

Relación entre el estrés académico y el rendimiento académico de estudiantes de sexto semestre de psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios

Realizado por:

Jennifer Andrea Valencia Parra

Yesica Viviana Moreno Cardona

Asesor temático:

Paula Díez

Corporación Universitaria Minuto De Dios

Facultad De Ciencias Humanas Y Sociales

Programa De Psicología

Bello

2015

Contenido

Agradecimientos	5
Resumen	6
Abstract	7
Introducción	7
Planteamiento del problema	8
Justificación	16
Objetivos	18
Objetivo general:	18
Objetivos específicos:	18
Marco teórico	19
Diseño metodológico	32
Enfoque metodológico	32
Diseño investigativo	33
Hipótesis	34
Tipo de estudio	34
Población	35
Muestra	35
Criterios de inclusión	35
Criterios de exclusión	36
Estrategias de recolección de información:	36
Proceso de recolección de información	38
Plan de análisis	39
Consideraciones éticas	40
Análisis de resultados	42
Conclusiones	52
Recomendaciones	55
Anexos	57
Referencias	69

Tabla de graficas

Gráfica 1: nivel de estrés.....	43
Grafica 2: intensidad estrés académico	44
Grafica 3: frecuencia valoración estresores.....	46
Grafica 4: frecuencia síntomas del estrés académico.....	47
Grafica 5: rendimiento académico	50
Grafica 6: relación entre estrés académico y rendimiento académico	51

Tabla de cuadros

Cuadro 1: promedio académico de la muestra	48
--	----

Agradecimientos

En primera instancia le agradecemos a la Corporación Universitaria Minuto de Dios, por brindarnos las bases necesarias para desarrollar las competencias para la investigación realizada, también agradecemos a la Facultad de psicología por facilitarnos la información necesaria para analizar la variable de rendimiento académico.

En segunda instancia agradecemos a nuestra asesora Paula Díez y nuestra docente Alba Vanegas por brindarnos el acompañamiento necesario y estar presente de manera instructiva durante la elaboración de la investigación.

En tercera instancia le agradecemos al autor del inventario SISCO, Arturo Barraza por darnos la patente para utilizarlo y además por brindarnos teoría que nos fue útil para el marco teórico.

Finalmente agradecemos el esfuerzo y la dedicación que como equipo de trabajo pusimos para la realización de este.

Resumen

La finalidad de la presente investigación fue: determinar la relación entre el estrés académico y el rendimiento académico de estudiantes de sexto semestre de psicología al inicio del periodo académico de la jornada nocturna de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, la muestra final fueron 28 estudiantes divididos en 7 hombres y 21 mujeres, el enfoque para llevar a cabo dicha investigación fue cuantitativo, con un tipo de estudio descriptivo y un diseño no experimental.

Para identificar el nivel de estrés académico en los estudiantes se utilizó el inventario SISCO de estrés académico que por medio de 5 dimensiones mide, el nivel de estrés académico, la intensidad del estrés académico y la frecuencia con que se presenta la valoración del medio como estresores, la frecuencia de los síntomas y la frecuencia con la que se usan las estrategias de afrontamiento. Por otra parte con la finalidad de analizar el rendimiento académico se solicitó las notas académicas del primer 35% del periodo académico de los participantes.

La investigación arrojó como resultado que el 25% de la población tiene un nivel leve de estrés académico, el 67,85% un nivel moderado y el 7,15% en nivel profundo. En relación con al rendimiento académico se encontró que el 32,14% obtuvo un rendimiento académico bajo, el 57,15% básico, el 10,71% alto y el 0% de la muestra un desempeño superior.

De acuerdo con los hallazgos de la investigación se realizaron unas recomendaciones con el fin de ahondar más en la investigación sobre las variables propuestas y también para que los resultados sean tenidos en cuenta para posibles intervenciones académicas y mejoras en tanto a la parte administrativa.

Palabras clave: estrés, estrés académico, rendimiento académico, SISCO.

Abstract

The finality of this investigation was: determine the relationship between academic stress and academic performance of students of sixth semester of psychology at the beginning of the academic period of the night shift of the University Corporation Minuto de Dios, the final sample were 28 students divided 7 men and 21 women, the approach to this research was quantitative, with a descriptive study and a non-experimental design.

To identify the level of academic stress on students, we used The SISCO inventory of Academic Stress that through 5 dimensions, measures the level and intensity of academic stress, and the frequency with which the valuation of the stressors is presented, the frequency of symptoms and the frequency with which are used the coping strategies. On the other hand, in order to analyze the academic performance of the participants we requested their notes of the first 35% of the academic year.

The research gave as a result that 25% of the population has a mild level of academic stress, a moderate level 67.85% and 7.15% in deep level. In connection with academic performance it was found that 32.14% obtained an academic performance low, 57.15% basic, 10.71% high and 0% superior performance.

According to the results some recommendations were made in order to delve deeper into research about the proposed variables and also to the results to be considered for possible academic and administrative interventions.

Keywords: stress, academic stress, academic performance, SISCO.

Introducción

La presente investigación se llevó a cabo con el fin de determinar si existe una relación entre el estrés académico y el rendimiento académico en estudiantes de sexto semestre de la jornada nocturna de la Corporación Universitaria Minuto De Dios.

Para establecer dicha relación se presentaron diferentes investigaciones que dan cuenta de hallazgos de estudios anteriores. Luego se realizó el planteamiento del problema, donde se establece la problemática observada y a su vez permitió plantear una hipótesis que dio pie para el desarrollo de dicha investigación. Para definir conceptos básicos se estructuró un marco teórico que da cuenta de la teoría necesaria para entender cada una de las variables propuestas, estrés académico y rendimiento académico, que fueron el soporte de toda la investigación. Se realizó un diseño metodológico el cual proporcionó el enfoque cuantitativo y dirigió las estrategias de recolección de información. Posteriormente se presentaron los resultados a los que se llegaron y finalmente se sacaron las conclusiones dando respuesta a los objetivos propuestos que a su vez permitieron la realización de recomendaciones para futuras investigaciones.

Planteamiento del problema

Se ha observado de manera empírica en la Corporación Universitaria Minuto de Dios que los estudiantes de psicología de la jornada nocturna, manifiestan verbalmente entre sus compañeros que sienten algún grado de estrés debido a la carga académica con las materias, prácticas profesionales y la realización del anteproyecto de grado, además han verbalizado que tienen responsabilidades laborales por sus obligaciones económicas, lo que les demanda un mayor esfuerzo tanto para pagar sus estudios como para responder ante los compromisos académicos teniendo en cuenta que algunos de ellos deben cumplir con deberes familiares. Además se debe tener presente que la psicología es una carrera que requiere un alto grado de responsabilidad y compromiso por su demanda en el medio.

Esta investigación se llevó a cabo con estudiantes del sexto semestre de psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, debido a que se pretendía determinar si existe alguna relación entre el estrés académico y el rendimiento académico, dado que algunos estudios anteriores de los que se habló más adelante evidenciaron que el estrés puede manifestarse en los estudiantes a la hora de presentar evaluaciones, exposiciones o trabajos escritos, mediante algunas reacciones físicas o emocionales, por lo que se determinará si el estrés genera como resultado notas académicas bajas o por el contrario altas.

Dicho lo anterior, nació la idea de investigar la problemática que la misma población ha manifestado de forma frecuente en el ámbito académico.

El estrés constituye uno de los problemas de salud más generalizado actualmente. Es un fenómeno multivariable resultante de la relación entre la persona y los eventos de su medio. Ante el estrés académico, los estudiantes deben dominar cada vez más las exigencias y retos que les demanda la gran cantidad de recursos físicos y psicológicos para enfrentar esta problemática. Tal situación les puede hacer experimentar agotamiento, poco interés frente al estudio, nerviosismo e incluso pérdida de control. (Águila, Castillo, Monteagudo & Achon 2015, p. 164).

Según esto, el estrés académico puede ser una de las causas por las cuales el rendimiento académico se vea afectado ya que si los síntomas que se manifiestan generan de alguna forma influencia en la parte tanto física como emocional del individuo, se puede dar como consecuencia un rendimiento limitado o por el contrario un buen desempeño académico.

Según, Feldman, Goncalves, Chacón, Zaragoza, Bagés y De pablo (2008) en relación con el resultado del estrés en el cuerpo se ha investigado por qué los individuos que están expuestos a circunstancias difíciles con grandes posibilidades de enfermarse tanto física como mentalmente, no lo hacen sino que por el contrario se tornan más fuertes por lo que Martín, (2007), como se citó en Feldman, Goncalves, Chacón, Zaragoza, Bagés y De pablo (2008) dice que “los efectos de los estresores están mediados por factores psicológicos, que pueden actuar como protectores” (p.740).

A lo que Bagés, (1990) como se citó en Feldman, Goncalves, Chacón, Zaragoza, Bagés y De pablo (2008) comentó “Los factores protectores han sido definidos en función de ciertas características personales y ambientales, o, más precisamente, de la percepción que tiene el individuo de ellos moderando los efectos del estrés y aumentando su resistencia” de lo que se puede inferir que las personas con factores protectores tienen más capacidad de resistencia ante las situaciones estresoras a las que diariamente están expuestas como lo sería el medio académico y sus constantes demandas.

El estrés académico describe aquellos procesos cognitivos y afectivos que el estudiante percibe del impacto de los estresores académicos. Es decir, el estudiante evalúa diversos aspectos del ambiente académico y los clasifica como amenazantes, como retos o demandas a los que puede responder eficazmente o no; estas apreciaciones se relacionan con emociones anticipatorias como: preocupación, ansiedad, confianza, ira, tristeza, satisfacción, alivio, etc. (Águila, Castillo, Monteagudo & Achon 2015, p.168).

Cabe resaltar que en el ambiente académico de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, los estudiantes se ven expuestos a diversos retos que pueden ser factores de estrés y eso a su vez generar reacciones de angustia o nerviosismo frente algunas demandas académicas, como parciales, trabajos escritos, exposiciones entre otros.

El estrés y su relación con el rendimiento académico han sido conceptos ampliamente estudiados por ser un tema que afecta a las personas a nivel mundial. Una investigación realizada por Caldera, Pulido y Martínez (2007) llamada: Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos, estudio descriptivo, correlacional y transversal, en la que el instrumento para la recolección de datos fue el Inventario de Estrés Académico (IEA) aplicado a 115 alumnos de psicología de la Universidad de los Altos. Tuvo como hipótesis que “Los niveles de estrés tienen incidencia en el rendimiento académico de los estudiantes de la Carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos”(p. 80). La investigación concluyó en que la hipótesis no puede ser demostrada por medio de la información recolectada debido a que no se instaura una analogía entre los niveles de estrés y el rendimiento académico, sin embargo hay una tendencia poco representativa a hallar bajos niveles de estrés en los estudiantes con desempeño académico elevado o medio, sin embargo se debe resaltar que los niveles de estrés de los estudiantes objeto de estudio no son elevados. Por lo que se puede inferir que para la muestra la parte académica no es generadora de amenazas frente a su desempeño académico.

Una investigación similar a la que se pretende plantear acá es la realizada por Bermúdez, et al (2006) denominada Evaluación de la relación entre rendimiento académico y estrés en estudiantes de Medicina, estableció como objetivo principal de investigación “Estudiar algunos factores de riesgo que inciden en el rendimiento académico (estrés, alcohol, redes de amistad, depresión y funcionalidad familiar) en los estudiantes de la Facultad de Medicina de la Universidad de Manizales”(p. 198), la metodología bajo la

cual trabajaron fue de tipo descriptivo correlacional con una muestra de inicialmente 441 que posteriormente se redujo a 212 utilizando un tipo de muestreo probabilístico estratificado por semestre, del total de la muestra se descartaron 10 por información incompleta por lo que la muestra final fueron 202 estudiantes de los cuales habían 102 mujeres y 100 hombres. Los resultados a los que llegó la investigación fueron que la puntuación de estrés osciló entre 0.3 y 12.2 puntos con promedio de 3.7 en tanto al promedio de notas del último semestre entre 1.80 y 4.23, con promedio 3.51, en tanto a discusión concluyeron que: “El presente trabajo mostró una asociación entre el rendimiento académico, medido como promedio aritmético de notas y la presencia de estrés” (p. 202). De lo que se puede inferir que el estrés ha sido generador de determinados síntomas que intervienen en el desempeño académico del estudiante referido a sus notas académicas.

Otra investigación realizada en el contexto Colombiano por, Gutiérrez, Montoya, Toro, Briñón, Rosas y Salazar (2010) llamada: Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico, tuvo como objetivo “conocer la prevalencia del estrés y su relación con la presencia de depresión en estudiantes universitarios y la posible relación que la misma pueda tener con estrésos académicos” (p.10). Dicha investigación estuvo compuesta por un tipo de estudio descriptivo con el fin de observar de forma cuantitativa la frecuencia con la que se presentaba depresión en estudiantes. Por otra parte se estudió la relación existente con los estresores académicos, para llegar a los siguientes resultados.

La población estudiada estuvo conformada por 1 344 estudiantes entre los 16 y los 37 años, con una edad promedio y desviación estándar de $20,4 \pm 2,6$ años. El 68,7 %

de la población es de género femenino. Según la escala de depresión de Zung, la población estudiada presentó los siguientes niveles de depresión: estudiantes sin depresión 52,8 %, con depresión leve 29,9 %, moderada 14,2 % y depresión severa 3,2 %. El componente académico del Dusi, hizo evidente una relación entre la severidad de la depresión y las dificultades de tipo académico de los estudiantes; así, por ejemplo, el 92,9 % de los estudiantes con depresión severa, tienen problemas académicos moderados o severos. Las situaciones académicas que mayor estrés generan en los estudiantes fueron la presentación oral y la carga académica, entendida como el volumen de los temas de estudio. Para evaluar la relación existente entre las situaciones académicas generadoras de estrés y la depresión en los estudiantes, se utilizó el χ^2 de tendencia, encontrándose un incremento del riesgo de depresión en aquellos estudiantes que presentan mayores niveles de estrés académico. (p. 11)

De acuerdo a los resultados de las investigaciones mencionadas se pudo inferir que existe alguna relación entre los estresores académicos y el rendimiento académico; aunque en la primera investigación no se halló una tendencia alta de estrés, lo cual no logró determinar con precisión la relación de las variables, en las otras dos se encontró que el estrés si influye en el desempeño académico y también los estímulos que son generadores de estrés académico.

De acuerdo a lo anterior se formuló la siguiente pregunta que guió la investigación:
¿Cuál es la relación entre el estrés académico, y el rendimiento académico de estudiantes

de sexto semestre de psicología al inicio del período académico de la jornada nocturna de la Corporación Universitaria Minuto de Dios?

Justificación

Este estudio sirve para identificar los posibles niveles de estrés académico a los que están sometidos los estudiantes de psicología del sexto semestre de la jornada nocturna de la Corporación Universitaria Minuto de Dios con el fin de validar si existe alguna relación con el rendimiento académico.

La trascendencia que tendrá este estudio se debe a que se brindará bases sobre el estrés académico y su relación con el desempeño académico a las personas encargadas de realizar estrategias de intervención, en tanto consideren hallazgos pertinentes para su labor. Finalmente se podrá comparar con las investigaciones ya realizadas buscando identificar similitudes o diferencias en las conclusiones, además les permitirá a personas interesadas en estudiar el tema, tomar como antecedente la presente investigación.

Si bien existen bastantes estudios de estrés académico y rendimiento académico (como los mencionados al inicio) que brindan datos valiosos sobre el estrés o el desempeño académico, no se tiene claridad si se establece o no una relación entre estos dos conceptos en el contexto académico de la Corporación Universitaria Minuto de Dios:

También es importante que los aportes de la investigación le permitan a Uniminuto pensarse como universidad más que como una Corporación, implementando en su

pedagogía soluciones a la problemática encontrada, teniendo en cuenta que los estudiantes deben responder a las demandas del medio académico y el estrés puede ser un factor predisponente para que no den el rendimiento óptimo.

También se pretende beneficiar a la comunidad estudiantil en tanto puedan conocer el nivel de estrés académico que tienen y el resultado que les produce en el rendimiento académico, de esa forma los estudiantes podrán buscar estrategias de afrontamiento para disminuir el grado de estrés académico si así lo requieren.

En ese sentido al disminuir el grado de estrés académico los estudiantes tendrán como beneficio la posibilidad de mejorar su calidad de vida y satisfacción con la misma. Para estos autores Falce y Perry (1995) como se citó en Urzúa y Caqueo (2012) la calidad de vida es definida como “un estado de bienestar general que comprende descriptores objetivos y evaluaciones subjetivas de bienestar físico, material, social y emocional, junto con el desarrollo personal y de actividades, todas estas mediadas por los valores personales”(P. 64).

De acuerdo a lo anterior se puede decir que, cuando una persona se encuentra satisfecha con los diferentes ámbitos de su vida y logra disminuir los niveles de estrés, puede tener un mejor desempeño y una mejor disposición para desenvolverse en las diferentes actividades tales como, lo laboral, académico y en sus responsabilidades familiares.

Objetivos

Objetivo general:

Determinar la relación entre el estrés académico y el rendimiento académico de estudiantes de sexto semestre de psicología al inicio del periodo académico de la jornada nocturna de la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Objetivos específicos:

- Identificar los niveles de estrés en estudiantes de sexto semestre de psicología de la jornada nocturna de la Corporación universitaria Minuto de Dios
- Analizar el rendimiento académico de estudiantes de sexto semestre de psicología de la jornada nocturna de la Corporación universitaria Minuto de Dios.

Marco teórico

El estrés

El estrés ha sido uno de los malestares más frecuentes que se presentan en la sociedad dado que es un estado donde las personas afrontan situaciones que algunas veces son difíciles de asimilar y solucionar las cuales les demanda más esfuerzo del que normalmente han estado expuestos. (Consuegra. 2010). En este sentido el estrés se denomina como:

El resultado de la interacción entre las características de la persona y las demandas del medio. Se considera que una persona está en una situación de estrés o bajo un estresor cuando ha de hacer frente a situaciones que conllevan demandas conductuales que le resulta difícil poner en práctica o satisfacer. Por eso, depende tanto de las demandas del medio como de sus propios recursos para enfrentarse a él. La respuesta de estrés consiste en un importante aumento de la activación fisiológica y cognitiva, así como en la reparación de organismo para una intensa actividad motora. (Consuegra 2010, p. 106).

De acuerdo a lo anterior, se puede afirmar que el estudiante está expuesto a situaciones que le generan estrés académico porque el medio le demanda disposición física y cognitiva para realizar tareas propias de lo pedagógico. Además, las características de cada persona influyen en la asimilación y procesamiento de las situaciones estresantes.

Por otra parte, González (2013) define el estrés como el término que “proviene de la física y hace referencia a la presión que ejerce un cuerpo sobre otro siendo el que más presión recibe el que puede destrozarse” (p. 17) según esto, se infiere que en el ámbito pedagógico se reciben cargas académicas que generan en las personas un grado de presión que puede desencadenar diferentes tipos de estrés. Como los siguientes planteados por Gonzales (2013):

Estrés agudo: es aquel que se da por las demandas y presiones de situaciones recientes y de las demandas y presiones anticipadas de situaciones futuras, se da en ciclos cortos que no causan daños relevantes en comparación con el estrés a largo plazo.

Estrés agudo episódico: es el tipo de estrés que genera angustia constante por pensamientos pesimistas frente a situaciones anticipatorias que se valoran como negativas.

Estrés crónico: es aquel que genera desgaste físico, cognitivo y emocional a largo plazo provocando disfunción en el área familiar, laboral y social lo que trae como consecuencia que el individuo no logre encontrar solución a ninguna situación deprimente.

Además de los tipos de estrés, existen diferentes aspectos que determinan las respuestas frente al mismo y según Consuegra (2010) son:

1. Aspectos cognitivos: forma en que el sujeto percibe su medio o, en otros términos filtra y procesa la información de éste y evalúa si las situaciones deben ser consideradas como relevantes o irrelevantes, agradables, aterrorizantes, inocuas etc., determinara la forma en que la persona se verá afectada por el estrés.(p. 107)
2. Aspectos motores: respuestas básicas ante situaciones de estrés pueden ser bien de enfrentamiento (ataque), huida o evitación y, menos frecuentemente, pasividad (colapso). Disponer de habilidades adecuadas para hacer frecuentes a las situaciones de estrés depende de si se han podido aprender las conductas pertinentes y de si la emisión de éstas ha sido reforzada en ocasiones precedentes. Así mismo, la utilidad de las respuestas de afrontamiento vendrá determinada por sus consecuencias.(p. 107)
3. Aspectos fisiológicos: las situaciones producen un aumento general de la activación del organismo. Se distinguen ejes de actuación de la respuesta de estrés a nivel fisiológico: el eje neural (sistema nervioso autónomo y sistema nervioso periférico) que se activa de manera inmediata e incluye respuestas como el aumento del ritmo cardíaco y de la presión arterial; el eje neuroendocrino, que es más lento en su activación e incluye respuestas como el aumento de ácidos grasos

y colesterol en la sangre, y la secreción de opiáceos endógenos; y el eje endocrino, que incluya respuestas como el aumento en la producción de glucosa, de urea, y la exacerbación de la irritación gástrica. (p. 107)

Con base en esto, se concluye que las personas que están bajo niveles de estrés académico reaccionan a los tres aspectos ya mencionados, debido a que inicialmente perciben la situación estresora, procesándola para determinar si es amenazante o no. Cuando asimila la situación emite una conducta que puede ser reforzada por el medio y verse la afectación del estrés, generando una respuesta del organismo a esa situación estresante.

Por otra parte entrar en un estado de estrés de manera frecuente puede traer consecuencias devastadoras para la persona como lo muestran: (Ferré, et al, s.f)

Un cuerpo sometido al estrés produce cantidades excesivas de sustancias químicas que desencadenan nuevos procesos para conservar la energía necesaria. Pero sin la presión, a la larga el cuerpo pierde la resistencia y el resultado puede ser el agotamiento y una serie de trastornos. (p. 481)

Como se mencionó anteriormente, el estrés sobre el organismo genera una serie de respuestas fisiológicas causando deterioro en el funcionamiento del cuerpo aunque la

respuesta de cada individuo está asociada a la valoración de los estímulos estresores. Según Barraza (2006) existen tres tipos de valoraciones:

Neutra: los acontecimientos no implican al individuo ni lo obligan a actuar. (p. 115)

Positiva: los acontecimientos son valorados como favorables para mantener el equilibrio y se cuentan con los recursos para actuar. (p.115)

Negativa: los acontecimientos son valorados como una pérdida (falta de algo), una amenaza (daños o pérdidas que no han ocurrido pero que pueden ocurrir de forma inminente) o un desafío (un reto potencialmente superable si se movilizan los recursos para ello), o simplemente se pueden asociar a emociones negativas (miedo, ira, resentimiento, etc) todo esto interpretado con relación a los propios recursos de la persona, los cuales se consideran desbordados, lo que necesariamente provoca un desequilibrio. (p. 115)

La forma en la que cada individuo valora la situación generadora de estrés está asociada a la respuesta emitida. Por consiguiente, la persona que valora la situación de forma neutra no le demanda ninguna reacción frente al estímulo, mientras que en la valoración positiva y la valoración negativa del estrés se dan respuestas que están determinadas por las capacidades cognoscitivas del individuo.

Comprendido lo anterior, se puede relacionar con lo que plantean Lazarus y Folkman (1986) sobre el concepto de evaluación cognitiva, donde la define como “aquel proceso que determina las consecuencias que un acontecimiento dado provocará en el individuo” (p.56) y a su vez plantea dos tipos de evaluación, primaria y secundaria:

Evaluación primaria: en esta se pueden distinguir tres tipos de evaluación, irrelevante: es donde la persona no se interesa por las consecuencias que le puedan generar la situación ya que no siente ningún compromiso con lo que está pasando, por otra parte la evaluación benigna positiva: se presenta cuando la persona considera que la situación puede llegar a ser positiva debido a que lo ayuda a llegar a un fin y por último la evaluación estresante, tiene que ver con las situaciones en que la persona evalúa como amenazante y su consecuencia le puede generar daños o pérdidas. (Lazarus y Folkman 1986).

Evaluación secundaria: tiene como fin establecer lo que se puede hacer frente a cada situación que produce estrés debido a que las consecuencias están sujetas a lo que se haga, lo que se puede hacer y lo que está en juego, “las evaluaciones secundarias de las estrategias de afrontamiento y las primarias de lo que hay en juego, interaccionan entre sí determinado el grado de estrés y la intensidad y calidad (o contenido) de la respuesta emocional” (p.60) según esto, luego de que las personas reciben la información, proceden a realizar una evaluación que los lleva a determinar la manera en que lo van afrontar.

Por otra parte; el estrés académico según Martín (2007), implica la consideración de variables inter relacionadas como: “estresores académicos, experiencia subjetiva de estrés, moderadores del estrés académico y efectos del estrés académico” (p. 89)

Estos conceptos que se relacionan entre sí, aparecen en el entorno académico generando malestar en los estudiantes, lo que trae como consecuencia la pérdida del control frente a las situaciones generadoras de estrés.

Los autores Barraza, (2003) como se citó en Barraza, (2006) y Polo, Hernandez y Poza, (1996) como se citó en Barraza (2006) identificaron un conjunto de estresores que se dan en el ámbito académico y son:

- Competitividad grupal
- Sobrecarga de tareas
- Exceso de responsabilidad
- Interrupción en el trabajo
- Ambiente físico desagradable
- Falta de incentivos
- Tiempo limitado para hacer el trabajo

- Problemas o conflictos con los asesores
- Las evaluaciones
- Tipo de trabajo que se te pide Barraza, (2003) como se citó en Barraza, (2006, p. 120)

Los estresores académicos identificados por Polo, Hernandez y Poza, (1996) como se citó en Barraza (2006) son:

- Realización de un examen
- Exposición de trabajos en clase
- Intervención en el aula (responder a una pregunta del profesor, realizar preguntas, participar en coloquios. Etc.)
- Subir al despacho del profesor en horas de tutorías
- Sobrecarga académica (excesivo número de créditos, trabajos obligatorios, etc.)
- Masificación de las aulas
- Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas
- Competitividad entre compañeros
- Realización de trabajos obligatorios para aprobar las asignaturas (búsqueda de material necesario, redactar el trabajo, etc.)

- La tarea de estudio
- Trabajo en grupo, (p. 120)

Finalizando con los elementos teóricos necesarios sobre el estrés académico, es relevante la variable, desempeño académico por lo tanto se procederá a dar las definiciones pertinentes al concepto.

Rendimiento académico

Según Retana (2006) como se citó en Arenas y Fernández (2009) el rendimiento académico se define como el “nivel de conocimiento expresado en una nota numérica que obtiene un alumno como resultado de una evaluación que mide el producto del proceso enseñanza aprendizaje en el que participa” (p. 10). Por lo que se puede inferir que el aprendizaje se ve expresado en un dato cuantitativo que se asigna por medio de un proceso evaluativo.

Otra definición es la propuesta por Montes y Lerner (2011) “El rendimiento académico entendido como la relación entre el proceso de aprendizaje y sus resultados tangibles en valores predeterminados” (p. 10) de acuerdo a esto, los modelos de enseñanza permiten que el estudiante pase por un periodo evolutivo que conlleva a la interiorización de conceptos, teorías y mejorar la capacidad intelectual, lo que se ve reflejado en una

calificación cuantitativa como lo plantea (Tonconi, 2010 como se citó en Montes & Lerner, 2011, p. 12) quien define rendimiento académico como:

El nivel demostrado de conocimientos en un área o materia, evidenciado a través de indicadores cuantitativos, usualmente expresados mediante calificación ponderada en el sistema vigesimal y, bajo el supuesto que es un "grupo social calificado" el que fija los rangos de aprobación, para áreas de conocimiento determinadas, para contenidos específicos o para asignaturas.

De acuerdo a las anteriores definiciones, se tomará el término rendimiento académico como el resultado numérico por medio del cual se evalúa el proceso de aprendizaje debido a que existen diferentes formas de interpretarlo como lo plantea Montes & Lerner (2011) quienes refieren que existen tres tipos; primero efecto reflejado cuantitativamente, segundo proceso evaluativo del estudiante cuantificado o no sobre su saber académico y tercero seguimiento en el proceso de aprendizaje, el cual guiará a calificar el rendimiento de manera numérica determinando la praxis del estudiante.

Por lo anterior, se establece que la calificación de un proceso pedagógico da cuenta del rendimiento académico del estudiante dentro de una institución, determinando que los datos cuantitativos reflejan el resultado de un proceso de aprendizaje.

Entendido esto, se procede a la revisión del modelo de evaluación y calificación sobre el rendimiento académico empleado por la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Modelo de evaluación y calificación de la Corporación Universitaria Minuto de Dios del rendimiento académico.

Evaluación

Según el artículo 64 del reglamento estudiantil Uniminuto se plantea la evaluación como los medios de verificación que se utilizan para determinar el desempeño del estudiante en los objetivos de enseñanza por lo que el docente puede utilizar herramientas tales como ensayos, exámenes orales o escritos, exposiciones, trabajos, entre otros con el fin de observar la capacidad intelectual y el desarrollo de competencias de cada estudiante. Los criterios de evaluación pueden ser cuantitativos con una nota numérica, cualitativos con términos de aprobado o reprobado y si se evalúa por competencias el resultado será como competente o no competente. (Consejo de fundadores. 2014)

El reglamento estudiantil Uniminuto establece un modelo de evaluaciones parciales las cuales instauran las pruebas que se aplicarán a los estudiantes de forma periódica con el fin de dar cuenta de la asimilación del contenido pedagógico propuesto, el cual se divide en 2 etapas parciales con valor de 35% y un final del 30%. Para la presente investigación se

tomara el rendimiento académico de cada estudiante en el primer 35% por ser la nota que da cuenta del inicio de semestre. (Consejo de fundadores. 2014)

Ya mencionado el modelo de evaluación, se procede a definir la forma de calificación de la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Calificación

Es el valor numérico o cualitativo que se asigna al estudiante de acuerdo al cumplimiento o no de los parámetros establecidos en la evaluación que dará cuenta de los conocimientos adquiridos en cada asignatura.

La escala de calificación que actualmente utiliza la Corporación Universitaria Minuto de Dios va de 0 a 5 clasificando el rendimiento académico del estudiante en cuatro etapas para las cuales se asignan los siguientes valores: 1) de 0 a 2,9 se determina que el estudiante no cumple con las competencias básicas para aprobar la asignatura por lo cual su rendimiento es bajo, 2) de 3,0 a 3,9 se estima que el estudiante tiene las competencias necesarias para aprobar la asignatura y se clasifica con un rendimiento básico, 3) de 4,0 a 4,5 el estudiante cumple con las competencias de la asignatura y además tiene un buen desempeño por lo cual se clasifica como alto, 4) por último el rango de 4,6 a 5,0 es la calificación que se le atribuye al estudiante que tiene un excelente cumplimiento en las competencias, por ende su rendimiento es superior. (Consejo de fundadores. 2014)

Diseño metodológico

En este apartado se dará cuenta de los pasos a seguir para la realización de la investigación y las estrategias implementadas para obtener la información necesaria.

Enfoque

La investigación planteada se fundamentó en el enfoque cuantitativo, ya que se crean hipótesis que deben ser probadas por medio de las mediciones numéricas y análisis estadísticos permitiendo establecer patrones de comportamiento y probar teorías. De igual forma la investigación debe tener un orden secuencial que será el hilo conductor para determinar las variables y establecer conclusiones respecto de las hipótesis. (Hernández, Fernández & Baptista, 2010)

Según Bernal (2006, p. 57) el enfoque cuantitativo o método tradicional se fundamenta en la medición de las características de los fenómenos sociales, lo cual supone derivar de un marco conceptual pertinente al problema analizado, una serie de postulados que expresan relaciones entre las variables estudiadas de forma deductiva. Este método tiende a generalizar y normalizar resultados.

Por lo tanto la investigación planteada se sustenta en el método cuantitativo permitiendo la demostración de la relación existente entre el estrés académico y el

desempeño académico por medio de variables numéricas que confirmen o nieguen la hipótesis planteada.

Diseño investigativo

El diseño utilizado en la investigación fue no experimental, que según Gómez este tipo de diseño

Podría definirse como la investigación que se realiza sin manipular deliberadamente variables. Lo que hacemos es observar fenómenos tal y como se dan en su contexto natural, para después analizarlos.

En la investigación no experimental no es posible asignar aleatoriamente a los participantes o tratamientos. De hecho, no hay condiciones o estímulos a los cuales se expongan los sujetos del estudio (2006, p.102).

Expuesto lo anterior se utilizó este diseño, porque se adapta al tipo de investigación que se realizó, ya que en esta no hay una manipulación de las variables, lo que se hizo fue observar dos fenómenos que se presentan de forma natural en el contexto universitario (estrés académico –rendimiento académico) para luego analizarlos, además la población no fue sometida a ningún estímulo, por esta razón, da cuenta de la forma en que se llevó a cabo el estudio.

Hipótesis

Esta investigación está basada en el método cuantitativo por lo que se debe partir de una hipótesis para dar desarrollo a la misma y es la siguiente: existe relación entre el estrés y el desempeño académico en estudiantes de sexto semestre de psicología de la jornada nocturna de la Corporación universitaria Minuto de Dios al inicio del periodo académico donde se plantea que a mayor estrés académico, menor rendimiento académico.

Tipo de estudio

La investigación utilizó un tipo de análisis descriptivo con asociación, ya que este estudio busca obtener información a través del estado actual de los fenómenos, con el fin de identificar los factores o las variables a tratar, la descripción de dichos fenómenos puede incluir aspectos cuantitativos o cualitativos para llegar a un proceso de obtención, análisis e interpretación de información desde un marco teórico. (Moreno, 2000)

Cabe resaltar que lo anterior fue relevante para establecer la relación de las variables propuestas (rendimiento académico-estrés académico) porque sustentó el análisis de dichas variables desde lo planteado en el marco teórico, para al final dar una explicación detallada de los hallazgos obtenidos en el transcurso de la investigación.

Población

La población a la cual fue dirigida esta investigación fue a 43 estudiantes del sexto semestre de psicología de la Corporación universitaria minuto de Dios, que estén en la jornada nocturna.

Muestra

Se eligieron 28 estudiantes de psicología de la Corporación universitaria minuto de Dios divididos en 7 hombres y 21 mujeres pertenecientes a la jornada nocturna.

Criterios de inclusión

Se utilizó para la selección de la muestra, un proceso no probabilístico debido a que la muestra no es aleatoria sino que está ligada al juicio del investigador. El procedimiento es de conveniencia en el cual se usa un criterio de accesibilidad o comodidad para seleccionar los participantes de la investigación. (Grande & Abscal, 2011)

Por lo que cada estudiante que cumplan los siguientes criterios tendrá la posibilidad de ingresar a la investigación.

- Estar cursando sexto semestre de psicología
- Pertener a la jornada nocturna

Criterios de exclusión

Fueron criterios por los cuales no ingresaron a la investigación las personas que no cumplieron con las características anteriormente mencionadas y además quienes tenían materias inferiores al plan de estudios del sexto semestre de psicología.

Estrategias de recolección de información:

Se utilizó el inventario SISCO del estrés académico como instrumento de recolección de información, el cual tiene la idea de avanzar en una conceptualización multidimensional del estrés académico, debido a que es un ejemplar que se fundamenta en la teoría general de sistemas y la teoría transicional del estrés. El ejemplar permite determinar el estrés académico como un estado psicológico del individuo, y determina para su análisis tres componentes sistémicos: los estresores, los indicadores del desequilibrio o situaciones estresantes y las estrategias de afrontamiento. (Barraza, 2006)

El instrumento SISCO del estrés académico está conformado por 31 ítems divididos en cinco etapas en las que inicialmente (1) se identifica al candidato y (2) el nivel de estrés,

posteriormente se establecen 3 dimensiones que darán respuesta a los estresores, los indicadores del desequilibrio o situaciones estresantes y las estrategias de afrontamiento. La primera etapa contiene un ítem de filtro que, en términos dicotómicos (si-no) permite identificar si el encuestado es apto o no para realizar el inventario. La segunda etapa contiene un ítem que en una calificación tipo lickert (de 1 a 5 siendo uno poco y cinco mucho) puede determinar el grado de estrés académico. La tercera etapa se estructura por ocho ítems que en escalamiento tipo lickert calificándose categóricamente como (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) logra identificar la periodicidad con la que se perciben los estímulos del medio como estresores. La cuarta etapa contiene 15 ítems que en un escalamiento tipo lickert de 5 valores categóricos (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) logra determinar con qué intensidad se presentan los síntomas o reacciones del estímulo estresor. La quinta etapa está dividida en 6 ítems que logran determinar la frecuencia con la que se utilizan estrategias de afrontamiento, se califica con una escala tipo lickert de la siguiente manera (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre, y siempre). (Barraza, 2007, p. 90)

Las propiedades psicométricas que tiene el SISCO como instrumento son .87 en confiabilidad por mitades y en confiabilidad de alfa cronbach de 90 en México.

Validez: se recolecto evidencia basada en la estructura interna a través de tres procedimientos: análisis factorial, análisis de consistencia interna y análisis de grupos contrastados. Los resultados confirman la constitución tridimensional del

Inventario SISCO del Estrés Académico a través de la estructura factorial obtenida en el análisis correspondiente, lo cual coincide con el modelo conceptual elaborado para el estudio del estrés académico desde una perspectiva sistémico-cognoscitiva. (Barraza, 2007)

Por lo anterior se determinó que el inventario SISCO cumple con los criterios de validez y confiabilidad necesarios para ser implementado como instrumento de recolección de información.

También se realizó una encuesta en términos dicotómicos (si-no) con preguntas que permitan identificar los criterios necesarios que deben tener los participantes para hacer parte de la investigación. Y con el fin de identificar el rendimiento académico se les solicitará a los participantes de la investigación las notas académicas para lograr establecer la relación entre las variables estrés y rendimiento académico.

Proceso de recolección de información

Inicialmente se redactó una carta a la Facultad de Ciencias Humanas y Sociales dirigida al director del programa de psicología, planteando el objetivo de la investigación con el fin de solicitar los datos necesarios sobre la población en este caso el número de estudiantes pertenecientes al sexto semestre de psicología de la jornada nocturna, para identificar la

muestra y tener el aval de la universidad para dicha investigación. Luego se realizó la explicación a los estudiantes objeto de estudio sobre los fines de la investigación, posteriormente se les entregó un consentimiento informado para la aplicación de los instrumento SISCO y la encuesta.

Una vez se aplicaron los instrumentos y se obtuvieron los consentimientos informados, se procede a seleccionar los participantes de acuerdo a los criterios de inclusión y exclusión, obteniendo al final una muestra real de 28 personas divididos en 7 hombres y 21 mujeres ya que del resto de participantes 4 se excluyen por no ser aptos para contestar el cuestionario SISCO de acuerdo su primer ítem de filtro y otros 11 se descartaron por tener materias de semestres inferiores al sexto.

Posteriormente se redactó una segunda carta que tuvo como fin recolectar la información necesaria para identificar el rendimiento académico, por lo cual se solicitan las notas académicas del primer 35%. Al obtener esta información se procedió a realizar el plan de análisis.

Plan de análisis

Se utilizó la estadística descriptiva, la cual despliega un conjunto de métodos para presentar o reducir los datos observados, con exposición mediante ordenaciones en tablas,

tabulaciones para la posterior representación en gráficas, además la estadística descriptiva logra establecer la dependencia que existe entre dos o más características que se visualizan en una población. (Fernández, Cordero & Córdoba, 2002, p. 17)

se utilizó la estadística descriptiva como plan de análisis porque se adecua a los instrumentos de recolección de información, además emplea distribución de frecuencias, medidas de tendencia central, medidas de variabilidad, gráficos, lo que es necesario para la investigación, en este caso, la tabulación para el cuestionario SISCO fue parte fundamental para analizar de manera gráfica los resultados generales del nivel de estrés académico en la población objeto de estudio, de igual modo dio la posibilidad de analizar de manera gráfica la segunda variable, el rendimiento académico, al obtener ambos resultados se pudo establecer la relación que existe entre ellos.

Consideraciones éticas

Se realizó un consentimiento informado en el que se especifica el objetivo de la investigación y se dieron a conocer las posibles molestias a las que los participantes pudieron estar expuestos, se les aclaró que la información es totalmente confidencial con fines académicos, que sus nombres no serán revelados y que podían hacer las preguntas que considere necesarias frente a la investigación, o abandonarla si no estaban de acuerdo con los temas de los instrumentos de recolección de información.

Se informó a la Corporación Universitaria Minuto de Dios sobre el objetivo de la investigación y se solicitó información acerca de la población a la cual va dirigido el estudio.

La investigación se fundamentó en lo que establece la resolución 8430 de 1993 con el fin de proteger los derechos y la integridad de los participantes y del capítulo VIII del Código Deontológico y Bioética de Psicología, donde se reglamenta la ética profesional del psicólogo.

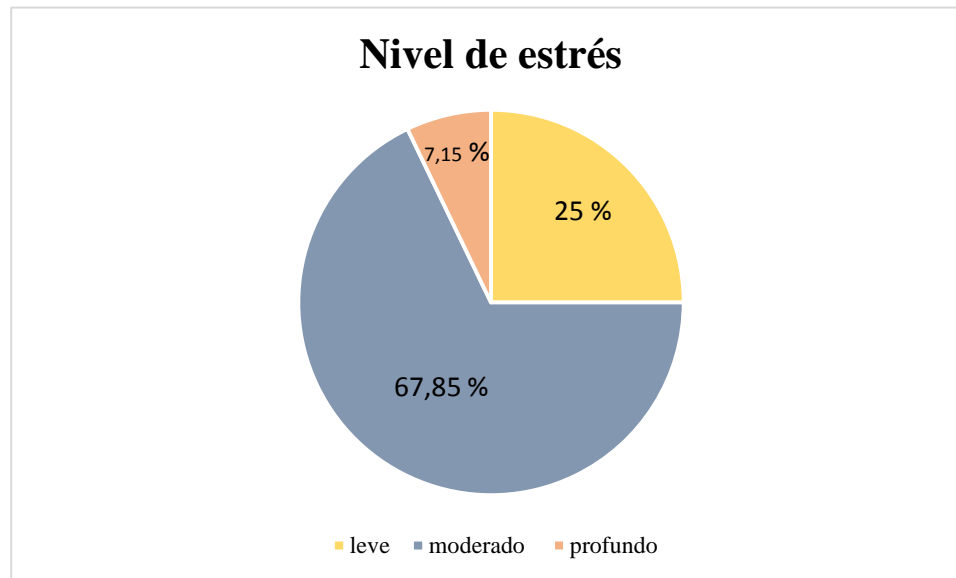
Una vez finalizada la investigación, se darán a conocer los resultados de la misma a los participantes que así lo requieran y a la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Análisis de resultados

En este apartado, se presentan los hallazgos de la investigación y la pertinente interpretación de los mismos. Con base en el marco teórico, se realizará la ilustración por medio de gráficas que contienen las mediciones estadísticas previas. Además, se establecerá la relación con los antecedentes de investigación que determinen similitudes o diferencias en los resultados. Para ello, se buscó dar respuesta a la hipótesis planteada inicialmente, la cual radica su importancia en determinar si existe una relación entre el estrés académico y el rendimiento académico en estudiantes de sexto semestre de Psicología de la jornada nocturna de la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

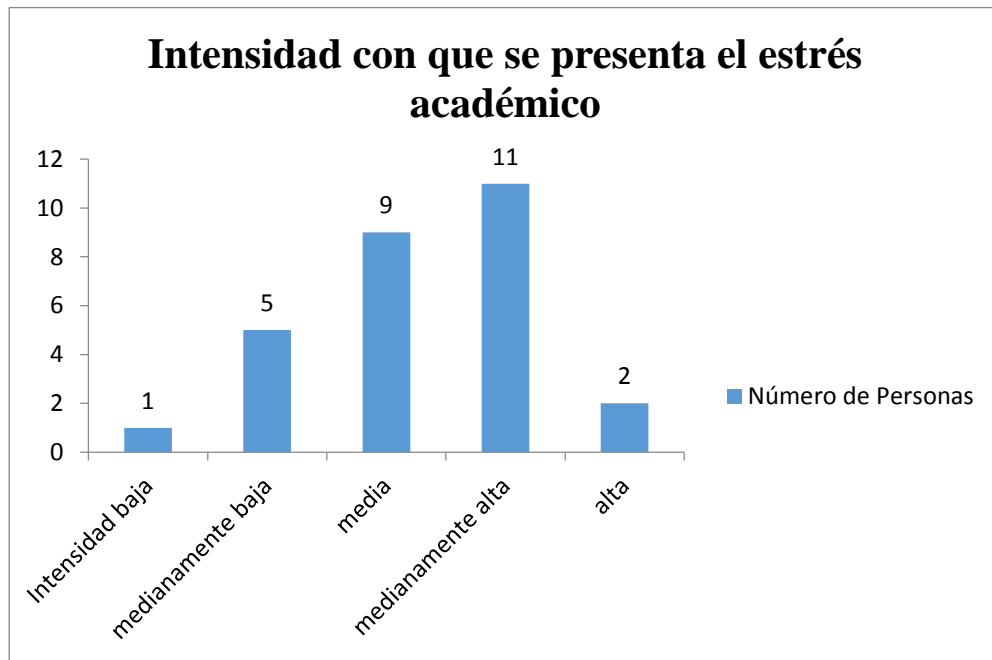
Con el fin de establecer dicha relación, se hizo una interpretación del inventario SISCO, el cual mide el nivel de estrés académico, la intensidad del mismo y la frecuencia con la que se presentan los síntomas, estrategias de afrontamiento y frecuencia en la que los estudiantes valoran las demandas del medio como estresoras. También, se realizó un análisis de las notas académicas con el fin de identificar el promedio de cada estudiante y a su vez, determinar la relación con el estrés académico.

A continuación, se presentará la gráfica que evidencia el nivel de estrés de la muestra anteriormente descrita:

Gráfica 1: nivel de estrés

Tal como se puede apreciar en la gráfica, el 25% de los alumnos objeto de estudio, presentan un nivel de estrés académico leve, el 67,85% moderado y por último el 7,15% un nivel de estrés profundo. Lo que permite identificar de acuerdo a lo propuesto por Gonzales (2013) sobre los tipos de estrés, que la mayor parte de la población se ubica en uno de estos tres rangos: agudo episódico, en el cual se anticipan a valorar de forma negativa las demandas del ambiente, en cambio solo el 7,15% de la población podría describirse con un tipo de estrés crónico, donde el procesamiento de la información y las reacciones físicas son desgastantes para el individuo y el malestar se prolonga en el tiempo y por último, la cuarta parte de la población se puede situar en un rango agudo, debido a que no sólo sienten angustia por las situaciones recientes, sino que además se anticipan a situaciones futuras, pero no causa un daño mayor ya que tampoco se prolonga en el tiempo.

Grafica 2: intensidad estrés académico

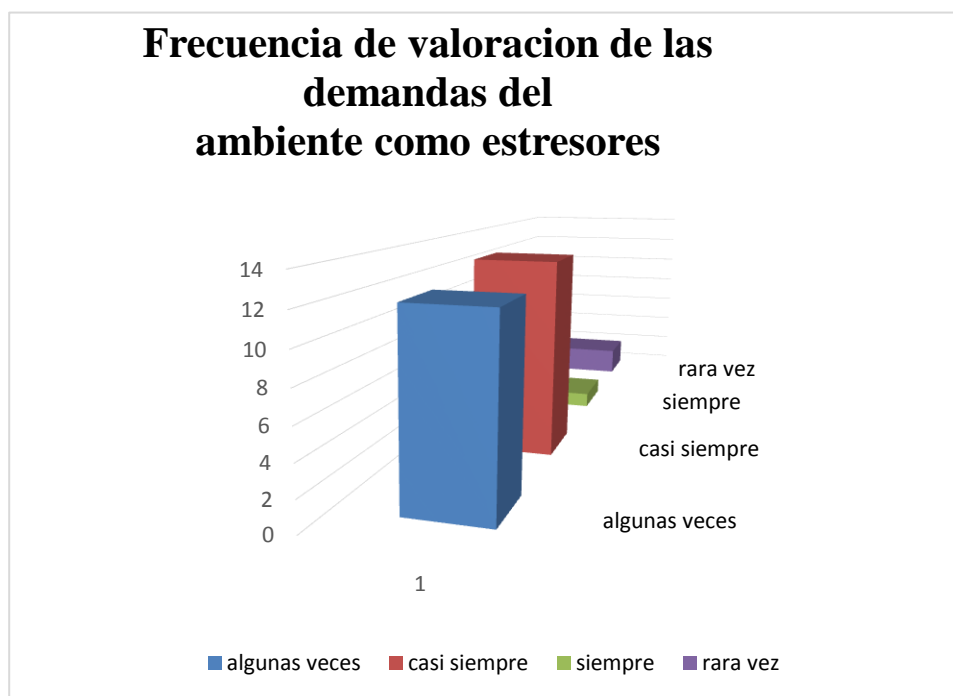


De acuerdo al criterio dos del inventario SISCO, se puede interpretar la intensidad del estrés académico que presenta cada uno de los estudiantes de la siguiente forma: un estudiante tiene una intensidad de estrés baja, cinco medianamente baja, nueve una intensidad media, once medianamente alta y por último, solo dos participantes tienen una intensidad alta de estrés académico. Teniendo en cuenta las valoraciones propuestas por Barraza (2006) la forma en la que cada individuo valore las situaciones del medio como estresantes, es la consecuencia con la que se presente la intensidad de dicho estrés. Para ello, se ubica en valoración neutra a las personas que tienen una intensidad media o medianamente alta debido a que no necesariamente se suscite respuesta ante el estímulo estresor. A los participantes que tengan una intensidad baja o medianamente baja se les

atribuye una valoración positiva ya que consideran que la situación es favorable y posible de resolver. Las personas en una valoración negativa, se identifican con una intensidad de estrés alta, donde la situación estresante se aprecia como amenazante ocasionando daños irreparables que provocan desequilibrio en la persona.

En este mismo sentido, la evaluación cognitiva propuesta por Lararuz y Folkman (1986) permite comprender las consecuencias que la situación estresante genera en el estudiante o dicho de otra forma, la respuesta emocional que esta situación le produce al individuo y que se divide en primaria, subdividida por: (1) evaluación irrelevante denominada en una intensidad de estrés académico de media o medianamente alta donde el estudiante no siente presión ni se interesa por las consecuencias de la situación estresante. (2) La evaluación benigna positiva contiene la intensidad baja o medianamente baja en la cual la persona valora la situación como positiva y por consiguiente, puede tener la capacidad para llegar a un propósito establecido. Por último, (3) en la evaluación estresante calificada como intensidad alta el estudiante responde a la situación con temor y pesimismo al tener herramientas para solucionar dichas situaciones generando pérdidas o daños en el individuo. En el caso de la evaluación secundaria, los estudiantes responden emocionalmente de acuerdo a las formas de valoración del estrés ya mencionadas. Ambas evaluaciones: primarias y secundaria se relacionan entre sí, con el fin de emitir las respuestas frente a la situación.

Grafica 3: frecuencia valoración estresores

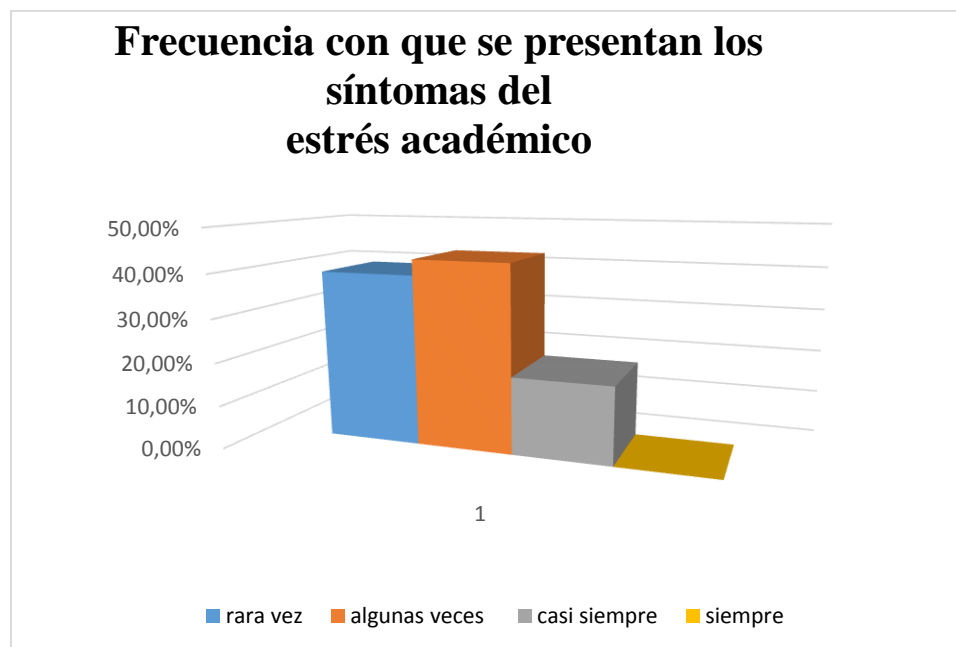


En la gráfica anterior, se ilustra la frecuencia con la que los estudiantes valoran las demandas del medio como estresoras y se puede observar que doce estudiantes equivalentes al 42,85% evidencian una frecuencia de algunas veces, trece estudiantes equivalentes al 46,42 una frecuencia de casi siempre, solo una persona equivalente al 3,57% presenta una frecuencia de siempre y por último, dos personas equivalentes al 7,16% con una frecuencia de rara vez. En relación a lo propuesto por Consuegra (2010) sobre los aspectos cognitivos y motores, se observa que la frecuencia de la valoración del ambiente como estresores tiene relación con la forma en que los estudiantes están filtrando y procesando la información para determinar si se valora o no la situación como estresante. Por lo que se puede evidenciar que la mayor parte de la muestra presenta una constante

apreciación del ambiente como situaciones amenazantes, que los puede conllevar a emitir una respuesta motora que puede ser de huida, pasividad, colapso, entre otros.

La siguiente grafica evidencia la frecuencia con la que se presentan los síntomas del estrés académico.

Grafica 4: frecuencia síntomas del estrés académico



De acuerdo con la gráfica anterior se puede observar la frecuencia con la que los estudiantes presentan los síntomas del estrés académico donde el 39,28% evidencia una frecuencia de rara vez, el 42,86% una frecuencia de algunas veces, el 17,86% una frecuencia de casi siempre y el 0% de la población en frecuencia de siempre. De acuerdo con lo establecido por Consuegra (2010) sobre el aspecto fisiológico que se presenta en situaciones de estrés, donde se genera una activación del organismo emitiendo una

respuesta física, se evidencia que el mayor porcentaje de la muestra, tiene la frecuencia de los síntomas en algunas veces. Y en relación con lo que se evidencia en los criterios del SISCO (Barraza, 2008) donde reluce que los síntomas que presentan en dicha frecuencia son: fatiga, cansancio, dolor de cabeza, problemas de digestión, entre otros.

A continuación se procede a evidenciar el promedio de los estudiantes a través de un cuadro con la identificación que tendrá cada uno y su respectiva nota global del primer 35% del periodo académico, donde los estudiantes dan cuenta de la asimilación de la información en el contenido pedagógico, propuesto por el modelo de evaluación de la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

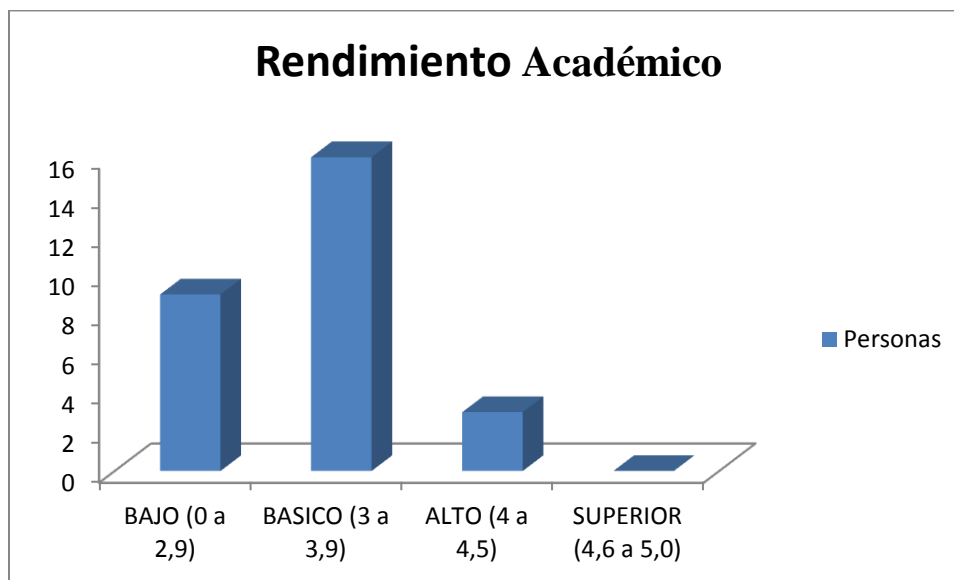
Cuadro 1: promedio académico de la muestra

PARTICIPANTE	PROMEDIO
Participante 1	2,6
Participante 2	2,7
Participante 3	3
Participante 4	3,3
Participante 5	3,4
Participante 6	2,8
Participante 7	3
Participante 8	3,1
Participante 9	4

Participante 10	4,1
Participante 11	3,1
Participante 12	2,1
Participante 13	3,4
Participante 14	3,2
Participante 15	4
Participante 16	3,4
Participante 17	2,8
Participante 18	1,8
Participante 19	3,6
Participante 20	3,2
Participante 21	3,5
Participante 22	2,8
Participante 23	3,6
Participante 24	3,3
Participante 25	2,6
Participante 26	3,2
Participante 27	1,6
Participante 28	3,2

Evidenciado el promedio por estudiante, se procede a presentar la gráfica donde se muestra el rendimiento académico en términos generales de la muestra.

Grafica 5: rendimiento académico

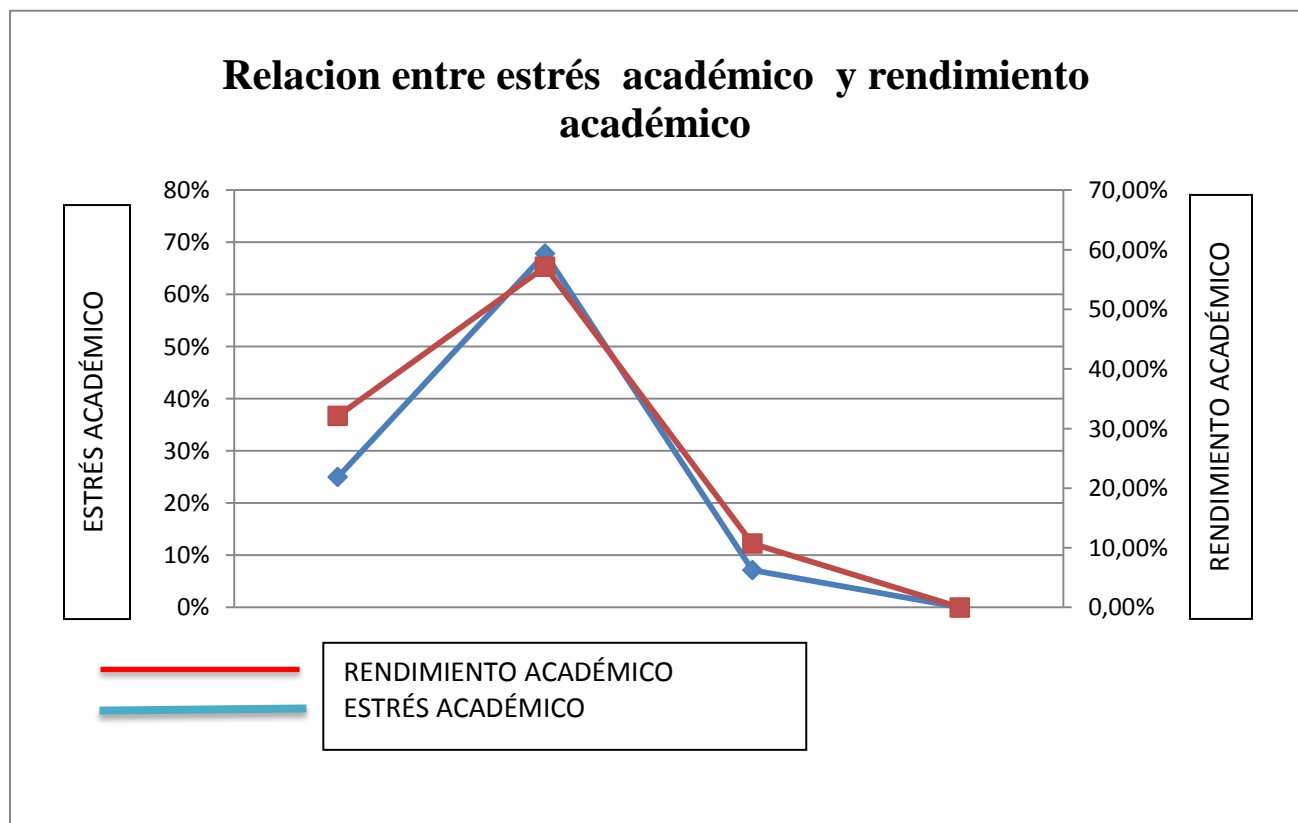


En la gráfica anterior, se observa que nueve personas equivalentes al 32,14% de la muestra tiene un rendimiento académico bajo, donde el estudiante no adquirió las competencias básicas para aprobar el periodo académico. Dieciseis personas equivalentes al 57,15% un rendimiento básico, en el cual el estudiante cumple con las competencias básicas para aprobar el periodo. Tres estudiantes equivalentes al 10,71% un rendimiento alto, estos estudiantes cumplieron con las competencias básicas y además obtuvieron un buen desempeño. Ningún estudiante, equivalente al 0% obtuvo un rendimiento superior, por ende ninguno tiene un excelente desempeño. Según esto, se debe tener presente que el rendimiento académico se entendió como el resultado cuantitativo producto de una proceso

evaluativo. Aclarado esto se evidencia que en términos generales la mayor parte de la muestra se ubica en un rendimiento académico básico al inicio del periodo académico.

Por medio de la siguiente gráfica se expondrá la relación entre las variables propuestas. (Estrés académico y rendimiento académico)

Grafica 6: relación entre estrés académico y rendimiento académico



La gráfica anterior evidencia que el 0% de la población se encuentra en un rendimiento académico superior y el 10,71% en un rendimiento académico alto por lo que se relaciona con los estudiantes que presentan un nivel leve de estrés académico con un porcentaje del 25%, en tanto a los estudiantes con un rendimiento académico básico

equivalente al 57,15% se relaciona con las personas que presentan un nivel de estrés moderado equivalente al 67,85% y por ultimo quienes evidenciaron un nivel de estrés profundo representado en el 7,15% de la muestra, se encuentra relacionado con el 32,14% que obtuvo un rendimiento académico bajo.

Cabe aclarar que la forma en que las personas procesan la información y valoran las demandas del medio como estresores, determina la respuesta que emite frente a dichas demandas, por ende no todos los estudiantes que presentaron un rendimiento académico bajo, se ubicaron en un nivel de estrés profundo.

En relacion con los antecedentes de investigacion, se encontró que hay similitud en los resultados, en tanto se logra establecer una relacion entre el estrés y el rendimiento academico y en que los síntomas del estrés que logran producir un efecto en la nota académica. Sin embargo, en una de las investigaciones expuestas no se logró establecer con claridad la relacion existente entre el estrés y el rendimiento académico. En esa parte difiere de la investigacion aquí planteada, aunque hay una similitud en tanto a los niveles de estrés debido a que en ambos estudios los participantes no presentan en su mayoría niveles de estrés elevados o profundos.

Conclusiones

De acuerdo con los hallazgos de la investigación se procede a dar respuesta a los objetivos propuestos inicialmente.

Objetivo específico 1: Se identificó que los niveles de estrés de los estudiantes de sexto semestre de psicología de la jornada nocturna de la Corporación Universitaria Minuto de Dios son en la mayor parte de la población 67 % moderado, el 25% de la muestra puntúa un nivel de estrés leve y solo el 7,15% un nivel de estrés profundo.

Objetivo específico 2: en el análisis del rendimiento académico en estudiantes de sexto semestre de psicología de la jornada nocturna de la Corporación Universitaria Minuto de Dios se concluyó que del total de la muestra el 57,15% y el 32,14% obtuvieron un nivel básico y bajo respectivamente, en rendimiento académico, y solo el 10,71% un rendimiento académico alto.

Objetivo general: el objetivo general denominado: Determinar la relación entre el estrés académico y el rendimiento académico de estudiantes de sexto semestre de psicología al inicio del periodo académico de la jornada nocturna de la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

De acuerdo a este se determinó que la relación para la variable estrés académico con el variable rendimiento académico es positiva debido a que los participantes que presentaron un nivel moderado de estrés académico, obtuvieron un rendimiento académico básico y entre las personas que tienen un nivel leve de estrés académico se encontraron promedios altos de rendimiento académico. Sin embargo y como se explicó anteriormente, la forma en que los participantes procesan la información determinan la respuesta que emiten frente a la situación que se les presente, por ende algunos participantes aunque presentaron un nivel de estrés profundo o leve no necesariamente obtuvieron un desempeño académico bajo o alto.

Por otra parte además de dar explicación a los objetivos de investigación, se concluyó que la hipótesis planteada se verificó, al determinar, que sí existe una relación entre el estrés académico y el rendimiento académico, debido a que los participantes que presentaron un nivel de estrés moderado y profundo solo alcanzaron un rendimiento académico básico o bajo. Por lo tanto se comprueba que a mayor grado de estrés académico menor rendimiento académico.

Recomendaciones

- Se recomienda para futuras investigaciones, tener presente las diferentes estrategias de afrontamiento en la población objeto de estudio frente al estrés académico, y a su vez identificar las más utilizadas para posibles intervenciones.
- Se recomienda a la Corporación Universitaria Minuto de Dios, aumentar su nivel de exigencia para con los docentes en cuanto al tiempo establecido para montar la calificación a la plataforma de génesis, ya que a causa de el no cumplimiento de esto, la presente investigación se vio afectada para realizar el análisis de la variable rendimiento académico.
- Se recomienda a la facultad de psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, realizar un seguimiento a los alumnos de sexto semestres de la jornada nocturna de psicología en cuanto al plan pedagógico debido a que se evidencia un nivel de rendimiento entre bajo y básico en los estudiantes.
- Teniendo presente que el 79% de la muestra deben cumplir con obligaciones laborales, además de sus responsabilidades académicas, familiares y personales, se recomienda para futuras investigaciones profundizar sobre las posibles

consecuencias, físicas, emocionales, académicas y sociales que esas cargas puede generar en las personas.

Anexos

Consentimiento informado para participantes de investigación

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los participantes en esta investigación una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes.

La presente investigación es conducida por XXX & XXX de la Corporación Universitaria Minuto de Dios. La meta de este estudio es determinar la relación entre el estrés académico y el rendimiento académico de estudiantes de sexto semestre de psicología al inicio del periodo académico de la jornada nocturna de la Corporación universitaria Minuto de Dios.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá que diligencie el inventario SISCO de estrés académico que tiene una duración de 10 minutos, además una encuesta de tipo personal que dura 3 minutos con el fin de discriminar los criterio de inclusión y exclusión, por último se solicitara las notas académicas del primer 35% del semestre actual a quienes ingresen a la investigación.

Es probable que durante el cuestionario o la encuesta usted se pueda sentir afectado emocionalmente, sí esto sucede el equipo investigador se compromete a realizar el procedimiento necesario para calmarle, e incluso a suspender el procedimiento sí así fuese necesario.

De la participación en esta investigación usted no obtendrá beneficios económicos. Su participación es una contribución para el desarrollo del conocimiento sobre el estrés académico y el desempeño académico. De igual manera, usted tampoco tendrá a cargo gastos de índole económica

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas al cuestionario y encuesta serán codificadas usando un número de identificación, por lo tanto serán anónimas. Una vez transcritas las encuestas y cuestionarios el material físico se destruirá.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas durante la encuesta y cuestionario le parecen incómodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas.

Sí desea conocer los resultados de los procedimientos aplicados, le debe hacer saber al equipo investigador su interés de conocerlos, ellos le harán una devolución general.

Desde ya le agradecemos su participación.

Aceptación de la participación

Manifiesto que no he recibido presiones verbales, escritas y/o mímicas o económicas para participar en el estudio; que dicha decisión la tomo en pleno uso de mis facultades mentales, sin encontrarme bajo efectos de medicamentos, drogas o bebidas alcohólicas, consciente y libremente.

Nombre _____

Firma _____

Cédula de Ciudadanía #: _____ de: _____

Nombre, firma y documento de identidad del Investigador

Nombre _____

Firma _____

Cédula de Ciudadanía #: _____ de: _____

ENCUESTA

Nombre _____ Edad: ____ Sexo ____

Pertenece a alguno de los estratos socioeconómicos 1,2 o 3	Si	No
Actualmente se encuentre laborando	Si	No
Es usted quien se costea los gastos de la universidad	Si	No
curso materias de un semestre inferior al sexto	Si	No
Actualmente Se encuentra matriculado solo en la jornada nocturna	Si	No
Actualmente tiene matriculadas todas las materias pertenecientes al sexto semestre incluyendo la práctica profesional	Si	No
Dedica usted parte de su tiempo para cumplir con responsabilidades familiares	Si	No

sisco



Fwd: solicitud de permiso para utilizar el instrumento SISCO



Carpetas

Bandeja de entrada 205

Archivo

Correo no deseado 2

Borradores 28

Enviados

Eliminados

Resultados de búsqueda

Nueva carpeta

----- Mensaje reenviado -----

De: "Arturo Barraza Macías" <tbarraza@terra.com.mx>

Fecha: 14 de septiembre de 2015, 20:42

Asunto: Re: solicitud de permiso para utilizar el instrumento SISCO

Para: "

Tienen mi autorización para utilizar el inventario SISCO en su investigación. Les envío como adjunto el inventario. Al final dle mismo viene la clave para interpretar los resultados. Así mismo les envío el artículo dodne viene el modelo que construi y que representa el fundamento teórico del inventario.

Dr. Arturo Barraza Macías

Profesor Investigador de la Universidad Pedagógica de Durango

Director de la revista "Visión Educativa IUNAES"

http://www.researchgate.net/profile/Arturo_Barraza/publications

El Lu 14/09/15 10:47 [redacted] escribió:

Medellín Colombia 14 de septiembre de 2015

Señor: Arturo Barraza Macías

ATT: [redacted] de La corporación universitaria minuto de Dios, de la facultad de ciencia humanas del programa de psicología.

INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO V2

(Esta versión del inventario tiene tres ítems más que la primer versión validada y publicada en la revista electrónica psicología científica.com)

Dr. Arturo Barraza Macías

Universidad Pedagógica de Durango

Marzo de 2008

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

- Si
 No

En caso de seleccionar la alternativa "no", el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa "si", pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

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

1	2	3	4	5

3.- DIMENSIÓN ESTRESORES

3.- En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
--	-------	----------	---------------	--------------	---------

3.1.- La competencia con los compañeros del grupo					
3.2.- Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
3.3.- La personalidad y el carácter del profesor					
3.4.- Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
3.5.- Problemas con el horario de clases					
3.6.- El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
3.7.- No entender los temas que se abordan en la clase					
3.8.- Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
3.9.- Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ (Especifique)					

4.- DIMENSIÓN SÍNTOMAS (REACCIONES)

4.- En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

<i>Subdimensión: Síntomas o Reacciones físicas</i>					
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
4.1.- Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
4.2.- Fatiga crónica (cansancio permanente)					
4.3.- Dolores de cabeza o migrañas					
4.4.- Problemas de digestión, dolor					

abdominal o diarrea					
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
4.5.- Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
4.6.- Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
<i>Subdimensión: Síntomas o reacciones psicológicas</i>					
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
4.7.- Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
4.8.- Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
4.9.- Ansiedad, angustia o desesperación.					
4.10.- Problemas de concentración					
4.11.- Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
<i>Subdimensión: Síntomas o reacciones comportamentales</i>					
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
4.12.- Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
4.13.- Aislamiento de los demás					
4.14.- Desgano para realizar las labores escolares					
4.15.- Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Otra _____ (Especifique)					

5.- DIMENSIÓN ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

5.- En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
5.1.- Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
5.2.- Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
5.3.- Concentrarse en resolver la situación que me preocupa					
5.4.- Elogios a sí mismo					
5.5.- La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
5.6.- Búsqueda de información sobre la situación					
5.7.- Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa					
5.8.- Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).					
Otra _____					
(Especifique)					

CLAVE DE CORRECCIÓN

No se debe aceptar un inventario, en lo particular, si la pregunta número uno, que es la de filtro, ha sido contestada con un **“NO”**, aunque el encuestado continué llenando el resto del inventario.

Para determinar como válidos los resultados de cada cuestionario, y por lo tanto aceptarlos, se toma como base la regla de decisión $r > 70\%$ (respondido en un porcentaje mayor al 70%). En ese sentido, se considera necesario que el cuestionario tenga contestados por lo menos 23 ítems de los 33 que lo componen, en caso contrario se anulará ese cuestionario en lo particular.

Su interpretación puede hacerse de dos maneras: simple o general y desglosada o específica.

a) Interpretación simple o general:

Para este tipo de interpretación es necesario obtener el índice general; se recomienda seguir los siguientes pasos:

- Se toman para el análisis únicamente los ítems de las preguntas tres, cuatro y cinco; en el caso de la opción: *otra (específica)*, que vienen al final de cada pregunta, se recomienda únicamente tomarla en cuenta si como mínimo el 10% de los encuestados llenó esa opción con estresores específicos del ámbito académico.
- A cada respuesta de la escala se le asigna los siguientes valores: 0 para nunca, 1 para rara vez, 2 para algunas veces, 3 para casi siempre y 4 para siempre.
- Se obtiene la media por cada ítem y posteriormente se obtiene la media general.
- Se transforma la media en porcentaje, sea a través de regla de tres simple o multiplicando la media obtenida por 25.
- Una vez obtenido el porcentaje se interpreta con el siguiente baremo.

<i>Baremo</i>	
<i>Puntaje porcentual</i>	<i>Nivel</i>
0-33	<i>Leve.</i>
34-66	<i>Moderado</i>
67-100	<i>Profundo</i>

A partir de este resultado se puede contestar la pregunta ¿Cuál es el nivel de estrés académico que presentan los alumnos encuestados?

b) Interpretación desglosada o específica

Para este tipo de interpretación se recomienda seguir los siguientes pasos:

- Se toman para el análisis únicamente los ítems de las preguntas tres, cuatro y cinco; en el caso de la opción: *otra (específica)*, que vienen al final de cada pregunta, se recomienda únicamente tomarla en cuenta si como mínimo el 10% de los encuestados llenó esa opción con estresores específicos del ámbito académico.

- A cada respuesta de la escala se le asigna los siguientes valores: 0 para nunca, 1 para rara vez, 2 para algunas veces, 3 para casi siempre y 4 para siempre.
- Se obtiene la media por cada ítem, por cada dimensión y por la variable, en lo general.
- Se transforma la media en porcentaje, sea a través de regla de tres simple o multiplicando la media obtenida por 25.
- Una vez obtenido el porcentaje se interpreta con el siguiente baremo:

Rango	Categoría
0 a 25 %	Rara vez
26% a 50%	Algunas veces
51% a 75"	Casi siempre
76% a 100%	Siempre

- Los resultados sujetos a interpretación son los siguientes: a) la media general resultante de todos los ítems de las preguntas tres, cuatro y cinco, (¿Con qué frecuencia se presenta el estrés académico?) b) la media general obtenida para cada dimensión, la cual se obtiene integrando todos los ítems que componen la dimensión, (¿Con que frecuencia los alumnos valoran las demandas del ambiente como estresores? ¿Con qué frecuencia presentan los síntomas del estrés académico? ¿Con qué frecuencia utilizan las estrategias de afrontamiento?) y c) la media de cada ítem, en lo particular (p. ej. ¿Con qué frecuencia valora el alumno la evaluación del maestro como estresor? ¿Con qué frecuencia el alumno presenta dolores de cabeza como síntoma del estrés académico? ¿Con qué frecuencia el alumno utiliza la estrategia de afrontamiento de religiosidad?, etc.)
- En el caso específico de **la pregunta número dos** se obtiene el porcentaje con el procedimiento ya señalado y posteriormente se interpreta con el siguiente baremo (¿Con qué intensidad se presenta el estrés académico?):

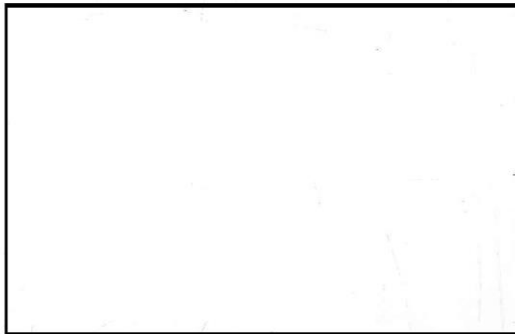
Rango	Categoría
0 a 20%	Baja
21% a 40%	Medianamente baja
41% a 60%	Media
61% a 80%	Medianamente alta
81% a 100%	Alta

Cordial saludo

Señor Director del programa de Psicología de la Facultad de Ciencias Humanas y Sociales
Wilmar Arley Jiménez Taborda

Nosotras somos estudiantes de de último semestre de psicología y actualmente nos encontramos realizando el proyecto de grado que tiene como objetivo general: Determinar la relación entre el estrés y el desempeño académico de estudiantes de sexto semestre de psicología al inicio del periodo académico de la jornada nocturna de la Corporación universitaria Minuto de Dios, por esta razón necesitamos el número de estudiantes que actualmente estén cursando sexto semestre en la jornada nocturna de psicología.

La trascendencia que tendrá este estudio se debe a que se brindara bases sobre el estrés y su relación con el desempeño académico a las personas encargadas de realizar estrategias de intervención en tanto consideren hallazgos pertinentes para su labor, además se podrá establecer una comparación con las investigaciones ya realizadas que permita identificar similitudes o diferencias en las conclusiones.



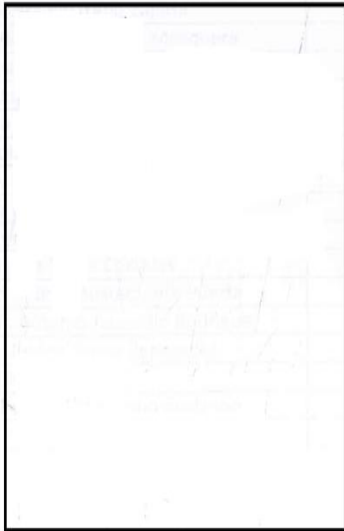

Sept 16/2015.
Director

Cordial saludo

Señor: Director del Programa de Psicología de la facultad de ciencias Humanas y sociales

Wilmar Arley Jiménez Taborda

Nosotras; estudiantes de psicología del octavo semestre, solicitamos las notas académicas del primer 35% de los estudiantes anexados al final debido a que las personas que están en la lista firmaron el consentimiento informado donde autorizan que se soliciten dichas notas ya que son objeto de estudio para la investigación denominada, relación entre el estrés y el desempeño académico de estudiantes de sexto semestre de psicología al inicio del periodo académico de la jornada nocturna de la Corporación universitaria Minuto de Dios.




15-10-2015
Director.

Referencias

- Águila, B. A., Castillo, M. C., Monteagudo, R. & Achon, Z. N. (junio 2015). Estrés académico. *Edumecentro*, vol.7 (no.2).163-168
- Arenas, V. & Fernández, T. (junio 2009). Formación pedagógica docente y desempeño académico de alumnos en la facultad de Ciencias Administrativas de la UABC. *Revista de la educación superior*, vol 38 (N° 150), 18
- Barraza, A. (diciembre 2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, vol 9 (N° 3), 110
- Barraza, A. (septiembre 2007). El Inventario SISCO del Estrés Académico. *Investigación Educativa Duranguense*, sv (N° 7), 90
- Bermúdez, S., Durán, M., Escobar, C., Morales, A., Monroy, S., Ramírez, A....Sandra. (Julio, 2006). Evaluación de la relación entre rendimiento académico y estrés en estudiantes de Medicina. *Med UNAB*. 205
- Bernal, C. A. (2006). *Metodología de la investigación para administración, economía, humanidades y ciencias sociales*. Naucalpan: Pearson educación de México.

Caldera, J. F., Pulido, B. E., Martínez, G. (diciembre 2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, vol. 4 (N° 7). 80-81.

Canda, F. (s.f). *Diccionario de pedagogía y psicología*. España: Cultural, S.A.

Consejo de fundadores de la Corporación Universitaria Minuto de Dios. (2014). Centro editorial UNIMINUTO. Bogotá.

Consuegra, N. (2010). *Diccionario de psicología*. Bogotá: Ecoe ediciones.

Consuegra, N. (2010). *Diccionario de psicología*. Bogotá: Ecoe ediciones.

Feldman, L., Goncalves, L., Chacón, G., Zaragoza, J., Bagés, N., De pablo, J. (julio 2008). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. *Universitas Psychologica*, vol.7 (n°. 3). 740

Fernández, S., Cordero, J., Córdoba, A. (2002). *Estadística descriptiva*. Madrid: ESIC editorial.

Ferré, J., Fuentes, M., Bados, A., Baréz, M., Bayes, R., Brigos, B...Puig, C. (s.f).

Enciclopedia de la psicología. Barcelona: Editorial océano.

Ferré, J., Fuentes, M., Bados, A., Baréz, M., Bayes, R., Brigos, B...Puig, C. (s.f).

Enciclopedia de la psicología. Barcelona: Editorial océano.

García, V., Berrio, J., Bartolomé, M., Bernal, A., Dendaluze, I., García, E...Mariano.

(1994). *Problemas y métodos de investigación en educación personalizada*. Madrid: ediciones rialp

Gómez, M. (2006). *Introducción a la metodología de la investigación científica*. Córdoba:

Brujas.

González, R. (2013). *Parkinson y estrés*. Granada: Createspace

Gutierrez, J., Montoya, L., Toro, B., Briñón, M., Rosas, E., Salazar, L. (junio 2010).

Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. *Ces*

Medicina, vol. 24 (Nº 1), 10-13

Grande, L., Abscal, E. (2011). *Fundamentos y técnicas de investigación comercial*. Madrid: esic.

Hernández, H., Fernández, C. & Baptista., M. (2010). *Metodología de la investigación*. Mexico: Mcgraw-Hill.

Lazarus, R., Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: ediciones Martínez Roca.

Malhotra, N., K. (2004). *Investigación de mercados cuarta edición*. Naucalpan de Juárez: Pearson Educación.

Martín, I., (enero, 2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de psicología*, vol 25 (N° 1), 100

Montes, I., Lerner, J. (2011). Rendimiento académico de los estudiantes de pregrado de la universidad EAFIT perspectiva cuantitativa, (tesis de maestría). Universidad EAFIT

Moreno, G. (2000). *Introducción a la metodología de la investigación educativa II*.

Guadalajara: Progreso, S.A de C.V.

Tejedor, F., García, A., Muñoz, V. (abril, 2007). Causas del bajo rendimiento del estudiante universitario (en opinión de los profesores y alumnos). Propuestas de mejora en el marco del EEES. *Revista de educación*, (342), 447.

Urzúa, A. & Caqueo, A., (enero, 2012). Calidad de vida: Una revisión teórica del concepto.

Terapia psicológica, vol 30 (N° 1), 71.