

tutoria

por Velasco Villamar

Fecha de entrega: 14-ago-2019 04:37p.m. (UTC-0500)

Identificador de la entrega: 1160170248

Nombre del archivo: trabajo_velasco_villamar.docx (47.5K)

Total de palabras: 6965

Total de caracteres: 38067

INTRODUCCIÓN

La vida universitaria constituye una serie de cambios, representa una época de preparación en donde un individuo le tocará asumir nuevos retos en donde pondrá a prueba sus conocimientos y aprendizaje de los varios años de escuela y colegio, donde obligatoriamente tendrá que ser responsable de sus actos, dedicando tiempo a los estudios y sacrificándose al máximo, para con mucho esfuerzo obtener un título universitario. Debido a los múltiples cambios a los que se va a enfrentar, se podría generar una situación que no podrá manejar inicialmente, debido al proceso de adaptación académica y en conjunto con otro tipo de situaciones cotidianas harán que se exponga al comúnmente llamado estrés académico. (Cardona, 2015)

La palabra “estrés” debido a los múltiples significados que se le atribuyen, es utilizado a nivel mundial por personas sin importar, raza, sexo o condición social, haciendo que este término se use de forma común, desviando su real significado y la atención que en realidad representa, se lo ha relacionado con la forma de expresar sentimientos y sensaciones que se producen por alguna situación cotidiana como por ejemplo la angustia, la preocupación o el cansancio mental, dejando a un lado las severas consecuencias y repercusión en el rendimiento académico y en otros aspectos personales del individuo que puede traer consigo en caso de que no se trate de forma correcta. (Boullosa, 2013)

En un estudio realizado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), explica que, existen numerosos tipos de estrés, sin embargo, el que afecta a la mayor población es el que lo padecen los trabajadores profesionales y los individuos que se encuentran cursando alguna carrera universitaria, a este tipo de situación que se da en estas personas se lo conoce como estrés académico. En el mismo estudio de la OMS, se detalla que el mayor problema lo enfrentan los estudiantes universitarios, debido a la pesadez de la carga horaria de la carrera, sumada a las actividades curriculares que deben desempeñar en ambientes nuevos para la mayoría y en especial los que ingresan recién, afectan negativamente su desenvolvimiento académico, afectando otras áreas como la social, familiar y personal. (Organización Mundial de la Salud, 2017)

De la misma forma en un estudio realizado en Latinoamérica, explica que los estudiantes universitarios de esta región se enfrentan a numerosas situaciones generadoras de estrés académicos, unas causadas por la exigencia de las universidades por sobresalir en el ámbito

educativo, otras por docentes exigentes y otras en su mayoría por el proceso de enseñanza de ciertas carreras, entre las causales se exponen a la sobrecarga de tareas, lecciones sorpresas, problemas económicos al no contar con recursos para la compra de materiales entre otras. Así mismo se ha relacionado el estrés del estudiante universitario con el rendimiento académico, encontrando que todo individuo posee estrés en diferentes niveles, pero en el área académica este sí afecta el rendimiento de los estudiantes, evidenciándose en las notas de estos y en ocasiones en la pérdida de semestres y abandono de la carrera profesional. (Castillo, 2016)

En México una investigación denotó que la mayoría de estudiantes que experimentan el cambio de la salida del colegio hacia la universidad y que se encuentra cursando los primeros semestres son los que comúnmente se enfrentan al estrés académico, es normal que la transición conlleva a ciertos cambios, pero en individuos que no solo estudian sino que también trabajan hacen que se les dificulte el tiempo que debería ser dedicado a la realización de tareas, en conjunto con la sobrecarga de deberes, así como la pérdida del equilibrio entre las actividades curriculares y las actividades sociales hace que se produzca un problema que terminaran como causal del estrés. (Espejo, 2017)

En el Ecuador, una investigación realizada explica que debido a los múltiples cambios que se enfrenta en todos los aspectos, hace que la vida académica de los individuos se convierta en una carrera contra reloj. En el país uno de cada cuatro estudiante universitario es víctima del estrés académico, con afectaciones graves que se reflejan en la salud tanto física como mental. Así mismo se ha establecido una relación entre el estrés y entendimiento académico. (Castillo, 2016)

En el país, el tema de las reformas curriculares en el campo profesional, ha ocasionado un incremento de horas clases y prácticas pre-profesionales que terminan exponiendo al estudiante a padecer estrés, debido a la dificultad de estudiar hoy en día una carrera universitaria y debido a que la normativa en Ecuador exige previamente un examen que debe cumplir con una cantidad de puntos, desde que se postulan por un cupo para la universidad hasta que logra graduarse, el individuo se expone a una especie de competencia que en ocasiones termina cuando el estudiante no logra superar esta situación y termina desertando de la carrera. (Chepe, 2014)

Son múltiples las situaciones de estrés académico a lo que se enfrenta el estudiante universitario, en los estudios revisados explica que la mayor preocupación o situación generadora de estrés, es la parte académica, y la mayoría que la padece son las personas del sexo femenino. La mayoría coincide en que la sobrecarga horaria en conjunto con las obligaciones que debe cumplir con las prácticas en instituciones de acuerdo a la carrera son causantes estresores, ya que por un lado tienen el ideal de aprender y tratar de ofrecer ayuda óptima e idónea al lugar que se le envíe y por otro lado están la realización de tareas, estudio de lecciones y exámenes, lo que afecta de forma directa y negativa las calificaciones en el aula. (Suárez, 2014)

Las causales han sido investigadas durante muchos años, en Colombia se estudió una muestra de estudiantes universitarios encontrándose las siguientes:

Cuadro 1.- Causales del estrés académico.

Fuente: (Blanco, 2015)

Los efectos y manifestaciones del estrés académico también han sido estudiados, de acuerdo a un estudio en Perú, los efectos que más se han presentado en poblaciones de estudiantes universitarios son los rasgos de ansiedad, insomnio, hipertensión, estados depresivos, irritabilidad entre otras, denotando su afectación directamente en lo que respecta a salud seguido del desempeño académico. (Boullosa, 2013)

Estos efectos coinciden con la investigación realizada en Chile, en donde se destacaron las afectaciones cardíacas, presentando problemas en la hipertensión y también ocasionando problemas emocionales, en algunos casos se presentó úlceras estomacales debido a los desórdenes alimenticios a lo que se exponen. Lo que conlleva a pensar que el estrés académico de no tomar medidas correctivas a tiempo puede afectar la salud de los individuos. (Jere, 2015)

Así mismo en Cartagena, se realizó un estudio con una muestra de 198 estudiantes en etapa universitaria, como efecto del estrés está el insomnio y problemas emocionales, esto debido a la falta de tiempo para descansar, problemas económicos y problemas de tipo familiar, como consecuencia en general una afectación directa al aprovechamiento académico. (Saldaña, 2017)

Entonces se obtiene que las principales consecuencias del estrés académico se encuentran los problemas emocionales como el nerviosismo, la depresión, la tristeza, la falta de concentración y en la parte de la salud física esta la fatiga, la modificación de la frecuencia cardiaca, las úlceras, los dolores de cabeza, el insomnio entre otras.

Es necesario resaltar la importancia del presente estudio ya que es un problema que no solo afecta a toda la comunidad universitaria, se debe establecer una relación entre el estrés académico y el rendimiento de estos. En su mayoría los estudiantes no buscan alternativas de solución y la mayoría convive con esto de forma diaria, lo que se podría resumir en un desempeño académico deficiente o en deserción de la carrera. (Córdova, 2015)

¿Cómo influye el estrés académico en el rendimiento general de los estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro?

¿Cuáles son las situaciones académicas generadoras de estrés en los estudiantes universitarios de la carrera de Psicología?

¿Cuáles son las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales que predisponen el surgimiento del estrés académico en los estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro?

¿Cuáles son los efectos en la salud mental de la afectación del estrés académico de estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro?

OBJETIVO GENERAL

- Determinar la influencia del estrés académico en el rendimiento general de los estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar las situaciones académicas generadoras de estrés en los estudiantes universitarios de la carrera de Psicología.
- Caracterizar las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales que predisponen el surgimiento del estrés académico en los estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro.

- Evaluar los efectos en la salud mental de la afectación del estrés académico de estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro.

Justificación

Al estrés académico siempre se lo ha tomado como un factor negativo el cual al estar presente se cree que influye de manera negativa sobre cualquier actividad que se realiza, los estudiantes universitarios no se ven exentos de estrés, más bien son más propensos por la amplia carga de estresores, es importante realizar este estudio para así determinar si el estrés académico influye de manera significativa sobre el rendimiento académico de los estudiantes universitarios de la nombrada universidad o no, e identificar la prevalencia y frecuencia de los principales estresores.

Durante el proceso de formación académica, el estudiante universitario experimenta altos grados de estrés, que involucran procesos físicos, químicos y emocionales; estos procesos fisiológicos, son indicadores que existe un mal funcionamiento del sistema inmune y, como consecuencia, el cuerpo se muestra asequible a las enfermedades, y por otro lado puede intervenir directamente en el desempeño académico, el ritmo de vida del alumno implica deterioro físico y mental por lo que se considera de alto riesgo para la salud del estudiante, que puede afectar su rendimiento académico.

Por tanto, el presente estudio está orientado a establecer si en los estudiantes universitarios existe o no una relación entre el estrés y el rendimiento académico, para de acuerdo a los resultados establecer medidas que puedan prevenir los problemas descritos.

La importancia de esta investigación radica en dos puntos; primero, permite reconocer cuales son los obstáculos que presenta el estudiante en su proceso de aprendizaje y con ello, buscar alguna manera de afrontarlos; segundo, se trata de profundizar un poco en el aspecto emocional que presenta el alumno, por el cual se puede ver afectado su rendimiento académico.

Aparte de la importancia que tendrá en los estudiantes, esta investigación también servirá a los docentes, como una guía de ayuda metodológica, al momento de encontrarse estudiantes con algún tipo de problema emocional o físico ocasionado por el estrés. La información ya

obtenida podrá ser utilizada para instaurar programas dentro de la Facultad Ciencias Sociales los cuales ayuden a disminuir el nivel de estrés académico.

CAPITULO I

MARCO TEORICO

Estrés académico

Cuando en una institución educativa no se desarrollan las relaciones interpersonales en un ambiente de armonía, entre compañeros, estudiantes, padres de familia en general en toda la comunidad, cuando el ambiente se torna tenso entonces se produce lo que actualmente se le llama estrés, siendo el clima de trabajo demasiado pesado para trabajar y desarrollar con éxito cualquier trabajo encomendado. (Barrera, 2017)

- Por lo tanto, un niño que está estresado suele presentar los siguientes síntomas:
- Desinterés por estudiar
- Intranquilidad
- Dificultad para dormir
- Pérdida del apetito
- Expuesto a enfermedades de la piel por bajas defensas

Las diferentes tareas diarias que envían los profesores a la casa, la preocupación por las notas, y el deseo de presentar a tiempo las múltiples actividades son razones suficientes para que tengan influencia en el actuar de los niños generalmente con un procedimiento desfavorable en el diario vivir.

El ambiente escolar se puede determinar como la forma de actuar o de proceder que presenta el niño en la escuela frente a sus compañeros de aula o de sus maestros teniendo un desarrollo negativo en su aula, su mente no estará con buena disposición para responder a cabalidad las diferentes actividades encargadas por el tutor. Es necesario que los docentes detecten este problema que presentan ciertos estudiantes debido a la imposición de diferentes tareas, y sobre todo cuando no existe una instrucción suficiente. (Barrera, 2017)

Se debe tener especial cuidado y tener mucha intuición para detectar estos casos de estrés que padecen los niños durante el desarrollo del año lectivo al inicio y durante el desarrollo de las clases repercutiendo en la buena disposición que debe tener todo estudiante para efectuar con normalidad las actividades que ordenan los docentes, y una forma de expresar su inconformidad frente a ciertas enseñanzas es su mal comportamiento manifestándolo por

medio de actos desenfrenados con sus compañeros, agotamiento mental, el deseo incontrolable de que se lleven a término las tutorías y de esta manera muchas otras causas que determinan su mal proceder dentro del aula de clase (Castillo, 2016).

Por lo general los estudiantes se mantienen inquietos pensando en el puntaje que puedan obtener en las diferentes ocupaciones desarrolladas por los profesores, muchas veces no comprenden las explicaciones de su expositor por tal motivo se ven tentados a realizar diferentes actividades que los distraen así demuestran su intranquilidad e inquietud al no comprender el procedimiento de los ejercicios que ordena el profesor. Es de vital importancia y urgente que los maestros estén preparados para detectar dichos problemas que se pueden presentar con algunos estudiantes y encontrar la respuesta inmediata para entretener en otras actividades lúdicas que ayuden al niño a superar esta crisis de cansancio mental y emocional ocasionada por la falta de entendimiento ante las explicaciones confusas que otorga el maestro. (Blanco, 2015)

De esta manera se puede decir que los estudiantes están expuestos a una serie de actividades catalogadas con un alto índice de estrés originados por la incomprensión a las supuestas aclaraciones que desarrollan los profesores sin lograr ser descifradas ocasionando confusión e irritabilidad con el deseo urgente de desertar de los salones de clase.

El sistema educativo debería trabajar arduamente en lo que se refiere al ámbito profesional con la finalidad de entregar profesionales expertos a la sociedad dispuestos a innovar en la rama de la educación acogiendo los saberes conocidos cambiándolos por nuevas técnicas estrategias que ayuden al enriquecimiento perfeccionamiento de nuestra sociedad en general introduciendo clases más dinámicas que consista en aprendizajes más prácticas y menos teóricas, tener presente que los niños del futuro aprenden observando y llevando a la práctica las enseñanzas obtenidas de sus profesores. (Cardona, 2015)

Al considerar a las universidades iniciadoras del estrés, en la actualidad se está trabajando responsablemente para dejar viejos patrones del pasado tratando de eliminar clases monótonas causando cansancio, malestar y pocos deseos de aprender por parte de los estudiantes, procurando en lo posible de cambian antiguos modelos en donde el único que hablaba en la clase era el profesor en cambio ahora el estudiante también es participe del conocimiento y se ha logrado que los alumnos intercambien ideas brillantes con sus tutores convirtiéndose en personas investigativas e innovadoras.

Por lo tanto los centros educativos de educación superior están trabajando constantemente, para que sean capaces de generar un ambiente adecuado en donde los estudiantes logren exponer sus ideas con absoluta libertad procurando cambiar un poco las bases políticas que nos han mantenido con patrones antiguos incapaces de relucir y exponer sus propias ideas acomodándose a ideas que solo los maestros podían imponer y ese no es el propósito de la educación. (Castillo, 2016)

Estresores académicos

Se debe recordar que cada individuo es un mundo y cada cual tiene su apreciación con respecto a un problema, y talvez lo que a un estudiante resulta fastidioso monótono o cansado para otro resulte interesante y divertido, todo depende del estado de ánimo en que se encuentre o su disponibilidad para realizar cualquier actividad. (Chepe, 2014)

Según algunas indagaciones sobre los aprendizajes se pueden nombrar ciertas clases de estresores:

1. Las actividades agudas estresantes, estancadas y atrapadas en tiempo y en el espacio.
2. Los problemas estresantes o las actividades que se desprenden por la existencia de una situación donde se empieza el conflicto.
3. Los seres humanos estresantes que son los que contaminan el ambiente donde comparten con los demás interfieren en la tranquilidad de las demás personas que los rodean y esto sucede semanalmente o mensualmente.
4. Las personas que estresan todo el tiempo y por discreción se mantiene en silencio por un buen lapso de tiempo.

Cuadro 2.- Estresores según Barraza y Polo.

Estresores académicos (Castillo, 2016)

Existen otros factores estresantes de diferentes clases generalmente se relacionan en organizacionales, individuales, organizaciones en grupo y extra organizacionales y en el ámbito educativo están establecidos de la siguiente manera:

Cuadro 3.- Estresores según Pineda.

Estresores individuales.- se refiere a los conflictos que cada individuo puede tener con respecto a su apreciación por asistir a universidad ya que todo depende de la disposición que el estudiante tenga frente a la elaboración de tareas, el tiempo que le dedica, se debe tener presente el panorama que cada persona presente frente a ese cambio brusco muchas veces venir de un colegio y enfrentarse al ámbito de la universidad en relación con los trabajos encomendados de diferente índole individuales, grupales y la utilización de diferentes recursos con la intención de cumplir a cabalidad su propósito. Se debe ser cuidadoso con aquellas personas que acarrear conflictos internos corriendo el riesgo de ser contagiado de ese ambiente porque resulta contaminante tratar con dichas personas, que en su momento dado no aportan nada productivo a quienes les rodean. (Cardona, 2015)

Estresores Organizacionales y Grupales.- esto apunta a las relaciones que existe entre los individuos de una empresa, institución y de acuerdo a la disposición de cada persona, depende los resultados obtenidos agregado a esto depende en gran parte de los gustos, preferenciales de cada individuo su forma de proceder entre quienes conforman el ámbito educacional, estudiantes, profesores autoridades y todos quienes conforman la comunidad educacional. (Córdova, 2015)

Estresores extraorganizacionales.- se refiere a los acontecimientos que se manifiestan aparte de la empresa y tienen un poder relevante encima de su forma de actuar cuando está desenvolviéndose en el ámbito empresarial o educacional. El ser humano reacciona de acuerdo a las circunstancias que se dan en el ámbito de afuera. El ámbito económico, la sociedad y su mundo familiar y demás factores que tienen influencia en su conducta al tratar o relacionarse son las personas que los rodean. Las innovaciones en algunos de estos campos producen de repente el estrés y dar inicio a ciertas formas de actuar frente a diversas situaciones de la vida cotidiana. (Jere, 2015)

Efectos del estrés

Los síntomas del estrés es una mezcla de todos los factores que revelan la conducta, la parte emocional, física y cognoscitiva, pero en efecto realmente se detecta una estrecha relación entre estos factores. Aunque y lo que en cierto modo la influencia del estrés podría tener resultados óptimos en el comportamiento del ser humano y lo que preocupa realmente es que los resultados negativos actúen directamente en conducta de las personas y en este caso

en los estudiantes, y lo que se declara a continuación tiene conexión con las variables de esta investigación. (Monroy, 2017)

Se nombra a continuación los resultados que se originan en los individuos con respecto al estrés:

Cuadro 2.- Efectos del estrés académico.

Fuente: (Barrera, 2017)

Esos factores no se desarrollan específicamente en todos los seres humanos y no se presentan en conjunto además reaccionan de diferente manera y hay sus diferencias entre ellos. De acuerdo al parecido que existe entre las reacciones en la conducta o el comportamiento de la persona a diferencia de la convivencia social, se estudian de forma separada en los párrafos que están a continuación. (Monroy, 2017)

Síntomas de conducta.- se niegan a cumplir ciertas tareas encomendadas por parte de los profesores, presentan dificultades para terminar un trabajo, demuestran pérdida de apetito y se hacen dependientes del cigarrillo y alcoholes razón por la cual se mantienen tensos nerviosos inquietos.

Efectos conductuales.- las consecuencias de tener estrés en las personas tienden a ausentarse alejarse de los demás individuos, también demuestran su trastorno con actuaciones agresivas y nerviosismo y llegan a morderse las uñas y con la intención de alcanzar calma consiguen fumar y la ingesta de alcohol. (Boullosa, 2013)

Síntomas emocionales.- las personas que mantienen estrés tienen problemas de comportamiento, por preocupaciones frecuentes y descubren su inaptitud para poder tranquilizarse.

Efectos emocionales.- Los individuos con mucho estrés tienen trastornos de conducta, se sienten culpables hasta por situaciones que ellos no han provocados son desconfiados de todo, por eso se mantienen apartados de las demás personas no mantienen buenas relaciones con las demás personas están todo el tiempo de mal humor se cansan con rapidez de alguna

actividad encomendada y llegan al agotamiento mental se deprimen y se sienten solos.

Síntomas psicofisiológicos.- las personas con síntomas de estrés tienen actuaciones raras empiezan a friccionar los dientes, comienzan a sudar con frecuencia y sienten que se ahogan, demostrando mareos, irritación en la garganta dificultad para tragar tienen problemas en las vías urinarias, y por último pierden el interés en mantener relaciones sexuales. (Montes & Subieta, 2015)

Efectos fisiológicos.- cuando una persona está nerviosa pasando por un proceso de estrés, siente la boca reseca sin salivación se le dificulta masticar los alimentos, se le eleva la presión y estaría propensa a sufrir un paro cardíaco. Pero al mismo tiempo en su afán de controlar esta serie de síntomas más bien podría llenarse de mucha energía y la puede convertir en agresividad en situaciones delicadas o difíciles.

Síntomas cognitivos.- los resultados de estas situaciones difíciles llenas de ansiedad atrofian la mente y le obstaculizan recordar cosas importantes, razón por la cual no podrían llevar una vida normal.

Efectos cognitivos.- el individuo con problemas de estrés tiene dificultades al concentrarse en las actividades que tiene que llevar a cabo y lo alejan de la creatividad y de esa forma le impide realmente concentrarse en la planificación de los proyectos y se olvidan con mayor frecuencia las actividades realmente importantes sufriendo un bloqueo intenso en sus neuronas.

Síntomas sociales.- No todas las personas reaccionan de la misma manera unos prefieren estar solas cuando mantienen estrés y otras en cambio prefieren permanecer acompañados para distraer la atención y evitar pensar en su situación de estrés. (Barrera, 2017)

RENDIMIENTO ACADÉMICO

Definición de rendimiento académico

El rendimiento académico se refiere al rendimiento escolar de los estudiantes donde tienen la oportunidad de demostrar las enseñanzas aprendidas en la escuela, colegio y universidad. Más adelante se va a nombrar la variable a través de los resultados académicos, la cual será clasificada los siguientes niveles: bajo, medio y alto (Torres, 2015)

Existe una manera eficiente de saber con certeza el aprendizaje adoptado por los estudiantes en las aulas de las diferentes entidades educativas como son las escuelas, los colegios y las universidades. De los resultados que obtengamos sobre los conocimientos de los estudiantes talvez no deja prever con exactitud las formas de comportamiento pero si nos acercamos a los resultados porque si un estudiante obtiene una buena nota global al término de un semestre significa que anímicamente, psíquicamente está en un buen estado mental lejos de los problemas del estrés. (Suárez, 2014)

Factores asociados al rendimiento académico

El éxito en los estudios o el avance en el aprendizaje académico están determinados por una serie de circunstancias que tienen un estrecho vínculo con la institución educativa, y están influenciados por elementos culturales, políticos, económicos, y sobre todo lo que tiene directa intervención es decir los lazos familiares, personales y académicos. (Blanco, 2015)

Los factores pedagógicos

Cuando hablamos de factores pedagógicos se refiere a la forma de transmitir los conocimientos por parte de los emprendedores del saber profesores los recursos didácticos que utilizan para llevar a cabo su labor de enseñanza a sus estudiantes, los medios que utilizan son los laboratorios, libros, computadoras, en gran parte depende también de la cantidad de estudiantes que se le designa a cada maestro, el empleo de estrategias y formas de motivación de los tutores para sus pupilos. (Espindola, 2014)

Estamos conscientes que de la forma como se entrega el profesor a su estudiante depende en gran parte que los niños se motiven y les nazca la inquietud por aprender, descubrir y darle respuestas a muchas dudas, para ello se debe trabajar arduamente para que los niños sientan amor a la lectura con el propósito que él sea el protagonista del aprendizaje.

Los factores fisiológicos

En algunos casos por la influencia del estrés puede ocasionar molestias en su salud es posible que afecte su sistema endocrinológico, también puede afectar un órgano principal como es la vista o también la audición. (Quito, 2017)

Los factores psicológicos

Tenemos la seguridad de que los estudiantes no se podrán desenvolver con total seguridad en sus estudios si no cuentan con una vida familiar tranquila, hemos venido estudiando a lo largo de este tema que las circunstancias familiares ejercer influencia en su estado de ánimo.

Del medio que le rodea al estudiante depende los resultados en el aprendizaje está comprobado que si un niño no goza de afectividad por parte de sus progenitores en casa, y de sus maestros en la escuela, entonces no se obtendrá resultados óptimos. (Jere, 2015)

Del afecto que reciba un niño depende del desenvolvimiento en la escuela muchas veces los niños contemplan con tristeza a los otros compañeritos que reciben afecto de sus padres y seres queridos, entonces empieza a comparar su ámbito familiar con el de sus amiguitos y tiende a aislarse de los demás

Clasificación del rendimiento académico

Vamos a clasificar el rendimiento académico de los estudiantes y de acuerdo a los resultados los vamos a clasificar en:

Rendimiento académico bajo.-

Si el estudiante mantiene una calificación de 7 o menor de 7 es preocupante porque no ha alcanzado los conocimientos necesarios a lo largo del año lectivo es decir no ha desarrollado las habilidades propuestas por el profesor y esto puede ser por muchas circunstancias a nivel de escuela, y si nos referimos a nivel universitario las causas pueden ser debido a los siguientes factores. (Suárez, 2014)

- Si nos referimos a los alumnos pensamos que su rendimiento bajo es porque no se han desarrollado en el hábito de estudio desde su etapa preescolar.
- Si hablamos del profesor puede ser que no se esté actualizando en con respecto a estrategias que puede desarrollar con los estudiantes es decir que sus enseñanzas sean dinámicas y divertidas.

En la universidad de Salamanca por Tejedor, demostraron que en un estudio que se realizó en 1996, cuando se dialogó con los estudiantes llegaron hablaron de los siguientes aspectos:

Causas personales: según el dialogo que se mantuvo con los estudiantes se deduce que la mala organización o planificación de los hábitos de estudio puede repercutir el rendimiento

académico, no aprovechan su tiempo libre practicando los ejercicios donde tienen deficiencia intelectual, poco les interesa en dedicarse a investigar es decir tratar de saber un poco más de los conocimientos transmitidos por sus profesores, desde pequeños se debe encaminar al niño a convertirse en un ente investigativo, capaz de dar respuestas a muchas interrogantes. (Misrachi, 2015)

Causas ambientales.- el rendimiento escolar óptimo depende del entorno en que se desenvuelva el alumno, en gran parte es importante que el estudiante permanezca solo mientras estudia para no ser interrumpido porque la compañía de los demás en el instante que desea estudiar puede distraerlo de sus responsabilidades. (Montes & Subieta, 2015)

Causas académicas.- Debe de existir una buena comunicación y relación entre un profesor – alumno, donde el estudiante tenga la confianza de consultarle algo al maestro y este a la vez le puede orientar para que se convierta en un individuo investigativo, muchas veces los maestros no preparan su clase y se atreven a improvisar y pueden llegar a confundir a sus pupilos, además no hay una buena relación entre los dos. (Cardona, 2015)

Rendimiento académico medio.- Es el promedio medio que indica que el estudiante debe mejorar para que pueda recuperar su aprovechamiento y estar listo para poder participar en la lista de los estudiantes que están próximos a recibir una beca. Respecto a lo social están óptimos para efectuar alguna ocupación laboral. (Restrepo, 2016)

Los estudiantes con un rendimiento medio son aceptables en el campo académico, pero necesitan de más dedicación. Si un alumno ocupa su tiempo en trabajos extras encomendados por su tutor sobre todo si es práctico se sentirá motivado y va a lograr aumentar su puntaje académico, además su ámbito él podrá manejarse aun sobrellevando su situación familiar, por complicada que este, siempre la labor del docente es apoyar a sus estudiantes enseñarles que a pesar de las circunstancias familiares siempre se debe poner interés en los estudios porque los ayudara a crecer profesionalmente en un futuro. (Rosales, 2016)

Rendimiento académico alto.- los alumnos que han logrado adquirir un buen puntaje entre 9 y 10, son estudiantes que tienen el apoyo de sus familiares brindándoles atención a sus necesidades, enseñándoles patrones de organización, la manera de aprovechar su tiempo en

ocupaciones valiosas, cuando sus profesores son capaces de motivarlos dándoles confianza y seguridad de que son capaces de lograr grandes éxitos en la vida. (Águila, 2015)

Para que un estudiante salga adelante con éxito en sus estudios depende en gran parte de muchas situaciones que le acompañan, es decir su funcionamiento físico, su organismo entender que la reacción de ser humano consiste en su estado de salud, el entorno que le rodea, está comprobado que los seres humanos reaccionan de acuerdo al medio, su interrelación con las demás personas.

El que una persona salga adelante en su carrera universitaria o profesional depende de las circunstancias que le rodean, su ámbito familiar, las relaciones con los demás, entonces aceptan las proporciones de la Universidad, tal vez unos estudiantes lo acepten pero otros dejen pasar esta oportunidad. (Saldaña, 2017)

En resumen deducimos que el profesor tiene una parte primordial en la vida del estudiante, para que más tarde sean personas que pueden aportar con sus conocimientos la sociedad, ellos son quienes motivan a los estudiantes a desarrollar la actividad investigativa y aumentar sus conocimientos.

El propósito de todo ámbito enseñanza-aprendizaje es obtener estudiantes que se preocupen por mantener una rutina de estudio que se auto capaciten, siendo investigadores que no se conformen con las explicaciones del profesor al contrario buscar fuentes de investigación y todos debemos colaborar para encontrar soluciones en caso de que sufran algún cambio (Vallejo, 2018)

CAPÍTULO II

METODOLOGIA

3.1. Tipo de la Investigación

3.1.1. Investigación descriptiva. – Esta investigación se caracteriza por exponer lo más relevante de las características de las variables, no abarca más allá de las definiciones comunes que se pueden encontrar en una o varias temáticas a investigar. Se expone solo lo más relevante y esto le ayudara al investigador a realizar análisis de comentarios de otros autores, el principal objetivo de se basa en desmenuzar la información del todo en partes pequeñas para ir definiendo por parte y estableciendo hipótesis y posibles instrumentos de evaluación que serán utilizados a futuro y constatar las hipótesis o negarlas. (Sampieri, 2014)

Esta investigación utiliza la investigación descriptiva ya que expondrá información que va a permitir profundizar sobre las causas del estrés académico. Permitirá conocer el efecto que tiene en el rendimiento, la situación problemática a la que se enfrentan día a día los estudiantes universitarios frente a los efectos tanto físicos y emocionales que le causa el estrés.

3.2. Diseño de la Investigación

3.2.1. Investigación Bibliográfica – Documental. – Aquí intervienen recursos tales como los libros, tesis, artículos científicos, revistas, artículos de periódico tanto de forma física como de forma virtual, información que ya ha sido conocida y expuesta por otros autores y que se hará referencia para que el investigador constate la información que ya posee con la que va a exponer en los resultados de la encuesta. (Sampieri, 2014)

Para la consulta de la información de las variables en estudio que son el estrés académico y el acoso laboral se hizo uso de la forma virtual y física de artículos de revista, periódicos, libros y demás donde se obtuvo información de calidad y confiabilidad que ha sido analizada y comparada con la que se va a obtener de las encuestas realizadas a los estudiantes de psicología.

3.2.3. Investigación de campo. – Este tipo de investigación se caracteriza por ser realizada en el sitio de donde se van aplicar las encuestas, tiene contacto directo con la población en estudio, dándole la apertura al investigador de poder observar y analizar la situación

apoyándose con recursos que expondrán las problemáticas en estudio, proporcionando la oportunidad de manipular las variables y establecer algún tipo de relación. (Sampieri, 2014)

El presente estudio presenta una investigación de campo que se caracteriza por involucrar a la población universitaria de la carrera de psicología, ya que se trabajará con un semestre específico que es donde se da la mayor problemática.

3.3. Métodos

3.3.1. Teóricos

Método hipotético – deductivo. – Este método se caracteriza por utilizar hipótesis, que son las condicionantes para saber si existe relación entre una o más variables, mediante pruebas estadísticas y encuestas se puede recolectar los datos, que darán la validez o negación de la hipótesis se puede expresar la validez y confiabilidad de los instrumentos de medición. (Sampieri, 2014)

En la presente investigación se hará uso de encuesta que serán aplicadas a los estudiantes de psicología para obtener datos relevantes en cuanto al estrés y el rendimiento académico.

3.3.2. Empíricos.

Encuesta. – Es el instrumento viable de todo investigador, está constituido por una serie de preguntas que pueden ser abiertas o cerradas, entorno al fenómeno o problema en estudio, se realizar de forma directa o indirecta dependiendo las características y condiciones de la población, permiten evaluar y obtener resultados relevantes en cuanto al tema de investigación, es un instrumento fundamental en la recolección de datos. (Sampieri, 2014)

Se utilizará una encuesta mediante un test validado y de autor a Barraza Ángel en el año 2010, el test contiene ítems que permitirán valorar situaciones académicas estresantes, reacciones físicas, reacciones psicológicas y reacciones comportamentales, estas tendrán una opción de respuesta de acuerdo a la escala de Likert.

3.4. Población y Muestra

Población

Es un conjunto de individuos de un mismo lugar que reúne características similares. El investigador deberá elegir la población en estudio de acuerdo a las necesidades de su proyecto, elegir que posean cierta similitud y que puedan participar de forma activa interactuando y dando información del problema en estudio (Sampieri, 2014)

La población objeto de estudio de esta investigación estuvo constituida por los estudiantes de la Carrera de psicología. Estas personas comprenden la población global, con respecto a la muestra se escogió a la totalidad de la población.

Muestra

Muestra intencional. – Al referirse a la muestra intencional se está referenciando a la técnica que sigue el proceso de interactuar en una encuesta, pero no está disponible para todos los individuos, no todos reúnen características esenciales en el proceso de selección.

En este caso se determinó que la población en estudio serán los estudiantes de Psicología, excluyendo a estudiantes de otras carreras de la Universidad Estatal de Milagro.

Cuadro 5.- Población.

Fuente: Universidad Estatal de Milagro.

3.5. HIPÓTESIS y VARIABLES

3.5.1. Hipótesis General

- El estrés académico influye en el rendimiento general de los estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro.

3.5.2. Hipótesis Particulares

- Existen situaciones académicas generadoras de estrés en los estudiantes universitarios de la Carrera de Psicología.

- Los factores psicosociales, ambientales y personales predisponen el surgimiento del estrés académico en los estudiantes universitarios de la Carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro.

- Existen efectos en la salud mental que son causadas por el estrés académico de estudiantes universitarios de la Carrera de psicología de la Universidad Estatal de Milagro.

3.5.3. Declaración de Variables

Variable Independiente: Estrés académico

Variable Dependiente: Rendimiento.

CAPITULO IV

RESULTADOS OBTENIDOS

Elaborado por: Johneliz Velasco y Carlos Villamar.

Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro.

Análisis. - En la tabla 1, se evidencia que los estudiantes de la carrera de Psicología, presentan en su mayoría un nivel de estrés académico alto con un 50%, es decir, la mitad de la población encuestada, seguida del nivel medio con un 31% y el nivel bajo con un 19%.

Gráfico 1.- Situaciones académicas generadoras de estrés que aquejan a los estudiantes.

Elaborado por: Johneliz Velasco y Carlos Villamar.

Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro.

Análisis.- De acuerdo al gráfico 1, las situaciones académicas generadoras de estrés se encuentran que la sobrecarga de tareas es la que posee el mayor porcentaje con un 15.4%, seguida del tiempo limitado para realizar trabajos con un 14%, dentro del parejo porcentaje esta las evaluaciones de docentes y el tipo de trabajo con el 13% cada una, consiguientemente la competencia con los compañeros con un 12%, el carácter del docente con el 11.4%, la participación en clase con el 10.6% y finalmente la deficiencia de los estudiantes para entender los temas con el 9.8%. Los resultados explican que existe un problema en su mayoría por la sobrecarga de tareas en lo que respecta a las situaciones académicas estresantes, esto afecta al estudiante en todos los aspectos globales.

Gráfico 2.- Reacciones físicas que presentan los estudiantes ante el estrés.

Elaborado por: Johneliz Velasco y Carlos Villamar.

Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro.

Análisis. – De acuerdo al gráfico 2, las reacciones físicas que presentan los estudiantes, el 19.1% expresó que se debe a la somnolencia de la realización de tareas hasta altas horas de la noche, el 17.8% padece de cansancio permanente lo que afecta el curso normal del aprendizaje en el aula, el 16.1% tiene trastornos del sueño, el 15.5% presenta ansiedad al recurrir al mordimiento de uñas y finalmente el 13.9% presenta problemas gástricos al no poder alimentarse a las horas correctas.

Gráfico 3.- Reacciones psicológicas en estudiantes.

Elaborado por: Johneliz Velasco y Carlos Villamar.

Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro.

Análisis. - De acuerdo al gráfico 3, las reacciones psicológicas que padecen los estudiantes se ubican de la siguiente forma, el 22% se encuentra en la inquietud producida por la incapacidad de relajarse o de mantenerse tranquilo, el 20.7% posee problemas de concentración tanto en el aula como en casa en la realización de tareas, el 19.9% padece de sentimientos de tristeza, el 19.7% padece de angustia que se podría traducir como ansiedad y el 17.6% padece de ataques de agresividad.

Gráfico 4.- Reacciones comportamentales de los estudiantes.

Elaborado por: Johneliz Velasco y Carlos Villamar.

Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro.

Análisis.- De acuerdo al gráfico 4, sobre las reacciones comportamentales, el 31.8% de los estudiantes padece una alteración en la forma de alimentarse, o reduce el consumo o lo aumenta, el 25.9% Presenta desgano en la realización de tareas y en el aula de clases, el 22.1% presenta problemas conflictivos o tendencia a la discusión debido a o saber llevar su problema de estrés, el 20.2% opta por el aislamiento para evitar problemas y esto conlleva también a la ausencia en las aulas de clases.

Elaborado por: Johneliz Velasco y Carlos Villamar.

Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro.

Análisis.- De acuerdo a la correlación de variables, la variable de rendimiento y la del nivel del estrés, están relacionadas, en cuanto al rendimiento bueno, el 57.5% posee un rendimiento académico bueno, ubicándose el porcentaje mayoritario en el 53.3% con un número de estudiantes de 21. Mientras que el rendimiento académico regular el mayor porcentaje se ubica en el 30% con un total de 32 estudiantes. Al realizar el análisis estadístico de la correlación de variables se estableció que las situaciones generadoras, en conjunto con las reacciones físicas, comportamentales, y psicológicas influyen directamente en el grado de estrés del estudiante y de la misma forma afecta el rendimiento académico.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES

- Se determinó que existe una estrecha relación en la influencia del estrés académico y el rendimiento general de los estudiantes, destacando que las causas están constituidas por situaciones generadoras de estrés son provocadas por la presión académica que reciben de forma continua en las aulas de clases, llevando al estudiante a un constante estímulo que le provoca efectos en el rendimiento académico.
- Las situaciones académicas generadoras de estrés se conformaron por, sobrecarga de tareas, el tiempo limitado para realizar trabajos, las evaluaciones de docentes y el tipo de trabajo, competencia con los compañeros, el carácter del docente, la participación en clase, y finalmente la deficiencia de los estudiantes para entender los temas.
- Las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales que predisponen el surgimiento del estrés académico se encuentran los malos hábitos en cuanto a la alimentación, la ausencia en clases, los problemas de sueño, los brotes de ansiedad y agresividad, la falta de concentración son los que más destacan.
- Los efectos en la salud mental de la afectación del estrés académico se encuentran constituidos por el problema de no saber afrontar y distribuir correctamente el tiempo, pero también se ha encontrado que las situaciones académicas generadoras de estrés influyen directamente en la salud mental y esto no es tomado en cuenta por los docentes ni por ninguna autoridad.

RECOMENDACIONES

- Se recomienda realizar talleres para socializar a nivel de toda la comunidad estudiantil sobre los problemas del estrés académico en los estudiantes universitarios. Es necesario que conozcan tanto docentes y estudiantes la importancia saber contrarrestar los efectos de padecer este tipo de afección y también concientizar a los docentes a la hora de enviar tareas tomar en cuenta el tiempo disponible del estudiante y los quehaceres cotidianos.

tutoria

INFORME DE ORIGINALIDAD

0%

INDICE DE SIMILITUD

0%

FUENTES DE
INTERNET

0%

PUBLICACIONES

0%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias

< 10 words

Excluir bibliografía

Activo