



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOPEDAGOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL

**Informe final del trabajo de Integración Curricular previo a la
obtención del título de Licenciada en Psicopedagogía**

TEMA:

*El estrés estudiantil y el desempeño académico de los estudiantes del
primero y segundo año de Bachillerato General Unificado de la Unidad
Educativa “Atahualpa” cantón Quito.*

AUTORA: Farinango Tupiza Natali Marisol

TUTORA: Lcda. Morales Jaramillo María Belén, Mg.

Ambato - Ecuador

2021

APROBACIÓN DE LA TUTORA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

CERTIFICA:

Yo, Lcda. María Belén Morales Jaramillo, Mg, con cédula de ciudadanía: 060385736-8 en calidad de tutora del trabajo de titulación, sobre el tema: **“El estrés estudiantil y el desempeño académico de los estudiantes del primero y segundo año de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa “Atahualpa” cantón Quito.”** desarrollado por la estudiante Natali Marisol Farinango Tupiza, considero que dicho informe investigativo reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo cual autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente, para su evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el Honorable Consejo Directivo.

MARIA BELEN
MORALES
JARAMILLO

Firmado digitalmente
por MARIA BELEN
MORALES JARAMILLO
Fecha: 2021.07.15
15:26:56 -05'00'

Lcda. María Belén Morales Jaramillo, Mg.
C.C. 060385736-8
TUTORA

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Dejo constancia que el presente informe es el resultado de la investigación de la autora, con el tema: **“El estrés estudiantil y el desempeño académico de los estudiantes del primero y segundo año de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa “Atahualpa” cantón Quito.”** “, quién basada en la 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.



Natali Marisol Farinango Tupiza

C.C. 172084422-2

AUTORA

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

La comisión de estudio y calificación del informe del Trabajo de Titulación, sobre el tema: **“El estrés estudiantil y el desempeño académico de los estudiantes del primero y segundo año de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa “Atahualpa” cantón Quito”**, presentado por la señorita Natali Marisol Farinango Tupiza, estudiante de la carrera de Psicopedagogía. Una vez revisada la investigación se **APRUEBA**, en razón de que cumple con los principios básicos técnicos, científicos y reglamentarios.

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

COMISIÓN CALIFICADORA



Psc. Carolina Manzano, MSc.
C.C. 1804312500
Miembro de comisión calificadora

Lcda. Paulina Ruiz, Mg.
C.C. 1802953479
Miembro de comisión calificadora

DEDICATORIA

Mis logros se los dedico con mucho amor y sinceridad:

A mi adorada abuelita Mercedes, quien ha sido el pilar fundamental en mi vida para el cumplimiento de todas mis metas y sueños planteados, quien como una persona ejemplar me enseñó afrontar con sabiduría y fortaleza los momentos más arduos de mi vida, brindándome todo su amor, apoyo y confianza incondicional en la superación de todos mis retos.

A mis queridos padres Yolanda y Miguel, por permitir mi formación académica, gracias a todo su apoyo y confianza, que depositaron en mí, que con su amor y entusiasmo me han ayudado a enfrentar los problemas de la vida formando de mí un gran ser humano lleno de valores.

A mis queridos tíos, quienes han sabido brindarme su cariño, sus sabios consejos y enseñarme a no decaer frente a las adversidades que me enfrente.

Natali Marisol Farinango Tupiza

AGRADECIMIENTO

Expreso mis más sinceros agradecimientos:

A Dios por ser a imagen de él, a mis maestros que con su don y paciencia depositaron todos sus conocimientos en mí, pero sobre todo agradezco por sus sabios consejos, experiencias compartidas y el apoyo que me han brindado.

A mis padres que no solo me apoyaron moralmente con consejos si no económicamente, también a mi querida Universidad Técnica de “Ambato”, que de sus aulas llevo los más gratos recuerdos y a mis queridos, amigos y compañeros, que con su apoyo incondicional y amistad he podido superar muchos retos que se me ha presentado en el transcurso de la vida.

Natali Marisol Farinango Tupiza

ÍNDICE DE CONTENIDOS

PORTADA:	i
APROBACIÓN DE LA TUTORA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	iii
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO	¡Error! Marcador no definido.
DEDICATORIA	v
AGRADECIMIENTO	vi
ÍNDICE DE CONTENIDOS	vii
ÍNDICE DE TABLAS	ix
ÍNDICE DE GRÁFICOS	ix
RESUMEN EJECUTIVO	xi
ABSTRACT	xii
CAPÍTULO I	1
MARCO TEÓRICO	1
1.1 Antecedentes Investigativos	1
1.2 Objetivos	4
1.2.1 Objetivo General:	4
1.2.2 Objetivos Específicos:.....	4
1.3 Fundamentación Teórica	5
Variable Independiente: estrés estudiantil	5
Variable dependiente: desempeño académico.....	8
CAPÍTULO II	12
METODOLOGÍA	12
2.1 Materiales	12
2.1.1 Recursos	12
Humanos:	12
Institucionales:	12
Materiales:.....	13
Tecnológicos:.....	13
Económicos:.....	13
2.2 Métodos	14
2.2.1. Enfoque de la investigación:	14
2.2.2. Modalidad de la investigación:	14

2.2.3. Nivel o Tipo de Investigación:.....	15
2.3. Población y muestra.....	15
2.4. Técnicas de instrumentos.....	16
2.5. Procesamiento y análisis.....	17
2.6. Recolección de la Información.....	18
2.7. Operacionalización de Variables.....	19
CAPITULO III.....	21
RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	21
3.1. Análisis y discusión de los resultados.....	21
3.1.1. Interpretación del Inventario Sistemico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico. SISCO SV-21.....	21
3.1.2. Interpretación Cuestionario estructurado de factores que inciden en el desempeño académico.....	44
3.2 Verificación de Hipótesis.....	57
Planteamiento de las Hipótesis.....	57
Selección del nivel de significación.....	57
Descripción de la Población.....	57
Especificación del Estadístico.....	57
Combinación de Frecuencias.....	58
Especificación de las regiones de aceptación y rechazo.....	62
3.3 Decisión final.....	62
3.4 Discusión.....	63
CAPÍTULO IV.....	65
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	65
4.1 Conclusiones.....	65
4.2 Recomendaciones.....	66
MATERIALES DE REFERENCIA.....	67
Referencias bibliográficas.....	67
Anexos.....	71

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Escala de calificación.....	9
Tabla 2: Recursos económicos	13
Tabla 3: Población y muestra.....	15
Tabla 4: Recolección de información	18
Tabla 5: Operalización de la variable independiente	19
Tabla 6: Operalización de la variable dependiente	20
Tabla 7: Momentos de preocupación y nerviosismo	21
Tabla 8: Nivel de estrés	22
Tabla 9: Sobrecarga de tareas	23
Tabla 10: Personalidad y carácter del profesor.....	24
Tabla 11: La evaluación de los docentes	25
Tabla 12: Nivel de exigencia de los docentes	26
Tabla 13: Trabajo que piden los profesores.....	27
Tabla 14: Tiempo limitado para los trabajos	28
Tabla 15: La poca claridad de los profesores.....	29
Tabla 16: Fatiga Crónica.....	30
Tabla 17: Sentimientos de depresión y tristeza.....	31
Tabla 18: Ansiedad, angustia o desesperación.....	32
Tabla 19: Problemas de concentración	33
Tabla 20: Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.....	34
Tabla 21: Conflictos o tendencia a polemizar.....	35
Tabla 22: Desgano para realizar labores escolares	36
Tabla 23: Concentrarse en resolver la situación que me preocupa.....	37
Tabla 24: Establecer soluciones concretas.....	38
Tabla 25: Analizar lo positivo y negativo de las soluciones.....	39
Tabla 26: Mantener el control sobre mis emociones	40
Tabla 27: Recordar situaciones similares ocurridas.....	41
Tabla 28: Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa.....	42
Tabla 29: Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación	43
Tabla 30: ¿Considera usted que el estrés influye en su desempeño académico?.....	44
Tabla 31: ¿Considera usted que el ambiente educativo virtual es el adecuado?.....	45
Tabla 32 ¿Utiliza mapas mentales y cuadros comparativos para la presentación de sus tareas?.....	46
Tabla 33: ¿Considera que las estrategias metodológicas empleadas por su docente en la educación virtual facilitan su proceso de aprendizaje?	47
Tabla 34: El docente utiliza diferentes herramientas digitales	48
Tabla 35: Existe motivación por parte del docente.....	49
Tabla 36: Sus representantes se preocupan por su desempeño académico.....	50
Tabla 37: Es puntual en la presentación de las tareas	51
Tabla 38: Usted se anima a estudiar más cuando saca buenas notas en un examen	52
Tabla 39: Con qué frecuencia se prepara para rendir un examen	53
Tabla 40: Niveles de estrés	54
Tabla 41: Dimensión de categorías.....	55
Tabla 43: Frecuencias Observadas.....	59
Tabla 44: Frecuencias Esperadas.....	60
Tabla 45: CHI cuadrado calculado	61

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Ilustración 1: Pregunta 1	21
Ilustración 2: Pregunta 2	22
Ilustración 3: Pregunta 3	23
Ilustración 4: Pregunta 3.1	24
Ilustración 5: Pregunta 3.2	25
Ilustración 6: Pregunta 3.3	26
Ilustración 7: Pregunta 3.4	27
Ilustración 8: Pregunta 3.5	28
Ilustración 9: Pregunta 3.6	29
Ilustración 10: Pregunta 4	30
Ilustración 11: Pregunta 4.1	31
Ilustración 12: Pregunta 4.2	32
Ilustración 13: Pregunta 4.3	33
Ilustración 14: Pregunta 4.4	34
Ilustración 15: Pregunta 4.5	35
Ilustración 16: Pregunta 4.6	36
Ilustración 17: Pregunta 5	37
Ilustración 18: Pregunta 5.1	38
Ilustración 19: Pregunta 5.2	39
Ilustración 20: Pregunta 5.3	40
Ilustración 21: Pregunta 5.4	41
Ilustración 22: Pregunta 5.5	42
Ilustración 23: Pregunta 5.6	43
Ilustración 24: Pregunta 1	44
Ilustración 25: Pregunta 2	45
Ilustración 26: Pregunta 3	46
Ilustración 27: Pregunta 4	47
Ilustración 28: Pregunta 5	48
Ilustración 29: Pregunta 6	49
Ilustración 30: Pregunta 7	50
Ilustración 31: Pregunta 8	51
Ilustración 32: Pregunta 9	52
Ilustración 33: Pregunta 10	53
Ilustración 34: Niveles de estrés.....	54
Ilustración 35: Dimensiones de categorías.....	55
Ilustración 37: Gráfica de Gauss	62

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA
MODALIDAD PRESENCIAL

TEMA: “El estrés estudiantil y el desempeño académico de los estudiantes del primero y segundo año de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa “Atahualpa” cantón Quito.”

Autora: Natali Marisol Farinango Tupiza

Tutora: Lcda. María Belén Morales Jaramillo, Mg

RESUMEN EJECUTIVO

El presente trabajo investigativo se refiere a “El estrés estudiantil y el desempeño académico de los estudiantes de la Unidad Educativa Atahualpa del cantón Quito”, el cual tiene como objetivo analizar la relación entre el estrés estudiantil y el desempeño académico. La investigación es tipo bibliográfica-documental con un nivel correlacional y descriptivo, en cuanto a la metodología implementada en el proyecto es cuali-cuantitativa, ya que a través de los instrumentos se recopiló información para el estudio de las variables. Los instrumentos aplicados a los estudiantes fueron: Inventario SISCO de Estrés Académico y la Encuesta estructurada de desempeño académico, en la cual participaron 35 estudiantes de primero y segundo de bachillerato, con edades comprendidas entre 15 a 17 años de ambos géneros. Los resultados obtenidos permitieron evidenciar la presencia de estrés en el 100% de la muestra, en cuanto a su intensidad predominó el estrés moderado con un 96% y el estrés severo en un 4%. Se pudo evidenciar una correlación entre las variables de estudio que determina que, el estrés estudiantil SI influye en el desempeño académico. Mediante el análisis estadístico del CHI-cuadrado se afirmó la hipótesis alternativa descartando la hipótesis nula y se realizó el respectivo análisis y discusión de resultados obtenidos para la elaboración de conclusiones y recomendaciones.

Palabras Clave: estrés estudiantil, desempeño académico, correlación, estudiantes

**TECHNICAL UNIVERSITY OF AMBATO
FACULTY OF HUMAN SCIENCES AND EDUCATION
PSYCHOPEDAGOGY CAREER
PRESENTIAL MODALITY**

THEME: "Student stress and academic performance of students in the first and second year of the Unified General Baccalaureate of the" Atahualpa "Educational Unit, Quito."

Author: Natali Marisol Farinango Tupiza

Tutor: Lcda. María Belén Morales Jaramillo, Mg

ABSTRACT

This research work refers to "Student stress and academic performance of the students of the Atahualpa Educational Unit of the Quito canton", which aims to analyze the relationship between student stress and academic performance. The research is bibliographic-documentary type with a correlational and descriptive level, in terms of the methodology implemented in the project it is qualitative-quantitative, since through the instruments information was collected for the study of the variables. The instruments applied to the students were: SISCO Inventory of Academic Stress and the Structured Survey of Academic Performance, in which 35 first and second year high school students participated, aged between 15 and 17 years of both genders. The results obtained allowed to show the presence of stress in 100% of the sample, in terms of its intensity, moderate stress prevailed with 96% and severe stress in 4%. It was possible to show a correlation between the study variables that determines that student stress IF influences academic performance. By means of the statistical analysis of the Chi-square, the alternative hypothesis was affirmed, discarding the null hypothesis and the respective analysis and discussion of the results obtained was carried out to draw up conclusions and recommendations.

Keywords: student stress, academic performance, correlation, student

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

1.1 Antecedentes Investigativos

Los antecedentes investigativos favorecen en la fundamentación teórica de la investigación vinculadas a las variables “estrés estudiantil y el desempeño académico”, para la ejecución del presente trabajo se tomaron como antecedentes de la investigación seis (6) estudios científicos realizados a nivel nacional e internacional, de las cuales se presentan los siguientes aportes en sustento de la presente investigación.

Antecedentes Nacionales

Calle y Piedra (2018), Según su trabajo de investigación: “El estrés académico en estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa PCEI “Chimborazo”, durante el período 2016-2017”, cuyo objetivo es caracterizar el estrés académico, para lo cual se realizó un estudio de tipo descriptivo, observacional y transversal, con una muestra no probabilística, con la participación de 60 estudiantes, con edades comprendidas entre 16 a 18 años de ambos géneros. Se utilizó como instrumento de estudio el Inventario SISCO de Estrés Académico, arrojando los siguientes resultados: que los estudiantes del tercero de bachillerato en un porcentaje global del 90% presentan niveles de estrés, en cuanto a su intensidad predominó el estrés de tipo moderado en un 57,9% y profundo en un 36,8%, además fueron identificados como elementos estresores la personalidad y evaluación del docente, la competencia entre compañeros.

Lasluisa (2020), en su trabajo de investigación: “El estrés académico y su relación con el rendimiento académico en una muestra de adolescentes” tiene como objetivo determinar la relación existente entre las dos variables estudiadas. El estudio realizado es una investigación con un enfoque empírico cuantitativo, de alcance descriptivo correlacional y de corte transversal. Los cuestionarios fueron aplicados a una población de 154 estudiantes: Inventario SISCO y la Escala de Autoestima AUD-DAT. Los resultados obtenidos demuestran que existe la presencia de estrés académico en niveles moderados 94,2% y severo 5,8% siendo la población masculino más propensa a padecer de estrés. En

base a los resultados del análisis correlacional realizado, indican una relación baja negativa significativa entre las variables de estudio r de Pearson, en la que se concluye que: el estrés académico no influye sobre el rendimiento académico.

Barzallo y Moscoso (2015), en su trabajo de investigación: Prevalencia de estrés académico, factores de riesgo y su relación con el rendimiento académico de jóvenes de la Escuela de Medicina de la Universidad de Cuenca en el 2015, cuyo objetivo fue determinar la prevalencia de Estrés académico, y sus factores que conllevan a un rendimiento académico, empleando una metodología descriptiva, cuantitativa y transversal, el mismo que la muestra estuvo conformada por 285 estudiantes. En los resultados obtenidos se determinó: La prevalencia de estrés académico en un 91.58%, del cual el 46.7% con un nivel moderado y el 36.48% con una intensidad alta, por consiguiente, se concluye que la prevalencia de Estrés Académico es superior y su nivel de intensidad muestra niveles moderados, donde las mujeres son las más predecibles a tener mayor estrés académico.

Antecedentes Internacionales

Maturana y Vargas (2015), en su artículo científico, “El estrés escolar “describen los principales síntomas asociados al estrés escolar, enfocándose en describir las habilidades y estrategias de afrontamiento ante situaciones de estrés , cabe recalcar que a nivel mundial se considera que los estudios de prevalencia de estrés escolar son escasos, sin embargo en los últimos años la incidencia del estrés ha generado un incremento de problemas y desórdenes psiquiátricos en etapas tempranas y vulnerables como los adolescentes y niños, ya que se ven enfrentados a situaciones de alta demanda y responsabilidades lo cual requieren del desarrollo de sus capacidades de afrontamiento para adaptarse a los estresores tanto internos como externos. Los síntomas asociados a estrés acompañan a cuadros adaptativos, conductuales y emocionales, presentando una serie de problemas: ansiedad, frustración, insomnio, cansancio y diversos dolores, mientras que al nivel cognitivo y conductual aparecen dificultades en memoria a corto y largo plazo, disminución de la capacidad de planificar y la falta de atención y concentración. En general, cuando el estrés escolar es excesivo pueden desarrollarse

problemas de índole psicológicos, violencia escolar, consumo de sustancias psicotrópicas tales como drogas y alcohol, a medida que estos problemas incrementen, dan como resultado la deserción escolar del alumno.

Sotelo & Gutierrez (2018), Según su trabajo de investigación: “Relación entre estrés con el rendimiento académico en los alumnos del 2° nivel primaria de la Institución Educativa Pública 22295”, cuyo objetivo fue determinar la influencia del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes, la investigación fue de tipo aplicativo, diseño no experimental, con la participación de 94 estudiantes de ambos sexos del 2 año de educación primaria. El Instrumento que se aplicó fue el inventario SISCO en la cual arrojaron los siguientes resultados: que el 63.8% de los estudiantes tiene un nivel moderado de estrés, el 26.6% un nivel leve y el 9.6% en nivel severo, en relación al rendimiento académico un 55.3% obtuvo un rendimiento medio, el 36.2% bajo y el 8.5% alto, en cuanto al sexo: el de mayor predominio fue femenino (68.1%). Por lo tanto, el estrés académico ocasiona que las habilidades se encuentren afectadas y no funcionen en su totalidad, debido a las manifestaciones de los estresores. En base a la correlación de las variables, mediante el análisis estadístico de Pearson el nivel de significancia (p valor = $0.001 < \alpha=0.05$) se concluye que el estrés académico se ve influenciado con el rendimiento académico en los estudiantes.

Vargas (2018), en su proyecto de investigación: relación entre estrés académico y rendimiento académico de los alumnos de 5° grado secundaria de la I.E Santísima Niña María De Tacna, cuyo objetivo fue determinar la relación entre el nivel de estrés académico y el rendimiento, para lo cual su metodología fue de tipo correlacional; con diseño no experimental -transversal. En esta investigación participaron 88 estudiantes, se aplicó una encuesta y el instrumento de Inventario de SISCO se demostró que existe una relación relevante entre las dos variables antes mencionadas, con un nivel de significancia (p valor = $0.000 < \alpha=0.05$) y en cuanto al nivel de estrés predomina la intensidad severa, por consiguiente, el estrés es producida por la excesiva carga académica y por las condiciones de estudio, que provocan preocupaciones y nerviosismo, lo que desencadena en problemas físicos y psicológicos.

1.2 Objetivos

1.2.1 Objetivo General:

- Analizar la relación entre el estrés estudiantil y el desempeño académico de los estudiantes de primero y segundo año del Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa “Atahualpa” del cantón Quito.

El objetivo se cumplió con la utilización del estadígrafo CHI cuadrado para medir cada variable y posteriormente realizar el respectivo análisis estadístico.

1.2.2 Objetivos Específicos:

- Evaluar el nivel de estrés de los estudiantes de primero y segundo año del Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa “Atahualpa” mediante la aplicación de test estandarizado SISCO.

El objetivo se efectuó con la aplicación del inventario de Estrés Académico que evalúa el nivel de estrés de cada estudiante en la dimensión de síntomas, estresores académicos y estrategias de afrontamiento.

- Identificar los factores que inciden en el desempeño académico de los estudiantes de primero y segundo año del Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa “Atahualpa” mediante la aplicación de una encuesta estructurada.

Se cumplió el objetivo con la utilización de una encuesta dirigida a los estudiantes que permitió determinar los factores que inciden en el desempeño académico

- Elaborar un manual digital con actividades didácticas para disminuir el nivel de estrés de los estudiantes y que permita fortalecer el desempeño académico de los estudiantes primero y segundo año del Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa “Atahualpa”.

Se procedió a elaborar una guía de actividades las mismas que podrán ser aplicadas por docentes en el aula.

1.3 Fundamentación Teórica

Variable Independiente: estrés estudiantil

1.3.1 Conceptualización de estrés:

Según **Canchos (2019)**, menciona que el estrés al ser una respuesta ante las señales de miedo o amenaza, nuestro organismo inmediatamente comienza a adaptarse al entorno desconocido, demandando una serie de reacciones: fisiológica, endocrina y psicológica. Cabe mencionar que consideramos al estrés de manera positiva ya que nos permite adaptarnos a situaciones nuevas y del mismo modo fortalece el desarrollo de nuevas habilidades y aprendizajes, sin embargo, también el estrés en exceso es perjudicial debido a que genera problemas de salud.

1.3.1.1 Tipos de estrés:

De acuerdo con **Gallego, Gil y Sepúlveda (2018)** existen dos tipos de estrés: el eustrés (estrés positivo) se refiere a las respuestas de estrés adaptativas que facilitan el óptimo y equilibrado desempeño del individuo ante las demandas del entorno, mientras que el distrés (estrés negativo) se refiere a la relación de esfuerzo para adaptarse y desenvolverse ante las demandas del medio, dando como resultado un desgaste físico y emocional. Por consiguiente, podemos decir que un elevado nivel de estrés (distrés), afecta a las áreas, cognitivas, comportamentales y fisiológicas, las mismas que influyen de manera negativa en el rendimiento académico de los estudiantes, resultado de dicho problema es un bajo desempeño académico, complicaciones de salud y deficiencia en las funciones ejecutivas (atención y concentración).

1.3.1.2 Conceptualización de estrés estudiantil:

De acuerdo con **Jerez y Oyarzo (2015)**, el estrés estudiantil es un proceso sistémico de carácter adaptativo y psicológico, que se caracteriza por la presencia de tres dimensiones: la presión académica significativa en su diario vivir (estresores), la manifestación de síntomas que generan un desequilibrio emocional, como también problemas de salud y por último las estrategias de enfrentamiento que desarrolla el estudiante para la resolución de problemas amenazantes. Por lo tanto, el estrés estudiantil es un fenómeno que está

activo dentro de la comunidad educativa, debido a la educación de modalidad virtual que se ha empleado dentro de las instituciones educativas en los últimos años, a causa del covid-19.

Otro factor fundamental que justifica el estrés estudiantil, es la etapa de la adolescencia, ya que al ser un período donde el estudiante adquiere cambios físicos, psicológicos y sociales, se enfrenta a situaciones estresantes: nuevas responsabilidades, excelentes resultados escolares, etapa de enamoramiento, como también la elección de una carrera universitaria lo cual genera altos niveles de estrés (**Cardozo, 2019**).

1.3.1.3 Fases del estrés académico:

El estrés académico se manifiesta en tres fases: (**Maturana y Vargas, 2015**).

1. Reacción de Alarma: es la primera reacción de un organismo ante la sensación de estar “agobiado por exceso de actividades”, en esta etapa aparecen modificaciones bioquímicas que intentan compensar el estado de excesiva actividad y proteger al escolar.
2. Fase de Resistencia: es el proceso de adaptación, es decir cuando el estudiante ya se ha adaptado a la sobrecarga de actividades en un periodo de tiempo prolongado, en esta fase se compensa el agotamiento, que genera el ambiente académico, dando como resultado la regulación de la energía
3. Fase de Agotamiento: en la presente fase el estudiante pierde la capacidad para resolver las diferentes problemáticas académicas, lo cual genera fracaso escolar, debido a que el individuo posee dificultades para adaptarse a nuevos entornos ambientales, de la misma manera dicho proceso genera desgaste a nivel físico.

1.3.1.4 Estresores académicos:

Consideramos como estresores académicos a los factores del ambiente organizacional educativo, que son percibidas como estímulos amenazantes para el estudiante, como la sobrecarga de tareas, un ambiente institucional desagradable, las evaluaciones y el exceso de responsabilidades, ya que presionan o abruma las actividades del día a día del estudiante afectando a su estabilidad emocional y física (**Martínez, García y Gota, 2019**).

De la misma manera los acontecimientos más estresantes a los que se enfrenta el estudiante es: no comprender la explicación de los docentes, soportar clases aburridas, pertenecer y ser aceptado en un grupo de amigos y la elección de una carrera universitaria (Espinosa. et al., 2019).

1.3.1.5 Indicadores del estrés académico:

Los indicadores del estrés académico se refiere al conjunto de síntomas que se presenta en la persona, de tal manera el desequilibrio sistémico es diferente en cada individuo (Barraza, 2008).

Los indicadores se clasifican de la siguiente manera según (Barraza, 2008) :

- Físicos: son aquellas reacciones corporales que presenta el individuo a causa del estrés, tales como: dolores de cabeza, temblores (tics), insomnio, gripes, problemas digestivos, fatiga crónica y sudoración excesiva.
- Psicológicos: están enfocadas en el desequilibrio sistémico en relación a las funciones cognitivas o emocionales por ejemplo la desconcentración, preocupación excesiva, problemas de memoria, bloqueo mental, ansiedad y depresión.
- Comportamentales: son reacciones involucradas con las conductas del individuo como el ausentismo en las clases, desgano para realizar actividades, aislamiento, conflictos constantes, hábitos alimenticios inadecuados e indiferencia con las demás personas.

1.3.1.6 Estrategias de afrontamiento del estrés académico:

El afrontamiento es un sistema que permite al estudiante manejar y controlar las emociones ante situaciones estresantes producidas por el estrés, adaptándose a si al nuevo ambiente y resolviendo las diferentes problemáticas (Córdova y Irigoyen, 2015).

Barraza (2008), define como estrategias de afrontamiento:

- La habilidad asertiva.
- Elogios a sí mismo.

- Autoestima.
- Elaboración de un plan.
- Ejecución de tareas.
- Relajación.

Variable dependiente: desempeño académico

1.3.2 Definición de desempeño académico:

El Desempeño Académico (DA) describe el nivel del desarrollo de las estructuras cognitivas y comportamentales del estudiante dentro del proceso de aprendizaje-enseñanza, para validar sus conocimientos se procede a realizar la aplicación de varios instrumentos de evaluación, con el objetivo de medir las actitudes y aptitudes del estudiante; exponiendo así de los nuevos conocimientos adquiridos, habilidades y destrezas, siendo cuya misión que el estudiante tenga la capacidad para la resolución de problemas y la toma de decisiones, los mismos que son indispensables para convivir en una sociedad competitiva (**Salazar y Heredia, 2019**).

Del mismo modo el docente cumple un rol fundamental dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje, debido a que es el responsable de emplear las diferentes estrategias metodológicas que son un conjunto actividades planificadas y organizadas que fomentan y fortalecen el aprendizaje, mediante la implementación de clases activas y dinámicas (**Salazar y Heredia, 2019**).

1.3.2.1 Factores que inciden en el desempeño académico:

Existen dos factores que inciden en el desempeño académico de los estudiantes: al primer factor se le denomina factor endógeno que están relacionados directamente con el desarrollo del estudiante basado en su entorno académico como, por ejemplo: los hábitos de estudio, la motivación, las actitudes, el estado emocional y la habilidad de resolver problemas (**Bernal y Rodríguez, 2018**).

Mientras que los factores exógenos se caracterizan por la influencia que tienen los docentes, padres de familia y su entorno socioeconómico en el estudiante, en el caso del docente cumple un rol pedagógico, pues este infiere con métodos y estrategias de

enseñanza para generar un aprendizaje significativo, del mismo modo los padres de familia y su entorno socioeconómico influyen dentro del desempeño académico del estudiante, debido a que si existe una mayor escolaridad de los padres existe mayor motivación hacia el estudio, mientras que si los padres carecen de educación y conocimientos impide que sean guías de sus hijos durante el proceso de aprendizaje, en muchos casos al no tener apoyo el alumno fracasa académicamente **(Gonzales y Valderrama, 2019)**.

1.3.2.2 Escala de Calificación (desempeño académico):

Art. 194.- Escala de calificaciones. Las calificaciones hacen referencia al cumplimiento de los objetivos de aprendizaje establecidos en el currículo y en los estándares de aprendizaje nacionales. Las calificaciones se asentarán según la siguiente escala: **(Ministerio de Educación, 2020)**.

Tabla 1 Escala de calificación

Escala cualitativa	Escala cuantitativa
Supera los aprendizajes requeridos.	10
Domina los aprendizajes requeridos.	9
Alcanza los aprendizajes requeridos.	7-8
Está próximo a alcanzar los aprendizajes requeridos.	5-6
No alcanza los aprendizajes requeridos.	≤ 4

Fuente: *Ministerio de Educación (2020)*

1.3.2.3 Instrumentos de evaluación:

Los instrumentos de evaluación son técnicas y herramientas concretas que evalúan el desempeño del estudiante mediante la obtención de la información, de la misma manera nos permite identificar aspectos que necesitan ser mejorados durante el proceso de enseñanza-aprendizaje, lo cual nos da un análisis global de los aprendizajes no logrados y tomar decisiones para remendar dichas problemáticas **(Morales, Lau y López, 2018)**.

A continuación, vamos a detallar algunos instrumentos de evaluación: **(Pérez y Sobejano, 2017)**

1. Técnica de observación: es un método de evaluación que se enfoca en la captación inmediata del objeto, la situación y las relaciones que se establecen se evalúa mediante:

- Registro anecdótico
- Lista de cotejos
- Escalas

2. Técnica de entrevista: se caracteriza por recoger información mediante una serie de preguntas sobre determinados conocimientos, que se quiere conocer con fines evaluativos.

- Guías de preguntas
- Portafolio

3. Técnica de encuesta: ofrece una visión integral del tema o problemática evaluada que cubren un amplio espectro de contenidos y dimensiones y se basa en respuestas orales y escritas.

- Cuestionario

4. Técnica de prueba: es un método de evaluación más utilizado por los docentes ya que permite recoger información de las destrezas cognitivas.

- Pruebas Escritas
- Pruebas Orales
- Pruebas Objetivas

1.3.2.4 Hábitos y técnicas de estudio:

Los hábitos de estudio son conductas que el estudiante practica con regularidad para el cumplimiento de sus actividades académicas con el objetivo de mejorar la capacidad para adquirir y consolidar sus conocimientos, del mismo modo estos hábitos de estudio influyen positivamente en el éxito académico, y de la misma manera reduce el estrés en el estudiantado (**Rivera y Valencia, 2018**).

A continuación, se detallará algunos hábitos de estudio:

- Planificar un horario con las actividades.
- Diseñar un plan de estudio.
- Estudiar en un ambiente idóneo.
- Tomar periodos de descanso
- Evitar materiales que generen distracción.

Las técnicas de estudio son herramientas que el estudiante emplea con el fin de facilitar su método de estudio mediante las siguientes actividades: leer-subrayar, resúmenes, esquemas mentales, cuadros comparativos, elaborar preguntas, fichas de estudio, releer lo aprendido, ayuda con dibujos y reglas mnemotécnicas (**Sepúlveda , 2017**).

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

2.1 Materiales

2.1.1 Recursos

Humanos:

Las personas que aportaron en la presente investigación fueron:

- Población: 35 estudiantes de primero y segundo año de bachillerato de la Unidad Educativa “Atahualpa”
- Rector de la institución: Dr. José Rosales
- Investigadora: Natali Marisol Farinango Tupiza
- Tutor sugerido de la investigación: Mg. Maria Belén Morales.
- Padres de familia de los estudiantes de primero y segundo año de bachillerato.
- Docentes tutores de primero y segundo año de bachillerato.

Institucionales:

1. Unidad Educativa “Atahualpa”

- Datos generales de los estudiantes de primero y segundo año de bachillerato.
- Plataformas virtuales (Zoom) para la socialización del proyecto de investigación.

2. Universidad Técnica de Ambato

- Acceso a bibliotecas virtuales de la Universidad Técnica de Ambato.
- Acceso a bases de datos científicas.
- Plataformas virtuales (Zoom) para el desarrollo del proyecto de investigación mediante las tutorías establecidas con los tutores.

Materiales:

- Cuestionario estructurado y el test
- Muebles de oficina (escritorio y silla).
- Esferos

Tecnológicos:

- Laptop
- Herramientas digitales (Zoom y Google Forms).
- Cámara fotográfica.
- Impresora
- Internet.
- Dispositivos móviles

Económicos:

Tabla 2: Recursos económicos

Recursos Económicos	Valor
Internet	\$ 21
Llamadas telefónicas	\$ 6
Impresiones	\$ 5
Luz	\$ 12
Total	\$ 44

Fuente: Recursos económicos

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

2.2 Métodos

2.2.1. Enfoque de la investigación:

2.2.1.1. Enfoque cualitativo

El enfoque cualitativo se caracteriza por la recolección de información sin datos numéricos con el fin de dar un valor subjetivo a las incógnitas planteadas, permitiendo así la construcción de teorías en base a los sucesos ya investigados. Por consiguiente, el presente trabajo de investigación se fundamentó cada una de las variables estudiadas, y de la misma manera hace énfasis en la interpretación descriptiva de los resultados estadísticos obtenidos de la investigación **(Baena, 2017)**.

2.2.1.2. Enfoque cuantitativo

De acuerdo con **Hernández y Torres (2018)**, la investigación cuantitativa se enfoca en la recolección de datos con base a la medición numérica, con la finalidad de comprobar una hipótesis, mediante una serie de instrumentos estandarizados, se aplicará una encuesta estructurada y el test (SISCO SV-21), que se valorará estadísticamente.

2.2.2. Modalidad de la investigación:

2.2.2.1. Bibliográfica Documental

La investigación es de carácter bibliográfica-documental, ya que fue estudiada sistemáticamente y recopilada mediante un proceso de búsqueda en la que se utilizó la base de datos: ScieDirect, Scielo, Google Académico, Scopus y entre otras, de la misma manera la información se sustentó mediante libros, revistas, artículos científicos, tesis e informes que fundamentaron teóricamente cada una de las variables **(Chavarría, y Pichardo, 2014)**.

2.2.2.2. Campo-Modalidad Virtual

El presente trabajo de investigación ha sido direccionado por medio de una modalidad de campo virtual, debido a la situación de confinamiento que se encuentra el país, a causa del COVID-19. Para la recolección de datos se realizó reuniones con los estudiantes y docentes a través de la plataforma zoom, las cual nos permitió directamente conocer la

realidad que enfrentan los estudiantes, para ello se empleó técnicas como la aplicación de test del Inventario Sistemico Cognoscitivista (**Baena, 2017**).

2.2.3. Nivel o Tipo de Investigación:

2.2.3.1. Nivel Descriptivo

De acuerdo con **Hernández y Torres (2018)**, la investigación descriptiva se enfoca en detallar las variables, describir fenómenos, situaciones y contextos, cuyo objetivo se orienta en especificar las propiedades y las particularidades de la población investigada, por consiguiente el presente trabajo posee un alcance descriptivo, porque se especificó y se profundizó el tema, así mismo se detalló las propiedades específicas de la población, y a partir de allí se recopilaron los datos sobre la variable investigada mediante la aplicación de los test, los mismos que fueron interpretados.

2.2.3.2. Nivel Correlacional

La presente investigación se desarrolló con un enfoque correlacional, porque se pretendió analizar la relación que existe entre cada variable investigada, como en este caso el estrés estudiantil y el desempeño académico. En la cual se analizaron los datos posteriores a la aplicación del test y del cuestionario, de dicho proceso se obtuvo los datos estadísticos que permitieron constatar la correlación de variables (**Hernández y Torres, 2018**).

2.3. Población y muestra

Para la presente investigación no se aplicó ningún tipo de muestro, ya que se trabajó con la totalidad de la población que estuvo conformada por 35 estudiantes de primero y segundo año del Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa “Atahualpa” del cantón Quito, que comprenden entre las edades de 14 a 17 años.

Tabla 3: Población y muestra

Año de BGU	Paralelo	Género		
		Hombres	Mujeres	Total
1 BGU	“A”	8	10	18
2 BGU	“A”	9	8	17
	Total	17	18	35

Fuente: Registro de estudiantes

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Criterios de Inclusión

Los participantes incluidos dentro del proceso de investigación fueron 35 estudiantes, que asistieron a clases virtual el día de la aplicación, cuya participaron fue voluntariamente y cuyos padres otorgaron el consentimiento.

Criterios de Exclusión

Los participantes excluidos dentro del proceso de investigación fueron los estudiantes, que no asistieron o llegaron tarde el día de la aplicación del instrumento de la misma manera cuyos padres no proporcionaron su consentimiento.

2.4. Técnicas de instrumentos

La técnica que se aplicó es el Inventario Sistemático Cognoscitivo de Estrés Académico – segunda versión de autoría de Arturo Barraza Macías. Esta herramienta está diseñada para medir el nivel de estrés académico, evaluando las fuentes de estrés, las estrategias de afrontamiento y las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales que acompañan al estrés académico de los estudiantes (**Barrazas & Ruiz, 2020**).

La confiabilidad de Cron Bach del inventario es de 0.85, este cuestionario consta de 23 ítems tipo Likert formulado en una escala del 1 (“casi nunca”) y 5 (siempre), que tuvo una aplicación de forma individual con un tiempo de 15 a 20 minutos (**Barraza, 2018**). Para la calificación del instrumento se realiza la sumatoria global de los resultados obtenidos, este puntaje se lo transforma en porcentaje, a través de una regla de tres simple o multiplicamos el valor total por 25.

Baremación:

0% a 33% estrés leve

34% a 66% estrés moderado

67% a 100% estrés profundo

Adicionalmente se aplicó la encuesta estructurada sobre los factores que inciden en el desempeño académico que consta de 10 preguntas tipo Likert, la misma que fue validada por dos docentes expertos de la carrera de Psicopedagogía. El objetivo de la aplicación de esta encuesta, fue determinar los factores que inciden en el desempeño académico y de la misma manera permitió la recolección de datos, para posteriormente representarlos estadísticamente.

2.5 Procesamiento y análisis

La aplicación del instrumento tuvo el siguiente procedimiento:

1. Se realizó una solicitud dirigida al rector de la institución en búsqueda de la aprobación respectiva para la ejecución de la investigación.
2. Una vez obtenida la autorización se procedió a realizar la socialización la propuesta de investigación a través de una reunión por la plataforma digital Zoom con el rector de la institución y los docentes tutores.
3. Se realizó una reunión con los estudiantes para la socialización de la propuesta de investigación y se les pidió de su total cooperación a través de la plataforma Zoom y posteriormente se compartió el consentimiento informado a los padres de familia, en caso de si autorizar firmaron; estos consentimientos fueron recogidos.
4. Posteriormente se solicitó el permiso respectivo a cada uno de los docentes tutores, en su hora de clase, para la aplicación de los instrumentos, en el cual se les compartió el link del cuestionario.
5. El cuestionario fue aplicado de manera individual a los estudiantes que presentaron el consentimiento informado (primero y segundo año de bachillerato) a través de la herramienta digital Google Forms que tuvo una duración de 15 a 20 minutos aproximadamente.

6. Los datos obtenidos del cuestionario fueron analizados, tabulados y representados en gráficos estadísticos.

2.6. Recolección de la Información

Tabla 4: Recolección de información

N.	Preguntas Básicas	Explicación
1	¿Para qué?	Para efectuar los objetivos propuestos en la presente investigación.
2	¿A quiénes?	35 estudiantes de primero y segundo de bachillerato.
3	¿Sobre qué aspectos?	El estrés estudiantil y el desempeño académico.
4	¿Cuándo?	Mayo- Agosto 2021
5	¿Donde?	Unidad Educativa “Atahualpa” (Quito)
6	¿Cuántas veces?	Una vez
7	¿Cuál es la técnica de recolección?	Aplicación de dos reactivos psicométricos <ul style="list-style-type: none"> • Inventario Sistémico Cognoscitivo de Estrés Académico.
8	¿Con que instrumentos?	<ul style="list-style-type: none"> • Cuestionario estructurado (desempeño académico)

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

2.7 Operacionalización de Variables

Tema: El estrés estudiantil y el desempeño académico de los estudiantes de primero y segundo año del Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa “Atahualpa” del cantón Quito.

Variable Independiente: Estrés estudiantil

Tabla 5: Operalización de la variable independiente

Concepto	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumento
De acuerdo con Jerez y Oyarzo (2015) , el estrés estudiantil es un proceso sistémico de carácter adaptativo y psicológico, que se caracteriza por la presencia de tres dimensiones: la presión académica en su diario vivir (estresores), la manifestación de síntomas que generan un desequilibrio emocional, problemas de salud y por último las estrategias de enfrentamiento que desarrolla el estudiante para la resolución de problemas amenazantes.	Estresores	-Responsabilidades -Nivel de exigencia -Tiempo de trabajo	1,2,3,4,5,6,7	<u>Técnica:</u> Psicométrica <u>Instrumento:</u> Inventario Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico. SISCO SV-21
	Síntomas	-Estado emocional -Problemas de concentración -Conflictos para resolver problemas.	8, 9, 10, 11, 12,13,14	
	Estrategias de afrontamiento	- Establecer soluciones -Control de las emociones -Tolerancia al estrés	15,16,17,18,19,20 ,21	

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Variable Dependiente: Desempeño académico

Tabla 6: Operalización de la variable dependiente

Concepto	Dimensiones	Indicador	Ítems	Instrumento
El Desempeño Académico (DA) describe el nivel del desarrollo de las estructuras cognitivas y comportamentales del estudiante dentro del proceso de aprendizaje-enseñanza, para validar sus conocimientos se procede a realizar una evaluación, con el objetivo de medir las actitudes y aptitudes del estudiante; con el fin de comprobar si el estudiante posee la capacidad para la resolución de problemas y la toma de decisiones, que son indispensables para convivir en una sociedad competitiva (Salazar y Heredia, 2019) .	Factores endógenos	-Motivación -Técnicas de estudio.	¿Usted utiliza mapas mentales, diagramas, cuadros comparativos y otras técnicas para la presentación de sus tareas? (3, 6, 8, 9, 10)	<u>Técnica:</u> Encuesta
		Factores exógenos	-Recursos -Ambiente	¿Considera usted que el ambiente educativo virtual es el adecuado para lograr un buen desempeño académico? (1, 2)
	-Docentes -Padres de familia		Sus representantes se preocupan por su rendimiento- desempeño académico a pesar de estar en modalidad virtual (4, 5, 7)	

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

CAPITULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1. Análisis y discusión de los resultados.

3.1.1. Interpretación del Inventario Sistemico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico. SISCO SV-21.

1.- Durante el transcurso de este año escolar ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo (estrés)?

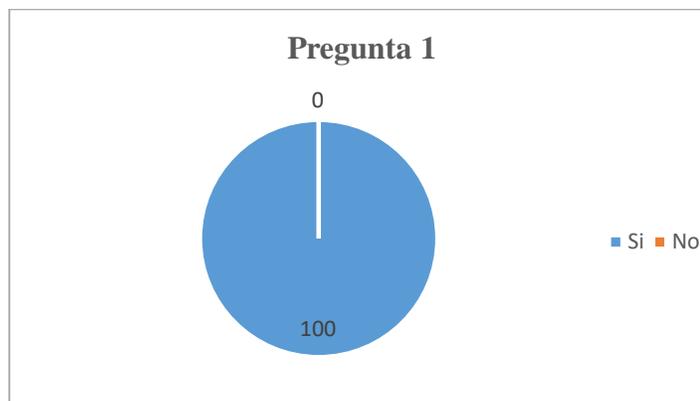
Tabla 7: Momentos de preocupación y nerviosismo

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	35	100%
No	0	0%
Total	35	100%

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 1: Pregunta 1



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Según el respectivo análisis de la información obtenida el 100 % de la población, manifiestan que durante este año escolar han tenido momentos de preocupación y nerviosismo lo que se ve reflejado en estrés.

Por lo tanto, se puede evidenciar que mayor parte de la población es propenso a estresarse debido a la modalidad virtual de la educación y la sobrecarga de trabajos.

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

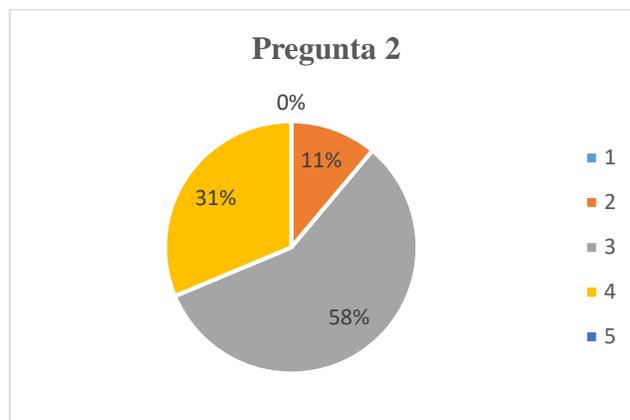
Tabla 8: Nivel de estrés

Puntuación	Frecuencia	Porcentaje
1	0	0%
2	4	11%
3	20	57%
4	11	31%
5	0	0%
Total	35	100 %

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 2: Pregunta 2



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Según el respectivo análisis de la información obtenida el 57% de la población considera que su nivel de estrés posee una puntuación de 3, mientras el 31% considera su nivel de estrés posee una puntuación de 4 y el 11% considera su nivel de estrés posee una puntuación de 2.

Por lo tanto, se puede vislumbrar que la población padece un nivel medio de estrés, debido a las exigencias y excesivas responsabilidades educativas como personales, lo cual genera una serie de problemas a nivel físico y emocional.

Dimensión estresores

¿Con qué frecuencia te estresa?

3. La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los día

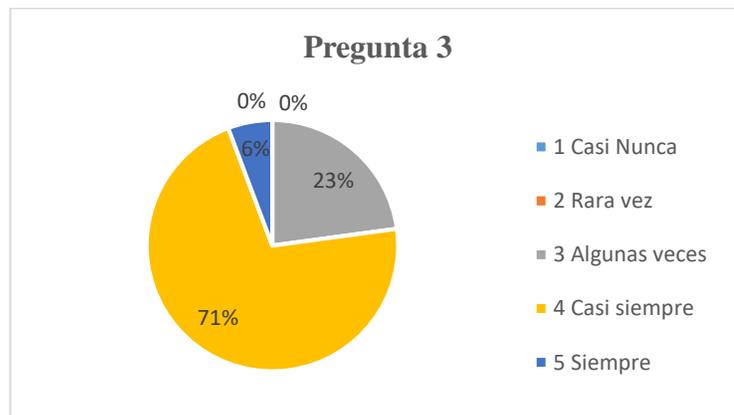
Tabla 9: Sobrecarga de tareas

Puntuación	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	Casi Nunca	0	0%
2	Rara vez	0	0%
3	Algunas veces	8	23%
4	Casi siempre	25	71%
5	Siempre	2	6%
	Total	35	100%

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 3: Pregunta 3



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación de resultados:

De acuerdo a los resultados de la aplicación del Inventario, se obtuvo que, de los 35 estudiantes evaluados, el 71% manifiestan que casi siempre, mientras que el 23% mencionan que algunas veces, y el 6% mencionó que siempre y ningún estudiante menciona que casi nunca y rara vez se estresan por la sobrecarga de tareas y trabajos escolares.

Por lo tanto, se puede evidenciar que una cantidad considerable de estudiantes manifiesta que se estresan debido a la sobrecarga de tareas escolares que realizan a diario, tomando

a consideración que la educación es de modalidad virtual, lo que genera que el nivel de exigencia y de estrés sea mayor.

¿Con qué frecuencia te estresa?

3.1 La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases.

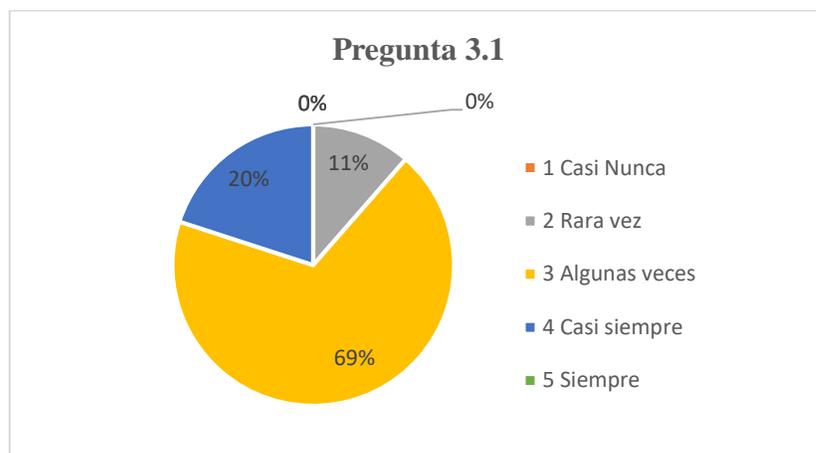
Tabla 10: Personalidad y carácter del profesor

Puntuación	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	Casi Nunca	0	0%
2	Rara vez	4	11%
3	Algunas veces	24	69%
4	Casi siempre	7	20%
5	Siempre	0	0%
	Total	35	100%

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 4: Pregunta 3.1



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza

Análisis e interpretación de resultados:

Con base a con qué frecuencia se estresa por “La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases” la población respondió de la siguiente manera: que el 69% algunas veces se estresa, el 20% mencionó que casi siempre se estresa, el 11% rara vez se estresa y ningún estudiante respondió casi nunca y siempre se estresan.

Por consiguiente, se puede determinar que existe un porcentaje importante de estudiantes que consideran que la personalidad/carácter de los docentes es un factor influyente dentro del proceso de aprendizaje lo que puede desencadenar en estrés, debido al nivel de exigencia del docente ya que por lo general los docentes son tradicionalistas.

¿Con qué frecuencia te estresa?

3.2 La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)

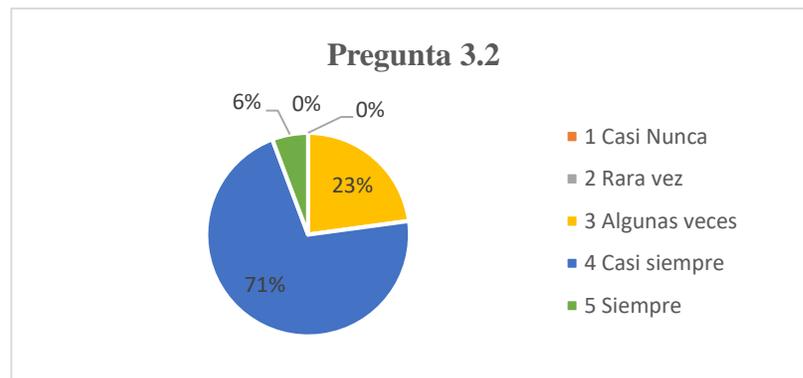
Tabla 11: La evaluación de los docentes

Puntuación	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	Casi Nunca	0	0%
2	Rara vez	0	0%
3	Algunas veces	8	23%
4	Casi siempre	25	71%
5	Siempre	2	6%
	Total	35	100%

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 5: Pregunta 3.2



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación de resultados:

Según el respectivo análisis de la información obtenida ningún estudiante respondió casi nunca y rara vez lo que representa el 0%, mientras que el 71% de los estudiantes responde casi siempre, así mismo el 23% responde algunas veces y por último el 6% manifiesta que siempre se estresan por la forma de evaluación de los profesores.

Por lo tanto, se puede evidenciar que mayor parte de la población es propenso a estresarse debido a la forma de evaluación de los docentes, ya que muchas veces los docentes emplean diferentes estrategias metodológicas para lograr alcanzar en los estudiantes un aprendizaje significativo.

¿Con qué frecuencia te estresa?

3.3 El nivel de exigencia de mis profesores/as.

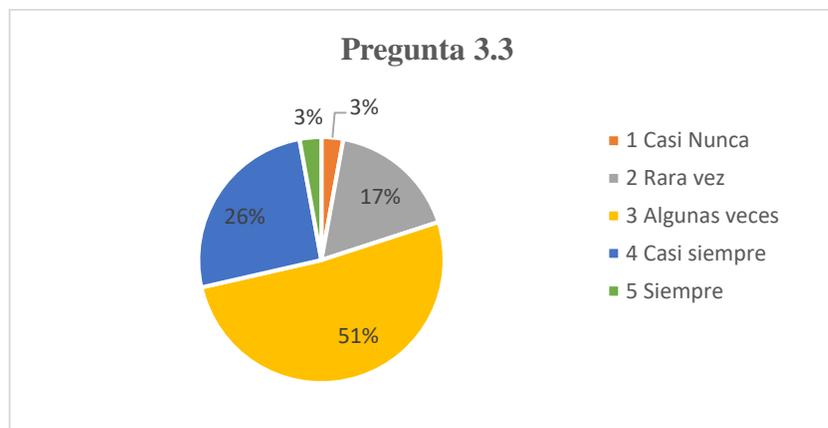
Tabla 12: Nivel de exigencia de los docentes

Puntuación	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	Casi Nunca	1	3%
2	Rara vez	6	17%
3	Algunas veces	18	51%
4	Casi siempre	9	26%
5	Siempre	1	3%
	Total	35	100%

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 6: Pregunta 3.3



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación de resultados

Acorde a los resultados adquiridos de la aplicación del instrumento, se obtuvo que, de los 35 estudiantes evaluados, el 51% mencionan que algunas veces, el 26% manifiestan que casi siempre, el 17% afirma que rara vez, el 3% menciona que casi nunca se estresan por el nivel de exigencia de los profesores.

Así que, se puede evidenciar que algunas veces el nivel de exigencia de los docentes es un factor generador de estrés, cabe recalcar que el nivel de exigencia aumenta durante el proceso de finalización del parcial y del quimestre, que es donde el docente exige la presentación de todos los trabajos y proyectos.

¿Con qué frecuencia te estresa?

3.4 El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)

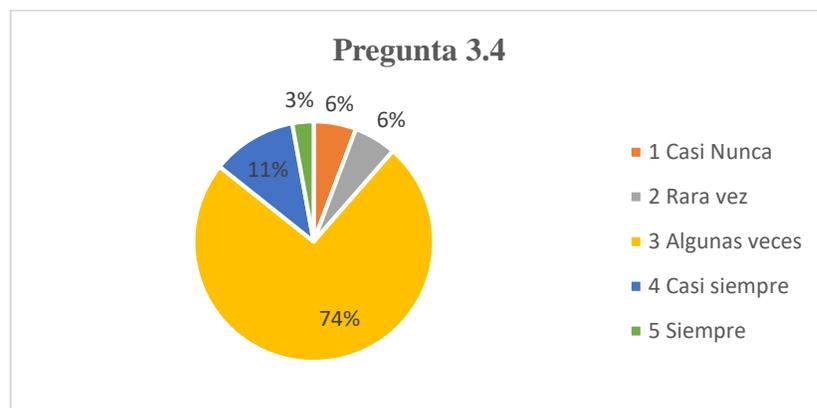
Tabla 13: Trabajo que piden los profesores

Puntuación	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	Casi Nunca	2	6%
2	Rara vez	2	6%
3	Algunas veces	26	74%
4	Casi siempre	4	11%
5	Siempre	1	3%
Total		35	100%

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 7: Pregunta 3.4



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación de resultados

De acuerdo a los resultados de la aplicación del Inventario, se obtuvo que, de los 35 estudiantes evaluados, el 74% manifiestan que algunas veces, mientras que el 11% mencionan que casi siempre, el 6% afirma que rara vez, el 6% manifiesta que casi nunca, se estresan por el tipo de trabajo que deben realizar.

Se constató que la mayor parte población, mencionan que algunas veces se estresan por el tipo de trabajo que deben realizar, debido a que muchas veces no tienen un conocimiento claro sobre el trabajo que ha solicitado el docente, por consecuente presentan confusión para realizarlo y muchas veces los estudiantes no preguntan por temor o miedo

¿Con qué frecuencia te estresa?

3.5 Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as.

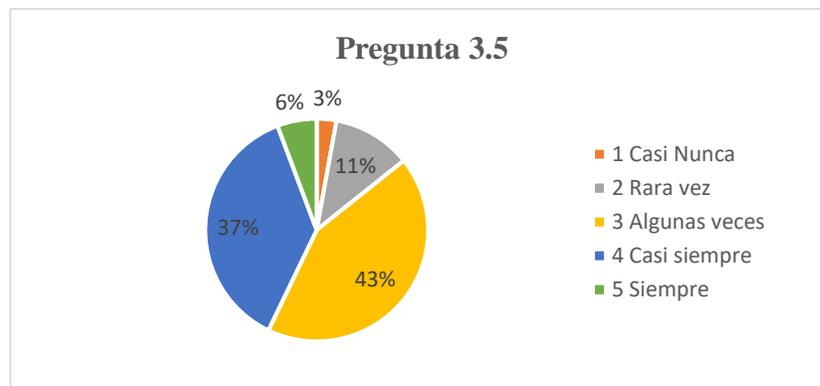
Tabla 14: Tiempo limitado para los trabajos

Puntuación	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	Casi Nunca	1	3%
2	Rara vez	4	11%
3	Algunas veces	15	43%
4	Casi siempre	13	37%
5	Siempre	2	6%
	Total	35	100%

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 8: Pregunta 3.5



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación de resultados:

Dentro de los datos obtenidos en la pregunta 3.5 se visualiza que, un 43% de estudiantes algunas veces se estresan por tener tiempo limitado para realizar los trabajos, el 37% refieren a estresarse casi siempre, el 11% de estudiantes casi nunca se estresan, el 6% de los estudiantes siempre se estresan por el tiempo limitado.

Esto representa que, un alto porcentaje de estudiantes se estresan debido a tener un tiempo limitado para cumplir con las obligaciones escolares, así mismo la presión de los docentes por culminar el trabajo genera estrés.

¿Con qué frecuencia te estresa?

3.6 La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as

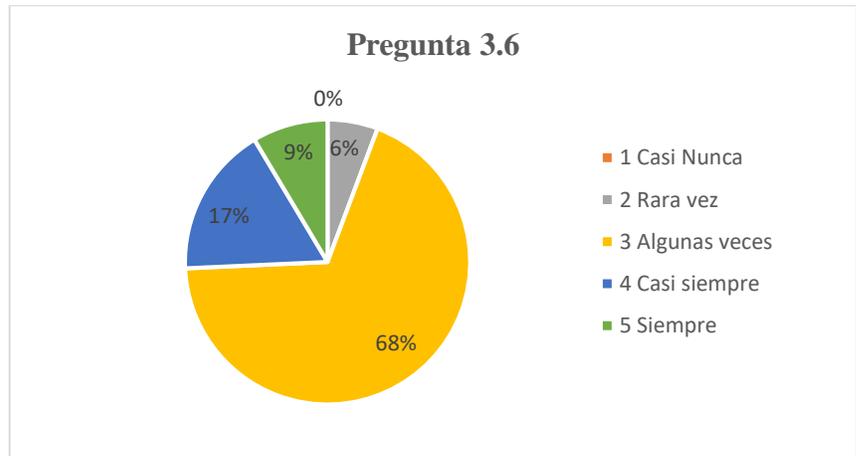
Tabla 15: La poca claridad de los profesores

Puntuación	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	Casi Nunca	0	0%
2	Rara vez	2	6%
3	Algunas veces	24	69%
4	Casi siempre	6	17%
5	Siempre	3	9%
	Total	35	100%

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 9: Pregunta 3.6



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación de datos:

Dentro de los datos recopilados en la pregunta 3.6 se puede evidenciar que, el 69% de estudiantes encuestados afirman que algunas veces se estresan que la poca claridad de los docentes al enviar trabajos, mientras que el 17% de estudiantes casi siempre se estresan, el 9% de estudiantes siempre se estresan y ningún estudiante respondió casi nunca se estresan.

Por lo tanto, algunas veces los estudiantes se estresan debido a la poca explicación que imparte el docente en cuanto a la realización de tareas y trabajos escolares, en muchos casos los estudiantes no comparten sus inquietudes ya sea por timidez o el temor de hablar.

Dimensión síntomas

Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado:

5. Fatiga crónica (cansancio permanente)

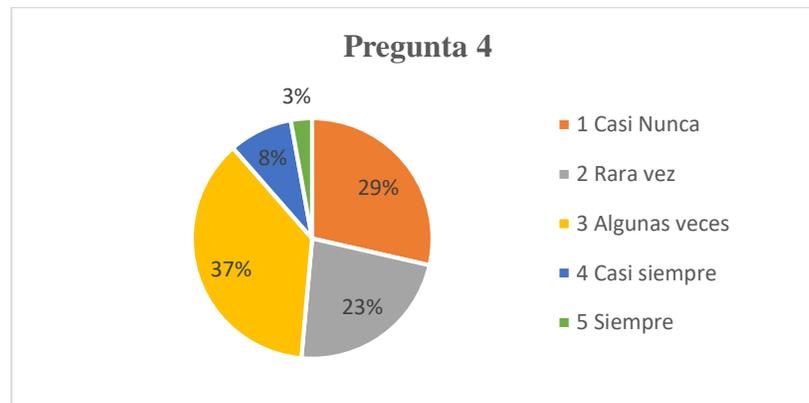
Tabla 16: Fatiga Crónica

Puntuación	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	Casi Nunca	10	29%
2	Rara vez	8	23%
3	Algunas veces	13	37%
4	Casi siempre	3	9%
5	Siempre	1	3%
	Total	35	100%

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 10: Pregunta 4



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación de datos:

De acuerdo a los resultados de la aplicación del Inventario, se obtuvo que, de los 35 estudiantes evaluados, el 37% manifiestan que algunas veces, mientras que el 29% mencionan que casi nunca, el 23% mencionó que rara vez, el 9% afirma que casi siempre, el 3% manifiesta que siempre presentan un cansancio permanente.

Por lo tanto, se puede evidenciar que una cantidad considerable de estudiantes manifiesta que algunas veces presentan cansancio cuando están estresados.

Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado:

4.1 Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)

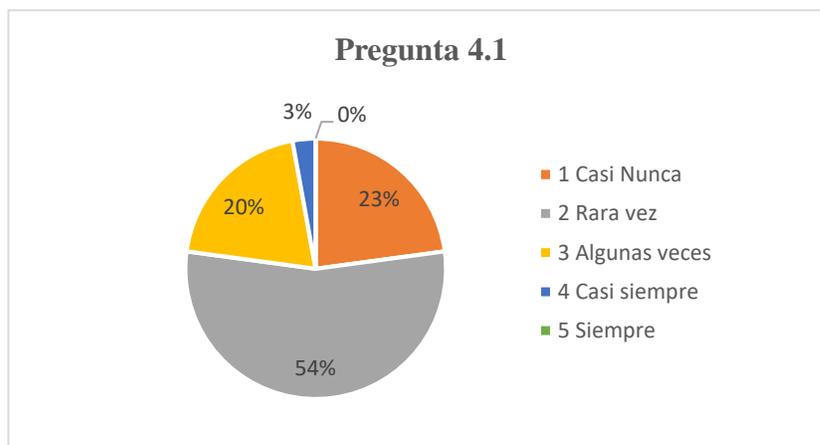
Tabla 17: Sentimientos de depresión y tristeza

Puntuación	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	Casi Nunca	8	23%
2	Rara vez	19	54%
3	Algunas veces	7	20%
4	Casi siempre	1	3%
5	Siempre	0	0%
	Total	35	100%

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 11: Pregunta 4.1



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Acorde a los resultados adquiridos de la aplicación del instrumento, se obtuvo que, de los 35 estudiantes evaluados, el 54% mencionan que rara vez, el 23% manifiestan que casi nunca, el 20% afirma que algunas veces, el 3% menciona que casi siempre y ningún estudiante manifiesta que siempre presentan sentimientos de depresión y tristeza cuando están estresados.

Así que, se puede evidenciar que la población investigada rara vez presentan sentimientos de tristeza y depresión cuando se sienten estresados por diversas situaciones, cabe recalcar que la adolescencia es una etapa difícil a la que se enfrentan los estudiantes.

Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado:

4.2 Ansiedad, angustia o desesperación

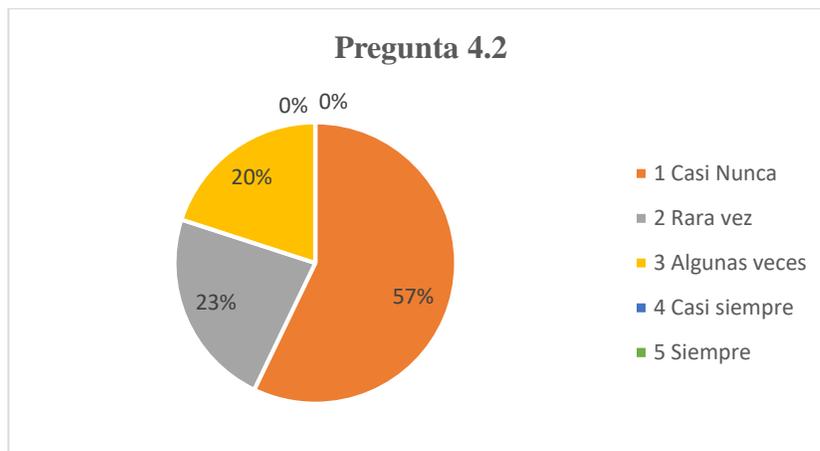
Tabla 18: Ansiedad, angustia o desesperación

Puntuación	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	Casi Nunca	20	57%
2	Rara vez	8	23%
3	Algunas veces	7	20%
4	Casi siempre	0	0%
5	Siempre	0	0%
	Total	35	100%

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 12: Pregunta 4.2



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Aplicada la encuesta a estudiantes encontramos que ningún estudiante menciona que casi siempre y siempre presenta ansiedad, angustia o desesperación, mientras que el otro 57% mencionan que casi nunca presentan, el 23% manifiesta que rara vez y el 20% afirma que algunas veces presentan momentos de ansiedad o desesperación.

En relación a la pregunta abordada, se evidencia que un número considerable de estudiantes mencionan que casi nunca presentan episodios de ansiedad, desesperación o angustia.

Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado:

4.3 Problemas de concentración

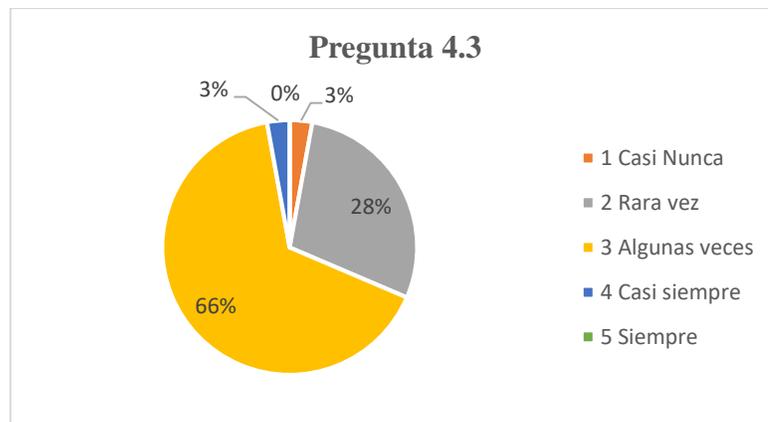
Tabla 19: Problemas de concentración

Puntuación	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	Casi Nunca	1	3%
2	Rara vez	10	29%
3	Algunas veces	23	66%
4	Casi siempre	1	3%
5	Siempre	0	0%
	Total	35	100%

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 13: Pregunta 4.3



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Aplicada la encuesta a estudiantes encontramos que ningún estudiante menciona (siempre), mientras que el otro 66% mencionan que algunas veces, el 29% menciona que rara vez, el 3% afirma que casi siempre y el 3% manifiesta que casi nunca presentan problemas de concentración.

En consecuencia, a la preguntaba analizada, se evidenció que la mayor parte de la población algunas veces presentan problemas de concentración, lo que genera que el estudiante no adquiera un aprendizaje significativo durante las clases que imparte el docente.

Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado:

4.4 Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad

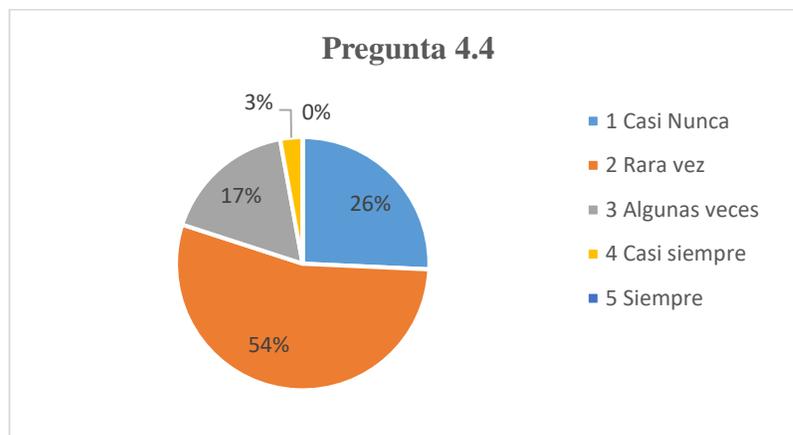
Tabla 20: Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad

Puntuación	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	Casi Nunca	9	26%
2	Rara vez	19	54%
3	Algunas veces	6	17%
4	Casi siempre	1	3%
5	Siempre	0	0%
	Total	35	100%

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 14: Pregunta 4.4



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Acorde a los resultados adquiridos de la aplicación del instrumento, se obtuvo que, de los 35 estudiantes evaluados, el 54% mencionan que rara vez, el 26% manifiestan que casi nunca, el 17% afirma que algunas veces, así mismo el 3% manifiesta que casi siempre y ningún estudiante manifiesta que siempre presentan sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.

Así que, se puede evidenciar que rara vez los estudiantes presentan sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad lo que puede conllevar a generar estrés en los estudiantes

Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado:

4.5 Conflictos o tendencia a polemizar o discutir

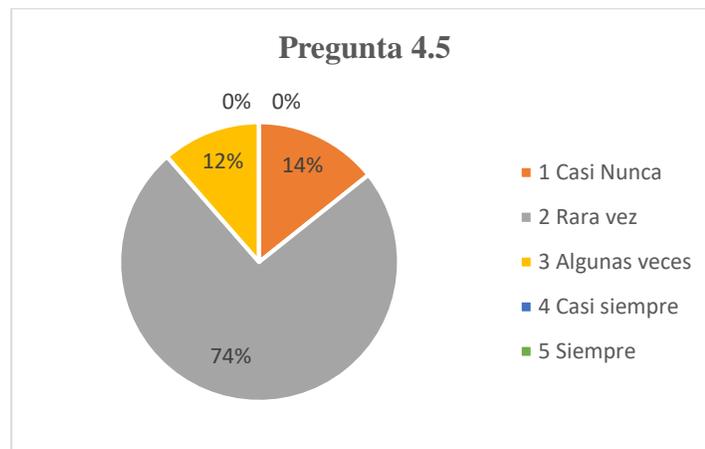
Tabla 21: Conflictos o tendencia a polemizar

Puntuación	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	Casi Nunca	5	14%
2	Rara vez	26	74%
3	Algunas veces	4	11%
4	Casi siempre	0	0%
5	Siempre	0	0%
	Total	35	100%

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 15: Pregunta 4.5



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

De acuerdo a los resultados de la aplicación del Inventario, se obtuvo que, de los 35 estudiantes evaluados, el 74% manifiestan que rara vez, mientras que el 14% mencionan que casi nunca, el 11 % afirma que algunas veces y ningún estudiante menciona que casi siempre y siempre tienden a presentar conflictos o tendencia a discutir.

Se constató que la mayor parte población, mencionan que rara vez cuando están estresados tienden a presentar conflicto o discusiones con sus semejantes.

Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado:

4.6 Desgano para realizar las labores escolares

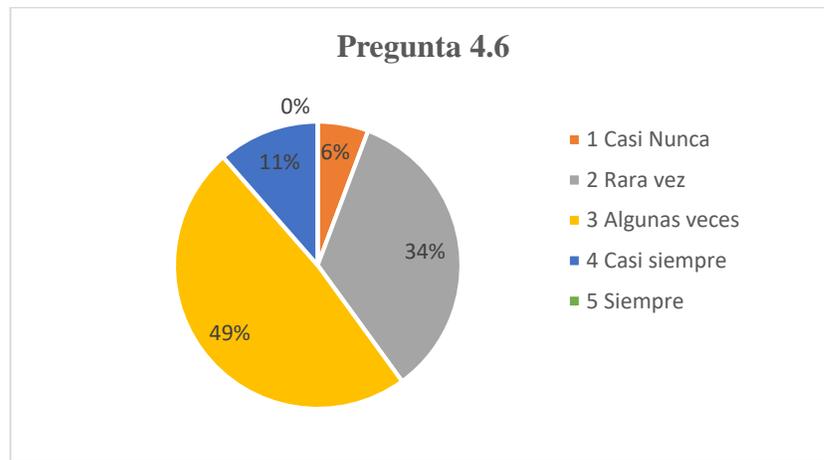
Tabla 22: Desgano para realizar labores escolares

Puntuación	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	Casi Nunca	2	6%
2	Rara vez	12	34%
3	Algunas veces	17	49%
4	Casi siempre	4	11%
5	Siempre	0	0%
	Total	35	100%

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 16: Pregunta 4.6



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Con base a con qué frecuencia presenta “Desgano para realizar las labores escolares” la población respondió de la siguiente manera: que el 49% algunas veces presenta, el 34% mencionó que rara vez presenta desgano, el 11% casi siempre presenta desgano y ningún estudiante respondió siempre.

Se constató que la mayor parte población, mencionan que algunas veces cuando están estresados presentan desgano para realizar sus actividades escolares; debido a que no encuentran algún tipo de motivación para realizarlas.

Dimensión de estrategias de afrontamiento

¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés:

6. Concentrarse en resolver la situación que me preocupa.

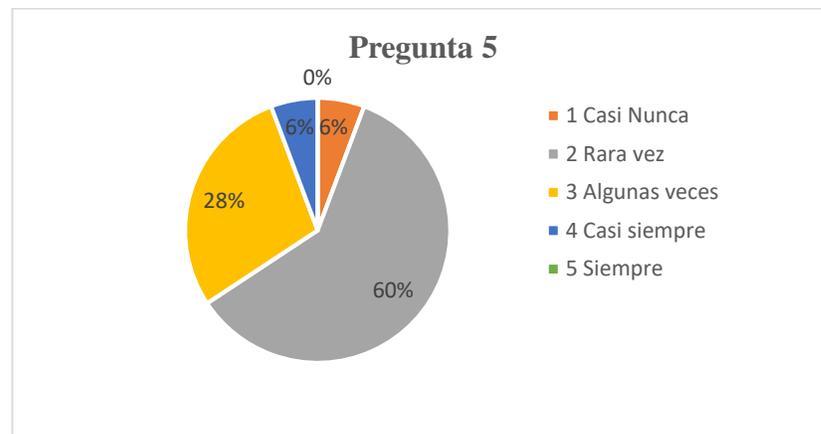
Tabla 23: Concentrarse en resolver la situación que me preocupa

Puntuación	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	Casi Nunca	2	6%
2	Rara vez	21	60%
3	Algunas veces	10	29%
4	Casi siempre	2	6%
5	Siempre	0	0%
	Total	35	100%

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 17: Pregunta 5



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Dentro de los datos obtenidos en la pregunta 5 se visualiza que, un 60% de estudiantes rara vez emplea acciones para enfrentar el estrés, el 29% refieren algunas veces, el 6% de estudiantes casi nunca emplean acciones, el 6% de los estudiantes casi siempre se estresan y ningún estudiante respondió que siempre emplean estrategias para enfrentar el estrés.

Por consiguiente, se puede determinar que existe un porcentaje importante de estudiantes que no emplean acciones para enfrentar el estrés, como en dicho caso no se preocupan en resolver alguna situación que genera dificultades en su diario vivir.

¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés:

5.1 Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.

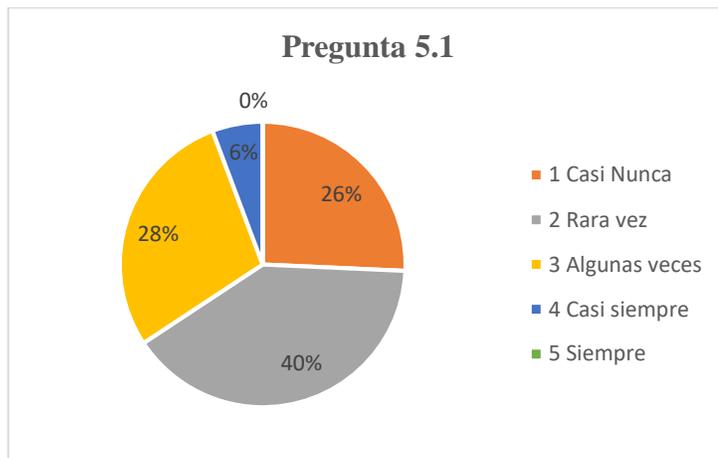
Tabla 24: Establecer soluciones concretas

Puntuación	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	Casi Nunca	9	26%
2	Rara vez	14	40%
3	Algunas veces	10	29%
4	Casi siempre	2	6%
5	Siempre	0	0%
	Total	35	100%

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 18: Pregunta 5.1



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Con base a con qué frecuencia utiliza esta acción “Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa” la población respondió de la siguiente manera: que el 40% rara vez emplea, el 29% mencionó que algunas veces emplea, el 26% casi nunca las emplea, mientras que el 6% casi siempre las emplea y ningún estudiante respondió siempre establecen soluciones.

Por lo tanto, rara vez los estudiantes emplean estrategias para enfrentar el estrés, lo que conlleva a que no logren establecer soluciones concretas para resolver los diversos problemas que poseen, lo cual va generando consecuencias negativas en el proceso educativo, como es la falta de concentración del estudiante.

¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés:

5.2 Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa.

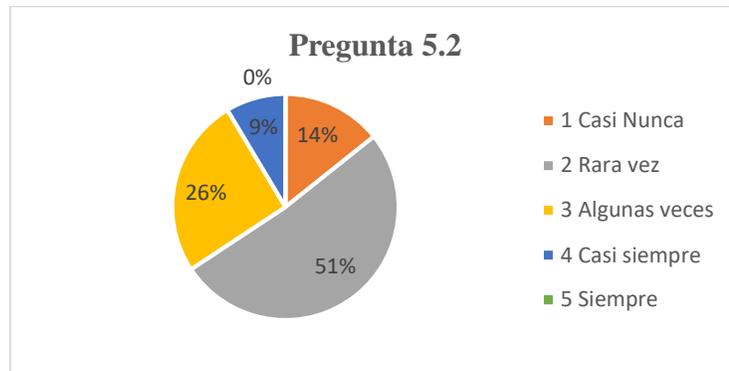
Tabla 25: Analizar lo positivo y negativo de las soluciones

Puntuación	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	Casi Nunca	5	14%
2	Rara vez	18	51%
3	Algunas veces	9	26%
4	Casi siempre	3	9%
5	Siempre	0	0%
	Total	35	100%

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 19: Pregunta 5.2



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Con base a con qué frecuencia utiliza esta acción “Analizar lo positivo y negativo de las soluciones” la población respondió de la siguiente manera: que el 51% rara vez emplea, el 26% mencionó que algunas veces emplea, el 14% casi nunca las emplea, mientras que el 9% afirma que casi siempre analiza las soluciones y ningún estudiante respondió siempre analizan las soluciones para la resolución de conflictos.

Por lo tanto, los estudiantes mencionan que rara vez analizan lo positivo y negativo de las soluciones establecidas para la resolución de las situaciones preocupantes que atraviesan, los mismo que generan efectos negativos ya que las decisiones no pueden ser las acertadas, y por consiguiente genera otro tipo de problema.

¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés:

5.3 Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.

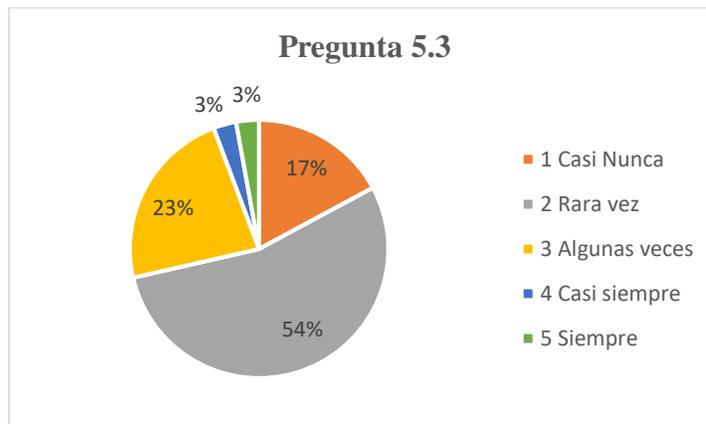
Tabla 26: Mantener el control sobre mis emociones

Puntuación	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	Casi Nunca	6	17%
2	Rara vez	19	54%
3	Algunas veces	8	23%
4	Casi siempre	1	3%
5	Siempre	1	3%
	Total	35	100%

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 20: Pregunta 5.3



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Con base a con qué frecuencia utiliza esta acción “Mantener el control sobre mis emociones” la población respondió de la siguiente manera: que el 54% rara vez, el 23% mencionó que algunas veces, el 17% casi nunca, mientras que el 3% afirma casi siempre, así mismo el 3% menciona que siempre.

Se constató que la mayor parte población, mencionan que rara vez mantienen el control de sus emociones, lo que es perjudicial ya que al no controlar sus emociones estas pueden influir en su proceso de aprendizaje y en sus actividades cotidianas, generando efectos negativos.

¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés:

5.4 Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo.

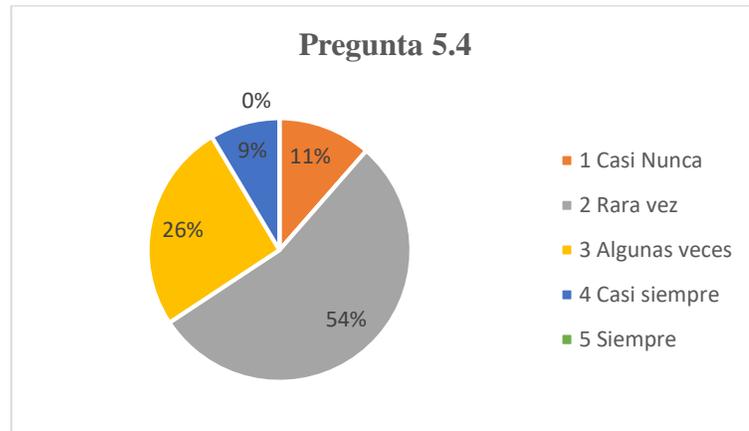
Tabla 27: Recordar situaciones similares ocurridas

Puntuación	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	Casi Nunca	4	11%
2	Rara vez	19	54%
3	Algunas veces	9	26%
4	Casi siempre	3	9%
5	Siempre	0	0%
	Total	35	100%

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza(2021)

Ilustración 21: Pregunta 5.4



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Con base a con qué frecuencia utiliza esta acción “Recordar situaciones similares” la población respondió de la siguiente manera: que el 54% rara vez, el 26% mencionó que algunas veces, el 11% casi nunca las emplea, el 9% afirman que casi siempre y ningún estudiante respondió siempre.

Por consiguiente, se puede determinar que existe un porcentaje importante de estudiantes que consideran que rara vez recuerdan como resolvieron situaciones similares a los problemas que enfrenta en su día a día, por lo tanto, se puede concluir que los estudiantes carecen de estrategias para enfrentar al estrés.

¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés:

5.5 Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas.

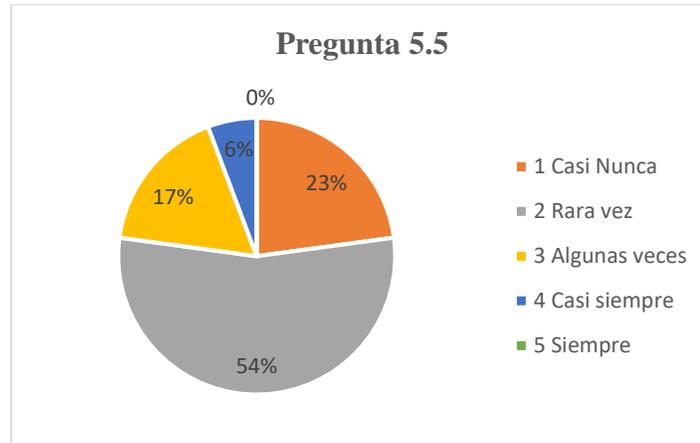
Tabla 28: Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa

Puntuación	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	Casi Nunca	8	23%
2	Rara vez	19	54%
3	Algunas veces	6	17%
4	Casi siempre	2	6%
5	Siempre	0	0%
Total		35	100%

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 22: Pregunta 5.5



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Con base a con qué frecuencia presenta “Elaboración de un plan” la población respondió de la siguiente manera: que el 54% rara lo elabora, el 23% mencionó que casi nunca lo elabora, el 17% algunas veces lo elabora, mientras que el 6% afirma que casi siempre lo elabora y ningún estudiante respondió siempre.

Por lo tanto, que la mayor parte de la población rara vez se preocupa por elaborar un plan para enfrentar el estrés y para cumplimiento de sus tareas, lo que quiere decir es que los estudiantes carecen de acciones para enfrentar las diferentes situaciones estresantes lo que es perjudicial para el cumplimiento de actividades.

¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés:

5.6 Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa

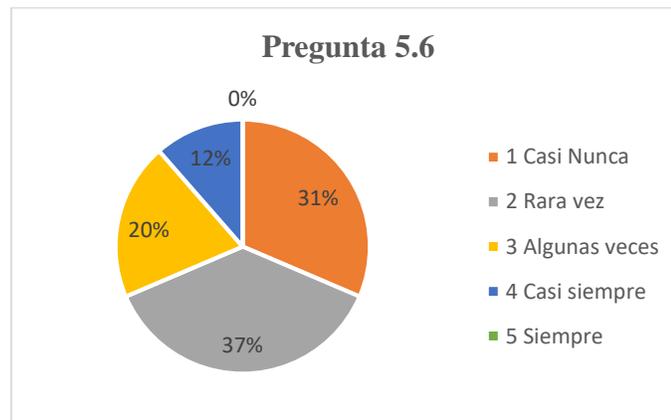
Tabla 29: Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación

Puntuación	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	Casi Nunca	11	31%
2	Rara vez	13	37%
3	Algunas veces	7	20%
4	Casi siempre	4	11%
5	Siempre	0	0%
	Total	35	100%

Fuente: Aplicación del inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 23: Pregunta 5.6



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Con base a con qué frecuencia “Obtiene lo positivo de una situación” la población respondió de la siguiente manera: que el 37% rara vez, el 31% mencionó que casi nunca, mientras que el 20% afirma que algunas veces, así mismo el 11% casi siempre y ningún estudiante respondió siempre.

Por consiguiente, la mayor parte de la población carece de acciones para enfrentar las diversas situaciones estresantes, y al enfrentarse a las mismas no analizan de manera positiva el problema, lo que puede generar consecuencias en su diario vivir, tanto a nivel académico, físico y psicológico.

3.1.2. Interpretación Cuestionario estructurado de factores que inciden en el rendimiento académico.

1. ¿Considera usted que el estrés influye en su desempeño académico?

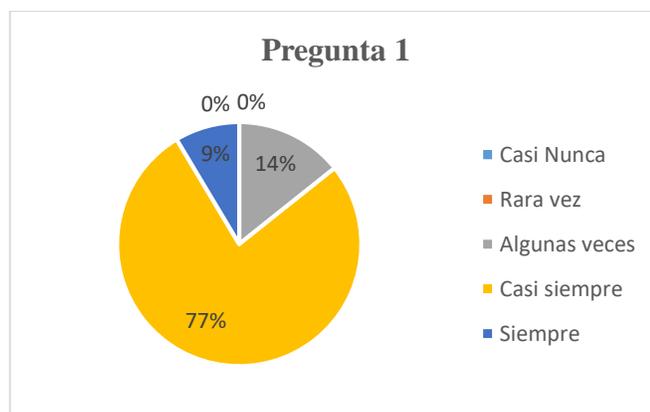
Tabla 30: ¿Considera usted que el estrés influye en su desempeño académico?

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Casi Nunca	0	0%
Rara vez	0	0%
Algunas veces	5	14%
Casi siempre	27	77%
Siempre	3	9%
Total	35	100%

Fuente: Aplicación del cuestionario de desempeño académico

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 24: Pregunta 1



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Dentro de los datos obtenidos en la pregunta 1 se visualiza que, un 77% de los estudiantes consideran que casi siempre, mientras el 14% afirman que algunas veces, el 9% de los estudiantes mencionan que siempre y ningún estudiante respondió que casi nunca y rara vez el estrés influye en su desempeño académico.

Por lo tanto, se puede evidenciar que el estrés influye en el desempeño académico de los estudiantes, ocasionando diversos problemas, tales como problemas de concentración, atención, que afectan en el proceso de aprendizaje.

2. ¿Considera usted que el ambiente educativo virtual es el adecuado para lograr un buen desempeño académico?

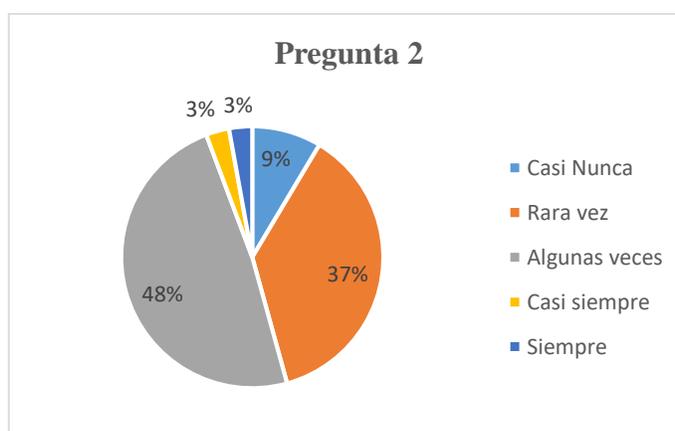
Tabla 31: ¿Considera usted que el ambiente educativo virtual es el adecuado?

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Casi Nunca	3	9%
Rara vez	13	37%
Algunas veces	17	49%
Casi siempre	1	3%
Siempre	1	3%
Total	35	100%

Fuente: Aplicación del cuestionario de desempeño académico

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 25: Pregunta 2



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Acorde a los resultados adquiridos de la aplicación de la encuesta, se obtuvo que, de los 35 estudiantes evaluados, el 49% mencionan que algunas veces, el 37% manifiestan que rara vez, el 9% afirma que casi nunca y el 3% manifiesta que casi siempre y siempre el ambiente educativo virtual es el adecuado para lograr un buen desempeño académico.

Por consiguiente, el ambiente educativo virtual, hoy en día es un nuevo reto que enfrentan las instituciones educativas, debido al covid19, lo cual consideran los estudiantes que en muchas ocasiones dicho ambientes no es el adecuado para lograr un buen desempeño académico, debido a los diferentes distractores que existen en el mismo.

3. ¿Usted utiliza mapas mentales, resúmenes, diagramas, cuadros comparativos y entre otras técnicas para la presentación de sus tareas?

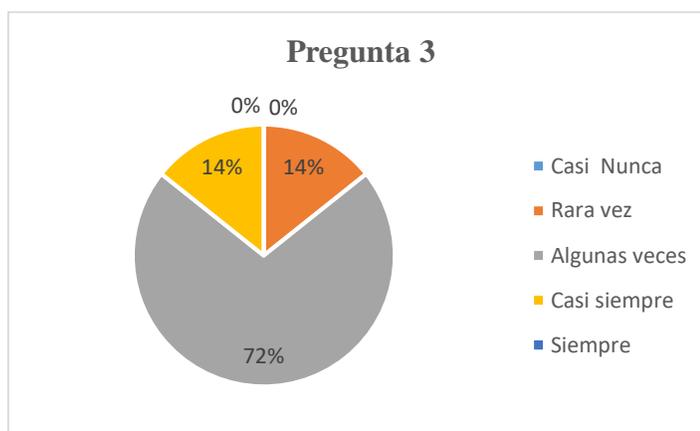
Tabla 32 ¿Utiliza mapas mentales y cuadros comparativos para la presentación de sus tareas?

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Casi Nunca	0	0%
Rara vez	5	14%
Algunas veces	25	71%
Casi siempre	5	14%
Siempre	0	0%
Total	35	100%

Fuente: Aplicación del cuestionario de desempeño académico

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 26: Pregunta 3



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Dentro de los datos obtenidos en la pregunta 3 se visualiza que, un 71% de los estudiantes consideran que algunas veces, mientras el 14% afirman que rara vez y casi siempre y ningún estudiante respondió que casi nunca y siempre utilizan diferentes técnicas para la presentación de sus tareas.

Esto representa que, un alto porcentaje de estudiantes algunas veces utilizan las diferentes técnicas para la presentación de las tareas escolares tales como: mapas mentales, resúmenes, cuadros comparativos y entre otros, las mismas que facilitan el aprendizaje de los estudiantes.

4. ¿Considera usted que las estrategias metodológicas empleadas por su docente en la educación virtual facilitan su proceso de aprendizaje? ´

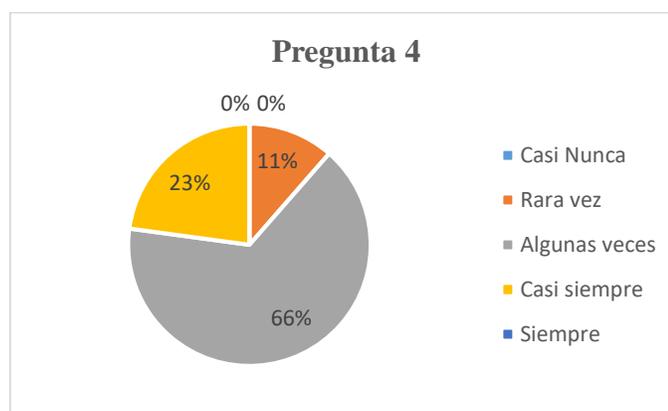
Tabla 33: ¿Considera que las estrategias metodológicas empleadas por su docente en la educación virtual facilitan su proceso de aprendizaje?

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Casi Nunca	0	0%
Rara vez	4	11%
Algunas veces	23	66%
Casi siempre	8	23%
Siempre	0	0%
Total	35	100%

Fuente: Aplicación del cuestionario de desempeño académico

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 27: Pregunta 4



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Acorde a los resultados adquiridos de la aplicación de la encuesta, se obtuvo que, de los 35 estudiantes evaluados, el 66% mencionan que algunas veces, el 23% manifiestan que casi siempre, el 11% afirma que rara vez y ningún estudiante respondió casi nunca y siempre las estrategias metodológicas que son empleadas por los docentes facilitan su aprendizaje.

Así que, se puede evidenciar que la población investigada considera que algunas veces los docentes utilizan diferentes estrategias metodológicas el cual les facilita el proceso de aprendizaje, ya que es importante que el docente imparta sus clases de manera lúdica y creativa para mantener la atención de los estudiantes.

5. El docente durante las horas de clases utiliza diferentes materiales y herramientas digitales para hacer la clase más didáctica y no sea demasiado aburrido.

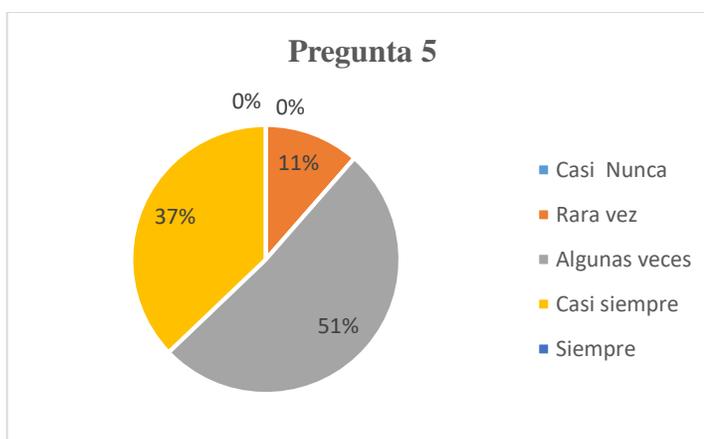
Tabla 34: El docente utiliza diferentes herramientas digitales

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Casi Nunca	0	0%
Rara vez	4	11%
Algunas veces	18	51%
Casi siempre	13	37%
Siempre	0	0%
Total	35	100%

Fuente: Aplicación del cuestionario de desempeño académico

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 28: Pregunta 5



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Con base a con qué frecuencia “Los docentes utilizan herramientas digitales y materiales” la población respondió de la siguiente manera: que el 51% algunas veces, el 37% mencionó que casi siempre, el 11% rara vez y ningún estudiante respondió casi nunca y siempre.

Se constató que la mayor parte de la población, menciona que algunas veces los docentes se enfocan en impartir una clase más didáctica con las diferentes herramientas digitales, cabe recalcar la importancia de las herramientas digitales en la educación virtual, ya que las mismas facilitan el proceso de enseñanza a los estudiantes.

6. Existe motivación por parte del docente, constantemente el docente elogia sus logros (educación virtual).

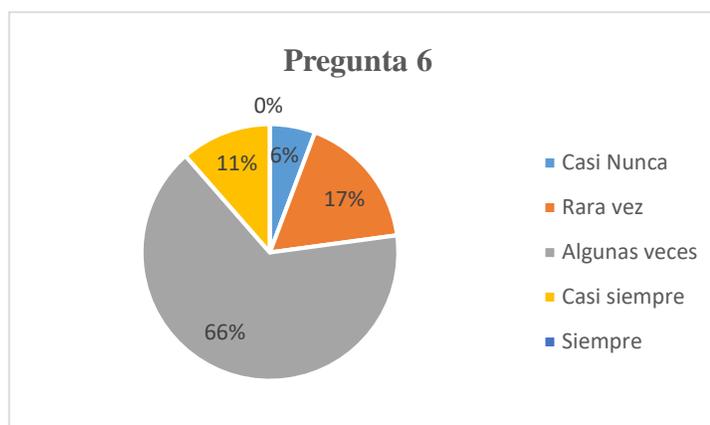
Tabla 35: Existe motivación por parte del docente.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Casi Nunca	2	6%
Rara vez	6	17%
Algunas veces	23	66%
Casi siempre	4	11%
Siempre	0	0%
Total	35	100%

Fuente: Aplicación del cuestionario de desempeño académico

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 29: Pregunta 6



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

De acuerdo a los resultados de la aplicación del cuestionario, se obtuvo que, de los 35 estudiantes evaluados, el 66% manifiestan que algunas veces, mientras que el 17% mencionan que rara vez, el 11% mencionó que casi siempre, el 6% afirma que casi nunca y ningún estudiante menciona que siempre existe elogios y motivación por parte de los docentes.

Por lo tanto, se puede evidenciar que una cantidad considerable de estudiantes manifiestan que algunas veces los docentes elogian sus logros y motivan a los estudiantes, cabe recalcar la importancia que tiene la motivación dentro del proceso educativo, ya que un estudiante motivado posee un mejor desempeño académico.

7. Sus representantes se preocupan por su rendimiento- desempeño académico a pesar de estar en modalidad virtual.

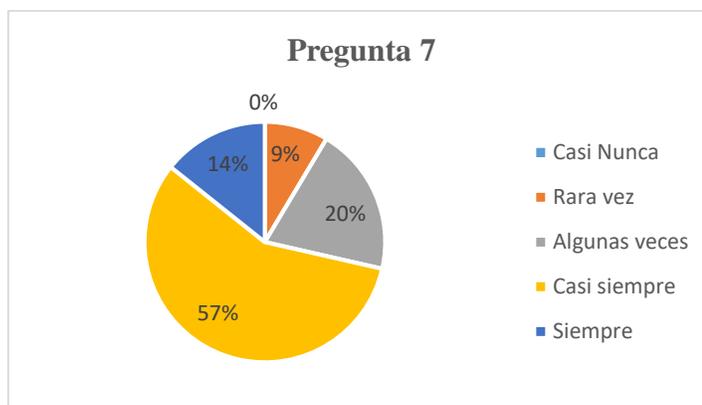
Tabla 36: Sus representantes se preocupan por su desempeño académico.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Casi Nunca	0	0%
Rara vez	3	9%
Algunas veces	7	20%
Casi siempre	20	57%
Siempre	5	14%
Total	35	100%

Fuente: Aplicación del cuestionario de desempeño académico

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 30: Pregunta 7



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Dentro de los datos obtenidos en la pregunta 7 se visualiza que, un 57% de los estudiantes consideran que casi siempre, mientras el 20% afirman que algunas veces, así mismo un 14% menciona que siempre, el 9% de los estudiantes mencionan que rara vez y ningún estudiante respondió que casi nunca sus representantes se preocupan por el desempeño académico de los estudiantes.

Por lo tanto, se puede evidenciar que en su mayoría los representantes legales se preocupan por el rendimiento académico de los estudiantes, lo cual es un aspecto muy importante para que el estudiante logre un buen rendimiento académico.

8. Usted es puntual en la presentación de las tareas o deberes en la modalidad de educación virtual.

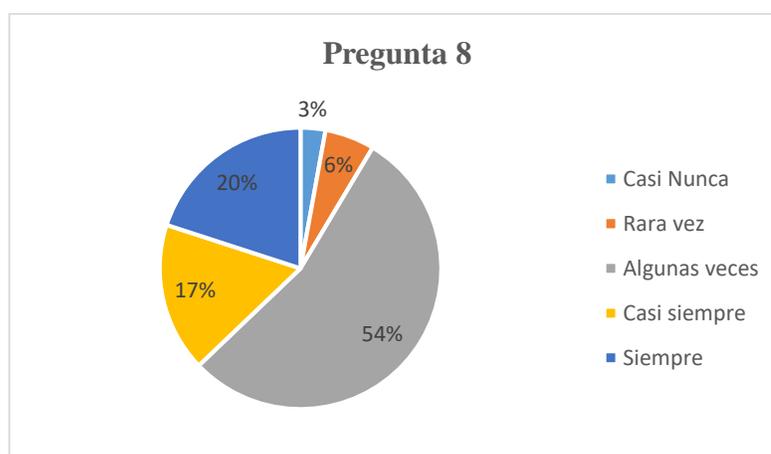
Tabla 37: Es puntual en la presentación de las tareas

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Casi Nunca	1	3%
Rara vez	2	6%
Algunas veces	19	54%
Casi siempre	6	17%
Siempre	7	20%
Total	35	100%

Fuente: Aplicación del cuestionario de desempeño académico

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 31: Pregunta 8



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

De acuerdo a los resultados de la aplicación de la encuesta, se obtuvo que, de los 35 estudiantes evaluados, el 54% manifiestan que algunas veces, mientras que el 20% mencionan que siempre, el 17% afirma que casi siempre, el 6% manifiesta que rara vez y el 3% menciona que casi nunca es puntual en la presentación de sus tareas y deberes.

Se constató que la mayor parte población, mencionan que algunas veces son responsables en la presentación de los trabajos y deberes, debido a que consideran que enviar las tareas en la modalidad virtual es más complejo porque se requiere de una serie de herramientas digitales.

9. Usted se anima a estudiar más cuando saca buenas notas en un examen.

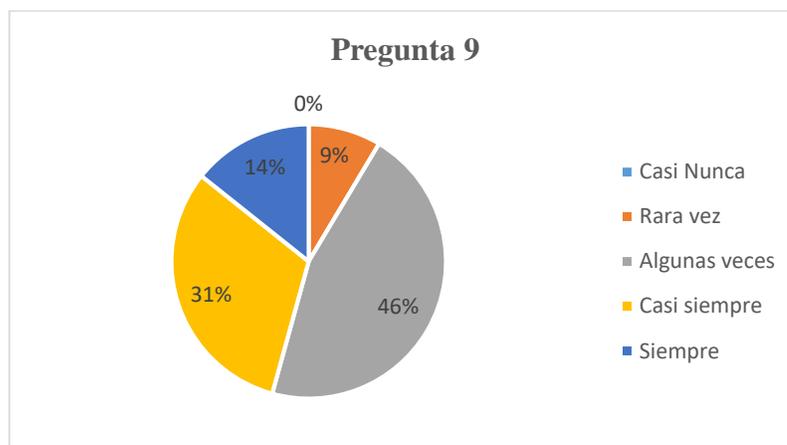
Tabla 38: Usted se anima a estudiar más cuando saca buenas notas en un examen

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Casi Nunca	0	0%
Rara vez	3	9%
Algunas veces	16	46%
Casi siempre	11	31%
Siempre	5	14%
Total	35	100%

Fuente: Aplicación del cuestionario de desempeño académico

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 32: Pregunta 9



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Con base a con qué frecuencia “Se anima a estudiar cuando saca buenas notas” la población respondió de la siguiente manera: que el 46% algunas veces, el 31% mencionó que casi siempre, el 14% siempre, mientras que el 9% afirma que rara vez y ningún estudiante respondió que casi nunca.

Por lo tanto, se puede evidenciar que los estudiantes en varias ocasiones se animan a estudiar más cuando sacan buenas notas, de la misma manera es importante que exista motivación por parte del padre de familia y los docentes.

10. ¿Con que frecuencia usted estudia y se prepara para rendir una prueba, examen o lección, tomando a consideración que la educación es de modalidad virtual?

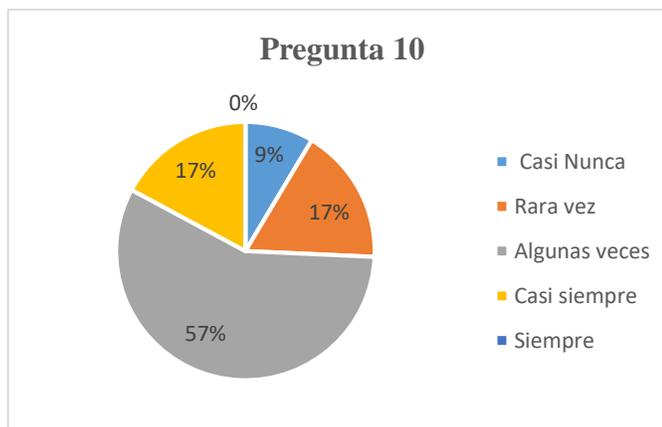
Tabla 39: Con qué frecuencia se prepara para rendir un examen

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Casi Nunca	3	9%
Rara vez	6	17%
Algunas veces	20	57%
Casi siempre	6	17%
Siempre	0	0%
Total	35	100%

Fuente: Aplicación del cuestionario de desempeño académico

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 33: Pregunta 10



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Dentro de los datos obtenidos en la pregunta 10 se visualiza que, un 57% de los estudiantes consideran que algunas veces, mientras el 17% afirman que rara vez, el 17% de los estudiantes mencionan que casi, así mismo el 9% consideran que casi nunca y ningún estudiante respondió que siempre se preparan para rendir un examen, lección o prueba.

Por lo tanto, se puede evidenciar que los estudiantes muestran desinterés por los exámenes, lecciones y pruebas online, debido a que el nivel de exigencia es mucho menor, ya que existen diferentes factores que facilitan la deshonestidad académica.

➤ **Interpretación del Inventario Sistemico Cognoscitivista para el estudio del nivel estrés académico. SISCO SV-21**

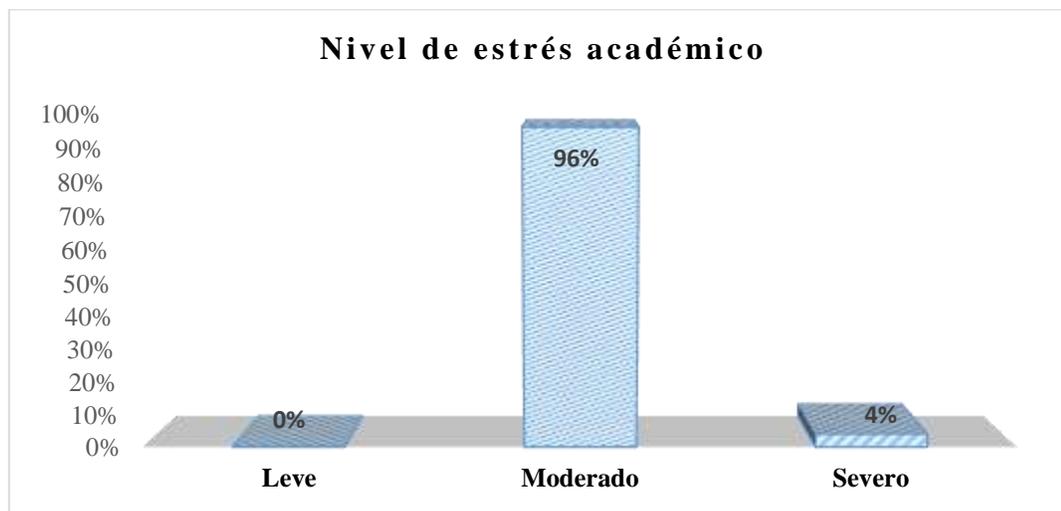
Tabla 40: Niveles de estrés

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Leve	0	0%
Moderado	33	94%
Profundo	2	6%
Total	35	100%

Fuente: Aplicación del cuestionario de desempeño académico

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 34: Niveles de estrés



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

De acuerdo a los resultados de la aplicación del Inventario, se obtuvo que, de los 35 estudiantes evaluados, el 100% padece de estrés, en cuanto a su intensidad predominó el estrés moderado con un 96% y seguidamente del estrés severo con un 4%.

Por lo tanto, se puede vislumbrar que la población presentó un nivel moderado y severo de estrés, debido a la sobrecarga de trabajos, las excesivas responsabilidades y la adaptación al sistema educativo de modalidad virtual, lo que genera preocupación en los estudiantes el no estar capacitados en el uso de las diferentes herramientas digitales.

➤ **Interpretación del Inventario Sistemico Cognoscitivista SISCO SV-21, de la dimensión de categorías.**

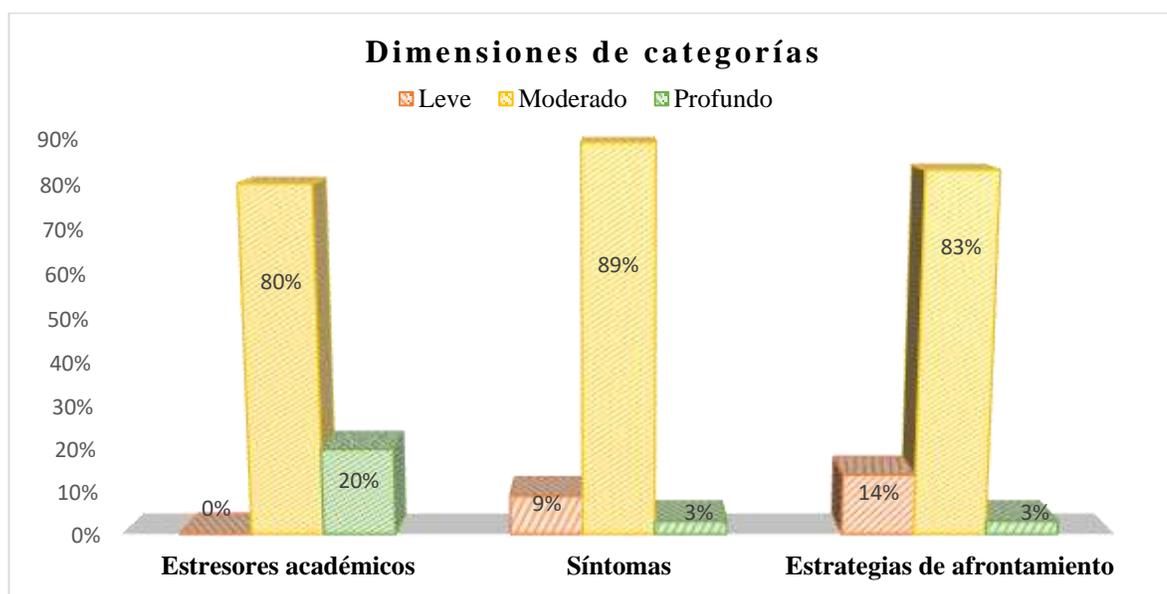
Tabla 41: Dimensión de categorías

Dimensiones	Leve		Moderado		Severo	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Estresores académicos	0	0%	24	69%	11	31%
Síntomas	3	9%	31	89%	1	3%
Estrategias de afrontamiento	5	14%	29	83%	1	3%
Global SISCO	0	0%	33	94%	2	6%

Fuente: Resultados de la aplicación del Inventario SISCO

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Ilustración 35: Dimensiones de categorías



Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Análisis e interpretación:

Como, se observa en la tabla 35 la dimensión estresores académicos, se encuentra con el 80% pertenecen a un nivel moderado de estrés, lo cual indica que los estudiantes principalmente se estresan por la sobrecarga de trabajos, el limitado tiempo de entrega de trabajo, entre otros. Por consiguiente, los estresores académicos son estímulos estresantes que afectan al desempeño académico del alumnado.

En base a la dimensión síntomas, se presenta con un 89% pertenece a un nivel de moderado de estrés, lo cual indica que los estudiantes presentan reacciones físicas tales como dolores de cabeza, cansancio, somnolencia, tristeza y entre otros.

En cuanto a las estrategias de afrontamiento, se presenta con el 83% lo que indica un nivel moderado, es decir, los estudiantes utilizan diferentes estrategias que les permite afrontar una situación estresante, esto va a depender de las habilidades individuales de cada individuo de como éste asimile el problema.

3.2 Verificación de Hipótesis

Para verificar la Hipótesis de la presente investigación se utilizó el método estadístico del Chi Cuadrado, que nos permite obtener información más eficiente con la que aceptamos o rechazamos la hipótesis.

Planteamiento de las Hipótesis

H0.

El estrés estudiantil NO influye en el desempeño académico de los estudiantes de la Unidad Educativa “Atahualpa”.

H1.

El estrés estudiantil SI influye en el desempeño académico de los estudiantes de la Unidad Educativa “Atahualpa”.

Selección del nivel de significación

Para la verificación hipotética se utilizará el nivel significancia de $\alpha = 0.05$

Descripción de la Población

Se trabajó con una población de 35 estudiantes de primero y segundo año de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa “Atahualpa” del cantón Quito.

Especificación del Estadístico

Para la comprobación de la hipótesis se expresa un cuadro para la población de cinco filas (preguntas) por cinco columnas (alternativas “siempre, casi siempre, a veces, rara vez, nunca”) con el cual se determina las frecuencias esperadas.

De acuerdo con la tabla de contingencia utilizaremos la fórmula:

$$\chi_c^2 = \sum \frac{(O_i - E_i)^2}{E_i}$$

Simbología

X² = Chi Cuadrado

Σ = Sumatoria

O = Frecuencias Obtenidas

E = Frecuencias Esperadas

Combinación de Frecuencias

Se procedió a la selección de cinco preguntas a partir del inventario y el cuestionario, con lo cual se procede a combinarlas.

Variable independiente

Pregunta 3: La sobrecarga de tareas escolares que tengo que realizar todos los días.

Pregunta 6: El nivel de exigencia de mis profesores/as.

Variable dependiente

Pregunta 1: ¿Considera usted que el estrés influye en su desempeño académico?

Pregunta 2: El ambiente educativo virtual es el adecuado para lograr un buen desempeño académico.

Pregunta 5: El docente durante las horas de clases utiliza diferentes materiales y herramientas digitales.

RECOLECCIÓN DE DATOS Y CÁLCULO DE LOS ESTADÍSTICOS

Frecuencias Observadas

Tabla 42: Frecuencias Observadas

Preguntas	Siempre	Casi Siempre	Algunas Veces	Rara vez	Casi Nunca	Total
1.¿Considera usted que el estrés influye en su desempeño académico?	3	27	5	0	0	35
2.El ambiente educativo virtual es el adecuado para lograr un buen desempeño académico	1	1	17	13	3	35
5.El docente durante las horas de clases utiliza diferentes materiales y herramientas digitales.	0	13	18	4	0	35
3.La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días.	0	27	8	0	0	35
6.El nivel de exigencia de mis profesores/as.	0	9	18	8	0	35
TOTAL	4	77	66	25	3	175

Fuente: Frecuencias Observadas

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Frecuencias Esperadas

Tabla 43: Frecuencias Esperadas

Preguntas	Siempre	Casi Siempre	Algunas Veces	Rara vez	Nunca	Total
1 ¿Considera usted que el estrés influye en su desempeño académico?	0,8	15,4	13,2	5	0,6	35
2. El ambiente educativo virtual es el adecuado para lograr un buen desempeño académico	0,8	15,4	13,2	5	0,6	35
5.. El docente durante las horas de clases utiliza diferentes materiales y herramientas digitales .	0,8	15,4	13,2	5	0,6	35
3. La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días.	0,8	15,4	13,2	5	0,6	35
6. El nivel de exigencia de mis profesores/as.	0,8	15,4	13,2	5	0,6	35
TOTAL	4	77	66	25	3	175

Fuente: Frecuencias Esperadas

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

CUADRO DEL CHI CUADRADO CALCULADO

Tabla 44: CHI cuadrado calculado

O	E	O-E	(O-E) ²	(O-E) ² /E
3	0,8	2,2	4,84	6,05
27	15,4	11,6	134,56	8,73766234
5	13,2	-8,2	67,24	5,09393939
0	5	-5	25	5
0	0,6	-0,6	0,36	0,6
1	0,8	0,2	0,04	0,05
1	15,4	-14,4	207,36	13,4649351
17	13,2	3,8	14,44	1,09393939
13	5	8	64	12,8
3	0,6	2,4	5,76	9,6
0	0,8	-0,8	0,64	0,8
13	15,4	-2,4	5,76	0
18	13,2	4,8	23,04	1,74545455
4	5	-1	1	0,2
0	0,6	-0,6	0,36	0,6
0	0,8	-0,8	0,64	0,8
27	15,4	11,6	134,56	8,73766234
8	13,2	-5,2	27,04	2,04848485
0	5	-5	25	5
0	0,6	-0,6	0,36	0,6
0	0,8	-0,8	0,64	0,8
9	15,4	-6,4	40,96	2,65974026
18	13,2	4,8	23,04	1,74545455
8	5	3	9	1,8
0	0,6	-0,6	0,36	0,6
Chi cuadrado calculado				90,6272727

Fuente: Chi cuadrado calculado

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

Especificación de las regiones de aceptación y rechazo

Se procede a determinar los grados de libertad considerando que el cuadro tiene 5 filas y 5 columnas por lo tanto será:

$$GI = (f-1)(c-1)$$

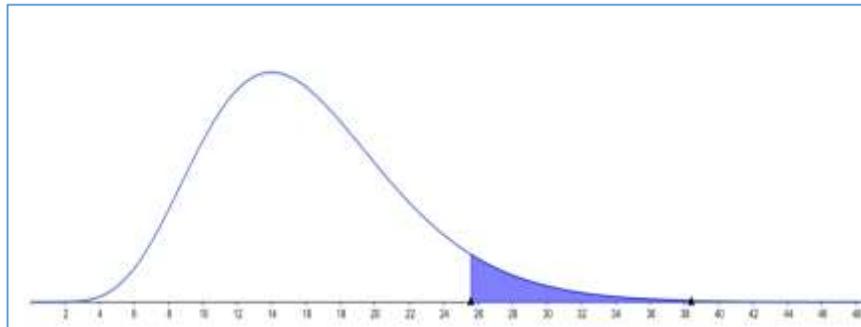
$$GI = (5-1)(5-1)$$

$$GI = 16$$

Una vez aplicada la formula se obtiene el valor de **16** como grados de libertad (gl) y un nivel de significancia de **0.05**, por lo que en la tabla de distribución Chi Cuadrado el valor correspondiente es de **26,29**.

Por lo tanto, podemos graficar de la siguiente manera:

Ilustración 36: Gráfica de Gauss



Fuente: Aplicación de cuestionarios de las dos variables

Elaborado por: Natali Marisol Farinango Tupiza (2021)

3.3 Decisión final

En relación con el grado de libertad 16 y un nivel de 0,05 de margen de error se obtiene el valor de 26,29 y en contraste con el valor del Chi cuadrado calculado de 90,62; una vez obtenido los resultados se puede concluir que: se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (H_1), es decir:

(H1): El estrés estudiantil **SI** influye en el desempeño académico de los estudiantes de la Unidad Educativa “Atahualpa”.

3.4 Discusión de resultados:

En la presente investigación se encontró una correlación entre las variables estudiadas, mediante la prueba estadística del Chi cuadrado, donde manifiesta la comprobación de hipótesis alternativa, esto permite afirmar que el estrés estudiantil SI influye en el desempeño académico de los estudiantes. Cabe mencionar que no existe estudios suficientes que relacionen el estrés estudiantil y el desempeño académico, la mayoría de estudios buscan la influencia del estrés estudiantil y el rendimiento académico, se debe quizá a que muchas veces valoran más una nota y se descarta lo más importante las habilidades y destrezas que poseen el estudiante para la adquisición de conocimientos.

Similares resultados se muestran en la investigación de Sotelo y Gutiérrez (2018), realizada en una población de 94 estudiantes con edades comprendidas entre 15 y 17 años de edad, dicha investigación demuestra mediante la prueba estadística de Pearson que el estrés estudiantil si influyen en el rendimiento académico del estudiante. De igual manera, Vargas (2018), en una investigación llevada a cabo en Perú en una institución educativa, con una población de 88 estudiantes, se demostró mediante el coeficiente de correlación de Pearson existe una relación relevante entre las dos variables antes mencionadas, por consiguiente, en ambos trabajos se evidencia que niveles de estrés alto constituye un obstáculo para lograr un excelente rendimiento académico.

En contraposición a este resultado Lasluisa (2020), en su estudio sobre determinar si el estrés estudiantil es un predictor que influye en el rendimiento académico, con una población de 154 estudiantes de una Unidad Educativa concluye que no existe influencia entre las variables, ya que el análisis correlacional realizado, indican una relación baja negativa significativa entre las variables de estudio r de Pearson.

En cuanto a la prevalencia de estrés académico en nuestro estudio fue del 96% predominando el nivel moderado y en un 6% el nivel severo, al igual que el estudio de Calle y Piedra (2018), quien refiere en sus resultados presentan niveles de estrés, en cuanto a su intensidad predominó el estrés de tipo moderado en un 57,9% y profundo en un 36,8%, así mismo el estudio de Lasluisa (2020) quien refiere tener un nivel de estrés en niveles moderados 94,2% y severo 5,8% , también en el estudio de Barzallo y Moscoso

(2015), existe prevalencia de estrés académico en un 91.58%, del cual el 46.7% con un nivel moderado y el 36.48% con una intensidad alta, siendo y de la misma manera en el estudio de Sotelo y Gutiérrez (2018), afirman que se obtuvo el 63,8% de nivel de moderado de estrés, el 26.6% un nivel leve y el 9.6% en nivel severo.

La literatura identifica que este tipo de estrés moderado provoca que un trabajador pueda ser altamente productivo en un periodo de tiempo determinado, pero si se rebasa un cierto nivel del mismo el nivel de la productividad decrecerá, generando una serie de dificultades en la memoria a corto y largo plazo, disminución de la capacidad de planificar y la falta de atención y concentración lo que desencadena en problemas físicos y emocionales tales como: ansiedad, frustración, insomnio, cansancio. Es así que este nivel de estrés no es el adecuado para mantenerse firmes ante los desafíos de la vida.

Cabe recalcar que en los últimos años la incidencia del estrés ha generado un incremento debido a la pandemia por el COVID-19, en la que la sociedad ha tenido que adaptarse a los nuevos retos que se ha presentado en el ámbito educativo, laboral y social, además muchas personas no poseen habilidades para enfrentarse al nuevo ambiente lo cual se ve reflejado en padecimiento de estrés.

Por otro lado, en base a la encuesta aplicada a los estudiantes, se identifica los factores que inciden en el desempeño académico tales como: el ambiente en el que interactúa el estudiante no es el idóneo para la adquisición de conocimientos debido a la modalidad online, la metodología y los materiales que usa el docente no facilitan un aprendizaje significativo, debido a que los docentes no son creativos e innovadores en sus clases, lo cual ocasiona que el estudiante no mantenga la atención necesaria, otro factor a mencionar es la carencia de información sobre los hábitos de estudio el cual les dificulta en la planificación y organización del tiempo, por consiguiente dichos problemas interfieren en el proceso de enseñanza aprendizaje.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 Conclusiones

Tras la investigación realizada a la población seleccionada, y por medio de la aplicación de la encuesta y el test estandarizado se establece las siguientes conclusiones:

- La correlación estadística entre las variables el estrés estudiantil y el desempeño académico reflejaron una relación significativa, por lo que cabe señalar que existe una influencia considerable, es decir que un buen desempeño académico depende de un adecuado nivel de estrés.
- Al evaluar el nivel de estrés estudiantil en los estudiantes de la Unidad Educativa “Atahualpa” se identificó que el mayor porcentaje de la población padece de estrés, en cuanto a su intensidad predominó el estrés moderado, sin embargo, este nivel no es el más adecuado puesto que puede provocar en el estudiante un desequilibrio sistémico frente a las distintas situaciones, los individuos suelen ser propensos a sufrir problemas fisiológicos y emocionales. El nivel más adecuado es un nivel leve de estrés.
- Por otro lado, de acuerdo a la encuesta, se determina que los factores que influyen en el desempeño académico son: el ambiente en el que se desarrolla, la motivación, las estrategias metodológicas empleadas por los docentes, las técnicas de estudio y los materiales (herramientas digitales), así que es importante fortalecer dichos factores para que el estudiante logre alcanzar un excelente desempeño académico.
- La guía elaborada para los estudiantes de la Unidad Educativa Atahualpa son un conjunto de actividades lúdicas, que permiten: disminuir la tensión o el estrés, generar un ambiente educativo idóneo para el aprendizaje, así mismo ayudan al afrontamiento del estrés con el propósito que el estudiante cumpla con las exigencias académicas, y así pueda lograr un buen desempeño académico.

4.2 Recomendaciones

- Es importante difundir a los docentes y padres de familias sobre la problemática a la que están expuestos los estudiantes como: son las causas y efectos del estrés estudiantil, a través de charlas y capacitaciones, en las cuales se desarrollen actividades que contribuyan en mejorar el rendimiento escolar de sus tutorados.
- Tomando a consideración, como el covid-19 ha influido en nuestro diario vivir, se recomienda a la comunidad educativa realizar actividades extracurriculares en familia con el fin de desestresarse, tales como: ver una película, cocinar, bailar, cantar, jugar, hacer deporte y entre otras, para evitar los efectos que genera el estrés.
- Durante la modalidad virtual de estudio, es necesario que el personal docente profundice en la actualización de sus conocimientos, como es el uso de estrategias metodológicas y herramientas digitales, debido a que esto permite mantener la atención y concentración de los estudiantes con el fin de lograr un buen desempeño académico.
- De la misma manera es importante que los docentes empleen actividades lúdicas realizadas durante las horas de clases virtuales, con el fin de reducir el estrés mediante la risoterapia, bailoterapia, abrazoterapia y entre otras actividades.
- Realizar capacitaciones sobre los hábitos y técnicas de estudio, para que el estudiante, tengan la capacidad de planificar y organizar sus actividades académicas y no sean pesadas ni tediosas, con el fin de que el adolescente cumpla con sus obligaciones escolares sin dificultades.

MATERIALES DE REFERENCIA

Referencias bibliográficas

- Baena Paz, G. (2017). *Metodología de la investigación*. Grupo Editorial Patria.
- Barraza, A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: Un diseño de diferencia de grupos. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 26(2), 270–289. <https://www.redalyc.org/pdf/799/79926212.pdf>
- Barraza Macías, A. (2018). Inventario SISCO SV-21. http://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV21/Inventario_sistémico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estrés.pdf
- Barrazas-Macías, A., & Ruiz Camacho, C. (2020). Validación Del Inventario Sisco Sv-21 En Estudiantes Universitarios Españoles. <http://www.redie.mx/librosyrevistas/libros/validacioninventario.pdf>
- Barzallo, J., & Moscoso, C. (2015). Prevalencia de estrés académico, factores de riesgo y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de la escuela de medicina de la universidad de cuenca en el 2015.
- Bernal García, Y., & Rodríguez Coronado, C. J. (2018). Factores que inciden el rendimiento escolar de los estudiantes de la básica secundaria. *Universidad Cooperativa de Colombia, Bucaramanga, Colombia*.
- Calle y Piedra. C. (2018). *Estrés académico en estudiantes de tercero de bachillerato de unidades educativas particulares del Ecuador*. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 20(3), 253-276. 3, 24. <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2017/epi173o.pdf>
- Canchos, J. F. H. (2019). universidad privada TELESUP. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 81. <https://repositorio.utelesup.edu.pe/bitstream/UTELESUP/686/1/CANCHOS>

- Cardozo, E. (2019). *Ámbitos estresores y acontecimientos estresantes percibidos por un grupo de adolescentes cordobeses*.
- Chavarría, B. I. J. P., & Pichardo, B. H. T. A. (2014). UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, MANAGUA FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA MATAGALPA UNAN FAREM MATAGALPA.
- Córdova, D., & Irigoyen, E. (2015). Estrés y su Asociación en Rendimiento Académico en los Estudiantes de la Facultad de Medicina desde primero a octavo nivel de la PUCE, sede Quito en el periodo correspondiente de Enero a Mayo 2015. *Ponificia Universidad Católica Del Ecuador*, 1–125.
- Espinosa-Castro., J.-F., Hernández-Lalinde, J., Rodríguez, J. E., Chacín, M., & Bermúdez-Pirela, V. (2019). *Influencia del estrés*. 39(1), 1–8. <http://web.a.ebscohost.com/ehost/detail/detail?vid=0&sid=b740e0e1-d28b-4473-92b6-9a99c858707b%40sessionmgr4006&bdata=Jmxhbm9ZXMmc2l0ZT1laG9zdC1saXZI#AN=143789825&db=a9h>
- Gallego Zuluaga, Y. A., Gil Cardona, S., & Sepúlveda Zapata, M. (2018). Revisión teórica de eustrés y distrés definidos como reacción hacia los factores de riesgo psicosocial y su relación con las estrategias de afrontamiento.
- González González, E. J., & Jiménez Valderrama, D. (2019). Factores que afectan el rendimiento académico en los estudiantes de pregrado de la Universitaria Agustiniense periodo 2015-1.
- Hernández-Sampieri, R., & Torres, C. P. M. (2018). Metodología de la investigación (Vol. 4). México^ eD. F DF: McGraw-Hill Interamericana.
- Jerez-Mendoza, M., & Oyarzo-Barría, C. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 53(3), 149–157. <https://doi.org/10.4067/s0717-92272015000300002>

- Lasluisa Chacha, M. B. (2020). *El estrés académico y su relación el rendimiento académico en una muestra de adolescentes* (Bachelor's thesis, Pontificia Universidad Católica del Ecuador).
- Martínez, M. C. V., García, B. R., & Gota, T. A. (2019). Academic Stressors Perceived By Students of the Nursing Degree in a Spanish University. *Revista Enfermería CyL*, *11*, 16–21.
- Maturana, H. A., & Vargas, S. A. (2015). El estrés escolar. *Revista Médica Clínica Las Condes*, *26*(1), 34–41. <https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2015.02.003>
- Ministerio de Educación. (2020). *Instructivo para la Evaluación Estudiantil* (pp. 1–26). <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2020/09/Instructivo-para-evaluacion-de-los-aprendizajes-Sierra-y-Amazonia-2020-2021.pdf>
- Morales, C., Lau, J., & López, M. (2018). Parâmetros para concepção de instrumentos na avaliação do desenvolvimento de habilidades, competências e alfabetização informacional. *Revista Do Programa de Pós-Graduação Em Comunicação*, *12*(1), 124–145. <http://ojs2.ufjf.emnuvens.com.br/lumina/article/view/21490/11631>
- Pérez-Pueyo, Á., & Sobejano Carrocera, M. (2017). Elaboración de instrumentos (escalas de valoración y graduadas) para la evaluación formativa. *Revista Infancia, Educación y Aprendizaje*, *3*(2), 808. <https://doi.org/10.22370/ieya.2017.3.2.823>
- Rivera, A., & Valencia, C. (2018). *THE ABILITY OF SELF-ASSESSMENT STUDY HABITS AUTORES*. *18*, 69–81.
- Salazar Malerva, I., & Heredia Escorza, Y. (2019). Learning Strategies and academic achievement in medical students. *Educacion Medica*, *20*(4), 256–262. <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2018.12.005>
- Sepúlveda Gil, I. L. (2017). Técnicas de estudio: métodos de estudio. *Publicaciones Didácticas*, *79*, 420–602. https://qinnova.uned.es/archivos_publicos/qweb_paginas/3439/tecnicasdeestudio.pdf

Sotelo, E. E., & Gutierrez, G. E. (2018). *Relación entre el estrés con el rendimiento académico en los alumnos*. 0-2.

Vargas Zarate, R. (2018). *Relación entre Estrés Académico y Rendimiento Académico en las Estudiantes del 5° Grado del Nivel Secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna*, 2017.

Anexos

Instrumento:

1.- Durante el transcurso de este año lectivo ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo (estrés)?

Sí No

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

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

1	2	3	4	5

3.-Dimensión estresores

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X, ¿con que frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi Siempre	Siempre
N	CN	RV	AV	CS	S

¿Con qué frecuencia te estresa:

Estresores	N	CN	RV	AV	CS	S
La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días						
La personalidad y el caracter de los/as profesores/as que me imparten clases						
La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)						
El nivel de exigencia de mis profesores/as						
El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)						
Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as						
La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as						

4.- Dimensión síntomas (reacciones)

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados. Responde, señalando con una X, ¿con que frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado:

Síntomas	N	CN	RV	AV	CS	S
Fatiga crónica (cansancio permanente)						
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)						
Ansiedad, angustia o desesperación						
Problemas de concentración						
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad						
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir						
Desgano para realizar las labores escolares						

5.- Dimensión estrategias de afrontamiento

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de acciones que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés. Responde, encerrando en un círculo, ¿con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés:

Estrategias	N	CN	RV	AV	CS	S
Concentrarse en resolver la situación que me preocupa						
Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa						
Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa						
Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa						
Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo						
Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas.						
Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa						

Link del inventario SISCO:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSe97_Yr_d6qqGmDJ-Ly1xaD33T9R5-sMo2fo_eu2_asTAEmXQ/closedform

Link del cuestionario estructurado de desempeño académico:

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfaWHIJUbhfr3ihfeWRvV4wJg4Cpb3H1-PV2t2EQBpORXOA/viewform>

Link de la guía de actividades:

<file:///C:/Users/User/Desktop/TESIS/Gu%C3%ADa%20de%20actividades.pdf>

Anexo:3 Validación del Cuestionario Estructurado:



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA
UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE FACTORES QUE INCIDEN EN EL DESEMPEÑO ACADÉMICO

N°	Ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
1.	¿Considera usted que el estrés influye en su desempeño académico?	✓		✓		✓		Ninguna
2.	¿Considera usted que el ambiente educativo virtual es el adecuado para lograr un buen desempeño académico?	✓		✓		✓		Ninguna
3.	¿Usted utiliza mapas mentales, resúmenes, diagramas, cuadros comparativos y entre otras técnicas para la presentación de sus tareas?	✓		✓		✓		Ninguna
4.	¿Considera usted que las estrategias metodológicas empleadas por su docente en la educación virtual facilitan su proceso de aprendizaje ?	✓		✓		✓		Ninguna
5.	El docente durante las horas de clases utiliza diferentes materiales y herramientas digitales para hacer la clase más didáctica y no sea demasiado aburrido.	✓		✓		✓		Ninguna
6.	Existe motivación por parte del docente, constantemente el docente elogia sus logros. (educación virtual).	✓		✓		✓		Ninguna
7.	Sus representantes se preocupan por su rendimiento- desempeño académico a pesar de estar en modalidad virtual	✓		✓		✓		Ninguna
8.	Usted es puntual en la presentación de las tareas o deberes en la modalidad de educación virtual .	✓		✓		✓		Ninguna
9.	Usted se anima a estudiar más cuando saca buenas notas en un examen.	✓		✓		✓		Ninguna
10.	¿Con que frecuencia usted estudia y se prepara para rendir una prueba, examen o lección, tomando a consideración que la educación es de modalidad virtual?	✓		✓		✓		Ninguna



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
 FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
 CARRERA DE PSICOPELAGOGÍA
 UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR



Observaciones (precisar si hay suficiencia):		
Opinión de aplicabilidad:	Aplicable	✓
	Aplicable después de corregir	
	No aplicable	
Apellidos y nombres del juez evaluador:	Indacochea Mendoza Luis René	
Especialidad del evaluador:	Psicología Educativa	
Fecha:	09 de Junio del 2021	
Firma:	 LUIS RENE INDACOCHEA MENDOZA	



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
 FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
 CARRERA DE PSICOPELAGOGÍA
 UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR



Observaciones (precisar si hay suficiencia):		
Opinión de aplicabilidad:	Aplicable	x
	Aplicable después de corregir	
	No aplicable	
Apellidos y nombres del juez evaluador:	Miranda López Ximena Cumandá	
Especialidad del evaluador:	Magister en Psicología Educativa	
Fecha:	2021-05-02	
Firma:	 XIMENA CUMANDA MIRANDA LOPEZ	

Anexo:4 Consentimiento Informado dirigidos a padres de familia

CONSENTIMIENTO INFORMADO DIRIGIDO A PADRES DE FAMILIA

El estrés estudiantil y el desempeño académico de los estudiantes de primero y segundo año del Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa “Atahualpa” del cantón Quito.

INFORMACIÓN

Su hijo(a) ha sido invitado(a) a participar en la investigación sobre **El estrés estudiantil y el desempeño académico de los estudiantes de primero y segundo año del Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa “Atahualpa” del cantón Quito**, que forma parte del trabajo final de grado para obtener el título en Psicopedagogía, con el objetivo de determinar el nivel del estrés y su influencia en el desempeño académico de los estudiantes.

Esta investigación trata sobre los factores que afectan al desempeño académico, la importancia de mantener un nivel adecuado de estrés para enfrentar los desafíos que se presenten en el proceso educativo, ya que un nivel alto de este elemento estaría afectando en el desarrollo del aprendizaje de los estudiantes y muchas veces no se da mayor importancia.

Los datos aquí recogidos se tratarán con la confidencialidad del caso.

Se le solicita su autorización para que su hijo(a) participe en este estudio.

La persona responsable de este estudio es la Srta. Natali Farinango, estudiante de Psicopedagogía bajo la dirección de la Psc. María Belén Morales Msc., en calidad de tutora del proyecto de investigación.

Para decidir participar en esta investigación, es importante que considere la siguiente información.

Riesgos: El estudio no conlleva ningún riesgo para el estudiante, el mismo consiste en responder un inventario sobre el estrés que contiene 23 preguntas, el cual le tomará contestarlo aproximadamente 20 minutos; además deberá responder un cuestionario el cual contiene 10 preguntas, le tomara 10 minutos.

Confidencialidad: Los datos obtenidos en el proyecto, así como sus resultados y análisis son completamente confidenciales y con fines exclusivamente investigativos para la culminación de este proyecto.

Voluntariedad: La participación del estudiante es esencial para el trabajo de investigación, sin embargo, su participación es totalmente libre y voluntaria; por lo que su no participación no conlleva sanción alguna

Beneficios: Los beneficiarios directos son los estudiantes puesto que se les proporcionará a los docentes una guía de actividades para el manejo del estrés que permita fortalecer el desempeño académico de los estudiantes.

Conocimiento de los resultados:

Si requiere mayor información, o comunicarse por cualquier motivo relacionado con esta investigación, puede contactar a:

Estudiante responsable de este estudio: Natali Farinango nfarinango4222@uta.edu.ec	Docente tutor del proyecto: Psc. María Belén Morales MSc. moralesjmaria@uta.edu.ec
---	--

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

Por la presente, yo _____, con CC: _____, representante de _____, doy mi consentimiento para que mi hijo(a) participe en el estudio sobre **El estrés estudiantil y el desempeño académico de los estudiantes de primero y segundo año del Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa “Atahualpa” del cantón Quito**, a cargo de la estudiante: Natali Farinango.

Declaro que he leído y he comprendido las condiciones de la participación en este estudio de mi hijo(a). He tenido la oportunidad de hacer preguntas y han sido respondidas satisfactoriamente. No tengo dudas al respecto.

Quito, 1 de junio de 2021.

Firma del representante Nombre: C.I:	Firma del Investigador Responsable Natali Farinango nfarinango4222@uta.edu.ec
--	--