiesta en una inestabilidad física y mental genera una respuesta en donde el estudiante hace uso de mecanismos para afrontarlo, pero si la exigencia supera la capacidad para afrontar del sujeto el estrés durará. (Naranjo, 2009) Sin embargo, si el sujeto no posee los recursos adecuados para poder afrontar la situación con alta demanda el estrés durará.

Dentro de este proceso intervienen características personales e individuales tales como la personalidad, el sexo, estrategias de afrontamiento y el apoyo social, de tal manera, que no todas las personas responden de igual manera a determinados sucesos lo que hace que un estímulo genere respuestas frente al estrés (Montecinos & Pavez, 2012). De esta manera, las características personales influyen en la manera que el sujeto afronta el estrés académico y los estresores, que se presentan dentro del ámbito académico.

Los efectos que tiene el estrés académico causa problemas de salud a nivel físico en la persona, está expuesta a situaciones que le resultan difícil de afrontar para el sujeto, pero existen ciertos factores psicológicos que actúan como protectores frente al estrés. Los factores protectores permiten aumentar la probabilidad de que el sujeto desarrolle conductas favorables. Según Feldman et al., (2008) señala que “han sido definidos en función de ciertas características personales y ambientales, o, más precisamente, de la percepción que tiene el individuo de ellos moderando los efectos del estrés y aumentando su resistencia” (p.740). De esta manera, los factores protectores y recursos que utilice el

paciente dependen de las características personales y ambientales, de tal manera que el sujeto pueda disminuir los efectos frente al estrés.

Algunos factores protectores que permite hacer frente al estrés académico son el apoyo social, la autoestima alta, la autoeficacia, las estrategias de afrontamiento y la inteligencia emocional. El apoyo social es uno de los recursos que utilizan las personas para disminuir los niveles de estrés. Actúa como modulador, aumenta la percepción y el control y dominio de las situaciones estresantes además, permite identificar recursos personales y sociales que permiten la retroalimentación de conductas positivas (Polo, 2009). Dentro del ámbito académico, el apoyo social actúa como potenciador de un buen desempeño académico y el éxito escolar. Este apoyo social, se dará por medio de las personas, que se encuentran dentro del círculo social más cercano, las mismas le proporcionan un soporte emocional, en el cual, se comparten intereses y, se brindan apoyo.

Por otro lado, las personas que poseen un autoestima alta frente al estrés generan un factor protector, y aumenta la imagen de valía que posee de sí mismo el sujeto, le permita hacer frente a situaciones con alta demanda en este caso serían los estresores académicos. Según Cabanach et al., (2015) señala que “la autoestima, se configura claramente como un factor protector ante los estresores percibidos. Los niveles alto-bajo de la autoestima y medio-bajo, sugieren que cuando la autovaloración del estudiante es baja, se incrementa significativamente el riesgo de que determinados factores del contexto académico sean percibidos como una amenaza” (p.53). Por tanto, una buena autoestima en el sujeto permite que los estresores académico, no sean percibidos como amenazantes sino más bien el individuo busque la manera de poder afrontarlo.

Además, la autoeficacia es la capacidad que tiene el sujeto para conseguir y alcanzar las metas, que se propone. Los niveles altos de autoeficacia en los estudiantes generan niveles más bajos de malestar psicológico actúan como factor protector del estrés, el sujeto hace frente a los contratiempos y adversidades (Cabanach et al., 2015). De esta manera la autoeficacia sobre el estrés fortalece el logro escolar y el bienestar personal. Sin embargo, la autoeficacia, se relaciona también, con las estrategias de afrontamiento que el sujeto utiliza, se interpreta los estímulos ambientales como amenazantes y el sujeto busca y utiliza estrategias de afrontamiento activas y dirigidas al problema, por el contrario, si existe baja autoeficacia el sujeto utiliza estrategias de afrontamiento pasivas y dirigidas a la emoción. (Cabanach et al., 2010). Sin embargo, la autoeficacia y la utilización de estrategias de afrontamiento actúan como factores protectores frente al estrés, los

individuos, se enfrentarán hacia el problema hace uso de recursos personales que les permita mantener un equilibrio.

La inteligencia emocional actúa como un factor protector, debido a que algunos individuos presentan mayor resistencia a los factores estresores, perciben, comprenden y regulan emociones acorde a la situación en la que se encuentran. Según Vera & Garabi (2019), manifiesta que “Las personas con mayor nivel de desarrollo de inteligencia emocional cuentan con habilidades sociales, establecen vínculos afectivos de calidad y defienden sus derechos estas habilidades, se consideran un factor de protección frente a adversidades tales como el estrés, depresión, ansiedad” (p.161). A su vez, la inteligencia emocional permite al individuo mejorar sus habilidades y potenciar en afrontamiento a situaciones estresantes o de alta demanda.

### 1.2.1 Estresores Académicos

Se refiere a las situaciones que son percibidas como amenazantes para el estudiante dentro del ámbito educativo, lo cual generan una conducta de alarma a esto, se lo denomina estresores académicos.

Una vez explicado la definición de estresor académico, a continuación, se presenta los estresores más frecuentes dentro del ámbito académico.

**Tabla 3**

***Estresores Académicos***

Competencia grupal
Sobrecarga de tareas
Exceso de responsabilidad
Interrupción de trabajo
Ambiente físico desagradable
Falta de incentivos
Tiempo limitado para hacer el trabajo
Problemas o conflictos con los asesores
Las evaluaciones
Tipo de trabajo, que se le pide al estudiante
Trabajar en grupo
Realizar un examen
Intervención en el aula
Realización de trabajos obligatorios para aprobar la asignatura

**Fuente:** Berrío & Mazo (2011)

Todos estos factores o estresores académicos aparecen en el medio escolar en el que se desenvuelve el adolescente, el colegio constituye el lugar de desarrollo diario que afectarían la estabilidad del mismo. La intensidad o significado subjetivo que cada

individuo concede a lo vivenciado depende del mismo, es por esta razón, que se considera la relación particular del individuo y del entorno, ser percibido como amenazante o desbordante y pone en peligro su bienestar. (Berrío y Mazo, 2011). Estos estresores al ser percibidos de manera continua y estable afectan a diferentes áreas sociales en las, que se desenvuelve el adolescente como conducta, rendimientos académicos, relaciones interpersonales, entre otros.

### 1.1.1 Fases del estrés académico

El estrés académico, se manifiesta en tres fases: fase de alarma, fase de resistencia y fase de agotamiento

- **Fase de alarma:**

Es también, conocida como fase de movilización, es la primera fase de activación, en donde la percepción juega un papel importante, el cuerpo genera una gran cantidad de energía para poder hacer frente a la situación. Según Barraza, (2007) señala que:

Es la etapa en que 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, respectivamente) para movilizar los recursos energéticos necesarios que harán frente a la situación. (p.6)

Es decir, es la primera reacción del organismo ante un estresor académico en donde, se generan síntomas físicos como aumento del ritmo cardiaco, sudoración, aumento del ritmo cardiaco entre otros.

- **Fase de resistencia**

Asimismo, conocida como fase de adaptación, se da únicamente si el estresor, se mantiene y el proceso de alarma continúa. Por lo cual, el organismo utiliza los recursos energéticos disponibles. Los sistemas y órganos innecesarios para sobrevivir a la emergencia disminuyen sus funciones por ejemplo, los sistemas digestivo y reproductivo. (A. M. Barraza, 2007). Dentro de esta fase, se compensa el agotamiento, que se da frente al ambiente académico, evita un desgaste completo de energía.

- **Fase de agotamiento**

Es conocida como fase de colapso, el estímulo, se vuelve continuo y persistente de tal manera que el organismo, se agota y pierde su capacidad de resistencia manifiesta un desequilibrio corporal a nivel físico y psíquico. “Es la imposibilidad del organismo para hacer frente al agente estresor debido al enorme requerimiento y desgaste energético”. (Barraza, 2007, p.7). De esta manera el sujeto pierde la capacidad para afrontar el ámbito académico seguido por un desgaste a nivel físico hace que el desempeño normal del mismo, disminuya de tal manera, que no hace uso de los recursos adaptativos con los que cuenta.

### **1.1.2 Causas y consecuencias del estrés académico**

Un estudiante bajo condiciones de estrés, se ve afectado de manera significativa en cuanto a su funcionamiento general, y generan síntomas como:

- Disminución de habilidades cognitivas
- Disminución en sus habilidades de resolución de problemas
- Baja motivación o fatiga crónica
- Baja concentración-atención
- Baja tolerancia a la frustración
- Dificultad en la interacción con pares y compañeros
- Dificultad en la interacción y comunicación con profesores
- Mayor ausentismo escolar o deseos de no asistir al colegio
- Aumento de quejas somáticas (dolor de cabeza, dolor abdominal)
- Conductas ansiosas (rascarse, morderse las uñas)
- Síntomas de ansiedad o angustia
- Síntomas depresivos, labilidad o tristeza. (Maturana & Vargas, 2015)

No obstante, existen otras causas, que serán observables por los docentes de manera fácil o por el personal, que se encuentra en la institución, algunas de las reacciones que manifiestan los adolescentes son displacenteras y son expresadas de manera verbal, algunas de estas reacciones es la rabia, la ansiedad, la frustración.

Por otro lado, algunas consecuencias debido al estrés académico generan consecuencia, que se expresan a nivel de conductas, emociones, que se relacionan

con el grupo, la familia y la institución educativa. Según (Maturana & Vargas, 2015) manifiestan que “Se puede presentar en el sujeto y su entorno violencia escolar, consumo de alcohol, drogas y psicopatología en la línea depresiva y ansiosa. En la medida, que se presentan aumenta el estrés escolar, generando la deserción escolar del alumno” (p.37). Algunas consecuencias del estrés académico están relacionadas al entorno externo e interno en él, que se encuentra el adolescente.

A continuación, se presenta las consecuencias, se producen dentro del ámbito escolar debido a la presencia de estrés académico.



**Figura 1.** Consecuencias del estrés académico. Maturana & Vargas (2015)

Mediante la información previamente señalada, se aduce que, las causas y consecuencias del estrés académico cumplen un esquema, el cual empieza desde un evento estresante, el cual genera estrés, el sujeto no cuenta con los mecanismos necesarios para afrontarlo, de tal manera, que se genera posteriormente consecuencias como estados depresivos, estados ansiosos, generan por último la deserción escolar en los estudiantes.

### 1.1.3 Estrés en los adolescentes

Los adolescentes al igual que los adultos presentan estrés de cualquier de tipo, pero la mayor parte de los adolescentes experimenta estrés, perciben una situación como peligrosa o difícil de afrontarla. Por otro lado, la adolescencia es una etapa en donde el sujeto experimenta cambios a nivel físico, psicológico y social, los cuales, generan estrés. Dentro de este proceso el adolescente desarrolla nuevas relaciones con su familia y nuevos vínculos sociales. Según Arteaga (2015), señala que “La adolescencia es un periodo en donde, se incrementa la ansiedad, el estrés, está acompañado por un aumento en el conflicto que va más allá del impulso en la

expresión, defensas intensificadas contra los impulsos y la habilidad emocional y regresiones a etapas posteriores” (p.25). Conforme el adolescente, se siga desarrolla adquiere la capacidad de abstracción, se preocupa por temas sociales y sus habilidades cognitivas, se desarrollan dentro de esta etapa también, como las demandas sociales, personales y académicas aumentan y generan ciertos niveles de estrés y ansiedad propio de la etapa de desarrollo.

Por otro lado, es importante mencionar que los factores que generan estrés son: culturales y sociales tales como estereotipos de género, clases socioeconómicas. Los factores psicosociales son otros factores que repercuten entre ellos la presión social, enfermedades mentales de los padres, cambios de escuela, movilización geográfica, y el divorcio de los padres. Es importante mencionar que las habilidades cognitivas, habilidades para resolver problemas influyen en la manera de percibir las reacciones del estrés del adolescente.

Durante la adolescencia, se experimenta síntomas emocionales y físicos debido a, que se presenta varios estresores en el medio ambiente que, se desarrollan, se adquieren nuevas responsabilidades (Berrío & Mazo, 2011). Sin embargo, se tomará en cuenta que si el estrés perdura un largo tiempo generaría efectos negativos en la salud del individuo.

Un estrés crónico en los adolescentes genera ansiedad, estrés, seguido por síntomas físicos como presión arterial, palpitaciones en el pecho, sensación de ahogo y enfermedades en el corazón. Cabe recalcar que existe un estrés positivo el cual promueve conductas positivas que permiten la motivación del sujeto como estudiar o trabajar para superar un desafío.

Los adolescentes tendrán un intervalo de tiempo para descansar después de haber realizado sus actividades, relajarse con su familia, compartir tiempo con amigos. (Lara & Arteaga, 2005). Uno de los mecanismos de afrontamiento que permite que el adolescente haga frente a la situación es la capacidad de resiliencia esto, se refiere a la capacidad para adaptarnos y superar las adversidades que, se presenten en la vida cotidiana. Este mecanismo, se desarrolla con el tiempo, a medida que aprenden habilidades dentro del ámbito familiar y social.

Los adolescentes trabajan en el desarrollo de estas actitudes y comportamientos para desarrollar su resiliencia, lo cual ayudan a influir en su capacidad para manejar el estrés:

- Pensar en el cambio como un reto normal de la vida.

- Ver los contratiempos y problemas como temporales y solucionables.
- Creer que tendrá éxito si, se trabaja para alcanzar sus metas.
- Tomar medidas para solucionar los problemas que surgen.
- Forjar relaciones sólidas y mantenga los compromisos con familiares y amigos.
- Tener un sistema de apoyo y pida ayuda.
- Participar frecuentemente en actividades de relajación y diversión (Pérez, 2012).

### **1.3 Rendimiento Académico**

#### **1.3.1 Definición**

El rendimiento académico es conocido también, como rendimiento escolar, aprovechamiento escolar y esto sucede a las varias derivaciones semánticas. Por tanto, se dice que el rendimiento académico es el resultado del aprendizaje, que se da entre el profesor y el alumno a través de las calificaciones escolares. Según Apaza, (2018) señala que:

Es la suma de diferentes y complejos factores, es decir, es un valor atribuido al logro del estudiante en las tareas académicas y, se mide mediante las calificaciones obtenidas, con una valoración cuantitativa, cuyos resultados muestran las materias ganadas o perdidas, la deserción y el grado de éxito académico. (p.31)

Por consiguiente, dentro del sistema educativo y para valorar el nivel de conocimiento es indispensable las evaluaciones que realizan los docentes en diferentes materias por medio de calificaciones que determinan el aprovechamiento de cada estudiante.

Sin embargo, algunos autores le han dado varias definiciones similares, “El rendimiento es el producto de la aplicación del esfuerzo del alumno junto con la enseñanza provista por la escuela, condicionados por factores internos y externos al sujeto” (Castejón, 2014, p.20). Es decir, no solo depende de las enseñanzas que son impartidas por el personal docente por tanto, influyen factores internos del individuo y los factores externos como la familia, las relaciones sociales entre otro.

Cada institución educativa determina criterios de evaluación que son establecidos por medio de diferentes autoridades del plantel, de tal manera, que se determina un promedio (mínimo) de las materias del estudiante, número de asignaturas y el valor obtenido en

cada una de ellas, que generalmente, se denomina “nota de aprovechamiento” (Apaza, 2018). Se tomarán en cuenta que las calificaciones son los resultados de enseñanza los cuales, se ven influenciados por las características del estudiante, la dinámica del docente, el contexto educativo e institucional que son factores que mediatizan el resultado final académico.

Para poder obtener una valoración más amplia del rendimiento académico, se toma en cuenta las relaciones de exitoso, fracaso y abandono, es decir, esta valoración requiere una relación entre lo, que se aprende y lo, que se evalúa al cual, se le asigna una nota cuyo resulta se lo hace mediante la sumatoria de las materias que el estudiante lo cursa. “Las calificaciones escolares son el indicador del rendimiento más empleado en la evaluación del mismo”(Castejón, 2014). Esto denota que las calificaciones, se utilizan para evaluar a los estudiantes a más de asignar un número el cual permite conocer si aprueba o reprueba el año.

Existen otros factores que engloban las calificaciones propias del alumno y son las participaciones en clase, tareas, trabajos, exposiciones, entre otras que son tomados en cuenta al momento de dar una calificación y posteriormente a definir un rendimiento académico. Las calificaciones son estadísticas que permiten saber que tanto funcionan los programas escolares, las estrategias de aprendizaje, la intervención de psicólogos educativos. (Vallejo, 2011).

Es importante conocer el índice de rendimiento académico en el campo de la educación media superior, de esta manera, se permite conocer los índices de calidad y equidad dentro de un sistema educativa, para lo cual cada institución implementa medidas de acuerdo a la necesidad y demanda de los estudiantes, por medio de indicadores de calificación que evalúa el desempeño académico, permite obtener un rendimiento global de cada uno de los estudiantes, se consigue que aprueben o reprueben el año escolar.

### **1.3.2 Factores que intervienen en el rendimiento académico**

Existen diferentes factores asociados al rendimiento académico en los que intervienen componentes internos y externos. Además, serán sociales, cognitivos, emocionales, personales e institucionales. Todos estos factores descritos cambiarán el curso del rendimiento académico del estudiante y por consiguiente, se determinará la aprobación o deserción escolar del mismo. “El rendimiento

académico está influido por factores socioculturales, económicos, políticos, familiares, y personales” (Vallejo, 2011). La presencia de dichos factores desfavorece o favorece el rendimiento escolar del estudiante.

- **Factores personales**

Esta categoría, se relaciona con factores de índole personal que tiene relación con variables subjetivas, institucionales y sociales, que se originan a través de la percepción del sujeto por medio de las experiencias del mismo. Algunos de estos factores, que se relacionan con el rendimiento académico son la capacidad que tiene el sujeto para organizar y obtener buenos resultados, la autoeficacia y predisposición del sujeto para la realización de tareas complejas. Las motivaciones, el interés, la valoración o la disposición hacia el estudio ha sido uno de los factores endógenos asociados al rendimiento escolar, cuanto más intensas sean, mayor será el rendimiento. (Bernal, 2017).

Por consiguiente, mientras mayor sea el interés y la predisposición del estudiante hacia el estudio existe mayor probabilidad de mejorar el rendimiento académico del mismo. Esto, se da por medio de las experiencias de éxito que el sujeto alcanza, observa logros en los demás por medio de críticas positivas y estados emocionales. Cada alumno tiene una interpretación diferente de los acontecimientos y lo hace a través de estados emocionales, somáticos y cognitivos que son positivos o negativos. Algunas de las determinantes personales según Apaza, (2018) son los siguientes:

- Autoconcepto académico
- Condiciones cognitivas
- Bienestar psicológico
- Asistencia a clases
- Inteligencia
- Aptitudes
- Satisfacción y abandono con respecto a los estudios
- Formación académica

Todos estos factores contribuirán de manera significativa en el rendimiento escolar del propio estudiante, pero existen otros factores, que no favorecen la situación académica del mismo. La desnutrición, la salud, y el peso de los

estudiantes son factores significativos para las calificaciones, estos factores disminuyen la atención, motivación, y la realización de tareas. (Vallejo, 2011).

Sin embargo, uno de los factores que más peso tiene es el autoconcepto académico, se relaciona en como el estudiante enfrenta los problemas, la capacidad para comportarse dentro del salón de clase, el asertividad y el tipo de relación que el alumno mantiene con los docentes y compañeros. Otro factor personal asociado al rendimiento académico es la autoestima, un nivel adecuado le permite al sujeto obtener herramientas que le faciliten la convivencia y armonía con el ambiente, así como la capacidad para desarrollar destrezas cognitivas. (Vallejo, 2011).

- **Factores sociales**

Esta categoría, se relaciona con el aspecto social que interactúan en el ambiente escolar del adolescente entre ellos esta: las diferencias sociales, entorno familiar, nivel educativo de los progenitores, contexto socioeconómico, variables demográficas (Casuso, 2019).

- **Diferencias sociales**

Las diferencias sociales hacen referencia a las desigualdades sociales y culturales que son condicionantes a los resultados educativos. Según Vallejo, (2011) señala que “El éxito escolar está ligado al concepto cultural, y esto incluye la familia, la motivación alimentada en su seno, la pertenencia a una determinada clase social” (p.48). Por tanto, estos factores incluyen a la familia, la cual marca una estrecha relación para obtener un rendimiento académico satisfactorio, por medio de este sistema el estudiante siente apoyo, motivación y seguridad de su grupo primario, el cual le permite alcanzar objetivos.

- **Entorno familiar**

La influencia del padre y la madre influye de manera significativa en la vida académica del alumno. Un ambiente familiar propicio, contribuye con un adecuado desempeño académico, así como una convivencia familiar democrática entre padres e hijos, permite que el individuo desarrolle habilidades como la motivación, percepción de competencia y desarrollo de habilidades sociales. En cambio, en ambientes familiares autoritarios e

indiferentes, por parte de sus padres, los estudiantes desarrollan pocas habilidades que favorecen al desempeño académico. (Apaza, 2018).

Un ambiente familiar que estimule el placer por las tareas académicas, la curiosidad por el saber, la persistencia hacia el logro académico, se relaciona con resultados académicos positivos. Las expectativas del rendimiento académico del estudiante por parte de los padres y el control que ejercen sobre ellos tienen repercusión en el rendimiento escolar.

- **Nivel de educación de los padres**

En cuanto a nivel educativo de la madre, es un factor, que se relaciona con el rendimiento del estudiante, una madre con poca escolarización, tienden a exigir más, en cuanto a tareas, trabajos, con respecto al área académica y mayor serán los resultados.

Por otro lado, el nivel educativo del padre, se atribuye con características de tipo sociocultural, se aduce el hecho de que los padres suelen delegar a las madres la educación de sus hijos, independientemente del nivel socioeconómico, educativo y cultural de la familia. (Apaza, 2018). El nivel educativo de la madre favorece de manera positiva el fortalecimiento del ámbito académico de los hijos. Mujeres con mejores niveles educativos son madres que poseen una actitud positiva hacia el estudio de sus hijos, más preocupadas por el desempeño de ellos y con una mayor orientación hacia la importancia de la continuación de los estudios hasta su titulación.

- **El contexto socioeconómico**

El contexto socioeconómico es uno de los determinantes del rendimiento académico, afecta el nivel educativo del estudiante. Sin embargo, este es un factor externo el cual puede ser independiente de cada uno de los contextos en el, que se encuentra el alumno (Bermúdez & Mora, 2004).

- **Variables sociodemográficas**

La zona geográfica y el lugar de procedencia del estudiante son factores, que se relacionan con el rendimiento académico en forma positiva o negativa. En una investigación realizada por (Apaza, 2018) con estudiantes universitarios en Cuba, se analizaron variables demográficas, en donde, se concluyó que las variables como la procedencia del alumno es un predictor que influye notablemente el rendimiento académico.

- **Factores Institucionales**

Hace referencia a los factores, que se relacionan con la institución educativa como los horarios de clases, complejidad de los estudios, pedagogía y metodología de los docentes, ente otros que afectarán el rendimiento académico del estudiante.

En cuanto a la complejidad de las materias, se refiere a la metodología que establece cada docente en la materia, la manera en que la, se acredita una calificación. Estos factores pedagógicos son contralados por la institución educativa, se mejora la modalidad de los métodos de evaluación, planificación de la materia. (Apaza, 2018). No obstante, el ambiente escolar juega un papel importante, un ambiente marcado por una excesiva competitividad entre compañeros es un factor desfavorable al rendimiento académico. Existen elementos que tienen una incidencia positiva como la solidaridad, el compañerismo, y el apoyo social los cuales, favorecen de manera positiva en el rendimiento académico.

### 1.3.3 Clasificación del rendimiento académico

La clasificación del rendimiento escolar, se da por medio de una escala cualitativa, es decir, sobresaliente, muy bueno, bueno, regular y deficiente, por medio de esto permite al sistema educativo en contribuir a la mejora de enseñanza del sistema educativo por medio de parámetros de calificación. (Pimienta, 2008).

- Rendimiento académico bajo: Si el estudiante tiene calificaciones menores a 7.
- Rendimiento académico medio: Si, se obtiene una calificación 8.
- Rendimiento académico alto: corresponde a calificaciones 9 y 10.

- **Rendimiento académico bajo**

Obtener un rendimiento bajo, demuestra que el alumno no ha adquirido los conocimientos adecuados y no posee las herramientas y habilidades necesarias.

Algunos de los factores que influyen son los siguientes:

- Causas personales:
  - Ausencia de aptitudes y capacidades, pocos hábitos de estudio, escasa dedicación al estudio, inasistencia a clases, desorganización de tiempo, falta de responsabilidad.
- Causas ambientales:

Lugar de residencia y procedencia del estudiante y distractores que limitan la concentración en el estudio del estudiante.

- Causas académicas:

Dificultad con las materias, falta de participación en clases y deficiencia de los contenidos, altos criterios de evaluación, ausencia de relación entre docente y el estudiante. (Vallejo, 2011).

• **Rendimiento académico medio**

Este tipo de rendimiento, se considera aceptable tanto a nivel social como académico, el estudiante tipo opción de solicitar becas dentro de la institución educativa. Los alumnos con un rendimiento académico medio son funcionales, dedican mayor tiempo a la realización de tareas, por tanto, presentan un aumento en el rendimiento académico, el contexto familiar puede ser un factor que influencia el mismo. (Vallejo, 2011).

• **Rendimiento académico alto**

Los estudiantes que han obtenido un rendimiento académico alto son alumnos más avanzados, presentan mejor capacidad de atención, y un ritmo de trabajo alto, se identifica que existen algunos factores que contribuyen al éxito escolar, tales como inteligencia, movilización del alumno, realización de actividades académicas, el medio sociocultural, condiciones pedagógicas (Castejón, 2014).

## **CAPITULO II: DISEÑO METODOLÓGICO**

### **2.1 Metodología de la Investigación**

La investigación acerca del Estrés Académico y su Relación con el Rendimiento Académico en una Muestra de Adolescentes, tiene un enfoque cuantitativo con un alcance exploratorio, descriptivo y correlacional de corte transversal.

#### **Paradigma**

El diseño de la presente investigación, se basa en el paradigma pos-positivista, la realidad es conocida de forma imperfecta por el investigador. Este tipo de paradigma posee un método cuantitativo, tiene como objetivo explicar un fenómeno estudiado para poder predecirlo y controlarlo. "El objeto de estudio influencia al investigador y viceversa, la hipótesis que sustenta la investigación influye en el desarrollo de la misma" (Ramos, 2015, p.11). De esta manera el paradigma pos-positivista, se caracteriza porque el objetivo de estudio influye en el investigador y viceversa de tal manera, que se influye los valores y tendencias del investigador dentro del objeto de estudio.

#### **Tipo**

Respecto al desarrollo, esta investigación es no experimental, permite ver y conocer el contexto de manera natural sin manipular las variables. Este nivel utiliza una serie de herramientas, lo cual permite medir los fenómenos estudiados para posteriormente obtener datos estadísticos con el fin de llegar a comprobar o rechazar la hipótesis. En este tipo de investigación no, se construye ninguna situación sino, que se observan situaciones ya existentes, no provocadas intencionalmente por el investigador (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014). De esta forma, se describe cómo las variables, se construyen por medio de la observación sin necesidad de manipular las mismas.

#### **Modalidad**

La modalidad a ejercer es cuantitativa, se recolecta información que permite comprobar o rechazar la hipótesis por medio de un análisis estadístico y numérico. Este tipo de modalidad es secuencial y probatorio y permite recolectar información. Esta recolección, se lleva a cabo al utilizar procedimientos estandarizados y aceptados por una comunidad científica. (R. Hernández, Fernández, & Bapigsta, 2014). Dado que requiere de una comprobación estadística para poder validar la hipótesis de investigación.

#### **Alcance**

De forma general, el presente estudio busca generar nuevas investigaciones en los establecimientos educativos del Ecuador, con el fin de profundizar conocimientos, de tal

manera, que se creen nuevas interrogantes con relación al estrés académico y el rendimiento académico en los adolescentes. En cuanto a la clasificación del alcance de la investigación es exploratorio, descriptivo y correlacional dado, que se ha tomado en cuenta los objetivos, posterior a una revisión bibliográfica que permitió determinar el alcance del mismo.

El presente trabajo es de carácter exploratorio, el objetivo es examinar un tema poco conocido o poco estudiado. Es decir, las fuentes bibliográficas revelan que existe pocos estudios acerca del tema a investigar o a su vez, se busca realizar nuevas investigaciones desde otras perspectivas (Hernández et al., 2014). De esta manera, se determina que este tipo de alcance permite buscar información con respecto al tema a investigar que en este caso es el estrés académico y el rendimiento académico en los adolescentes.

Como, se mencionó previamente, esta investigación es de tipo descriptivo, busca especificar propiedades y características de cualquier objeto de estudio, que se analice. El objetivo no es relacionar las variables, sino más bien recoger información de manera independiente de un grupo de personas para mostrar con precisión las dimensiones de una situación, contexto y comunidad (Marroquín, 2012).

Y por último es de carácter correlacional, se pretende relacionar dos variables de un determinado grupo de personas. “Tiene como finalidad medir el grado de relación que eventualmente pueda existir entre dos o más conceptos o variables, en los mismos sujetos” (Llor De Tamariz, 2014, p.27). Así, se busca conocer el grado de relación entre el estrés académico y el rendimiento en estudiantes adolescentes.

### **Corte**

La presente investigación es de corte transversal, se dan un periodo de tiempo específico y busca los datos de las variables en un grupo determinado de sujetos. Este tipo de investigación describe y analiza con la finalidad de identificar la frecuencia de las variables, que sean objeto de estudio. Además, este tipo de investigación recolecta los datos en un solo momento, describe las variables y estudia la incidencia e interrelación en un momento dado (Cabezas et al., 2018).

## **2.2 Técnicas e Instrumentos**

### **2.2.1 Técnicas**

**Encuesta:** Es un instrumento, que se utiliza como parte del proceso de investigación, permite obtener y elaborar datos de manera eficaz. Sin embargo, la información, que se obtiene es a través de las manifestaciones de los encuestados

y la percepción de la realidad de los mismos, dentro de la aplicación, se realiza a grupos en masa. Según Casas et al., 2003 “ Es una técnica que utiliza un conjunto de procedimientos estandarizados de investigación mediante los cuales, se recoge y analiza una serie de datos de una muestra de casos representativa de una población” (p.528). Por lo cual, permite recoger información por medio de la exploración, descripción, permite explicar una serie de características de una población determinada.

**Técnicas psicométricas:** Son técnicas que permiten recolectar información acerca de las características psicológicas de las personas que son objeto de estudio, permite el análisis del comportamiento de un sujeto o grupo de personas. La utilización de los test psicométricos no solo permite dar un diagnóstico sino permite identificar, rotular, seleccionar y plantear los objetivos planteados y conocer si, se alcanzaron los mismos (Aragón, 2004). Es importante tener en cuenta que, para poder realizar un diagnóstico de forma correcta, se tendrá la confiabilidad y consistencia interna alta en los diferentes cuestionarios, de tal manera, que se obtengan mayor veracidad al momento de interpretar fenómenos dentro de la investigación.

### **2.2.2. Instrumentos**

Los instrumentos utilizados para la investigación son: ficha Ad Hoc sociodemográfica, conjuntamente con tres cuestionarios psicológicos, uno para cada variable: Inventario Sisco de Estrés Académico, Escala de Autoestima en adolescentes (AUD-DAT) y el Inventario Autodescriptivo del Adolescente (IADA).

#### **Ficha Sociodemográfica Ad Hoc**

En cuanto a la ficha sociodemográfica, se recopiló información dividida en cinco apartados: datos personales, estructura familiar, académico, relaciones sociales, actividades, que consta de 25 preguntas con la finalidad de obtener datos de afinidad del adolescente y conocer las afinidades del mismo. “Son instrumentos necesarios para recopilar información valiosa en diferentes áreas de la investigación y nos dan una visión más profunda, periódica, actualizada y detallada de los hechos demográficos” (Toruño & Teruel, 2012, p.23). De esta manera, se considera que la ficha sociodemográfica es un instrumento que permite recolectar y contrastar información de un grupo de personas.

### **Inventario Sisco De Estrés Académico**

Para evaluar el estrés académico en los adolescentes, se utilizó el Sisco. El inventario fue construido y validado por Arturo Barranza Macías, 2006 en la ciudad de México, a raíz de los antecedentes de Friedman y Roseman 1997, construyó el inventario para conocer las características del estrés que acompañan a los estudiantes. En cuanto a la confiabilidad del instrumento posee un alfa de Cronbach de 0,90 según Murphy y Davishofer 2004, estos niveles de confiabilidad son valorados muy buenos o elevados (Citado en Macías, 2007), que significa que el Inventario Sisco es un instrumento que tiene suficiente confiabilidad para ser utilizado en el proceso de investigación. Con respecto a la validez, se menciona que los resultados de la estructura factorial obtenida dentro de un análisis confirma la homogeneidad y direccionalidad de cada ítem compuesto dentro del inventario (Macías, 2007).

Este instrumento consta de 31 ítems, que evalúan si el sujeto tiene estrés académico, las situaciones que generan estrés, las consecuencias del mismo y el estilo de afrontamiento, que se utiliza para abordar un problema. Se utiliza una escala de Likert en la cual Nunca es (1), Rara vez es (2), Algunas veces es (3), Casi siempre es (4), y Siempre es (5) (A. B. Macías, 2007). Las dimensiones que evalúa son: estresores académicos, síntomas (físicos, psicológicos y comportamentales) y estrategias de afrontamiento

En cuanto a la calificación e interpretación de la escala, se inicia con la sumatoria de las respuestas obtenidas por el participante, seguidamente, se procede a determinar la interpretación correspondiente. A continuación, se presenta la interpretación de las puntuaciones totales del Inventario Sisco.

**Tabla 4*****Interpretación de Puntuaciones del Inventario Sisco de Estrés Académico***

<b>Puntuación</b>	<b>Interpretación</b>
<b>Dimensión estresores</b>	
<b>0 -15</b>	Leve
<b>16 – 30</b>	Moderado
<b>31 – 45</b>	Severo
<b>Dimensión síntomas</b>	
<b>0 a 30</b>	Leve
<b>31 a 59</b>	Moderado
<b>60 a 90</b>	Severo
<b>Reacciones Físicas</b>	
<b>0 a 10</b>	Leve
<b>11 a 20</b>	Moderado
<b>21 a 30</b>	Severo
<b>Reacciones Psicológicas</b>	
<b>0 a 12</b>	Leve
<b>13 a 23</b>	Moderado
<b>24 a 35</b>	Severo
<b>Estrategias de Afrontamiento</b>	
<b>0 a 13</b>	Leve
<b>14 a 26</b>	Moderado
<b>27 a 40</b>	Severo

*Fuente:* Elaboración Propia

A continuación, se menciona los datos de fiabilidad del Inventario Sisco de estrés académico, el cual, se ha obtenido por medio del coeficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach ( $\alpha$ ), en el cual, se corrobora la confiabilidad del test.

**Tabla 5*****Cuadro comparativo de alfa de Cronbach del Inventario Sisco de estrés académico***

<b>Factores</b>	<b>Barranza (2007)</b>	<b>Estudio Actual A</b>
Escala Total	0,90	0,90

*Fuente:* Elaboración propia

Por consiguiente, de acuerdo a los resultados obtenidos, se interpreta que el Sisco, demuestra una alta confiabilidad en cuanto a las preguntas, presenta una fiabilidad y consistencia interna óptima para la investigación.

**Escala de Autoestima en adolescentes (AUD-DAT)**

La escala de Autoestima en adolescentes fue creada por García y Musuti en 1999, en cuanto a la fiabilidad la consistencia interna de la escala original con un coeficiente Alpha de Cronbach de 0,88 y 0, 73. Lo cual significa que la

confiabilidad es buena dentro de la investigación. Está constituida por 12 ítems y dirigido a adolescentes desde 11 años en adelante. Por otro lado, se evalúan dos dimensiones la autoestima social y la autoestima académica por medio de una escala del Likert que oscila entre Muy en desacuerdo (1), En desacuerdo (2), De acuerdo (3) y Muy de acuerdo (4). En un estudio realizado por Zabaleta a 715 individuos escolares dio como resultado una fiabilidad del cuestionario con el coeficiente Alpha de Cronbach de 0,828 (Zabaleta, 2004), lo cual indica una buena consistencia interna.

A continuación, se menciona los datos de confiabilidad de la Escala de Autoestima en adolescentes (AUD-DAT), el cual ha sido obtenido por medio del coeficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach ( $\alpha$ ), se obtiene por medio de las respuestas de los participantes en el cual, se corrobora la confiabilidad del test.

**Tabla 6**  
*Cuadro comparativo de alfa de Cronbach de la Escala de Autoestima en Adolescentes (AUD-DAT)*

<b>Factores</b>	<b>Musuti Gonzalo y García Fernando (1999)</b>	<b>Estudio Actual <math>\alpha</math></b>
Escala Total	0,88	0,645

*Fuente:* Elaboración propia

A causa de los resultados obtenidos en este estudio, (Veiga, 2014) interpreta que la escala es confiable para el diagnóstico grupal y la descripción de grupos e investigación. En varios estudios realizados utilizan esta escala y demuestran una fiabilidad aceptable, como en el estudio realizado por Karla Urias denominado “Factores personales y violencia y victimización escolar desde un enfoque ecológico” en el año 2013, en donde, se utiliza la escala de autoestima académica (AUD-DAT) que consta de 12 ítems tiene un alfa de Cronbach de 0,82. De igual forma en el estudio denominado “Influencia del cyberbullying en la autoestima académica y percepción del clima escolar en estudiantes de enseñanza secundaria” en la Facultad de Psicología de la Universidad de Valencia en el año 2014 en la cual, se utiliza los 12 ítems en cual, se presenta un alfa de Cronbach 0,83. En ambas investigaciones, se obtiene un nivel alto de confiabilidad y validez interna.

### **Análisis divergente entre el Inventario SISCO de estrés académico y la Escala de autoestima en adolescentes (AUD-DAT)**

En el análisis de validez divergente, se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman ( $\rho$ ) para determinar el grado de relación entre las dimensiones aplicadas. A continuación, en la tabla 7, se presenta el análisis divergente entre la escala Sisco y la escala de autoestima en adolescentes.

**Tabla 7**  
**Análisis de la validez divergente entre el Inventario Sisco de estrés académico y la Escala de autoestima en adolescentes (AUD-DAT)**

Factores	Estrés académicos		Reacciones físicas		Reacciones psicológicas		Reacciones comportamentales		Global Síntomas		Estrategias de afrontamiento		Global Sisco	
	rho Spearman	R <sup>2</sup>	Rho Spearman	R <sup>2</sup>	rho de Spearman	R <sup>2</sup>	rho de Spearman	R <sup>2</sup>	rho de Spearman	R <sup>2</sup>	rho de Spearman	R <sup>2</sup>	rho de Spearman	R <sup>2</sup>
Escala social	-	-	-	-	-,231**	,053	-	-	-	-	,268**	,071	-	-
Escala académica	-	-	-	-	-,212**	,044	-,286**	,081	-,216**	,046	-	-	-	-

Nota: \* La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral)

Se entiende por validez divergente o discriminante a la evaluación de distintas variables medidas por el mismo método. Según Luján & Cardona ( 2015) señalan que “Se comparan los puntajes de escalas que miden constructos diferentes y, se obtienen correlaciones bajas o negativas, significa que las escalas "divergen", indicando asociación no significativa entre las variables” (p.7). La validez divergente determina la identidad del constructo al ser contrastado con otro diferente.

Se observa que el Inventario Sisco de Estrés Académico, se presenta una validez baja pero significativa y una correlación negativa baja significativa con la escala de autoestima social y autoestima académica y con las dimensiones del Sisco reacciones psicológicas, reacciones comportamentales y con el global síntomas.

Por otro lado, se encontró una intercorrelación negativa en relación al componente: escala social con los factores reacciones psicológicas  $\rho = -,231$ , y estrategias de afrontamiento  $\rho = -,268$ . En relación a la escala académica, se aprecia una intercorrelación negativa con los componentes: reacciones psicológicas  $\rho = -,212$ ,  $p < 0,01$ ; reacciones comportamentales  $\rho = -,286$ ,  $p < 0,01$ ; global síntomas  $\rho = -,216$ ,  $p < 0,01$ . Sin embargo, para que exista una correlación, se tendrá en cuenta que una correlación va desde -1 hasta 0, estos valores son los que indican mayor correlación y 0 el cual indica, que no existe correlación entre las variables, para que una correlación, se tome en cuenta los valores del coeficiente de correlación van entre 0 y 0,2, se considera una correlación mínima; si va entre 0,2 y 0,4, es una correlación baja; si va entre 0,4 y 0,6, entonces es una correlación moderada, ya entre 0,6 y 0,8 es una correlación buena; finalmente, entre 0,8 y 1, es una correlación muy buena. (Díaz et al., 2017)

### **Registro de calificaciones**

En cuanto al rendimiento académico de los adolescentes de primero de bachillerato, se obtiene a través de las calificaciones del Primer Quimestre que fue emitido por el Departamento de Consejería Estudiantil de la institución educativa.

## **2.3 Participantes y Características sociodemográficos**

### **Población**

Dentro del ámbito de la investigación, se entiende por población “Conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones (Hernández et al., 2014, p.174). Es decir, se trata de un grupo de personas que comparten características en común como lugar, tiempo, y contenido. La población de estudio inicial comprende a 174 estudiantes de una Unidad Educativa particular de la ciudad de Ambato que cursan el primer año de bachillerato con edades entre 14 a 16 años, razón por la cual no, se sacará una muestra, comprende toda la población. Los criterios de inclusión, que se cumplirán dentro de la investigación son encontrarse en primer año de bachillerato, los representantes firmen el consentimiento informado; por ende, los criterios de exclusión son si no existe autorización del representante el estudiante no forma parte de la investigación.

### **Características de los Participantes**

Se analiza las características sociodemográficas de los participantes que están sujetos a la investigación, el cual, se consolida y, se estudia a un grupo de 154 estudiantes. La exploración, se consolidó a través de un proceso en el cual los alumnos de la Unidad Educativa Particular, se sometieron a evaluación de carácter psicométrico.

A continuación, se presenta el análisis sociodemográfico de los participantes con sus respectivas variables.

**Tabla 8.**

#### **Análisis sociodemográfico de las variables individuales de los participantes**

<b>Edad</b>	<b>Mínima</b>	<b>Máxima</b>	<b>Media X</b>	<b>Desviación Estándar <math>\sigma</math></b>
	14	17	15,07	0,42
<b>Estadísticos</b>				
<b>Variables</b>	<b>Frecuencia (f)</b>	<b>Porcentaje (%)</b>		
<b>Sexo</b>				
Masculino	123	79,9%		
Femenino	31	20,1%		
<b>Sector</b>				
Urbano	134	87%		
Rural	20	13%		
<b>Tipo de Familia</b>				
Casado	111	72,1%		
Divorciado	22	14,3%		
Unión Libre	7	4,5%		
Separado	9	5,8%		
Viudo	4	2,6%		
Soltero	1	0,6%		
<b>Cambio de colegio</b>				

Sí	72	46,8%
No	82	53,2%
<b>Relación con el maestro</b>		
Muy Buena	17	11%
Buena	75	48,7%
Regular	55	35,7%
Mala	7	4,5%
<b>Problemas con docentes</b>		
Siempre	3	1,9%
Casi siempre	4	2,6%
A veces	90	58,4%
Nunca	57	37%

Nota: *154 casos*

De las 25 preguntas en la investigación, se analiza las que si obtuvieron relación con el estrés académico en los estudiantes. En lo referente a la edad los participantes, incluidos en la investigación, se encuentran con una edad mínima de 14 años y con una edad máxima de 17 años con una media de  $M=15,07$  años y una desviación estándar de  $Ds=0,40$  razón por la cual logramos concluir que las edades, se encuentran dentro de la adolescencia media.

Por lo que, según la OMS la adolescencia inicial o primera fase es a partir de la edad de 14 a 15 años y la adolescencia media y tardía abarca de los 15 a 19 años, como menciona “La adolescencia es una etapa entre la niñez y la edad adulta que cronológicamente, se inicia por los cambios puberales y, que se caracteriza por profundas transformaciones biológicas, psicológicas, y sociales” (Pineda & Aliño., 2002, p.16), de tal modo que esta etapa involucra cambios significativos que posterior determinan el comienzo hacia una etapa adulta, es así que afirma Diverio ( 2007) “en la adolescencia, se establecen los ejes básicos para la constitución de la identidad juvenil y adulta” (p. 14). De tal manera que la adolescencia es una etapa que permite la consolidación de la personalidad, que se forma desde la niñez.

Por otro lado, al pasar por una etapa lleno de cambios a nivel físico, emocional y psicológico el adolescente, se enfrenta dentro del ámbito escolar a situaciones demandantes en donde existen estresores internos y externos. Algunos factores considerados como estresores para los adolescentes son la sobrecarga de trabajos dentro de la institución y fuera del mismo, exceso de responsabilidad, evaluación de los profesores, competitividad, el temor al fracaso, la presión de los padres, la aceptación dentro del grupo de pares, los cambios en los hábitos alimenticios y horas de sueño

(Maturana & Vargas, 2015). Dentro de la etapa adolescente, los individuos atraviesan varios cambios que son coadyudantes dentro del área escolar para, que se genere estrés académico y esto será entendido como la respuesta del organismo a los estresores, que se dan dentro del espacio educativo y que afectan al rendimiento de los alumnos.

Con respecto a la variable referente el sexo, se muestra que existe predominio en el sexo masculino con un 79,9%, mientras que el 20,1% pertenecen al sexo femenino de los participantes. Dentro de la investigación, se encontró que dentro del sexo masculino existe mayor predominio de estrés de una manera significativa por el contrario, en el sexo femenino existe un nivel moderado de estrés, como lo afirma (Ruiz et al., 2014) señala que las mujeres utilizan con mayor frecuencia estrategias centradas en la emoción que les permite manejar una situación estresante dentro del área escolar. De esta manera, se menciona que el sexo femenino presenta predominio en la utilización de estrategias de afrontamiento para hacer frente a una situación estresante.

En cuanto al sector en donde vive el 87% de los participantes vive en la zona urbana mientras que el 13% en la zona rural, se mantiene a consideración lo que describe (Héctor & Rodríguez, 2002) la densidad socioespacial que genera estrés en los grandes urbes no solo es por la cantidad de personas sino también, por oportunidades, empleo, educación, vivienda, salud. Lo cual indica que el sector urbano a más de brindar oportunidades, genera en los adolescentes un nivel alto para adquirir problemas psicosociales, psicólogos y conductas delictivas. Sin embargo, dentro de la investigación realizada, se encontró que existe mayor estrés en los adolescentes que viven en el sector urbano, como afirma Biondo (2010) “el estrés y la tensión son factores muy influyentes en los adolescentes, que se encuentran en la zona urbana, es un factor predisponente hacia el consumo de sustancias y trastornos psicológicos” (p.85). Dentro del sector urbano existe más predisposición a desencadenar trastornos psicológicos en los adolescentes.

Por otro lado, en cuanto al tipo de familia existe un predominio en la familia con padres casados (Nuclear) con un 72,1%. “La familia es un sistema autónomo, pero al mismo tiempo, es interdependiente, no tiene la capacidad de autoabastecerse por sí sola, necesita a la sociedad y ésta a la familia, porque su retroalimentación hace posible su permanencia” (Gómez et al., 2014, p. 14). Lo cual indica que cada uno de los que conforma la red familiar interactúa conjuntamente con la sociedad, se retroalimentan mutuamente. En cuanto a los resultados sobre esta variable, se encontró que el 50% presenta un nivel severo de estrés en los estudiantes con hogares monoparentales, se

mantiene a consideración lo que describe (Vanegas et al., 2011) “Los adolescentes con hogares monoparentales presentan cambios vitales y problemas de aislamiento, estrés, soledad, tensión por la nueva relación amorosa del padre o madre” (p. 207). Por tanto, los adolescentes con este tipo de hogar enfrentan un nivel mayor de estrés que involucra situaciones externas e internas del ambiente en el, que se encuentran.

En cuanto al cambio de colegio, se describe que el 53,2 % no, se ha cambiado de colegio mientras que el 46,8% si, se ha cambiado de colegio. La participación del adolescente dentro ámbito educativo permite realizar una práctica social, la adquisición de habilidades, conocimientos, actitudes y valores, participación dentro del desarrollo personal y el trabajo en equipo (Expósito, 2014). Lo que determina que dentro del ámbito educativo el adolescente desarrolla varias habilidades, actitudes que favorecen el desarrollo personal y social del mismo. Los resultados obtenidos describen que el 47,6% de los estudiantes, que se han cambiado de colegio presentan un nivel de estrés moderado. “El cambio de escuela es un evento lleno de estrés para muchos adolescentes y resulta en baja autoestima y estrés cuando la transición de la escuela ocurre al mismo tiempo que el pico del cambio puberal” (Lara & Arteaga, 2005, p.30). Por tanto, los adolescentes, que se presentan aun cambio de colegio presentan estrés y baja autoestima y esto cambiaría la dinámica del adolescente dentro del área escolar.

Respecto a la relación con el maestro existe predominio en una relación buena con un 48,7% mientras que el 4,5% presenta una mala relación con el maestro. “La relación maestro-alumno propicia de manera efectiva los aprendizajes, del grado de identificación que los alumnos tengan hacia éstos, permite la adquisición de ejercicios o métodos pedagógicos, que despiertan en los alumnos el interés” (García et al., 2014, p. 281). De esta manera, se menciona que la relación con el docente permite establecer vínculos de confianza con el fin de que el estudiante pueda resolver sus inquietudes y preguntas se desarrolla la capacidad para adquirir nuevos conocimientos.

Por otro lado, en la investigación realizada, se obtiene que el 95,2 % de los adolescentes que presenta una relación disfuncional con el docente presenta un nivel severo de estrés. La relación del docente- alumno en donde existe predominio en un clima cerrado, autoritario, en donde prevalecen las relaciones de poder, control y no, se estimulan las relaciones interpersonales, ni la participación libre dentro aula produce en los adolescentes comportamientos hostiles, dificultad en la convivencia que genera estrés y dificultad en el aprendizaje del alumno. (Moreno Madrigal et al., 2011). Por ende, una

relación disfuncional entre docente-alumno es un factor coadyudante para, se generen dificultades a nivel

De tal forma en problemas con docentes el 58,4 % presenta problemas a veces con el maestro mientras que el 1,9% presenta siempre problemas en relación al maestro. Como afirma Sánchez (2014) “los profesores, que se quedan estancados en las clases con cero contacto interpersonal entre alumno-profesor, reduciendo sus clases a una cátedra extendida y tediosa y, no se toma en cuenta la opinión de los alumnos presentan problemas con el docente y la materia” (p.8). Del mismo modo, el poco contacto interpersonal que existe con el alumno no favorece al desarrollo personal y académico del adolescente. En cuanto a los resultados obtenidos, se encontró que el 50 % de los adolescentes que presentan problemas con docentes presentan un nivel severo de estrés. La falta de empatía por parte del maestro, así como una mala relación entre él y sus alumnos y la poca abertura a resolver conflictos con los mismos son aspectos que favorecen el aumento de estrés y la deserción escolar en la educación media superior (Sánchez, 2014),

A continuación, en la siguiente tabla, se expondrá los resultados obtenidos en cuanto a las dificultades por materia que presentan los adolescentes del primer año de bachillerato

**Tabla 9**  
**Análisis de la variable con relación a dificultad por materias recibidas**

Variables	Frecuencia (f)	Porcentaje (%)
<b>Dificultades por materias recibidas</b>		
<b>Biología</b>		
Sí	82	53,2%
No	72	46,8%
<b>Filosofía</b>		
Si	17	11,0%
No	137	89,0%
<b>Ciudadanía</b>		
Sí	47	30,5%
No	107	69,5%
<b>Física</b>		
Si	64	41,6%
No	90	58,4%
<b>Ingles</b>		
Si	57	37,0%
No	97	63%
<b>Lengua</b>		
Si	8	5,2%
No	146	94,8%

<b>Dibujo</b>		
Si	6	3,9%
No	48	96,1%
<b>Química</b>		
Si	43	27,9%
No	111	72,1%
<b>Emprendimiento</b>		
Si	7	4,5%
No	147	95,5%
<b>Historia</b>		
Si	1	0,6%
No	153	99,4%
<b>Educación Física</b>		
Si	1	0,6%
No	153	99,4%
<b>Matemática</b>		
Si	20	13,0%
No	134	87,0%

**Nota:** 154 casos

En relación a las materias que presentan mayor dificultad en primer lugar, se encuentra biología con el 53,2%, en segundo lugar, física con el 41,6%, en tercer lugar, inglés con el 37%, y por último emprendimiento con el 3,8%. Por lo tanto, en cuanto a la dificultad en las materias, se mantiene a consideración lo que describe Romero (2009) “las dificultades con el aprendizaje, se dan por problemas en determinados contenidos o áreas dentro de la asignatura, lagunas de aprendizaje, docente explica la materia” (p.18). Lo cual indica que existe múltiples factores para que un alumno presente dificultad en una o varias materias que son de carácter externo o interno.

En relación a los resultados obtenidos, se presenta que la materia con mayor dificultad es Biología con el 50%, genera un nivel severo de estrés en los alumnos y es el más alto en relación a las demás asignaturas. Uno de los factores asociados al estrés es el clima escolar asociado al rendimiento académico en donde influyen actividades con relación a la institución educativa como el aumento de materias, que se recibe, tareas, exámenes (Bermúdez & Mora, 2004). Así que a mayor número de materias recibidas genera estrés en los adolescentes y, se involucra dificultades en el ámbito escolar.

## **2.4 Procedimiento Metodológico**

Para la realización de este proyecto de investigación, inicialmente, se recolecto información bibliográfica con respecto a estudios realizados de interés para la planificación del proyecto. Una vez recolectada la información, se somete a un análisis

para poder determinar su validez y utilidad dentro de la investigación. Posteriormente, se seleccionan las variables en este caso fue una ficha sociodemográfica y test psicométricos, se indagó su validez, consistencia interna y confiabilidad para asegurar la fiabilidad de los resultados.

A continuación, se escogió la población con la que se pretendía trabajar y al delimitar que el número era manejable, se decidió no seleccionar una muestra sino trabajar con la totalidad de estudiantes de Primer año de Bachillerato, la cual consta de 175 adolescentes de una unidad educativa particular de la ciudad de Ambato, que se encuentran en el periodo académico Septiembre – Julio 2020. Por otro lado, la aplicación de reactivos y la recolección de información, se realizó de manera colectiva. Previo a la aplicación de reactivos, se entregó a los padres de familia un consentimiento informado, el cual autorizaba la aplicación de reactivos de sus hijos (as). Una vez realizado esto, se procedió a entregar a los adolescentes un consentimiento informado para que puedan formar parte de la investigación, se obtuvo información de la ficha sociodemográfica, se aplicó el inventario Sisco de estrés académico, la escala de autoestima social y académico (AUD-DAT) y el inventario autodescriptivo del adolescente (IADA), lo cual tuvo una duración de 20 a 30 minutos.

Se obtuvo el apoyo del departamento de consejería estudiantil y la colaboración de los docentes, los reactivos fueron aplicados de manera colectiva, cada uno de los adolescentes lo realizó de manera individual dentro del curso. Posteriormente, se continuó con la obtención de información, se inició por la tabulación e interpretación de las diferentes respuestas de los estudiantes por medio del Sistema de Análisis Estadísticos Startical Product and Service Solutions (SPSS), el cual tiene como procedimiento interpretar datos y analizarlos, por medio de gráficos y tablas estadísticas, de esta manera, se inicia el análisis de tipo estadístico descriptivo correspondiente a la investigación. En base a los resultados obtenidos, se obtuvo nuevos estudios acerca del estrés académico y el rendimiento académico. No obstante, es necesario que, a futuro, se realicen más investigaciones sobre el estrés académico en los adolescentes en el Ecuador, de tal manera, que se generen estrategias en el departamento de consejería estudiantil y, se disminuya el nivel de estrés académico.

### CAPITULO III: ANALISIS DE RESULTADOS DE LA INVESTIGACION

#### Análisis Descriptivo

A continuación, los resultados obtenidos gracias a la aplicación de los instrumentos Inventario SISCO de estrés académico, Escala de autoestima en adolescentes (AUD-DAT), se analizarán a nivel descriptivo.

#### Análisis de resultados del Inventario Sisco de Estrés Académico

El Inventario Sisco de estrés académico está compuesto por 3 áreas: estresores académicos, síntomas (físicas, comportamentales, psicológicos) y estrategias de afrontamiento las escalas mencionadas son detalladas con su puntuación global en cuanto a los estudiantes de la Unidad Educativa Particular, se obtiene como objetivo el describir el perfil de los participantes en función a esta variable. Ahora bien, se precisa los resultados mediante el mínimo (Min), máximo (Máx), la media aritmética (M) y desviación estándar (Ds).

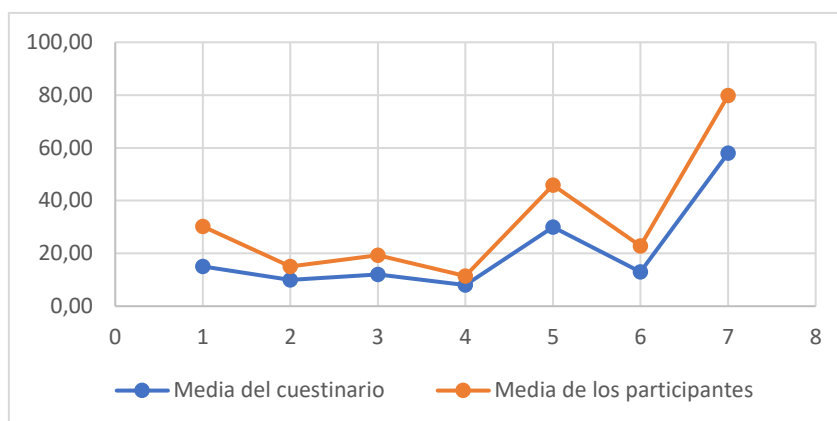
**Tabla 10**

**Estadísticos descriptivos de las puntuaciones directas del Inventario SISCO de estrés académico**

Dimensiones	Mínimo	Máximo	M	Ds.
Estresores académicos	9,00	44,00	30,1753	6,57996
Síntomas	18,00	80,00	45,9091	14,04957
<i>Reacciones Físicas</i>	<i>6,00</i>	<i>28,00</i>	<i>15,0455</i>	<i>5,10330</i>
<i>Reacciones Psicológicas</i>	<i>7,00</i>	<i>35,00</i>	<i>19,2597</i>	<i>6,82824</i>
<i>Reacciones Comportamentales</i>	<i>5,00</i>	<i>22,00</i>	<i>11,4351</i>	<i>3,90060</i>
Estrategias Afrontamiento	3,00	39,00	22,8052	5,58134
Global Sisco	28,00	120,00	79,8052	15,67942

**Nota:** 154 observaciones

Como, se evidencia la media del puntaje global del Sisco es alta que indica la presencia de estrés académico en los adolescentes, la igual que el global y los estresores académicos. Por otro lado, las escalas de reacciones comportamentales, reacciones físicas y reacciones psicológicas, presenta una media menor en su puntaje. Para una mejor comprensión de la distribución de las medias, se presenta la *figura 1*, donde, se expone la media de los participantes y la del cuestionario, en puntuación likert.



**Figura 2.** Distribución de las medias obtenidas del Estrés Académico referentes al Inventario SISCO con sus respectivos puntos de corte en estudiantes de primer año de Bachillerato.

Los valores de estresores académicos, reacciones físicas, reacciones psicológicas, reacciones comportamentales, global síntomas, estrategias de afrontamiento y global Sisco, se encuentran por encima de la media del cuestionario (15 ptos), lo que indica que, a mayor puntuación sobre la norma, existe mayor estrés académico en los estudiantes.

En cuanto a la dimensión de estresores académicos, se obtiene una media de  $M=30,17$  lo cual indica que existe presencia de estrés académico referente a la sobrecarga de trabajos, el tipo de trabajos, la personalidad del docente, en estos indicadores, se observa niveles altos de estrés. Según Ramírez (2015) menciona que “La vida de un estudiante está rodeada de múltiples factores que representan una carga de tensión como estresores académicos que puede desencadenar estrés académico, el cual si no, se detecta y trata adecuadamente, puede ocasionar bajo rendimiento y desencadenar enfermedades” (p.21). De este modo los estresores académicos, son situaciones que a largo plazo generan estrés académico en los estudiantes y dificultad para un desempeño adecuado, y desencadena enfermedades a largo plazo.

En la subdimensión reacciones físicas, se presenta una media de  $M=15,04$ , por lo, que se evidencia que existe menor sintomatología física frente al estrés. Las reacciones físicas frente al estrés tienden a ser moderadas o bajas de acuerdo al factor estresor asociado (Zaragoza & Valdés, 2018). De este modo los estudiantes presentarán reacciones físicas de moderadas a bajas depende de los estresores que son percibidos por los mismos como amenazantes.

En la subdimensión reacciones psicológicas, se presenta una media de  $M=19,25$ , por lo que existe una baja incidencia de síntomas psicológicos con relación al estrés académico.

Según Feldman et al., (2008), se ha demostrado que “el manejo adecuado del tiempo en el estudio está relacionado a un mejor desempeño disminuyendo las tensiones somáticas y reacciones psicológicas en los estudiantes” (p.45) De tal manera, que el manejo adecuado del tiempo permite un mejor desempeño escolar, así como la disminución de síntomas psicológicos, se potencializa un desarrollo adecuado dentro del ámbito académico.

En cuanto a la dimensión reacciones comportamentales, se muestra una media de  $M= 11,43$  a pesar de encontrarse sobre la media del cuestionario es la dimensión que menor presencia de estrés presenta. En la investigación realizada por Peña (2017), indica que “La utilización de estrategias de afrontamiento permiten fomentar acciones encaminadas a disminuir reacciones físicas y comportamentales en los adolescentes” (p.7). De esta manera, se evidencia que el uso de estrategias de afrontamiento permite disminuir las reacciones comportamentales, que se producen como consecuencia del estrés. Respecto a lo mencionado, la presencia de estrés con niveles bajos permite el éxito escolar y favorecen al equilibrio de la salud física, psicológica y comportamental del mismo.

Respecto del indicar global síntomas, se presenta con una media de  $M= 45,90$  lo, que se interpreta a un puntaje elevado, autores como Zaragoza & Valdés, (2018) mencionan que “La presencia de estímulos estresores en los estudiantes, se asocia a un desequilibrio sistémico en donde, se presentan reacciones físicas (insomnio, cansancio), psicológicos (inquietud tristeza), y comportamentales (aislamiento, desgano)” (p.33). Es así como este factor debido a la presencia de mayores estímulos externos hacia el sujeto, alteran las funciones del organismo y genera síntomas frente al estrés.

En cuanto al indicador estrategias de afrontamiento, se presenta con una media de  $M= 22,80$ , lo cual resalta que existe un alto grado en la utilización de estrategias por parte de los adolescentes. Es relevante destacar que “El afrontamiento va a estar en función de los recursos y habilidades sociales del individuo para resolver problemas, así como las creencias, valores, limitaciones personales, y ambientales haciendo que el sujeto utilice varios estilos de afrontamiento” (Gaeta & Martín, 2009, p.331). Por lo que las estrategias de afrontamiento que utilice una persona van a depender de diferentes factores los cuales, permiten que el sujeto, se enfrente a la situación o realice un replanteamiento de la situación.

### **Análisis de las categorías del Inventario Sisco de Estrés Académico**

A continuación, se expone valores en base al grado de estrés académico total que experimentan los estudiantes. En la Tabla 8, se presentan categorías del global del cuestionario, con sus respectivas frecuencias (f) y porcentajes (%).

**Tabla 11.**

*Análisis de las categorías del Inventario Sisco de Estrés Académico*

Dimensiones de Estrés Académico	Leve		Moderado		Severo	
	Frecuencia (f)	Porcentaje %	Frecuencia (f)	Porcentaje %	Frecuencia (f)	Porcentaje %
Estresores Académicos	4	2,6%	71	46,1%	79	51,3%
Síntomas	24	15,6%	101	65,6%	29	18,8%
Reacciones físicas	33	21,4%	100	64,9%	21	13,6%
Reacciones psicológicas	28	18,2%	74	48,1%	52	33,8%
Reacciones comportamentales	38	24,7%	103	66,9%	13	8,4%
Estrategias de afrontamiento	5	3,2%	105	68,2%	44	28,6%
GLOBAL SISCO	7	4,5	145	94,2%	2	1,3%

**Nota:** n=154

Como, se observa en la tabla 8 la dimensión estresores académicos, se encuentra con el 51,3% pertenecen a un nivel severo de estrés, lo cual indica que los estudiantes perciben situaciones relacionadas a la sobrecarga de trabajos, el tipo de trabajo que realizan, la personalidad del docente, el limitado tiempo de entrega de trabajo como un factor que genera estrés académico en los mismos, como lo menciona (Quito et al., 2017) los niveles altos de estrés académico percibidos en los estudiantes son las evaluaciones y exámenes que son estímulos estresantes, que afecta al rendimiento académico. Por lo tanto, los estresores académicos son estímulos estresantes que son percibidos por los estudiantes y con mayor frecuencia afecta al rendimiento académico.

Se determina que un 80% presenta niveles de estrés entre moderado y severo dentro de la investigación por tanto, en las reacciones físicas, se presenta con un 64,9% pertenece a un nivel de moderado de estrés, lo cual indica que “Los estudiantes presenta reacciones físicas tales como dolores de cabeza, migraña, somnolencia o mayor necesidad frente a los estresores académicos” (Jiménez, 2013, p.70). Por tanto, las reacciones físicas, se presentan si el alumno, se enfrenta a situaciones con una alta demanda de estrés. Sin embargo, las reacciones psicológicas, se presentan con un 48,1% presentan un nivel moderado en un estudio realizado por López (2017), se encontró que “Las reacciones

psicológicas, que se presenta con más frecuencia son angustia, ira, tristeza, dificultad para concentrarse y otros que dificultan el bienestar del estudiante”. (p.28). Se atiende así que frente al estrés se presentan la manifestación de reacciones psicológicas. Por otro lado, en las reacciones comportamentales, se presenta en un nivel bajo en cuanto a la presencia de estrés académico es decir, que los estudiantes presentan una disminución de reacciones comportamentales frente al estrés. El uso de estrategias de afrontamiento, ya sea por aprendizaje o una situación emergente disminuye los síntomas físicos, psicológicos y comportamentales en los estudiantes. (Morales & Barranza, 2017). Por tanto, la utilización de estrategias de afrontamiento frente al estrés disminuye las reacciones comportamentales y los síntomas.

En cuanto a las estrategias de afrontamiento, se presenta con el 68,2% lo que indica un nivel moderado, es decir, los estudiantes utilizan diferentes estrategias que les permite afrontar una situación estresante. Según Guamán (2020) señala que “El afrontamiento constituye el elemento esencial que emplea el individuo para hacer frente al estrés, la manera de afrontar el estrés también, va a depender de los recursos individuales de un sujeto y como éste asimile el problema” (p.30). Del mismo modo, la forma que el sujeto utilice para enfrentar una situación estresante depende de los recursos personales que posee el sujeto tanto a nivel conductual, cognitivo y emocional.

El estrés académico de los adolescentes, se encuentra en niveles moderado con el 94,2% dentro de los participantes en la investigación, lo que denota que existen ciertos factores estresores que incrementan el nivel de estrés en los estudiantes. Los niveles de estrés académico, se relacionan de manera positiva con las situaciones que generan manifestaciones físicas, psicológicas y, se relaciona de manera negativa con el comportamiento de los estudiantes. (Berrío & Mazo, 2011). De tal manera que los estresores académicos generan en los estudiantes sintomatología física, así como reacciones psicológicas como ansiedad, depresión de tal manera que afecte al rendimiento escolar existe como consecuencia un cambio de colegio o la deserción escolar.

### **Análisis de Resultados de la Escala de Autoestima en Adolescentes (AUD-DAT)**

La escala de autoestima está constituida por dos dimensiones: autoestima social y autoestima académica. Las escalas mencionadas son detalladas con su puntuación global en cuanto a los estudiantes de primer año de bachillerato; se obtiene como objetivo describir el perfil de los participantes en función a esta variable. A continuación, se precisa los resultados mediante el mínimo (Min), máximo (Máx), la media aritmética (M) y desviación estándar (Ds).

**Tabla 12**

*Estadísticos descriptivos de las puntuaciones directas de la Escala de Autoestima en Adolescentes (AUD-DAT)*

<b>Dimensiones</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>M</b>	<b>Ds</b>
Autoestima Académico	2	4	2,80	0,57
Autoestima Social	1	4	3,02	0,67

*Nota:* 154 observaciones

En el análisis de los puntajes, se presenta con mayor predominio en la media de autoestima es el autoestima social. Por otro lado, la subescala que menos puntúa es autoestima académico de los estudiantes de primer año de bachillerato.

La subdimensión autoestima académico posee una media de  $M=2,80$  lo que indica que es uno de los indicadores con baja puntuación. Según Rabell (2015) señala que “El déficit de autoestima, se relaciona con trastornos ansiedad, estrés, trastornos de aprendizaje” (p.28). Por lo que el autoestima académica permite regular las estrategias cognitivo, emocionales que están implicadas en el aprendizaje y el rendimiento académico, por tanto, un estudiante con autoestima positiva, se acepta tal como es, realiza las tareas escolares con optimismo, acepta los errores y aciertos que conllevan los mismos a diferencia de un estudiante con autoestima negativa propenso a desarrollar ansiedad y estrés y otros trastornos psicológicos relacionados.

En cuanto a la subdimensión de autoestima social, se encuentra con una media de  $M=3,02$  lo que indica que es uno de los indicadores que mejor puntuación posee. Según Rodríguez, (2015) menciona que “El autoestima social permite un justo aprecio y respeto por uno mismo genera seguridad personal, dota de atractivo personal y facilita las relaciones con los demás en relación de igualdad, sin sentimientos de inferioridad o superioridad” (p.2). Por tanto, esta subdimensión tiene relación con lo mencionado, los

estudiantes al poseer niveles adecuados de autoestima social favorecen el dominio y respeto sobre si mismos además, de favorecer a las relaciones interpersonales.

### **Análisis de las categorías de la Escala de Autoestima en los Adolescentes (AUD-DAT)**

A continuación, se expone valores en base al grado de autoestima total que experimentan los estudiantes. La Tabla 13, presenta categorías del global del cuestionario, con sus respectivas frecuencias (f) y porcentajes (%).

**Tabla 13**

#### ***Análisis de las categorías de la Escala de Autoestima en los Adolescentes (AUD-DAT)***

	<b>Muy Bajo</b>		<b>Bajo</b>		<b>Alto</b>		<b>Muy Alto</b>	
<b>Autoestima</b>	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
<b>Autoestima Académico</b>			43	27,9%	98	63,6%	13	8,4
<b>Autoestima Social</b>	2	1,3%	27	17,5%	90	58,4%	35	22,7%

**Nota:**  $n=154$

En la tabla 13, se interpreta que existe en un 27,9% un nivel bajo de autoestima académico, lo cual indica, que se presenta de una manera significativa dentro de la investigación. Según la Agencia de la Calidad de la Educación (2016) señala que “La disminución de la autoestima académica, se asocia a una baja en el interés académico de los alumnos, el que a su vez, se relacionaría a un bajo rendimiento, problemas de conducta y deserción” (p.12). Por tanto, el autoestima académico bajo, se relación con la grado de interés que presenta el alumno en el ámbito educativo así también, se relaciona con niveles bajo de motivación escolar los cuales, dificultan a que el alumno presente un buen desempeño.

La mayoría de estudiantes presentan un autoestima académico alto, el cual corresponde al 63,6% según el estudio realizado por Cardoso las puntuaciones altas en el autoestima refleja en los estudiantes un mejor avance en tareas escolares seguido de un mejor desempeño académico (Cardoso et al., 2017). De esta manera un nivel adecuado de autoestima académico permite a los adolescentes empoderarse de su habilidades, capacidades lo cual permite un desarrollo académico óptimo y es positivo que gran parte de las personas dentro de la investigación, se encuentren en este nivel, se evidencia, que no existe mayor dificultad con respecto al autoestima de los mismos.

Se indica que dentro del autoestima académico muy alto esta el 8,4% de los estudiantes dentro del estudio. Por lo tanto, estas personas presentan un mayor nivel “autoestima en niveles bien altos permite buscar el éxito y el progreso en el trabajo, la familia y la sociedad. Encuentran el sentido de la vida en la patria, la familia, los amigos, la naturaleza, la cultura, la historia, las tradiciones y su identidad nacional y universal” (Acosta & Hernández, 2004). De modo que, esto permite que dichos individuos busquen el éxito y el progreso por medio la familia, la sociedad y por la evolución de los mismo, lo cual favorece al crecimiento personal del sujeto.

Por otro lado, dentro de la subdimensión de autoestima social, se presenta un nivel muy bajo que representa el 1,3%, a lo que hace relación según Garaigordobil & Dura (2005) señala que “las puntuaciones inferiores de la autoestima puede deberse a, que se experimentan mayores niveles de estrés durante la adolescencia, como resultado de factores educacionales” (p. 56). De modo que esto sucede a un factor propio del proceso de adolescentes que contribuyen factores del exterior como educacionales, sociales y familiares que influyen en el autoestima del adolescente.

Dentro del nivel bajo de autoestima social de las personas dentro de la investigación, representan únicamente el 17,5%. La baja autoestima en adolescentes de 14 a 17 años es un predictor de desajuste psicológico relacionado con problemas emocionales y conductuales (Casuso, 2019). De modo que, esto no representa que dichos individuos, se encuentren con dificultades llamativas en torno a su vida sino, que se encuentran en un nivel bajo para lo óptimo, sin embargo, se desarrollan sin mayor dificultad.

Por otro lado, en el nivel alto de autoestima social, se encuentra el 58,4% que corresponde a la mayor parte de los estudiantes dentro de la investigación. En un estudio realizado por Balarezo señala que las personas con autoestima alta son seguras de sí mismas, son creativas y, se muestran independientes de los demás, mantienen buenas relaciones interpersonales y adoptan una actitud positiva frente a los problemas (Balarezo, 2019). Por lo tanto, se entiende que mientras más alto sea el nivel de autoestima social los adolescentes presentaran más dominio en las relaciones interpersonales, enfrentan desafíos, se asume retos y dificultades para alcanzar objetivos planteados. Además, es positivo que gran parte de las personas de la investigación, se encuentren en este nivel, debido a, que se evidencia, que no existe mayor dificultad con respecto al desarrollo personal del autoestima social.

Se indica que, dentro del autoestima social en el nivel muy alto, se presenta con el 22,7%. Según Lojano (2016) menciona que “Las personas con un autoestima con puntuaciones

muy altas tiene mayor control de los impulsos, se auto refuerza, son poco agresivos, son comunicativas y las relaciones interpersonales son satisfactorias” (p. 9). Esto hace referencia que los adolescentes con niveles altos de autoestima poseen más autocontrol de los impulsos y con buenas relaciones interpersonales.

### **Análisis correlacional entre el estrés académico (SISCO) y el rendimiento académico (RA)**

A continuación, se presenta las correlaciones existentes entre las subdimensiones de Sisco con el rendimiento académico de los participantes en estudio.

**Tabla 14**  
*Análisis de correlaciones entre los componentes del estrés académico (SISCO) y el puntaje de Rendimiento Académico (RA)*

Factores	Media	Rendimiento Académico	
		r de Pearson	R <sup>2</sup>
Estresores Académicos	30,17	-	-
Global Síntomas	45,90	-,162*	,0262
Reacciones Comportamentales	11,43	-,162*	,0262
Reacciones psicológicas	19,25	-	-
Reacciones físicas	15,04	-	-
Estrategias de Afrontamiento	22,80	-,164*	,0268

**Nota:** \*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$

En la tabla 14, se señala que existe en determinadas subdimensiones de las variables en estudio la presencia de correlación estadísticamente significativas ( $p < 0,01$ ) por lo tanto, se entiende que a mayor estrés académico menor rendimiento académico en los estudiantes de una Unidad Educativa Particular. Existe una correlación entre las subescalas global síntomas, reacciones comportamentales y estrategias de afrontamiento con el rendimiento académico lo presenta una correlación muy baja de  $Rho = -,162$ ,  $p < 0,01$ . Sin embargo, esta correlación es muy baja, de tal manera, que no existe una relación entre dichas variables. De esta forma, se entiende que los síntomas como reacciones psicológicas, comportamentales no influyen significativamente en el rendimiento académico, y son coadyudantes al consumo de drogas, alteración del sueño evitación de la responsabilidad será este un factor de riesgo en la etapa de los adolescentes (Mendiola como se cito en Morales & Barranza, 2017). De esta forma es como, se explica que “Los síntomas de estrés de carácter físico, cognitivo y comportamental no tiene una

influencia significativa sobre el rendimiento académico de los estudiantes dentro del estudio, existiendo relación con otras variables de carácter demográfico” (p.132). Por tanto, los factores que influyen en el rendimiento académico son de manera inversa, es decir, mientras una variable, se presenta baja la otra subirá y mantendrá una influencia con la misma.

### **Modelo empírico explicativo entre las variables de estrés académico y rendimiento académico.**

El modelo explicativo no, se realiza porque no existe una correlación adecuada entre las variables, la correlación es negativa baja significativa  $Rho = -.135$ , lo cual, se obtuvo a través de los resultados entre las subdimensiones global síntomas, reacciones comportamentales y estrategias de afrontamiento en donde, se evidenció una correlación baja negativa significativa entre las variables, esto indica que el estrés académico no es un predictor del rendimiento de los adolescentes.

## CONCLUSIONES

- La fundamentación teórica de las variables psicológicas a partir de la revisión teórica del estrés académico y el rendimiento académico en una muestra de adolescentes, permitió comprender de manera amplia aquellas demandas (estresores académicos) que el estudiante percibe como amenazantes los cuales, generan en él mismo reacciones a nivel físico, psicológico y comportamental, en donde, afectan al estudiante dentro de su desempeño en el ámbito escolar.
- La medición de las variables psicológicas a través de los instrumentos estandarizados y el posterior análisis descriptivo demuestra por medio de la ficha sociodemográfica que la variable sexo se caracteriza por presentar mayores niveles de estrés académico en la población masculino con un 79,9%, mientras que el 20,1% pertenecen al sexo femenino. Con respecto, a la variable estrés académico en cuanto a sus subdimensiones la media, se encuentra sobre el punto de corte. De esta manera las subescala estresores académicos se encuentran con una Media de  $(X) = 30,17$ , síntomas con una Media de  $(X) = 45,90$ , y estrategias de afrontamiento con una Media de  $(X) = 22,80$  estas se presentan con mayor predominio, lo cual indica que los estudiantes presentan niveles de estrés entre moderado y bajo de acuerdo a las dimensiones estresores académicos, síntomas y estrategias de afrontamiento.
- El estrés en la vida de los adolescentes existe debido a los estresores académico, pero no es predictor que se relaciona con el rendimiento académico. Sin embargo, existe un adecuado rendimiento académico a nivel general en los adolescentes, se evidenció que el mayor porcentaje de participantes ostentan un desempeño académico satisfactorio con el 74%, seguido de los condicionados con 16,2% y apenas el 9,7% muestran excelencia académica.
- Los resultados del análisis correlacional realizado, indican una relación baja negativa significativa entre las variables de estudio  $r$  de Pearson=,  $-0,135$  entre el estrés académico y el rendimiento académico. Es decir, que a mayores niveles de autoestima en los adolescentes menor reacciones psicológicas y, por tanto, menor estrés académico. Por otro lado, a mayor estresores académicos mayor niveles de estrés se presentan, se consideraría, que si una variable baja de intensidad la otra variable sube. Además, se determinó que el estrés académico no es un predictor que influye en el rendimiento académico de los estudiantes.

## RECOMENDACIONES

- Debido a los escasos referentes teóricos y limitados estudios científicos sobre el estrés académico y el rendimiento académico a nivel nacional, se sugiere abordar la temática en próximas investigaciones, las cuales permitan comprender a totalidad este fenómeno.
- Los estresores académicos es la atribución causal con mayor incidencia sobre el estrés académico, se recomienda planificar el desarrollo de procesos de intervención dirigido a la población de educación media superior con estrategias para afrontar el estrés por medio del DECE de la institución educativa.
- Si bien, los estudiantes presentan niveles moderados y bajos de estrés académico, se recomienda que, dentro del hogar, se realicen diferentes actividades tales como deporte, natación, ejercicios de respiración, de tal manera que permita que el estudiante, se integre en dichas actividades para reducir los niveles de estrés.
- Dado que la correlación entre las variables de estudio es relativamente baja, se recomienda investigar sobre otros factores que incidan en el rendimiento académico, tal como la relación y problemas con docentes, el tipo de hogar, puesto que a través de la ficha socio – demográfica, se identificó que estos son factores que indican para que el estudiante genera mayores niveles estrés académico.

## BIBLIOGRAFÍA

- Acosta, R., & Hernández, J. (2004). La autoestima en la educación. *Límite: Revista de Filosofía y Psicología*, 11, 86–99.
- Agencia de la Calidad de la Educación. (2016). *La autoestima académica y motivación escolar como predictor de la deserción en jóvenes vulnerables*. Santiago de Chile.
- Albuja Urvina, M. G. (2012). *Respuestas de estrés y estrategias de afrontamiento frente al proceso de ejecución de tesis en alumnos de quinto año* ". 1–71. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/2171>
- Apaza, R. (2018). Impacto del estrés en el rendimiento académico En Los estudiantes de la Escuela Profesional de Odontología del primero al sexto semestre académico de La Una-Puno, 2017. *Tesis UNA*, 1–84. [https://doi.org/10.1007/8904\\_2014\\_350](https://doi.org/10.1007/8904_2014_350)
- Aragón, L. (2004). Fundamentos Psicometricos en la evaluacion Psicologica. *Revista Electronica de Psicologia Iztacala*, 1, 23–43.
- Arteaga, A. (2015). *El Estrés En Adolescentes*. 1–13. [http://saludxmi.cnps.gov.mx/inpsiquiatria/portal/saludxmi/biblioteca/estres/002\\_ESTRES\\_enla\\_Adolescencia.PDF](http://saludxmi.cnps.gov.mx/inpsiquiatria/portal/saludxmi/biblioteca/estres/002_ESTRES_enla_Adolescencia.PDF)
- Balarezo, N. (2019). *Autoestima y habilidades sociales en adolescentes estudiantes de bachillerato de la Institución Educativa “ Teilhard de Chardin” de la ciudad de Quito, en el año 2018*". Universidad Tecnológica Indoamérica - Facultad de Ciencias Humanas y de la Salud.
- Barraza, A. (2005). Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior. *Investigación Educativa*, 4(4), 15–20.
- Barraza, A. M. (2007). *El campo de estudio del estrés : del Programa de Investigación Estímulo-Respuesta al Programa de Investigación Persona-Entorno*. 08(02), 1–30.
- Bermúdez, S., & Mora, L. (2004). Factores del ambiente escolar asociados al concepto de estres en estudiantes de bachillerato. *Universidad de La Sabana*, 1–102.
- Bernal, Y. (2017). *Factores que Inciden en el Rendimiento Escolar de los Estudiantes de la Educación Básica Secundaria (Tesis Licenciatura)*. Universidad Cooperativa de Colombia. [https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/3369/1/PROYECTO FACTORES QUE INCIDEN EN EL RENDIMIENTO ESCOLAR.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/3369/1/PROYECTO_FACTORES_QUE_INCIDEN_EN_EL_RENDIMIENTO_ESCOLAR.pdf)
- Berrío, N., & Mazo, R. (2011). Estres Académico. *Revista de Psicología de La Universidad de Antioquia*, 3–2, 67–81.
- Biondo, M. B. (2010). *Universidad Del Aconcagua*. 1–164.

[http://bibliotecadigital.uda.edu.ar/objetos\\_digitales/35/tesis-981-el.pdf](http://bibliotecadigital.uda.edu.ar/objetos_digitales/35/tesis-981-el.pdf)

- Cabanach, R. G., Souto Gestal, A., Freire Rodríguez, C., & Ferradás Canedo, M. D. M. (2015). Relaciones entre autoestima y estresores percibidos en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 7(1), 43. <https://doi.org/10.30552/ejep.v7i1.100>
- Cabanach, R. G., Valle, A., Rodríguez, S., Piñeiro, I., & González, P. (2010). Las creencias motivacionales como factor protector del estrés en estudiantes universitarios [Motivational beliefs as a protective factor against stress in university students]. *European Journal of Education and Psychology N°*, 3(1), 75–87. <https://doi.org/10.1989/ejep.v3i1.47>
- Cabezas, E., Andrade, D., & Torres, J. (2018). *Introducción a la metodología de la investigación científica* (Universida).
- Cardoso, S. R. de S. N., Autor, S. E. U., De, I., Dos, A., Vendas, O. D. E., Empresas, D. A. S., Atividades, P. O., Artigo, N., Gest, G. N. R. M. D. E., Para, D. E. F., Miranda, S. F. da R., Ferreira, F. A. A., Oliver, J., Dario, M., Silva, E. M. da E. M., Sacomano Neto, M., Pires, S. R. I., Carvalho, José Crespo, L. E., Soares, L., ... Oliveira, M. D. M. F. de. (2017). La autoestima como factor INFLUYENTE EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO (Obtención del título de pre-grado). In *ペインクリニック学会治療指針2* (Vol. 3, Issue 1). <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Casas, J., Repullo, J. R., & Donado, J. (2003). La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (I). *Atención Primaria*, 31(8), 527–538. [https://doi.org/10.1016/s0212-6567\(03\)70728-8](https://doi.org/10.1016/s0212-6567(03)70728-8)
- Castejón, J. (2014). Aprendizaje y Rendimiento Académico. In *Actas do X Congresso Internacional Galego-Português de Psicopedagogia. Braga: Universidade do Minho*. <http://www.educacion.udc.es/grupos/gipdae/documentos/congreso/Xcongreso/pdfs/cc/cc3.pdf>
- Castillo, I., Ávila, C., & Estrada, L. R. A. (2017). *Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia*. 20(2), 1–9.
- Casuso, J. (2019). *Estudio del estrés, engagement y rendimiento académico en estudiantes universitarios de ciencias de la salud* (Vol. 6, Issue 1). *Revista de Psicología Clínica con niños y adolescentes*.

<https://doi.org/10.21134/rpcna.2019.06.1.7>

- Díaz, C., García, M., Ruiz, F., Torres, F., Lizama, I., & Boccardo, P. (2017). Guía de Asociación entre variables (Pearson y Spearman en SPSS). In *Universidad de Chile Facultad de Ciencias Sociales (FACSO) Departamento de Sociología*.
- Diverio, I. S. (2007). La adolescencia y su interrelación con el entorno. In *Instituto de la juventud*.
- Expósito, L. P. (2014). Participación adolescente en la secundaria: explorando lo deseable, lo potencial y lo permisible. *Argumentos*, 27(74), 47–75.
- Feldman, L., Goncalves, L., Chacón-Puignau, G., Zaragoza, J., Bagés, N., & De Pablo, J. (2008). Relationships between academic stress, social support, mental health and academic performance in Venezuelan university students. *Universitas Psychologica*, 7(3), 739–751.
- Ferrer, C., & Bárcenas, F. (2016). Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante. *Salud y Administración.*, 3(200), 11–18.
- Gaeta, M., & Martín, P. (2009). Estrés y Adolescencia: Estrategias de afrontamiento y autorregulación en el contexto escolar. *STVDIVM, Revista de Humanidades*, 15(2009), 327–344. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3074506>
- Garaigordobil, M., & Durá, A. (2005). Relaciones del autoconcepto y la autoestima con la sociabilidad, estabilidad emocional y responsabilidad en adolescentes de 14 a 17 años. *Revista Analisis y Modificación de La Conducta*, 32, 38–64.
- García, E. G., Garcíal, A. K., & Reyes, J. A. (2014). Relación maestro alumno y sus implicaciones en el aprendizaje. *Ra Ximhai*, 279–290. <https://doi.org/10.35197/rx.10.03.e1.2014.19.eg>
- Gómez, O., Villa, E., & Vera, J. (2014). Hacia un concepto interdisciplinario de la familia en la globalización. *Justicia Juris*, 10(1), 11. <https://doi.org/10.15665/rj.v10i1.295>
- Guamán, R. (2020). *Dimensiones del estrés académico en estudiantes de bachillerato de una unidad educativa de Cuenca (Titulo de pre-pregado)* (Issue February 2019). Universidad de Cuenca.
- Héctor, C., & Rodríguez, D. (2002). El estrés y la ciudad. *Revista Del Centro de Investigación. Universidad La Salle*, 5(18), 71–77. <https://doi.org/10.26457/recein.v5i17/18.620>
- Hernández, R., Fernández, C., & Bapista, P. (2014). Cómo se originan las investigaciones cuantitativas, cualitativas o mixtas. *Metodología de La Investigación*, 24–29.
- Hernández, Roberto, Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la*

- investigación* (Mc Graw Hi).
- Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado. (2016). *Guía para el estrés, causas, consecuencias y prevención..pdf* (pp. 1–20).
- Jiménez, M. (2013). Adaptación del inventario del SISCO en estudiantes universitarios cubanos. *Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas*, 6–15. [http://dspace.uclv.edu.cu/bitstream/handle/123456789/203/Tesis\\_FINAL\\_de\\_MARY-imprimir.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://dspace.uclv.edu.cu/bitstream/handle/123456789/203/Tesis_FINAL_de_MARY-imprimir.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Lara, A., & Arteaga, J. (2005). *El Estrés en la Adolescencia* (Universidad). [file:///G:/discusion/002\\_ESTRES\\_enla\\_Adolescencia.PDF](file:///G:/discusion/002_ESTRES_enla_Adolescencia.PDF)
- Lojano, A. (2016). *Análisis de caso: Como influye la autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes de Tercer año de Educación Básica de la escuela Fiscomisional Cuenca en el área de Matemática, en el periodo académico 2015-2016* (Cuenca-E). UNIVERSIDAD POLITECNICA SALESIANA SEDE CUENCA - Carrera de Pedagogía.
- Lor De Tamariz, M. (2014). Introducción - Investigación en ciencias sociales. *Alternativas*, 15(3), 83.
- López, O. (2017). *Propiedades psicométricas del inventario SISCO del estrés académico en estudiantes del distrito de La Esperanza*. Universidad César Vallejo - Facultad de Humanidades.
- Luján, J., & Cardona, J. (2015). Construcción y validación de escalas de medición en salud: Revisión de propiedades psicométricas. *Archivos de Medicina*, 11(3), 1–10. <https://doi.org/10.3823/1251>
- Macías, A. (2006). *Inventario Sisco Cognoscitivo para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems*.
- Macías, A. B. (2007). El Inventario SISCO del Estrés Académico. *Investigación Educativa Duranguense*, 7, 89–93.
- Marmanilla, J., & Rivera, J. (2014). *Rendimiento académico y estrés en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional del Centro del Perú*.
- Marroquín, R. (2012). Metodología de la investigación. *Universidad Nacional De Educación Enrique Guzmán Y Valle*, 4, 1–26. [http://www.une.edu.pe/Sesion04-Metodologia\\_de\\_la\\_investigacion.pdf](http://www.une.edu.pe/Sesion04-Metodologia_de_la_investigacion.pdf)
- Maturana, H. A., & Vargas, S. A. (2015). El estrés escolar. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1), 34–41. <https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2015.02.003>
- Montecinos, C., & Pavez, N. (2012). *Carrera De Enfermería De La Universidad Del Bío-*

Bío. 0–81.

- Morales, M., & Barranza, A. (2017). *Estrés y rendimiento académico en alumnos de una licenciatura en nutrición* (Prime Edic). Universidad Pedagógica de Durango.
- Moreno Madrigal, C., Díaz Mujica, A., Cuevas Tamarín, C., Nova Olave, C., & Bravo Carrasco, I. (2011). Clima Social Escolar En El Aula Y Vínculo Profesor-Alumno: Alcances, Herramientas De Evaluación, Y Programas De Intervención. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14(3), 70–84.
- Naranjo, L. (2009). Una Revisión Teórica Sobre El Estrés Y Algunos Aspectos Relevantes De Éste En El Ámbito Educativo. *Revista Educación*, 171–190. <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/view/511/527>
- Peña, E. (2017). *Stress and coping strategies in Higher Level Students of the Autonomous University of Guerrero*. 15(1), 1–8.
- Pérez, C. (2012). Evaluación del estrés en adolescentes y su relación con variables de conducta alimentaria. *Medica Journal - Instituto de Ciencias de La Conducta*, 16(210), 1752–1774. <https://doi.org/10.1157/13119489>
- Pimienta, J. (2008). *Evaluación de los aprendizajes. Un enfoque basado en competencias*. Pearson Education.
- Pineda, S., & Aliño., M. (2002). El concepto de Adolescencia. *Manual de Prácticas Clínicas Para La Atención Integral En La Adolescencia*, 15–23. <https://doi.org/10.4067/S0718-22362004000200004>
- Polo, C. (2009). *Resiliencia: factores protectores en adolescentes de 14 a 16 años*. 1–124. [http://bibliotecadigital.uda.edu.ar/objetos\\_digitales/71/tesis-1426-resiliencia.pdf](http://bibliotecadigital.uda.edu.ar/objetos_digitales/71/tesis-1426-resiliencia.pdf)
- Quito Calle, J., Tamayo Piedra, M., Buñay Barahona, D., & Neira Cardenas, O. (2017). Estrés Académico En Estudiantes De Tercero De Bachillerato De Unidades Educativas Particulares Del Ecuador. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(3).
- Quito, J., Tamayo, M., Buñay, D., & Neira, O. (2017). Estres académico en estudiantes de tercero de bachillerato de Unidades Educativas Particulaes del Ecuador. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(3), 1009–1025.
- Rabell, M. (2015). *Autoestima y rendimiento académico: un estudio aplicado al aula de educación primaria*. Universidad Internacional de la Rioja.
- Ramírez, L. (2015). *El clima escolar y el estrés académico de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Fisco-misional Monseñor Alberto Zambrano*

- palacios, Cantón Olmedo periodo 2013–2014. 108.  
<https://www.universidades.com.ec/universidad-nacional-de-loja>
- Ramos, C. A. (2015). Los paradigmas de la investigación científica. *Avances En Psicología*, 23(1), 9–17. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2015.v23n1.167>
- Rodríguez, L. (2015). Desarrollo de la autoestima en los adolescentes. *European Journal of Education and Psychology*, 1, 1–4.  
<http://boj.pntic.mec.es/~lbarrioc/padres/autoestima.pdf>
- Romero, J. F. (2009). Dificultades en el Aprendizaje: Unificación de Criterios Diagnósticos. In *Barcelona*.  
[http://www.bcn.cat/imeb/pec/forum\\_exit/Ed.inclusiva08-15.pdf](http://www.bcn.cat/imeb/pec/forum_exit/Ed.inclusiva08-15.pdf)
- Ruiz, E. B., Ivonne, S., & Maldonado, M. (2014). Emociones, estrés y afrontamiento en adolescentes desde el modelo de Lazarus y Folkman. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 16(1), 37–57.
- Sánchez, F. A. (2014). El docente frente al reto de motivar al alumno. *Revista Iberoamericana Producción Académica y Gestión Educativa*, 1(1), 182–194.  
<https://www.pag.org.mx/index.php/PAG/article/viewFile/134/182>
- Toruño, D. A. F., & Teruel, E. G. T. (2012). Las encuestas sociodemográficas en Honduras. *Población y Desarrollo - Argonautas y Caminantes*, 1, 23–29.  
<https://doi.org/10.5377/pdac.v1i0.836>
- Urias, K. (2013, July 6). *Factores personales y violencia y victimización escolar desde un enfoque ecológico*.
- Vallejo, L. (2011). *Relación entre estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la Carrera Química Farmacéutica-Biológica de la UNAM (Tesis titulación)*. Universidad Pedagógica Nacional.
- Vanegas, G., Barbosa Gonzalez, A., Alfonso, M., Delgado, Lady, & Gutiérrez Serrano, J. (2011). Familias monoparentales con hijos adolescentes y psicoterapia sistémica: Una experiencia de intervención e investigación. *Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y Práctica*, 2(2), 203–215.
- Veiga, F. H. (2014). *Envolvimento dos Alunos na Escola: Perspetivas Internacionais da Psicologia e Educação*. [www.ie.ulisboa.pt](http://www.ie.ulisboa.pt)
- Vera, I., & Garabi, I. (2019). *La resiliencia como factor protector del estrés crónico en docentes*. 9, 159–175. <https://doi.org/10.30552/ejihpe.v9i3.332>
- Zabaleta. (2004). Conductas desadaptativas en los adolescentes en Navarra: El papel de la familia y la escuela. *Universidad Publica de Navarra*.

Zaragoza, F. E. S., & Valdés, A. (2018). *Revista Electrónica de Psicología de la*. 8.

## ANEXOS

## ANEXO 1: Autorización de la institución para aplicar reactivos psicológicos

Pontificia Universidad  
Católica del Ecuador

Sede Ambato  
ESCUELA DE PSICOLOGÍA



Ambato, 03 de marzo de 2020  
ES-196-2020

Padre Lic.  
José Hidalgo Torres  
**RECTOR**  
**UNIDAD EDUCATIVA SAN PIO X**  
Ciudad. -

De mi consideración:

Reciba un cordial saludo de quienes conformamos la Escuela de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, sede Ambato.

El motivo del presente es para solicitarle comedidamente autorizar que la señorita María Belén Lasluisa Chacha estudiante del Décimo nivel de la carrera de Psicología Clínica pueda aplicar a los estudiantes del bachillerato de su prestigiosa institución los siguientes instrumentos: Inventario SISCO de estrés académico, escala de autoestima social y académico, inventario autodescriptivo del adolescente (AIDA), esto con el fin de recopilar información importante para desarrollar el proyecto de investigación, cuyo tema el proyecto de investigación que se encuentra estudiante, mismo intitula: "El Estrés Académico y su relación con el rendimiento académico en una muestra de adolescentes".

En la seguridad de contar con su aceptación, le anticipo mi profundo agradecimiento.

Atentamente,

  
Ps. María Isabel Ramos  
DIRECTORA ESCUELA DE PSICOLOGÍA



DIRECCIÓN  
ESCUELA DE PSICOLOGÍA

*V.B.*  
*Francisco Rozantes*

05-03-2020.



Copia: **archivo**

IR/dr



**ANEXO 2: Consentimiento informado para el adolescente****CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA EL ADOLESCENTE****Sr. / Srta. :**

---

Por medio, de la presente quisiera que me permita obtener su autorización para incluirlo como participante en la investigación de la Escuela de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador “Sede Ambato”. La investigación es realizada por la estudiante de Décimo Semestre María Belén Lasluisa Chacha PSC- 597, dirigida por la Dra. Lucia Almeida Márquez, docente de la PUCE – Ambato. La investigación lleva por nombre: **“El Estrés Académico y su Relación con el Rendimiento Académico en una Muestra de Adolescentes”**. El objetivo de esta investigación es relacionar el estrés académico y el rendimiento académico en una muestra de adolescentes de Bachillerato de la Unidad Educativa “San Pio X” del cantón Ambato.

Por medio de esta carta, se solicita además, de su participación en esta investigación, la autorización para utilizar la información obtenida para fines científicos. La colaboración del mismo, no tomará mucho tiempo por lo que la participación será de manera anónima y el nombre no aparece en ninguno de los instrumentos de evaluación. Los datos producidos, se pasarán a un software estadístico y se usará para diversos análisis con el fin de responder a las preguntas formuladas dentro del proyecto y comprobar la hipótesis. Se le garantiza absoluta confidencialidad de la información. Además, podrá dejar de responder el cuestionario en el momento que lo desee, podrá acudir a la Escuela de Psicología de la PUCE- Ambato para resguardar sus derechos en el caso de que usted sienta que sus derechos han sido vulnerados.

Por último, consciente de la información por favor llene esta carta de consentimiento, fírmela y devuelva a la persona que le solicitado la autorización. Si tiene cualquier inquietud o pregunta diríjase al director de la esta investigación y firme la autorización correspondiente.

- Autorizo a, que se realice la evaluación para investigación propuesta

---

Firma del Participante

---

Investigadora Responsable

### **ANEXO 3: Carta de consentimiento informado para el padre de familia**

#### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Estimado Padre de Familia:

Yo María Belén Lasluisa Chacha, con N° de matrícula PSC-597, estudiante de la Carrera de Psicología Clínica de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador – Ambato, me dirijo a usted con el fin de solicitarle de la manera más comedida, la autorización para la participación de su hijo (a) en la investigación con el tema: “EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN UNA MUESTRA DE ADOLESCENTES”, por medio de la aplicación de baterías psicométricas y una ficha sociodemográfica, instrumentos, que se relacionan con el tema. Esta actividad es parte del proyecto de investigación para la titulación en Psicología Clínica. La información, que se recoja será confidencial y anónima, no se usará con otro objetivo descrito al ya mencionado, por otro lado, no se realizará la entrega del informe de devaluación respectivo.

Esperando que mi petición sea aceptada, desde ya brindo mi más sincero agradecimiento.

Consentimiento:

Yo, .....representante de  
 ....., alumno (a) de Primero de  
 Bachillerato paralelo ..... de la Unidad Educativa “San Pio X”. Habiendo recibido la información pertinente, saldo todas mis dudas acerca de esta investigación, que se realizará y acepto la participación voluntaria de mi hijo (a), en este proceso.

.....  
 Firma del Representante

Adjunto: Autorización Institucional

**ANEXO 4: Ficha sociodemográfica****Ficha Sociodemográfica**

Lea detenidamente cada una de las indicaciones y complete la información requerida o

marque con una “X” en la respuesta que corresponda.

<b>DATOS PERSONALES</b>				
<b>1. Edad:</b>				
<b>2. Sexo:</b>				
Hombre: .....		Mujer: .....		
<b>3. Sector de Domicilio</b>				
Urbano: .....		Rural: .....		
<b>4. Lugar de Residencia:</b>				
<b>5. Etnia:</b>				
Mestizo: ....	Indígena: .....	Afro: .....	Blanco: .....	
<b>6. Situación Socioeconómica</b>				
Muy Buena:.....	Buena: .....	Regular: .....	Mala: .....	
<b>7. Estructura Familiar</b>				
Familia Nuclear (formada por papá, mamá, hijos) .....	Familia Monoparental (formada por uno solo de los padres y los hijos) .....	Familia Extendida (formada por papá, mamá, hijos, abuelos, tíos, primos) .....		
<b>8. ¿Cuál es el estado civil de los padres?</b>				
Casados: .....	Divorciados: .....	Unión Libre: .....	Separados:.....	Viudo (a):.....
<b>9. ¿Con quién vive actualmente?</b>				
Padres y hermanos: .....	Padre y Madre: .....	Solo padre: .....	Solo Madre: .....	
Hermanos: .....	Abuelos: .....	Tíos: .....	Otros: .....	
¿Cuales? .....				
<b>10. ¿Cómo considera usted que es el ambiente familiar dentro de su hogar?</b>				
Muy Bueno: .....	Bueno: .....	Regular: .....	Malo:.....	
<b>11. Tiene mascota</b>				
Sí: .....		No:.....		
<b>12. ¿Qué actividades domésticas realiza usted?:</b> ..... .....				
<b>ACADÉMICO</b>				
<b>13. ¿En qué curso esta?:</b>				
Primero Bachillerato: .....		Segundo Bachillerato: .....		
<b>14. Rendimiento Académico</b>				
Sobresaliente: .....	Muy Bueno: .....	Bueno:.....	Regular:.....	Deficiente: .....
<b>15. Posee algún tipo de Beca:</b>				
No tengo: .....	Beca por excelencia académica: .....	Beca por etnia: .....	Beca Cultural: .....	

Beca Deportiva: .....	Beca por Discapacidad	Beca por ayuda económica: .....	Otro: ..... ¿Cual?..... ..... .....
<b>16. ¿Cuántas materias recibe ?:</b>			
<b>17. ¿Qué materias se le dificulta estudiar o aprender?</b> ..... .....			
<b>18. ¿Ha repetido algún curso?</b>			
Sí: .....		No: .....	
<b>19. ¿Ha existido algún cambio de colegio anterior?</b>			
Sí: .....		No: .....	¿Por qué?: .....
<b>20. ¿Cuánto tiempo se dedica a estudiar ?</b>			
<b>RELACIONES SOCIALES</b>			
<b>21. ¿Cómo considera usted la relación con sus maestros?</b>			
Muy Buena.....	Buena: .....	Regular: .....	Mala: .....
<b>22. ¿Cómo es la relación con sus compañeros de clases?</b>			
Muy Buena: .....	Buena: .....	Regular: .....	Mala: .....
<b>23. ¿Ha presentado problemas con algún docente?</b>			
Siempre: .....	Casi Siempre: .....	A veces: .....	Nunca: .....
<b>ACTIVIDADES</b>			
<b>24. ¿Qué actividades realiza en su tiempo libre?</b> ..... .....			
<b>25. Tiene Mascota:</b>			
Sí: .....		No: .....	

## ANEXO 5: Inventario Sisco de estrés académico

### INVENTARIO SISCO DE ESTRÉS ACADEMICO

1. Durante el transcurso de este semestre ¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

SI	NO

“En caso de seleccionar la alternativa “NO”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “SI”, pasar a la pregunta número 2 y continuar con el resto de preguntas.

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
Nunca	Rara Vez	Algunas Veces	Casi Siempre	Siempre

	1	2	3	4	5
La competencia con los compañeros del grupo	1	2	3	4	5
Exceso de responsabilidad personal por cumplir con las obligaciones escolares	1	2	3	4	5
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	1	2	3	4	5
La personalidad y el carácter del profesor	1	2	3	4	5
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigaciones, etc).	1	2	3	4	5
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc).	1	2	3	4	5
El no entender los temas que se abordan en clase.	1	2	3	4	5
La participación en clases (responder preguntas, exposiciones, etc).	1	2	3	4	5
El tiempo limitado para hacer el trabajo	1	2	3	4	5
Otro: Especifique: .....					

3. En el siguiente cuadro en una escala del 1 al 5 marque con una X con qué frecuencia presenta las siguientes reacciones físicas, psicológicas, y comportamentales cuando se encuentra preocupado o nervioso.

1	2	3	4	5
Nunca	Rara Vez	Algunas Veces	Casi Siempre	Siempre

<b>Reacciones Físicas</b>					
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	1	2	3	4	5
Fatiga crónica (cansancio permanente)	1	2	3	4	5
Dolores de cabeza o migrañas	1	2	3	4	5
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	1	2	3	4	5
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	1	2	3	4	5
Somnolencia, o mayor necesidad de dormir	1	2	3	4	5
<b>Reacciones Psicológicas</b>					
Inquietud (Incapacidad de relajarse y estar tranquilo).	1	2	3	4	5
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).	1	2	3	4	5
Ansiedad, angustia o desesperanza	1	2	3	4	5
Problemas de concentración	1	2	3	4	5
Sensación de tener mente vacía	1	2	3	4	5
Problemas de memoria	1	2	3	4	5
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.	1	2	3	4	5
<b>Reacciones Comportamentales</b>					
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	1	2	3	4	5
Aislamiento de los demás	1	2	3	4	5
Desgano para realizar las labores escolares	1	2	3	4	5
Absentismo de las clases	1	2	3	4	5
Aumento o reducción del consumo de alimentos	1	2	3	4	5
Otro: Especifique: .....					

4. En el siguiente cuadro en una escala del 1 al 5 marque con una X con qué frecuencia presenta las siguientes reacciones físicas, psicológicas, y comportamentales cuando se encuentra preocupado o nervioso.

1	2	3	4	5
Nunca	Rara Vez	Algunas Veces	Casi Siempre	Siempre

Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).	1	2	3	4	5
Elaboración de un plan y ejecución de tareas	1	2	3	4	5
Tomar la situación con sentido del humor	1	2	3	4	5
Elogios así mismo	1	2	3	4	5
Distracción evasiva	1	2	3	4	5
La religiosidad (oraciones, o asistencia a misa)	1	2	3	4	5
Búsqueda de información sobre la situación	1	2	3	4	5
Ventilación y confidencias (verbalizaciones de la situación que preocupa)	1	2	3	4	5
Otro: Especifique:.....					

## ANEXO 6: Escala de autoestima en adolescentes (AUD-DAT)

### Escala de Autoestima Social y Académico (AUD-DAT)

#### Instrucciones:

En primer lugar, vas a encontrar una lista de frases que describen *formas de ser y de comportarse*. Piensa en qué medida estás de acuerdo con estas frases.

Tomemos como ejemplo la frase:

“Hago bien los trabajos escolares” si estás “muy en desacuerdo” con esta frase marca el 1, y si por el contrario, estás “muy de acuerdo” marca el 4.

No existen respuestas buenas o malas, lo importante es que reflejen tu opinión personal

1	2	3	4
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo

1. Hago bien los trabajos escolares	1	2	3	4
2. Consigo fácilmente amigos/as	1	2	3	4
3. Mis profesores me consideran un buen trabajador/a	1	2	3	4
4. Soy una persona amigable	1	2	3	4
5. Trabajo mucho en clase	1	2	3	4
6. Es difícil para mí hacer amigos/as	1	2	3	4
7. Mis profesores/as me estiman	1	2	3	4
8. Soy un chico alegre	1	2	3	4
9. Soy un buen estudiante	1	2	3	4
10. Me cuesta hablar con desconocidos	1	2	3	4
11. Mis profesores/as me consideran inteligente y trabajador/a	1	2	3	4
12. Tengo muchos amigos/as	1	2	3	4