



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA
MODALIDAD SEMIPRESENCIAL
MENCIÓN: EDUCACIÓN BÁSICA

TEMA:

“EL ESTRÉS ACADÉMICO Y EL RENDIMIENTO DE LOS ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO.”

Informe final del trabajo de graduación o titulación previo a la obtención del Título de licenciada en Ciencias de la Educación

AUTORA: Ruiz Jácome Verónica Nataly

TUTOR: Lic. Morayma Jimena Bustos Yépez Mg.

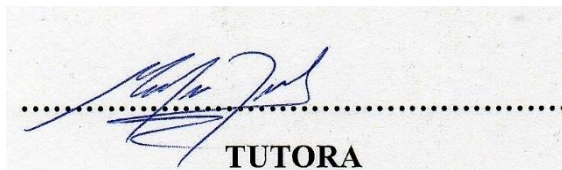
AMBATO-ECUADOR

2016

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN

CERTIFICA:

Yo, Mg. Morayma Bustos cc: 0502431620 en calidad de Tutora del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: “EL ESTRÉS ACADÉMICO Y EL RENDIMIENTO DE LOS ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO, desarrollado por la Sra. Verónica Nataly Ruiz Jácome considero que dicho Informe Investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el H. Consejo Directivo.



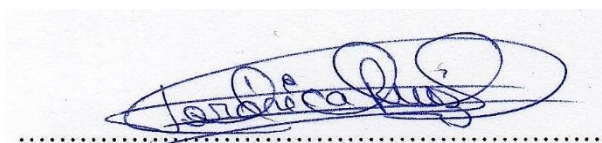
TUTORA

Lic. Morayma Jimena Bustos Yépez Mg.

AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN

Dejo constancia de que el presente informe es el resultado de la investigación de la autora, quién basado en la experiencia profesional, en los estudios realizados durante la carrera, revisión bibliográfica y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la Investigación. Las ideas, opiniones y comentarios especificados en este informe, son de exclusiva responsabilidad de su autora.

EL presente trabajo de investigación sobre “EL ESTRÉS ACADÉMICO Y EL RENDIMIENTO DE LOS ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO”, como las ideas, opciones y planteamientos estructurales en el presente trabajo de investigación son de exclusiva responsabilidad de mi persona como autora de este trabajo de pregrado.

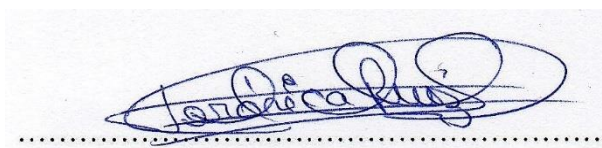
A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Verónica Ruiz", is enclosed within a large, stylized blue oval. The signature is positioned above a horizontal dotted line.

Ruiz Jácome Verónica Nataly

AUTORA

CESIÓN DE DERECHOS DEL AUTOR

Cedo los derechos en línea patrimoniales del presente Trabajo Final de Grado o Titulación sobre el tema: “EL ESTRÉS ACADÉMICO Y EL RENDIMIENTO DE LOS ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO” autorizo su reproducción total o parte de ella, siempre que esté dentro de las regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de autora y no se utilice con fines de lucro.

A handwritten signature in blue ink, enclosed in a blue oval. The signature appears to read 'Verónica Ruiz'. Below the signature is a horizontal dotted line.

Ruiz Jácome Verónica Nataly

AUTORA

**AL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS
HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**

La Comisión de estudio y calificación del Informe del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: “EL ESTRÉS ACADÉMICO Y EL RENDIMIENTO DE LOS ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO” presentado por la Sra. Verónica Nataly Ruiz Jácome de la Carrera de Educación Básica, una vez revisada y calificada la investigación, se **APRUEBA** en razón de que cumple con los principios básicos técnicos y científicos de investigación y reglamentarios.

Por lo tanto se autoriza la presentación ante los organismos pertinentes.

LA COMISIÓN



Ing. Díaz Muñoz Darío Javier Mg.
MIEMBRO DEL TRIBUNAL



Lcda. Zurita Alava Susana Patricia Mg.
MIEMBRO DEL TRIBUNAL

DEDICATORIA

Mi trabajo de investigación va dedicado especialmente a mi familia como son mi esposo, mis hijos y una persona esencial en mi vida que es mi madre, siendo el motivo que me han inspirado para superarme como persona en el aspecto emocional y profesional con la misión de ser un ente servicial a la sociedad siempre fundamentándome a los valores y las buenas enseñanzas que me han inculcado en mi hogar desde mi infancia, además dedico este trabajo de investigación a toda mi familia, por su apoyo incondicional para alcanzar la meta tan anhelada como mi profesión y quienes estuvieron en los momentos difíciles de mi etapa estudiantil.

Verónica Nataly Ruiz Jácome

AGRADECIMIENTO

Quiero extender un agradecimiento especial y profundo a Dios por ser el ejemplo a seguir y quien me ha iluminado en los momentos difíciles de mis estudios, a la Universidad Técnica de Ambato, en la Facultad de Ciencia y Humanas y de la Educación porque me han brindado la oportunidad de culminar mi carrera profesional, a los docentes por su paciencia y sabiduría que hicieron de mí una persona con deseos de superación y competente para cumplir con mi rol dentro de la sociedad, a mi madre, mi orgullo por su apoyo moral y económico siempre estimulándome a salir adelante, a mis compañeros que me acompañaron durante los años de estudio demostrándome la amistad y el compañerismo, a toda mi familia por su apoyo incondicional que son mi razón de ser que con sus sabios consejos me hicieron llegar hasta alcanzar la meta muy codiciada.

Verónica Nataly Ruiz Jácome

ÍNDICE GENERAL

A. PRELIMINARES	pág.
Portada.....	i
Aprobación del tutor.....	ii
Autoría del trabajo.....	iii
Cesión de derechos.....	iv
Aprobación del tribunal.....	v
Dedicatoria.....	vi
Agradecimiento.....	vii
Índice de contenidos.....	viii
Índice de gráficos.....	xi
Índice de tablas.....	xii
Índice de cuadros.....	xiii
Resumen Ejecutivo.....	xiv
Summarize Ejecutivo.....	xv
B. TEXTO	
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO 1	
EL PROBLEMA	
1.1 Tema.....	3
1.2 Planteamiento del Problema.....	3
1.2.1 Contextualización.....	3
1.2.2 Análisis crítico.....	8
1.2.3 Prognosis.....	9
1.2.4 Formulación del problema.....	9
1.2.5 Preguntas directrices.....	10

1.2.6 Delimitación del objeto de investigación.....	10
1.3 Justificación.....	11
1.4 Objetivos.....	12
1.4.1 Objetivo general.....	12
1.4.2 Objetivos específicos.....	12

CAPÍTULO 2

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes Investigativos.....	14
2.2 Fundamentación Filosófica.....	17
2.3 Fundamentación legal.....	18
2.4 Categorías Fundamentales.....	21
2.5 Planteamiento de Hipótesis.....	57
2.6 Señalamiento de Variables.....	57

CAPÍTULO 3

METODOLOGÍA

3.1 Enfoque Metodológico.....	58
3.2 Modalidades de la investigación.....	58
3.3 Niveles o tipos de la investigación.....	58
3.4 Población o muestra.....	60
3.5 Operacionalización de la Variable.....	62
3.6 Recolección de la información.....	64
3.7 Plan de procesamiento de la Información.....	65

CAPÍTULO 4

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 Encuesta realizada a los estudiantes.....	66
---	----

4.2.1 Verificación de la Hipótesis.....	86
4.2.2 Combinación de Frecuencias.....	86
4.2.3. Planteamiento de la Hipótesis.....	86
4.2.4. Selección del Nivel de significación.....	86
4.2.5. Especificaciones del Estadístico.....	87
4.2.6. Especializaciones de la región de aceptación y rechazo.....	87
4.2.7. Recolección de datos de los cálculos de las estadísticas.....	88
4.2.8 Decisión final.....	90

CAPÍTULO 5

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones.....	91
5.2 Recomendaciones.....	92
BIBLIOGRAFÍA.....	93

PAPER CIENTÍFICO

ANEXOS

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° 1 Árbol de problema.....	7
Gráfico N° 2 Categorías.....	21
Gráfico N° 3 Constelación Variable Independiente.....	22
Gráfico N° 4 Constelación Variable Dependiente.....	23
Gráfico N° 5 Momentos de preocupación.....	66
Gráfico N° 6 Competencia con los compañeros.....	67
Gráfico N° 7 Te sientes cansado por las tareas escolares.....	68
Gráfico N° 8 Te sientes a gusto con la personalidad.....	69
Gráfico N° 9 Los profesores te ponen tenso.....	70
Gráfico N° 10 Los trabajos son fáciles de realizar.....	71
Gráfico N° 11 Te hacen entender los temas.....	72
Gráfico N° 12 La clases es activa.....	73
Gráfico N° 13 Te estresa el tiempo limitado.....	74
Gráfico N° 14 Presenta trastornos.....	75
Gráfico N° 15 Tiene dolores de cabeza o migraña.....	76
Gráfico N° 16 Cuando estás preocupado o nervioso.....	77
Gráfico N° 17 Tiene malas calificaciones.....	78
Gráfico N° 18 Cuando tienes evaluaciones presentas ansiedad.....	79
Gráfico N° 19 Presentas problemas de concentración.....	80
Gráfico N° 20 Aumento de irritabilidad.....	81
Gráfico N° 21 Te aíslas de los demás.....	82
Gráfico N° 22 Realizar labores escolares.....	83
Gráfico N° 23 Ejecución de tareas.....	84
Gráfico N° 24 Combatir situación de estrés.....	85
Gráfico N° 25 Ji cuadrado.....	88

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N° 1 Momentos de preocupación.....	66
Tabla N° 2 La competencia con los compañeros.....	67
Tabla N° 3 Te sientes cansado por las tareas escolares.....	68
Tabla N° 4 Te sientes a gusto con la personalidad.....	69
Tabla N° 5 Los profesores te ponen tenso.....	70
Tabla N° 6 Los trabajos son fáciles de realizar.....	71
Tabla N° 7 Te hacen entender los temas.....	72
Tabla N° 8 La clases es activa.....	73
Tabla N° 9 Te estresa el tiempo limitado.....	74
Tabla N° 10 Presenta trastornos.....	75
Tabla N° 11 Tiene dolores de cabeza o migraña.....	76
Tabla N° 12 Cuando estás preocupado o nervioso.....	77
Tabla N° 13 Tiene malas calificaciones.....	78
Tabla N° 14 Cuando tienes evaluaciones presentas ansiedad.....	79
Tabla N° 15 Presentas problemas de concentración.....	80
Tabla N° 16 Aumento de irritabilidad.....	81
Tabla N° 17 Te aíslas de los demás.....	82
Tabla N° 18 Realizar labores escolares.....	83
Tabla N° 18 Ejecución de tareas.....	84
Tabla N° 20 Combatir situación de estrés.....	85
Tabla N° 21 Recolección de Datos frecuencia observada.....	88
Tabla N° 22 Recolección de Datos frecuencia esperada.....	89
Tabla N° 23 Cálculo de $J_i = \text{Cuadrado}$	89
Tabla N° 24 Resultados.....	106

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro N° 1 Causas del estrés.....	30
Cuadro N° 2 Componentes del estrés.....	32
Cuadro N° 3 Determinantes del estrés.....	36
Cuadro N° 4 Población y muestra.....	61
Cuadro N° 5 Operacionalización Variable Independiente.....	62
Cuadro N° 6 Operacionalización Variable dependiente.....	63
Cuadro N° 7 Preguntas básicas.....	65

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE: EDUCACIÓN BÁSICA
MODALIDAD: SEMIPRESENCIAL

TEMA: “EL ESTRÉS ACADÉMICO Y EL RENDIMIENTO DE LOS ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO”

AUTORA: Verónica Nataly Ruiz Jácome

TUTORA: Mg. Morayma Bustos

RESUMEN EJECUTIVO

Uno de los problemas que se observa en la Institución educativa en los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la carrera de Educación Básica, se visualiza un aspecto negativo dentro del proceso enseñanza aprendizaje que requiere encontrar una solución, para ello plantearemos los objetivos. Diagnosticar los niveles académicos que tienen los estudiantes a consecuencia del Estrés académico en la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la carrera de Educación Básica. Analizar el rendimiento académico que tienen los estudiantes de la carrera de educación básica. Realizar una posible propuesta basado en la creación de un artículo técnico que hable sobre el estrés académico y el rendimiento de los estudiantes. La metodología apropiada poniendo en funcionalidad los enfoques metodológicos cualitativo, cuantitativo, las modalidades básicas de la investigación de campo, se buscó la bibliografía necesaria para fundamentar las variables de estudio, los niveles o tipos de la investigación, la operacionalización de la variables, obteniendo los resultados esperados con la aplicación de la encuesta aplicada a los alumnos de la carrera de educación básica de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, la misma que proporcionó los datos en relación a las dos variables. Para ello se concluye que los educandos presentan estrés en un nivel medio y en torno al rendimiento la mayoría de escolares su nivel académico es satisfactorio entonces para tratar de encontrar una posible solución se realizará un artículo técnico que permite mejorar la calidad de la educación y los aprendizajes de los educandos buscando las estrategias necesarias para erradicar un aspecto negativo que causa el estrés académico por el cansancio mental que las muchas tareas escolares presentan.

Descriptor: Estrés, Rendimiento, Académico, Educación, Aprendizaje, Metodología, Investigación, Crecimiento intelectual, Peiper, Artículo

TECHNICAL UNIVERSITY OF AMBATO
FACULTY OF HUMANITIES AND EDUCATION
RACE: BASIC EDUCATION
METHODS: BLENDED

TOPIC: "THE STRESS AND ACADEMIC PERFORMANCE OF STUDENTS OF THE FACULTY OF HUMANITIES AND EDUCATION, UNIVERSITY TECHNICAL AMBATO"

AUTHOR: Nataly Veronica Ruiz Jacome

TUTOR: Mg. Morayma Bustos

EXECUTIVE SUMMARY

One of the problems observed in the educational institution in students of the Faculty of Humanities and Education Career Basic Education, a negative aspect in the teaching-learning process that requires finding a solution is displayed, this will seeks to meet the proposed objectives. It assess the academic standards that students have as a result of academic stress in the Faculty of Humanities and Education Career Basic Education determine the causes for students to submit their Academic Performance under. the literature necessary was sought to support the study variables, an appropriate methodology was applied, putting functionality the qualitative, quantitative methodological approaches, the basic modalities of field research and documents, levels or types of research, the operationalization of the variables, obtaining results expected with the implementation of the survey, the same as that provided data to help find an alternative solution, the research work in the educational field which can improve the quality of education and the learning of students.

Descriptors: Stress, Performance, Academics, Education, Learning, Methodology, Research, intellectual growth, Peiper, Article

INTRODUCCIÓN

La presente investigación presenta V capítulos, la misma que está estructurada de la siguiente manera:

EL CAPÍTULO 1 Parte con el planteamiento del problema, la contextualización macro, meso, y micro para en base a esto formular en forma clara y precisa el problema, tomando como punto de partida, interrogantes, que nos ayuda a interpretar por qué y para que desarrollamos la investigación y el tipo de beneficios que se obtendrá con esta tesis. Se concluye este capítulo con el planteamiento de los objetivos generales y específicos.

EL CAPÍTULO 2 Se enfoca en el marco teórico en relación con nuestro problema investigativo, para ello hemos considerado abordar contenidos básicos sobre el estrés académico y el rendimiento de los estudiantes. Concluyendo con el planteamiento de la hipótesis y señalamiento de variables.

EL CAPÍTULO 3 Explica claramente el modelo y el proceso metodológico en la relación del trabajo, el grupo seleccionado, las características y metodologías para la selección de la muestra además se hace una descripción de los instrumentos aplicados para la recolección de datos y los pasos sugeridos para la ejecución del trabajo.

EL CAPÍTULO 4 Muestra el contenido sobre el análisis, interpretación de resultados, contiene gráficos y los resultados obtenidos durante la realización de la investigación, cada pregunta va acompañada con un gráfico y su respectiva interpretación de datos.

EL CAPÍTULO 5.- En este punto se proyecta las conclusiones y recomendaciones a las que ha llegado el tema de investigación, aspirando el

mejoramiento de la calidad de la educación en la institución educativa donde se realizó la misma.

BIBLIOGRAFÍA.- Esta apegado a las normas APA número seis que debe ir en orden alfabético y sobre las fuentes primarias es decir de los textos, libros, artículos de periódicos y el uso del internet.

ANEXOS.- Son todos los instrumentos utilizados para recolectar datos en este caso las encuestas dirigidas a los estudiantes.

PAPER.- Artículo técnico realizado en base a las dos variables de estudio, que contribuya en la solución del problema de investigación, para ello es importante fundamentarse con investigaciones realizadas para que tenga mayor sustento y posibilite la posible solución del trabajo.

CAPÍTULO 1

EL PROBLEMA

1.1.TEMA

“EL ESTRÉS ACADÉMICO Y EL RENDIMIENTO DE LOS ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN, DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO”

1.2 Planteamiento del problema

1.2.1 Contextualización

De acuerdo al análisis elaborado en investigaciones relacionadas al estrés académico a **nivel del mundo** encontramos los siguientes estudios, realizados por estudiantes de la Universidad de Tucumán Argentina, que hablan que el Estrés en los estudiantes y su incidencia de los factores bio-Sico Sociales durante el periodo 2014-2016, señala que uno de cuatro individuos sufren de algún problema grave de estrés y en la ciudades se estima que el 50% de las personas tienen algún problema mental relacionado al estrés (Caldera y Martínez 2007, p. 78).

Según Elizondo, A (2011) manifiesta que:

Las experiencias estresantes que son causadas por el contexto en el que viven los individuos, sobre todo en grandes ciudades y por las múltiples actividades que realizan, donde influye el estatus social, económico y el sexo de la persona, deduce que los sujetos con mayor número de obligaciones reportan un mayor nivel de Estrés debido a la sobrecarga de las tareas a realizar, en comparación con los que menos obligaciones tienen que cumplir. (p.45)

Como se puede apreciar, estos datos encontrados en estudios elaborados en España sobre el Estrés menciona que han direccionado la investigación a factores que inciden en los individuos para que se presente el Estrés como problema de

salud y de educación, el trabajo y la presión que se da en estos lugares, la elección de la carrera y en el tránsito académico de los jóvenes, la cantidad de tareas escolares, la metodología inadecuada de la enseñanza, problemas sociales y económicos, entre otros (Fernández, 2005).

Es importante acotar que datos recogidos de 240 estudiantes de la Universidad de Tucumán Argentina se desprende los siguientes porcentajes conforme a los factores que son causantes del Estrés académico, con el 47% atribuye a factores de orden económico relacionadas estrictamente a lo académico, el 34% presenta a un orden social, paros de los docentes, excesivos feriados nacionales, con el 28% a futuras inserciones laborales y el 16% se atribuye a los aspectos relacionados con la distancia entre los centros de estudios y el lugar de origen por sobre los componentes educativos (Barrionuevo, 2012).

El estrés académico y la influencia en el rendimiento académico se ha convertido en un tema importante de estudio en la actualidad, es por eso que se afirma que en investigaciones realizadas a **nivel del Ecuador**, según (Martínez, 2007) manifiesta que el cansancio mental es uno de los graves problemas que atraviesan los alumnos, por la presión que tienen en relación a la cantidad de tareas a realizar lo que afecta en este caso a los estudiantes que se encuentra en proceso de formación.

Vallejo, R. (2013) manifiesta que:

Dentro del Plan Decenal de Educación Contempla la evaluación a los estudiantes que terminan el tercer año de Bachillerato, lo que antes era el sexto curso, pero sin embargo toda ley esta con ciertos márgenes de errores que pueden con el tiempo ser superado de acuerdo a las experiencias que se vaya presentando, lo que está claro es que todo proceso busca mejorar la calidad de la educación en todos los niveles de instrucción. (p.245)

Se puede decir entonces que según la LOES (2010) indica que la Secretaria Nacional de Educación Superior está tipificada en el Art. 183 las funciones del SENESCYT, entre ellas las evaluaciones que en ciertos casos resultan traumantes porque afecta la parte emocional, psicológica de los estudiantes, se observa el

estrés académico por la presión que ejerce los resultados que se debe cumplir, un puntaje para ciertas carreras como la educativa, esto también aporta en la preparación que los alumnos buscan promover para su formación individual.

Ministerio de Educación (2013) afirma que:

El propósito de la evaluación a los estudiantes que buscan ingresar a las distintas carreras se observa que existe un 40% de alumnos que no logran aprobar, por el porcentaje inferior entre 400 y 500 puntos que demuestra la baja calidad en el rendimiento académico, presentando deficiencia académica que afecta su desarrollo personal dentro de las aulas, siendo necesario buscar los factores que no contribuyen en el fortalecimiento de los aprendizajes. (pp-20-21)

A nivel del país uno de los problemas que presentan los estudiantes, luego de rendir las pruebas SNNA (Sistema Nacional de Nivelación y Admisión) se determina que un porcentaje de 40% de alumnos no logran sacar un promedio de 700 sobre 1000, lo que indica que uno de los factores que puede contribuir en este aspecto es el Estrés académico, por la presión, la obligación, cómo requisito para lograr que se designe una carrera para estudiar, peor aún en relación a la carrera de Educación que es de 800 puntos sobre 1000.

Es necesario destacar que en los últimos tiempos se ha impuesto este sistema de evaluación, que una vez rendido dicho examen y obteniendo un puntaje, mismo que va entre 600 y 1000 puntos se van ubicando a los estudiantes en las diferentes carreras o facultades, esta ubicación no siempre cumple las expectativas requeridas, generando descontento e inconformidad, para lograr un cupo en determinada carrera los estudiantes buscan alternativas de capacitación de igual manera en ocasiones sin mucho éxito, todo este proceso genera desgaste y cansancio mental provocando estrés académico, es por eso que ya una vez en las aulas de clase, los docentes están en la obligación de impartir sus clases con metodologías y estrategias que ayuden a facilitar los aprendizajes, dosificando las tareas y preparando pruebas y exámenes objetivos para que las clases sean más dinámicas y participativas (Alarcón, 2014).

Al realizar un análisis se diría que en la provincia de Tungurahua, particularmente en la **Universidad Técnica de Ambato** Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación los estudiantes están involucrados en esta problemática social debido a los cambios internos y externos como son la familia, la sociedad y la comunidad, sobre todo dentro de las aulas de clase que saturan al estudiante al tener que sobrellevar cargas extras de su labor educativa universitaria, más el poco tiempo para realizar afectan directamente a su salud y estado de ánimo de manera drástica alcanzando un estrés demasiado fuerte que les impiden culminar con sus estudios y carreras universitarias.

El estrés académico o estrés del estudiante no recibe la suficiente atención en el ámbito de la investigación. Por ello, en este trabajo se pretende estudiar la relación entre el nivel de estrés en los estudiantes universitarios, además de analizar la influencia de determinados estados de salud y del rendimiento académico.

Árbol de Problema

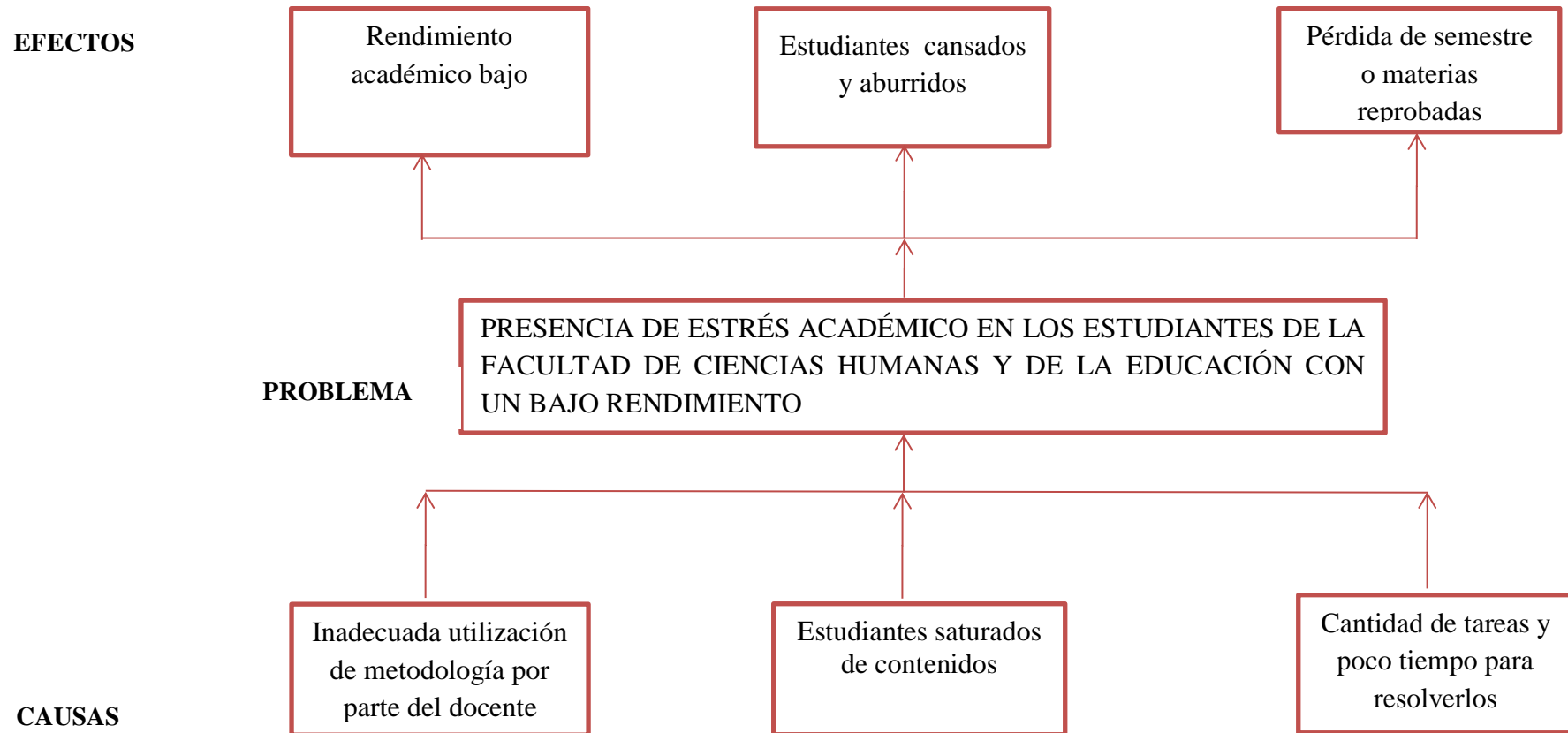


Gráfico N°1 Árbol de Problema
Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

1.2.2 Análisis crítico

Estudiantes estresados con cansancio mental por la cantidad de tareas escolares, el poco tiempo que tienen para realizar, esto trae como consecuencias un problema que requiere una solución, para evitar que con el paso del tiempo los alumnos presenten bajo rendimiento académico, lo que repercutiría en el accionar de los alumnos durante las actividades educativas dentro de la jornada clase, puedan asimilar los conocimientos de manera perdurable para que los vuelvan funcionales durante la vida diaria.

Estudiantes saturados de contenidos esta es una de las causas para que los estudiantes presenten un bajo rendimiento académico, el proceso de enseñanza aprendizaje no es solo llenar de materia a los estudiantes los contenidos deben ser dosificados, presentárselos en pastilla lo más resumido posible siempre y cuando contemplen la malla curricular que necesita ser aprendida, por lo que es obligación del docente tomarse tiempo para preparar sus clases de manera esquematizada y comprensible para los estudiantes.

La cantidad de tareas y poco tiempo para resolverlos se produce un problemas de aprendizaje, bajo rendimiento escolar el mismo que afectará directamente el crecimiento intelectual, esto se presenta por la mala utilización de estrategias metodológicas por parte del docente que provocará clases tradicionales y rutinarias que conllevan al fracaso del proceso de enseñanza aprendizaje puesto que son aburridas y cansadas que no permiten que los estudiantes sean participativos, creativos y críticos sino más bien siempre sumisos y sometidos a la decisión de los docentes sin capacidad de pensar por cuenta propia con aprendizajes momentáneos, es decir no perdurará a través del tiempo y siempre son un nivel académico bajo.

1.2.3 Prognosis

Estudiantes con bajo rendimiento académico este problema se presenta en las aulas de la Universidad Técnica de Ambato y aqueja a un alto porcentaje de estudiantes que se ve reflejado en los arrastres y pérdidas de semestre que afecta directamente en la parte emocional y psicológica del educando, también en la pérdida de tiempo que será difícil recuperarlo haciendo que se lleve el estudiante más tiempo para alcanzar su profesión, esto afectará a futuro el crecimiento personal.

Alumnos estresados, cansados y aburridos estas son las consecuencias que se produce por la acumulación de contenidos solo al observar la cantidad de materia dada y sin ninguna clase de esquema produce cansancio y aburrimiento sin ganas de estudiar lo cual produce un fracaso en el proceso de enseñanza aprendizaje y que a futuro de no solucionar este problema serán profesionales mediocres sin competencias para enfrentarse a la vida en sociedad.

Pérdida de semestre o materias reprobadas este será el resultado final en cuanto al rendimiento académico de los estudiantes de no solucionar el estrés causado por los diversos factores como la no utilización de estrategias metodológicas, el desinterés que existe por parte de los docentes en impartir clases participativas y activas, la acumulación de contenidos, que provocan este mal que aqueja a la sociedad moderna y que afecta directamente en el rendimiento académico de los estudiantes siendo necesario superar a futuro para lograr profesionales de éxito.

1.2.4 Formulación del problema

¿Cómo influye el estrés académico con el rendimiento de los estudiantes de Educación Básica de la Universidad Técnica de Ambato?

1.2.5 Preguntas Directrices

¿Cuáles son los niveles de estrés académicos que presentan los estudiantes de la Carrera de Educación Básica de la Facultad de Ciencias Humanas de la Universidad Técnica de Ambato?

¿Cuál es el rendimiento académico que presentan los estudiantes de la Carrera de Educación Básica de la Facultad de Ciencias Humanas de la Universidad Técnica de Ambato?

¿Tiene relación el Estrés académico con el Rendimiento de los estudiantes de la Carrera de Educación Básica de la Facultad de Ciencias Humanas de la Universidad Técnica de Ambato?

1.2.6 Delimitación del objeto de investigación

Delimitación del contenido

CAMPO:	Educación
ÁREA:	Psicológica
ASPECTO:	Estrés

Delimitación Espacial

La investigación se realizó en las aulas de clase de la Universidad Técnica de Ambato con los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Carrera de Educación Básica Provincia de Tungurahua.

Delimitación Temporal

Desde octubre del 2015 a marzo del 2016.

Unidades de observación

Estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación.

1.3 Justificación

El propósito de este trabajo de investigación es buscar las razones o el motivo por el cual los estudiantes de la Carrera de Educación Básica tienen estrés académico y así comprender las causas que provocan un bajo rendimiento.

Dentro del campo educativo se prioriza y es de **interés** conocer las causas y las consecuencias del estrés académico en los estudiantes de la Carrera de Educación, tomando en cuenta que este tema es muy poco investigado, pero que influye en gran medida en el nivel académico de los estudiantes.

La **importancia** científica es erradicar todos los problemas de educación que no aportan en el crecimiento académico, pero que trae consecuencias durante el período académico en los estudiantes, es necesario potenciar ciertas capacidades que se ven mermadas por cuestión del Estrés académico en los estudiantes durante las actividades educativas.

Es **factible** porque existe la colaboración de todos los involucrados dentro de las actividades educativas para ello es necesario, contar con todos los elementos que pueden aportar en el crecimiento intelectual de los educandos, sobre todo en el rendimiento académico de los mismos, por tal motivo cabe indicar que existe la predisposición de todos los involucrados dentro de la institución educativa.

Los **beneficiarios** son los estudiantes de la Universidad Técnica de Ambato, de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Carrera de Educación Básica, que presentan estrés académico durante las actividades educativas, que no

ayuda a elevar el rendimiento académico de los mismos, que con el paso del tiempo esto se ve diezmado durante las jornadas educativas.

El **impacto** que causará será de enorme importancia, porque al tratar este problema que afecta la formación educativa de los estudiantes, también no le permite superar el nivel intelectual, observado en el rendimiento académico de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación.

La **novedad** es estudiar temas muy poco investigados pero que a futuro requerirán un tratamiento especial, porque hoy en día las actividades bajo presión conllevan a que los estudiantes presenten un cuadro de estrés académico, que en lo posterior se verá reflejada en el crecimiento intelectual de los mismos al poner en funcionalidad durante su vida diaria.

1.4 OBJETIVOS

1.4.1 Objetivo General

Determinar la relación entre el estrés académico con el rendimiento de los estudiantes de la Carrera de Educación Básica de la Facultad de Ciencias Humanas de la Universidad Técnica de Ambato.

1.4.2 Objetivos específicos

Diagnosticar el nivel de estrés académicos que presentan los estudiantes de la Carrera de Educación Básica de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato.

Analizar el rendimiento académico que tienen los estudiantes de la Carrera de Educación Básica de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato.

Realizar una posible propuesta basado a la creación de un artículo técnico que hable sobre estrés académico y el Rendimiento de los estudiantes de la Carrera de Educación Básica de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato.

CAPÍTULO 2

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes Investigativos

Una vez realizado el recorrido por las bibliotecas de la Universidad Técnica de Ambato; es importante fundamentarse la investigación, mediante trabajos anteriores que tengan relación directa con las variables de estudio, que le permita orientar, y direccionar el trabajo de investigación para potenciar la estructura del proyecto, siendo indispensable observar en el repositorio digital de la Institución si existe trabajos parecidos o similares que aporten con datos para la posible solución.

Cómo antecedentes pondremos los siguientes temas los cuales permitirán desarrollar de mejor forma la investigación.

Rodríguez, M (2013), en su tema de investigación El estrés en el desempeño académico de los docentes de la Universidad Técnica de Ambato concluye que:

El estrés produce en los docentes un cansancio mental que no favorece el proceso enseñanza- aprendizaje, sufriendo las consecuencias los estudiantes que, al no contar con maestros sin problemas de salud o cansancio mental, los saberes tratados no perdurarán a través del tiempo, peor del caso de llegar a la obtención de un aprendizaje significativo. Se visualiza durante la práctica docente en relación a los estudiantes, esto es un factor negativo que no ayuda en la consolidación de los aprendizajes de manera eficiente. (Rodríguez, 2013)

El estrés en los maestros es un aspecto negativo que no ayuda a potenciar de manera significativa el desempeño docente durante las actividades educativas que requieren ser dinámicas, participativas y que le permita potenciar la calidad de la educación, en las aulas de clase a favor de los estudiantes.

Uno de los problemas es la metodología nada acorde a las necesidades de los estudiantes que dificultan la calidad de los aprendizajes que ellos asimilan, provocando un cansancio mental y físico, por las clases aburridas y repetitivas.

Gutiérrez, J (2013) en su tema de investigación "El estrés y su influencia en el aprendizaje infantil en niños de cinco años de la escuela modelo "Simón Bolívar" cantón Guaranda, provincia Bolívar" concluye que:

El estrés es un problema de salud que afecta directamente el desempeño infantil durante las actividades educativas, que se produce por el acumulamiento de trabajo, la exigencia, el permanecer por mucho tiempo en un solo lugar, va presentando un cansancio mental que no aporta directamente en la consolidación de los aprendizajes. El estrés es un estado emocional que afecta directamente en el proceso enseñanza- aprendizaje que tiene como efecto la asimilación de manera adecuada los aprendizajes que con el tiempo se lo llevará a la práctica, para volverlos funcionales. (Gutiérrez, 2013)

El estrés se produce por el cansancio que puede darse al permanecer en un solo lugar, esto se visualiza fatiga, deseo de no hacer ninguna actividad, enojó en ciertas ocasiones, desmotivación, sueño entre otros factores que no ayudan a la fijación de los aprendizajes de manera significativa, siendo imprescindible buscar alternativas de solución al problema que afecta directamente el proceso enseñanza- aprendizaje.

Núñez, R (2012). En su tema de investigación "El aprendizaje basado en problemas y su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes del Ciclo Superior del Instituto Superior Bolívar en el semestre marzo - agosto 2010" Elaborado en la Universidad Técnica de Ambato concluye que:

Durante las actividades educativas, cuando se observa algún problema basados en los aprendizajes, que no ayuda en el rendimiento académico de los estudiantes, siendo un aspecto negativo a la hora de generar saberes significativos. Entonces es necesario potenciar los

aprendizajes en los estudiantes poniendo de manifiesto estrategias para superar el rendimiento académico de los estudiantes del ciclo superior del Instituto Superior Bolívar, que aporte adecuadamente en mejorar las condiciones para adquirir los aprendizajes. (Núñez, 2012)

La calidad de la educación está reflejada en la forma de enseñanza, para ello es importante erradicar los problemas basados en el aprendizaje, que generan en los estudiantes un adecuado rendimiento educativas, siendo importante generar un ambiente adecuado de enseñanza, solucionando los aspectos que no ayudan a consolidar los aprendizajes al momento de enseñar de manera significativa para que los aprendizajes sean perdurables a través del tiempo.

Todo proceso educativo requiere herramientas para que los estudiantes puedan solucionar con facilidad los aspectos negativos que se presentan durante las actividades educativas, lo que implica un cambio de metodología de la enseñanza.

Benavides, M (2016) En su tema de investigación Los roles parentales y el rendimiento escolar de los Estudiantes de 8^{vo} - 9^{no} - 10^{mo} de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Adventista” Ambato, provincia de Tungurahua concluye que:

Luego de realizar el respectivo análisis de los roles parentales en las familias de los estudiantes de 8^{vo} - 9^{no} - 10^{mo} Educación Básica, de la Unidad Educativa “Adventista” se deduce que existen factores que generan un problema dentro del proceso enseñanza- aprendizaje, por la falta de práctica de los roles parentales dentro del quehacer educativo, siendo necesario la colaboración de los padres de familia, dentro de las actividades educativas, donde se requiere la intervención directa de los progenitores para que los estudiantes tengan un rendimiento escolar adecuado. (Benavides, 2016)

Determinar el rendimiento escolar de los estudiantes de 8^{vo} - 9^{no} - 10^{mo} año de Educación General Básica presentan un problemas los escolares, esto se debe porque los padres de familia no ayudan al docente en su labor conociendo el comportamiento, el aprovechamiento que tienen para que puedan orientar, apoyar

a la práctica docente, lo que con el paso del tiempo aportará para mejorar la calidad de la educación.

Es importante proponer una alternativa de solución para fortalecer los roles parentales y el rendimiento escolar de los estudiantes de la Unidad Educativa “Adventista” del cantón Ambato, para ello es indispensable elaborar un artículo técnico que hable de los roles parentales dentro de las actividades educativas, para superar el rendimiento escolar de los estudiantes durante el proceso enseñanza-aprendizaje en las actividades educativas.

2.2. Fundamentación Filosófica

Es necesario conocer el Pensamiento o filosofía de la Institución en relación a lo académico de la Universidad Técnica de Ambato, en la cual la ideología es erradicar todos los problemas de aprendizaje que presentan los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, para ello se apoya en el modelo pedagógico constructivista, que busca desarrollar ciertas destrezas como elevar el razonamiento, el análisis, la solución de problemas, el pensamiento crítico, la creatividad, la investigación, desarrollar la idea del emprendimiento, que puedan con facilidad producir ideas elevando el nivel intelectual, mediante el desarrollo de las habilidades, capacidades, destrezas de manera eficiente para que los estudiantes sean competentes.

Es importante investigar y poner en funcionalidad todos los parámetros necesarios para mejorar la calidad de la educación tomando en cuenta, que las Universidades son evaluadas ya que su trabajo en relación a la formación de los estudiantes debe ser de calidad, y ser una de las primeras en el país, pero si no se busca erradicar los aspectos que no ayudan a mejorar las condiciones de aprendizaje de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, que faculte elevar los estándares de calidad en la educación.

Betancourt, R (2011) manifiesta que:

Es importante generar aprendizajes significativos que aporten en la formación de los estudiantes, al mismo tiempo al elevar la calidad de la enseñanza se sobre entiende que el rendimiento académico será el adecuado, porque por medio de la relación entre el docente y estudiantes y al generar saberes estarían potenciando ciertas capacidades individuales que hace falta trabajar durante las horas de clase. (p.78)

Mediante la fundamentación filosófica y de acuerdo al pensamiento de la institución educativa, lo que busca es generar estudiantes que sean capaces de razonar, pensar, producir ideas que puedan solucionar sus propios problemas y que sobre todo desarrollen la creatividad, el pensamiento crítico, con el pasar del tiempo ser emprendedores pensando en el futuro, además de llegar a ser profesionales con un don de servicio a la sociedad, caso contrario serán un dolor de cabeza para su entorno.

2.3. Fundamentación Legal

La investigación está fundamentada en lo legal establece que:

Código de la Niñez y el Adolescente. (2011)

Art. 27 “La educación se centrará en el ser humano y garantizará su desarrollo holístico en el marco de los Derechos Humanos, el medio ambiente sustentable y a la democracia: será participativa, obligatoria, intercultural, democrática, incluyente y diversa de calidad y calidez, impulsará la equidad de género, la justicia, la solidaridad y la paz, estimulará el sentido crítico, el arte y la cultura física, la iniciativa individual y comunicará y desarrollo de competencias y capacidades para crear y trabajar”.

Art. 48. Será obligación del Estado, la sociedad y la familia, promover con máxima prioridad el desarrollo integral de niños y adolescentes y asegurar el

ejercicio pleno de sus derechos. En todos los casos se aplicará el principio del interés superior de los niños y sus derechos prevalecerán sobre los de los demás.

Art. 49. Los niños y adolescentes gozarán de los derechos comunes al ser humano, además de los específicos de su edad. El estado les asegurará y garantizará el derecho a la vida, desde su concepción; a la integridad física y psíquica; a su identidad, nombre y ciudadanía; a la salud integral y nutrición; a la educación y cultura, al deporte y recreación; a la seguridad social, convivencia familiar y comunitaria; a la participación social, al respeto a su libertad y dignidad y a ser consultados en los asuntos que los afectan.

El Estado garantizará su libertad de expresión y asociación, el funcionamiento libre de los concejos estudiantiles y demás formas asociativas de conformidad con la ley.

En el Capítulo II de los Principios de la Educación.

Literal: (i) La educación tendrá una orientación democrática, humanística, investigativa, científica y técnica, acorde con las necesidades del país;

J.- La educación promoverá una auténtica cultura nacional; esto desenraizada en la realidad del pueblo ecuatoriano.

Estos dos literales ayudarán a que el niño/a reciba una educación íntegra de acuerdo a la realidad y necesidad en que se encuentra. En el Capítulo II de los Fines de la Educación. Literal:

a) Preservar y fortalecer los valores propios del pueblo ecuatoriano, su identidad cultural y autenticidad dentro del ámbito latinoamericano y mundial. Este fin nos indica que debemos fortalecer y hacer que se practique los valores en cada niño/a y sobre todo enfatizar su autoestima.

b) Desarrollar la capacidad física, intelectual, creadora y crítica del estudiante, respetando su identidad personal para que contribuya activamente a la transformación moral, política, social cultural y económica del país. Este fin quiere decir que el maestro tendrá la responsabilidad de desarrollar al máximo las capacidades físicas e intelectuales del niño/a para que sea una persona crítica reflexiva e intervenga en las diferentes actividades permitiéndole ser ente competitivo.

La ley Orgánica de la Educación Intercultural (2012) expresa:

Título III, Capítulo I de los Objetivos de la Educación Regular

B) Nivel Primario Literal: a) Orientar la formación integral de la personalidad del niño y el desarrollo, armónico de sus potencialidades intelectuales, afectivas y sicomotrices, de conformidad con su nivel evolutivo.

b) Fomentar el desarrollo de la inteligencia, las aptitudes y destrezas útiles para el individuo y la sociedad.

e) Facilitar la adquisición del conocimiento y el desarrollo de destrezas y habilidades que le permitan al educando realizar actividades prácticas. Estos objetivos indican que el maestro debe fomentar el desarrollo de la inteligencia y personalidad para que el niño/a mediante sus destrezas y habilidades desarrolladas pueda solucionar problemas de la vida diaria. (Ministerio de Educación 2008)

2.4. Categorías Fundamentales

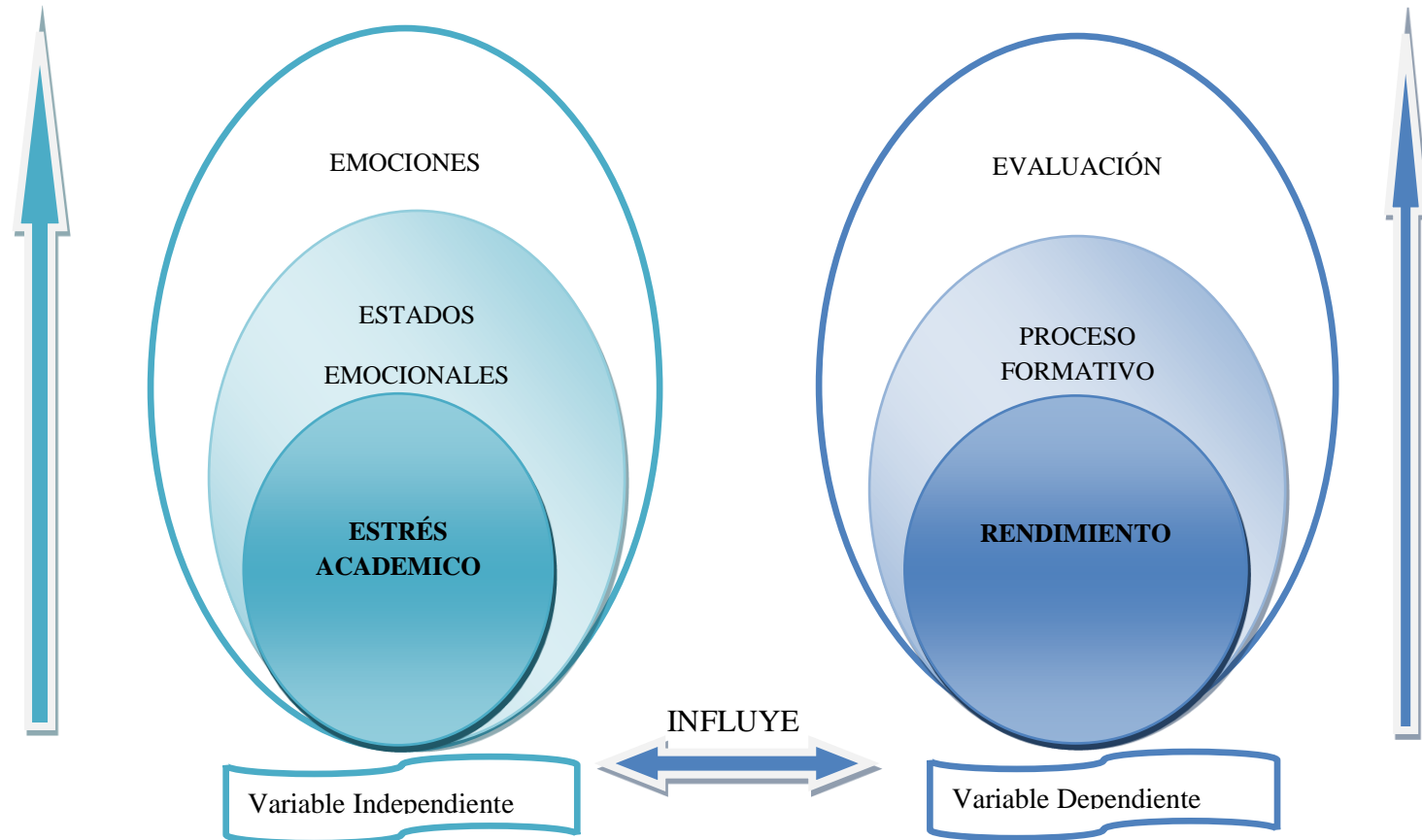


Gráfico N° 2 Categorías Fundamentales
Fuente: El Investigador

CONSTELACIÓN DE IDEAS

Variable Independiente

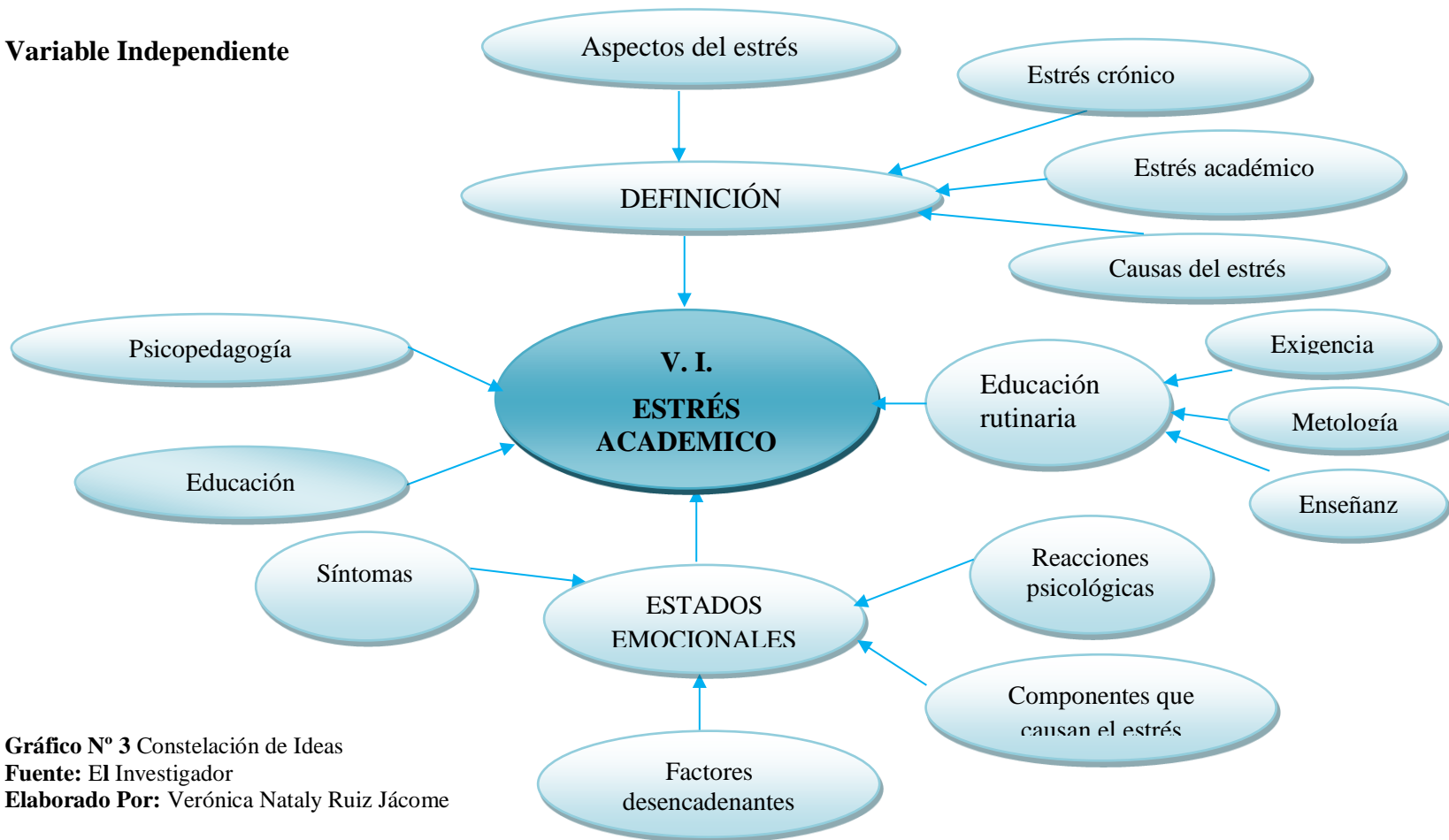


Gráfico N° 3 Constelación de Ideas
Fuente: El Investigador
Elaborado Por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

CONSTELACIÓN DE IDEAS

Variable Dependiente

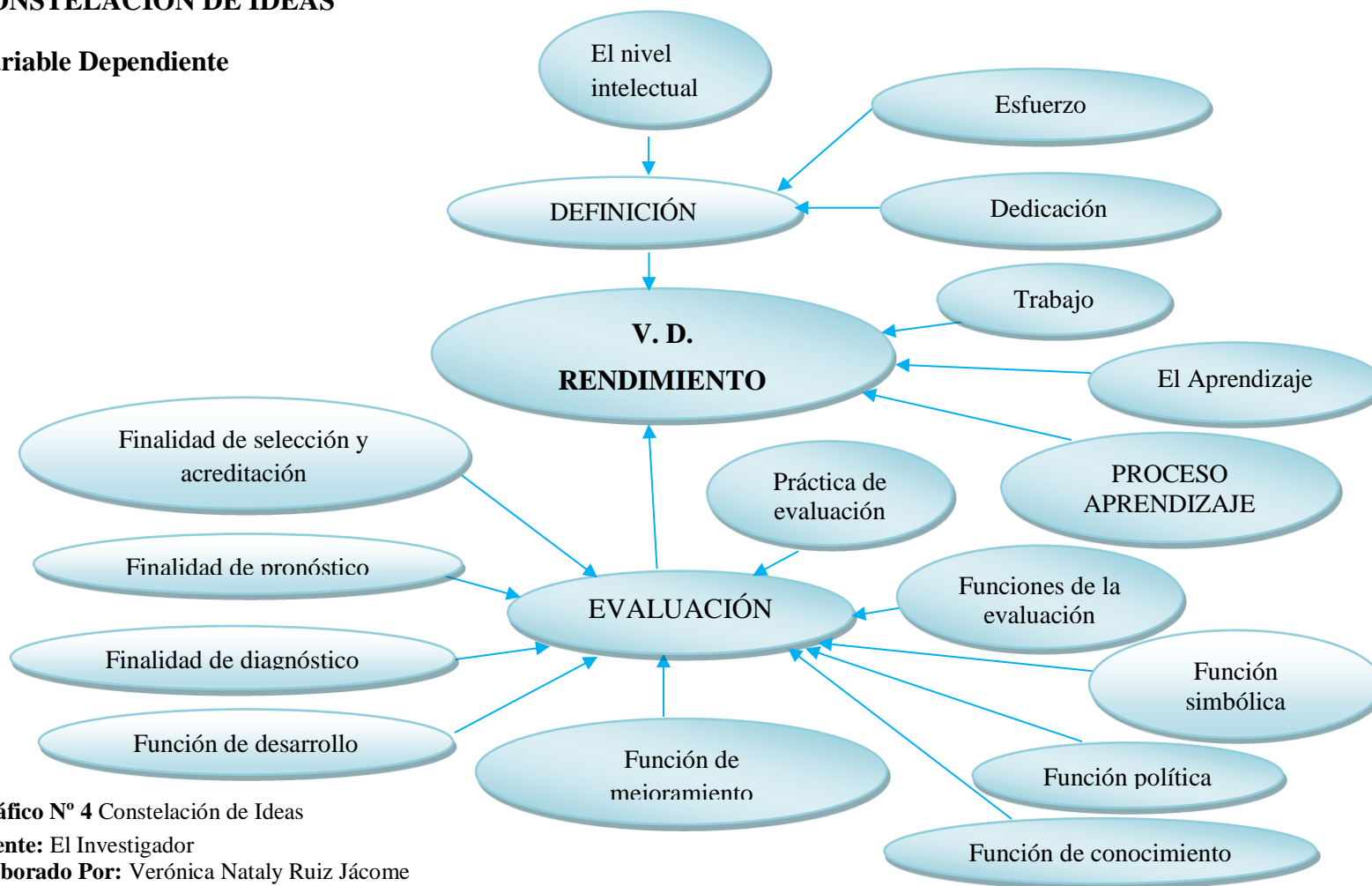


Gráfico N° 4 Constelación de Ideas

Fuente: El Investigador

Elaborado Por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

2.4.1 VARIABLE INDEPENDIENTE

EL ESTRÉS ACADÉMICO

Definición. -El estrés viene del término (griego stringere, que significa apretar a través de su derivado en inglés stress que significa fatiga) es una reacción fisiológica del organismo que es producto del cansancio físico mental del individuo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada.

Ledesma, H (2013) menciona que:

El estrés se manifiesta a través del cansancio, fatiga y pereza en el aspecto físico y mental de una persona que puede ser provocado por diversos factores como el ambiente o motivación que recibe, y reacciona, es decir que el estrés es la forma que reacciona el cuerpo a un reto que puede manifestarse en un cansancio mental, fatiga o descaecimiento que por lo general en la actualidad va en crecimiento en el entorno donde vivimos. (pp. 85-86)

El estrés. -Es un estado mental que se visualiza en la parte Fisiológica o biológica de la persona, estrés es la respuesta de un organismo a un factor de estrés tales como una condición ambiental o un estímulo que asimila y que con el paso del tiempo afecta. El estrés es el modo de un cuerpo de reaccionar a un desafío. De acuerdo con el evento estresante, la manera del cuerpo a responder al estrés es mediante el sistema nervioso simpático que demuestra cansancio mental, descaecimiento, fatiga en la activación que da lugar a la respuesta de lucha o huida.

Debido a que el cuerpo no puede mantener este estado durante largos períodos de tiempo, el estudiante que presenta este problema el sistema parasimpático vuelve condiciones fisiológicas del cuerpo a la normalidad (homeostasis). En los humanos, el estrés normalmente describe una condición negativa al agotamiento que el cuerpo presenta a la hora de realizar cualquier actividad durante las actividades educativas en este caso (distrés) o por lo contrario una condición

positiva (eustrés) que puede tener un efecto mental, físico e incluso de bienestar o malestar en un ser humano, en otra especie de animal.

Aspectos que presenta el estrés académico en los estudiantes

Uno de ellos es la sensación que presenta el estudiante de una tensión física o emocional que provoca frustración, nervios y furia. Dado sin saber cuáles son las causas para que el individuo se sienta cansado, fatigado, sin el deseo de aportar con sus conocimientos.

Ledesma, H (2013) expresa que:

El estrés no puede permanecer en el cuerpo por mucho tiempo porque el estudiante que tiene estos problemas su sistema parasimpático a estas condiciones fisiológicas rápidamente las regresa a la normalidad, en las personas el estrés se manifiesta como un agotamiento al momento de realizar una actividad y se le denomina distrés o al contrario cuando presenta una condición positiva se le llama eustrés que puede hacer que se sienta deprimido, fatigado, o cansado sin ganas de participar en las horas clase. (p. 97)

De la misma forma es una respuesta del cuerpo humano ante una acción agotante. En ocasiones, se puede considerar al estrés como un beneficio en tal caso se denomina **eustrés** o estrés benéfico ya que ayuda a asumir una responsabilidad más sólida en poco tiempo, sin embargo, el estrés por tiempo prolongado suele ser perjudicial para la salud tal estrés que es el más fácilmente reconocible recibe el nombre de **distrés** en cierto caso las dos formas se requieren conocer hasta para tomar en cuenta ciertas consideraciones y evitar problemas que causan daño con el paso del tiempo.

Tipos o niveles del estrés

Existen dos tipos de estrés, que requiere darse a conocer para tomar en cuenta cuales sufren los estudiantes, el agudo (casi siempre se trata de eustrés) y el crónico prácticamente siempre se trata de estrés nocivo o distrés el mismo debe

ser tratado de alguna forma. El estrés agudo suele ser de manera esporádica, es decir, se da por tiempos o duraciones cortas, no afectando de manera grave a la salud del individuo.

El estrés crónico. - Es aquel que se vuelve peligroso (distrés) dado el tiempo prolongado que lleva, causando aspectos desfavorables en los estudiantes durante las actividades educativas causando un problema de salud. Este estrés puede durar desde unas semanas hasta meses e incluso años y es el más peligroso porque no facilita a la persona el deseo de hacer las cosas de manera eficiente (Ledesma, H 2013, p. 98).

El estrés académico. - Es un estado mental que provoca cansancio, a la hora de realizar una actividad el cuerpo demuestra pasividad, un estado que parece sentirse enfermó, todas estas acciones terminan afectando al estudiante a la hora de consolidar el conocimiento de manera eficiente al estudiante durante la jornada educativa (Ledesma, H 2013, p. 98).

El estrés es un aspecto negativo que amerita tratarse de manera urgente de lo contrario, todas las actividades tendientes a potenciar la calidad de la educación se verán reflejadas en el bajo rendimiento escolar, porque este problema afecta directamente a la comprensión, al razonamiento por el cansancio mental que la persona experimenta y amerita a un momento de relajación para liberarse tanta tensión que se produce por las actividades diarias.

Según Ledesma, H. (2013) manifiesta que:

Se conoce de dos clases de estrés: el agudo que se presenta esporádicamente (eustrés) y el crónico que es el nocivo (distrés) el mismo que necesita ser controlado y tratado de manera estricta ya que es peligroso provocando consecuencias en las actividades educativas impidiendo que el estudiante logre consolidar o fijar los conocimientos porque afecta especialmente a la comprensión y razonamiento por lo que necesita relajarse o distraerse para aliviar el nerviosismo que produce el estrés. (p, 101)

Dentro de lo académico el estrés es un problema que no aporta en nada en la adquisición de los aprendizajes de manera adecuada, siendo importante buscar la ayuda necesaria para potenciar los saberes de manera significativa que con el paso del tiempo sea utilizado durante la vida diaria. Pero no aporta cuando los mismos presentan un aspecto negativo generado por el estrés, que se puede darse por el cansancio físico, de estar en el mismo lugar, la educación pasiva carente de dinamismo, donde no hay la participación de los estudiantes se produce un estrés académico.

Dusdebest, H. (2013) explica que:

Es un problema que afecta la salud de los estudiantes, cuando se produce por el cansancio físico mental, durante las actividades educativas, esta patología merece ser tratada hasta lograr un cambio, porque la presencia de este aspecto negativo no favorece directamente la calidad de la educación, para ello es evidente que hay que conocer las causas que originan el estrés dentro del aula de clase. (p. 101)

Existen el Estrés alto que requiere por su sintomatología recurrir donde un profesional de la salud, es decir donde un médico el mismo analizará el caso para determinar el tratamiento a seguir, este Estrés no favorece en nada a los estudiantes, que pueden terminar con depresión hasta con la muerte cuando el paciente no es tratado de manera inmediata, pero es importante detectar a tiempo, para con el apoyo adecuado tratar de revertir un cuadro clínico que no aporta en nada en la construcción de los aprendizajes, peor aún superar el rendimiento académico.

Dusdebest, H. (2013) menciona que:

Una persona cuando presenta un alto grado de estrés corre peligro que se agudice y caiga en depresión, este aspecto puede ocasionar grandes problemas que a la postre termine afectando de una manera irreparable el bienestar personal en este caso de los educandos, durante las actividades educativas, donde en mismo requiere potenciar sus capacidades y cuando se encuentra con problemas de estrés es indiscutible que no le favorece en nada el quehacer educativo. (p.245)

Los niveles altos de estrés es uno de los aspectos que deteriora la calidad del proceso educativo en este caso en el estudiante que presenta estrés académico en alto grado, sin embargo, toda sintomatología dentro del campo médico y educativo al prevenir y al tratar a tiempo disminuye las posibilidades de un problema mayor, que afecta directamente la fijación de los aprendizajes tratados siendo un problema con el paso del tiempo donde se reflejará el bajo rendimiento académico.

El estrés Medio también requiere de una inmediata observación para brindar el apoyo necesario en este caso al estudiante que lo posea, de manera que con el paso del tiempo no afecte su rendimiento académico que es un problema mayor, porque muchos de los estudiantes terminan desertando la escolaridad, lo que significa que no ayudara en el crecimiento personal de los educandos en proceso de formación.

Es evidente que el Estrés con un nivel Medio es tratable pero siempre y cuando exista la colaboración en este caso del educando que presenta esta sintomatología, es indudable que hace falta dentro de las aulas de clase poner un poco más empeño que garantice la comprensión y fijación de los aprendizajes de manera significativa, esto con el paso del tiempo aportará en la estructura cognitiva de los educandos de manera eficiente.

Dusdebest, H. (2013) menciona que:

Es indudable que hace falta potenciar el trabajo en el aula de clase tratando siempre de evitar el estrés de nivel medio, que afecta el crecimiento intelectual de los educandos por las consecuencias que a lo largo se visualiza durante las actividades educativas, tomando en cuenta que el estrés se produce por el cansancio mental de los educandos de forma que con el pasar de los días se verá reflejado en los educandos en el rendimiento académico. (pp 99-100)

El nivel de estrés bajo es aquel que se podría manifestar que recién aparece, que comienza afectar las capacidades de los educandos durante las acciones educativas, para eso es importante promover los cambios necesarios durante las actividades educativas, que no aportan en la construcción de los conocimientos de manera significativa.

Todo problema que requiera tratamiento en la parte académica, se podría ayudar con una adecuada Psicopedagogía tomando en cuenta que le ayuda a superar las dificultades que se presenta durante el quehacer educativo, es imprescindible evitar la enseñanza pasiva que no favorece al educando en el proceso enseñanza, para ello el maestro debe conocer una metodología de enseñanza capaz de superar las dificultades que los educandos presentan durante el quehacer educativo, volviéndolo una enseñanza activa, dinámica que genere aprendizajes de manera significativa.

Mera, E. (1998) explica que:

Uno de los problemas de nivel de estrés académico bajo se puede ayudar de manera inmediata, poniendo en juego ciertos elementos como las estrategias que aporten en el desarrollo y construcción de los conocimientos de manera significativa, hasta lograr un cambio de mentalidad a la hora de tratar los contenidos, es evidente que los estudiantes requieren de una formación que sea dinámica, activa, participativa que aporte al crecimiento de los educandos de forma eficiente. (pp. 124-125)

El estrés es un mecanismo que no favorece al crecimiento intelectual de los educandos a la hora de tratar el aprendizaje de manera adecuada, para ello es evidente que una enseñanza pasiva donde se aplique una pedagogía pasiva inadecuada no favorece a las actividades educativas, es imprescindible potenciar la calidad de la educación por medio de una adecuada metodología de enseñanza, que ayude a superar las dificultades presentadas por el cansancio mental de los estudiantes de la Universidad Técnica de Ambato Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación donde por la cantidad de trabajo, el poco tiempo es evidente

que ciertos educandos presentarán el estrés académico que afectará directamente el rendimiento académico.

Cuadro N° 1 Causas del estrés

CAUSAS PARA QUE SE PRODUZCA EL ESTRÉS EN LOS ESTUDIANTES		
a.)	Educación rutinaria	Este es uno de los factores que aportan para que los estudiantes adquieran el estrés académico el mismo que incide en el crecimiento cognitivo de los participantes durante las actividades educativas.
b.)	Exigencia educativa	La cantidad de tareas educativas durante el proceso enseñanza – aprendizaje es uno de los aspectos que no favorecen al estudiante, porque creemos que mientras más cantidad de aprendizajes entregamos, cuando los cuadernos llenemos en cantidad es mejor, siendo todo lo contrario, es importante dosificar.
c.)	Metodología inadecuada	La práctica docente que no aporta en el crecimiento personal, más bien tiende a caer en la rutina, en una enseñanza memorística carente de estrategias para fortalecer la enseñanza, que le vuelve cansada, pesada es uno de los factores que presentan los estudiantes para adquirir el estrés.
d.)	Enseñanza pasiva	Este es otro de los aspectos negativos que son motivos para generar el estrés en los estudiantes, cuando solamente los docentes son los que lideran los aprendizajes, el estudiante es un ser receptor que no participa, dándose una enseñanza que presenta deficiencias en la fijación de los aprendizajes.

Elaborado Por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

ESTADOS EMOCIONALES

El origen del estrés se encuentra en el cerebro, presentados como un problema de aprendizaje en el estudiante que presenta este aspecto negativo a la hora del proceso educativo, que es el responsable de reconocer y responder de distintas formas a los estresores. Cada vez son más numerosos los estudios que corroboran las consecuencias dentro de las actividades educativas, el papel que juega el estrés en el aprendizaje, la memoria y la toma de decisiones.

Smilk, W. (2010) afirma que:

Un estudio de la Universidad de California demostró que un estrés fuerte durante un corto período de tiempo provoca grandes consecuencias en los individuos, por ejemplo, la espera previa a la evaluación de un examen, de una cirugía, es suficiente para destruir varias de las conexiones entre neuronas en zonas específicas del cerebro. Esto es, un estrés agudo puede cambiar la anatomía cerebral en pocas horas afectando directamente al educando. (p.124)

Reacciones psicológica

Uno de los problemas que presentan los estudiantes de las Universidades dentro del proceso enseñanza aprendizaje, que son causantes de aspectos que contribuyen a los factores Psicológicos donde se genera el estrés por cuestiones de cansancio mental, físico, cognitivo siendo reacciones que intervienen mucho en el nivel intelectual y al no orientar con el paso del tiempo repercutirá en el crecimiento cognitivo.

Las reacciones psicológicas que causa el estrés tiene tres componentes que son motivos para que se visualice en los estudiantes, los mismos los analizaremos detenidamente para conocer las consecuencias de los mismos en el individuo.

Cuadro N° 2 Componentes del estrés

COMPONENTES QUE CAUSA EL ESTRÉS		
1.-	Emocional	El estrés y las emociones tienen muchísima relación, se pueden definir como un estado de ánimo que aparece como reacción a un estímulo. Lo que hace pensar que el estrés es una emoción. Algunas respuestas de tipo emocional que se presentan en personas afectadas por el estrés son las siguientes: abatimiento, tristeza, irritabilidad, apatía, indiferencia, inestabilidad emocional, etc. Se dice que los agentes estresores llegan por medio de los órganos de los sentidos (vista, oído, tacto, gusto, olfato), que después llegan las emociones. Entonces después del estrés vienen las emociones y viceversa.
2.-	Lo cognitivo	Es un estado mental que no le permite al estudiante asimilar con facilidad los conocimientos de manera eficiente, el estrés no ayuda a potencializar las habilidades y capacidades de manera eficiente hasta lograr un cambio de mentalidad en los educandos.
3.-	Comportamiento	Muchas de las veces el comportamiento puede ser causa para que se presente el estrés académico durante las horas clases siendo importante generar un cambio de comportamiento, porque el estar largos tiempos de la misma forma no ayuda en nada en la adquisición de los aprendizajes.

Elaborado Por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Factores desencadenantes

Los llamados estresores o factores estresantes son las situaciones desencadenantes del estrés y pueden ser cualquier estímulo, externo o interno (tanto físico, químico, acústico o somático como sociocultural) que, de manera directa o indirecta, propicie la desestabilización en el equilibrio dinámico del organismo el mismo que con el paso del tiempo se produce un problema de aprendizaje.

Una parte importante del esfuerzo que se ha realizado para el estudio y comprensión del estrés, y cómo afecta a los estudiantes durante el proceso aprendizaje se ha centrado en determinar y clasificar los diferentes desencadenantes de este proceso y uno de ellos sería un aspecto negativo en el rendimiento escolar (Abad, P. 2000, pp. 28-29).

Adicciones causadas por el estrés

El estrés en sí mismo no es necesariamente perjudicial siempre y cuando haya un control, por las consecuencias que puede presentar al durar largo tiempo el estrés en este caso en los estudiantes de nivel superior. Todos los seres humanos necesitamos objetivos y retos. Pero el exceso puede si serlo. El estrés es un desencadenante conocido para la depresión y también puede afectar la salud física siendo un aspecto negativo en la formación personal. Así que es importante identificar las causas ya que el estrés no afecta a todo mundo de la misma manera.

Los síntomas comunes:

- Dolor abdominal
- Dolores de cabeza
- Dolor o tensión muscular
- Necesidad frecuente de orinar
- Heces sueltas
- Boca seca
- Problemas para deglutir/alimenticios

- Dificultad para concentrarse
- Cansancio excesivo
- Problemas para conciliar el sueño
- Quedarse dormido
- Perder los estribos con mayor frecuencia
- Problemas sexuales

Dichos síntomas obligan a las personas en este caso a los docentes e instituciones educativas a tratar de orientar, para evitar problemas a futuro que sea un aspecto negativo en el proceso formación a buscar medidas desesperadas para bajar los niveles de tensión y con mucha frecuencia se vuelven en adicciones que afectan al desgaste del cuerpo en mayor nivel (Abad, P. 2000, pp. 28 -29).

Proceso aprendizaje

Es un conjunto de actividades destinadas a potenciar ciertas capacidades individuales, como el razonar, pensar, reflexionar y producir ideas de forma adecuada, es importante conocer que la educación es un conjunto de acciones mentales producidas por la relación entre los docentes y el estudiante, que le permita superar las debilidades encontradas al momento de consolidar los aprendizajes de manera significativa.

La educación es el único camino que le permite al estudiante a superar las debilidades en la parte cognitiva, siendo imprescindible potenciar la calidad de la educación que hoy en día busca cambiar la mentalidad de los estudiantes y aportando que sean entes útiles a la sociedad y su entorno, además que los conocimientos adquiridos los pongan de manifiesto durante su vida diaria.

Abad, P. (2000) explica sobre este problema que:

La educación es un acto de brindar conocimientos significativos al estudiante para que su nivel de escolaridad sea desarrollado y con el paso del tiempo su parte cognitiva sea la adecuada, hasta lograr un cambio de actitud

que solo los aprendizajes pueden aportar en el crecimiento intelectual del educando durante las horas clases, las mismas que se verán orientadas con mayor facilidad y direccionadas a la puesta en práctica. (P.30)

Es un proceso mental que genera la relación entre los docentes y estudiantes al momento de desarrollar y construir el conocimiento, esta acción tiende a consolidar los saberes de manera significativa, hasta conseguir fijar los aprendizajes tratados poniendo de manifiesto las debidas estrategias metodológicas que potencialice las capacidades individuales de los educandos.

La educación es un conjunto de acciones tendientes a consolidar los conocimientos tratados de manera eficiente, poniendo en juego ciertos parámetros que garantice la concreción en la parte cognitiva, tomando en cuenta que un aprendizaje asimilado, permite mejorar el desarrollo intelectual en los educandos durante el proceso enseñanza.

Un aspecto que se necesita mantener eficientemente aplicando una metodología de la enseñanza acorde a las necesidades de los estudiantes, es volver a la clase dinámica, participativa, lo que aportará notablemente para evitar que los alumnos presenten el estrés académico que con el paso del tiempo incide en el rendimiento escolar.

Abad, P. (2000) manifiesta que:

El proceso enseñanza- aprendizaje debe reunir ciertas características que contribuyan en la fijación de los conocimientos en la estructura cognitiva de los educandos, para ello es importante la utilización de herramientas, tales como. Las técnicas activas. Estrategias, metodología, recursos didácticos que sean los recursos para dinamizar el proceso clase. (p.31)

Es necesario indicar que el proceso enseñanza- aprendizaje juega un papel preponderante a la hora de consolidar los conocimientos en la parte cognitiva de los estudiantes durante las actividades educativas.

Cuadro N° 3 Determinantes del estrés

ASPECTOS QUE DETERMINA EL ESTRÉS ACADÉMICO		
1	Cansancio	Es un estado emocional que no ayuda en nada a los estudiantes durante las actividades educativas, de forma adecuada en la adquisición de conocimientos hasta lograr un cambio en su estructura mental que se ve disminuida con el estrés académico.
2	Agotamiento	Es un sentirse más allá de cansado, agotado es la pérdida involuntaria del deseo de hacer las cosas de forma rápida, con ganas por la presencia de un estado mental que no le permite aflorar los conocimientos de forma eficiente.
3	Debilitamiento	Es el descaecimiento del organismo, es decir del cuerpo sin ninguna explicación que no aporta en nada en la adquisición de aprendizajes de manera que con el paso del tiempo será notorio el estado del estudiante a la hora de consolidar los aprendizajes que no logran ser asimilados de forma adecuada, durante el proceso aprendizaje.
4	Debilidad mental	Este factor no permite la abstracción de conocimientos, por el cansancio mental que lleva el estrés académico a la hora de potenciar los aprendizajes de forma adecuada hasta lograr un cambio de mentalidad producto de desarrollo y construcción del conocimiento.
5	Desconcentración	Este aspecto no contribuye directamente en la abstracción de los conocimientos dados, durante el proceso enseñanza- aprendizaje hasta lograr un cambio visible en los estudiantes que están pendientes de lo que sucede a su alrededor menos de la clase.
6	Atención dispersa	Esto implica que está observando lo que pasa a su alrededor menos en la clase, siendo uno de los aspectos que en el educando que tiene estrés académico se observa directamente a la hora de trabajar en la construcción del conocimiento.
7	Impaciencia	Es producida por un deseo incontrolable de hacer algo, pero al mismo tiempo la frustración es notoria por el cansancio físico mental que adolece el estudiante que está sumergido por el estrés académico.

Elaborado Por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Es importante señalar que para potenciar una educación de calidad deben poner en práctica ciertos mecanismos, herramientas que garantice la fijación en la parte cognitiva de aprendizajes tratados de manera acorde a las necesidades de los estudiantes, durante las actividades educativas que facilite la concreción de saberes que solo con la participación cooperativa se puede lograr de manera acorde.

Dentro de las actividades educativas es necesario buscar la estrategias adecuadas para llegar con mayor facilidad donde los estudiantes, siendo imprescindible desarrollar las habilidades, capacidades y destrezas de manera eficiente con el apoyo de una metodología que aporte en la consolidación de los aprendizajes de forma significativa, es por ello que los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación requieren un apoyo tanto Psicológico, cómo cognitivo solamente los estudiantes que presentan un problema de rendimiento académico, en las distintas asignaturas .

La educación es un trabajo mental que aflora con la participación del docente con el estudiante durante las actividades educativas, se busca superar las capacidades que por culpa del estrés académico se encuentran pasivas (Ledesma, H. 2013, 45). Desde las perspectivas que orientan estas condiciones que requiere el estudiante al disminuir las potencialidades que, implica una cualidad o conjunto de cualidades de las personas cuyo desarrollo y adquisición les permite enfrentar la realidad en condiciones más favorables durante el proceso enseñanza.

En tanto las potencialidades inherentes en el estudiante se ve mermados por la presencia de estrés, producto del cansancio mental, físico, trayendo consecuencias a los sujetos y que éstos afectará al momento de desarrollar a lo largo de toda su vida, suelen clasificarse como macro habilidades o habilidades generales, talentos o condiciones de las personas, que al presentar estrés académico esto se ve disminuido a la hora de producir el aprendizaje de forma significativa.

El estrés académico ha provocado en los estudiantes un desempeño negativo a la hora de aportar con sus ideas en la formación de saberes de manera idónea, para ello requiere el estudiante de nivel superior tratar de fortalecer que les permita tener un mejor desempeño o actuación en la vida cotidiana.

Ledesma, H. (2013) menciona que:

El estrés académico es un estado mental que no favorece a la hora de potenciar las habilidades, capacidades y destrezas de manera acorde a las necesidades educativas de los participantes, para ello se requiere trabajar hasta corregir de manera eficiente, tomando en cuenta que el cansancio mental es más agotador, que el mismo provocado por el cansancio físico dado por la fuerza bruta al ejecutar cualquier actividad. (pp.45-46)

Es así que las capacidades intelectuales en los estudiantes, que son identificados con estrés académico requiere ser tratado de forma adecuada para no lamentar con el paso del tiempo, están asociadas a procesos cognitivos y socio-afectivos, que garantizan la formación integral siempre y cuando su estado mental sea el favorable de la persona durante las actividades educativas; se manifiestan a través de un contenido o conjunto de ellos y constituyen, en este sentido, una base desde la cual se siguen procesando, incorporando y produciendo nuevos conocimientos. El estrés académico constituye una decadencia en el estado de ánimo de los estudiantes durante las horas clases cuando se busca desarrollar y construir el conocimiento de manera activa y dinámica por este carácter integral e integrador, las capacidades atraviesan de manera horizontal y vertical las propuestas curriculares de los distintos niveles y modalidades del sistema educativo.

Ledesma, H. (2013) afirma que:

Deben ser abordadas por las autoridades el tema de estrés académico, que se visualiza en las distintas disciplinas, áreas o espacios curriculares para el logro de más y mejores aprendizajes para todos. Al presentar este aspecto negativo no ayuda a superar las capacidades educativas que podrían potenciar. Se pueden alcanzar diferentes grados de desarrollo de una

capacidad y ésta se va perfeccionando con la práctica. En este sentido, una capacidad es un aprendizaje. (p. 70-71)

Se supone el proceso enseñanza- aprendizaje al momento de presentarse el estrés académico es un aspecto negativo que no ayuda en nada en la consecución de saberes dentro de las actividades educativas, para ello se requiere del manejo adecuado de determinadas destrezas y habilidades. Son complejas en cuanto entrañan una serie de operaciones o procesos interiores de distinto grado de interrelación mutua que solo se observa en adecuado procesó educativo.

Entonces la educación viene a ser un proceso planificado, secuencial con un propósito superar la calidad de la educación. Que con el paso del tiempo sea eficiente y estimulante a la hora de fijar los aprendizajes de manera adecuada, poniendo en juego ciertas capacidades individuales del educando, hasta potenciar para que la parte cognitiva aporte en la sociedad de forma eficiente (Crespo, S 2011, p 72).

Este aspecto que no contribuye en la formación cognitiva de los estudiantes durante las actividades educativas, es un factor que adolecen los estudiantes de nivel superior, cuando por cuestiones personales se produce un aspecto que no ayuda en nada en la adquisición de aprendizajes de manera significativa, para eso es importante generar un ambiente acorde a las necesidades de los estudiantes, que no sea un limitante a la hora de consolidar los saberes tratados.

Crespo, S. (2011) manifiesta que:

Los estudiantes en nivel superior son quienes más problemas educativos se presentan, por la gran cantidad de tareas que los maestros envían, esto hace que con el paso del tiempo se vaya produciendo un cansancio mental que a la postre sea el motivo para que los estudiantes no fijen en lo cognitivo los aprendizajes tratados de forma significativa, pero este mecanismo solo ayudará a la asimilación acorde de saberes para que con el paso del tiempo sea útil para la vida de las personas. (p. 67)

Los aspectos negativos que visualiza a la hora de generar los aprendizajes son motivos de estudio, para eso mediante investigaciones se busca conocer porque los estudiantes de nivel superior son los que presentan problemas de aprendizaje, que con el paso del tiempo se ve reflejado en el diario vivir de los educandos, que no lograrán consolidar de forma eficiente los saberes tratados durante las horas clases.

Por otra parte, su posesión habilita a las personas a usarlas en variadas situaciones, es decir, no se ajustan a un patrón único de actuación, sino que posibilitan un manejo contextualizado, que depende de la persona que las utiliza. Existe discusión acerca de si corresponde hablar de construcción de conocimientos.

Las actividades educativas. -Es el desarrollo de capacidades, destrezas al respecto, consideramos que el segundo término implica un proceso orgánico de crecimiento y progreso en la parte intelectual los mismos que se observarán al momento de desarrollar y construir el conocimiento de forma significativa. Por lo tanto, puede ir cambiando la forma de aprender los contenidos conformes van desarrollándose los procesos metodológicos que implica poner en práctica técnica y conocimientos relativos al “saber hacer”, y producir ideas de manera que con el paso del tiempo sea visibles a la hora de llevarlos a la práctica.

Ariátegui, (2003) explica que:

La calidad de la educación depende de la práctica docente, es decir el llamado a buscar una solución a los problemas de aprendizaje que presentan los estudiantes, permitirá fortalecer los conocimientos adquiridos para que con el paso del tiempo lo pongan de manifiesto durante su vida diaria, como ente que aportan en el crecimiento tanto individual, como institucional. (p.150)

El estudiante desarrollo los conocimientos y mediante la adquisición de capacidades no puede “realizarse” exclusivamente desde afuera: un docente puede informar y proporcionar ayudas al estudiante con la intención de promover o estimular el desarrollo y adquisición de capacidades, pero los mejores resultados implican la definición de objetivos y estrategias basadas en intereses mutuos y en colaboración, que permitan modificar lo planificado, a medida que las condiciones cambian y se avanza en el desarrollo.

EMOCIONES

Mediante esta ciencia el maestro puede aportar al mejor su proceso enseñanza, poniendo de manifiesto ciertas estrategias en este caso para evitar los problemas que pueden presentarse durante las actividades educativas con los estudiantes, es importante dominar la Pedagogía como ciencia que intervienen directamente en el tratamiento de los aprendizajes.

Mera, E. (1998) manifiesta que:

Es indiscutible que durante el quehacer educativo los docentes son los llamados a potenciar la calidad de la educación poniendo de manifiesto ciertas herramientas que dinamicen el proceso aprendizaje, para ello es evidente potenciar la calidad de la práctica docente por medio de un área en el caso de la Psicopedagogía que busca superar los aspectos negativos que no ayudan al educando el fortalecimiento del rendimiento académico, durante las actividades educativas. (p.123)

Es importante señalar si tomamos en cuenta que el proceso educativo es uno solo, cual quier desfasé que se produzca con los estudiantes repercutirá negativamente en el cuándo los alumnos acumulen lagunas en el conocimiento., es muy difícil que puedan aportar con nuevos aprendizajes de manera eficiente hasta lograr un cambio en la estructura cognitiva del educando.

Una enseñanza inadecuada, carente de metodología, estudiantes con cantidades de trabajos académicos, el cansancio físico y mental generado por la rutina de ciertos maestros a la hora de enseñar, poca creatividad a la hora de tratar los contenidos, entonces se produce aspectos negativos dentro del quehacer educativo por inactividad del alumno por una metodología inapropiada de enseñanza-aprendizaje.

La parte Psicopedagógica dentro de los estudiantes que presenta estrés académico es eminente que se requiere tratarlo para evitar con el paso del tiempo sea motivo para se observe un rendimiento académico bajo en los estudiantes durante las actividades educativas, para ello los maestros tienen aspectos pedagógicos que puede aplicarlos y evitar una educación de mala calidad.

Existen una multiplicidad de causas para que los estudiantes presenten el Estrés académico, que están ubicadas, en el aspecto biológico, en el psicológico, en el familiar, social o en el pedagógico, para ello es importante prevenir buscando una solución esto evitará con el paso del tiempo una educación que no logre perdurar a través del tiempo, es decir aprendizajes momentáneos, carentes de significado, siendo necesario potenciarlos hasta lograr un cambio dentro de la formación de los educandos.

Mera, E. (1998) manifiesta que:

La Psicopedagogía educativa juega un papel importante en la formación de los estudiantes dentro de las actividades escolares, y uno de los factores que no aportan para el crecimiento intelectual es el estrés académico que no favorece en la adquisición de aprendizajes, esto con el paso del tiempo repercutirá en el aprovechamiento, visualizando un rendimiento bajo, que para poder superar tendrá que recurrir donde un profesional de Psicología para buscar ayuda para elevar el nivel intelectual de los educandos.(p.124)

Uno de los aspectos que no ayuda en nada a la asimilación y fijación de los aprendizajes en la estructura cerebral del estudiante es el estrés que es un estado emocional que no le permite comprender los conocimientos tratados durante las

horas clases, sin embargo, el desconocimiento de los docentes en relación a los problemas Psicológicos que traen como consecuencia la carga de trabajos, el poco tiempo que dan para realizarlo, la acumulación de tanta presión en los educandos.

Betancourt, P. (2012) manifiesta que:

Manifiesta que existe múltiples problemas Psicológicos que se presentan en los estudiantes durante las actividades clases, generalmente se presenta por varios problemas personales lo que impiden poder mejorar las capacidades intelectuales del educando, para ello se recomienda potenciar orientando, motivando elevando el interés por aprender, aplicando una metodología de enseñanza que no sea pasiva, sino dinámica y activa que le permita superar la calidad de la educación de manera eficiente. (p.134)

Existen varias formas de ayudar a los educandos durante las horas clases generalmente predisponiendo para el aprendizaje, motivando, conversando , superando los aspectos negativos que durante la jornada educativa se presenta de manera deficiente, porque la cantidad de tareas escolares, el poco tiempo para resolverlos, los problemas sociales, las dificultades que atraviesan en los hogares todo estos aspectos son parte para que los estudiantes tengan problemas psicológicos que se presenta y que no son cualidades que aportan en el desarrollo de la inteligencia.

Las acciones Psicológicas que se requiere para superar las dificultades en los educandos que al momento de tratar los contenidos se observa, es por el estrés que los educandos tienen por factores que se van acumulando y que luego llegar a formar parte de un problema de salud, que no permite mejorar la calidad de la educación en los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación.

Es importante generar las acciones educativas que viabilicen la asimilación de los aprendizajes de manera acorde a las expectativas tanto de los docentes, como de los educandos, para ello se requiere orientar en la predisposición de los

conocimientos de forma significativa, hasta lograr un cambio de comportamiento durante el tratamiento de los aprendizajes, que se pondrán de manifiesto durante su vida diaria (Betancourt, 2012).

Antes al estrés no se le tomaba en cuenta porque pensaba que no repercutía en nada en la educación de los escolares, pero en estos días uno de los problemas que agudiza la calidad de la educación es el Estrés académico que no favorece el rendimiento escolar de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato, donde se presentó un problema de aprendizaje basado al cansancio mental que los educando experimentó y que da lugar a problemas de salud que incide en el bajo rendimiento escolar.

Betancourt, P. (2012) explica que:

El cansancio mental es uno de los principales síntomas del estrés académico que sienten o experimentan los educandos durante el período clase, es importante generar las estrategias necesarias para potenciar la calidad de la educación superando el aspecto negativo que se visualiza en los educandos que por el cansancio mental tienen en relación a la abstracción de los conocimientos tratados que no son abstraídos o fijados en la estructura cognitiva eficientemente. (pp.134-135)

Es evidente que muchos factores aportan en el desarrollo de los aprendizajes, siendo importante promover los saberes de manera adecuada de los temas tratados, siendo importante promover un cambio en la mentalidad de los educandos, durante la jornada educativa al promover un cambio en la estructura cognitiva, con un proceso enseñanza- aprendizaje dinámico, que favorezca el aspecto asimilación de los educandos de manera rápida y eficiente.

Agotamiento. -Es el cansancio que presenta el cuerpo después de una actividad. En este caso mental por el esfuerzo que realiza la estructura cerebral, al momento que los estudiantes ponen empeño en las tareas siendo imprescindible aplicar ciertas estrategias para sacarles del aburrimiento, el estrés que la cantidad de

trabajo escolar produce en los estudiantes y con el paso del tiempo se verá reflejado en la parte cognitiva (Betancourt, 2012).

Escolaridad. - Son los estudiantes que se encuentran en proceso enseñanza-aprendizaje que le permite asimilar los conocimientos tratados de manera eficiente en la parte cognitiva de los escolares, este proceso persigue superar el nivel intelectual individual de los educandos dentro del aula de clase, siendo necesario para con el paso del tiempo observar en el aprovechamiento individual.

Cansancio. -Es un estado emocional producto del cansancio físico y mental dado por el esfuerzo excesivo de las tareas que ocasionan un problema en la persona y que se requiere dar solución, por lo contrario, se visualizará este aspecto negativo en un cuadro clínico que producirá el estrés académico y que afectará el rendimiento académico (Betancourt, 2012).

Nerviosismo. - Es uno de los signos que presenta los estudiantes cuando presentan el Estrés académico un cuadro clínico que no aporta en el desarrollo físico, peor aún en la parte cognitiva de los educandos, sin embargo esto no estudiantes desconocen para buscar ayuda rápida que no sea motivo para que presente el educando un bajo rendimiento académico., con el paso del tiempo este acontecimiento puede repercutir en la formación personal a la hora de tratar los conocimientos.

Patología. -Es un cuadro clínico que hoy en día se observa en los estudiantes y que muchas de las veces no saben cuáles son las causas para que se presente en la vida de los estudiantes, en ciertos casos el cansancio mental, físico que produce el estar dentro del aula la mayor parte del tiempo es un problema, que a veces son la metodología inadecuada de enseñanza, todos estos aspectos no favorecen en el tratamiento de los saberes (Betancourt, 2012).

Piel opaca. -Es otro de los síntomas que se visualiza en los estudiantes que por el cansancio mental presentan los escolares y tienen el Estrés académico de los educandos que afecta la calidad de la educación, sin embargo, hace falta tratar para superar las debilidades cognitivas que traen como consecuencia la falta de tratamiento en el peor de los casos puede terminar en problemas mayores, hasta ocasionar la muerte.

2.4.2 VARIABLE DEPENDIENTE

RENDIMIENTO

Definición. -Es la capacidad mental que presentan los estudiantes a la hora de consolidar los aprendizajes entregados por el docente durante las horas clases, las mismas que al ser comprendidas con el paso del tiempo lograran perdurar a través del tiempo de forma eficiente, este aspecto requiere ser conocido que el rendimiento depende de la práctica docente y la erradicación de los problemas de aprendizaje que muchas de las veces afectan directamente a los estudiantes.

Acosta, (2009) afirma que:

El rendimiento escolar está condicionada al empleo de estrategias metodológicas al momento de construir de manera significativa los conocimientos tratados durante las actividades educativas de forma eficiente, que esos saberes sean puestos en práctica y logren aportar en el desarrollo de las personas en relación a la sociedad. (p.95)

Entonces el rendimiento escolar es la capacidad mental que tienen los estudiantes durante las actividades curriculares, que solamente se puede lograr cuando han comprendido los aprendizajes tratados por el docente en las horas clases, es importante que se busque las estrategias necesarias para llegar con mayor facilidad con los conocimientos al educando, esto permitirá potenciar la calidad de los saberes transmitidos eficientemente.

El rendimiento es la capacidad que presenta el educando a la hora de abstraer y comprender los aprendizajes tratados de manera eficiente potenciando ciertas capacidades, destrezas que al momento de desarrollar y construir los conocimientos puede darse, en la relación entre los docentes con los estudiantes activamente, para ello se requiere la participación de los estudiantes para lograr cambiar una educación pasiva a una dinámica con propósitos claros pero a acordes a las necesidades de los individuos.

Acosta, (2009) explique que:

Explica que el rendimiento escolar es un proceso mental que los estudiantes deben fortalecer mediante la potencialización de las capacidades individuales, para ello es importante generar una metodología de trabajo adecuada pensando en disminuir los aspectos que no contribuyen en la calidad de la educación, solamente de esa forma tendría resultados positivo el desarrollo del nivel intelectual. (p.95)

El rendimiento son capacidades fundamentales se caracterizan por un alto grado de complejidad; se desarrollan de manera conectiva la parte cognitiva en base a los conocimientos tratados y procuran el máximo despliegue de las potencialidades de la persona. En este sentido, cada área de conocimiento o disciplina desde su particularidad, naturaleza y finalidades formativas- contribuye al fortalecimiento, desarrollo y adquisición de las capacidades fundamentales de los estudiantes que se encuentran con las condiciones necesarias para fijar los aprendizajes tratados, ya que estos logros se alcanzan al operar con diferentes contenidos, cada uno de los cuales deja su impronta sobre ese desarrollo, y lo enriquece.

El nivel intelectual

Es la capacidad individual que posee producto de la comprensión de los saberes tratados durante las actividades educativa, que favorecen en la parte cognitiva de los mismos durante el proceso enseñanza- aprendizaje. Para poder cumplir,

entonces, con las funciones formativas de los diferentes niveles educativos, la institución escolar trabaja para el desarrollo y adquisición de aquellas capacidades que deberían potenciarse para que todos los estudiantes se apropien de los aprendizajes considerados prioritarios al momento de consolidar los aprendizajes de manera significativa.

Iturralde, D. (2011) manifiesta que:

En la actualidad los estudiantes de educación superior deben desarrollar ciertas capacidades individuales cómo el razonamiento, la producción de ideas, la reflexión que le permita potenciar los aspectos que contribuyen para superar la parte intelectual de los educandos durante el proceso educativo, siendo imprescindible cambiar ciertas cosas que los docentes al momento de enseñar no aplican como es una metodología adecuada. (p.76)

Esfuerzo. - Es la voluntad que presentan los estudiantes durante el desarrollo y construcción de los conocimientos, siendo esta capacidad importante a la hora de fijar los aprendizajes de manera adecuada con una sola idea potenciar el rendimiento académico.

Dedicación. - Es la capacidad mental que posee todas las personas al momento de poner el empeño de hacer las cosas bien, poniendo todas sus habilidades, capacidades y destrezas que aporten en la comprensión de los saberes tratados de forma adecuada, hasta lograr un cambio en la parte cognitiva que según el crecimiento intelectual los estudiantes presentan un alto o bajo rendimiento escolar.

Trabajo. - Es un conjunto de acciones, actividades que solo el estudiante puede lograrlo a la hora de consolidar los aprendizajes de manera significativa, para ello el trabajo debe reunir ciertas condiciones, cómo el deseo de hacer bien las cosas, entregar todo de sí poniendo en juego las capacidades individuales que ayuden a potenciar la calidad de la educación. (Iturralde, 2011)

El aprendizaje. - Es el conjunto de conocimientos logrados consolidar de forma eficiente durante el proceso enseñanza- aprendizaje, para ello se requiere la participación activa y dinámica tanto del docente como de estudiante durante las actividades educativas, que le facilite la comprensión, abstracción de los saberes tratados adecuadamente durante el período clase.

Entonces el aprendizaje es la capacidad de producir ideas, mediante el razonamiento, análisis, la reflexión, poniendo en juego el pensamiento creativo y crítico que determine nuevos conocimientos de manera significativa y que logren perdurar a través del tiempo (Ferreira y Peretti, 2008).

El proceso enseñanza es la capacidad de llegar con facilidad de obtener los aprendizajes tratados mediante la participación activa de los estudiantes, con un solo propósito potenciar las habilidades, capacidades y destrezas, esto implica que le facultará mejorar la calidad de la educación individual del educando, para que con el paso del tiempo su nivel intelectual sea el adecuado dentro de su entorno social y que esos saberes los ponga al servicio de la sociedad en general.

Los estudiantes de la Universidad Técnica de Ambato requieren potenciar las capacidades intelectuales para que durante las horas clases logren alcanzar la comprensión y producción de ideas que le permita realizar su proyecto vida, direccionada al campo profesional. Toda actividad educativa debe ser asumida la enseñanza desde un enfoque centrado en las prácticas no solo la parte teórica.

Es importante desarrollar los aspectos que favorezca la calidad de la educación mediante la destreza de la lectura y escritura, entendidas en tanto acciones lingüístico-comunicativas, que favorezcan superar el crecimiento intelectual para ello la clave del éxito se encuentra al momento de fortalecer eficientemente los aprendizajes mediadas por la práctica docente para luego en la sociedad aplicarlos (Ferreira, 2008).

Para ello se suponen numerosas estrategias de carácter cognitivo y meta cognitivo de las cuales los estudiantes deben apropiarse, para superar la instrucción individual, a fijar eficientemente los aprendizajes que implica considerar como eje central de la acción didáctica y como aprendizaje prioritario la capacidad de comprensión y producción de textos orales y escritos.

Iturralde, D. (2011) afirma que:

El aprendizaje es el nivel intelectual que presentan los educandos que han ido acumulando durante las horas clases y que esos conocimientos son comprendidos significativamente, hasta superar las debilidades que solo una educación de calidad y calidez puede entregar al educando de nivel superior, para ello esta capacidad supone el abordaje de las actividades lingüísticas claves hablar, escuchar, leer y escribir en el marco de las diferentes prácticas sociales de lenguaje que les dan sentido. (pp.78-79)

Por su carácter genérico y transversal a todos los aprendizajes, el desarrollo de esta capacidad es de incumbencia de todas las áreas y disciplinas curriculares que le faculte al estudiante superar la parte cognitiva personal y que le permita formarse individualmente de manera adecuada. Desde un punto de vista cognitivo comprender es una acción compleja que se realiza por medio de distintas estrategias que asimile con facilidad los aprendizajes.

Producir textos orales o escritos supone que la producción y consolidación de aprendizajes, ante todo, estar en condiciones de construir un mensaje que permita dar respuesta a una necesidad de comunicar sentido y establecer una interacción socio-comunicativa que buscan potenciar los estudiantes durante el proceso enseñanza.

PROCESO FORMACION

El proceso asimilación es la capacidad que presentan los estudiantes al momento de fijar los aprendizajes de forma intelectual, en otras palabras permite desarrollar y construir el conocimiento de forma adecuada hasta producir en el individuo la

comprensión que se requiere a la hora de producir las ideas en relación al contenido tratado durante las horas clases, siendo entonces el conjunto de acciones tendientes a la consolidación de los saberes en la parte cognitiva del estudiante en proceso formación.

Cardoso, J. (2013) menciona que:

El proceso asimilación es el conjunto de mecanismos que le permite al estudiante con mayor facilidad comprender, abstraer los conocimientos tratados de manera interactiva, hasta lograr un cambio de actitud que solo los educandos pueden lograrlo, al poner de manifiesto por ejemplo la atención, el desarrollo y construcción de los saberes de forma dinámica y activa. (pp.34-35)

Las acciones tendientes a la comprensión de los contenidos tratados por el docente se puede determinarlos, cómo el mecanismo que le permite al estudiante durante el proceso enseñanza aprendizaje puede lograrlo de forma eficiente, hasta producir un cambio de mentalidad en los estudiantes a la hora de procesar de manera secuencial planificada la construcción de los aprendizajes.

Los estudiantes deben tratar de asimilar poniendo en juego ciertas capacidades individuales que solo la práctica docente puede lograrlo con el apoyo de estrategias metodológicas y el uso del docente de las técnicas activas que venga a dinamizar, activar los aprendizajes de forma adecuada pero eficiente, que con el paso del tiempo lo pondrán en práctica durante su vida diaria (Cardoso, 2013).

La Comprensión. - Es la producción de textos orales y escritos, abordaje y resolución de situaciones problemáticas solamente el estudiante puede lograrlo cuando puede asimilar con facilidad los saberes transmitidos por el docente durante la práctica docente. Comprensión y explicación de la realidad social y natural, empleando conceptos, teorías y modelos que le faculte superar sus debilidades cognitivas. Trabajo en colaboración para aprender a relacionarse e interactuar.

Pensamiento crítico y creativo siendo necesario un aprendizaje participativo y dinámico.

Cardoso, J. (2013) explica que:

La asimilación depende de la forma que el estudiante en relación al docente desarrollar y construyen el conocimiento y depende de la comprensión de los saberes tratados con el apoyo de las capacidades enumeradas no son las únicas que deben abordarse en la Institución educativa, pero sí son aquellas que todos los estudiantes tienen que desarrollar pues se trata de las necesarias para que puedan conocer, comprender, interpretar y participar en el mejoramiento de su calidad de vida. (p. 78)

La comunidad educativa busca potenciar la práctica docente, para ello es importante, tomar decisiones fundamentadas que les permitan continuar aprendiendo más allá de la escolaridad, dentro de un proceso de educación permanente, que faculte superar el rendimiento bajo que muchos estudiantes presentan y que requieren se apoye en la superación personal.

EVALUACIÓN

La evaluación es un proceso intencional que los docentes luego de una actividad educativa deben realizar de manera adecuada hasta lograr un cambio en la estructura cerebral de los estudiantes luego de tratar los aprendizajes de forma correcta, para ello es evidente poner de manifiesto estrategias que garanticen la fijación de los aprendizajes de manera significativa.

La evaluación surge de una necesidad básica para saber si los estudiantes están avanzando con los aprendizajes tratados de manera adecuada, esto permitirá conocer si está asimilando o al menos llegando donde uno se desea, además permite conocer si la metodología es la adecuada o necesita ser modificada, solamente de esa forma lograremos establecer criterios para potenciar la calidad de la enseñanza.

Camillone, A. (2008) afirma que:

La evaluación está siempre presente en todas las actividades que realice el estudiantes, como forma de conocer el adelanto o retraso que los mismos presentan para tomar las decisiones acorde al problema, es decir la evaluación estará presente en todas las acciones que los educandos realicen sean racional o intencional, que trabajan en función del cumplimiento de un objetivo planteado para superar las dificultades, que durante el quehacer educativo se logra visualizar y que con el paso del tiempo afecta la calidad de la educación. (p.245)

Es importante que los docentes se centren en la evaluación no solo en la parte didáctica, para eso se requiere conocer de estrategias, técnicas e instrumentos que faciliten la adquisición de los aprendizajes de manera significativa, esta ayuda a precisar si los esfuerzos que los docentes ponen durante las actividades escolares aportarán en la consolidación de los conocimientos, con el paso del tiempo volverlos funcionales.

La práctica evaluativa. -Es aquella que amerita conocer los resultados obtenidos luego de llevarlos a la práctica, la misma amerita un profundo análisis de manera que se cumpla lo planificado y lo deseado, porque un docente busca que los educandos comprendan, asimilen, fijen los conocimientos de manera significativa, es posible mirarlo a la evaluación desde ciertos campos, sea políticos, pedagógicos, didácticos, como también en el ámbito educativo sea escuelas como colegios (Camillone, A 2008).

Existen parámetros establecidos en la evaluación y la importancia que tienen dentro del quehacer educativo, como por ejemplo Diagnosticar, pronosticar, seleccionar, acreditar, entonces constituye uno de los ejes más importantes del quehacer educativo, para corregir o continuar con un proceso que aporta o disminuye las posibilidades de potenciar los aprendizajes de manera significativa.

Las Funciones de la Evaluación

Es necesario conocer que existen varias funciones que cumplen la evaluación dentro de las actividades educativas, en favor de los educandos durante las actividades educativas, que requieren conocer del avance o retraso en la consolidación de los conocimientos. (Camillone, A 2008)

Función Simbólica. -Esta se produce al final de un ciclo de aprendizaje, entonces toda actividad está sujeta a ser evaluada al cumplir un proceso en este caso de las acciones enseñanza- aprendizaje, aun cuando no sea el propósito, para ello es indispensable que los maestros conozcan del manejo de instrumentos, técnicas que aporten en el desarrollo de las actividades educativas. (Camillone, A 2008)

Función Política. -Es una de las más importantes, como un proceso que le permite tomar las decisiones en torno a las actividades educativas, a nivel nacional, jurisdiccional e institucional, siendo necesario que la evaluación cumpla su rol la retroalimentación de los procesos de planificación y la toma de decisiones, sobre el desempeño del docente dentro de las acciones educativas.

Función de conocimiento. -Esta permite conocer el avance o retraso que presentan los estudiantes frente a la asimilación de los contenidos tratados durante las actividades escolares en el aula de clase, tomando en cuenta que la evaluación es un proceso planificado, estructurado, intencional el mismo arrojará resultados, datos que aportarán el conocer cómo están los aprendizajes tratados de manera eficiente y tomar decisiones para aportar con una retroalimentación. (Camillone, A 2008)

Función de Mejoramiento.-La mismo busca conocer cómo están los aprendizajes en los estudiantes para luego buscar entregar de manera eficiente mediante la didáctica y la metodología una enseñanza de calidad, tomando en cuenta que aporta en el enriquecimiento de la estructura cognitiva de los

educandos, esta permitirá mejorar los aprendizajes en los educandos ayudando a superar el rendimiento académico, para eso es imprescindible potenciar las capacidades intelectuales individuales de los escolares.

Función de desarrollo de las capacidades. - Es importante que los docentes conozcan de mecanismos, herramientas, técnicas que aporten en los educandos en el crecimiento personal por medio del fortalecimiento de las capacidades, habilidades y destrezas, de los educandos durante las horas clases, hasta lograr la adquisición de los aprendizajes significativos, para que con el paso del tiempo ayude en la memoria a largo plazo.

Camillone, A. (2008) manifiesta que:

“La evaluación tiene múltiples finalidades que persigue como el diagnosticar, pronosticar, seleccionar, acreditación, todos estos parámetros con el paso del tiempo aportan en el crecimiento individual de los educandos que buscan potenciar los saberes tratados de manera adecuada, permitiéndolo sacar juicios de valor en relación a la actividad que cumple los docentes durante el quehacer educativo, al mismo tiempo elevará el rendimiento académico de los mismos” (p.246).

Entonces durante las actividades educativas hacen falta poner de manifiesto el proceso evaluación para conocer el avance de los estudiantes frente a los aprendizajes tratados durante las horas clases, es evidente que solamente de esa forma se logra establecer si existe adelanto o retraso en la adquisición de saberes el mismo que permitirá la retroalimentación de los contenidos en busca de la superación personal.

1.- La finalidad del Diagnóstico. -Esta permite tomar decisiones en la enseñanza o en la gestión. Es importante saber si los educandos están avanzando o es necesario realizar una retroalimentación, tomando en cuenta la temporalización, es decir la evaluación inicial. (Camillone, A. 2008)

2.-La Finalidad de Pronostico. - Enfatiza el valor de la predicción de la información que se ha obtenido como resultado estás intentan anticipar y explicar los procesos o los fenómenos que han sido objetos de evaluación.

3.-La Finalidad de selección. - Persiguen propósitos de ubicación identificar a la persona más apta para un determinado espacio dentro delo pedagógico viceversa además permite establecer cuál es el mejor espacio para enseñar, el mismo que puede aportar en el desarrollo y construcción de los aprendizajes, para luego llevarlos a la práctica y mejorar el rendimiento académico de los educandos. (Camillone, A 2008).

4.-La Finalidad de acreditación. - Enfatiza los resultados de la evaluación. Es decir, la información se utiliza para establecer si existe las condiciones apropiadas en los estudiantes al cumplimiento de los objetivos planteados, además permite establecer la continuidad de los aprendizajes que los estudiantes requieren, y el mismo se entrega al culminar un ciclo de estudio.

Es importante cumplir con el proceso evaluación para determinar si existe un avance o retraso de los aprendizajes tratados durante las horas clases, es evidente que sin este proceso ningún aspecto dentro de las actividades educativas puede aportar en el crecimiento intelectual de los educandos, todo proceso de evaluación es continua la misma que facilita la toma de decisiones para corregir o mantener un esquema mental de enseñanza.

2.5 Planteamiento de las Hipótesis

H₁. El estrés académico **Si** influye en el rendimiento de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato.

H₀. El estrés académico **No** influye en el rendimiento de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato.

2.6. Señalamiento de las Variables

VARIABLE INDEPENDIENTE

El estrés Académico

VARIABLE DEPENDIENTE

Rendimiento

CAPÍTULO 3 METODOLOGÍA

3.1 ENFOQUE METODOLÓGICO

El presente trabajo de investigación tiene enfoque cuantitativo porque permite explicar los datos de forma numérica, con la ayuda de la estadística; se requiere que exista una relación, claridad y afinidad entre los elementos del problema de investigación, que sea posible, visible y limitados exactamente donde se inició el problema, esta investigación es lineal.

3.2 MODALIDAD BÁSICA DE LA INVESTIGACIÓN

Investigación de campo

Esta investigación es de campo porque es un estudio sistemático de los hechos en el lugar donde están los acontecimientos, se tiene contacto en forma directa con la realidad y se obtiene información de acuerdo a los objetivos del proyecto.

Investigación Bibliográfica

Tiene el propósito de detectar, ampliar y profundizar diferentes enfoques, teorías conceptualizaciones, fundamentaciones en base a fuentes primarias, libros, textos, internet, revistas donde se encuentre el tema de estudio y criterios de diversos autores, más el aporte de comentarios de la responsable del trabajo de investigación como fuentes secundarias. (Herrera, L 2010).

3.3. NIVELES O TIPOS DE INVESTIGACIÓN

Explorativo

Busca encontrar ideas y manifestaciones sondeando, averiguando y preguntando para poder entender mejor las causas para que se origine el problema, para buscar una posible solución a la problemática encontrada.

Descriptivo

Es un nivel de investigación de medición precisa y requiere de conocimientos suficientes, tiene Inter. Acción social, compara entre dos o más fenómenos, descubre los problemas que presentan para poder comparar las causas y los efectos a futuro detallando, describiendo para poder conocer mejor.

Asociación de Variables

Permite predicciones estructurales analiza la correlación del sistema de variables, mide la relación entre variables. En si permite observar si existe una relación dable entre las dos variables.

Explicativo

Perite establecer las consecuencias que presenta el problema de investigación, en este caso sobre el bajo rendimiento por causa del estrés académico que genera durante las actividades educativas, lo que implica superar la calidad de la educación realizando una explicación adecuada durante el proceso investigación, hasta elaborar el informe final.

3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA

Como el universo de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, de la Universidad Técnica de Ambato es grande, se aplicará la fórmula. El tamaño de la muestra debe ser manejable para alcanzar un alto grado de precisión reduciendo al mínimo de error, en este caso la población de estudio fueron 323 estudiantes distribuidos en 7 paralelos de modalidad presencial y 2 de modalidad semipresencial de la Carrera de Educación Básica y constituye el número de sujetos que deben seleccionarse de una población o universo; este número se puede calcular por diferentes fórmulas.

FÓRMULA

$$n = \frac{N}{(E)^2(N-1) + 1}$$

- n= Tamaño de la muestra
- N= Población o universo
- E= Error admisible, determinado por el investigador en cada estudio.
- Calcular el tamaño óptimo de la muestra de una población de 323 Estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, Universidad Técnica de Ambato, del cantón Ambato con un margen de error del 5%.

Fórmula

$$n = \frac{N}{\epsilon^2(N-1) + 1}$$

Para aplicar la fórmula es necesario desarrollar el 5% de error de margen que se plantea en el ejemplo, se calcula el 5 dividiendo para cien esto es igual al 0,05.

Desarrollo

$$n = \frac{323}{(0.05)^2(323-1) + 1}$$

$$n = \frac{323}{0.0025 (322) + 1} \quad n = 108$$

n= 108 personas involucradas en este trabajo de investigación: 108 Estudiantes de la Facultad de Ciencias Humana y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato.

Cuadro N° 4 Población y muestra

ESTUDIANTES DE LA MODALIDAD PRESENCIAL		
POBLACIÓN	MUESTRA	%
ESTUDIANTES PRIMERO A	12	11.1%
ESTUDIANTES SEGUNDO A	12	11.1%
ESTUDIANTES CUARTO A	12	11.1%
ESTUDIANTES OCTAVO A	12	11.1%
ESTUDIANTES OCTAVO B	12	11.1%
ESTUDIANTES NOVENO A	12	11.1%
ESTUDIANTES NOVENO B	12	11.1%
ESTUDIANTES DE LA MODALIDAD SEMIPRESENCIAL		
ESTUDIANTES NOVENO "A"	12	11.1%
ESTUDIANTES NOVENO "B"	12	11.1%
TOTAL	108	100%

Elaborado Por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

3.5 OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

VARIABLE INDEPENDIENTE: El Estrés Académico

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADIRES	ITEMS	TECNICAS
<p>El estrés, que significa fatiga sentirse apretado, presionado, es una reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada. Fisiológica o biológica estrés es la respuesta de un organismo a un factor de estrés tales como una condición de trabajo en este caso académico, el estrés es el modo de un cuerpo de reaccionar a un desafío, de acuerdo con el evento estresante, la manera del cuerpo a responder al estrés es mediante el sistema nervioso simpático de activación que da lugar a la respuesta de lucha o huida, debido a que el cuerpo no puede mantener este estado durante largos períodos de tiempo, el sistema parasimpático vuelve condiciones fisiológicas del cuerpo a la normalidad (homeostasis).</p>	<p>Reacción fisiológica</p> <p>Mecanismo de defensa</p> <p>Afrontar situación</p>	<p>Presionado</p> <p>Agotamiento</p> <p>Extenuado</p> <p>Protección</p> <p>Impotencia</p> <p>Imposibilidad</p> <p>Escolaridad</p> <p>Estudio</p> <p>Aprendizaje</p>	<p>1.- Durante el transcurso de este semestre ¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?</p> <p>2.- ¿Te ha inquietado la competencia con los compañeros de grupo?</p> <p>3.- ¿Te sientes cansado con la sobrecarga de tareas y trabajos escolares?</p> <p>4.- ¿Te sientes a gusto con la personalidad y el carácter de los profesores?</p> <p>5.- ¿Las evaluaciones de los profesores te ponen nervioso o tenso?</p> <p>6.- ¿El tipo de trabajo que te piden los profesores son fáciles de realizar?</p> <p>7.- ¿Los docentes te hacen entender los temas que se abordan en la clase?</p> <p>8.- ¿Tu participación en clase es activa?</p> <p>9.- ¿Te estresa el tiempo limitado para hacer el trabajo?</p> <p>10.- ¿Presentas trastornos en el sueño?</p>	<p>Encuesta</p> <p>Instrumento</p> <p>Cuestionario</p>

Cuadro N° 5 Operacionalización de la variable independiente

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

VARIABLE DEPENDIENTE: Rendimiento

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADIRES	ITEMS	TECNICAS
<p>El rendimiento es una acción mental destinada a lograr asimilar con facilidad los saberes de manera significativa, hasta potenciar las condiciones educativas, fortaleciendo la parte cognitiva, es decir desarrollando las capacidades individuales que solo se puede lograr potenciando el nivel intelectual de los educandos en proceso de formación.</p>	Acción mental	Producto	11.- ¿Con qué frecuencia tienes dolores de cabeza o migraña?	<p>Encuesta</p> <p>Instrumento</p> <p>Cuestionario</p>
	Asimilar	Capacidad	12.- Cuando estás preocupado o nervioso ¿te rascas, muerdes las uñas o frotas alguna parte de tu cuerpo?	
		Esfuerzo	13.- Si tienes malas calificaciones ¿tienes sentimientos de depresión y tristeza?	
	Saberes significativos	Aprender	14.- ¿Cuando tienes evaluaciones presentas ansiedad, angustia o desesperación?	
		Entender	15.- Al momento de estudiar presentas problemas de concentración?	
		Comprender	16.- ¿Cuando estás presionado presentas sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad?	
Cognitiva		17.- ¿Cuando estás estresado te aíslas de los demás?		
Afectiva	18.- Si tienes mucho trabajo presentas desgano para realizar las labores escolares?			
			19.- ¿Te das tiempo para elaborar un plan y ejecución de sus tareas?	
			20.- ¿Busca información sobre estrategias para combatir la situación del estrés?	
			Escribe por favor tu promedio de calificaciones del último semestre	

Cuadro N° 6 Operacionalización de la variable dependiente

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

3.6. RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

Metodológicamente, para la construcción de la información se opera en dos fases: Dentro de este aspecto utilizaremos ciertas técnicas activas, participativas que contribuyan en la recolección de datos que aportarán para la solución del problema que afecta directamente al crecimiento intelectual por situaciones donde se puede observar que los educandos presentan el estrés académico, incidiendo en el bajo rendimiento.

Encuesta. -Es una técnica activa que le permite a la investigadora recolectar datos mediante la aplicación de un instrumento con preguntas para conocer sobre el estrés académico y el rendimiento, el mismo que contribuirá para tener una idea clara sobre este aspecto a ser investigado.

Entrevista. -Es una técnica activa que también contribuye en la recolección de datos, en este caso se aplicó la informal es decir mediante un diálogo al momento de acudir a la institución educativa a solicitar datos sobre el tema de investigación, para obtener la suficiente información que nos permite encontrar una posible solución.

Plan para la recolección de información

Se procedió a realizar una encuesta estructurada (Anexo...) con preguntas relevantes en relación al tema para aplicar a los estudiantes de la facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la carrera de Educación Básica de la Universidad Técnica de Ambato para obtener datos que aporten al desarrollo de la investigación en relación al problema en investigación. (Herrera, L 2010).

El plan de recolección de información contempla estrategias metodológicas requeridas por los objetivos e hipótesis de investigación.

Las preguntas fueron tomadas de la encuesta estructurada aplicadas a los estudiantes, la encuesta fue realizada con preguntas valoradas por profesionales de otras tesis aprobadas y puestas en práctica para mejorar la calidad de la educación.

Cuadro N° 7 Preguntas Básicas

PREGUNTAS BÁSICAS	EXPLICACIÓN
1.- ¿Para qué?	Para alcanzar los objetivos de la investigación y comprobar la hipótesis.
2.- ¿De qué personas?	Estudiantes de la Universidad Técnica de Ambato, Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación.
3.- ¿Sobre qué aspectos?	Sobre los indicadores traducidos a ÍTEMS
4.- ¿Quién? ¿Quiénes?	Investigadora
5.- ¿A quiénes?	A los miembros del universo investigado
6.- ¿Quién?	Verónica Nataly Ruiz Jácome
7.- ¿Cuándo?	Durante el periodo 2015-2016
8.- ¿Dónde?	Universidad Técnica de Ambato Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la carrera de Educación Básica
9.- ¿Cuántas veces?	Encuesta dirigida a 108 estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación
10.- ¿Con qué?	Instrumento estructurado
11.- En qué situación	En un ambiente cómodo y tranquilo.

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

3.7. PLAN DE PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN

Para el procesamiento de los datos tomados para el desarrollo del proyecto de investigación luego de proceder a recolectar los datos para la tabulación, análisis e interpretación mediante cuadros y gráficos estadísticos y posteriormente en función de los autores que contestan las variables acordes al tema, podremos observar con mayor claridad los resultados obtenidos.

CAPÍTULO 4
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS
ENCUESTA APLICADA A LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE
EDUCACIÓN BÁSICA.

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

Tabla N° 1: Momentos de preocupación

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	10	9%
A veces	88	82%
Nunca	10	9%
Total	108	100%

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Fuente: Estudio de campo

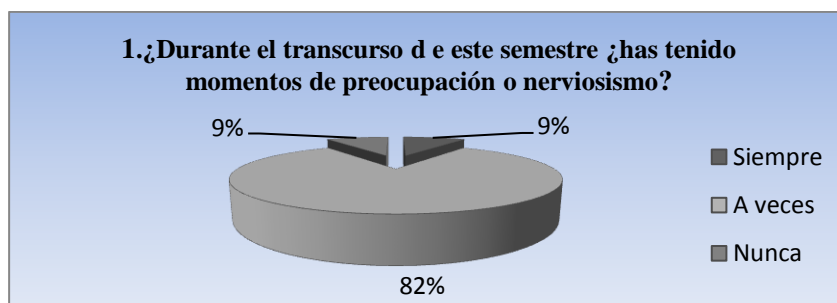


Gráfico 5: Momentos de preocupación

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Análisis e Interpretación

El 9% de los estudiantes encuestados de la Facultad de Ciencias Humanas y de la educación responden la interrogante que Siempre durante el transcurso del semestre han tenido momento de preocupación lo que provoca estrés. El 82 % de los aplicados en la Encuesta responden que A veces durante las horas clases se sienten preocupados, angustiados. El 9% de los estudiantes aplicados en la Encuesta, responden que Nunca durante las clases en el semestre no sienten preocupación o angustia.

Interpretación

Luego de revisar los datos encontrados en esta interrogante, se deduce que un porcentaje mayor responde que a veces, durante el semestre se siente preocupado o angustiado lo que provoca el estrés en los educandos durante las actividades educativas.

Pregunta 2: ¿Te ha inquietado la competencia con los compañeros de grupo?

Tabla N° 2: Competencia con los compañeros

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	6	6%
A veces	57	52%
Nunca	45	42%
total	108	100%

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Fuente: Estudio de campo

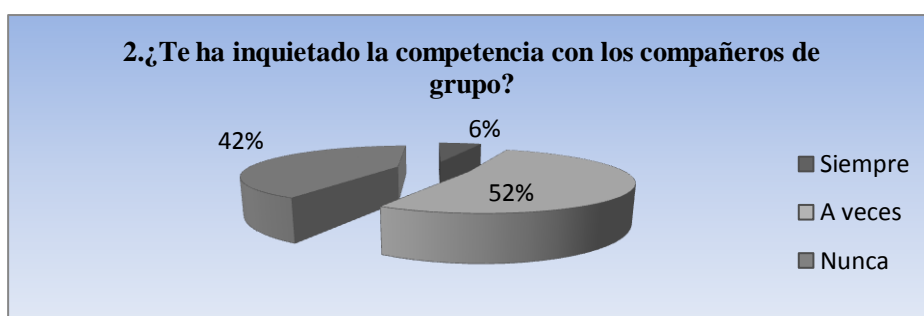


Gráfico 6: La competencia con los compañeros

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Análisis e Interpretación

El 6% de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la educación responden en la Encuesta, que Siempre le ha inquietado la competencia en el grupo de trabajo. El 52% de los aplicados en la Encuesta completan las interrogantes que a veces les ha inquietado las competencias en los grupos de trabajo dentro del aula de clase. El 42% responde la pregunta que Nunca le ha inquietado las competencias en los grupos de trabajo en las actividades educativas.

Interpretación

Al revisar los datos se puede determinar que A veces los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la educación, que les ha inquietado durante las actividades en grupo al momento de las horas clases.

Pregunta 3 ¿Te sientes cansado con la sobrecarga de tareas y trabajos escolares?

Tabla N° 3: Te sientes cansado por los trabajos escolares

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	22	20%
A veces	79	73%
Nunca	7	7%
total	108	100%

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome.

Fuente: Estudio de campo.

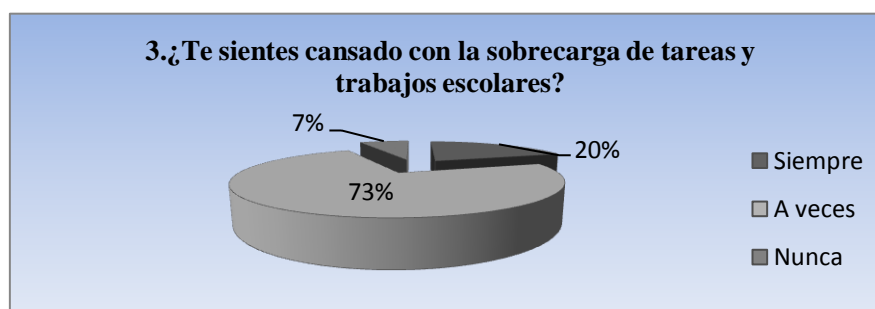


Gráfico 7: Te sientes cansado por las tareas escolares

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Análisis e Interpretación

El 20% de los aplicados en la Encuesta responden la interrogante que Siempre se sienten cansados por la carga de tareas escolares. El 73% de los educandos que han realizado la Encuesta, contestan que A veces se sienten cansados por la carga de tareas escolares, lo que provoca Estrés académico. El 7% de los estudiantes que contestan la interrogante que Nunca se sienten casados o agobiados por la cantidad de tareas escolares, que influye en la adquisición del estrés.

Interpretación

Luego de revisar los datos adquiridos en la interrogante se puede determinar que un porcentaje mayor de estudiantes de la Universidad Técnica de Ambato de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación que A veces se sienten cansados por la cantidad de tareas escolares lo que es causa para que se presente el estrés en los educandos.

Pregunta 4 ¿Te sientes a gusto con la personalidad y el carácter de los profesores?

Tabla N° 4: Te sientes a gusto con la personalidad

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	25	23%
A veces	73	68%
Nunca	10	9%
total	108	100%

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Fuente: Estudio de campo



Gráfico 8: Te sientes a gusto con la personalidad

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Análisis e Interpretación

El 23% de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la educación responden la interrogante que Siempre se siente a gusto con la personalidad y el carácter de los maestros. El 68% de los educandos contestan la interrogante que A veces se sienten a gusto con la personalidad y el carácter del maestro. El 9% de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación que Nunca afecta la personalidad y el carácter del maestro durante las horas clases.

Interpretación

Al tabular los datos encontrados en la interrogante, se deduce que existe un porcentaje mayor de estudiante responde que A veces se sienten a gusto por la personalidad y el carácter del maestro durante las horas clases donde es evidente observar.

Pregunta 5: ¿Las evaluaciones de los profesores te ponen nerviosos o tenso?

Tabla N° 5: Los profesores te ponen tenso

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	17	16%
A veces	73	67%
Nunca	18	17%
total	108	100%

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome.

Fuente: Estudio de campo.



Gráfico 9: Los profesores te ponen tenso

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Análisis e Interpretación

El 16% de los aplicados en la Encuesta responde la pregunta que siempre las evaluaciones que ponen de manifiesto los docentes los vuelven tensos. El 67% de los educandos responden la interrogante que A veces durante las actividades de evaluación se vuelven tensos los educandos. El 17% de los estudiantes responden la pregunta que Nunca se sienten tensos durante las actividades de evaluación, lo que implica que en ciertos casos aparece el estrés académico.

Interpretación

Al analizar los datos adquiridos en la tabulación de la interrogante, se puede decir que un porcentaje mayor responde que A veces los estudiantes presentan situaciones de tensión, durante las actividades de evaluación lo que implica estrés académico en los educandos, durante el período clase.

Pregunta 6 ¿El tipo de trabajo que te piden los profesores son fáciles de realizar?

Tabla N° 6: Los trabajos son fáciles de realizar

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	14	13%
A veces	87	81%
Nunca	7	6%
total	108	100%

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Fuente: Estudio de campo

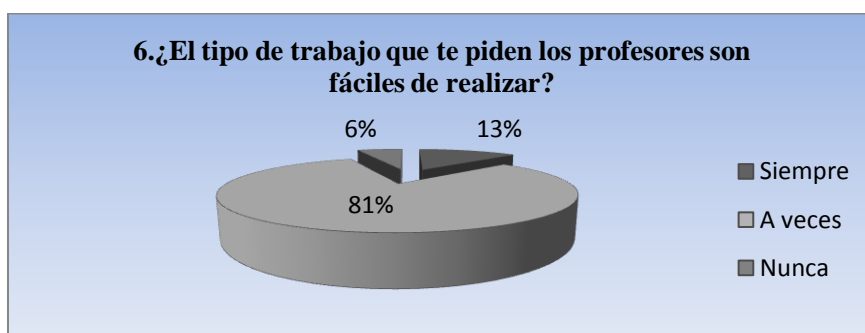


Gráfico 10: Los trabajos son fáciles de realizar

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Análisis e Interpretación

El 13% de los estudiantes de la Universidad Técnica de Ambato responden la pregunta que Siempre el tipo de trabajo que piden que realicen los docentes son fáciles de resolver. El 81% de los educandos contestan la pregunta que A veces el tipo de actividades que el docente pide que realice son difíciles de realizar lo que provoca estrés académico en los educandos. El 6% de los aplicados en la Encuesta contestan la pregunta que Nunca las tareas que piden que realicen presentan dificultades, lo que implica que los educandos presenten estrés académico.

Interpretación

Un porcentaje mayor de estudiantes responden la interrogante que A veces los estudiantes en cuentan dificultad en los tipos de tareas escolares que deben cumplir, muchas de las veces esto provoca estrés en los educandos de forma frecuente.

Pregunta 7: ¿Los docentes te hacen entender los temas que se abordan en la clase?

Tabla N° 7: Te hacen entender los temas

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	30	28%
A veces	75	69%
Nunca	3	3%
total	108	100%

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Fuente: Estudio de campo

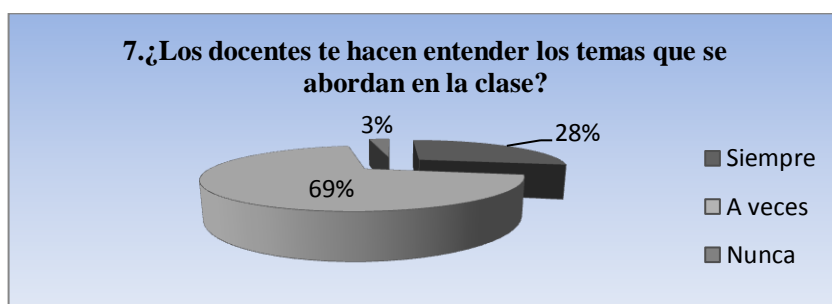


Gráfico 11: Te hacen entender los temas

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Análisis e Interpretación

El 28% de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación responden la interrogante que Siempre los docentes hacen entender los temas que tratan. El 69% de los educandos de la Universidad Técnica de Ambato responden que A veces los maestros hacen entender los temas tratados durante las horas clases. El 3% de los aplicados en la Encuesta contestan la interrogante que Nunca los docentes se hacen entender los temas tratados durante las horas clases.

Interpretación

Después de tabular los resultados obtenidos en la pregunta se puede deducir que un porcentaje alto de estudiantes responden que A veces los docentes hacen entender los temas tratados durante las horas clases, durante las actividades educativas dentro del aula de clases lo que puede producir estrés académico.

Pregunta 8 ¿Tu participación en clase es activa?

Tabla N° 8: La clase es activa

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	29	27%
A veces	73	68%
Nunca	6	5%
total	108	100%

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Fuente: Estudio de campo

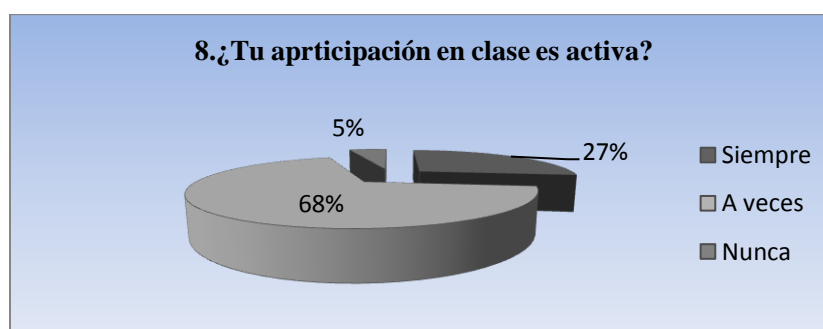


Gráfico 12: La clases es activa

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Análisis e Interpretación

El 27% de los educandos aplicados la Encuesta responden la interrogante que Siempre las clases son activas y participativas lo que favorece para evitar el estrés académico. El 68% de los educandos responden la interrogante que A veces los mismos participan, activamente durante los aprendizajes. El 5% de los estudiantes que han respondido las preguntas que Nunca las horas clases serán dinámicas, activas y participativas.

Interpretación

Después de tabular los datos adquiridos en la pregunta contestada por los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación responde que A veces las clases que brinda el docente son dinámicas, participativas que aportan en el crecimiento del rendimiento académico de los educandos en proceso de formación.

Pregunta 9 ¿Te estresa el tiempo limitado para hacer el trabajo?

Tabla 9: Te estresa el tiempo limitado

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	26	24%
A veces	71	66%
Nunca	11	10%
total	108	100%

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Fuente: Estudio de campo

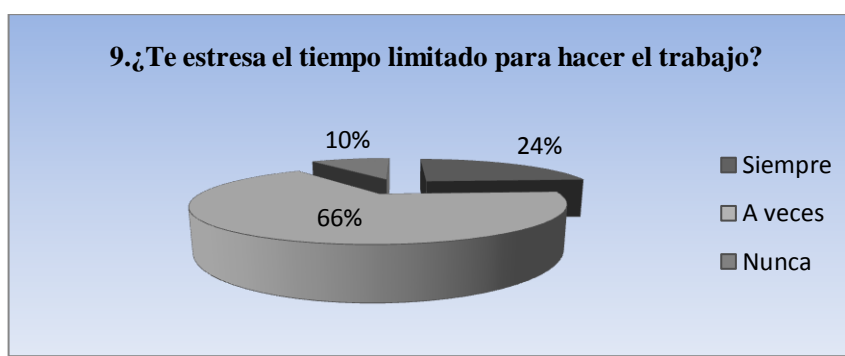


Gráfico 13: Te estresa el tiempo limitado

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Análisis e Interpretación

El 24% de los estudiantes aplicados la Encuesta contestan la pregunta que Siempre les estresa el tiempo limitado para resolver la cantidad de tareas escolares. El 66% de los estudiantes contestan que A veces los educandos responden la interrogante se estresan por el tiempo es limitado para resolver las tareas escolares. El 10% de los estudiantes contestan que Nunca les estresa el tiempo es limitado para resolver las tareas escolares durante las actividades educativas.

Interpretación

Al analizar los datos adquiridos durante la tabulación de la pregunta un porcentaje mayor responden que A veces les estresa por el poco tiempo que cuentan al realizar las tareas escolares, durante el período académico lo que influye el rendimiento escolar de los educandos durante el inter- aprendizaje.

Pregunta 10 ¿Presenta trastornos en el sueño?

Tabla N° 10: Presenta trastornos

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	9	8%
A veces	49	44%
Nunca	51	47%
total	108	100%

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Fuente: Estudio de campo

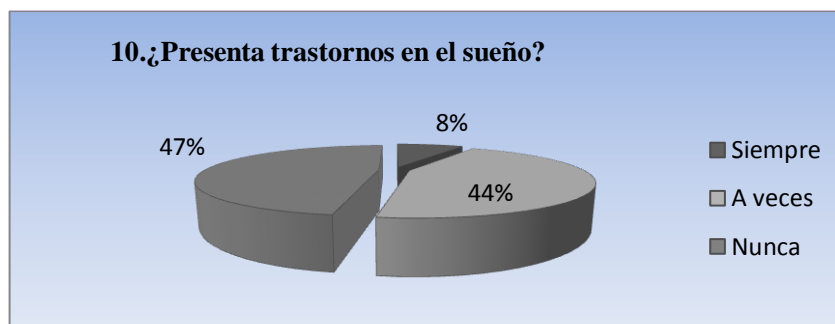


Gráfico 14: Presenta trastornos

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Análisis e Interpretación

El 8% de los estudiantes de la Universidad Técnica de Ambato de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación responden la pregunta que Siempre presentan trastornos de sueño, que es un indicador para producir el estrés académico. El 44% de los educandos contestan que A veces presentan trastorno de sueño por el cansancio que implica las tareas escolares. El 47 de los estudiantes responden que Nunca presentan trastorno de sueño que influya en la adquisición de estrés académico.

Interpretación

Luego de tabular los datos encontrados en la pregunta se puede deducir que un porcentaje mayor contestan que Nunca los estudiantes presentan trastornos de sueño lo que implica un problema de estrés académico durante el proceso formación.

Pregunta 11 ¿Con qué frecuencia tiene dolores de cabeza o migraña?

Tabla 11: Tiene dolores de cabeza o migraña

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	9	8%
A veces	52	48%
Nunca	47	44%
total	108	100%

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Fuente: Estudio de campo

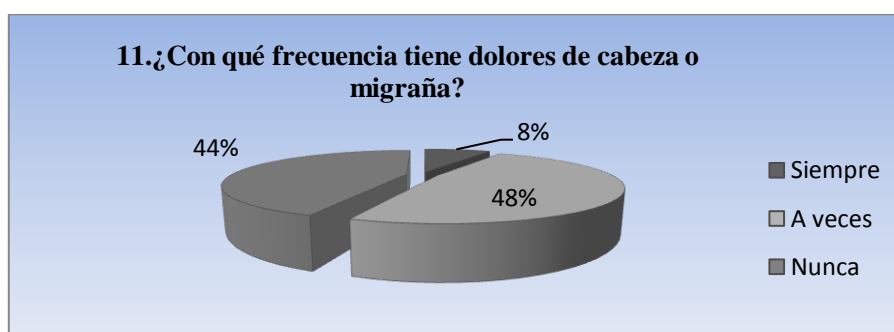


Gráfico 15: Tiene dolores de cabeza o migraña

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Análisis e Interpretación

El 8% de los estudiantes aplicados la Encuesta contestan la interrogante que Siempre presentan dolores de cabeza y migraña, lo que es un problema para potenciar el rendimiento escolar. El 48% de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación contestan que A veces los educandos presentan dolor de cabeza o migraña. El 44% de los estudiantes contestan la interrogante que Nunca los educandos presentan un problema patológico cómo es dolor de cabeza o migraña lo que no permite un adecuado rendimiento escolar.

Interpretación

Al tabular los datos se puede deducir que un porcentaje mayor de estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación responden que A veces presentan dolor de cabeza y migraña que es un factor detonante en el rendimiento escolar.

Pregunta 12 ¿Cuándo estás preocupado o nervioso ¿Te rascas o muerdes las uñas o frotas alguna parte de tu cuerpo?

Tabla N° 12: Cuando estás preocupado o nervioso

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	9	8%
A veces	51	47%
Nunca	49	45%
total	108	100%

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Fuente: Estudio de campo

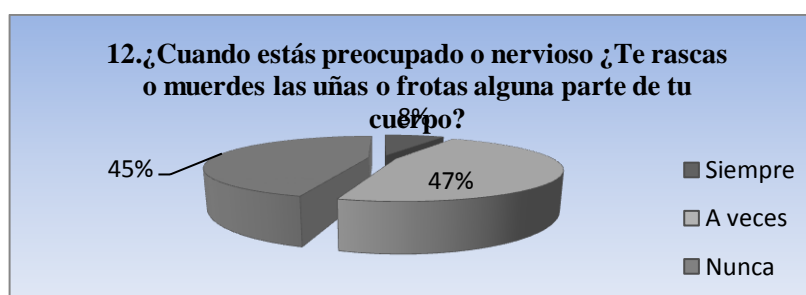


Gráfico 16: Cuando estás preocupado o nervioso

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Análisis e Interpretación

El 8% de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato responden que Siempre cuando están preocupados o nerviosos, muerden la uñas y hacen cosa nada acorde a la edad. El 46% de los estudiantes contestan la interrogante que A veces cuando están preocupados se muerden la uñas o están nerviosos. El 45% de los estudiantes responden que Nunca hacen cosas como el ponerse nerviosos.

Interpretación

Luego de tabular los datos adquiridos, se puede determinar que un porcentaje mayor de estudiantes responden que A veces los estudiantes se ponen nerviosos o preocupados lo que influye en el rendimiento escolar durante el período clase.

Pregunta 13 ¿Si tienes malas calificaciones ¿Tienes sentimientos de depresión y tristeza?

Tabla N° 13: Tienes malas calificaciones

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	10	9%
A veces	63	59%
Nunca	35	32%
total	108	100%

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Fuente: Estudio de campo

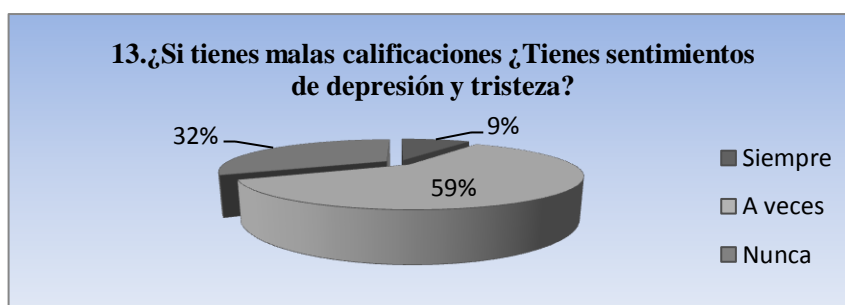


Gráfico 17: Tiene malas calificaciones

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Análisis e Interpretación

El 9% de los estudiantes aplicados la Encuesta de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación responden que Siempre tienen malas calificaciones tienen sentimientos de depresión y de tristeza. El 59% de los estudiantes responden la pregunta que A veces cuando tienen malas notas presentan depresión o tristeza. El 32% de los estudiantes explican que Nunca presentan depresión o tristeza cuando tienen malas notas.

Interpretación

Al tabular los datos encontrados en la pregunta se puede determinar que un porcentaje mayor de estudiantes contestan que A veces cuando tienen malas notas se observan depresión, tristeza en los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato.

Pregunta 14 ¿Cuándo tienes evaluaciones presentas ansiedad, angustia o desesperación?

Tabla N° 14: Cuando tienes evaluación presentas ansiedad

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	10	9%
A veces	61	56%
Nunca	38	35%
Total	108	100%

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Fuente: Estudio de campo

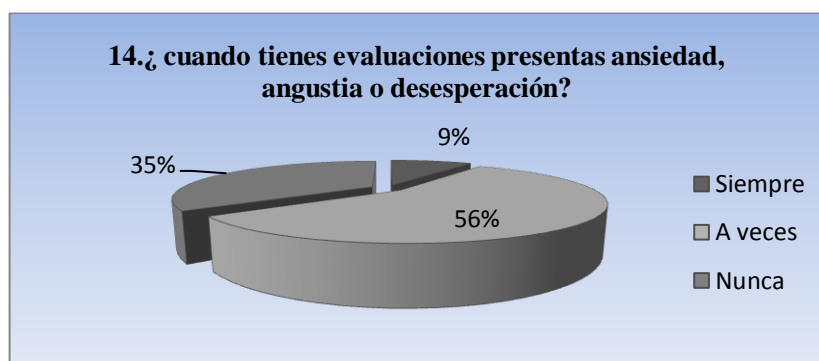


Gráfico 18: Cuando tienes evaluaciones presentas ansiedad

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Análisis e Interpretación

El 9% de los estudiantes que fueron aplicados la Encuesta responden la interrogante que, Siempre presentan angustia, ansiedad o desesperación durante el proceso evaluación. El 56% de los educandos responden que A veces sientes angustias, desesperación o angustia que se presenta durante las evaluaciones. El 35% de los encuestados responden la interrogante que Nunca presentan angustia, desesperación cuando están aplicando las evaluaciones.

Interpretación

Al tabular los datos de la pregunta de la Encuesta se deduce que un porcentaje mayor responden que A veces los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato se sienten angustiados o tienen depresión lo que causa la evaluación y es un factor para generar el estrés académico y rendimiento bajo, que influye en la calidad de la educación de los mismos.

Pregunta 15 ¿Al momento de estudiar presentas problemas de concentración?

Tabla N° 15: Presentas problemas de concentración

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	6	6%
A veces	76	70%
Nunca	26	24%
total	108	100%

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Fuente: Estudio de campo

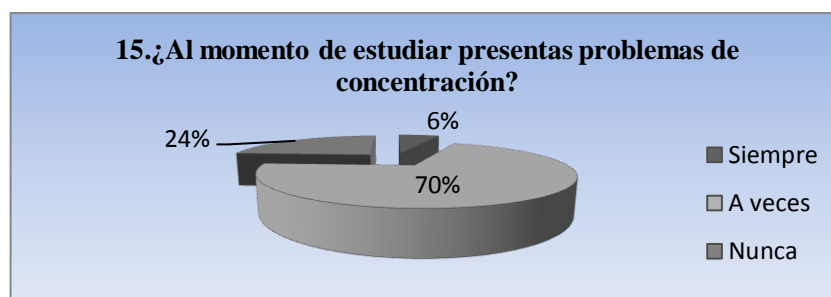


Gráfico 19: Presentas problemas de concentración

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Análisis e Interpretación

El 6% de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación contestan la pregunta que Siempre presentan un problema de concentración afectando el rendimiento estudiantil. El 70% responden la interrogante que A veces presentan un aspecto negativo durante el período clase de concentración, que no favorece la calidad de la educación. El 24% de los educandos dicen que Nunca presentan dificultades en la concentración durante la jornada clase.

Interpretación

Luego de tabular los datos encontrados en la pregunta se deduce que los estudiantes en un porcentaje mayor dicen que A veces los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación que presentan problemas de concentración durante las actividades educativas, que muchas de las veces influyen en el rendimiento académico.

Pregunta 16: ¿Cuándo estas presionado presentas sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad?

Tabla N° 16: Aumento de irritabilidad

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	9	8%
A veces	60	56%
Nunca	39	36%
total	108	100%

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome.

Fuente: Estudio de campo.

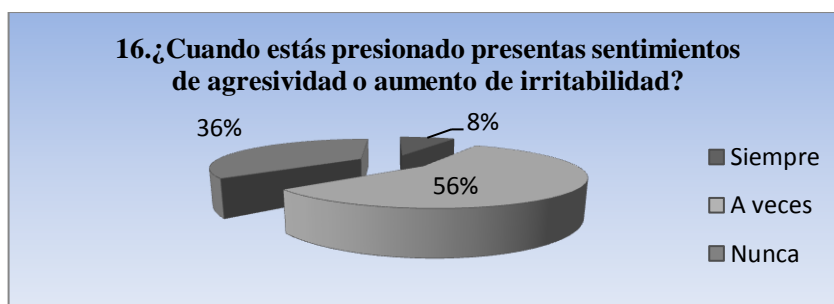


Gráfico 20: Aumento de irritabilidad

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Análisis e Interpretación

El 8% de los estudiantes aplicados la Encuesta contestan la interrogante que Siempre cuando están presionados presentas sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad que con el paso del tiempo al no ser controlado se produce el Estrés académico. El 56% de los educandos contestan que A veces presentan agresividad o irritabilidad por la presión ejercida por los docentes durante las actividades educativas. El 36% de los estudiantes responden que Nunca se sienten presionados o con irritabilidad durante el período clase.

Interpretación

Al revisar los datos obtenidos en la pregunta se deduce que un porcentaje mayor de estudiantes dicen que A veces durante las actividades educativas se sienten presionados o con irritabilidad producto de la presión que ejerce los docentes en las horas clases.

Pregunta 17: ¿Cuando estás estresado te aíslas de los demás?

Tabla N° 17: Te aíslas de los demás

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	10	9%
A veces	52	48%
Nunca	46	43%
total	108	100%

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome.

Fuente: Estudio de campo

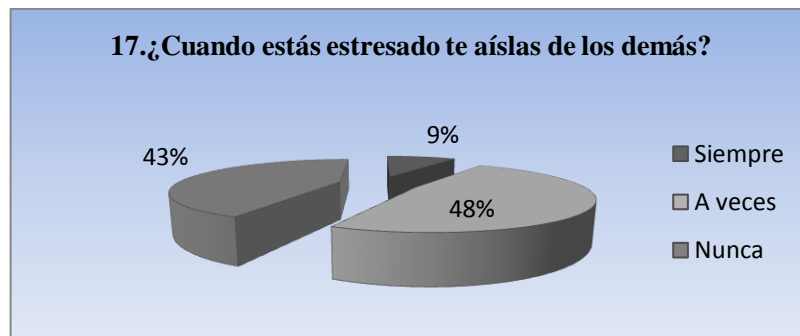


Gráfico 21: Te aíslas de los demás

Elaborado por: La Investigadora

Análisis e Interpretación

El 9% de los estudiantes aplicados la Encuesta deducen que Siempre cuando están estresados te aíslas de los demás es un factor negativo en la calidad de la educación. El 48% de los estudiantes explican que A veces cuando están estresados se asilan del resto de compañeros durante las clases, lo que es un factor negativo para fomentar el rendimiento estudiantil. El 43% de los encuestados responden la interrogante que Nunca se sienten aislados cuando están estresados durante las horas clases.

Interpretación

Luego de tabular los datos encontrados en la interrogante se deduce que un porcentaje alto de estudiantes contestan que A veces se sienten aislados, cuando están estresados durante las actividades educativas, que le ayude a potenciar el rendimiento estudiantil.

Pregunta 18: ¿Si tienes mucho trabajo presentas desgano para realizar las labores escolares?

Tabla N° 18: Realizar labores escolares

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	16	15%
A veces	59	55%
Nunca	33	30%
total	108	100%

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Fuente: Estudio de campo

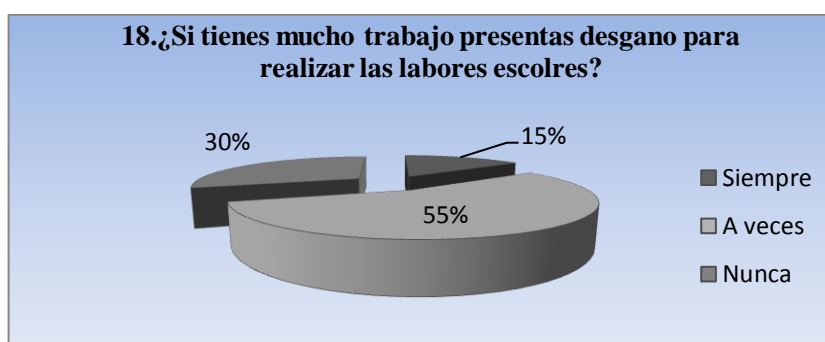


Gráfico 22: Realizar labores escolares

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Análisis e Interpretación

El 15% de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la educación responden que Siempre si tienes mucho trabajo presentas desgano para realizar las labores escolares. El 55% contestan la interrogante los educandos de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación presentan desgano para realizar las labores escolares. El 30% de los educandos aplicados la Encuesta responden que Nunca presentan desgano cuando tienen muchos trabajos.

Interpretación

Los estudiantes encuestados responden la interrogante con un porcentaje mayor que A veces ellos cuando tienen muchos trabajos escolares, se visualiza desgano al momento de resolver las tareas, esto permitirá superar el rendimiento académico y potenciar la calidad de la educación.

Pregunta 19: ¿Te das tiempo para elaborar un plan y ejecución de tus tareas?

Tabla N° 19: Ejecución de tareas

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	13	12%
A veces	72	67%
Nunca	23	21%
total	108	100%

Elaborado por: La Investigadora

Fuente: Estudio de campo

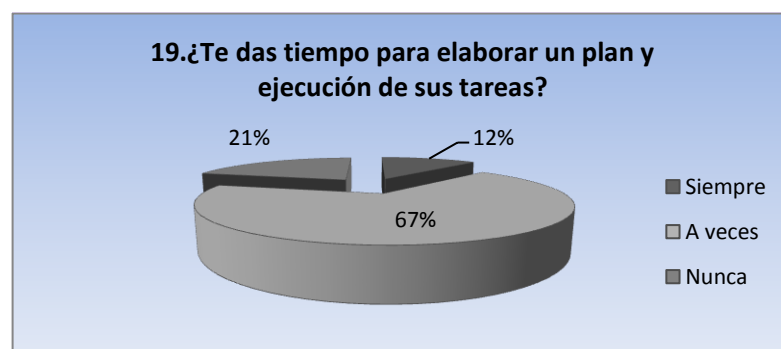


Gráfico 23: Ejecución de tareas

Elaborado por: La Investigadora

Análisis e Interpretación

El 12% de las personas aplicadas la Encuesta responden la pregunta que Siempre los estudiantes de la Universidad Técnica de Ambato se dan tiempo para elaborar un plan y ejecución de sus tareas lo que ayuda a potenciar el rendimiento estudiantil. El 67% de los educandos de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación dicen que A veces se dan tiempo para planificar y ejecutar ciertos trabajos escolares. El 21% de los estudiantes responden la pregunta que Nunca los estudiantes planifican las tareas a realizar lo que implica un bajo rendimiento escolar.

Interpretación

Al revisar los datos obtenidos en la pregunta podemos darnos cuenta que un porcentaje mayor de estudiantes responden que A veces ellos planifican las actividades a realizar durante el proceso enseñanza- aprendizaje lo que potencia el rendimiento escolar.

Pregunta 20: ¿Busca información sobre estrategias para combatir la situación de estrés?

Tabla N° 20: Combatir la situación de estrés

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	12	11%
A veces	42	39%
Nunca	54	50%
total	108	100%

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Fuente: Estudio de campo

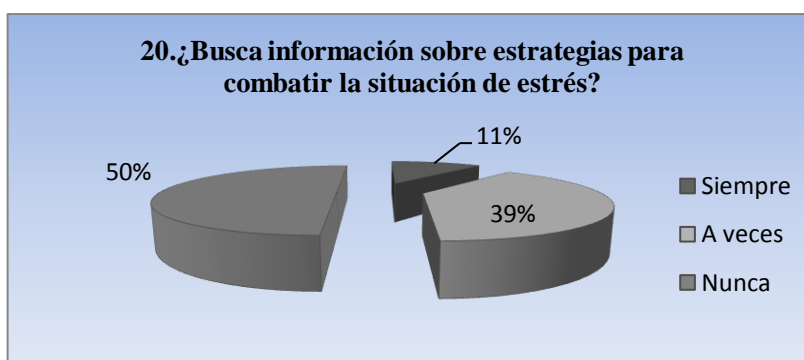


Gráfico 24: Combatir situación de estrés

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Análisis e Interpretación

El 11% de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación responden la interrogante que Siempre busca información sobre estrategias para combatir la situación de estrés que favorezca a mejorar el rendimiento escolar. El 39% de los educandos aplicados la Encuesta contestan la pregunta A veces buscan estrategias para combatir el estrés que las horas clases y el trabajo forzado presentan en los estudiantes. El 50% de los educandos responden que Nunca buscan estrategias para combatir el estrés que se observa por la cantidad de tareas escolares.

Interpretación

Al tabular los datos encontrados en la pregunta se deduce que Nunca los estudiantes buscan estrategias para mejorar el estrés que se observan en los

estudiantes por la cantidad de trabajo que tienen los estudiantes durante las jornadas educativas.

4.2.1. Verificación de la Hipótesis

Dentro de la investigación realizada en la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la “Universidad Técnica de Ambato”, uno de los puntos es la verificación de la hipótesis. El estadígrafo de significación por excelencia es Chi Cuadrado que nos permite obtener la información más eficiente con la que aceptamos o rechazamos la hipótesis.

4.2.2. Combinación de Frecuencias

Para poder establecer y realizar el Chi Cuadrado se establece la correspondencia de la variable eligiendo seis preguntas de la Encuesta aplicada a los estudiantes, tres por cada variable de estudio, eso permitirá efectuar el proceso de combinación y obtener los resultados acordes a las necesidades del tema.

4.2.3. Planteamiento de la Hipótesis

H₀. El estrés académico **No** influye en el rendimiento de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato.

H₁. El estrés académico **Si** influye en el rendimiento de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato.

4.2.4. Selección del Nivel de significación

Se utiliza el $\alpha = 0.05$

4.2.5. Especificaciones del Estadístico

De acuerdo a la tabla de contingencia 6 x 3 utilizaremos la fórmula.

$$X^2 = \frac{\sum (O - E)^2}{E} \quad \text{Donde}$$

X^2 = Chi o Ji Cuadrado

\sum = Sumatoria

O = Frecuencias Observadas

E = Frecuencia Especializada

4.2.6. Especializaciones de la región de aceptación y rechazo

Para indicar sobre esta región primeramente determinaremos los grados de libertad conociendo que el cuadrado está formado por 6 filas y 3 columnas.

$$gl = (f - 1) \cdot (c - 1)$$

$$gl = (6 - 1) \cdot (3 - 1)$$

$$gl = (5) \cdot (2)$$

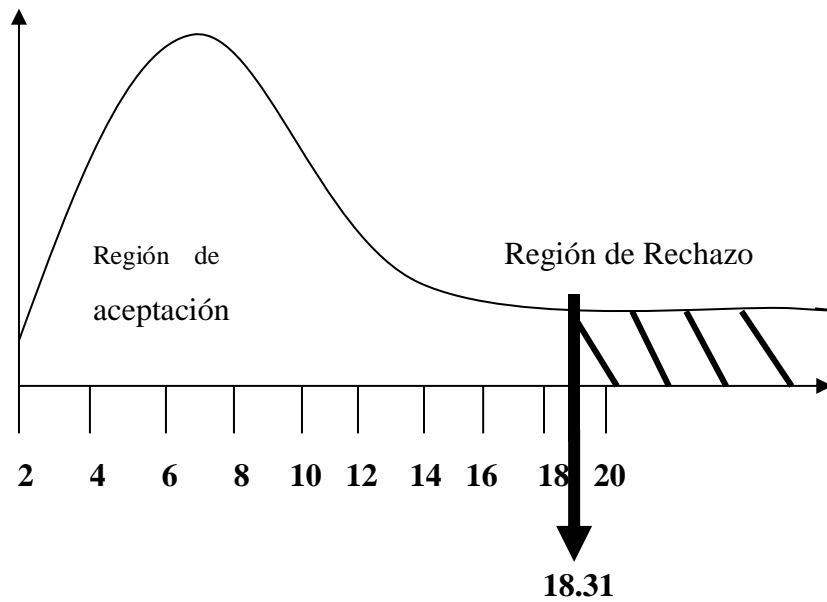
$$gl = 10$$

Entonces con el 10 gl y el nivel de 0.05 tenemos la tabla de X^2 siendo el valor de 18.31 por consiguiente se acepta la hipótesis nula para todos los valores de Ji

Cuadrado que se encuentran hasta el valor 18.31 y se rechaza la hipótesis nula cuando los valores calculados son mayores a 18.31.

La representación gráfica sería:

Gráfico N° 25 Ji Cuadrado



4.2.7. Recolección de datos de los cálculos de las estadísticas

Tabla N° 21 Recolección de Datos frecuencia observada

PREGUNTAS	CATEGORÍAS			Subtotal
	Siempre	A veces	Nunca	
3.- ¿Te sientes cansado con la sobrecarga de tareas y trabajos escolares?	22	79	7	108
5. ¿Las evaluaciones de los profesores te ponen nerviosos o tenso?	17	73	18	108
9. ¿Te estresa tiempo limitado para hacer el trabajo?	26	71	11	108
13. ¿Si tienes malas calificaciones tienen sentimientos de depresión o tristeza?	10	63	35	108
15.- ¿Al momento de estudiar presentas	6	76	26	108

problemas de concentración?				
18.-¿Si tienes mucho trabajo presentas desgano para realizar las labores escolares?	16	59	33	108
SUBTOTAL	97	421	130	648

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Tabla N° 22 Recolección de Datos frecuencia esperada

PREGUNTAS	CATEGORÍAS			Subtotal
	Siempre	A veces	Nunca	
3.- ¿Te sientes cansado con la sobrecarga de tareas y trabajos escolares?	16.16	70.16	21.66	108
5. ¿Las evaluaciones de los profesores te ponen nerviosos o tenso?	16.16	70.16	21.66	108
9. ¿Te estresa tiempo limitado para hacer el trabajo?	16.16	70.16	21.66	108
13. ¿Si tienes malas calificaciones tienen sentimientos de depresión o tristeza?	16.16	70.16	21.66	108
15.- ¿Al momento de estudiar presentas problemas de concentración?	16.16	70.16	21.66	108
18.- ¿Si tienes mucho trabajo presentas desgano para realizar las labores escolares?	16.16	70.16	21.66	108
SUBTOTAL	97	421	130	648

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

Tabla N° 23 Cálculo de Ji = Cuadrado

O	E	O - E	(O - E) ²	(O - E) ² / E
22	16.16	5.34	28.51	1.76
79	70.16	8.84	78.14	1.11
7	21.66	-14.66	-214.91	9.92
17	16.16	0.84	0.70	0.04
73	70.16	2.84	8.06	0.11
18	21.66	-3.66	-13.39	0.61
26	16.16	9.84	96.82	5.99
71	70.16	0.84	0.70	0.01
11	21.66	-10.66	-113.63	5.24
10	70.16	-7.16	-51.26	0.73
63	2.25	2.75	7.56	3.36
35	21.16	-13.84	-191.54	9.05
6	16.16	-10.16	-103.22	6.38
76	70.16	5.84	34.10	0.48
26	21.16	4.84	23.42	1.10
16	16.16	-0.16	-0.02	1.58

59	70.16	-11.16	-124.54	1.77
33	21.16	11.84	140.18	6.62
				54.84

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

4.2.8. Decisión Final

Recolección de datos y cálculo de las estadísticas

Para los 10 grados de libertad a un nivel de 0.05 se obtiene en el χ^2 tabulado 18.31 y con el valor de Ji Cuadrado calculado es de 54.84 de los estudiantes, se encuentra fuera de la región de aceptación, entonces se rechaza la hipótesis nula por lo que acepta la hipótesis alternativa que dice: El estrés académico **SI** influye en el rendimiento de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato.

CAPÍTULO 5

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. CONCLUSIONES

Se concluye que al diagnosticar el nivel que tienen los estudiantes a consecuencias del Estrés académico afecta directamente el proceso académico lo que implica un bajo rendimiento estudiantil, siendo necesario potenciar la calidad de la educación de los educandos de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, dentro de los datos podemos darnos cuenta que el estrés medio cuenta con 69 estudiantes de 108.

Luego de Analizar el rendimiento académico que tienen los estudiantes de la Carrera de Educación Básica de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato, es bajo por varias circunstancias que pueden desencadenar la carga de tareas escolares, el poco tiempo para realizarlo entre otros aspectos que no permite superar la parte cognitiva en los educandos tomando en cuenta que los datos obtenidos del rendimiento es de 58 estudiantes satisfactorio de 108.

Es importante realizar un artículo técnico que hable sobre estrés académico y el Rendimiento de los estudiantes de la Carrera de Educación Básica de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato, donde se puede visualizar que existe un aspecto negativo producto del estrés académico, el mismo que genera un rendimiento bajo que requiere mejorar la calidad de la educación.

Se deduce que las notas que presentan los estudiantes de los nueve paralelos de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, de la Universidad Técnica de Ambato, se observa un porcentaje mayor, que alcanzan los aprendizajes

requeridos, pero es necesario llegar a dominar y superar los aprendizajes al mismo tiempo el rendimiento estudiantil será potenciado.

5.2. Recomendaciones

Es importante buscar los mecanismos necesarios para evitar durante las actividades educativas generar el Estrés académico que es una de las causas para que el rendimiento de los estudiantes deje mucho que desear, para esto es necesario potenciar el proceso clase brindado aprendizajes participativos, activas, que promuevan la calidad de la educación de manera eficiente y lograr un cambio en la parte cognitiva de los mismos.

Es necesario mejorar la calidad de la educación donde se promueva la participación activa, dinámica de los estudiantes durante el proceso enseñanza-aprendizaje, que le ayude a fortalecer las habilidades, capacidades y destrezas para mejorar el rendimiento de los estudiantes, donde los contenidos tratados superen las dificultades que se observan en los educandos por el Estrés que muchas veces se dan en los participantes del quehacer educativo.

Se requiere cambiar la forma de trabajo en las aulas de la Facultad, esto permitirá dinamizar la parte cognitiva de los estudiantes, al mismo tiempo evitar que se produzca el Estrés en los educandos, el limitado tiempo para realizarlo son consecuencias para que el Rendimiento estudiantil no sea el esperado y con el paso del tiempo esto se observará en las calificaciones.

Se recomienda al personal docente de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación tratar de potenciar las capacidades de los estudiantes entregando una educación participativa, que le permita desarrollar y construir el conocimiento de manera eficiente, hasta lograr un cambio de actitud en los educandos dentro de las aulas de clase, teniendo como resultados un rendimiento estudiantil adecuado a las aspiraciones de la institución educativa de nivel Superior.

6.-BIBLIOGRAFÍA

- Abad, P (2000) Los Aprendizajes significativos (ed. 2^{da}) Editorial Don Bosco Cuenca-Ecuador p. 30.
- Acosta, (2009) El rendimiento escolar (ed. 2^{da}) Editorial Freire, Riobamba-Ecuador p. 95
- Alarcón, C. (2014) Rompiendo barreras en la educación (ed. 2^{da}) Editorial Don Bosco Cuenca-Ecuador p. 45
- Ariátegui, (2003) La educación moderna (ed. 2^{da}) Editorial Fénix Buenos Aires-Argentina p.150
- Ayala, M. (2013) La Educación (ed. 1^{era}) Editorial Sucre Quito-Ecuador p. 78.
- Betancourt, R. (2011) El aprendizaje significativo (ed. 2^{da}) Editorial las Cruces Buenos Aires-Argentina, p.56.
- Barrionuevo, M (2012) Investigaciones de la Universidad de Tucuman Argentina sobre el Estrés Académico, p.103.
- Benavides Quesada, M (2016) Tesis Los Roles Parentales en el rendimiento escolar, UTA Cantón Ambato, Provincia de Tungurahua, pp. 14-56.
- Betancourt, P (2012) El Cansancio Mental (Ed.1ra) Editorial Las Cruces Buenos Aires- Argentina, pp. 134-135.
- Caldera, P y Martínez (2007) Investigación realizada para la Universidad de Tucumán- Argentina p.78.
- Campoverde, (2015) Educación Superior (Ed.2da) Editorial Raíces Quito-Ecuador, pp. 23-35.
- Camillone, A. (2008) Evaluación de los aprendizajes (ed. 2^{da}) Editorial La luz Santiago de Chile p. 246
- Campo, Elías (2009) Guía Práctica para Elaboración de Tesis. Programa (PROPAD) Quito-Ecuador pág. 30-40.
- Cardoso, I (2013) La asimilación (ed. 2^{da}) Editorial Centro Mundo Quito-Ecuador pp. 34-35
- Crespo, S. (2011) Problemas educativos (ed. 1^{era}) Editorial Raíces Quito-Ecuador

- Dusdebest, H. (2013) El estrés escolar (ed. 1^{era}) Editorial La Plata Buenos Aires – Argentina p. 245.
- Elizondo, A (2011) Texto el Estrés (Ed.1ra) Editorial La Pampa Buenos Aires – Argentina (P.45).
- Fernández, A (2005) El estrés cómo problema de salud y Educación (Ed.2da) Editorial El Libro Madrid España, p.105.
- Gutiérrez, M (2013) Tesis El estrés y su influencia en el Aprendizaje cantón, provincia Tungurahua (p.14-30).
- Herrera, L (2010) Texto Tutorías de la Investigación Científica (Ed.5ta) Editorial Graficas Corona Quito- Ecuador, pp. 15-45.
- Iturralde, D. (2011) Crecimiento intelectual (ed. 3^{era}) Editorial Laser Bogotá-Colombia pp. 78-79.
- Ledesma, H. (2013) El estrés académico (ed. 3^{era}) Editorial Las Lajas Bogotá-Colombia pp. 45-46.
- LOES (2010) Texto Ley Orgánica Educativa Superior (Ed.2da) Editorial El Telégrafo Quito Ecuador, p.28.
- Mera, E (1998) La Psicopedagogía (ed. 2^{da}) Editorial Freire Riobamba-Ecuador p. 123.
- Martínez, A (2007) Texto Relaciones entre la Inteligencia Emocional y estrategias de Afrontamiento (Ed.2da) Editorial Fénix Bogotá Colombia, p.93.
- Ministerio de Educación (2013) Sistema educativo Quito-Ecuador pp. 21-21.
- Núñez, C (2012) Tesis El aprendizaje basado en problemas en el rendimiento académico, Universidad Técnica de Ambato, pp.17-67.
- Ortega, (2004) Investigación realizada por la Universidad Nacional de Córdoba España, pp.14-56.
- Olivetti, S (2010) Tesis El estrés y la calidad de la Educación, pp.24-56.
- Polo, A, Hernández y Pozo, C (2011) El Estrés Académico, pp.23-34.
- Rodríguez, M (2013) Tesis sobre el estrés Universidad Técnica de Ambato, pp.2356.
- Smilk, W. (2010) El estrés (ed. 1^{era}) Editorial la Pampa Buenos Aires–Argentina p.24.

ARTÍCULO TÉCNICO

UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACION

CARRERA EDUCACION BASICA

TEMA: EL ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES

Ruiz Jácome Verónica Nataly

natyternuras@gmail.com

Octubre 2015-Marzo 2016

RESUMEN

Uno de los grandes problemas que presentan los estudiantes de hoy en día, es un factor que pasa imperceptible muchas de las veces, los estudios lo han llamado Estrés, este afecta rotundamente la calidad de la educación por las consecuencias que tienen durante las actividades educativas, esta investigación realizada en las aulas de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato. Es necesario conocer las causas para que se produzca un problema que afecta la calidad de la educación al mismo tiempo termina con las aspiraciones que tienen a futuro los educandos, el estrés académico influye en el rendimiento de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas, por ende es imprescindible buscar alternativas de solución, de manera eficiente donde los únicos que salgan ganando sean los estudiantes durante el proceso enseñanza aprendizaje, se puede determinar que uno de los aspectos negativos que generan malestar es la cantidad de tareas escolares que los docentes envían a realizar, el poco tiempo que les dan para resolverlos, los problemas que por cuestiones

socioeconómicas y demográficas presentan de forma individual los educandos que son investigados. Todas estas acciones determinan para que se visualice un problema generado por el estrés académico en relación al rendimiento escolar de los universitarios, es importante promover las condiciones necesarias para potenciar la calidad de los aprendizajes, para eso se requiere poner en funcionalidad ciertas condiciones favorables para mejorar un aspecto que no aporta en el desarrollo y construcción del conocimiento, para esto es de suma urgencia erradicar todos los indicadores que sean motivos para que se presente el estrés académico y el rendimiento estudiantil dentro del aula de clases. Es evidente que el cansancio mental y físico de los estudiantes afectará las condiciones personales, identificando esta acción al momento que se observa el rendimiento escolar, para ello se requiere poner en funcionalidad una propuesta basada a un artículo técnico que tenga relación al tema de estudio. Se deduce que cuando existe este problema es indispensable proponer una solución para evitar el cansancio mental y se produzca el estrés académico en el rendimiento.

Palabras claves: Estrés, Académico, Rendimiento escolar, Educación, aprendizaje.

SUMMARY

One of the major problems of the students of today, is a factor imperceptible happens many times, scholars have called stress this strongly affects the quality of education for the consequences of this are for educational activities this research conducted in the classrooms of the Faculty of Humanities and Education at the Technical University of Ambato. You need to know the causes for a problem that affects the quality of education while ends with the aspirations they have a future student, academic stress influences the performance of the students of the Faculty of Humanities, is produced by therefore it is imperative to seek alternative solutions efficiently where the only win-win are the students during the teaching-learning process, S can be determined that one of the negative aspects that generate discomfort is the amount of homework that teachers sent conduct, the short time given to them to solve the problems that socioeconomic and demographic issues presented individually learners being investigated. All these actions determine for a problem created by academic stress in relation to the academic performance of university is displayed, it is important to promote the necessary measures to enhance the quality of learning conditions for that are required to put in functionality certain favorable conditions for improving an aspect that does not contribute in the development and construction of knowledge, it is very urgent to eradicate all the indicators that are reason for academic stress ey student achievement in the classroom is presented. Clearly, the physical and mental fatigue of students affect the personal, identifying this action at the time that school performance is observed, for it is required to put in function a proposal based on an article technical that is relevant to the subject of study. It follows that when there is this problem is essential to propose a solution to avoid mental fatigue and academic stress occurs in performance.

Keywords: Stress, Academic, School performance, education, learning.

INTRODUCCIÓN

Es importante conocer los múltiples problemas que la educación de hoy en día genera en las distintas instituciones en torno a las actividades educativas dentro del aula de clase, el cansancio mental, físico, la enseñanza tradicional, la falta de metodología, la cantidad de tareas escolares que tienen que resolver, el poco tiempo que disponen, para ello mediante una investigación se busca dar a conocer un problema que afecta directamente el rendimiento escolar, producto del estrés académico que los educandos de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, se pone a disposición con un artículo técnico (Peiper) se pretende entregar la información necesaria para que el lector pueda identificar con facilidad los aspectos negativos que generan el Estrés académico en relación al rendimiento estudiantil durante las acciones educativas.

Para ello se propone crear un artículo donde se observe un enfoque adecuado sobre el cansancio mental del estudiante que muchas de las veces genera el Estrés académico, al mismo tiempo al conocer se podrá notar el alcance que tiene la problemática al no resolver dentro del campo educativo, que afecta la calidad de la educación se podrá notar la contribución del mismo para los estudiantes donde se desarrolla la investigación (Montoya, 2009).

Es importante generar la información sobre el cansancio mental del estudiante y las posibles consecuencias que generan durante las actividades educativas, para eso el artículo que se va a poner en funcionalidad que tiene que ver con la parte educativa que es afectada en el rendimiento académico que los estudiantes por la cantidad de tareas, y el tiempo limitado da lugar a un aspecto negativo que no favorece la calidad de la Educación y esto se produce por el cansancio mental y físico de los estudiantes en proceso de formación.

Montoya, F. (2009) manifiesta que:

El estrés académico es uno de los problemas que se observa generado por la cantidad de tareas escolares que los profesores envían a cumplir a los estudiantes, el poco tiempo es un factor determinante que es motivo de desesperación, de cansancio, por el incumplimiento se va presentando en los individuos durante las actividades educativas que requieren ser tratadas de urgencia para evitar se vaya observando el estrés en los educandos y que con el paso del tiempo afecte el rendimiento escolar. (p.189)

Se deduce que uno de los aspectos negativos que se observa y que es causante de un rendimiento académico bajo es el cansancio mental y físico en los educandos que se determina al visualizar durante las acciones educativas que son motivo de buscar los mecanismos necesarios para superar esas debilidades encontradas durante el proceso educativo.

Montoya, F. (2009) manifiesta que:

El cansancio mental es una de las principales causas para no generar aprendizajes significativos, esto con el paso del tiempo afecta directamente el proceso aprendizaje, ya que esos conocimientos tratados no logran perdurar a través del tiempo para volverlos funcionales, es decir útiles, beneficiosos pero que al tratar de manera adecuada termina cansando y el tratamiento de los contenidos en el aula no son eficientemente asimilados no formando parte de la estructura cerebral de los individuos. (p.170)

Entonces el estrés académico se produce por el cansancio que los estudiantes tienen por la cantidad de tareas escolares que los docentes envían a cumplir, esto no favorece las capacidades individuales por una educación pasiva, carente de participación y de dinamismo de los educandos al momento de desarrollar y construir el conocimiento de manera interactiva, hasta lograr un cambio de actitud que sea importante trasladarlo a los estudiantes de manera adecuada.

Uno de los aspectos que no aporta a la calidad de la educación es el Estrés académico producido por el cansancio mental que intervienen en la potencialización de los aprendizajes, es evidente que se requiere superar las

debilidades dentro del aula de clase, muchas de las veces generadas por una enseñanza pasiva donde el único gestor de los saberes es el docente, para eso se necesita que aplique una metodología acorde a las necesidades de los estudiantes que buscan generar conocimientos de forma significativa (Montoya, 2009).

La calidad de la educación se podrá visualizar cuando los estudiantes puedan potenciar las capacidades individuales que aporten en la construcción de los aprendizajes, tomando en cuenta que esos conocimientos tratados de manera eficiente se podrán aplicar dentro de su entorno, pero cuando existen condiciones desfavorables que no ayudan en el desarrollo y construcción del conocimiento para volverlos significativos durante su vida.

Cartago, M. (2011) manifiesta que:

Es necesario buscar los mecanismos que ayudan a superar las condiciones personales de trabajo para evitar el cansancio mental y físico que afecta la calidad de los aprendizajes tratados durante la jornada educativa, es evidente potenciar las capacidades individuales evitando que el tiempo que pasan en el aula produzca desgano y por ende el estrés que la cantidad de tareas escolares es uno de los aspectos que inciden en el aprendizaje de manera eficiente, para ello una adecuada enseñanza ayudará a superar las debilidades que tienen los educandos para abstraer los saberes con sentido. (p.134)

Es de vital importancia tratar que las horas clases sean activas, participativas y dinámicas, donde los que produzcan las ideas sean los educandos y que pongan en funcionalidad las capacidades individuales de manera acorde o simplemente a las necesidades que se visualiza en los educandos cuando existen dificultades a la hora de crear nuevos conocimientos que aporten en el desarrollo individual de los educandos en proceso de formación.

Es evidente que en los últimos tiempos uno de los grandes males que en las actividades que realiza el hombre se presenta, cómo es el estrés un aspecto negativo que no aflora la calidad de los aprendizajes de manera adecuada hasta superar las condiciones negativas que muchas de las veces los educandos presentan por el cansancio mental derivado por la carga de trabajos escolares, por

el poco tiempo que dan para resolverlos, entre otros factores que determinan los conocimientos de manera significativa, para que con el paso del tiempo pongan en evidencia en la sociedad.

Cartago, M. (2011) afirma que:

Los estudiantes durante las acciones cognitivas dentro del aula de clase, se debe superar las condiciones mentales producidas por la inadecuada metodología de enseñanza, por enseñar con viejos esquemas mentales que no han aportado en el desarrollo del ser humano peor aún en el tratamiento de los aprendizajes de manera significativa, pero que al presentar estrés académico no ayuda a consolidar la calidad de la educación para potenciar la calidad de los aprendizajes pero que se necesita erradicar los problemas de aprendizaje entregados durante las actividades educativas. (p.145)

Los procesos educativos en las Instituciones de enseñanza superior deben aplicar las estrategias adecuadas, una metodología adecuada que logre llegar con eficiencia donde el estudiante, evitando todo tipo de enseñanza tradicional, en el que los únicos que generen el aprendizaje sea el docente, sino todo lo contrario aplicar una Pedagogía activa, dinámica y sobre todo participativa, que dignifique su labor en beneficio de los estudiantes, solo de esa manera hablaríamos de una educación de calidad.

En la actualidad el tema de Estrés académico es un aspecto que se escucha hablar más a menudo, la deficiente capacidad de aplicación de una metodología de enseñanza ha generado que dentro del aula de clases también se observen problemas generados por el estrés académico, que con el paso del tiempo se visualizará en el rendimiento escolar de los educandos, que no lograra asimilar, comprendiendo y poniendo de manifiesto nuevas ideas producto del razonamiento, análisis del estudiante al momento de construir los aprendizajes.

Montoya, F. (2009) afirma que:

Las condiciones desfavorables como una educación pasiva es uno de los aspectos que no permite potenciar los aprendizajes de manera significativa, peor aun cuando la cantidad de tareas escolares es el motivo para que el educando presente desinterés, cansancio mental y físico, educación tradicional donde el individuo sea solamente un ente receptivo, que no genere ideas, que sus capacidades sean guardadas para potenciar los aprendizajes tratados. (p.147)

La investigación realizada a los estudiantes de la Universidad Técnica de Ambato generará una controversia, por las condiciones educativas que hoy en día se aplica, donde los educandos ponen en funcionalidad al momento de producir las ideas del tema tratado, hasta lograr una participación activa, generando conocimientos de manera significativa pero adecuada a los intereses del individuo.

Por otra parte, las condiciones cognitivas de los estudiantes se ven afectada cuando la cantidad de tareas escolares sean motivo de cansancio mental y físico a la hora de generar aprendizajes de manera significativa, es importante promover una enseñanza participativa que genere dinamismo, producción de saberes, para ello el estudiante debe ser predispuesto a las actividades educativas que aporten a su formación (Montoya, 2009).

Los problemas de aprendizaje que presentan los estudiantes durante la jornada educativa es un motivo de análisis para conocer y establecer cuáles son las causas para que exista muchas de las veces un deseo negativo de retirarse, de no aprender, dejando un lado el trabajo tesonero y acogiendo esquemas pasivos que no ayudan a consolidar la calidad de la educación de manera significativa pero funcional, es decir que la práctica docente debe reunir ciertas condiciones para potenciar los aprendizajes tratados.

Muchas de las veces somos ajenos a los problemas que traen de sus hogares o simplemente se produce dentro del aula de clase, pero no entendemos que esto afecta directamente con el paso del tiempo el rendimiento escolar de manera eficiente pero, es indispensable poner en funcionalidad una enseñanza activa generadora de trabajo de aprendizajes, para eso los esquemas pasivos de enseñanza deben quedar un lado y más bien trabajar aplicando estrategias acordes a las necesidades de los educandos.

Toledo, M (2010) afirma que:

Las acciones educativas donde el estudiante solamente es un receptor, donde el único que habla y participa es el maestro es indudable que no aporta al desarrollo de las personas eficientemente, para ello es evidente que los docentes deben conocer los problemas de manera acorde, siendo indispensable establecer la ayuda a quién lo necesita, partiendo de las acciones tendientes a fortalecer el trabajo dentro del aula, evitando la exagerada tareas escolares que muchos de los docentes está acostumbrados a enviar. (p.124)

El estrés entonces es uno de los problemas que es causa de bajo rendimiento escolar provocando ciertas necesidades para superar este problema y que muchas de las veces no se erradica mediante la orientación Psicológica sino llegando a visitar los hospitales para recibir un tratamiento médico que le permita salir de ese estado, que a veces parece que el educando está en trance, para ello es importante promover una enseñanza de calidad, potenciando las cualidades de los educandos durante el proceso educativo.

El estrés y el cansancio mental es evidente que este factor es una de las causas para que la calidad de la educación se vea disminuida, al mismo tiempo que presenta dificultades para superar la parte cognitiva del estudiante, cuando por el estrés se observe en el individuo cansancio mental que no aporta en la adquisición de los aprendizajes tratados, para ello se requiere establecer las condiciones adecuadas para superar la parte personal al momento de asimilar un saber.

Márquez, L. (1998) manifiesta que:

El estrés es uno de los factores que adolecen los estudiantes y que se genera por la cantidad de tareas escolares que los maestros acostumbran a enviar a la casa, pero el tiempo limitado, va visualizándose un cansancio mental que no favorece la estructura cerebral del estudiante y que es motivo para que presente debilidades en el rendimiento escolar, este es el principal factor que en tiempos como hoy, donde la sociedad camina de manera vertiginosa educando no puede asimilar los conocimientos de manera significativa por el estrés académico. (p.131)

Es indispensable buscar los mecanismos adecuados, las estrategias metodológicas o la aplicación de técnicas activas para generar un trabajo dinámico dentro del proceso inter aprendizaje que le permita comprender eficientemente los saberes tratados, sin embargo, las condiciones mentales del educando es lo que menos se da cuenta el maestro y genera mayores dificultades a la hora de tratar y desarrollar hasta lograr fijar el aprendizaje en la estructura cerebral del educando.

El Rendimiento escolar producido por el estrés académico

Es importante también conocer las dificultades que los estudiantes tienen cuando los aprendizajes no son canalizados de manera adecuada hasta lograr un cambio de mentalidad de manera individual, pero que hace falta tratarlos poniendo en juego estrategias que ayuden a canalizar la asimilación de los saberes hasta lograr un cambio en la mente de los educandos.

El rendimiento escolar es un problema que muchos estudiantes de la educación superior experimentan, el cansancio mental producto de la cantidad de tareas escolares, la falta de tiempo para realizar con eficiencia, profesores que tienen una forma de enseñanza pasiva, aprendizajes que no logran ser comprendidos y quedan en la memoria a corto plazo, entre otros aspectos negativos que no ayudan para superar las debilidades durante el proceso enseñanza- aprendizaje (Márquez, 1998).

MÉTODO

Dentro de la propuesta es evidente que se requiere contar con una adecuada metodología de investigación, para ello se aplicará los enfoques metodológicos el Cualitativo y cuantitativo al momento de buscar datos para tener una idea más clara sobre el problema estudiado. Las modalidades básicas de la investigación la de Campo que se produce en el lugar de los hechos y la Bibliográfica con la utilización de textos, libros, revista, internet, es decir el uso de las fuentes primarias y secundarias.

Los niveles y tipos de la Investigación, como el Exploratorio que conduce averiguar, sondear cuales son las causas y las posibles consecuencias, la Descriptiva que permite realizar comparaciones con otros problemas similares dentro del campo educativo, Explicativa, que se observa de manera lógica los datos encontrados hasta lograr un cambio con la ayuda de las Hipótesis determinando cuales son las causas y los efectos del estrés académico en relación al rendimiento escolar.

Además de la utilización de métodos de Investigación que aporten en el desarrollo del Peiper técnico.

El método de Análisis y Síntesis por medio de esta metodología permite la fundamentación bibliográfica razonar, reflexionar, analizar y sobre todo sintetizar, lo que corresponde a los contenidos desarrollados. El Método Inductivo es aquel que va de las partes al todo es decir desde el momento que se identifica las causas para determinar los efectos. El método Histórico Lógico permite reconocer la evolución del problema, desde el momento que aparece el aspecto que afecta el proceso aprendizaje. Método de la Observación mediante el mismo se puede visualizar todas las dificultades que presentan los estudiantes dentro del aula de clase cuando se produce el Estrés académico y el rendimiento de los educandos.

RESULTADOS

En este aspecto trabajaremos con una muestra basada a los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación contando con 108 Estudiantes de los distintos paralelos, para quienes va dirigido la Encuesta. Las preguntas están directamente relacionadas con las dos variables de estudio el Estrés Académico en el Rendimiento escolar.

RANGO	Muy satisfactorio	Satisfactorio	Aceptable
Alto	1	1	1
Medio	24	69	9
Bajo	1	1	1

Tabla N° 24 Resultados

Fuente: El Investigador

Elaborado por: Verónica Nataly Ruiz Jácome

De acuerdo a este cuadro los rangos que se miden para conocer el nivel de Estrés académico está claro, observando que los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, a quienes se aplicó la Encuesta, de los 108 educandos presentan un Nivel Medio en relación al Estrés académico que incide directamente el Rendimiento estudiantil.

DISCUSIÓN

Luego de aplicar la fórmula para obtener los resultados de la Encuesta aplicada se determina que el problema que presentan los estudiantes es el Estrés Académico por ende incide directamente en el Rendimiento estudiantil, que se ve afectada por ciertas condiciones que presenta el educando que señalaremos a continuación.

En base a los datos adquiridos mediante la Encuesta se deduce que el problema de la investigación es el Estrés académico que afecta el Rendimiento escolar de los

educandos en proceso de formación, es importante generar un cambio de mentalidad para que con el paso del tiempo potenciar los aprendizajes, buscando la calidad de la educación.

CONCLUSIONES

Se deduce que el Estrés Académico es uno de los aspectos negativos que no aportan en el fortalecimiento de la estructura cerebral, que es una de las causas que hoy en día los estudiantes presentan por la carga de trabajos, el poco tiempo para resolver generando un cansancio mental, que afecta la calidad de los aprendizajes.

El Rendimiento escolar es un problema que por lo general tienen un porcentaje mayor de estudiantes que presenta un bajo nivel intelectual, pero tras de ello existe un aspecto negativo al momento de generar los conocimientos es decir por ciertos factores que afecta el desarrollo y construcción de los aprendizajes de manera significativa que logre perdurar a través del tiempo.

Este estudio demuestra que es necesario realizar más investigaciones para profundizar y ampliar más de lo que se ha elaborado hasta el momento sobre el estrés académico y el rendimiento de los estudiantes, donde se visualiza un aspecto negativo en los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, un Estrés Académico que trae como consecuencias un Rendimiento estudiantil que deja mucho que desear, para ello se pretende encontrar una solución científica para potenciar la calidad de la educación.

Es importante promover un estudio que ayude a determinar cuáles son los factores que predominan en los estudiantes para que se dé el estrés académico y por ende rendimiento escolar, con muchas deficiencias provocando un problema de educación que requiere solucionar de forma inmediata caso contrario se agudizará, trayendo consecuencias negativas para los educandos de nivel superior.

RECOMENDACIONES

Se deduce que la inadecuada aplicación de una metodología de enseñanza, donde los educandos son pasivos, no hay la participación decidida de los estudiantes al momento de tratar los conocimientos de manera adecuada, para que al transcurrir el tiempo puedan llevarlo a la práctica y volverles funcionales de manera significativa.

Es importante generar un cambio de mentalidad sobre todo en aspectos que inciden en el estrés académico lo que es causa para determinar en los educandos de nivel superior un rendimiento estudiantil que no es el esperado, por lo tanto, es indispensable potenciar las capacidades individuales para superar la parte cognitiva de los mismos.

Luego de aplicar la fórmula para determinar los datos adquiridos en la encuesta a los estudiantes se deduce que el problema en sí es el Estrés Académico de los estudiantes por la cantidad de tareas escolares que trae consecuencias en el Rendimiento intelectual, para ello es indispensable promover un cambio llevando un Artículo técnico sobre el Cansancio mental y físico de los educandos, que no favorece la calidad de la educación recibida.

Se recomienda por medio del Paper hacer conocer las dificultades que presentan los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación con Estrés Académico el mismo que termina afectando el Rendimiento estudiantil ya que este es un factor negativo en la formación personal.

BIBLIOGRAFÍA

Cartago, M. (2011) Rendimiento académico (ed. 2^{da}) Editorial La Pampa, Buenos Aires-Argentina (pp. 134-145)

Márquez, L. (1998) Estrés en los adolescentes (ed. 1^{era}) Editorial Colpex, Guayaquil-Ecuador (p.131).

Montoya, F. (2009) Proceso educativo (ed. 1^{era}) Editorial Freire, Riobamba-Ecuador (pp. 147 - 170 - 189)

Toledo, M (2010) El estrés en la educación (ed. 2^{da}) Editorial La Ninfa Ibarra-Ecuador (p.124).



ANEXOS

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN CARRERA: EDUCACIÓN BÁSICA

Objetivo

Determinar las características del estrés académico que afectan en el rendimiento académico de los estudiantes

Indicaciones:

Solicitamos muy comedidamente responder las preguntas con sinceridad, los datos obtenidos en esta encuesta servirán para el desarrollo de este trabajo de investigación y su información será estrictamente confidencial.

Pregunta	Siempre	A veces	Nunca
1.- Durante el transcurso de este semestre ¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?			
2.- ¿Te ha inquietado la competencia con los compañeros de grupo?			
3.- ¿Te sientes cansado con la sobrecarga de tareas y trabajos escolares?			
4.- ¿Te sientes a gusto con la personalidad y el carácter de los profesores?			
5.- ¿Las evaluaciones de los profesores te ponen nervioso o tenso?			
6.- ¿El tipo de trabajo que te piden los profesores son fáciles de realizar?			
7.- ¿Los docentes te hacen entender los temas que se abordan en la clase?			
8.- ¿Tu participación en clase es activa?			
9.- ¿Te estresa tiempo limitado para hacer el trabajo?			
10.- ¿Presentas trastornos en el sueño?			
11.- ¿Con qué frecuencia tienes dolores de cabeza o migraña?			
12.- Cuando estás preocupado o nervioso ¿te rascas, muerdes las uñas o frotas alguna parte de tu cuerpo?			
13.- Si tienes malas calificaciones ¿tienes sentimientos de depresión y tristeza?			
14.- ¿Cuando tienes evaluaciones presentas ansiedad, angustia o desesperación?			
15.- Al momento de estudiar presentas problemas de concentración?			
16.- ¿Cuando estás presionado presentas sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad?			
17.- ¿Cuando estás estresado te aíslas de los demás?			
18.- Si tienes mucho trabajo presentas desgano para realizar las labores escolares?			
19.- ¿Te das tiempo para elaborar un plan y ejecución de sus tareas?			
20.- ¿Busca información sobre estrategias para combatir la situación del estrés?			
Escribe por favor tu promedio de calificaciones del último semestre			

Nota: Esta Encuesta fue tomado del autor Arturo Barraza Macías de la Universidad Pedagógica de Durango.

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN