



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



**TRABAJO DE INTEGRACION CURRICULAR
PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE:**

LICENCIADO EN PSICOLOGIA

TEMA:

NIVEL DE ESTRÉS Y RENDIMIENTOS ACÁDEMICO EN LOS ESTUDIANTES DE
TERCERO DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA PUEBLO NUEVO

AUTORES:

ANCHUNDIA BAQUE INGRID PAMELA
RAMÍREZ NARANJO JOSÉ FELIPE

DOCENTE TUTOR:

MSC. FELIX AGUSTIN BRAVO FAYTONG

BABAHOYO – AGOSTO 2024





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



DEDICATORIA

A mis queridos padres, José Anchundia y Roxana Baque, cuyo sacrificio trabajo y constante apoyo han sido los pilares que han sustentado este logro académico. Su guía y ejemplo han iluminado mi camino y me han inspirado a seguir mis sueños con determinación y dedicación

A mis queridos hermanos Shirley y Josué, cuyo aliento y apoyo incondicional me han dado fuerzas en cada desafío. Su presencia y confianza en mí me motivaron a superar obstáculos y alcanzar metas

A los demás miembros de mi familia, con su aliento han sido una fuente constante de inspiración y fuerza su apoyo incondicional fue un faro de luz en los momentos difíciles y me demostró lo importante que es el apoyo familiar para mi éxito personal.

A mis roomies, que me demostraron que la amistad puede convertirse en familia, compartir risas, lágrimas y experiencias de crecimiento personal han sido un regalo inestimable que ha enriquecido mi experiencia universitaria.

A mis amigos por su amistad y apoyo incondicional en cada paso del camino, sus palabras de ánimo y celebración fueron el motor que me impulso en los momentos de duda y desafío

A mi compañero de tesis por su paciencia infinita, cooperación inquebrantable y amistad sincera me ayudaron en este arduo, pero gratificante proceso académico. Juntos hemos convertido los retos en oportunidades de crecimiento y aprendizaje compartido.

Ingrid Pamela Anchundia Baque





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



Dedicatoria

Este logro se lo dedico a mi madre Mónica Naranjo por haber sido una de las pocas que me han apoyado durante todo este proceso académico, sin duda es un pilar fundamental en mi vida y una de las razones por el cual he sido capaz de alcanzar este nuevo logro.

Además, agradezco a mi compañera tesis por darme ese voto de confianza y tenerme una gran paciencia ya que este proceso, aunque ha sido difícil nos hemos sabido entender y hemos podido sobrellevar estas dificultades

Y por último me agradezco a mí mismo por ser capaz de llegar hasta donde estoy y no haberme derrumbado por el camino, por más difícil que haya sido e sabido como superar estas dificultades, aunque a veces no de la mejor manera

José Felipe Ramírez Naranjo





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



AGRADECIMIENTO

En primer lugar, le agradecemos a Dios por darnos la fortaleza, la sabiduría y la perseverancia necesarias para completar este proyecto sin su guía y bendiciones esta investigación no habría sido posible.

Queremos expresar nuestra profunda gratitud a nuestros padres, quienes nos brindaron su amor incondicional, apoyo constante y motivación durante todo este proceso su fe en nuestras capacidades y su ánimo nos impulsaron a superar los desafíos y alcanzar metas.

Agradecemos especialmente a nuestro tutor de tesis Felix Bravo, por su valiosa orientación paciencia y dedicación su experiencia y conocimiento fueron cruciales para el desarrollo de esta investigación.

También extendemos nuestro agradecimiento a todos los docentes que nos impartieron sus enseñanzas y conocimientos a lo largo de nuestro proceso educativo su disposición y conocimientos y experiencia enriquecieron significativamente nuestro aprendizaje. En particular agradecemos a Master Nathaly Mendoza por su cariño y enseñanza brinda en todo momento al Master Juan Zapata por sus consejos y guía durante el proceso de titulación.

Queremos agradecer a todas las personas entre ella compañeros y amigos por los momentos compartidos y el intercambio de ideas durante las horas clases el apoyo de todos ustedes fue esencial para completar este proceso con éxito.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



Índice

DEDICATORIA	ii
Dedicatoria	ii
AGRADECIMIENTO	iii
RESUMEN	iv
ABSTRACT	v
CAPITULO I – INTRODUCCIÓN	6
1.1. <i>Contextualización de la situación problemática</i>	7
1.1.1. Contexto Internacional	7
1.1.2. Contexto Nacional	7
1.1.3. Contexto Local	8
1.2. Planteamiento del problema	9
1.3. Justificación	10
1.4. Objetivos de la investigación	11
1.4.1. Objetivo General	11
1.4.2. Objetivos Específicos	11
1.5. Hipótesis	12
CAPÍTULO II – MARCO TEÓRICO	13
2.1. Antecedentes	13
2.2. Bases Teóricas	17
2.2.1. Nivel de estrés	17
2.2.2. Rendimiento académico	26
2.2.3. Relación entre estrés y rendimiento académico	35
2.2.4. Influencia de estrés sobre el rendimiento académico	36



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



CAPITULO III – METODOLOGÍA	37
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	37
3.1.1. Método correlacional	37
3.1.2. Investigación Mixta	37
3.1.3. Diseño no experimental	38
3.2. Operacionalización de variables.....	38
3.3. Población y muestra de investigación.	39
3.3.1. Población.....	39
3.3.2. Muestra.	39
3.4. Técnicas e instrumentos de medición.....	39
3.4.1. Técnicas	39
3.4.2. Instrumentos.....	40
3.5. Procesamiento de datos	40
3.6. Aspectos éticos.....	49
CAPITULO IV – RESULTADOS Y DISCUSION	51
4.1. Resultados	51
4.2. Discusión.....	58
CAPITULO V - CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	60
5.1. Conclusiones	60
5.2. Recomendaciones.....	61
Referencias.....	62



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



INDICE DE TABLAS

Tabla 1 Datos personales de los evaluados.....	41
Tabla 2 <i>Estímulos de estresores</i>	41
Tabla 3 <i>Síntomas</i>	42
Tabla 4 <i>Estrategias de afrontamiento</i>	43
Tabla 5 <i>Calificaciones</i>	44
Tabla 6 Resultados descriptivos de la muestra	44
Tabla 7 Matriz de Correlaciones.....	46



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



Indice de graficos w

Gráfico 1 Genero de los evaluados	15
Gráfico 2 Estímulos de estresores	15
Gráfico 3 Síntomas	16
Gráfico 4 Estrategias de Afrontamiento	16
Gráfico 5 Calificaciones de notas de los estudiantes	17
Gráfico 6 Matriz de correlación	17



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre los niveles de estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de tercer año de bachillerato en la Unidad Educativa Pueblo Nuevo. Se reconoció que el estrés en estudiantes de tercer año de bachillerato influía considerablemente en su rendimiento académico, ya que la presión y las demandas del estudio dificultaban su capacidad para mantenerse enfocados y comprometidos con el aprendizaje, destacando la necesidad de estrategias efectivas de manejo del estrés para optimizar su éxito académico.

La investigación se llevó a cabo con una población de 81 estudiantes de edades comprendidas entre los 16 y 18 años, se adoptó un método de investigación mixta de tipo no experimental, con un enfoque correlacional. Se recopilaron datos a través del inventario SISCO de estrés académico, donde los resultados indicaron que los estudiantes manejaban un nivel de estrés moderado por diferentes factores durante el ciclo educativo. Esto se debió a que no tenían un repertorio estructurado de las estrategias de afrontamiento para manejar el nivel estrés de manera. Los resultados obtenidos de los análisis estadísticos del coeficiente de Pearson a través del programa JAMOVI mostraron una correlación negativa significativo de -0.301^{**} entre las variables de los estudiantes, esto indicó que los estudiantes con niveles altos de estrés tendrían a presentar un menor rendimiento académico. La entrevista semiestructurada realizada a los docentes complementó información adicional sobre cómo el estrés afecta el desempeño académico de los estudiantes y el análisis del registro de calificaciones demostró que el nivel de influencia en la consistencia y la calidad de los resultados académicos.

Palabras claves: estrés, rendimiento académico, estudiante, aprendizaje





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



ABSTRACT

The objective of this research was to determine the relationship between stress levels and academic performance of third year high school students at the Pueblo Nuevo Educational Unit. It was recognized that stress in third year high school students significantly influenced their academic performance, since the pressure and demands of studying hindered their ability to stay focused and committed to learning, highlighting the need for effective stress management strategies to optimize their academic success.

The research was conducted with a population of 81 students between the ages of 16 and 18 years, a non-experimental mixed method research was adopted, with a correlational approach. Data were collected through the SISCO inventory of academic stress, where the results indicated that the students managed a moderate level of stress due to different factors during the educational cycle. This was due to the fact that they did not have a structured repertoire of coping strategies to manage the stress level in a structured manner. The results obtained from the statistical analysis of Pearson's coefficient through the JAMOVI program showed a significant negative correlation of -0.301** between the students' variables, indicating that students with high levels of stress would have a lower academic performance. The semi-structured interview conducted with the teachers provided additional information on how stress affects the academic performance of the students and the analysis of the grade register showed that the level of stress influenced the consistency and quality of the academic results.

Key words: stress, academic performance, students, learnin



CAPITULO I – INTRODUCCIÓN

La presente investigación abordo el nivel de estrés y el rendimiento académico en estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Pueblo Nuevo. Se reconoció que el estrés es un factor que podría afectar significativamente el desempeño académico, especialmente cuando los estudiantes enfrentaban una carga excesiva de actividades sin recibir el apoyo necesario.

En este contexto, fue fundamental comprender el objetivo principal del estudio: determinar la relación entre los niveles de estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Pueblo Nuevo. Esta investigación brindará la oportunidad de evaluar tanto el estrés como el rendimiento académico de sus estudiantes.

La investigación siguió una estructura lógica y organizada. En el Capítulo I, se proporcionará una introducción al tema, una contextualización de la situación problemática, y el planteamiento del problema y la justificación. Además, se establecerán los objetivos generales y específicos del estudio, junto con la hipótesis a explorar. El Capítulo II se adentró en el marco teórico, presentando antecedentes y bases teóricas que respaldarán las variables de estudio. Esto proporcionará un sólido conocimiento del campo para comprender mejor el tema. En el Capítulo III, se describirá la metodología utilizada, incluyendo la recopilación de datos a través de instrumentos de investigación seleccionados y su análisis. Esta sección brindará una visión clara del proceso seguido para obtener los resultados.

El Capítulo IV presento los resultados obtenidos y se realizó una discusión sobre ellos. Aquí se analizaron e interpretarán los datos recopilados sobre el tema. Finalmente, en el Capítulo V se expusieron las conclusiones y recomendaciones derivadas de la investigación. Se resumirán los hallazgos clave y se ofrecieron sugerencias para futuras investigaciones o intervenciones relacionadas con el tema.

1.1. Contextualización de la situación problemática

1.1.1. Contexto Internacional

El estrés académico emerge como uno de los elementos que pueden influir adversamente en el desempeño estudiantil durante el transcurso del proceso educativo. Conscientes de su impacto negativo potencial, diversos estudios se llevaron a cabo para investigar esta dinámica. Por ejemplo, en los Estados Unidos, se informó sobre la prevalencia de niveles significativos de estrés, registrándose un 64% y 65% en los grupos etarios de 15 a 29 y 30 a 49 años, respectivamente (The American Institute of Stress, 2023).

En China, un estudio focalizó en una muestra de 929 adolescentes, utilizando diversas escalas de medición para evaluar el nivel de estrés académico. Los resultados revelaron una correlación significativa y positiva entre el estrés académico y la ansiedad, así como el agotamiento académico. Por otro lado, se logró una compensación negativa con la autoeficacia académica. Este hallazgo destacó como el estrés no solo afectaba el bienestar emocional de los estudiantes, sino también su percepción de capacidad para manejar las demandas académicas, subrayando la necesidad de estrategias de apoyo y manejo de estrés en los entornos educativos (Xinhang Gao, 2023).

1.1.2. Contexto Nacional

En Ecuador, investigadores de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador realizaron un estudio con 174 estudiantes adolescentes. Utilizaron la Ficha Sociodemográfica Ad Hoc y el Inventario SISCO de estrés académico, los resultados mostraron que el 79,9% de los varones presentaban mayores niveles de estrés académico, en comparación con el 20,1% de las mujeres.

Esta investigación reveló una relación negativa baja pero significativa entre el estrés y el rendimiento académico, con un coeficiente de Pearson de -0.135. Esto sugería que, a mayores niveles de autoestima, las reacciones psicológicas disminuían, reduciendo así el estrés académico. Además, se observó que un aumento en los estresores académicos conducía a mayores niveles de estrés. Sin embargo, se determinó que el estrés académico no es un predictor significativo del rendimiento académico de los estudiantes (Maria, 2020).

Por otros investigadores, llevaron a cabo una investigación con una muestra de 35 estudiantes de entre 14 y 18 años. A través de encuestas y test estandarizados, obtuvieron resultados reveladores: el 100% de los estudiantes evaluados padecía de estrés. De estos, el 96% presentó un nivel de estrés moderado, mientras que el 4% experimentó un nivel de estrés severo. Estos hallazgos indicaron que la mayoría de los estudiantes sufrían niveles de estrés entre moderado y severo, principalmente debido a la sobrecarga de trabajos, las responsabilidades excesivas y la adaptación al sistema educativo virtual.

En cuanto a las estrategias de afrontamiento, el 83% de los estudiantes mostró un nivel moderado, lo que indicaba que utilizaba diversas estrategias para manejar situaciones estresantes, dependiendo de sus habilidades individuales para enfrentar los problemas. Según la encuesta, los factores que influían en el desempeño académico incluían el ambiente de estudio, la motivación, las estrategias metodológicas empleadas por los docentes, las técnicas de estudio y los materiales digitales (Marisol, 2021).

1.1.3. Contexto Local

En el ámbito local de Babahoyo, se llevó a cabo un estudio en la Unidad Educativa Francisco Huerta Rendón, involucrando a 92 estudiantes de 18 años, con el propósito de examinar el estrés y el rendimiento académico. Los resultados obtenidos a partir del Inventario SISCO de Estrés Académico y los registros académicos institucionales indicaron una prevalencia significativamente alta de estrés académico entre los estudiantes, con un 69.35% experimentando altos niveles de estrés. Esta investigación mostro altos niveles de estrés académico y efectos negativos en el rendimiento académico y el bienestar emocional de los estudiantes.

La identificación de estrés grave en una proporción tan grande de la población estudiantil sugiere la necesidad de un enfoque integral que incluyera el desarrollo de habilidades para afrontar el estrés, programas de apoyo psicoeducativo y estrategias de intervención específicas. La implementación de estas medidas podría contribuir significativamente a crear entornos educativos más saludables y productivos. El estudio también demostró la importancia de considerar las diferencias individuales en la percepción y la gestión del estrés (Di Lorenzo Sanchez y Verdesoto Maza, 2024).

1.2.Planteamiento del problema

¿Cómo afecta el nivel estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Pueblo Nuevo?

1.3. Justificación

La presente investigación se centró en determinar la relación entre los niveles de estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de tercer año de bachillerato en la Unidad Educativa Pueblo Nuevo. Este tema fue seleccionado debido a su pertinencia, respaldada por evidencia internacional, nacional y local, que demostrará la prevalencia del estrés académico en la población estudiantil. Estudios previos indicaron que los niveles de estrés podrían afectar negativamente la concentración, la memoria y las habilidades de resolución de problemas, lo cual se traduciría en un menor rendimiento académico. Además, niveles elevados de estrés podrían haber provocado problemas de salud mental y física, afectando aún más la capacidad de los estudiantes para rendir adecuadamente en sus estudios.

La investigación se enmarcó dentro de la línea de investigación educativa, específicamente en la sublínea de problemas de aprendizaje y conductuales en el contexto educativo. Su relevancia radica en los niveles de estrés y el rendimiento académico, validando si el nivel de estrés de los estudiantes es mayor que el rendimiento académico y si afectará notablemente en su aprendizaje.

Los beneficios directos de esta investigación fueron para los estudiantes de tercer año de bachillerato de la Unidad Educativa Pueblo Nuevo, así como para la institución en su conjunto y para los investigadores que llevarán a cabo el proyecto. Al comprender mejor la relación entre el estrés y el rendimiento académico, se podrán desarrollar intervenciones y políticas educativas más efectivas para apoyar el bienestar y el éxito académico de los estudiantes. Se adoptará un método de investigación mixto de tipo no experimental, con un enfoque correlacional, y se aplicará el Inventario SISCO de estrés académico y las notas académicas a los estudiantes, así como la entrevista semi estructurada a los docentes.

Para el desarrollo de esta investigación se contó con la apertura y autorización de la rectora de la institución, así como con la colaboración del personal docente y la participación activa de los estudiantes. Asimismo, se utilizarán conocimientos teóricos con el fin de comprender las variables de estudio en el contexto mencionado, lo que nos permitirá obtener los datos y tomar decisiones sobre la implementación de estrategias.

1.4.Objetivos de la investigación

1.4.1. Objetivo General

Determinar la relación entre los niveles de estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de tercer año de bachillerato en la Unidad Educativa Pueblo Nuevo.

1.4.2. Objetivos Específicos

- Determinar el nivel de estrés del rendimiento académico de los estudiantes de tercer año de bachillerato en la Unidad Educativa Pueblo Nuevo.
- Identificar los niveles de estrés experimentados por los estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Pueblo Nuevo.
- Evaluar la correlación entre los niveles de estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de tercer año de bachillerato en la Unidad Educativa Pueblo Nuevo.

1.5.Hipótesis

A mayor nivel de estrés menor será el rendimiento académico de los estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Pueblo Nuevo.

CAPÍTULO II – MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

En el estudio llevado a cabo por Miranda y Zazueta (2021), se centró en analizar los efectos del estrés en el rendimiento académico de estudiantes de licenciatura en psicología. Adoptando un enfoque cuantitativo, se implementó un instrumento específico para examinar la relación entre estas dos variables clave. La recopilación de datos se llevó a cabo a través de una encuesta en línea, en la que participaron 33 estudiantes universitarios. Los resultados revelaron que un notable 69,7% de los estudiantes experimentaban niveles de estrés moderados, seguidos de un 18,2% con niveles de estrés altos y un 12,1% con niveles de estrés bajos. Las conclusiones del estudio destacaron que el estrés, originado por factores como la sobrecarga de tareas, la presión del tiempo para realizar las tareas, los trastornos del sueño y las dificultades de concentración, ejerce un impacto significativo en el rendimiento académico de los estudiantes de psicología. Estos resultados subrayan la necesidad de aplicar estrategias efectivas para abordar el estrés y sus causas subyacentes con el fin de mejorar el rendimiento de los estudiantes y promover un entorno académico más saludable y productivo.

En un estudio llevado a cabo por Cisneros (2023), se exploró la relación entre las funciones ejecutivas, el estrés académico y el rendimiento escolar en estudiantes del Programa de Diploma del Bachillerato Internacional. Utilizando un diseño cuantitativo y correlacional, el estudio incluyó a 76 estudiantes de cuatro colegios privados en Lima Metropolitana, con una edad promedio de 16.2 años (DE = 0.46 años). Se empleó el cuestionario Behavior Rating Inventory of Executive Function (Brief 2) para evaluar las funciones ejecutivas y el Cuestionario de Estrés Académico en la Educación Secundaria (QASSE) para medir el estrés académico. Las calificaciones de noviembre de 2019 se utilizaron como indicador del rendimiento académico. Los resultados revelaron una relación negativa leve entre la capacidad para realizar tareas y el rendimiento académico, así como entre el estrés académico y el rendimiento, explicando ambos modelos de regresión lineal el 8% de la varianza cada uno. Además, se identificó una relación positiva moderada entre la composición ejecutiva global y el estrés académico, explicando el modelo de regresión lineal el

34% de la varianza del estrés. Para finalizar las funciones ejecutivas como el estrés académico influyeron negativamente en el rendimiento académico de los estudiantes.

Por otra parte, la investigación realizada por estudiantes de la Universidad Politécnica salesiana sede Cuenca, se buscó determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de tercero de bachillerato. Se utilizó un enfoque cuantitativo, no experimental, de corte transversal y descriptivo, con una muestra de 144 estudiantes. Se utilizó el Inventario Sistemático Cognoscitivista (SISCO SV-21) como instrumento, y los datos fueron registrados y procesados mediante Microsoft Excel y SPSS versión 29. Los resultados del estudio indicaron que el nivel de estrés académico entre los estudiantes fue moderado, con un 68.8%, de los participantes seguido por el severo con el 26.4% y nivel leve con el 4.9%. Estos hallazgos se mantuvieron consistentes al analizarlos por sexo y edad. La investigación concluyó que el nivel predominante de estrés académico entre los estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Don Bosco es el moderado, y este estrés académico puede afectar negativamente al rendimiento académico (Bravo Ayabaca y Ruiz Chacon, 2024).

En otro estudio documentado en el artículo de la revista *Cienciometría*, titulado "El estrés académico en estudiantes de bachillerato general integrado de Ecuador" por Aracely et al., (2024), se exploró el comportamiento del estrés académico en estudiantes de bachillerato general integrado de la Unidad Educativa Pensionado Americano International School de Riobamba, Ecuador. El estudio adoptó un enfoque positivista y se caracterizó por un diseño descriptivo, no experimental, de campo y transeccional. Los resultados revelaron la experimentación de situaciones estresantes como el proceso de evaluación, el tipo de trabajo docente y la sobrecarga de tareas escolares, que, aunque episódicas o puntuales, podrían afectar la productividad, el rendimiento académico y la calidad de vida del estudiante. El artículo destacó la importancia de abordar el estrés académico en el contexto educativo para mejorar el bienestar y el rendimiento estudiantil.

En el estudio titulado "Examen Ser Bachiller y Niveles de Estrés" realizado por Valencia (2019) entre los estudiantes de la Unidad Educativa "Provincia de Chimborazo" en Pallatanga, se analizaron los niveles y modos de afrontamiento del estrés asociado con dicho examen, revelaron su impacto adverso en el bienestar de los estudiantes. Se empleó un enfoque cuantitativo descriptivo con un diseño no experimental y transversal, involucrando a 95 estudiantes de Tercero

de Bachillerato General Unificado mediante un muestreo no probabilístico intencional. La recolección de datos se llevó a cabo utilizando con el Inventario SISCO del estrés académico, identificando predominancia de estrés agudo episódico y diversos modos de afrontamiento. Entre estos, la religiosidad (como oraciones o asistencia a misa) la estrategia más comúnmente empleada. El examen "Ser Bachiller" fue identificado como el principal estímulo estresor, provocando reacciones físicas, psicológicas y conductuales significativas en los estudiantes. Esto puede impactar negativamente en su rendimiento académico y bienestar general, subrayando la necesidad de estrategias efectivas de afrontamiento y apoyo psicológico en contextos educativos.

En el estudio titulado "Dimensiones del estrés académico en estudiantes de bachillerato de una unidad educativa de Cuenca", realizado por Guaman et al., (2020), se exploró el impacto del Estrés Académico (EA) en estudiantes de bachillerato en una institución educativa específica de la región. Utilizando un enfoque cuantitativo descriptivo, se analizaron las dimensiones del estrés académico, identificando estresores principales como la sobrecarga de tareas y el examen "Ser Bachiller". Los resultados revelaron que el 77.1% de los estudiantes experimentaron niveles moderados de estrés, manifestando síntomas predominantes como tristeza y dificultades de concentración. Además, se observó una preocupante incidencia de deserción escolar entre estudiantes de segundo y tercer año, enfatizando la necesidad imperativa de implementar estrategias efectivas para gestionar el estrés y proporcionar apoyo psicológico en entornos educativos, con el fin de mejorar el rendimiento académico y el bienestar integral de los estudiantes.

En el estudio llevado a cabo por León y Rojas (2022) se identificaron los factores de estrés académico en estudiantes de bachillerato en Ecuador, utilizando una metodología cuantitativa y descriptiva con la Escala de Estresores Académicos. Este cuestionario de 54 ítems, aplicado a 110 estudiantes de Latacunga, evalúa ocho dimensiones del estrés: deficiencias metodológicas del profesorado, sobrecarga académica, rendimiento académico, intervenciones en público, exámenes, carencia de valor de los contenidos, clima social negativo y dificultades de participación. Los resultados mostraron que los principales factores de estrés son la gestión de información, rendimiento académico, exámenes e intervenciones en público, afectando las demandas académicas y las emociones personales. Con una muestra de 120 estudiantes de Bachillerato General Unificado (BGU), el cuestionario mostró alta fiabilidad (Alpha de Cronbach de 0,973). El

estudio concluye que el estrés académico limita el rendimiento y puede llevar al abandono escolar, especialmente en los últimos años, debido a factores dependientes de las condiciones académicas y las exigencias del profesorado. Esta investigación profundiza en cómo los factores académicos y sociales contribuyen al estrés y su impacto en el rendimiento y bienestar emocional de los estudiantes.

Por otra parte, la investigación realizada por la estudiante de la Universidad Nacional de Loja aporta datos valiosos sobre la relación entre el estilo de vida y el estrés académico. Un estilo de vida se definió como un patrón acciones que una persona realiza a lo largo de su vida, influyendo en su salud. El estrés académico resulta de las exigencias educativas y, cuando se alteran estos factores, provocan desequilibrios emocionales y físicos, contribuyendo a conductas de riesgo y afectando el aprendizaje. La investigación determinó esta relación en estudiantes de bachillerato, utilizando los cuestionarios de estilo de vida de Salazar y Arrivillaga y el SISCO de estrés académico. Los resultados mostraron que el 60.6% de los estudiantes tienen un estilo de vida poco saludable y el 69.7% experimentó un estrés académico moderado. No se encontró una relación estadísticamente significativa entre estilo de vida y estrés académico. Concluyendo, la mayoría de los estudiantes presentan un estilo de vida poco saludable y niveles moderados de estrés académico, destacándose diferencias según edad y género. Esta información es crucial para entender cómo los factores de salud y estrés impactan el rendimiento académico (Tacuri Sarango, 2023).

Según el estudio realizado por Corral et al., (2018), se examinó cómo 128 estudiantes de bachillerato del Colegio Particular Religioso Masculino de Cuenca afrontan el estrés académico. Utilizando el modelo Sistémico-Cognoscitivista, se identificaron altos niveles de estímulos estresores, como la sobrecarga de tareas escolares, y síntomas como somnolencia y desgano para realizar labores. Las estrategias más utilizadas incluyeron habilidad asertiva y búsqueda de información, mientras que la ventilación y confianza fueron menos frecuentes. La investigación destacó que, aunque los diferentes paralelos enfrentaron desafíos distintos, ambos grupos mostraron una notable capacidad de adaptación frente al estrés académico. Además, se observó que el paralelo con mejores estrategias de afrontamiento también mostró un rendimiento académico ligeramente superior, reflejando la influencia positiva de estas estrategias en los resultados educativos.

2.2. Bases Teóricas

2.2.1. Nivel de estrés

Según uno de los pioneros del estrés, Hans Selye, el estrés es una respuesta inespecífica del organismo ante diversos estresores. Él lo definió como un estado caracterizado por cambios no específicos en el sistema biológico que interrumpen la homeostasis del cuerpo. Estos estresores pueden ser de naturaleza física, psicológica, cognitiva o emocional. La reacción del organismo, conocida como "respuesta estereotipada", involucra la activación del hipotálamo, la hipófisis, las glándulas suprarrenales y el sistema nervioso autónomo; si esta activación se prolonga, se desarrolla el "síndrome de estrés característico", el cual puede llevar a un hiperdesarrollo de la corteza suprarrenal, a la involución del timo y a la aparición de úlceras pépticas. Además, Selye introdujo el concepto de "síndrome general de adaptación", que consta de tres fases: reacción de alarma, resistencia y agotamiento, subrayando que el estrés tiene un impacto significativo en la salud y el bienestar de las personas (Nouel Yépez , 2021).

Según la teoría de Lazarus y Folkman (1984, citado en Kloster et al., 2019), la evaluación del estrés se desglosa en tres tipos principales. La valoración primaria es el primer filtro psicológico que ocurre cuando una persona se enfrenta a demandas externas o internas, determinando si percibe la situación como amenaza inmediata, daño ya ocurrido, desafío con potencial de ganancia o beneficio sin estrés asociado. La valoración secundaria se centra en cómo el individuo evalúa sus recursos personales para afrontar la situación, influyendo en sus emociones subsecuentes como miedo, desesperación u optimismo. La reevaluación permite ajustes continuos en estas percepciones a medida que la interacción del individuo con las demandas cambia, ofreciendo un marco integral para entender cómo las personas interpretan y responden a los factores estresantes en sus vidas.

El estrés se define como una respuesta negativa e inadecuada que surge cuando una persona percibe que las demandas del entorno ejercen demasiada presión y no cuenta con los recursos suficientes para enfrentarlas, lo que resulta en un desequilibrio tanto físico como mental. Es crucial notar que no es la actividad en sí misma lo que causa estrés, sino la interpretación que hace la persona sobre esa actividad (Ramos, Lopez, y Columbo, 2020).

Bareiro (2018) argumenta que el concepto de estrés abarca una amplia gama de fenómenos que afectan diversos aspectos de la vida humana. Esto incluye desde la formación del sistema nervioso en el feto hasta la respuesta hormonal e inmunológica frente a agresiones emocionales o físicas, el afrontamiento de problemas diarios, y la influencia biológica en las funciones cognitivas. Estos campos, entre otros, son fundamentales en contextos como la educación, el trabajo, la vida diaria y el envejecimiento, así como en la optimización del rendimiento humano. Sin embargo, ha sido la relación del estrés con las enfermedades la que más ha impulsado la investigación y su aplicación práctica.

Silva et al. (2019) definen el estrés académico como la percepción negativa que tiene el estudiante ante los desafíos de su entorno educativo, causándole angustia y sensación de falta de control para manejar las dificultades experimentadas, lo que resulta en malestar emocional significativo. Esta condición afecta profundamente la capacidad del alumno para enfrentar las demandas académicas y puede manifestarse en diversas formas que comprometen su bienestar psicológico y físico.

El Gobierno de México (2020), define el estrés académico como la respuesta psicológica y física del individuo ante las demandas del entorno educativo. Este tipo de estrés puede desencadenar consecuencias negativas como depresión, alteraciones del sueño, disfunción sexual y deterioro en las relaciones interpersonales. Se reconoce que el estrés puede ser tanto positivo, cuando se maneja de manera óptima, como negativo, cuando resulta perjudicial. Además, se señala que factores psicosociales, biológicos, ambientales y químicos pueden desencadenar esta respuesta. Se destaca que sus consecuencias pueden manifestarse a nivel físico, psicológico y organizativo, y que la prevención del estrés académico implica identificar sus causas, adoptar técnicas de manejo del estrés y buscar un equilibrio entre las responsabilidades académicas y el bienestar personal.

Según la Organización Mundial de la Salud (2023), el estrés se describe como un estado de inquietud o tensión mental ocasionado por situaciones complicadas. Todas las personas experimentan algún nivel de estrés, pues es una reacción natural frente a amenazas y diversos estímulos. La forma en que se maneja el estrés es lo que determina su impacto en el bienestar.

Para Demero Chica (2024), el estrés una reacción natural del individuo ante el miedo, la tensión y las circunstancias amenazantes, adquiere particular relevancia en el entorno estudiantil. Los estudiantes se encuentran expuestos a diversas exigencias académicas, sociales y personales, lo que puede desencadenar niveles significativos de estrés. Las demandas vinculadas al desempeño académico, los plazos de entrega, los exámenes y las expectativas sociales pueden contribuir al estrés excesivo entre este grupo. Además, el desafío de equilibrar las responsabilidades académicas con otras obligaciones puede intensificar este fenómeno. En consecuencia, la comprensión y gestión del estrés se convierten en competencias cruciales para los estudiantes, dado que pueden impactar su bienestar emocional, su rendimiento académico y su calidad de vida en general

2.2.1.1. Tipos de estrés

Según Regueiro (2018), y diversos autores, se distinguen entre el estrés positivo, conocido como eustrés, y el estrés negativo, denominado distrés.

El eustrés se caracteriza por una activación adecuada, necesaria para superar con éxito situaciones desafiantes, como hablar en público. Este tipo de estrés es considerado normal y deseable, ya que es adaptativo y estimulante, esencial para el bienestar y desarrollo personal. Se manifiesta a través de un aumento en la actividad física, el entusiasmo y la creatividad, como al practicar un deporte o enfrentar un reto emocionante. Aunque el estrés no siempre es perjudicial, su exceso puede llevar a trastornos de ansiedad y volverse negativo cuando afecta diversas áreas de la vida diaria.

Por otro lado, el distrés es un tipo de estrés desagradable que resulta de un esfuerzo excesivo en relación con la carga enfrentada. Este estrés provoca una activación psicofisiológica inadecuada, excesiva o desregulada, causando sufrimiento y desgaste personal, siendo así perjudicial para el individuo.

Según la investigación de (Macias, 2005, como se citó en Diaz, Fierro, y Tobón ,2018), los estresores académicos usualmente se refieren a las exigencias del entorno educativo, como las tareas, exámenes y presentaciones orales. Estas exigencias inducen en los estudiantes una respuesta destinada a abordarlas con éxito. Este estrés afecta a estudiantes de educación media superior y nivel universitario, y proviene exclusivamente de las actividades que se realizan en el

contexto escolar. Se pueden diferenciar dos tipos de estrés académico: el distrés, que ocurre cuando los estresores exceden los recursos físicos, cognitivos y emocionales del estudiante; y el eustrés, donde hay un nivel adecuado de alerta que permite al estudiante manejar mejor las demandas académicas. El Eustrés Académico Socioformativo (EAS) se describe como una respuesta fisiológica y emocional positiva ante los estresores académicos, que los estudiantes perciben como desafíos en lugar de amenazas. Estas exigencias no superan los recursos del estudiante; al contrario, fortalecen sus competencias académicas y emocionales.

Según la investigación de (Fernández Martínez, 2009, como se citó en Kloster y Perrotta, 2019), a lo largo de la vida, muchas situaciones son estresantes, tanto positivas como negativas, pero el estrés no es siempre dañino. En muchas ocasiones, sirve para impulsar la acción o alcanzar metas. El eustrés se describe como una respuesta psicofisiológica agradable y placentera, que provoca una activación y estimulación conducentes a resultados positivos y a la satisfacción resultante. Si las respuestas del individuo están alineadas con sus capacidades fisiológicas, se habla de eustrés o buen estrés, el cual es esencial para el desarrollo, funcionamiento y adaptación del organismo al entorno. Se considera que una persona experimenta eustrés cuando se siente capaz de enfrentar situaciones estresantes que, aunque demandantes, no exceden sus recursos. El eustrés es una experiencia que promueve la salud.

Por el contrario, el distrés es una experiencia desagradable y frustrante, en la que la persona percibe que las demandas superan sus recursos. Esto provoca una sensación de incapacidad para responder efectivamente, acompañada de una activación psicofisiológica negativa, como emociones y pensamientos que generan malestar. Si las experiencias de distrés son muy frecuentes, pueden tener consecuencias perjudiciales para la salud física y mental.

Sanitas (2023) establece una clara diferenciación entre los tipos de estrés es crucial para comprender mejor sus manifestaciones y tratamientos adecuados.

El estrés agudo es el más común y ocurre como reacción a presiones puntuales, siendo de corta duración y fácilmente manejable. Se manifiesta con cansancio, tensión muscular, sobreexcitación, extremidades frías, sentimientos depresivos y ligera ansiedad.

El estrés agudo episódico ocurre repetitivamente, atrapando a las personas en una espiral de responsabilidades excesivas y presión autoimpuesta. Estas personas son irritables, nerviosas, constantemente ansiosas y a menudo culpan a otros de sus problemas. Los síntomas incluyen migrañas, hipertensión, y mayor riesgo de enfermedades cardíacas. El tratamiento puede requerir terapia psicológica prolongada.

El estrés crónico es un estrés continuo y agotador, a menudo causado por situaciones como pobreza, familias disfuncionales o empleos no deseados. Puede llevar a pensamientos suicidas y enfermedades graves como infartos de miocardio o ictus. Los síntomas severos pueden requerir tratamiento farmacológico y terapia psicológica.

2.2.1.2. Fases del estrés

Selye (2024), plantea que el estrés se compone de tres fases distintas:

En la primera fase, la de alarma, se desencadena ante la percepción de una situación estresante, dando lugar a alteraciones fisiológicas y psicológicas que preparan al organismo para enfrentar la situación. La aparición de estos síntomas está influenciada por diversos factores, como la intensidad del estímulo ambiental, características individuales y el grado de amenaza percibido.

La fase de resistencia implica la adaptación a la situación estresante, mediante procesos fisiológicos, cognitivos, emocionales y conductuales destinados a manejar el estrés de manera menos perjudicial. Sin embargo, esta adaptación puede conllevar costos, como una disminución en la resistencia general del organismo, rendimiento reducido, menor tolerancia a la frustración y posibles trastornos fisiológicos y psicosomáticos.

Finalmente, la fase de agotamiento se presenta si los mecanismos de adaptación fracasan, resultando en trastornos crónicos o irreversibles, tanto fisiológicos como psicológicos o psicosociales.

Según la teoría de Hans Selye, la respuesta al estrés comprende tres fases: la alarma de reacción, donde el cuerpo reacciona instantáneamente frente a una amenaza liberando hormonas como adrenalina y cortisol, preparándose para la "lucha o huida"; la fase de resistencia, donde el cuerpo trata de adaptarse y recuperarse mediante la homeostasis, aunque los recursos se agotan y

pueden surgir fatiga y problemas de sueño si el estrés persiste; y finalmente, la fase de agotamiento, donde el organismo pierde gradualmente su capacidad adaptativa y puede sucumbir a enfermedades debido al estrés crónico. Es relevante destacar que, aunque ciertas hormonas liberadas durante estas fases pueden ser beneficiosas a corto plazo, el estrés crónico puede tener consecuencias perjudiciales para la salud a largo plazo (García Allen, 2022).

2.2.1.3. Factores del estrés académico

Según la investigación de Coon (2003, como se citó en Guzmán y Montigo, 2018), considerando los múltiples factores que contribuyen a las señales de estrés en una persona, como la ansiedad, la apatía, la irritabilidad, la fatiga mental, la evasión de responsabilidades y comportamientos extremos o autodestructivos, se reconoce que estos síntomas pueden ser resultado de la preocupación excesiva, el agotamiento y el uso excesivo de medicamentos, así como malestares físicos. Por tanto, se sugiere que las personas que experimentan estrés sean sometidas a pruebas específicas, como la evaluación primaria, que aborda la percepción individual de la situación, la evaluación secundaria, que analiza los métodos de afrontamiento, y la reevaluación, que considera los cambios en la percepción debido a factores ambientales, recuerdos personales o información previa.

Los factores vinculados al estrés académico son aquellos elementos presentes en el entorno educativo que provocan una respuesta exagerada en los estudiantes. De acuerdo con la investigación de Villena (2017, citada en Ledesma y Borja, 2022), se identifican los siguientes desencadenantes de estrés académico en estudiantes universitarios:

- Insuficiencia de tiempo para cumplir con todas las obligaciones
- Sobrecarga de tareas, trabajos y otras responsabilidades académicas
- Necesidad de realizar presentaciones en clase sin suficiente preparación
- Esfuerzo por mantener el promedio académico requerido
- Métodos de evaluación
- Dificultades para adaptarse al centro de estudios
- Competencia entre compañeros
- Mala distribución de las horas de clase

Los factores del estrés académico se manifiestan a través de síntomas como la ansiedad, la apatía, la irritabilidad y los comportamientos extremos, resultando en preocupaciones excesivas, agotamiento y uso excesivo de medicamentos. Para abordar este fenómeno de manera efectiva, es fundamental llevar a cabo evaluaciones que consideren la percepción individual del estrés, los métodos de afrontamiento utilizados y los cambios en la percepción influenciados por factores ambientales y experiencias personales.

2.2.1.4. Estresores académicos

Los estresores generales que se presentan con mayor frecuencia en este tipo de alumnos incluyen la sobrecarga de trabajos, la evaluación docente, el tiempo limitado para realizar trabajos y tareas escolares, el tipo de trabajo a realizar, la tesis y el manejo del aula virtual. En cuanto a los estresores particulares relacionados con el trabajo clínico, los más comunes son la falta de tiempo para relajarse, el tiempo reducido entre clínicas, laboratorios y seminarios, la falta de personal adecuado en clínicas, las responsabilidades financieras, la atención en la clínica y la ausencia de pacientes (Barraza et al., 2019).

De acuerdo con Gil y Fernández (2021), los estresores son los resultados obtenidos indican que las demandas del entorno más frecuentemente valoradas como estresantes son la sobrecarga de tareas y trabajos escolares, las evaluaciones de los profesores exámenes, ensayos, trabajos de investigación, y el tiempo limitado para realizar el trabajo. Respecto a las estrategias de afrontamiento, los resultados muestran que las más utilizadas por los estudiantes cuando están estresados son la habilidad asertiva defender sus preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros y la elaboración de un plan y la ejecución de sus tareas.

2.2.1.5. Niveles de estrés

Según en la investigación realizada por Barraza (2018, como se citó en Cabeza et al., 2023) los estudiantes pueden experimentar el estrés de manera leve, moderada o severa, dependiendo de la magnitud de las demandas académicas y su capacidad para hacerles frente.

Nivel leve de estrés académico: Los estudiantes en esta categoría experimentan un nivel mínimo de estrés relacionado con sus compromisos académicos. Poseen habilidades efectivas para afrontar las demandas escolares y mantienen un equilibrio saludable entre el trabajo académico y

el tiempo de ocio. Además, muestran una actitud positiva hacia el proceso de aprendizaje y no experimentan síntomas notables de estrés en relación con la escuela.

Nivel moderado de estrés académico: En este nivel, los estudiantes enfrentan un grado moderado de estrés académico. Aunque pueden manejar las exigencias académicas, pueden experimentar cierta presión y ansiedad en situaciones específicas, como durante los exámenes o al abordar tareas complejas.

Nivel severo de estrés académico: Los estudiantes en esta categoría experimentan un nivel considerable de estrés académico en relación con sus estudios. Se sienten abrumados por las demandas académicas y enfrentan dificultades significativas para hacerles frente. Esto puede manifestarse en síntomas físicos y emocionales más pronunciados, como trastornos del sueño, cambios de humor, dificultades de concentración y fatiga.

2.2.1.6. Procrastinación Académica

Estrada et al. (2022) definen la procrastinación académica como un fenómeno generalizado que interfiere con el desarrollo de las actividades académicas y es muy común entre los estudiantes. Es una tendencia por la que las personas demoran el inicio o culminación de dichas actividades y producen resultados negativos, principalmente en el aspecto emocional y académico.

De acuerdo con la investigación elaborada por Pychyl (2017, como se cito en Picho et al., 2020) la procrastinación implica tomar decisiones para evitar llevar a cabo actividades que deberían realizarse, a pesar de ser conscientes de que sus consecuencias a largo plazo serán perjudiciales. Esta situación suscita interrogantes sobre las razones que impulsan a procrastinar si se reconoce que sus resultados no son favorables. En este contexto, el autor sugiere que las personas procrastinan para evitar experimentar emociones desagradables. Esta explicación compara la procrastinación con comportamientos como embriagarse o comer compulsivamente, argumentando que, aunque estos generen sensaciones placenteras a corto plazo, no son estrategias óptimas en términos de resultados a largo plazo.

Desde otra perspectiva, también puede entenderse como la acción de postergar voluntaria e innecesariamente las tareas debido a diversas causas, como la percepción de dificultad, el desagrado o la falta de motivación, lo que puede generar estrés y ansiedad. La evidencia empírica

sugiere que la procrastinación académica está vinculada a bajos niveles de autoestima, escasa autoconfianza y autocontrol, depresión, una gestión deficiente del tiempo y ansiedad, lo que podría eventualmente llevar a los estudiantes a abandonar sus estudios. Actualmente, varios estudios indican que la procrastinación académica no solo es un problema de gestión del tiempo, sino que también implica una interacción entre factores cognitivos, afectivos y conductuales (Botello y Gil, 2018).

2.2.1.7. Dimensiones

Según Barraza (2007), la investigación realizada por utilizando la prueba Inventario SISCO estrés académico, se establece que existen cuatro dimensiones en el estrés:

Dimensión Físicos: Esta dimensión se refiere a los síntomas corporales que experimentan los adolescentes debido al estrés académico. Incluye manifestaciones como dolores de cabeza, tensión muscular, fatiga, insomnio y problemas gastrointestinales. Estos síntomas físicos reflejan el impacto directo del estrés en el cuerpo, evidenciando cómo las demandas académicas pueden afectar negativamente la salud física.

Dimensión Emocionales: La dimensión emocional abarca los sentimientos y estados afectivos asociados con el estrés académico. Entre estos se encuentran la ansiedad, la irritabilidad, la tristeza, la desesperación y el desánimo. Estas respuestas emocionales son indicativas de la carga emocional que los estudiantes soportan debido a las exigencias académicas, afectando su bienestar psicológico.

Dimensión Cognitiva: Esta dimensión se refiere a los efectos del estrés académico en los procesos mentales y cognitivos de los adolescentes. Incluye dificultades para concentrarse, problemas de memoria, pensamientos negativos recurrentes y dificultades para tomar decisiones. Estos efectos cognitivos son una señal de cómo el estrés interfiere con las capacidades intelectuales y el rendimiento académico.

Dimensión Conductual: La dimensión conductual abarca los cambios en el comportamiento que resultan del estrés académico. Incluye conductas como la procrastinación, el abandono de actividades placenteras, el aumento de conductas de evitación, el uso excesivo de dispositivos electrónicos y posibles comportamientos autodestructivos. Estos cambios

conductuales reflejan las estrategias que los adolescentes adoptan, a menudo de manera ineficaz, para lidiar con el estrés académico.

2.2.2. Rendimiento académico

El rendimiento académico es considerado un fenómeno multidimensional que abarca tanto las calificaciones académicas de los estudiantes como la evaluación de sus aspectos cognitivos y habilidades adquiridas. Este rendimiento se valora mediante evaluaciones específicas que analizan el desempeño en diversas áreas del conocimiento y está influenciados por factores personales del estudiante, incluyendo su entorno escolar y familiar. La calidad del estudiante se valora considerando estos diversos aspectos, los cuales también dependen significativamente del estado anímico en el que el estudiante se encuentre.

Según la investigación de Pizarro y Clark (1998 como se citó en Amao, 2023), el rendimiento académico es una medida de la capacidad de respuesta del individuo, que expresa, en forma estimativa, lo que una persona ha aprendido como resultado de un proceso de instrucción o formación por esta parte es la capacidad de respuesta que tiene un individuo a estímulos objetivos y propósitos educativos previamente establecidos.

Chadwick (1979, citado en Lozano, 2021) describió el rendimiento académico como la evaluación de las capacidades y aspectos psicológicos de los estudiantes durante su proceso educativo, determinado por objetivos definidos en la política educativa y reflejado en una puntuación final que indica su logro académico.

Según el Ministerio de Educación (2019), el rendimiento académico en una institución educativa es el resultado de una interacción compleja de factores emocionales, cognitivos y sociales que influyen en el proceso de aprendizaje en el cual los estudiantes adquieren conocimientos y habilidades a partir de sus experiencias, la motivación y la confianza que desarrollan en relación con sus maestros.

Para la Organización Mundial de la Salud (2024), la salud cumple un papel fundamental en el rendimiento académico, ya que se define como un estado de completo bienestar físico, mental y social. Esto implica que es necesario evaluar diversos aspectos relacionados con la salud para asegurar un desempeño académico adecuado en los estudiantes.

Grasso (2020) clasifica el rendimiento académico como uno de los dos enfoques: uno estricto y otro amplio. En el sentido estricto, las calificaciones obtenidas actúan como un indicador de los conocimientos adquiridos, mientras que en el sentido amplio, se relaciona con el éxito, el retraso o el abandono de la educación formal.

Según la investigación de Usan et al., (2018 como se citó en Gonzales y Ruiz, 2019), describen el rendimiento académico como el desarrollo gradual de habilidades cognitivas, emocionales y sociales que los estudiantes logran, vinculadas con la adquisición y aplicación de conocimientos a través de diversos niveles educativos. Estos autores subrayan la importancia de un enfoque holístico en la educación para potenciar todas estas áreas del desarrollo estudiantil.

Huamán et al. (2021), el rendimiento académico y el estrés involucra dimensiones personales, cognitivas, afectivas, biológicas y sociales. Existe un consenso generalizado de que un bajo rendimiento académico está estrechamente relacionado con tasas elevadas de abandono escolar, influenciado por diversos factores tanto del estudiante como del docente.

Jiménez (2019), el rendimiento académico se concebía como un sistema para evaluar los logros educativos de los estudiantes mediante métodos pedagógicos y evaluativos, tanto cualitativos como cuantitativos, en diversas materias. Los actores educativos, como padres, docentes y directivos, expresaban preocupación por las calificaciones y las áreas de mejora académica de los estudiantes. Más allá de ser una simple medición de calificaciones, se entendía como un reflejo del progreso y los logros alcanzados durante el periodo escolar, enfocándose en apoyar el desarrollo integral de los estudiantes y crear un ambiente educativo que fomente su éxito académico y personal.

En Ecuador, la educación es un tema de gran relevancia, ya que busca fomentar una educación de alta calidad y reducir las disparidades sociales. Según el Instituto Nacional de Evaluación Educativa (INEVAL, 2023), el rendimiento estudiantil y los logros en el aprendizaje son indicadores cruciales del éxito de las políticas educativas y contribuyen al desarrollo nacional. En años recientes, el sistema educativo ha trabajado en convertirse en un modelo más sistemático y organizado en respuesta a las nuevas leyes educativas. Esto ha llevado a que las instituciones educativas reestructuren sus procesos, procedimientos y evaluaciones para adaptarse a estos

cambios importantes y redefinir sus enfoques pedagógicos según las directrices establecidas por el organismo competente.

2.2.2.1.Importancia del rendimiento académico

Según Gardey (2021), el rendimiento académico refleja el conocimiento que el alumno ha adquirido durante su trayectoria educativa, así como su capacidad para responder eficazmente a los desafíos educativos; este desempeño es crucial, ya que indica no solo la asimilación de contenido, sino también la habilidad del estudiante para adaptarse y prosperar en el entorno de aprendizaje, lo cual es fundamental para su éxito futuro y su capacidad para enfrentar nuevos retos educativos.

El rendimiento académico es fundamental en la evaluación del proceso pedagógico y la calidad del aprendizaje de los estudiantes en diversas asignaturas. Este indicador no solo refleja el desempeño de las unidades educativas y de los docentes, sino que también revela el grado en que los estudiantes han adquirido las destrezas, conocimientos y aptitudes necesarias según los objetivos educativos establecidos. Es decir, el rendimiento académico no solo mide el éxito en términos de calificaciones, sino que también evalúa la efectividad del proceso formativo en la consecución de metas académicas durante el periodo escolar (Alomaliza Cruz , 2022).

Trigueros y Navarro (2019), denomina que el rendimiento académico está estrechamente relacionado con la valoración del aprendizaje y es esencial que los estudiantes estén motivados. La motivación, ya sea intrínseca o extrínseca, es fundamental para que el proceso de aprendizaje alcance los resultados esperados y es crucial implementar una enseñanza que fomente la autonomía del alumnado, ya que esto aumenta su interés y motivación hacia las materias. Al recibir apoyo en su autonomía, los estudiantes se muestran más dispuestos a emplear diversas estrategias de aprendizaje significativo, además el apoyo a la autonomía del estudiante implica crear un ambiente educativo que promueva la autoeficacia y la autogestión del aprendizaje. Esto se puede lograr mediante la incorporación de metodologías participativas y dinámicas que incentiven la curiosidad y el pensamiento crítico. Por tanto, la combinación de una motivación adecuada y el apoyo a la autonomía son elementos clave para maximizar el potencial académico y el desarrollo integral de los estudiantes en el entorno educativo contemporáneo

2.2.2.2. Factores implicados en el rendimiento académico

Según Martin et al., (2020), el rendimiento académico está influenciado por una combinación de factores personales y no cognitivos. Entre los factores personales destacan la edad, el sexo y el nivel socioeconómico, que influyen de manera constante. Sin embargo, la motivación emerge como un determinante crucial, superando a estos factores básicos. Además, la autorregulación y las estrategias de aprendizaje juegan un papel significativo, particularmente cuando se apoyan en la disciplina, la organización del tiempo y la motivación hacia el estudio. Expectativas elevadas y una autoestima positiva también se correlacionan con mejores resultados académicos creando un entorno propicio para el aprendizaje y la consecución de metas.

Se debe identificar los factores predominantes en las instituciones educativas y los grupos de alumnos.

- Los estilos de enseñanza están estrechamente vinculados con la motivación de los estudiantes y el desarrollo de su potencial académico. Entre los factores que influyen significativamente en el rendimiento de los alumnos se encuentran los niveles socioeconómicos y culturales, los cuales pueden presentar obstáculos en la vida de los estudiantes e impedirles alcanzar sus objetivos académicos.
- Aspectos personales también juegan un papel importante. Por ejemplo, las diferencias de género en el aprendizaje muestran que las niñas tienden a tener mejores habilidades en escritura y lectura, mientras que los niños suelen destacar en ciencias y matemáticas. Estas diferencias pueden estar fundamentadas en las identidades y la autonomía de cada género.
- El apoyo parental es esencial en la educación de los hijos. La creación de un ambiente de aprendizaje en el hogar, fomentado por la participación activa de los padres, contribuye a mejorar el desempeño académico de los estudiantes.
- El ambiente escolar también es crucial, abarcando la calidad de la enseñanza, la infraestructura y los recursos del centro educativo. Estos elementos son fundamentales para proporcionar un entorno propicio para el aprendizaje y el desarrollo integral de los estudiantes (Ramirez et al., 2023).

Según Prepaup (2020), se experimentan cambios físicos y emocionales significativos que pueden influir en el rendimiento académico en la secundaria. El desarrollo físico trae consigo alteraciones en los patrones de sueño y fatiga, dificultando la adaptación a nuevas rutinas. Emocionalmente, los adolescentes enfrentan cambios hormonales que afectan su estado de ánimo y los distraen con temas que desafían su estabilidad emocional, lo que puede comprometer su desempeño escolar. Además, factores sociales como el acoso escolar pueden generar ansiedad y miedo, impactando el ambiente educativo y el éxito académico. Condiciones de aprendizaje como la dislexia o la discalculia también pueden afectar negativamente el rendimiento estudiantil, requiriendo intervenciones tempranas por parte de educadores y padres para identificar y abordar estas dificultades. La participación activa de la familia es crucial para apoyar el desarrollo personal de los jóvenes y crear un entorno estable que favorezca el logro académico.

2.2.2.3. Causas del bajo rendimiento académico

Según la investigación de López (2015 así como se citó Rosales et al., 2023), en cuanto a las causas del bajo rendimiento académico son diversas y complejas, incluyendo la desintegración familiar, estilos de crianza inadecuados, ocupaciones laborales de los padres, desinterés parental, adicciones, favoritismo hacia ciertos hijos y el sentimiento de ser no deseado. Estas causas se entrelazan con variables pedagógicas y personales del alumno, como la inestabilidad emocional, la falta de disciplina y apoyo, y la desmotivación. La comprensión de esta red de factores es crucial para desarrollar estrategias efectivas que mejoren el rendimiento escolar y promuevan un entorno más favorable para el aprendizaje y el desarrollo personal de los estudiantes.

Según Orientación Académica (2020) existen diversas causas que pueden provocar un bajo rendimiento académico en los adolescentes. Entre las más comunes se encuentran las siguientes:

La falta de motivación es un factor clave; cuando un estudiante no encuentra el interés necesario en el aula, su desempeño académico se ve afectado negativamente. Este desinterés puede deberse a múltiples razones, desde la monotonía en las metodologías de enseñanza hasta problemas personales que interfieren con su capacidad de concentrarse y participar activamente en las clases.

Los factores genéticos también juegan un papel importante. Algunas dificultades académicas pueden estar relacionadas con la herencia genética, lo que impide a algunos jóvenes prestar atención o procesar la información de manera eficaz.

Las condiciones ambientales constituyen otro factor significativo. El entorno en el que se desenvuelven los estudiantes, incluyendo la situación socioeconómica, la calidad del ambiente escolar, y el apoyo disponible en el hogar, puede influir considerablemente en su rendimiento académico.

Diversos trastornos del aprendizaje, como la dislexia, la discalculia y la disgrafía, pueden dificultar que los alumnos desarrollen plenamente sus capacidades. Estos trastornos requieren atención especializada para ayudar a los estudiantes a superar las barreras que enfrentan en su proceso educativo.

Los factores emocionales son determinantes en el rendimiento académico. Problemas en el hogar, como conflictos familiares, y situaciones de acoso escolar pueden generar estrés y ansiedad en los estudiantes, afectando su capacidad para concentrarse y aprender.

Identificar y abordar estas causas de manera integral es esencial para mejorar el rendimiento académico y el bienestar general de los estudiantes.

Ambrocio et al., (2020), las causas del bajo rendimiento académico son variadas e incluyen la desintegración familiar, estilos de crianza, padres trabajadores, desinterés parental, adicciones, hijos predilectos y no deseados. Estas causas se asocian a problemas personales y pedagógicos del alumno, y se reflejan en la desmotivación tras la reprobación, problemas económicos, antecedentes escolares complicados, y situaciones familiares conflictivas. La falta de apoyo familiar y problemas emocionales también contribuyen significativamente a este fenómeno.

2.2.2.4. Influencia de la motivación en el rendimiento académico

Según Soledispa et al. (2020) la motivación desempeña un papel fundamental en el proceso educativo, ya que constituye el punto de partida para el aprendizaje al generar el impulso necesario para la acción esto es crucial para que los estudiantes se sientan cómodos y comprometidos con su proceso de enseñanza y aprendizaje, cuando los estudiantes están bien motivados, tienden a rendir

óptimamente en sus estudios. Para lograr este estado, es necesario que docentes, padres y estudiantes trabajen en conjunto. De esta manera, la motivación se entiende como el interés genuino del estudiante en aprender y construir su propio conocimiento a través de actividades dinámicas y participativas. Esto implica preparar al estudiante para las demandas de la educación contemporánea, donde se enfatiza en aprender a conocer, a hacer, a vivir juntos y a ser, con el fin de alcanzar un aprendizaje significativo y relevante para el siglo XXI.

El desempeño académico de los estudiantes puede no reflejar completamente su potencial cognitivo debido a la falta de interés en sus estudios. Este desinterés suele originarse en una falta de motivación, lo que puede resultar en un descuido en el proceso educativo y, en última instancia, en la obtención de bajas notas. La motivación, entendida como el conjunto de conocimientos que activa, dirige y mantiene la conducta, es fundamental para el éxito académico. Un individuo alcanza su máximo potencial cuando es capaz de definir su propósito de vida, desarrollar sus habilidades intelectuales, emocionales y físicas, y transmitir valores a los demás (Margarito, 2019).

2.2.2.5. Influencia de la relación profesor – alumno en el rendimiento académico

Flores (2019) plantea que la relación entre profesor y alumno es fundamental para el desarrollo de los objetivos educativos establecidos a nivel escolar. Una relación cordial y de confianza entre ambos no solo contribuye a un ambiente de aprendizaje positivo, sino que también potencia significativamente el desempeño académico de los estudiantes al brindan una enseñanza de calidad y mantienen una relación positiva con sus alumnos, están en mejor posición para ofrecer un apoyo educativo eficaz. Además, una relación positiva entre profesor y alumno puede fomentar un mayor compromiso con el proceso educativo, promoviendo una participación más activa en clase y una mayor disposición para enfrentar desafíos académicos de esta manera, se crea un ciclo virtuoso donde el apoyo y la guía del docente contribuyen al crecimiento académico y personal del estudiante, lo cual se refleja en un mejor rendimiento escolar y un ambiente de aprendizaje más enriquecedor.

La relación entre profesores y estudiantes ha cambiado considerablemente en los últimos años, donde el docente ahora actúa como un guía y facilitador del aprendizaje en lugar de ser el único poseedor del conocimiento esta transformación permite una interacción más colaborativa y de confianza, lo cual es crucial para el desarrollo integral del estudiante una buena conexión facilita

el aprendizaje y promueve el desarrollo cognitivo y social mejorando también la retención de estudiantes dentro de la institución la tecnología juega un papel importante en este contexto ya que dinamiza las clases, facilita la comunicación y ofrece herramientas adicionales para el aprendizaje crear un ambiente de diálogo abierto valorar la diversidad cultural de los estudiantes y utilizar metodologías de aprendizaje activo son estrategias claves para fortalecer esta relación en conjunto estas prácticas no solo enriquecen la experiencia educativa sino que también contribuyen a formar ciudadanos más conscientes y preparados para enfrentar los desafíos del mundo actual (Sydle, 2023).

2.2.2.6. Técnicas para mejorar el rendimiento académico

Según Garcés et al. (2022) existe una amplia variedad de técnicas didácticas, así como múltiples formas de clasificarlas. En el desarrollo de una técnica, se pueden incorporar diversas actividades necesarias para alcanzar los resultados esperados basadas en la simulación, el aprendizaje basado en problemas, el debate y la lluvia de ideas.

Dirección de Investigación y Desarrollo Educativo (2008, citado en Quiñonez, 2023) estas técnicas están diseñadas para fomentar la participación activa, el pensamiento crítico y la colaboración entre los alumnos.

Simulación y juegos: Esta técnica es ideal para contenidos que requieren experiencias vivenciales para ser comprendidos plenamente. El profesor maneja, dirige e interroga la dinámica, mientras que los estudiantes adoptan un rol activo, analítico y propositivo, experimentando directamente con los conceptos en estudio.

Aprendizaje basado en problemas: Con el fin de promover la participación activa de los estudiantes, el profesor actúa como un miembro del grupo, facilitando y ejemplificando los temas, mientras que los alumnos juzgan, trabajan e investigan para resolver problemas reales. Este enfoque permite a los estudiantes desarrollar habilidades de resolución de problemas y pensamiento crítico.

Panel de discusión y debate: Para motivar a los alumnos a investigar sobre los contenidos del curso, el profesor asume el rol de moderador y facilitador, manteniéndose neutral. Los

estudiantes, por su parte, se muestran atentos, analíticos e inquisitivos, lo que fomenta un ambiente de aprendizaje dinámico y colaborativo.

Lluvia de ideas: Esta técnica se utiliza para incentivar la participación de los alumnos en procesos de trabajo grupal. El profesor actúa como moderador, facilitador y motivador, mientras que los estudiantes participan activamente y aportan ideas. Este método estimula la creatividad y el pensamiento divergente, esenciales para la resolución de problemas complejos.

Bertolt (2020) identifica las técnicas para abordar el bajo rendimiento escolar, centrándose en aquellas relacionadas con la salud física o emocional del estudiante. Entre las estrategias sugeridas se encuentran las siguientes:

- Motivarlo a tomar apuntes a mano se descubrió como una estrategia efectiva para procesar y retener mejor la información.
- Fomentar la lectura crítica, escribir resúmenes y resolver ejercicios aplicando la teoría aprendida en clase también mostró beneficios para el desarrollo de habilidades y la comprensión profunda del material.
- Crear un espacio de estudio libre de distracciones en el hogar y establecer un horario de estudio diario adecuado, con intervalos de descanso, resultaron cruciales para un ambiente de aprendizaje productivo.
- Controlar el tiempo de exposición a internet y dispositivos móviles ayudaba a prevenir conductas adictivas que afectaban negativamente el rendimiento escolar.
- Estas estrategias, junto con una comunicación constante con los docentes, contribuyeron significativamente a mejorar el rendimiento académico del estudiante.

2.2.2.7. Dimensiones

Según la investigación por Cárdenas (2019) describe entre sus dimensiones en:

Calificaciones: Esta dimensión se refiere a los resultados cuantitativos obtenidos por los estudiantes en sus evaluaciones académicas. Las calificaciones reflejan el nivel de conocimiento

y competencias adquiridas en las distintas asignaturas, siendo un indicador clave del desempeño académico general.

Asistencia: La asistencia se refiere a la frecuencia con la que los estudiantes asisten a sus clases y otras actividades académicas programadas. Una alta tasa de asistencia indica un compromiso y una participación activa en el proceso educativo, mientras que una baja asistencia puede ser un signo de problemas de motivación o dificultades personales.

Participación: Esta dimensión abarca el grado de involucramiento y contribución de los estudiantes en las actividades académicas, tanto en clase como fuera de ella. Incluye la participación en discusiones, trabajos en grupo, proyectos y otras formas de interacción académica. Una participación activa suele asociarse con un mayor aprendizaje y comprensión de los contenidos.

Calidad de trabajos: La calidad de los trabajos se refiere al nivel de excelencia y rigor académico demostrado en las tareas y proyectos presentados por los estudiantes. Esto incluye aspectos como la profundidad del análisis, la creatividad, la claridad en la presentación y el cumplimiento de los requisitos establecidos. La calidad de los trabajos es un reflejo de las habilidades y el esfuerzo del estudiante en sus actividades académicas.

2.2.3. Relación entre estrés y rendimiento académico

Según la investigación realizada por Reinoso (2018), se evidencia una relación no directa entre el rendimiento académico y el estrés en estudiantes universitarios. Esto significa que un menor rendimiento académico se asocia con una mayor puntuación en estrés. Los resultados sugieren que mientras el estrés extremo tiende a ser perjudicial, los niveles bajos y medios de estrés pueden actuar como un estímulo positivo. Este tipo de estrés puede motivar a los estudiantes a organizar mejor su tiempo, a desarrollar estrategias de estudio más efectivas y a buscar apoyo cuando es necesario. Por lo tanto, identificar y gestionar adecuadamente los niveles de estrés puede ser una herramienta valiosa para mejorar el rendimiento académico. La clave radica en encontrar un equilibrio que permita a los estudiantes utilizar el estrés como un impulso para el éxito académico, en lugar de permitir que los abrume.

Entre la relación de estrés y rendimiento académico se presentó un conjunto de características e indicadores para analizar dimensiones del estrés y del rendimiento académico, basándose en el modelo estímulo-respuesta que condiciona el aprendizaje. Evaluó cómo las habilidades intelectuales y cognitivas, desarrolladas mediante enseñanzas y pruebas impartidas por los maestros, influyeron en el rendimiento académico. El objetivo fue determinar si existía una relación entre el nivel de estrés académico y el rendimiento de los estudiantes. Además, se examinó cómo el estrés académico, generado por la presión de cumplir expectativas educativas, podía afectar negativamente el rendimiento, destacando la importancia de las estrategias de gestión del estrés en el entorno escolar. (Barriga Dianderas , 2023)

2.2.4. Influencia de estrés sobre el rendimiento académico

Domínguez et al. (2015 como se citó en Hernandez et al., 2020) han señalado que el estrés ha sido ampliamente estudiado en la actualidad, dado que afecta a niños, jóvenes y adultos, influenciando su vida y comportamiento en la sociedad. Diversos investigadores han profundizado en este tema, poniendo énfasis en sus repercusiones sobre el rendimiento académico. Es crucial prestar atención a este problema en el ámbito educativo, ya que es común encontrar casos de ansiedad relacionados con trabajos escolares, exámenes parciales y finales, la presión de trabajos en equipo y la adaptación a diversos entornos laborales. En la universidad, esta problemática es especialmente prevalente entre los jóvenes que se preparan para sus futuras profesiones, enfrentando mayores niveles de exigencia y responsabilidad. Algunos autores señalan que el nivel de estrés es más elevado en el primer año de carrera debido a la falta de control, aunque tiende a disminuir a medida que los estudiantes avanzan en su trayectoria universitaria.

Espinosa (2020), la influencia del estrés sobre el rendimiento académico se manifiesta en la capacidad de los estudiantes para cumplir con sus responsabilidades escolares de manera eficaz. El estrés académico, causado principalmente por la carga de estudio y compromisos adicionales, influye negativamente en el rendimiento académico al provocar dificultades en la concentración, problemas de memoria y una disminución en la capacidad para retener información, lo cual impacta negativamente el desempeño en exámenes y tareas. Existe una relación inversa entre el rendimiento académico y el nivel de estrés: a menor rendimiento académico, mayor nivel de estrés. Además, el estrés crónico puede llevar a problemas de salud física y mental, como la ansiedad y

la depresión, que interfieren aún más con el rendimiento académico. Factores psicológicos como la motivación y la autoestima son cruciales para manejar el estrés, mientras que niveles bajos y medios de estrés pueden ser beneficiosos si se gestionan adecuadamente.

CAPITULO III – METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

3.1.1. Método correlacional

La correlación se utiliza para hacer una relación entre dos variables, que se sospecha de que podrían relacionarse entre sí. La correlación se centra en la medición de covariación entre dos variables, y esta se puede clasificar en positiva, negativa o nula. Dentro de la correlación tenemos el coeficiente de correlación de Pearson. En el rango 1 a 0 y -1 a 0 Pearson clasifica los resultados de la siguiente manera, los resultados que haya en la correlación que este entre 0 y 1 lo considera como positiva por lo que si una variable aumenta la otra también lo hará, de igual manera si una variable es baja la otra también lo será pero si la correlación da como resultado 1 se lo considera como una correlación positiva perfecta y si el resultado de la correlación esta entre 0 y -1 lo considera como negativo, a medida que una variable aumenta la otra disminuirá y así mismo si una si una variable baja la otra aumenta, si el resultado es de -1 se considera como una correlación negativa perfecta (Mitjana Ruiz, 2019).

3.1.2. Investigación Mixta

En la presente investigación se empleará un método de investigación mixta, el cual se adaptará a los objetivos propuestos, dado que este tiene la ventaja de combinar elementos cualitativos y cuantitativos. A través de la utilización de estos métodos, la información recopilada será más precisa, lo que permitirá abordar la problemática de manera efectiva. El método cualitativo se enfocará en la recopilación de información verídica y confiable para el marco teórico mediante el método bibliográfico. Además, contribuirá en la parte metodológica al centrarse en la obtención de datos categóricos a través de entrevistas. Por otro lado, el método cuantitativo se enfocará en la obtención de datos estadísticos utilizando un test psicométrico para medir el nivel de estrés, los cuales serán fundamentales para la investigación. En este contexto, el método cuantitativo se definirá como la base de la investigación, ya que se centrará en la variable independiente, mientras que el método cualitativo será complementario al centrarse en la variable

dependiente (Cueva Luza, Jara Córdova, Arias Gonzáles, Flores Limo, y Balmaceda Flores, 2023, pag.77).

3.1.3. Diseño no experimental

El diseño no experimental se caracteriza por utilizar las variables de manera natural, sin que ya intervenciones ni modificaciones en ellas, por lo que permitirá obtener datos brutos para la investigación. Esta se divide en dos tipos la transversal y la longitudinal, la diferencia que existe es tiempo de duración que va a tener el estudio, la primera se centrara en un tiempo de estudio corto y la segunda en un tiempo de estudio largo (Arias y Covinos, 2021).

3.2.Operacionalización de variables.

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIÓN	INDICADOR	INSTRUMENTO
VARIABLE INDEPENDIENTE NIVEL ESTRÉS	Los niveles de estrés se clasifican en leve, moderado y elevado, variando desde la ausencia de síntomas y tranquilidad, pasando por señales de advertencia y síntomas incómodos, hasta síntomas persistentes que afectan la salud y el rendimiento (Gaguana Castro y Gutama Macas, 2024).	<ul style="list-style-type: none"> • Físicos • Emocionales • Cognitiva • Conductual 	<ul style="list-style-type: none"> • Insomnio • Frustración • Problemas para concentrarse • Poco interés 	<ul style="list-style-type: none"> • Test psicométrico (Escala de SISCO)
VARIABLE DEPENDIENTE RENDIMIENTO ACADÉMICO	El rendimiento académico se refleja en el proceso de aprendizaje influenciado por la dinámica pedagógica entre docentes y estudiantes. Este proceso se lleva a cabo cualitativa como cuantitativamente para verificar los logros estudiantiles durante el proceso académico” (Cardenas, 2019)	<ul style="list-style-type: none"> • Calificaciones • Asistencia • Participación • Calidad de trabajos 	<ul style="list-style-type: none"> • Registro de calificaciones • Registro de asistencia • Observación de participación • Revisión de trabajos 	<ul style="list-style-type: none"> • Boletín de notas • Entrevista

3.3.Población y muestra de investigación.

3.3.1. Población.

La población que se utilizara consta de 81 estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Pueblo Nuevo, del recinto Pueblo Nuevo.

3.3.2. Muestra.

Como muestra de la población a estudiar se utilizará al universo en sí, debido a que se podría evitar algún error de muestreo y así aumenten la veracidad de los resultados que se obtendrán. Esta población consta de estudiantes entre edades de 16 a 18 años, donde 50 son hombres y 31 son mujeres.

3.4.Técnicas e instrumentos de medición.

3.4.1. Técnicas

El objetivo de las técnicas de investigación es la recolección de datos a través de diferentes métodos o procedimientos que se llevaran a cabo dependiendo el estilo de investigación que se esté utilizando, dentro de la variedad de técnicas que existen están las entrevistas, encuestas, observaciones, entre otras (Faneite, 2023).

3.4.1.1. Entrevista semiestructurada

La entrevista semiestructurada se caracteriza por ser una entrevista que combina los elementos que tiene las entrevistas estructuradas y las no estructurada, gracias a esto, este tipo de entrevista tiene más flexibilidad al momento de recolectar información. El aspecto clave de estas entrevistas se centra en la utilización de preguntas bases como punto de partida, así se asegura que el entrevistado responda de manera concreta, aunque haya ciertas desviaciones y el rango de obtención de información más detallado (Castilla, 2023)

3.4.1.2. Test psicométrico

El test psicométrico también se lo puede conocer como una prueba que va a medir ya sea el nivel o frecuencia de una problemática que este causando afectaciones en las personas, también sirven para saber por qué las personas actúan de cierta manera, como se podrían desenvolver mejor

y las habilidades que estos no tenían conocimiento previo, pero existía alguna sospecha, todo dependerá de cuál sea el objetivo del test que se esté utilizando y para la problemática que se desea abordar. Estos test psicométricos son utilizadas en diferentes contextos como empresariales, para contratación y búsqueda de personas con las habilidades necesarias para suplir algún área en específico, también se para identificar la vocación de cada persona, también detectar los problemas y habilidades de las personas a temprana edad (Arias y Covinos, 2021, pag.110).

3.4.2. Instrumentos

Los instrumentos son herramientas que complementan a las técnicas que se utiliza en una investigación dentro de estas se pueden mencionar un cuestionario, escalas de medición, fichas, entre otros más (Faneite, 2023).

3.4.2.1. Inventario de SISCO

El inventario de SISCO es un instrumento creado por el Dr. Arturo Barraza Macias en el año 2007, este inventario se lo considera como un autoinforme, para el contexto psicoeducativo ya que se centra en poder medir el nivel de estrés que tiene los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado.

Este inventario original está compuesto por 31 ítems, los cuales se dividen en tres diferentes etapas que se pueden dar en el estrés académico, están los estímulos de estresores, los síntomas y las estrategias de afrontamiento, cada una de estas etapas tienen un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categóricos, que permiten saber con qué frecuencia o intensidad se dan estos componentes (Luján, Guzmán Castillo, Bustos N, Zavala S, y Castillo Navarrete, 2023).

3.5. Procesamiento de datos

Para el procesamiento de los datos de los instrumentos que se seleccionaron para esta investigación, a través de la herramienta de Microsoft Excel se pudo realizar la tabulación de los datos de manera cuantitativa con el propósito de tener una evaluación exacta de los datos obtenidos mismos que serán de utilidad para hacer el coeficiente de correlación de Pearson con uno de los diversos programas existentes conocido como Jamovi, con este programa se podrá obtener de

manera precisa la información que se busca comprobar de acuerdo a la hipótesis planteada en la investigación.

A continuación, se presentarán los resultados cuantitativos a través de tablas y diagramas de barra, y cualitativo a través de un análisis global de la información obtenida de la entrevista.

Tabla 1 Datos personales de los evaluados

Edad	Genero	Cantidad	porcentaje
15 - 17	Hombre	50	62%
15 - 17	Mujer	31	38%
	Total	81	100%

Nota. Datos personales de los estudiantes (2024)

Instrumentos

Inventario de SISCO

Tabla 2 Estímulos de estresores

Categoría de Frecuencia	Estudiantes	Porcentaje
Nunca	0	0%
Rara vez	8	10%
Algunas veces	49	60%
Casi siempre	23	28%
Siempre	1	1%
Total	81	100%

Nota. Datos de los estímulos de los estresores (2024)

En esta tabla se representa los resultados obtenidos de la primera fase, para la obtención de estos resultados se utilizó una tabla de baremo de frecuencia, que tiene una clasificación categórica para representar los resultados. Se encontró que en la categoría de “rara vez” hay 8 estudiantes mismos que representan el 10%, en la categoría de “algunas veces” hay 49 estudiantes mismos que representan el 60%, en la categoría de “casi siempre” se visualizan 23 estudiantes mismos que representan el 28% y la categoría de “siempre” se ve representada en 1 estudiante que representa el 1% del total.

Como se puede visualizar en los resultados la frecuencia de los estímulos estresores están mayormente en un nivel medio esto da a entender que hay cierto nivel de frecuencia en cuanto a los estresores que tienen los estudiantes, aunque no son tan altos, de igual manera se puede apreciar que más de la cuarta parte de los estudiantes si tienen una frecuencia de estresores bastante alta y menos de la cuarta parte de los estudiantes tienen una frecuencia baja en cuanto los estresores. Por lo que se puede llegar a la conclusión de que los estudiantes tienen múltiples factores estresantes que influyen que influyen en su día a día y esto les puede causar una serie de problemas ya sean físicos o cognitivos por ende pueden llegar a repercutir en su comportamiento.

Tabla 3 Síntomas

Categoría de intensidad	Estudiantes	Porcentaje
Bajo	1	1%
Medianamente bajo	22	27%
Medio	40	49%
Medianamente alto	15	19%
Alto	3	4%
Total	81	100%

Nota. Datos de los síntomas (2024)

En esta tabla se representa los resultados obtenidos de la segunda fase, para la obtención de estos resultados se utilizó una tabla de baremo de intensidad, que tiene una clasificación categórica para representar los resultados. Se encontró que en la categoría de “bajo” hay 1 estudiantes mismos que representan el 1%, en la categoría de “medianamente bajo” hay 22 estudiantes mismos que representan el 27%, en la categoría de “medio” se visualizan 23 estudiantes mismos que representan el 49%, en la categoría “medianamente alto” hay 15 estudiantes mismos que representan el 19 % y la categoría de “alto” se ve representada en 3 estudiante que representa el 4% del total.

Como se puede observar en los resultados obtenidos el nivel de intensidad de los síntomas es bastante recurrente, teniendo en cuenta que casi la mitad de los estudiantes tienen un nivel de intensidad que casi no está presente, pero no quita la posibilidad de que este, en cambio un poco más de la cuarta parte de los estudiantes tienen una sintomatología algo baja y un poco menos de la cuarta parte de los estudiantes tienen una sintomatología alta. Esto da a entender que si existe

una sintomatología bastante perseverante en los estudiantes cuando comienzan a aparecer los estímulos que causan estrés y además también se puede apreciar que ciertos estudiantes, aunque tengan síntomas que provoquen el estrés lo mantienen en un nivel bastante bajo ya sea porque utilizan alguna estrategia de afrontamiento cuando están pasando por la situación estresante.

Tabla 4 Estrategias de afrontamiento

Categoría de Frecuencia	Estudiantes	Porcentaje
Nunca	0	0%
Rara vez	27	33%
Algunas veces	37	46%
Casi siempre	16	20%
Siempre	1	1%
Total	81	100%

Nota. Datos de las estrategias de afrontamiento (2024)

En esta tabla se representa los resultados obtenidos de la tercera fase, para la obtención de estos resultados se utilizó una tabla de baremo de frecuencia, que tiene una clasificación categórica para representar los resultados. Se encontró que en la categoría de “rara vez” hay 27 estudiantes mismos que representan el 33%, en la categoría de “algunas veces” hay 37 estudiantes mismos que representan el 46%, en la categoría de “casi siempre” se visualizan 16 estudiantes mismos que representan el 20% y la categoría de siempre se ve representada en 1 estudiante que representa el 1% del total.

Como se puede visualizar en los resultados la frecuencia de las estrategias de afrontamiento están mayormente en un nivel medio esto da a entender que hay cierto nivel de frecuencia en cuanto a las estrategias de afrontamiento que tienen los estudiantes, aunque no son tan altos, de igual manera se puede apreciar que más de la cuarta parte de los estudiantes si tienen una frecuencia de estrategias de afrontamiento alta y menos de la cuarta parte de los estudiantes tienen una frecuencia baja en cuanto las estrategias. En conclusión, los estudiantes si utilizan de manera frecuente ciertas estrategias de afrontamiento al momento de estar estresados por alguna situación por la que estén pasando.

Tabla 5 Calificaciones

Rango de calificaciones	Estudiantes	Porcentaje
7 – 7,99	13	16%
8 – 8,99	39	48%
9 – 9,99	29	36%
Total	81	100%

Nota. Datos de las calificaciones de los estudiantes (2024)

En esta tabla se representa de manera general por medio de las calificaciones de los estudiantes, para crear esta tabla se utilizaron las notas del periodo electivo anterior debido a que intervalo de tiempo no es tan extenso. Los estudiantes que aprobaron con un rango de 7 a 7,99 son un total de 13 estudiantes que representa el 16%, los que obtuvieron una calificación de 8 a 8,99 son un total de 39 estudiantes que representan el 48% y los que encuentran en un intervalo de 9 a 9,99 son un total de 29 estudiantes que representan un 36%. En definitiva, los estudiantes pasaron con un promedio de nota que generalmente se lo considera como bueno, pero si lo vemos desde otra perspectiva a diferencia de lo normal, donde 7 se lo considere como malo ya que es el límite para pasar, 8 se lo considere como regular y 9 como bueno, viéndolo de esta perspectiva la calificación de los estudiantes es bastante baja y se lo podría considerar como aceptable hasta cierto punto, lo que significaría que hay cierta problemática que está impidiendo que los estudiantes tengan un desenvolvimiento bueno o excelente.

Tabla 6 Resultados descriptivos de la muestra

	Género	Edad	Inventario de SISCO			Notas académicas
			Estresores	Síntomas	Estrategias de afrontamiento	
N	81	81	81	81	81	81
Perdidos	0	0	0	0	0	0
Media		16,1	24,7	38,9	17,3	8,2
Mediana		16	25	38	17	8
Moda		16	25	42	15	8
Desviación estándar		0,6	5	12,2	5	0,7
Varianza		0,4	25,4	149,9	24,8	0,5

Mínimo	15	16	16	11	7
Máximo	17	38	76	29	9

Nota: Datos de los resultados descriptivos de la muestra

Los resultados descriptivos obtenidos en la muestra revelaron lo siguiente. En relación con la edad, no se encontraron datos faltantes, lo que asegura la precisión de la información. Las medidas de tendencia central indicaron una media de 16,1 años, una mediana de 16 y una moda también de 16. En cuanto a la dispersión, se consideró una desviación estándar de 0,6 y una varianza de 0,4, con valores mínimos y máximos de 15 y 17, respectivamente, lo que sugiere que la mayoría de los estudiantes tienen entre 15 y 17 años.

La segunda variable analizada fue el inventario de SISCO, dividido en tres dimensiones. En la dimensión de "estresores", se obtuvo una media de 24,7, una mediana de 25 y una moda de 25. La desviación estándar fue de 5, indicando una moderada dispersión alrededor de la media, con una varianza de 25,4 y un rango de puntuaciones entre 16 y 38. En la dimensión de "síntomas", los resultados mostraron una media de 38,9, una mediana de 38 y una moda de 42. La desviación estándar fue de 12,2, señalando una dispersión moderada en relación con la media, con una varianza de 149,9 y valores mínimos y máximos de 16 y 76, respectivamente. En la tercera dimensión, "estrategias de afrontamiento", se registró una media de 17,3, una mediana de 17 y una moda de 15. La desviación estándar fue de 5, indicando una moderada variabilidad en torno a la media, con una varianza de 24,8 y un rango de puntuaciones entre 11 y 29.

Finalmente, en cuanto a las notas académicas de los estudiantes, se utilizaron las calificaciones del año anterior debido a la ausencia de datos del nuevo período electivo. Se obtuvo una media de 8,2, una mediana de 8 y una moda de 8. La desviación estándar fue de 0,7, señalando una baja variabilidad en relación con la media, con calificaciones que oscilaron entre 7 y 9, mostrando un rango estrecho de resultados.

Tabla 7 Matriz de Correlaciones

Matriz de Correlaciones

		Nivel de estrés	Notas académicas
Nivel de estrés	R de Pearson	—	—
	gl	—	—
	valor p	—	—
	IC 95% Superior	—	—
	IC 95% Inferior	—	—
	N	—	—
Notas académicas	R de Pearson	-0.301 **	—
	gl	79	—
	valor p	0.003	—
	IC 95% Superior	-0.124	—
	IC 95% Inferior	-1.000	—
	N	81	—

Nota. H_a es correlación negativa

Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, una cola

Para esta investigación se empleó un diseño correlacional, utilizando el coeficiente de correlación de Pearson como base metodológica. Los datos obtenidos revelaron una correlación negativa moderada entre las variables de nivel de estrés y rendimiento académico, con un coeficiente de correlación de Pearson de -0.301**. Este resultado indica que, a medida que el nivel de estrés aumenta, el rendimiento académico tiende a disminuir, y viceversa.

Se utilizó un grado de libertad de 79, lo cual corresponde a una muestra de 81 estudiantes adolescentes. La significancia de este grado de libertad radica en que, al incrementarse, la precisión y confiabilidad del análisis de correlación también aumentan. El valor p es un elemento crucial en la interpretación de la correlación; para considerar una correlación como significativa, el valor p debe ser menor a 0.05. En este estudio, el valor p fue de 0.003, indicando una correlación significativa entre el nivel de estrés y el rendimiento académico. El intervalo de confianza del 95% para la correlación varía entre -0.124 y -1.000. Esto sugiere que, con un 95% de confianza, la verdadera correlación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico se encuentra dentro de este rango, confirmando una relación lineal negativa.

3.6 ENTREVISTA A DOCENTES

La entrevista en este proyecto de investigación juega un papel importante ya que tuvo el objetivo de recabar información precisa y confiable, antes de hacer la implementación de esta técnica la cual fue dirigida a los docentes se realizó un análisis cuidadoso para la elaboración de las preguntas semiestructuradas que fueron revisadas y aprobadas por una autoridad competente, en total son seis preguntas las cuales están divididas en pares, cada par evalúa un indicador de la variable dependiente, las preguntas uno y dos están elaboradas para el indicador de registro de asistencia, las preguntas tres y cuatro para el indicador de la observación de participación y la cinco y la seis para el indicador de revisión de trabajos. Posteriormente se procedió a concretar la fecha y hora en que se iba a realizar la entrevista a los docentes, cabe recalcar que la entrevista solo se la realizó a los docentes que le imparten clases a la población escogida.

En el contacto inicial que se tuvo con cada uno de los docentes se llevó a cabo una pequeña explicación sobre la finalidad de la entrevista, la confidencialidad y privacidad de los datos obtenidos, y para que se iban a utilizar estos datos. A continuación, se realizaba la entrevista con una comunicación asertiva de ambas partes, tanto del entrevistador como del entrevistado, también se implementaba la escucha activa, para posteriormente realizar la anotación de los puntos claves e importantes de las respuestas emitidas por los docentes.

1. ¿Cómo realiza usted el registro de asistencia de los estudiantes?

El registro de asistencia es uno de los datos más cruciales a considerar dentro del aula de clases, ya que permite verificar si los estudiantes mantenían un nivel adecuado de responsabilidad respecto a su educación. Además, facilitaba la identificación de patrones de ausencias, lo cual era esencial para detectar problemas actuales o potenciales en el ámbito educativo. Consciente de su importancia, los docentes se mostraban extremadamente meticuloso en este aspecto. Aunque la idea de gestionar la asistencia mediante un registro físico no era del todo apreciada debido a los riesgos asociados, como el daño por líquidos, suciedad o extravío, así como la falta de un respaldo inmediato de los datos, los docentes implementaban medidas de prevención como la digitalización de estos registros una vez estando en casa.

2. ¿Cómo maneja la ausencia de los estudiantes?

La gestión de las ausencias de los estudiantes es una tarea fundamental para asegurar el seguimiento adecuado del progreso académico y bienestar de los alumnos. Los docentes adoptan

un enfoque riguroso para verificar y documentar cada ausencia, en colaboración con el departamento de inspección y el DECE (Departamento de Consejería Estudiantil). Esta verificación se realiza mediante la comunicación directa con los representantes legales de los estudiantes, quienes deben proporcionar justificaciones formales de las ausencias. Este proceso no solo garantiza que todas las ausencias estén debidamente justificadas, sino que también permite a los docentes identificar cualquier patrón recurrente de inasistencias.

3. ¿Cómo evalúa usted la participación de los estudiantes en clase?

La evaluación de la participación de los estudiantes en clase es un componente esencial para medir su compromiso y comprensión del material. Los docentes implementan diversas estrategias para fomentar y evaluar esta participación. Entre las técnicas más comunes se encuentran el trabajo en grupo, exposiciones, discusiones, debates y revisiones tanto en cuadernos como en pizarras. Estas actividades permiten a los docentes observar directamente el nivel de interacción y colaboración entre los estudiantes, así como su capacidad para expresar ideas y argumentos de manera coherente.

4. ¿Qué niveles de participación observa generalmente en sus clases?

Los niveles de participación estudiantil observados por los docentes varían, pero en general, la mayoría de los estudiantes participa activamente en clase. Se menciona que aproximadamente el 80% de los estudiantes participa activamente, aunque algunos se distraen ocasionalmente. Para la evaluación de la participación de los estudiantes, los docentes lo ven como una prioridad, por eso consideran la motivación y las características individuales, como ser introvertido o extrovertido, para adaptarse a sus necesidades.

5. ¿Qué cantidad de trabajo considera usted que asigna a los estudiantes semanalmente?

La cantidad de trabajo que los profesores asignan semanalmente varía según el plan de estudios y las necesidades específicas de cada materia. Sin embargo, todos los docentes tienen en cuenta cuidadosamente la carga total que los estudiantes pueden manejar. Este esfuerzo refleja su compromiso por equilibrar la intensidad del aprendizaje con la capacidad de los alumnos. Además, esta diversidad en las asignaciones permite adaptarse a las diferentes habilidades y estilos de

aprendizaje de los estudiantes, promoviendo así un entorno educativo inclusivo y equitativo. Al igual que con cualquier aspecto del proceso educativo, la gestión de la carga de trabajo tiene implicaciones significativas tanto para el rendimiento académico como para el bienestar general de los estudiantes.

6. ¿Cómo equilibra la cantidad de asignado con otras actividades académicas y extracurriculares que los estudiantes tienen?

Los docentes mostraban que estaban conscientes de la carga de trabajo de los estudiantes y ajustaban la cantidad de tareas que les enviaban. Preferían realizar las actividades en el aula y limitaban las tareas para casa, centrándose en reforzar lo aprendido durante las clases. Cuando los estudiantes ya tenían muchas tareas de otros docentes, estos priorizaban las actividades más relevantes y evitaban sobrecargarlos innecesariamente. Este enfoque no solo buscaba optimizar el tiempo de aprendizaje en el aula, sino que también tenía en cuenta el equilibrio necesario entre el trabajo académico y las actividades extracurriculares de los estudiantes. Los docentes entendían que una sobrecarga de tareas podría afectar negativamente tanto el rendimiento académico como el bienestar emocional de los alumnos.

3.6.Aspectos éticos

Para Valdez y Bedolla (2021) los principios éticos son esenciales al realizar investigaciones con personas, asegurando respeto, beneficio y justicia para los participantes. Los principios cubren una amplia gama de temas esenciales para la investigación ética.

Consentimiento informativo: Para obtener permiso voluntario basado en información científica, se presentó un protocolo detallado al consejo de revisión institucional. Después de la aprobación, se invitó a los adolescentes al estudio. El estudio proporcionó información clara sobre

los objetivos, la metodología, los beneficios potenciales (por ejemplo, una mejor comprensión del tema) y los riesgos mínimos asociados con la respuesta a cuestionarios psicológicos sociodemográficos. Destacó que las personas podrían retirar su acuerdo en cualquier momento y que su información sería tratada con absoluta confidencialidad.

Privacidad y confidencialidad: Para proteger la privacidad de los participantes, no se utilizaron nombres reales ni otros identificadores directos. Al estudiante se le asignó un código numérico único que se utilizó para identificar sus respuestas. La lista de códigos y nombres se almacenó en un lugar seguro al que sólo podía acceder el equipo de investigación. que cualquier información personal compartida es estrictamente confidencial y no puede vincularse a ningún individuo.

Uso de los resultados: El uso responsable y ético de los resultados obtenidos en las investigaciones sobre factores asociados a la autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes es un rasgo vital en el marco de los principios éticos que rigen este tipo de estudios. Si es necesario compartir los hallazgos del análisis estadístico y la interpretación cuidadosa de los datos recopilados, se presentarán en forma de informes o artículos científicos. la divulgación debe realizarse respetando el derecho de los participantes a la privacidad y confidencialidad, y evitando la identificación directa o indirecta de las personas. Los resultados se pondrán a disposición de la comunidad académica con el único propósito de avanzar en el conocimiento científico en el campo.

CAPITULO IV – RESULTADOS Y DISCUSION

4.1. Resultados

En el presente proyecto de investigación, se implementó una serie de evaluaciones para cumplir con los objetivos planteados desde el inicio. La población seleccionada consistió en 81 estudiantes adolescentes, cuyas edades oscilan entre los 15 y 17 años. El propósito de estas evaluaciones fue determinar si existe una relación significativa entre los niveles de estrés y el rendimiento académico.

Para ello, se empleó un test psicométrico, específicamente el Inventario SISCO de Estrés Académico, junto con las boletas de calificaciones de los estudiantes. Los resultados obtenidos mediante el test psicométrico, en conjunto con las notas de los estudiantes, respaldan la conclusión de que existe una relación significativa moderada entre las variables mencionadas previamente.

Los resultados obtenidos en el Inventario SISCO se analizaron de manera individual, dado que este instrumento se divide en tres dimensiones distintas. En la Tabla 2 se presentan los resultados correspondientes a la primera dimensión, denominada "Estímulos Estresores". Para la interpretación de estos resultados, se utilizó una tabla de baremo de frecuencia con una clasificación categórica que facilita la representación de los datos.

En la primera dimensión, se encontró que el 10% de los estudiantes no manifiesta sentirse presionado o estresado por factores estresantes presentes en el entorno escolar, tales como la competencia con los compañeros y la sobrecarga de tareas. Esta información proporciona una visión detallada sobre cómo ciertos estímulos afectan a una parte de la población estudiada.

Por otro lado, el 60% de los estudiantes manifestó que los factores que les generan estrés están presentes de manera frecuente en su vida académica, lo cual se interpreta como que de 2 a 3 días de clases resultan estresantes para ellos. En contraste con los datos mencionados anteriormente, donde se indicaba que un porcentaje menor de estudiantes experimenta niveles bajos de estrés, se observó que el 28% del total reporta estar estresado la mayor parte del tiempo. La presencia constante de estos estresores es significativa y debe considerarse, ya que, si no se interviene a tiempo, podría derivar en problemas más graves.

Por último, se identificó que un 1% de los estudiantes presenta un nivel de estrés elevado, lo que significa que estos alumnos pasan casi todo el tiempo de clases estresados. Esta situación es particularmente grave, ya que puede repercutir negativamente en su salud física y mental. Entre las complicaciones físicas que podrían surgir se encuentran problemas gastrointestinales, fatiga y

problemas cardiovasculares. En el ámbito psicológico, los estudiantes pueden desarrollar ansiedad, depresión y un bajo rendimiento académico en general. Es imperativo abordar estas situaciones de estrés de manera integral, implementando estrategias de intervención temprana para mitigar los efectos negativos y promover un ambiente académico más saludable y equilibrado para todos los estudiantes.

En cuanto a la Tabla 3, esta presenta los resultados obtenidos en la segunda dimensión denominada "Síntomas". Para la obtención e interpretación de estos resultados, se utilizó una tabla de baremo de intensidad con una clasificación categórica. Se encontró que el 1% de los estudiantes no presenta síntomas de manera frecuente, sino más bien de manera ocasional. Por lo tanto, esto no representa algún tipo de inconveniente o problema grave o severo. Las reacciones observadas en esta dimensión pueden ser tanto psicológicas como comportamentales. Entre las reacciones psicológicas se incluyen la inquietud y la ansiedad, mientras que las reacciones comportamentales pueden manifestarse a través de conflictos con otros compañeros o, contrariamente, mediante el aislamiento social. Es importante monitorear estos síntomas y su frecuencia, ya que, aunque actualmente no representen un problema significativo, podrían evolucionar y afectar negativamente el bienestar de los estudiantes si no se gestionan adecuadamente.

Por otro lado, el 27% de los estudiantes presenta síntomas de estrés con mayor frecuencia, aunque estos no son intensos. Sin embargo, la diferencia radica en la frecuencia más alta de estos síntomas comparada con el grupo anterior. A medida que se profundiza en el análisis, se revela una problemática más amplia en esta población, el 49% de los estudiantes reporta síntomas de estrés de intensidad moderada.

A diferencia de los grupos anteriores, donde predominaban reacciones psicológicas y comportamentales, en este grupo también se observan reacciones físicas. Entre las reacciones físicas se encuentran el insomnio, dolores de cabeza y el hábito de morderse las uñas. Estas manifestaciones físicas, junto con las reacciones psicológicas y comportamentales, subrayan la necesidad de una atención más integral para abordar los diferentes tipos de síntomas que el estrés puede provocar en los estudiantes.

Un 19% de los estudiantes comienza a presentar síntomas de manera más frecuente y con una intensidad alta, lo que afecta significativamente su desempeño diario. Esta mayor frecuencia e intensidad de los síntomas indica un nivel de estrés que ya está interfiriendo de manera notable en sus actividades cotidianas y rendimiento académico. Finalmente, un 4% de los estudiantes

muestra una intensidad de síntomas extremadamente alta, lo que ha ocasionado problemas serios. Entre estos problemas se incluyen trastornos del sueño, fatiga crónica, depresión y sentimientos de agresividad. Estas condiciones severas subrayan la urgencia de intervenciones adecuadas para manejar y reducir el estrés en este grupo de estudiantes.

Como se puede observar en los resultados obtenidos, el nivel de intensidad de los síntomas es bastante recurrente entre los estudiantes. Casi la mitad de ellos presenta un nivel de intensidad que apenas está presente, aunque esto no elimina la posibilidad de su aparición. En cambio, un poco más de una cuarta parte de los estudiantes exhibe una sintomatología de baja intensidad, mientras que un poco menos de una cuarta parte presenta una sintomatología de alta intensidad. Estos hallazgos indican que existe una sintomatología persistente entre los estudiantes cuando aparecen los estímulos causantes de estrés. Además, se puede apreciar que ciertos estudiantes, a pesar de experimentar síntomas que provocan estrés, logran mantenerlos en un nivel bastante bajo. Esto puede deberse al uso de estrategias de afrontamiento efectivas cuando enfrentan situaciones estresantes.

En la Tabla 4 se presentan los resultados obtenidos en la tercera dimensión, denominada "Estrategias de Afrontamiento". Para la obtención de estos resultados, se utilizó una tabla de baremo de frecuencia con una clasificación categórica. Se encontró una cantidad alarmante de estudiantes, un 33%, que no tienen o no han desarrollado estrategias efectivas para manejar su estrés.

Esto indica que, al realizar actividades que les generan estrés, ya sea porque no comprenden las instrucciones o porque los resultados no son los esperados, estos estudiantes no buscan ayuda en otras personas ni se toman un momento para calmarse y relajarse. En lugar de eso, continúan involucrados en la actividad hasta completarla. Si bien esta perseverancia puede resultar en un mejor desempeño para algunos, para otros puede no ser eficaz y, en cambio, exacerbar su nivel de estrés.

El 46% de los estudiantes utiliza estrategias de afrontamiento de manera ocasional para manejar su estrés. Esto sugiere que, cuando se sienten estresados, recurren a sus recursos personales para gestionar la situación. Sin embargo, la efectividad de estas estrategias puede ser parcial y no siempre logran controlar el estrés de manera completamente eficaz. Por otro lado, un 20% de los estudiantes posee un amplio repertorio de técnicas de afrontamiento para manejar sus

niveles de estrés. Este grupo se caracteriza por tener habilidades bien desarrolladas que les permiten enfrentar y reducir el estrés de manera efectiva y saludable.

Finalmente, aunque en un porcentaje pequeño, un 1% de los estudiantes utiliza sus estrategias de afrontamiento de manera recurrente. A pesar de su baja representación, este grupo demuestra una habilidad consistente para manejar el estrés de manera constante y efectiva. Esto refleja un buen equilibrio emocional y la capacidad de reducir los efectos negativos asociados con situaciones estresantes, lo que indica una alta resiliencia emocional.

Como se puede observar en los resultados, la frecuencia de uso de estrategias de afrontamiento se distribuye mayormente en un nivel medio. Esto sugiere que existe un cierto grado de regularidad en cuanto a las estrategias que los estudiantes emplean para manejar el estrés, aunque no alcanzan niveles extremadamente altos. Además, más de una cuarta parte de los estudiantes no utiliza estrategias de afrontamiento con alta frecuencia, lo cual indica que no recurren de manera habitual a recursos específicos para gestionar el estrés. Por otro lado, menos de una cuarta parte de los estudiantes sí utiliza estrategias de afrontamiento con alta frecuencia, mostrando un repertorio más robusto y consistente de recursos para manejar situaciones estresantes.

Los datos obtenidos en la Tabla 5, que corresponde a las calificaciones obtenidas en los boletines de notas del periodo anterior, muestran que los estudiantes se distribuyen de la siguiente manera: un 16% de la población obtuvo calificaciones en el rango de 7 a 7.99, el 48% obtuvo calificaciones entre 8 y 8.99, y el 36% restante obtuvo calificaciones de 9 a 9.99. En conjunto, los estudiantes lograron pasar con un promedio de notas que generalmente se considera como bueno.

Sin embargo, al analizar las calificaciones desde otra perspectiva, donde tradicionalmente se considera que 7 es el límite para aprobar (y por lo tanto podría ser visto como un nivel bajo), 8 como un nivel regular, y 9 como un nivel bueno, se observa que la calificación promedio de los estudiantes podría considerarse relativamente baja. Esto sugiere que podría haber ciertas dificultades o problemáticas que están afectando el desempeño de los estudiantes y que están impidiendo que alcancen un nivel de rendimiento bueno o excelente.

En la tabla número 6 catalogada como resultados descriptivos que se obtuvieron en la muestra fueron los siguientes. En relación con la edad, no se encontraron datos faltantes, lo que asegura la precisión de la información. Las medidas de tendencia central indicaron una media de 16,1 años, una mediana de 16 y una moda también de 16. En cuanto a la dispersión, se consideró

una desviación estándar de 0,6 y una varianza de 0,4, con valores mínimos y máximos de 15 y 17, respectivamente, lo que sugiere que la mayoría de los estudiantes tienen entre 15 y 17 años.

La segunda variable analizada fue el inventario de SISCO, dividido en tres dimensiones. En la dimensión de "estresores", se obtuvo una media de 24,7, una mediana de 25 y una moda de 25. La desviación estándar fue de 5, indicando una moderada dispersión alrededor de la media, con una varianza de 25,4 y un rango de puntuaciones entre 16 y 38. En la dimensión de "síntomas", los resultados mostraron una media de 38,9, una mediana de 38 y una moda de 42. La desviación estándar fue de 12,2, señalando una dispersión moderada en relación con la media, con una varianza de 149,9 y valores mínimos y máximos de 16 y 76, respectivamente. En la tercera dimensión, "estrategias de afrontamiento", se registró una media de 17,3, una mediana de 17 y una moda de 15. La desviación estándar fue de 5, indicando una moderada variabilidad en torno a la media, con una varianza de 24,8 y un rango de puntuaciones entre 11 y 29.

Finalmente, en cuanto a las notas académicas de los estudiantes, se utilizaron las calificaciones del año anterior debido a la ausencia de datos del nuevo período electivo. Se obtuvo una media de 8,2, una mediana de 8 y una moda de 8. La desviación estándar fue de 0,7, señalando una baja variabilidad en relación con la media, con calificaciones que oscilaron entre 7 y 9, mostrando un rango estrecho de resultados.

En esta investigación se utilizó el método correlacional, optando por el coeficiente de Pearson como base de análisis. Según los datos obtenidos, se identificó una correlación negativa moderada entre las variables nivel de estrés y rendimiento académico, con un coeficiente de correlación de Pearson de -0.301^{**} . Esto indica que conforme aumenta el nivel de estrés, tiende a disminuir el rendimiento académico, y viceversa. El grado de libertad utilizado fue de 79, indicando que la muestra consistió en 81 estudiantes adolescentes. La libertad en los datos es crucial porque a mayor libertad, mayor precisión y confiabilidad en el análisis de la correlación.

El valor p también es fundamental en la interpretación de la correlación. Un valor p de 0.003 fue obtenido, lo cual es menor que el límite estándar de 0.05, indicando una correlación significativa entre el nivel de estrés y el rendimiento académico. Además, el intervalo de confianza del 95% para la correlación varía entre -0.124 y -1.000. Esto sugiere que, con un nivel de confianza del 95%, la verdadera correlación entre el nivel de estrés y las calificaciones académicas se encuentra dentro de este intervalo, confirmando una relación lineal negativa entre ambas variables.

En relación con la entrevista estructurada, los resultados indicaron que el registro de asistencia es considerado uno de los datos más relevantes dentro del aula, ya que permite a las autoridades educativas verificar la responsabilidad de los estudiantes con respecto a su educación. Además, facilita la identificación de patrones internos de ausentismo, lo cual es crucial para detectar posibles problemas en el ámbito educativo. Se señaló que el método tradicional de gestión de asistencia mediante registros impresos era vulnerable a daños por líquidos, polvo y carecía de respaldo inmediato. A pesar de estas limitaciones, los profesores implementaron métodos para mantener sus registros, como la transferencia de datos a sus computadoras personales desde sus hogares. Este enfoque no fue completamente apreciado debido a las vulnerabilidades mencionadas, aunque se observó un esfuerzo significativo por parte de los profesores para garantizar la precisión y disponibilidad de los datos de asistencia fuera del entorno escolar.

En la pregunta 2 de la entrevista estructurada, se menciona que la gestión de las ausencias de los estudiantes es una responsabilidad crítica para asegurar un seguimiento adecuado del progreso académico y la salud de los estudiantes. Siguiendo un enfoque riguroso, cada ausencia se verifica y documenta en colaboración con el departamento de inspección y el Departamento de Consejería Estudiantil (DECE). Este proceso de verificación se fortalece mediante la interacción directa con los representantes legales de los estudiantes. Los padres están obligados a justificar oficialmente cada ausencia, lo que no solo asegura que todas las ausencias se registren adecuadamente, sino que también permite a los educadores identificar patrones recurrentes de ausentismo en ciertos estudiantes. Esta metodología ayuda a abordar problemas subyacentes que pueden estar afectando la asistencia regular a clases, promoviendo así una intervención temprana y eficaz para mejorar el bienestar y rendimiento académico de los estudiantes.

Sin embargo, en la pregunta 3 es importante señalar que otro componente importante que determina el nivel de participación e interés de un estudiante en una asignatura específica es la evaluación del mismo. Una formación integral no se basa en la cantidad de información que un alumnado es capaz de memorizar y repetir, sino en la capacidad de escuchar, analizar, sacar conclusiones, reaccionar, defender sus propios puntos de vista, etc. Por esta razón, a menudo se utilizan los siguientes métodos de evaluación: trabajo en grupo, exposiciones, discusiones y debates, revisión de cuadernos y pizarras, etc. De hecho, utilizando estas estrategias, los maestros pueden ver y juzgar cuánto colaboran los alumnos, qué tan bien pueden formular y argumentar sus pensamientos e ideas, etc.

En base a la pregunta 4 los niveles de participación estudiantil observados por los docentes varían, pero en general, la mayoría de los estudiantes participa activamente en clase. Se menciona que aproximadamente el 80% de los estudiantes participa activamente, aunque algunos se distraen ocasionalmente. Para la evaluación de la participación de los estudiantes, los docentes lo ven como una prioridad, por eso consideran la motivación y las características individuales, como ser introvertido o extrovertido, para adaptarse a sus necesidades.

Además, en la pregunta 5 mencionaron que volumen de trabajo que el profesorado asigna a cada una de las asignaturas varía en función del plan de estudios y de las necesidades particulares de cada una. Pero, en cualquier caso, todos los profesores y profesoras lo hacen teniendo en cuenta cuidadosamente la carga global que los estudiantes pueden asumir, lo que pone de manifiesto su preocupación por encontrar el equilibrio entre la intensidad de lo que se aprende y la capacidad de los estudiantes para asumirlo. La heterogeneidad en las tareas asignadas deriva también del hecho de que hemos de ser capaces de integrar diferentes habilidades y estilos de aprendizaje de los estudiantes y, de esta manera, que se fomente un contexto educativo inclusivo y equitativo. La gestión de la carga de trabajo que cada estudiante tiene, al igual que sucede con la gestión de cualquier otro elemento del proceso educativo, una serie de consecuencias importantes en lo que se refiere al rendimiento académico y en lo que se refiere al bienestar general de los estudiantes.

Con respecto a la pregunta 6 se menciona que los docentes demostraban tener presente la sobrecarga que los estudiantes tenían, por lo que adaptaban las tareas que mandaban, trabajando más en el aula y disminuyendo la tarea para casa, con el objetivo de consolidar lo que se había trabajado en el aula, y cuando los alumnos tenían que entregar muchas tareas de otros profesores/as, priorizar las más importantes, y evitar la sobrecarga excesiva. Este enfoque no sólo pretendía optimizar el tiempo de instrucción en el aula, sino que también colocaba en un punto de equilibrio necesario el trabajo escolar y las extracurriculares que realizaban los estudiantes. Los profesores comprendían que, si había exceso de tareas, podía perjudicar tanto el rendimiento académico de los estudiantes como su bienestar emocional.

4.2. Discusión

En la actualidad, existe un amplio interés en comprender la relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de bachillerato. Disciplinas como la psicología educativa y la salud mental reconocían la influencia crucial que el estrés tenía en el desempeño y el bienestar de esta población, durante la etapa de bachillerato, los estudiantes enfrentan múltiples desafíos académicos y personales que podían contribuir a niveles elevados de estrés, factores como la presión académica, las expectativas familiares y la incertidumbre sobre el futuro educativo y profesional pueden generar un entorno propenso al estrés.

Los hallazgos de esta investigación sobre la relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de tercer año de bachillerato en la Unidad Educativa Pueblo Nuevo se interpretaron a través de marcos teóricos existentes y estudios previos en la materia, en línea con la teoría del estrés de Lazarus y Folkman (1984), que postulaba que el estrés surgía cuando una persona percibía que las demandas de una situación excedían sus recursos para manejarla, los resultados indicaron que altos niveles de estrés podían correlacionarse negativamente con el rendimiento académico.

A partir de la investigación reveló que un alto porcentaje de estudiantes experimenta niveles significativos de estrés, lo que podría estar influyendo negativamente en su rendimiento académico. Estos resultados fueron consistentes con estudios previos, como el de Guamán et al. (2020) exploró el nivel de estrés académico en estudiantes de bachillerato en Cuenca, encontró que el 77.1% experimentaba niveles moderados de estrés, con síntomas como tristeza y dificultades de concentración. León y Rojas (2022) identificaron factores de estrés académico en estudiantes de bachillerato en Latacunga. Los resultados mostraron que la gestión de información y los exámenes eran los principales factores de estrés, afectando negativamente el rendimiento académico y el bienestar emocional de los estudiantes.

En la actualidad, existen unas series de investigaciones que demostraron la importancia de evaluar los niveles de estrés en poblaciones académicas. De esta manera, comprobaron que las repercusiones negativas del estrés de los estudiantes se veían reflejadas en sus capacidades diarias para resolver conflictos, llegar a un mejor entendimiento y a una comprensión significativa del contenido académico.

Un hallazgo importante de esta investigación fue que los estudiantes que reportan niveles más bajos de estrés tendrían a tener un mejor rendimiento académico. Esto respalda la hipótesis

de que la gestión efectiva del estrés es crucial para el éxito académico. En este contexto, la implementación de programas de intervención que enseñen técnicas de manejo del estrés podría ser beneficiosa para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes.

No obstante, fue importante considerar la posibilidad de que otros factores también influyeran en el rendimiento académico, como las habilidades de estudio, el apoyo familiar, y los recursos educativos disponibles. Además, la variabilidad individual en la respuesta al estrés sugería que algunas personas pueden manejar mejor el estrés y, por lo tanto, no ver afectado su rendimiento académico de la misma manera que otras.

La discrepancia entre los resultados de diferentes estudios también puede atribuirse a variables contextuales y metodológicas, como las diferencias en las herramientas de medición del estrés y el rendimiento académico, o las características demográficas y socioeconómicas de los participantes. En este sentido, sería beneficioso realizar estudios adicionales que utilicen enfoques metodológicos más uniformes y consideren una amplia gama de factores contextuales.

Con respecto a establecer la correlación entre niveles de estrés y rendimiento académico utilizado el programa estadístico de JAMOV del coeficiente de Pearson, como base metodológica los datos obtenidos revelaron una correlación negativa moderada entre las variables de nivel de estrés y rendimiento académico, con un coeficiente de correlación de Person de -0.301^{**} , este resultado indico que a medida que el nivel de estrés aumenta el rendimiento académico tendía a disminuir y viceversa.

Se utilizo un grado de libertad de 79, lo cual correspondía a una muestra de 81 estudiante adolescente las significancia de este grado de libertad radicaba en que incrementa la precisión y confiabilidad del análisis de correlación también agrego el valor de p, fue un elemento crucial en la interpretación de la correlación para considerar una correlación como significativa, el valor de p debía ser menor a 0.05 en el estudio, el valor p fue de 0.003, indicando una correlación significativa entre nivel de estrés y el rendimiento académico, el intervalo de confianza de 95% para la correlación vario entre -0.124 y -0.478, esto sugirió que con el 95% de confianza la verdadera correlación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico se encontraba dentro de este rango confirmando una relación lineal negativa. Los resultados de este estudio subrayan la importancia de abordar el estrés académico como un componente integral de las políticas educativas y los programas de apoyo estudiantil.

CAPITULO V - CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

La investigación llevada a cabo reveló que los estudiantes de tercer año de bachillerato experimentan niveles significativos de estrés académico, principalmente debido a factores como la sobrecarga de tareas escolares, las exigencias estrictas de tiempo, la falta de sueño o insomnio, y las dificultades para mantener la concentración en las actividades académicas. Estos factores no solo afectan el bienestar emocional en los estudiantes, sino que también tienen un impacto directo en su rendimiento académico, disminuyendo su capacidad para lograr resultados óptimos. Además, se observó que el estrés no solo afecta la dimensión cognitiva, sino también el estado físico y emocional de los estudiantes, contribuyendo a una experiencia académica desfavorable.

La investigación identificó que los estudiantes de tercero de bachillerato experimentan niveles de estrés variables, influenciados por una serie de factores tanto internos como externos. Los estudiantes que reportaron un nivel de estrés moderado a alto constan la mayor parte de la población, mientras que un pequeño porcentaje indicó niveles bajos de estrés. Los factores contribuyentes incluyen la presión académica, la carga de tareas, y las expectativas familiares.

La correlación negativa significativa entre el nivel de estrés y el rendimiento académico fue confirmada a través de un análisis estadístico robusto, donde el coeficiente de correlación de Pearson fue de -0.301. Esto indica que los estudiantes con niveles más altos de estrés tienden a tener un rendimiento académico más bajo, reafirmando que el estrés es un factor crucial que impacta negativamente en el desempeño de los estudiantes. Además, se observó que el estrés puede llevar a problemas de salud mental, como ansiedad y depresión, que exacerban aún más las dificultades académicas.

5.2. Recomendaciones

Desarrollar estrategias de intervención temprana que identifiquen a los estudiantes con altos niveles de estrés y proporcionen el apoyo adecuado para prevenir el impacto negativo en su rendimiento académico.

Implementar programas que enseñen a los estudiantes habilidades de afrontamiento y autocuidado, como técnicas de relajación, mindfulness y resiliencia, que puedan aplicar dentro y fuera del entorno escolar.

Para futuras investigaciones se recomienda realizar investigaciones adicionales sobre la relación entre el estrés y el rendimiento académico en diferentes contextos y grupos etarios.

Referencias

- Arias Gonzáles, J. L., y Covinos Gallardo, M. (2021). DISEÑO Y METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN. Obtenido de https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias_S2.pdf
- Cardenas, T. (Diciembre de 2019). Rendimiento académico: un universo muy complejo. Lima. Obtenido de https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/2432/Indrid_Trabajo_Bac_hillerato_2019.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Castilla, G. (27 de Julio de 2023). Grupo Castilla. Obtenido de Grupo Castilla: <https://www.grupocastilla.es/entrevista-semiestructuradas/>
- Cueva Luza, T., Jara Córdova, O., Arias Gonzáles, J., Flores Limo, F., y Balmaceda Flores, C. (2023). Métodos mixtos de investigación para principiantes. Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú. Obtenido de <https://editorial.inudi.edu.pe/index.php/editorialinudi/catalog/book/119>
- Faneite, S. F. (2023). CRITERIOS PARA LA SELECCIÓN DE TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS EN LAS INVESTIGACIONES MIXTAS. Revista Honoris Causa. Obtenido de <https://revista.uny.edu.ve/ojs/index.php/honoris-causa/article/view/303/386>
- Luján, S., Guzmán Castillo, A., Bustos N, C., Zavala S, W., & Castillo Navarrete, J. L. (2023). Inventario SISCO del estrés académico: revisión de sus propiedades psicométricas en estudiantes universitarios. Scielo. Obtenido de https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082022000200197
- Mitjana Ruiz, L. (2019). Coeficiente de correlación de Pearson: qué es y cómo se usa. *Psicología y Mente*. Obtenido de <https://psicologiymente>
- García Allen, J. (2022). Las 5 fases del estrés. *Psicología y Mente*. Obtenido de <https://psicologiymente.com/clinica/fases-del-estres>
- Organización Mundial de la Salud. (21 de Febrero de 2023). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>
- Reinoso Toledo, E. (2018). Influencia del estrés en el rendimiento académico de los estudiantes de 5to semestre de la facultad de odontología de la Universidad Central del Ecuador”,

- Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo . Obtenido de <https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-rendimiento-academico.html>
- Alberto Gil Álvarez, J., & Fernández Becerra, C. (2021). El estrés académico, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en residentes de Estomatología General Integral. *Scielo* , 13(1). Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2077-28742021000100016&script=sci_arttext&tlng=en#B4
- Alomaliza Cruz , L. (2022). *UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO*. Obtenido de https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/35817/1/12.%20Proyecto%20de%20Titulación_Tesis_Alomaliza%20Ligia.pdf
- Amao Salcedo , P. (2023). Obtenido de UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA: <https://repositorio.unsch.edu.pe/server/api/core/bitstreams/4fdc2e32-040a-4aa7-a0e3-4dafed369d38/content>
- Ambrocio Martínez , L., Cruz Castellano , V., & Ramos Romero, B. (2020). Obtenido de <https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/article/view/124/324>
- Aracely, R. V., Daniela, C. O., Diego, S. R., & Jeyson, B. F. (2024). El estrés académico en estudiantes de bachillerato general integrado de Ecuador. (Especial, Ed.) *Cienciamatria*. doi:10.35381/cm.v10i1.1215
- Bareiro Aguilar , M. (2018). Obtenido de <https://revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/688/1054>
- Barraza Macias , A., Gonzalez Garcia , L., Garza Madero, A., & Cazares de Leon , F. (15 de Junio de 2019). El estrés académico en alumnos de odontología. *Revista Mexicana de Estomatología*, 6. Obtenido de <https://www.remexesto.com/index.php/remexesto/article/view/236/437/>
- Barriga Dianderas , M. (2023). *Escuela Académico Profesional de Psicología*. Obtenido de https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/13191/1/IV_FHU_501_TE_Barriga%20Dianderas_2023.pdf
- Bertolt Brecht. (24 de Septiembre de 2020). *Vida Escolar* . Obtenido de <https://cbb.edu.pe/estrategias-efectivas-para-mejorar-el-bajo-rendimiento-academico/>
- Botello, V., & Gil, L. (2018). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte. *CASUS Revista de Investigación y Casos en Salud*. doi:10.35626/casus.2.2018.75

- Bravo Ayabaca, C., & Ruiz Chacon, B. (2024). Obtenido de <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/26975/1/UPS-CT011181.pdf>
- Cabezas Mancero Joel Netsai , & Real Vásconez Maryemilia Dayanara . (2023). Obtenido de <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/12031/1/UNACH-EC-FCEHT-PSCP-0037-2023.pdf>
- Cardenas, T. (Diciembre de 2019). Rendimiento académico: un universo muy complejo. Lima. Obtenido de https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/2432/Indrid_Trabajo_Bac_hillerato_2019.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Castilla, G. (27 de Julio de 2023). *Grupo Castilla*. Obtenido de Grupo Castilla: <https://www.grupocastilla.es/entrevista-semiestructuradas/>
- Cisneros, M. J. (2023). Obtenido de https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/26878/JAHNSEN_CISNEROS_MICHELLE.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Corral Chacón , M., & Zamora Calderon , J. (2018). Obtenido de <http://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/8012>
- Demero Chica, A. D. (15 de marzo de 2024). El estrés y su relación con trastornos mentales en América Latina. *Journal ScientificMQRInvestigar*, 8. doi:10.56048/MQR20225.8.1.2024.706-724
- Diaz Azuara , S., Fierro Santillan , C., & Tobón , S. (2018). Aplicación de un cuestionario de estrés y distrés académico socioformativos en estudiantes de educación media superior. *Revistas Unam. mx*. Obtenido de <https://revistas.unam.mx/index.php/eutopia/article/view/65904>
- Dirección de Gestión del Conocimiento, & Organización Mundial de la Salud . (2024). Obtenido de <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/667016/UPC-Salud-e-impacto-en-el-desempeno-academico.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Espinosa Castro, J., Hernandez Lalinde, J., Rodriguez , J., & Bermudez Pirela, V. (2020). doi: <https://doi.org/10.5281/zenodo.4065032>
- Estrada , E., Vazquez Delia, Manrique, Y., Gallego Nestror, Valverde Yolanda, & Quispe Rosel. (2022). procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de educación superior pedagógica. *AVFT*. doi:<http://doi.org/10.5281/zenodo.6945082>

- Faneite, S. F. (2023). CRITERIOS PARA LA SELECCIÓN DE TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS EN LAS INVESTIGACIONES MIXTAS. *Revista Honoris Causa*. Obtenido de <https://revista.uny.edu.ve/ojs/index.php/honoris-causa/article/view/303/386>
- Flores Mora , J. (2019). *Scielo*. doi:10.36097/rsan.v1i35.957
- Garcés Suárez, E., Garcés Suárez, E., & Alcívar Fajardo, O. (2022). *Revista Universidad y Sociedad*. Obtenido de <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/2859/2836>
- Gardey. (2021). Obtenido de [https://www.uazuay.edu.ec/prensa/problemas-familiares-y-rendimiento-academico#:~:text=El%20rendimiento%20acad%C3%A9mico%20evidencia%20lo,educativos%20\(Gardey%2C%202021\)](https://www.uazuay.edu.ec/prensa/problemas-familiares-y-rendimiento-academico#:~:text=El%20rendimiento%20acad%C3%A9mico%20evidencia%20lo,educativos%20(Gardey%2C%202021)).
- Gobierno de Mexico. (22 de Julio de 2020). Estés y tu salud. *Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado*. Obtenido de <https://www.gob.mx/issste/articulos/el-estres-y-tu-salud?idiom=es>
- Gonzales Valenzuela , M., & Ruiz , I. (2019). Obtenido de [https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/UPSY/18-4%20\(2019\)/64761787007/universitas64761787007_visor_jats.pdf](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/UPSY/18-4%20(2019)/64761787007/universitas64761787007_visor_jats.pdf)
- Grasso Paula . (2020). Obtenido de https://fh.mdp.edu.ar/revistas/index.php/r_educ/article/download/4165/4128
- Guaman Parra, R., & Salamea Ortega , J. (2020). *Repositorio Institucional Universidad de Cuenca*. Obtenido de <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/33806/1/Trabajo%20de%20titulación.pdf>
- Guzman Peñuela, J., & Mortigo Alarcón, K. L. (2018). *INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA POLITÉCNICO GRANCOLOMBIANO*. Obtenido de <https://alejandria.poligran.edu.co/bitstream/handle/10823/1098/Qué%20factores%20influyen%20y%20en%20que%20nivel%20de%20estrés%20académico.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=Diversas%20investigaciones%20muestran%20que%20una,Pérez%20%26%20Natividad%2C%202021>
- Hans Selye. (2024). *Psicología ambiente elementos básicos*. Obtenido de http://www.ub.edu/psicologia_ambiental/introduccion

- Hernandez Lalinde, J., Johel, R., Maricarmen, C., Valmore, B., & Jhon, E. C. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/559/55969798011/55969798011.pdf>
- Huamán Guitierrez , Olivares Taipe, Angulo Calderon, & Macazana Fernadez . (2021). Obtenido de <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v17n79/1990-8644-rc-17-79-310.pdf>
- INEVAL. (2023). *Instituto Nacional de Evaluación Educativa*. Obtenido de <https://evaluaciones.evaluacion.gob.ec/BI/la-educacion-en-ecuador-logros-alcanzados-y-nuevos-desafios-resultados-educativos-2017-2018/>
- Jiménez Escobar , L. (2019). Obtenido de <http://repositorio.unjbg.edu.pe/handle/UNJBG/3671>
- Kloster Kantlen , G., & Perrotta, F. (2019). *ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA CIUDAD DE PARANÁ*. Obtenido de <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9774/1/estres-academico-estudiantes-universitarios.pdf>
- Kloster Kantlen , G., & Perrotta , F. (2019). *Repositorio UNIVERSIDAD CATÓLICA ARGENTINA*. Obtenido de <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9774/1/estres-academico-estudiantes-universitarios.pdf>
- Ledesma Lara, W., & Borja Cedeño, E. (2022). Obtenido de <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/10067/1/Borja%20Cedeño%2C%20Edgar%20%20y%20%20Ledesma%20Lara%20%2C%20W%282022%29%20Estrés%20académico%20e%20ideación%20suicida%20en%20estudiantes%20universitarios.%20Riobamba%2C%202022.%20%28Tesis%20de%20pregrado>
- León Panoluisa , K., & Rojas Conde , L. (2022). (P. D. Argote, Ed.) doi:10.56294/saludcyt2022129
- Lozano Santacruz, R. (2021). Obtenido de <https://repositorio.unemi.edu.ec/bitstream/123456789/5790/1/LOZANO%20SANTACRUZ%20GENGER%20YADIRA.pdf>
- Margarito , Z. (2019). *UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN*. Obtenido de <https://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14067/3040/ZORAIDA%20MARGARITO%20GUADALUPE.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Maria, L. C. (2020). Obtenido de <https://repositorio.puce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/6881f826-0731-49e6-921c-43a6da9be0fd/content>
- Marisol, F. T. (2021). Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/33312/1/Farinango%20Natali%201720844222.pdf>
- Martin Pavon , M., Santo Sevilla Dora, & Rio , C. (2020). Obtenido de https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-53082018000200004
- Ministerio de Educación . (2019). Obtenido de <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2019/10/Guia-Apoyo-de-las-familias-al-aprendizaje.pdf>
- Miranda, M. B., & Zazueta, L. A. (2021). Efectos del Estrés en el Rendimiento Académico de los Estudiantes de la Licenciatura de Psicología. *Revista de Investigación Académica sin Frontera*. doi:10.46589/rdiasf.vi36.388
- Mitjana Ruiz, L. (2019). Coeficiente de correlación de Pearson: qué es y cómo se usa. *Psicología y Mente*. Obtenido de <https://psicologiaymente.com/miscelanea/coeficiente-correlacion-pearson>
- Noel Yépez , G. (31 de Julio de 2021). Obtenido de <https://es.scribd.com/document/518161532/Teoria-del-estres-de-Hans-Selye>
- Orientación Académica . (2020). Obtenido de <https://www.universia.net/mx/actualidad/orientacion-academica/bajo-rendimiento-academico-causas-y-soluciones.html>
- Picho Nataly, Quincho Nicole, & Salaman Monica. (2020). Obtenido de https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/10383/1/IV_FHU_501_TI_Picho_Quincho_Salaman_2020.pdf
- Prepaup. (2020). Obtenido de <https://blog.up.edu.mx/prepaup/factores-afectan-rendimiento-academico-adolescentes>
- Quiñonez Cotera, J. (2023). Las técnicas activas como estrategia didáctica para mejorar el rendimiento escolar de los estudiantes. *MQR Investigar*. doi:10.56048/MQR20225.7.3.2023.2429-2453

- Ramirez Lemus , L., Rodriguez , C., Barron , J., & Cuevas, H. (2023). *redalyc*. doi:10.15174/au.2023.387
- Ramos, Lopez, & Columbo. (2020). Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>
- Reguerio Ana. (2018). tallerestrés. *Servicio de Atención Psicológica de la Universidad de Málaga*, 3. Obtenido de <https://www.uma.es/media/files/tallerestrés.pdf>
- Rosales Castro, F., & Sánchez Ayala, M. (2023). Obtenido de <https://dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/article/view/3228/7428>
- Sanitas. (2023). Tipos de estrés . *Sanitas* . Obtenido de <https://www.sanitas.es/biblioteca-de-salud/psicologia-psiQUIATRIA/estres-ansiedad/tipos-estres>
- Silva Ramos , M., Lopez Cocotle, J., & Columba Meza , M. (2019). Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7689029>
- Soledispa Rivera, A., Soledispa Pin, R., & Soledispa, E. (2020). 3(18). Obtenido de <https://revistas.itsup.edu.ec/index.php/sinapsis/article/view/431/588>
- Sydle. (18 de Mayo de 2023). Obtenido de <https://www.sydle.com/es/blog/profesor-y-alumno-63cb00920e03ef595d762509>
- Tacuri Sarango, A. (2023). *Universidad Nacional de Loja*. Obtenido de https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/27476/1/AndreaMaribel_TacuriSarango.pdf
- Trigueros Rube , & Navarro , N. (2019). *Psychology, Society, & Education*,. doi:<https://ojs.ual.es/ojs/index.php/psyse/article/view/2230/2855>
- Valdez Martinez , E., & Bedolla, M. (2021). El consentimiento informado: su importancia para la investigación retrolectiva y el progreso de la ciencia médica.
- Valencia Hernández , E. (2019). Obtenido de <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/5644/1/UNACH-FCEHT-TG-P.EDUC-2019-000024.pdf>
- Xinhang Gao. (2023). Estrés académico y burnout académico en adolescentes: un modelo mediador moderado. *National Library of Medicine*. Obtenido de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37342640/>



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



ANEXOS



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



Presupuesto y Cronograma

Presupuesto

MATERIALES	CANTIDAD	VALOR
Grapadora	1	2,50
Resma de hojas A4	1	5,00
Tinta de impresora	4	20,00
Movilización de transporte	4	10,00
Total	10	37,50





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



Cronograma

N°	ACTIVIDADES	RESPONSABLE(S)	PERIODO (SEMANAS)																
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1	INTRODUCCIÓN	Anchundia Baque Ingrid Ramírez Naranjo Jose Bravo Faytong Félix																	
2	CONTEXTUALIZACIÓN DE LA SITUACIÓN PROBLEMÁTICA	Anchundia Baque Ingrid Ramírez Naranjo Jose Bravo Faytong Félix																	
3	PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	Anchundia Baque Ingrid Ramírez Naranjo Jose Bravo Faytong Félix																	
4	JUSTIFICACIÓN	Anchundia Baque Ingrid Ramírez Naranjo Jose Bravo Faytong Félix																	
5	OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN	Anchundia Baque Ingrid Ramírez Naranjo Jose Bravo Faytong Félix																	
6	MARCO TEÓRICO	Anchundia Baque Ingrid																	





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



		Ramírez Naranjo Jose Bravo Faytong Félix																		
7	METODOLOGÍA	Anchundia Baque Ingrid Ramírez Naranjo Jose Bravo Faytong Félix																		
8	PROCESAMIENTO DE DATOS	Anchundia Baque Ingrid Ramírez Naranjo Jose Bravo Faytong Félix																		
9	RESULTADOS Y DISCUSIÓN	Anchundia Baque Ingrid Ramírez Naranjo Jose Bravo Faytong Félix																		
10	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	Anchundia Baque Ingrid Ramírez Naranjo Jose Bravo Faytong Félix																		
11	PRESENTACION DEL TRABAJO ESCRITO	Anchundia Baque Ingrid Ramírez Naranjo Jose Bravo Faytong Félix																		
12	DEFENSA ORAL	Anchundia Baque Ingrid Ramírez Naranjo Jose																		





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



Anexo A



Facultad de Ciencias Jurídicas Sociales y de la Educación
Universidad Técnica de Babahoyo
Facultad de Ciencias Jurídicas Sociales y de la Educación



Babahoyo, 29 de mayo del 2024

Lic. Milena Magdalena Villala Velasco

Rectora de la Unidad Educativa Pueblo Nuevo

Presente.

De nuestra consideración:

Reciba un cordial saludo de parte de los estudiantes de 8vo semestre "B" de Psicología (Rediseñada) de la Universidad Técnica de Babahoyo

A través de la presente, solicitamos su autorización para acceder a las aulas de 3ro de Bachillerato de su prestigiosa institución con el fin de aplicar el Test Psicométrico SISCO, también conocido como Inventario SISCO de Estrés Académico, a los estudiantes de dicho nivel. Esta actividad es parte fundamental de nuestra investigación de tesis, que tiene como objetivo determinar el nivel de estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de tercero de bachillerato de su institución.

Nos comprometemos a ajustarnos al horario que la institución nos permita para llevar a cabo esta actividad de manera organizada y sin interrumpir el normal desarrollo de las clases.

Agradecemos de antemano su atención y aceptación a esta solicitud, y reiteramos nuestros más sinceros agradecimientos por su colaboración.

Atentamente,

Msc. Walter Cedeño Sandoya

COORDINADOR DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA

Msc. Nathaly Mendoza Sierra

COORDINADORA DEL ÁREA DE TITULACIÓN

Anchundia Baque Ingrid

Ramírez Naranjo Jose

ESTUDIANTES INVESTIGADORES





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



Universidad Técnica de Babahoyo
Facultad de Ciencias Jurídicas Sociales y de la Educación



Babahoyo, 30 de mayo del 2024

Lic. Milena Magdalena Villala Velasco
Rectora de la Unidad Educativa Pueblo Nuevo
Presente.

De nuestra consideración:

Reciba un cordial saludo de parte de los estudiantes de 8vo semestre "B" de Psicología (Rediseñada) de la Universidad Técnica de Babahoyo

A través de la presente, solicitamos su autorización para acceder a las aulas de 3ro de Bachillerato de su prestigiosa institución con el fin de aplicar el Test Psicométrico SISCO, también conocido como Inventario SISCO de Estrés Académico, a los estudiantes de dicho nivel. Esta actividad es parte fundamental de nuestra investigación de tesis, que tiene como objetivo determinar el nivel de estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de tercero de bachillerato de su institución.

Nos comprometemos a ajustarnos al horario que la institución nos permita para llevar a cabo esta actividad de manera organizada y sin interrumpir el normal desarrollo de las clases.

Agradecemos de antemano su atención y aceptación a esta solicitud, y reiteramos nuestros más sinceros agradecimientos por su colaboración.

Atentamente,

Msc. Walter Cedeño Sandoya

COORDINADOR DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA

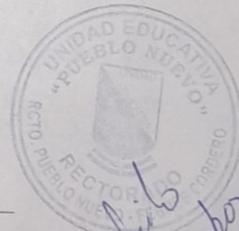
Msc. Nathaly Mendoza Sierra

COORDINADORA DEL ÁREA DE TITULACIÓN

Anchundia Baque Ingrid

Ramírez Naranjo Jose

ESTUDIANTES INVESTIGADORES



Recibido
29/05/2024
Milena Villala Velasco
Rectora



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



Anexo B

Inventario de Estrés Académico

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios.

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

Si

No

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
1. La competencia con los compañeros del grupo					
2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
3. La personalidad y el carácter del profesor					
4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



5. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
6. No entender los temas que se abordan en la clase					
7. Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
8. Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
9. Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____					
(Especifique)					

Reacciones físicas					
	(1)	(2)	3)	(4)	(5)
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



1. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
2. Fatiga crónica (cansancio permanente)					
3. Dolores de cabeza o migrañas					
4. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Reacciones psicológicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
1. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
2. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
3. Ansiedad, angustia o desesperación.					





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



4. Problemas de concentración					
5. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Reacciones comportamentales					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
1. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
2. Aislamiento de los demás					
3. Desgano para realizar las labores escolares					
4. Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Otra _____ (Especifique)					



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



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



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



Anexo C

Entrevista

Indicador: Registro de asistencia

1. **¿Cómo realiza usted el registro de asistencia de los estudiantes?**

2. **¿Cómo maneja las ausencias de los estudiantes?**

Indicador: Observación de participación

4. **¿Cómo evalúa usted la participación de los estudiantes en clase?**

5. **¿Qué niveles de participación observa generalmente en sus clases?**

Indicador: Revisión de trabajos

6. **¿Cómo maneja la revisión de los trabajos y tareas de los estudiantes?**





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



7. **¿Cómo equilibra la cantidad de trabajo asignado con otras actividades académicas y extracurriculares que los estudiantes tienen?**



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



Anexo D

Aplicación del Test Inventario SISCO



Revisión de Tutor





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



Anexo E

Gráfico 1 Género de los evaluados

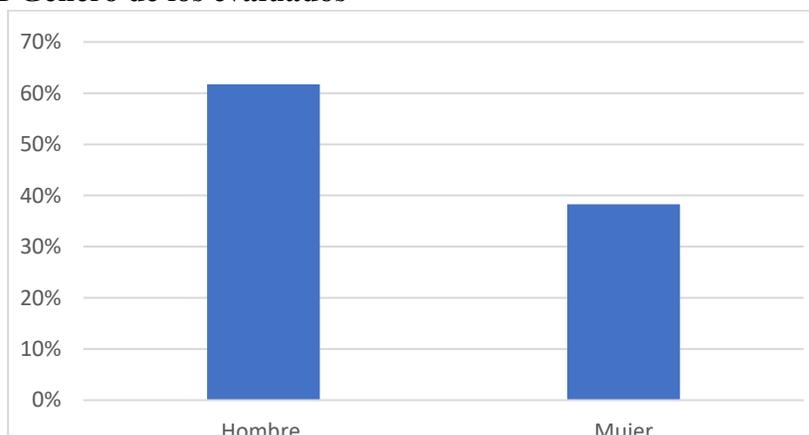
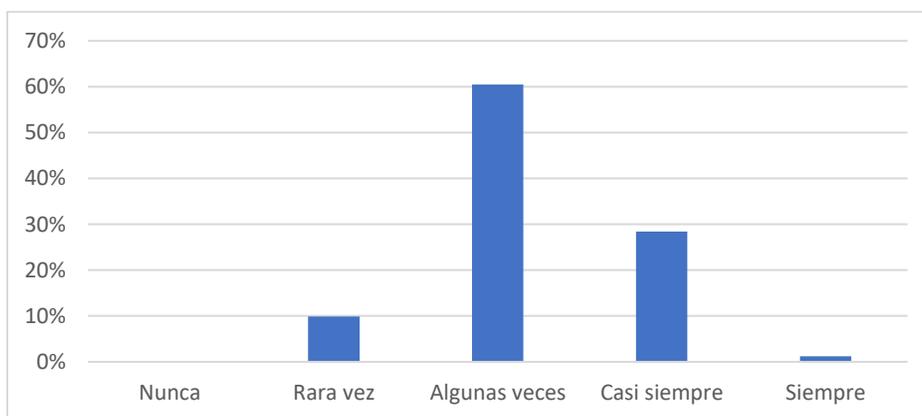


Gráfico 2 Estímulos de estresores





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



Gráfico 3 Síntomas

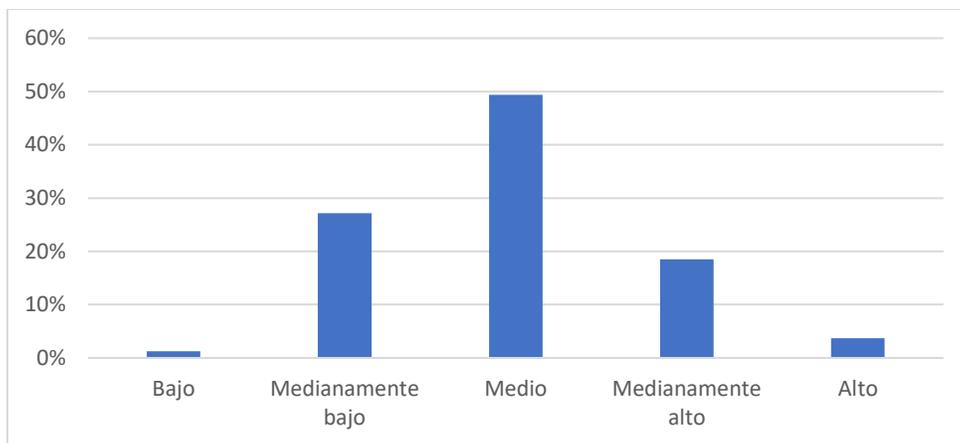
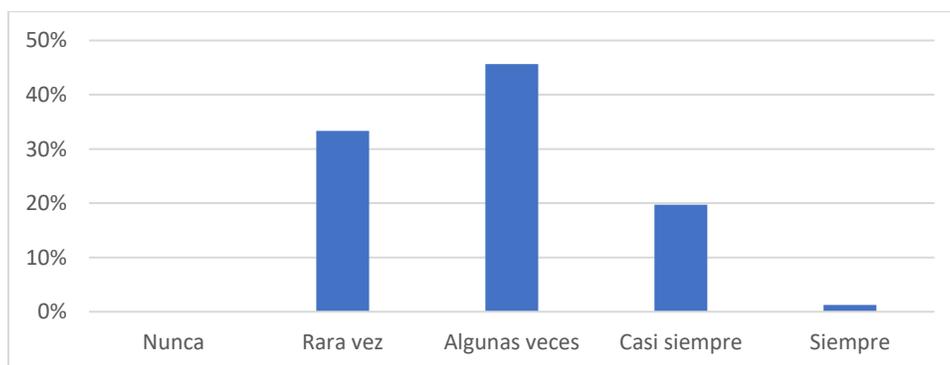


Gráfico 4 Estrategias de Afrontamiento





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



Gráfico 5 Calificaciones de notas de los estudiantes

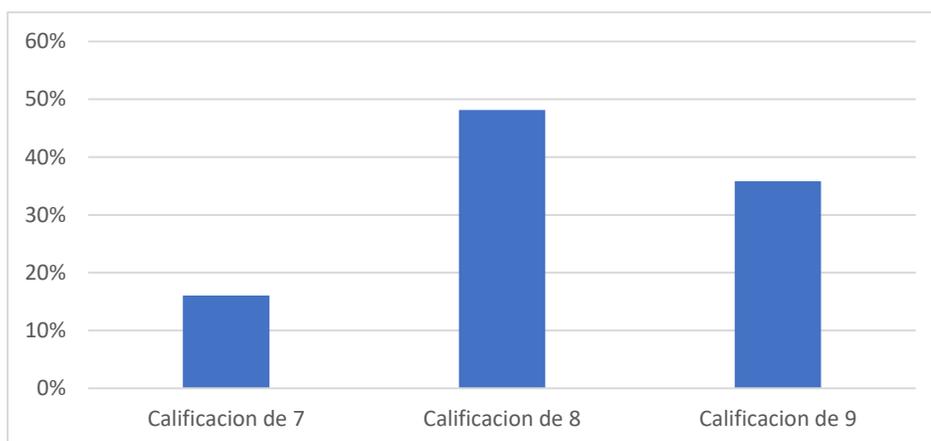


Gráfico 6 Matriz de correlación

