

**UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA**  
**ESCUELA DE POSTGRADO**  
**MAESTRÍA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA Y GESTIÓN EDUCATIVA**



**RELACION ENTRE ESTRÉS ACADEMICO Y RENDIMIENTO  
ACADÉMICO EN LAS ESTUDIANTES DEL 5° GRADO DEL NIVEL  
SECUNDARIO EN LA INSTITUCION EDUCATIVA SANTISIMA NIÑA  
MARIA DE TACNA, 2017.**

**TESIS**

**Presentado por:**

**Br. RICHARD VARGAS ZARATE**

**Asesora:**

**Dra. Luz Vargas Chirinos**

**Para Obtener el Grado Académico de:**

**MAESTRO EN DOCENCIA UNIVERSITARIA Y GESTION EDUCATIVA**

**TACNA – PERÚ**

**2018**

## **AGRADECIMIENTOS**

A mis asesores quienes con su paciencia, comprensión y profesionalismo fueron esenciales en el desarrollo del presente trabajo de investigación.

Agradezco a los directivos, docentes y estudiantes de la I.E. Santísima Niña María, quienes aceptaron apoyar en el trabajo de investigación.

Dar las gracias a mis padres Ismael Vargas López y Hatil Zarate Quenta quienes son mi gran fortaleza en la vida.

A mi gran amiga Denis Anny Lupaca Arias quien siempre estuvo apoyándome en los momentos más difíciles durante la investigación.

**DEDICATORIA**

A mis seres queridos, porque ellos son mi inspiración y fortaleza para ser una mejor persona y profesional cada día.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

AGRADECIMIENTOS	i
DEDICATORIA	ii
ÍNDICE DE TABLAS	viii
ÍNDICE DE FIGURAS	ix
RESUMEN	x
ABSTRACT	xi
INTRODUCCIÓN	xii
CAPÍTULO I	1
1. EL PROBLEMA	1
1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	3
1.2.1. Interrogante principal	3
1.2.2. Interrogantes secundarias	3
1.3. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	4
1.4. OBJETIVO DE LA INVESTIGACIÓN	5
1.4.1. Objetivo general	5
1.4.2. Objetivos específicos	5
1.5. CONCEPTOS BÁSICOS	5
1.6. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	7
1.6.1. Antecedentes Internacionales	7
1.6.2. Antecedentes Nacionales	10
CAPÍTULO II	12
2. FUNDAMENTOS TEÓRICO CIENTÍFICOS	12
2.1. ESTRÉS ACADEMICO	12

2.1.1. Definición de estrés	12
2.1.2. Teorías del estrés	14
2.1.2.1. Teorías basadas en la respuesta	14
2.1.2.2. Teorías basadas en el estímulo	15
2.1.2.3. Teorías basadas en la interacción	16
2.1.3. Tipos de Estrés	17
2.1.4. Dinámica y Fases del Estrés	20
2.1.5. Definición de estrés académico	22
2.1.6. Modelos sistémico-cognoscitivista del estrés académico	26
2.1.7. Componentes de estrés académico	26
2.1.7.1. Estresores académicos	26
2.1.7.2. Síntomas del estrés	28
2.1.7.3. Estrategias de Afrontamiento	29
2.1.8. Consecuencias del estrés	31
2.1.9. Vulnerabilidad al Estrés	33
2.1.10. Importancia de manejo del estrés académico por los estudiantes de las instituciones educativas del Perú	34
2.2. RENDIMIENTO ACADÉMICO	35
2.2.1. Definición de Rendimiento Académico	35
2.2.2. Tipos de estudiantes según rendimiento académico	36
2.2.2.1. Los orientados al dominio	37
2.2.2.2. Los que aceptan el fracaso	37
2.2.2.3. Los que evitan el fracaso	37
2.2.3. Factores que afectan el rendimiento académico	37
2.2.3.1. Factores relacionados con el estudiante	37
2.2.3.2. Factores relacionados a la escuela	38
2.2.3.3. Factores socioeconómicos relacionados con la familia	38
2.2.4. Categorización del Rendimiento Académico en el Perú	39
2.2.5. Componentes de la evaluación del rendimiento académico por el MINEDU del Perú	41
2.2.5.1. Evaluación del rendimiento académico de Comunicación	41

2.2.5.2. Evaluación del rendimiento académico de Matemática	43
2.2.5.3. Evaluación del rendimiento académico de Ciencia, Tecnología y Ambiente	47
2.2.5.4. Evaluación del rendimiento académico de Formación ciudadana y cívica	49
2.2.5.5. Evaluación del rendimiento académico de Historia, geografía y economía	49
2.2.5.6. Evaluación del rendimiento académico de Educación para el trabajo	51
2.2.5.7. Evaluación del rendimiento académico de Inglés	51
2.2.5.8. Evaluación del rendimiento académico de Persona familia y relaciones humana	52
2.2.5.9. Evaluación del rendimiento académico de Arte	53
2.2.5.10. Evaluación del rendimiento académico de Formación religiosa	53
2.2.5.11. Evaluación del rendimiento académico de Educación física	54
2.2.6. Rendimiento académico en el Perú	55
2.2.7. El estrés académico y rendimiento académico: su implicancia en La educación	56
CAPÍTULO III	58
3. MARCO METODOLÓGICO	58
3.1. HIPÓTESIS	58
3.1.1. Hipótesis General	58
3.1.2. Hipótesis Específicas	58
3.2. VARIABLES	59
3.2.1. Variable 1	59
3.2.1.1. Denominación de la variable	59
3.2.1.2. Dimensiones	59
3.2.1.3. Indicadores	59
3.2.1.4. Escala de medición	61
3.2.2. Variable 2	61
3.2.2.1. Denominación de la variable	61

3.2.2.2.Dimensiones	61
3.2.2.3.Indicadores	62
3.2.2.4.Escala de medición	64
3.3. TIPO DE INVESTIGACIÓN	65
3.4. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	65
3.5. AMBITO DE ESTUDIO	65
3.6. POBACION Y MUESTRA	66
3.6.1. Unidad de estudio	66
3.6.2. Población	66
3.6.3. Muestra	66
3.7. TECNICAS E INSTRUMENTOS	67
3.7.1. Técnicas	67
3.7.2. Instrumentos	67
CAPÍTULO IV	69
4. RESULTADOS	69
4.1. DESCRIPCIÓN DEL TRABAJO DE CAMPO	69
4.2. DISEÑO DE LA PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS	70
4.3. PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS	71
4.3.1. Información sobre estrés académico	71
4.3.2. Información sobre rendimiento académico	94
4.3.3. Información sobre la relación de variables	98
4.4. COMPROBACION DE HIPOTESIS	100
4.4.1. Comprobación de la Primera Hipótesis Específica	100
4.4.2. Comprobación de la Segunda Hipótesis Específica	102
4.4.3. Comprobación de la Tercera Hipótesis Estadística	104
4.4.4. Comprobación de la Hipótesis General	106
4.5. DISCUSIÓN	108

CAPÍTULO V	111
5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	111
5.1. CONCLUSIONES	111
5.2. RECOMENDACIONES	113
BIBLIOGRAFÍA	115
APÉNDICES	122

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 - Preocupación o nerviosismo durante este bimestre	71
Tabla 2 - Nivel de preocupación y nerviosismo	73
Tabla 3 - Dimensión Estresores	75
Tabla 4 - Según ítems de la dimensión Estresores	78
Tabla 5 - Según ítems de la dimensión Síntomas o Reacciones Físicas	80
Tabla 6 - Según ítems de la dimensión Síntomas o Reacciones Psicológicas	82
Tabla 7 - Según ítems de la dimensión Síntomas o Reacciones Comportamentales	84
Tabla 8 - Según ítems de la dimensión Síntomas y Reacciones	86
Tabla 9 - Según ítems de la dimensión Estrategias de afrontamiento	88
Tabla 10 - Según la dimensión Estrategias de afrontamiento	90
Tabla 11 - Resumen del nivel de estrés académico	92
Tabla 12 - Según el Rendimiento académico	94
Tabla 13 - Según Rendimiento Académico	96
Tabla 14 - Estudiantes según Nivel de estrés Académico y Rendimiento Académico	98
Tabla 15 - Prueba de hipótesis: Correlación Tau c de Kendall	104
Tabla 16 - Escala de medida o fuerza de correlación	105
Tabla 17 - Prueba de hipótesis: Correlación Tau c de Kendall	106

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 - Preocupación o nerviosismo durante este bimestre	71
Figura 2 - Nivel de preocupación y nerviosismo	73
Figura 3 - Dimensión Estresores	76
Figura 4 - Según ítems de la dimensión Estresores	78
Figura 5 - Según ítems de la dimensión Síntomas o Reacciones Físicas	80
Figura 6 - Según ítems de la dimensión Síntomas o Reacciones Psicológicas	82
Figura 7 - Según ítems de la dimensión Síntomas o Reacciones Comportamentales	84
Figura 8 - Según ítems de la dimensión Síntomas y Reacciones	86
Figura 9 - Según ítems de la dimensión Estrategias de afrontamiento	88
Figura 10 - Según la dimensión Estrategias de afrontamiento	90
Figura 11 - Resumen del nivel de estrés académico	92
Figura 12 - Según el Rendimiento académico	94
Figura 13 - Según Rendimiento Académico	96
Figura 14 - Estudiantes según Nivel de estrés Académico y Rendimiento Académico	98
Figura 15 - Prueba de hipótesis: Chi cuadrada bondad de ajuste	101
Figura 16 - Prueba de hipótesis: Chi cuadrada bondad de ajuste	103

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar el nivel de relación entre el nivel de estrés académico y el rendimiento académico en las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017. La muestra estuvo constituida por 88 estudiantes. En lo metodológico, se trata de una investigación de tipo básica y por el nivel alcanzado es una investigación correlacional; una investigación de diseño no experimental-transversal. Para la medición del estrés académico se utilizó la técnica de la encuesta y como instrumento el Inventario de SISCO de estrés académico Creado por Arturo Barraza, el cual fue sometido a validez y confiabilidad estadística. Para la evaluación del rendimiento académico se procedió retrospectivamente mediante la técnica de análisis documentario y la revisión de actas académicas y como instrumento una matriz de categorías. Entre los principales resultados en la investigación, se encontró como conclusión: Que si existe relación inversamente significativa entre el estrés académico y el rendimiento académico con una fuerza de intensidad negativa moderada ( $Rho = - 0.509$ ), esto nos dice que existe un gran grupo de estudiantes que presentan estrés alto lo que conlleva a tener notas bajas y viceversa.

*Palabras claves:* estrés académico y rendimiento académico.

## ABSTRACT

The objective of this research was to determine the relationship between the level of academic stress and academic performance in the fifth grade students at the Santísima Niña María high school in Tacna, 2017. The sample was consisted of eighty-eight students. It is a basic type research and for the level reached is a correlational investigation; it is a non-experimental-transversal design investigation. For the measurement of academic stress I used the survey technique and as instrument the SISCO Inventory of academic stress which was created by Aturo Barraza, this instrument was subjected to statistical validity and reliability. For the evaluation of academic performance, the retrospective procedure was carried out using the documentary analysis technique and the review of academic records and as an instrument the matrix of categories. Among the main results in this investigation were: there is an inversely significant relationship between academic stress and academic performance with a force of moderate negative intensity ( $Rho = - 0.509$ ), this result tells us that there is a large group of students who have high stress which leads to low grades and vice versa.

*Keywords:* academic stress and academic performance.

## INTRODUCCIÓN

Una de las mayores preocupaciones en el ámbito educativo es la de mejorar en el aprendizaje de los estudiantes y como consecuencia reducir el bajo rendimiento académico escolar. Los avances educativos del Perú que muestra la última prueba internacional de PISA existen motivos para celebrar y criticar, ya que el Perú ya no está en último lugar. El Perú se ha ubicado en el penúltimo lugar, superando solo a República Dominicana.

Tradicionalmente los estudios sobre rendimiento académico se han centrado en los factores como las características del colegio, los profesores, la infraestructura escolar, entre otras. Pero muy poco se ha hablado del estrés, es especial del estrés académico, la presencia de este fenómeno es a nivel mundial. El estrés académico es una reacción biológica y psicológica frente a situaciones y exigencias académicas y sociales propias de los colegios.

Entonces muchos hemos experimentado el estrés académico aunque el estrés en sí mismo no es malo porque significa estar en un estado de alerta y se convierte en problema cuando sale de control provocando en los casos más extremos ansiedad y depresión. Pero probablemente no sabemos realmente cual es el nivel de estrés académico poseemos y si este nivel de estrés tiene una relación directa y/o significativa con el rendimiento académico.

La presente investigación analiza el nivel de relación entre el nivel de estrés académico y el rendimiento académico, enfocado en las estudiantes del quinto grado del nivel secundario de la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna y su rendimiento académico del primer bimestre escolar. Los resultados de la investigación están plasmados en el presente trabajo de investigación, cuya estructura se detalla a continuación:

En el primer capítulo, se desarrolla la descripción del problema, la formulación de la misma, la justificación, los objetivos, conceptos básicos y los antecedentes. En el segundo capítulo, se presenta el desarrollo del marco teórico, el cual comprende el desarrollo de las bases científicas. En el tercer capítulo, se considera el marco metodológico, compuesto por: hipótesis, operacionalización de las variables, el tipo y diseño de la investigación, ámbito de estudio, población y muestra y técnicas e instrumentos aplicados en la investigación. En el cuarto capítulo, se muestra los resultados y la comprobación de la hipótesis de trabajo. Finalmente, a modo de cierre en el quinto capítulo, se incluye las conclusiones y recomendaciones de la investigación realizada.

## **CAPÍTULO I**

### **1. EL PROBLEMA**

#### **1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

En los últimos años ha surgido una creciente preocupación e interés en el ámbito de la educación en la mayoría de los países, por el fracaso y deserción escolar, este problema es causado por múltiples factores como el nivel socioeconómico, cultural, social, el funcionamiento del sistema educativo de cada país, el trabajo de cada profesor y la disposición del estudiante. Vivimos en un mundo de constantes cambios debido a la gran globalización de la tecnología y comunicación y una sociedad cada vez más competitiva, debido a que la sociedad actual está orientada al éxito, esto inevitablemente influye al sistema educativo ya que los conocimientos que son necesarios hoy para poder incorporarse al mundo laboral son muy superiores a los existentes hace sólo diez años.

En América Latina, en la evaluación PISA del 2015 el Perú se ha ubicado en el penúltimo lugar, superando solo a República Dominicana. En el área de matemáticas, por primera vez, Perú ha superado a Brasil. En las áreas de lectura y ciencia seguimos por debajo de países como Chile, Uruguay, Costa Rica, Colombia, México y Brasil. (RPP Noticias, 2016).

Durante la práctica pedagógica en la I.E. Santísima Niña María, se ha detectado que existe un número considerable de estudiantes del 5to año del nivel secundario que poseen un promedio de 13 como promedio final, si tomamos en cuenta la categorización del rendimiento académico elaborado en base al Currículo Nacional de la Educación Básica 2016 del Ministerio de Educación, el grupo de

estudiantes que poseen de 11 a 13 como promedio final se encuentran en la categoría de proceso.

Así mismo se ha observado que las alumnas del 5to año son afectadas en su personalidad muchas veces por el clima escolar-familiar, por ejemplo: depresión, baja autoestima y ansiedad, poco control de emociones como el enojo, cólera y llanto, no se sienten seguros de sus conocimientos, se dan por vencidos fácilmente frente a trabajos escolares, aislamiento, falta o aumento de apetito, fatiga, angustia, preocupación excesiva, dificultad al tomar decisiones y concentrarse, tics nerviosos, insomnio y la necesidad de que "algo" suceda, para que se acabe la "espera". Todo ello son síntomas de estrés académico y puede afectar positiva o negativamente el rendimiento académico.

Ríos (2014) refiere en su investigación que uno de cada cuatro personas a nivel mundial muestra algún problema asociado al estrés, por otro lado en las ciudades el 50% de las personas posee algún problema mental como por ejemplo tensión y depresión. Por ese motivo se puede afirmar que el estrés está presente en todos los medios y ambientes, incluso en el campo educativo produciendo el llamado estrés académico, el estrés no discrimina sexo, edad, profesión, religión, nivel socio-económico, etc. Además, es importante mencionar que el género femenino es el más vulnerable a padecer de estrés, en el año 2012 el 70% de personas padeció de estrés en el mundo.

Partiendo de esta información sobre el estrés, en especial sobre el estrés académico, el presente estudio trata de investigar la relación entre el nivel de estrés académico y rendimiento académico de las alumnas del quinto grado del nivel secundario de la Institución Educativa Santísima Niña María de la ciudad de Tacna.

Por todo lo expuesto y considerando que es importante para la educación conocer las condiciones personales físicas y emocionales en relación con el rendimiento académico, es que formulamos el problema de investigación a través de la siguiente interrogante.

## **1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

### **1.2.1. Interrogante principal**

¿Cuál es el nivel de relación que existe entre estrés académico y rendimiento académico en las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017?

### **1.2.2. Interrogantes secundarias**

¿Cuál es el nivel de estrés académico en las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017?

¿Cuál es el nivel de rendimiento académico que presentan las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017?

¿Cuál es la relación que existe entre estrés académico y rendimiento académico en las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017?

### **1.3. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN**

La presente investigación se obtendrá un acercamiento mucho mejor a la realidad de las estudiantes del quinto grado del nivel secundario de la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, ya que se ha observado un promedio del rendimiento académico poco aceptable por parte de los profesores y de la dirección durante los primeros meses de las labores académicas. Además se ha observado diferentes síntomas de estrés en las estudiantes.

La investigación tendrá trascendencia social porque beneficiará al director, a los profesores, a los padres de familia y a toda la comunidad educativa, ya que mediante los instrumentos aplicados se obtendrá información relevante sobre el nivel de estrés académico de las estudiantes y su relación con el rendimiento académico de todos los cursos escolares.

El trabajo de investigación busca contribuir de manera teórica y práctica. Teórico porque mediante los datos obtenidos de este estudio beneficiarán a estudios posteriores porque permitirá lograr una mejora en la interacción de profesores-estudiantes en el proceso de enseñanza-aprendizaje, con el fin de evitar la sobrecarga de actividades y trabajos escolares y estos no afecte el rendimiento académico de las estudiantes de manera negativa y así afrontar de manera más eficaz su desarrollo escolar y contribuir en su formación.

Hablar del estrés académico y el rendimiento académico es propio del campo de estudio de la educación y pedagogía. Por tal motivo es de gran valor realizar un estudio sobre estos temas. En la actualidad el estrés académico se presenta como un riesgo emergente en la educación ya que en la sociedad cada año es más competitiva debido a varios factores sociales. Numerosos centros educativos no prestan la atención necesaria a este fenómeno, mediante esta investigación se pretende aumentar más el conocimiento sobre el nivel de relación entre el estrés académico y rendimiento académico.

## **1.4. OBJETIVO DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.4.1. Objetivo general**

Determinar el grado de relación entre el nivel de estrés académico y el rendimiento académico en las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017.

### **1.4.2. Objetivos específicos**

Determinar el nivel de estrés académico en las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017.

Determinar el nivel de rendimiento académico que presentan las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017.

Establecer la relación entre el nivel de estrés académico y rendimiento académico en las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017.

## **1.5. CONCEPTOS BÁSICOS**

### **Estrés**

Proceso de interacción dinámica, como una relación entre el individuo y su medio, en la cual el sujeto evalúa los acontecimientos como amenazantes y/o desbordantes de sus recursos por tanto pone en peligro su bienestar (Lazarus y Folkman, 1984).

### **Eustrés**

Es una adecuada activación necesaria para culminar con éxito una prueba o situación complicada. Es estimulante y necesaria para el desarrollo de la vida en bienestar (Selye, 1956).

### **Distrés**

Es la inadecuada o excesiva activación psicofisiológica del organismo que arrastra al fracaso. Es dañina y produce un desgaste personal (Selye, 1956).

### **Estrés académico**

Malestar que el estudiante muestra debido a factores físicos, emocionales, ya sea de carácter interrelacional o intrarrelacional, o ambientales que pueden ejercer una presión significativa en la competencia individual para afrontar el contexto escolar (Martínez y Díaz, 2007).

### **Afrontamiento**

Es el proceso en donde el individuo maneja las demandas de la relación individuo-ambiente que evalúa como estresantes y las emociones que ello genera (Lazarus y Folkman, 1986).

### **Rendimiento académico**

El rendimiento académico se refiere a las calificaciones alcanzadas por los estudiantes a través de las evaluaciones lo que muestra la calidad y cantidad de conocimientos alcanzados por ellos (Paba, Lara y Palmezano, 2008).

## **Aprendizaje**

Un cambio relativamente permanente en la conducta ó en su potencialidad que se origina a partir de la experiencia, se contempla a la experiencia como la condición fundamental para el aprendizaje. (Hergenhahn, 1976).

### **1.6. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **1.6.1. Antecedentes internacionales**

Domínguez, Guerrero y Domínguez (2015), realizaron la investigación titulada *Influencia del estrés en el rendimiento académico de un grupo de estudiantes universitario*. Universidad Autónoma de Yucatán. La muestra fue de 20 estudiantes de distintos sexos. Una investigación de tipo descriptivo-correlacional. Se aplicó el inventario de SISCO del estrés académico. Los autores concluyeron que a pesar de que el 70% de los encuestados manifestaron que el estrés afecta su rendimiento académico. Sin embargo, los resultados indican que el estrés no afecta de manera significativa al rendimiento académico. Un 55% afirmaron poseer un rendimiento alto, un 40% un rendimiento regular y sólo el 5%, un rendimiento académico bajo. Por otro lado el estrés si interfiere en las actividades académicas como: la carga de tareas y las evaluaciones; sin embargo, las actividades en donde el estrés alcanza sus mayores niveles de influencia son: en los proyectos finales. A pesar de que no hay una influencia directa del estrés en el rendimiento académico, es necesario que los profesores regulen adecuadamente la cantidad y grado de dificultad de trabajos finales, los cuales generan en los alumnos altos niveles de estrés.

Martinez (2013), realizo la investigación titulada *El estrés y su influencia en el Rendimiento Académico en estudiantes del nivel secundario del Instituto Educativo Arquimedes*, Universidad Don Vasco, A.C. de México. La muestra fue de 105 estudiantes de distintos sexos. Una investigación de tipo no experimental. Para medir el rendimiento académico se utilizó la técnica datos secundarios (registros

académicos) y para la otra variable se aplicó el test de escala de ansiedad (CMAS-R). El autor concluye que existe tanto un nivel de estrés como un rendimiento académico aceptables. Para evitar un posible nivel de estrés elevado y el cual podría afectar su rendimiento académico se propone implementar acciones de prevención y que incluyan la participación de toda la comunidad escolar, ya que a veces los profesores les dejan bastantes trabajos de diferentes cursos, donde tienen que probablemente presentarlo al día siguiente o después de tres días; asimismo, los alumnos no se sienten bien y muestran su angustia y desgano, porque no le entienden al profesor los temas de algunos cursos.

Vallejo (2011), realizó la investigación titulada *Relación entre estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la carrera Química Farmacéutica-biología de la UNAM*. Universidad Pedagógica Nacional Psicología Educativa de México, D.F. La muestra fue de 138 estudiantes (32 de los semestres 4° y 8°, 40 de 2° y 32 de 6°). Una investigación de tipo descriptivo-correlacional. Para medir el estrés se aplicó el inventario de SISCO V2 y para el rendimiento académico se observaron las calificaciones finales del ciclo. El autor concluye que mediante un análisis de correlación de Pearson se encontró que si existía una relación estadísticamente significativa entre el nivel de estrés académico y el rendimiento académico, se encontró que los alumnos en su mayoría presentan un nivel de estrés moderado, siendo las mujeres las que perciben más estrés académico. Los estresores que encontrados en los estudiantes son la sobrecarga de tareas y trabajos finales. La estrategia de afrontamiento a la que recurren es el concentrarse en la situación que les preocupa.

Beltrán, Estrada, Martínez y Navarro (2010), realizaron la investigación titulada *Como afecta y se relaciona el estrés con el rendimiento académico en estudiantes del segundo año de la carrera de medicina del CUM-USAC, durante el mes de mayo*. Universidad de San Carlos de Guatemala. La muestra fue de 50 estudiantes. Una investigación descriptiva, no experimental de tipo transversal. Para medir el estrés se aplicó el inventario de SISCO y para el rendimiento académico se observaron las calificaciones finales del semestre. Los autores concluyeron que el grado de estrés (bajo, medio y alto) repercute en su bajo rendimiento académico, demostrándose que el estrés influye en la vida escolar. El 64% presentaba niveles altos de estrés académico y tenían como estresores principales los trabajos de investigación los cuales causan trastornos de sueño, fatiga crónica, dolores de cabeza, depresión, tristeza, ansiedad y agresividad. El trabajo también encontró que la competencia entre estudiantes no es un factor que inquieta a los estudiantes, es decir no influye en su rendimiento académico.

Rocha (2008), realizó la investigación titulada *Correlación entre rendimiento académico y estrés, en estudiantes del nivel educativo superior*”, Universidad Don Vasco A.C. de México. La muestra fue de 92 estudiantes (el 78% son mujeres). Una investigación descriptiva de tipo correlacional. Para medir el estrés se aplicó la prueba estandarizada test perfil de estrés y para el rendimiento académico se utilizaron los registros académicos. El autor concluye que se encontró una correlación significativa entre el rendimiento académico y estrés. Utilizando “Pearson” se obtiene un resultado de 41, lo cual indica una correlación positiva moderada. Esta al ser analizada mediante la varianza de factores, indica un porcentaje de influencia de 16.53, lo que señala que el estrés tiene una relación considerable con el rendimiento académico.

### 1.6.2. Antecedentes nacionales

López (2016), realizó la investigación titulada *Influencia del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería de la universidad ciencias de la salud Arequipa, 2016*. Universidad Ciencias de la Salud de Arequipa-Perú. La muestra fue de 57 estudiantes en su mayoría mujeres. Una investigación de tipo causal explicativo y como método y diseño descriptivo, no experimental, transversal. Para medir el estrés se aplicó la técnica del cuestionario y para el rendimiento académico se utilizó la técnica de cuestionario (test del estrés) y ficha de observación documental. El autor concluye que la presencia de estrés influye significativamente de forma negativa en el rendimiento académico. Los estudiantes presentan estrés de nivel medio (43.9%) y alto (43.9%). Por otro lado, el rendimiento académico con mayor frecuencia es regular con un 47.4%, con promedios entre 11 a 15. Los estresores más recurrentes son: inquietud por la competencia, sobrecarga de tareas, personalidad del docente y tiempo limitado. Frente a la mayor frecuencia de estímulos estresores el rendimiento académico predominante es de regular o malo ( $x^2 22.140$  ( $p=0.00$ )). La estrategia de afrontamiento como el asertividad están asociada al regular rendimiento académico ( $x^2 23.054$  ( $p=0.00$ )).

Ríos (2014), realizó la investigación titulada *Factores Estresores Académicos Asociados a Estrés en estudiantes de Enfermería de la Escuela Padre Luis Tezza*. Universidad Ricardo Palma de Perú. La muestra fue de 185 estudiantes en su mayoría mujeres. Una investigación de tipo cuantitativo de diseño descriptivo. Para medir el estrés se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento el cuestionario (SISCO) y para el rendimiento académico se utilizaron los registros académicos. El autor concluye que el estrés es de nivel medio según reacción física 64%, reacciones psicológicas 63% y reacciones comportamentales 64%. Los factores estresores académicos se encuentran relacionados significativamente al nivel de estrés, por consiguiente, las estudiantes muestran nivel de estrés académico medio.

Serón (2006), realizó la investigación titulada *Relación que existe entre Factores Estresantes y Rendimiento Académico de los Estudiantes de Enfermería*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos de Perú. La muestra fue de 59 estudiantes en su mayoría mujeres. Una investigación de tipo cuantitativo de diseño descriptivo. Para medir el estrés se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento el cuestionario (SISCO) y para el rendimiento académico se utilizaron los registros académicos. El autor concluye que los estudiantes de enfermería si presentan factores estresantes: biológicos, psicológicos y socioculturales medianamente significativos y estos factores mencionados se relacionan con el rendimiento académico. La relación entre las variables es significativa, utilizando un análisis estadístico a través de la prueba del Chi cuadrado. Por otro lado el rendimiento académico es regular, evidenciado con un 59.3% que oscila entre 12.22 y 13.80 como promedio. Por todo ello se debe desarrollar programas de bienestar con el objetivo de satisfacer las necesidades de recreación del estudiante.

## CAPÍTULO II

### 2. FUNDAMENTOS TEÓRICO CIENTÍFICOS

#### 2.1. ESTRÉS ACADEMICO

##### 2.1.1. Definición de estrés

Lazarus y Folkman (1984) afirman: “estrés es como un proceso de interacción dinámica, entendiéndolo como una relación entre el individuo y su entorno, en la cual el sujeto evalúa el evento como amenazante y/o desbordante de sus recursos, por tanto pone en peligro su bienestar” (p. 21). Por ese motivo el estrés es considerado como un riesgo emergente en la educación y además genera consecuencias en la salud; por lo que los docentes pareciera aún no están preparados para ayudar a los estudiantes como afrontar tal situación, a pesar, que los organismos internacionales de educación como la UNESCO, la OCDE, refieren la relevancia de dar un cambio para una vida feliz, dando prioridad a la dimensión afectiva, donde el alumnos no solamente conozca, sino que tenga habilidades sociales sobretodo para afrontar tal situación, y con sus actitudes favorables y asertiva, se tenga resultado y no afectar su comportamiento como hijo, estudiantes, amigo, etc.; sin embargo, de no lograr que los docentes y los padres desarrollen un trabajo colaborativo, para reflexionar sobre lo que están haciendo con su alumnos e hijos respectivamente, no se podrá lograr la formación integral de que tanto se habla, por tanto, se debe tener responsabilidad social en tal actividad.

Según Caldera, Pulido y Martínez (2007) afirman que: el término stress es de origen anglosajón y significa: “tensión”, “presión”, “coacción”. Así, por ejemplo, “to be under stress” se puede traducir como “sufrir una tensión nerviosa”. En este sentido, “stress” es casi equivalente a otro término inglés, “strain”, que también alude

a la idea de “tensión” o “tirantez”. Aunque ambos vocablos tengan semejanzas, presentan algunas diferencias. El uso más destacado de “strain” se da en el campo de la física, empleándose al hablar de la presión o tirantez.

Se pueden encontrar muchas definiciones acerca de estrés, Selye (1956) plantea que: El estrés es un acumulado de fuerzas que regularizan funciones que afrontan las diversas amenazas al equilibrio del organismo vivo. A este autor, se le considera el padre del concepto del estrés, pues sus investigaciones constituyeron las primeras aportaciones significativamente a su estudio.

Halpern (1995) citado por Mejía (2011), menciona que: “Estrés es aquello que impone demandas de ajuste al individuo y las reacciones de estrés o respuestas conductuales se refieren a las demandas ambientales. Además, resalta que el ambiente puede ser recurso de satisfacción pero también de irritación (p. 5).

Para Barraza (2004) la exposición continua al estrés suele dar lugar a síntomas mentales y físicos constantes, como pueden ser: Irritabilidad o estado depresivo, conducta impulsiva e inestabilidad emocional, dificultad de concentración temblores y tics nerviosos, predisposición a asustarse, tensión emocional e hipervigilancia, impulsos irresistibles de gritar, correr o esconderse, fatiga crónica, insomnio y/o pesadillas, palpitaciones cardíacas, cefaleas de tipo migrañoso, sequedad de boca y sudoración, dolor en la parte inferior de la espalda, disminución o aumento del apetito

En esta línea conceptual, Hernández y Grau (1956) citado por Vallejo (2011) explicó: “la palabra estrés apareció en el índice de Psychological abstracts en 1944; los trabajos de Selye, Lazarus, Deese y Osler, fueron los primeros en publicar un artículo en el Psychological bulletin de la Asociación Americana de Psicología.

Selye reconocido como el padre del concepto stress. Para ampliar un poco más la definición de Selye, Bensabat (1994) citado por Vallejo (2011) explica: “que el estrés se experimenta como un estado de fatiga, cansancio o agotamiento y de tensión nerviosa”(p.7).

Es decir, el estrés es aquella situación en la cual las demandas externas o internas superan la capacidad de respuesta causando una alarma organizada que actúa sobre el sistema nervioso, inmunológico, endocrino y cardiovascular, el cual produce un desequilibrio psicofísico.

## **2.1.2. Teorías del estrés**

### **2.1.2.1. Teorías basadas en la respuesta**

La teoría del estrés que expuso Selye (1960), como se dijo, concibe el estrés como una respuesta no específica del organismo, ante las demandas que se le hacen. Para él, el estrés es “el estado que se manifiesta por un síndrome específico, que refiere a todas las modificaciones inespecíficas inducidas dentro de un sistema biológico” (Citado en Sandín, 1995, p. 5). Esto implica que el estrés no tiene una causa particular. El estresor, es decir, el causante del estrés, es un factor que afecta la homeostasis del organismo, y puede darse a través de un estímulo físico, psicológico, cognitivo o emocional.

No obstante, Selye (1974), indica que no se debe evitar el estrés, ya que se puede asociar con estímulos o experiencias agradables y desagradables, y por tanto, la privación total de estrés conllevaría la muerte. “Cuando se afirma que un individuo sufre de estrés significa que éste es excesivo y que implica un sobre esfuerzo del organismo al tratar de sobreponerse al nivel de resistencia de éste” (Citado en Sandín, 1995, p. 5). Por esta razón, el estrés es una reacción adaptativa, mientras no exceda sus niveles, y afecte de modo negativo al organismo.

Por otro lado, Selye acentúa que la respuesta de estrés está compuesta por un mecanismo tripartito, que es el ya mencionado, síndrome general de adaptación, el cual tiene tres etapas: reacción de alarma, resistencia y agotamiento. Así pues, esta teoría brinda una definición operativa del estrés, con base en el estresor y la respuesta de estrés, que se constituyen en fenómenos objetivables.

### **2.1.2.2. Teorías basadas en el estímulo**

Las teorías del estrés centradas en el estímulo, lo interpretan y comprenden de acuerdo con las propiedades que relacionan con los estímulos ambientales, pues consideran que éstos pueden que las funciones del organismo se alteren o se desorganice.

Los autores que más han desarrollado esta orientación son T.H. Holmes y R.H. Rahe. Holmes y Rahe han propuesto que los sucesos primordiales, como por ejemplo el matrimonio, el nacimiento de un hijo, etc., son fuente de estrés, ya que generan cambios que obligan a la persona que se adapta casi en forma obligatoria (Papalia y Wendkos, 1987, citado en Oros y Vogel, 2005, p. 86).

Así, estos modelos se diferencian de los focalizados en la respuesta, debido a que sitúan el estrés en el exterior, no en la persona, a quien le corresponde el *strain* (efecto generado por el estrés); por lo que a raíz de esto, que la orientación basada en el estímulo sea la más próxima al estrés, según la idea de la población.

Por otra parte, debido a las diferencias individuales, los estímulos no tienen el mismo efecto estresor en todas las personas. (Weitz, 1970, citado en Sandín, 1995) clasificó los sucesos contextuales que generan los estreses que más se dan con frecuencia, a saber: procesar información en forma veloz, estímulos ambientales nocivos, percepción de amenaza, funciones fisiológicas alteradas, aislamiento y encierro, bloqueos y obstáculos para llegar a una meta, presión grupal y frustración.

### **2.1.2.3. Teorías basadas en la interacción**

El autor de esta teoría o enfoque es Richard Lazarus, quien da mayor relevancia de los factores psicológicos (principalmente cognitivos) que actúan entre los estímulos estresantes y las respuestas de estrés, dando a la persona un activo rol en el origen del estrés.

Para Lazarus y Folkman (1986) se origina entre las reacciones que se da entre el entorno y la persona, y el entorno, que el sujeto evalúa como un componente amenazador, y de complicada que es para afrontarlo. Por consiguiente, el primordial concepto de la teoría interaccional es el de evaluación cognitiva. “La evaluación cognitiva es un proceso evaluativo que define la causa explicativa y hasta qué punto una relación definida o una serie de relaciones entre la persona y el entorno es estresante” (p. 43). Por tanto, la evaluación es un componente mediador cognitivo entre las reacciones de estrés y los estímulos estresores.

Lazarus propone tres tipos de evaluación:

- Evaluación primaria: se da en cada encuentro con algún tipo de demanda (interna o externa). Es la primera mediación psicológica del estrés.
- Evaluación secundaria: ocurre después de la primaria, y tiene que ver con la valoración de los propios recursos para afrontar la situación estresante.
- Reevaluación: se realizan procesos de feedback, permitiendo corregir las evaluaciones previas.

### 2.1.3 Tipos de estrés

Selye (1974) citado por Szabo, S. Tache, Y y Somogyi, A. (2012).

- **Eustrés:** es una activación necesaria para finalizar con éxito una prueba o situación complicada. Además, es adaptativa, estimulante y necesaria para el desarrollo de la vida en bienestar para el individuo.
- **Distrés:** es la inadecuada o excesiva activación psicofisiológica del organismo que conlleva al fracaso. Es dañina y produce un desgaste al individuo. Este tipo de estrés hace que la persona desarrolle una presión o esfuerzo extra de lo necesario, lo cual produce un desorden en el organismo.

El eustrés y el distrés están relacionados con el rendimiento según la definición de Schultz (1985) citado por Vallejo (2011) explicó: el eustrés es calificado una como energía positiva que se convierte en motivación, consecuencia anhelada la cual actúa de una manera vigorizante, provocando que el individuo realice un mayor esfuerzo y desarrolle su creatividad.

Selye (1974) citado por Vallejo (2011) afirmó: "el distrés es un tipo de estrés destructivo, ilustrado por la ira, angustia, agresión y perjudicial para la salud. El eustrés es el tipo cognitivo, ilustrado por emociones asociadas con la empática y esfuerzos positivos que benefician al individuo" (p.10).

Sin embargo esta hipótesis propuesta aun sigue siendo controvertida, ya que aún no ha sido defendida ni refutada por investigación empírica a pesar de su entendido interés.

Bensabat (1994) citado por Vallejo (2011) explica: eustrés es aquello que causa goce, estar en armonía con uno mismo con su medio ambiente y su propia capacidad de adaptación. Distrés es todo aquello que aflige, todo cuanto se hace a pesar nuestro, en objeción con uno mismo. Por su parte, Bensabat considero, que todo depende de la forma en cómo se interpretan y reciben los acontecimientos. La frase de Selye nos dice “lo que importa no es lo que nos sucede sino la forma como se recibe”.

El tipo de estrés depende también de cómo se reciben y se interpretan los acontecimientos. Una misma situación puede significar un mal estrés para una persona y un buen estrés para otra; o sea, lo que importa no es lo que sucede, sino la forma como se percibe

De acuerdo con Nogoreda (s.f. en Rojas, 1998) citado por Vallejo (2011), el eustrés produce algunos beneficios en el organismo:

- Cerebro: Ideación clara y rápida
- Músculos: Mayor capacidad
- Pulmones: Mayor capacidad
- Intestino: Aumenta la actividad motora
- Vejiga: Flujo disminuido
- Corazón: Aumento del trabajo cardíaco

Los beneficios del eustrés se presentan mientras la persona perciba las condiciones como controlables. Pero cuando el organismo considera que no hay control de la situación, es cuando se presenta el distrés y por lo tanto las consecuencias negativas se manifiestan como una enfermedad.

Además Naranjo (2009) distingue dos tipos de estrés. El buen estrés es todo aquello que causa placer, todo lo que la persona quiere o acepta hacer en armonía consigo misma, con su medio y con su propia capacidad de adaptación. Es el estrés de la realización agradable. Ejemplos de buen estrés son la alegría, el éxito, el afecto, el trabajo creador, un rato de tranquilidad, compartir con otras personas, o sea, todos los aspectos que resultan estimulantes, alentadores, fuentes de bienestar, de felicidad o de equilibrio.

El mal estrés es todo aquello que disgusta, todo cuanto la persona hace a pesar suyo, en contradicción consigo misma, su ambiente y su propia capacidad de adaptación. Son ejemplos de mal estrés la tristeza, el fracaso, las malas noticias, la enfermedad, las presiones, las frustraciones, la carencia de libertad, que son fuentes de desequilibrio, de alteraciones psicósomáticas y de enfermedades de adaptación.

En el nivel y superior, existe el reto de cambiar y convertir el distrés en eustrés en un futuro próximo, así lo considera Barraza y Silenio (2007) citado por Vallejo (2011) luego de muchas investigaciones, lo cual es una gran tarea para las instituciones educativas en todo el mundo, ya que el estrés académico es considerado como distrés porque implica un desequilibrio entre el estudiante y su entorno.

En cuanto al nivel óptimo de estrés, señala Bensabat (1987) citado por Naranjo (2009) que éste se refiere a la dosis de estrés biológicamente necesaria para cada persona, con el propósito de que ésta se desempeñe de manera armónica en unas condiciones óptimas compatibles con su personalidad y sus posibilidades de adaptación. El estrés es indispensable en la vida, es la consecuencia de las actividades de las personas. No obstante, si la dosis de estrés no es la óptima, ya sea por exceso o por carencia, el estrés se convierte en distrés y exige una adaptación particular del organismo por encima de las normas fisiológicas, tanto en el aspecto biológico como en el físico y en el psicológico. Cuando la persona funciona por debajo del umbral óptimo del estrés, el organismo está subestimado, poco solicitado física, psicológica y biológicamente. Si el reposo es excesivo, se traduce en enojo y fatiga. Por el contrario, cuando se funciona por encima del nivel óptimo, el

organismo se encuentra superestimulado, agotado por cansancio, demasiado solicitado, sometido a una adaptación excesiva que exige una secreción importante de hormonas de adaptación (adrenalina y cortisona), responsables de efectos secundarios y de alteraciones metabólicas y orgánicas. A cada persona le conviene conocer tanto su nivel de estrés, sus límites y capacidad de adaptación así como la dosis de presión que puede soportar, para evitar situarse en condiciones que superen su umbral de tolerancia al estrés. Al respecto, Melgosa (1995) señala que una cantidad moderada de tensión vital, esto es, de estrés, resulta saludable, por cuanto ayuda a alcanzar metas elevadas y a resolver problemas difíciles.

En la actualidad el estrés ha sido un tema de gran auge y preocupación, que independientemente de la clasificación anterior, ha sido necesaria una subdivisión para un mejor estudio de la misma, así se puede encontrar: el estrés ambiental, laboral, emocional, y académico. Sin embargo para fines de esta investigación, solo se consideró para su estudio al estrés académico.

#### **2.1.4. Dinámica y fases del estrés**

Melgosa (1995) señala que: el estrés no surge de manera imprevista. El organismo humano tiene la capacidad para detectar las señales de que se está ante un hecho productor de estrés. Desde que aparece hasta que obtiene su máximo efecto, se pasa por tres etapas: alarma, resistencia y agotamiento.

La fase de alarma, constituye un aviso claro de la presencia de un agente estresante llamado estresor. Las reacciones fisiológicas ante la presencia del agente estresor son las primeras que aparecen para advertir al individuo que debe estar en un estado de alerta una vez percibida la situación; por ejemplo, cuando hay exceso de trabajo o estudio, y las fuerzas no son suficientes, el organismo toma conciencia del estrés existente, lo cual la ubica así en la primera fase de alarma.

Cuando el estrés alarga su presencia más allá de la fase de alarma, el individuo entra en la segunda fase de resistencia. La persona intenta continuar enfrentando la situación de estrés, pero reconoce que su capacidad tiene un límite y, como consecuencia de esto, se frustra y sufre. La persona empieza a tomar conciencia de que pierde mucha energía y su rendimiento es menor cada vez más, trata de salir adelante, pero no encuentra la forma; la situación se convierte en un círculo vicioso, más aun si va acompañada de ansiedad por un posible fracaso.

Consecutivamente, se presenta la tercera fase de agotamiento (fase terminal del estrés). Esta se caracteriza por la presencia de fatiga, ansiedad y depresión, las cuales aparecen por separado o simultáneamente. La fatiga incluye un cansancio que no se repone con el sueño nocturno, y va acompañada de nerviosismo, irritabilidad, tensión e ira. Respecto a la ansiedad, es cuando la persona vive frente a una variedad de situaciones, no solo ante el agente estresor, sino también ante experiencias que normalmente no la causarían. En cuanto a la depresión, la persona no posee la motivación para encontrar satisfactorias sus actividades, presencia de insomnio, pensamientos pesimistas y negativos. Debemos tomar conciencia de que todas las personas tienen un límite y que, si este es respetado, su calidad será verán mejoradas. Las tres fases mencionadas fueron desarrolladas por Selye.

Barraza (2004) sostiene que existen tres clases de estresores: físicos, sociales y psicológicos. Entre los físicos están el ruido, las toxinas y todas las demás sustancias concretas que pueden ejercer algún impacto en nuestro organismo. A menos que sean muy severos, con el tiempo tendemos a adaptarnos a la mayoría de ellos. Los estresores sociales provienen de nuestra interacción con las demás personas.

Algunos acontecimientos, como la pérdida de un ser humano o los conflictos con los demás, constituyen otra fuente de estrés. Estos estresores sociales son externos y, por lo regular, están al menos parcialmente bajo nuestro control. En cambio, los estresores psicológicos tienen lugar en el interior de nuestra psique y

comprenden todas las emociones como frustración, ira, odio, celos, miedo, tristeza y sentimientos de inferioridad.

### **2.1.5. Definición de estrés académico**

Barraza (2004) menciona que al iniciar una investigación sobre el estrés, es importante identificar el tipo de estrés que se estudiará. Los tipos de estrés son clasificados tomando como base al origen del estrés (en términos de Orlandini, 1999, “el tema traumático“), en ese sentido podemos hablar del estrés amoroso y marital, estrés sexual, estrés familiar, estrés por duelo, estrés médico, estrés ocupacional, estrés académico, estrés militar y estrés por tortura y encarcelamiento.

Martínez y Díaz (2007) El estrés escolar es el fastidio que el estudiante muestra, provenientes a factores físicos, emocionales, ya sea de dimensión interrelacional o intrarrelacional, o ambientales que pueden desarrollar una presión significativa en la competencia individual para hacer frente el ambiente escolar en rendimiento académico, habilidad metacognitiva para solucionar problemas, cuando el alumno ha perdido un ser querido, por muchos exámenes, relación con los compañeros y educadores, y que anhela conseguir reconocimiento e identidad, habilidad para relacionar el componente teórico con la realidad específica tratada. El ambiente escolar puede producir estrés escolar cuando no hay criterios y condiciones adecuadas que facilitan un saludable crecimiento de la socialización, que fundamente la comunicación entre los estudiantes con los profesores, padres y familiares, la sociedad y las relaciones ambientales. Actualmente, el estrés escolar es un problema que perturba a la comunidad en general. Es decir, todo el año escolar, los alumnos pueden tener estrés académico a lo largo de todo el año de clases por diferentes motivos, como demasiadas evaluaciones, el desempeño del profesor, los compañeros, etc.

López (2008) citado por Vallejo (2011) cuando un estudiante sufre de estrés, podría presentar las siguientes consecuencias, las más comunes son:

- Bajo rendimiento escolar
- Irritabilidad
- Trastornos de sueño
- Complicaciones en la digestión
- Propensión a enfermedades o alergias por bajas defensas

Por su parte Naranjo (2009), quien indica que, desde el ingreso a la escuela, los estudiantes pueden sufrir de estrés durante el período escolar, ya que se necesita de un proceso especial de adaptación, con sucesos académicos en el aula o en la escuela, el cansancio cognitivo, etc., que pueden ser indicadores de ciertos fastidios en el ámbito escolar y el anhelo de concluir el año lectivo.

La exigencia y expectativa de los padres de situaciones académicas de difíciles logros académicos, pueden aumentar los grados de ansiedad. Los estudiantes varios estudiantes sienten mayor ansiedad, de acuerdo a lo que van alcanzando nivel educativos superiores, debido a que se enfrenten a evaluaciones más frecuentes, comparaciones sociales e incluso experiencias de fracaso. Es de hecho, que las escuelas crean circunstancias como que faciliten elevar el nivel de ansiedad de los escolares.

Forero, López y Pardo citados por Martínez y Díaz (2007), se refieren a una investigación realizada por Witkin sobre el estrés infantil que señala a la escuela como una institución estresante de importancia, debido a factores como la competitividad por el rendimiento académico, rivalidades entre compañeros, la participación en el salón, las pruebas, el temor al fracaso y decepcionar a sus padres, y lograr la aceptación entre un grupo de iguales. Todas estas situaciones tienen además un impacto negativo en la autoestima.

Jadue (2001) el fracaso es fuente de frustración en una institución educativa que imputa de forma competitividad en sus estudiantes. Cuando el alumno se encuentre fustado, puede producir una conducta agresiva, ya que promueve la discordia entre estudiantes, por la competencia por conseguir un buen rendimiento académico. La violencia dentro de la institución aumenta significativamente. También producen estresores académicos, otros factores, como por ejemplo: la falta de afecto, los problemas económicos, la información masiva de los medios de comunicación y problemas dentro del ámbito educativo generan estrés académico.

Por su parte, Naranjo (2009), sostiene que la ansiedad, muchas veces producto del estrés, es un sentimiento vago y altamente desagradable de temor. Es normal que los estudiantes se preocupen cuando se enfrentan a nuevos desafíos en la institución educativa, como por ejemplo obtener buenas notas en los exámenes. De hecho, los investigadores han encontrado que estudiantes exitosos presentan niveles moderados de ansiedad; no obstante, algunas y algunos presentan altos niveles de ansiedad y se preocupan constantemente x sus deberes escolares, lo cual puede afectar en forma significativa su habilidad de logro.

Los altos niveles de ansiedad pueden ser también el resultado de las expectativas irreales y la presión de los padres respecto del logro educativo de sus hijos. Muchos estudiantes sienten mayor ansiedad conforme alcanzan grados educativos superiores, ya que se enfrenten a evaluaciones más frecuentes, comparaciones sociales e incluso experiencias de fracaso. Cuando las instituciones educativas crean circunstancias como las mencionadas, es más probable que favorezcan a elevar el nivel de ansiedad de la población estudiantil.

La presión que siente el estudiantado por obtener un buen rendimiento escolar puede provocarle una exacerbación de la ansiedad). La evidencia indica que las personas que sienten que no están en control de los sucesos estresantes de su vida son más propensas a experimentar trastornos de ansiedad. Indica este autor que cada vez con mayor frecuencia se observan alteraciones emocionales en estudiantes y también cómo la conducta disruptiva y la agresividad surgen de manera sorprendente.

Las relaciones conflictivas entre estudiantes y personal docente funcionan como otra situación estresante para la población estudiantil, la cual puede interferir en su desempeño académico exitoso. Esas relaciones conflictivas son conceptualizadas como interacciones discordantes y la falta de entendimiento entre estas partes sostiene la Universidad de Sevilla (2005) citado por Naranjo (2009). Esta situación puede derivar en estudiantes que se desmotivan, además de desarrollar actitudes negativas hacia la institución educativa.

Naranjo (2009) indica que los niveles altos de estrés y ansiedad reducen la eficiencia del aprendizaje, ya que disminuyen la atención, la concentración y la retención, con el consecuente deterioro en el rendimiento educativo. A medida que va procesando la información, los estudiantes ansiosos no logran organizar ni elaborar apropiadamente los contenidos de los cursos y tiende a ser poco flexible para adaptarse a los nuevos procesos de aprendizaje. Es importante tomar en cuenta que, por su misma naturaleza, el estrés y la ansiedad dependen en gran medida del concepto que las personas tengan de las demandas que se les formulan en relación con la capacidad de comprensión y control que encuentran en sí mismas.

Martínez y Díaz (2007) señalan que: “el estrés escolar se dimensiona en el desequilibrio psíquico, afectivo, cognitivo y social del estudiante” (p. 20).

Naranjo (2009) menciona a Wigfield y Eccles quienes dicen que se han creado diversos programas de intervención para disminuir el alto nivel de estrés y ansiedad en estudiantes. Han incorporado técnicas de relajación y otras estrategias que pretenden cambiar los pensamientos negativos y autodestructivos y reemplazarlos por pensamientos positivos y enfocados en las tareas. Estos programas han mostrado ser efectivos tanto para reducir el estrés y la ansiedad como para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes.

Orlandini (1999) señala que desde los grados preescolares hasta la educación superior universitaria y postgrado, cuando un individuo está en una etapa de aprendizaje experimenta tensión. A ésta se le denomina estrés académico.

### **2.1.6. Modelo sistémico-cognoscitivista del estrés académico**

La teoría general de sistemas (Bertalanfy, 1991) y en el modelo transaccional del estrés (Cohen y Lazarus, 1979; Lazarus, 2000; Lazarus y Folkman, 1986), fundamentan el modelo sistémico-cognoscitivista del estrés académico que, se realizó a partir de la teoría de la modelización sistémica (Colle, 2002),

Este modelo se configura a partir de cuatro hipótesis básicas que a continuación desarrollo. Hipótesis de los componentes sistémicos procesuales del estrés académico. Los componentes sistémicos-procesuales del estrés académico responderían al permanente flujo de entrada y salida al que está expuesto todo sistema con el fin de conseguir su equilibrio. El referido flujo se puede ilustrar de la siguiente forma: el alumno se ve sometido, en temas escolares, a diversas demandas que, tras ser determinadas estresores, causan un desequilibrio sistémico (situación estresante); este se manifiesta en diversos síntomas (indicadores del desequilibrio) que obliga al alumno a ejecutar acciones de afrontamiento. Esta manera de darle un concepto al estrés académico facilita reconocer tres componentes sistémico-procesuales: estímulos estresores, síntomas (indicadores del desequilibrio sistémico) y estrategias de afrontamiento.

### **2.1.7. Componentes del estrés académico**

#### **2.1.7.1. Estresores académicos**

Barraza y Silerio (2007) consideraron que los estresores mayores propiamente en lo académico son: 1) el inicio y final de la escolarización 2) un cambio de escuela 3) evaluación final para ser promovido al siguiente grado.

Estresores Barraza (2008) hace una diferencia entre estresores mayores y estresores menores. Los estresores mayores tienen vida independiente de la percepción de la persona y usualmente se presenta como amenaza a la integridad vital, además su percepción es negativa. Los estresores menores no tienen presencia independiente de la percepción del individuo; es decir, los acontecimientos no son por sí mismo estresantes, es decir es la valoración de la persona la que lo constituye como tales. Al depender de la valoración de cada persona, esta varía de sujeto a otro.

Los estresores académicos se consideran cuando existe competencia con los compañeros del grupo, es decir, que en la clase existen alumnos de diverso rendimiento escolar que sobresalen más que otros, o en todo caso en el deporte, por lo que los alumnos presentan un comportamiento negativo, como fastidiados, porque no pueden conseguir tales logros.

Asimismo, cuando tienen sobrecarga de trabajos escolares, al respecto hoy en día existen escuelas donde se les da muchos trabajos de diferentes cursos, donde tienen que presentarlos al día siguiente, o en una semana, por lo que los alumnos se sienten angustiados y cansados, y a veces tienen dolor de cabeza, y se manifiestan en su comportamiento negativo, por lo que el ambiente familiar se torna sin tranquilidad.

Cuando al alumno es afectado por la personalidad del profesor, al respecto, muchas veces los profesores no tienen suficientes competencias comunicativas e inteligencia emocional para acercarse a los alumnos, o en todo caso como tratarlos, por lo que los estudiantes se sienten abrumados y nerviosos, así como angustiados, y sin confianza ni seguridad; por lo que afecta el aprendizaje de los alumnos.

Cuando es afectado por las evaluaciones, al respecto, varias veces los profesores no dosifican la cantidad de exámenes que pueden tomar por día o por semana, por lo que se exceden, sin tener en cuenta en cómo se siente los estudiantes,

quienes se sienten fastidiados, angustiados, y a veces no estudian porque quieren aprender sino lo asumen como una obligación.

Cuando es afectado por los tipos de trabajo asignados, al respecto, en varias ocasiones los docentes les dejan trabajos de investigación con un nivel de complejidad muy alto, donde no tienen acceso de investigarlo; sin embargo, los docentes no utilizan la empatía, es decir, no ponen en lugar de ellos.

Cuando les es difícil comprender los trabajos de clases, al respecto, no todos los alumnos tienen la misma facilidad de comprensión, unos comprenden más rápido, otros se demoran, por lo que implica que los docentes a veces son indiferentes ante esto, cuando los alumnos se sienten angustiados de no poder resolver tales aspectos, por no comprender. Les es difícil participar en clase y muchas veces a los alumnos se ponen nerviosos porque cada rato el profesor le hace participar.

#### ***2.1.7.2.Síntomas del estrés***

Son las diferentes reacciones que se pueden dar con mayor o menor frecuencia, como resultados de los estresores académicos. Por tanto, es imprescindible indicar que, los síntomas generales del estrés de acuerdo a Nuñez, L., Archila, D., Caceres, B., Giron, E., Alfaro, B. & Mejia, I. et al. (2008) son:

Síntomas o Reacciones Físicas, como trastornos en el sueño, fatiga crónica, dolores de cabeza o migraña, dolor abdominal o diarrea, tiende a rascarse o morderse las uñas, a veces tiene somnolencia o mayor necesidad de dormir; como resultado, de los estresores académicos, como resultado de que los alumnos se sienten angustiados, abrumados, por diferente motivos como cuando entre compañeros compiten, bastantes tareas en un mismo día o a la semana, los docentes a veces no tienen un carácter, porque no poseen inteligencia emocional, y eso les afecta a los estudiantes, Los alumnos también no comprenden los temas en clase y no participan mucho en clases.

Asimismo, se puede tener los síntomas o Reacciones Psicológicas, como cuando los estudiantes pueden tener inquietud, cuando se sienten deprimidos y tristes, tienen ansiedad, angustia o desesperación, tiene problemas de concentración, tiene sentimientos de agresividad o irritabilidad; por lo que se determina que estas reacciones psicológicas se dan producto de que los alumnos se sienten muy preocupados y molestos por diferentes motivos como cuando entre compañeros compiten, bastantes tareas en un mismo día o a la semana, los docentes a veces no tienen un carácter, porque no poseen inteligencia emocional, y eso les afecta a los estudiantes, los alumnos también no comprenden los temas en clase y no participan mucho en clases. Por tanto, se corrobora que sienten que quiere hacer muchas preguntas, se sienten tristes y deprimidos, se desesperan por las evaluaciones, como hay muchos trabajos de investigación o muchos exámenes, no se pueden concentrar, y pueden golpear o gritar a sus compañeros.

Los síntomas o reacciones comportamentales, cuando se tiene conflictos o tendencia a discutir, se aíslan de los demás, tiene desganado para realizar las labores escolares, presenta un aumento o reducción de consumo de alimentos. Los estresores dependen en gran medida de la valoración de cada individuo, se puede ratificar entonces, que reconocer las virtudes y carencias de cada persona, permite proyectar expectativas reales y entender por qué los hechos son percibidos de diferente forma en un momento determinado y lo que puede ser muy estresante para una persona, tal vez no lo sea para otro; debemos tomar en cuenta además su vulnerabilidad al estrés y sus formas de afrontamiento; por tanto, es necesario indicar que las reacciones de comportamiento se da cuando los alumnos en el aula tienen conflictos o a algunos les gusta discutir, otros se aíslan, no quieren hablar con sus compañeros, y mucho menos en su familia.

### ***2.1.7.3. Estrategias de afrontamiento***

El afrontamiento “es el proceso a través del cual el individuo maneja las demandas de la relación individuo-ambiente que evalúa como estresantes y las emociones que ello genera” (Lazarus y Folkman, 1986, p. 44). Además, el

afrontamiento se relaciona estrechamente con la evaluación cognitiva de las situaciones estresantes.

Se puede comprender como un estilo personal para afrontar el estrés, o como un proceso. Asimismo, se comprende el afrontamiento como los esfuerzos cognitivos y conductuales, que de manera permanente pueden cambiar, con el fin de manejar las demandas específicas externas y/o internas que son examinadas como excedentes de los recursos de las personas (Lazarus y Folkman, 1986). Por tanto, es necesario indicar que los padres de familia deben estar preparados para apoyar a sus hijos cuando se sienten estresados, ya sea por mucha tarea, porque su mal carácter del profesor, etc. que hace que los estudiantes puedan tener varios síntomas o reacciones físicas, psicológicas o reacciones comportamentales; por lo que es perentorio que tanto los docentes y padres de familia desarrollen actividades de capacitación que favorezca la preparación de los alumnos para que desarrolle estrategias de afrontar tal situación.

Es decir, las estrategias de afrontamiento no siempre serán las mismas y tiene gran dependencia de las características de cada situación. Es vital indicar que el afrontamiento es todo lo que uno hace con independencia de si resulta eficaz o ineficaz.

En conclusión, el afrontamiento del estrés es un proceso de cambio en donde el individuo, en determinado momento debe valerse de sus estrategias defensivas para tratar de resolver un determinado problema o problemas. Todo ello a medida que se relación con el entorno va cambiando durante su vida académica.

Las estrategias de afrontamiento se dan cuando los estudiantes pueden hacer frente al estrés, cuando tienen habilidad asertiva, pueden elaborar un plan y realiza sus tareas, cuando los alumnos se concentra para resolver la situación que lo preocupa, cuando se elogia a sí mismo, cuando le afecta la religiosidad, cuando tiende a buscar información según su situación, cuando el alumno ve lo positivo de las malas situaciones que lo preocupan, cuando conversa sobre la situación que le

afecta. Con respecto a la habilidad asertiva, algunos estudiantes son francos, directos positivos, es decir poseen adecuadas habilidades sociales; en cuanto a la elaboración del plan y realizan sus tareas, lo desarrollan en forma ordenada, previenen la cantidad de trabajos, y pueden ser sistemáticos en su vida diaria, así como tienen la habilidad para concentrarse y solucionan problemas de dar exámenes, se elogian asimismo para elevar su autoestima, para sentirse más seguros, así como pueden buscar información al respecto. Y los alumnos cuando tienen sobrecarga de trabajos, a veces ven lo positivo para no sentirse fastidiados, abrumados.

### **2.1.8. Consecuencias del estrés**

El estrés puede generar consecuencias positivas y negativas, pero generalmente la atención se centra en lo perjudicial para la persona.

Melgosa (1995) se refiere a este tema, las cuales propone tres categorías:

- **Área Cognitiva:** el estudiante tiene dificultad para estar concentrado en una actividad y muestra una frecuente pérdida de atención. La capacidad memorística se reduce. Las situaciones que exigen una reacción inmediata y espontánea se resuelven de una manera impredecible. Por lo general, el estudiante se siente incapaz de evaluar adecuadamente una situación presente y tampoco puede proyectarla en el futuro. Además, su manera de pensar carece de patrones lógicos y coherentes dentro de un orden.
- **Área Emotiva:** el estudiante tiene la dificultad para mantenerse relajado tanto física como emotivamente. Separadamente de los desajustes físicos, se empieza a observar nuevas enfermedades (hipocondría), aparecen rasgos de impaciencia, intolerancia, autoritarismo y la falta de consideración por los demás compañeros. Los principios morales que rigen la vida de la

persona se relajan y se posee menor dominio propio. Se observa desánimo y un descenso del deseo de vivir. La autoestima se ve afectada por pensamientos negativos como incapacidad y de inferioridad.

- Área conductual: respecto al lenguaje se presenta una incapacidad para dirigirse oralmente a un grupo de personas de forma adecuada, se observa tartamudez y un descenso de fluidez verbal. Los estudiantes carecen de entusiasmo por las aficiones preferidas, así como por sus pasatiempos favoritos. Es frecuente el ausentismo laboral y escolar, así como un aumento del consumo de alcohol, tabaco u otras drogas. Los patrones de sueño se alteran. Habitualmente el estudiante sufre de insomnio. Respecto a las relaciones interpersonales, aumenta la tendencia a la sospecha, se tiende a culpar a otras personas o a atribuirles responsabilidades propias. Cambios de conducta como reacciones extrañas y la aparición de tics. Incluso pueden manifestarse ideas suicidas.

En 1992, Fontana citado por Vallejo (2011, p.32) identificó algunos de los principales efectos que presentan los sujetos en relación con el estrés:

- Decremento de la concentración y atención
- Aumento de la distractibilidad
- Deterioro de la memoria a corto y largo plazo
- Velocidad de respuesta impredecible
- Aumento de errores
- Deterioro de la capacidad de organización y planeación
- Aumento de la tensión física y psicológica
- Cambios de personalidad
- Debilitamiento de restricciones morales y emocionales

- Depresión e impotencia
- Baja autoestima
- Aumento de los problemas de habla
- Disminución de los intereses y entusiasmo
- Aumento del ausentismo
- Aumento del consumo de drogas
- Descenso de niveles de energía
- Alteraciones de patrones de sueño
- Puede haber amenaza de suicidio, etc.

Estos efectos no precisamente se manifiestan todos juntos ni de la misma forma o niveles en todas las personas, ya que existen variaciones de un organismo.

#### **2.1.9. Vulnerabilidad al estrés**

La vulnerabilidad al estrés obedece a un grupo de diferencias individuales características de la persona, que lo resguardan o lo mantienen bajo riesgo antes el estrés.

En el 2005, Ángeles clasifico las variables que implican en las personas formando cierto grado de susceptibilidad o vulnerabilidad al estrés, citado por Vallejo (2011 p.32).

- Psicología: autoestima, motivación, inteligencia emocional y tipo de personalidad.
- Sociodemográficas: edad, estado civil, genero, nivel educativo, clase social.
- Otras: salud física
- Variables ambientales
- Apoyo social (familia y/o comunidad)

### **2.1.10. Importancia del manejo del estrés académico por los estudiantes de las instituciones educativas del Perú**

Actualmente, en Perú, el manejo del estrés académico debe ser analizado por los directivos de las instituciones educativas, por que con frecuencia se evidencia la existencia del estrés académico, pero lamentablemente, algunas instituciones educativas, no de le dan la debida importancia, por lo que los resultados por bimestre académico, es que los estudiantes, se enferman, piden permiso, etc.; lo que es un hecho que afectará su desarrollo integral de los estudiantes. Para ello, es crucial se toma decisiones pertinentes para darle una pronta resolución de los problemas. Por lo que determina que el tratamiento del estrés es tratamiento un multidisciplinar, como los directivos, los docentes, los psicólogos, así como los padres de familia, solo así podrán darle una efectiva solución, y esperar resultados graves, como deserción, suicidios, abandono.

## **2.2. RENDIMIENTO ACADEMICO**

### **2.2.1. Definición de rendimiento académico**

Paba, Lara y Palmezano (2008) aseguran: “el rendimiento académico se refiere a las calificaciones obtenidas por los estudiantes a través de las evaluaciones lo que indica la calidad y cantidad de conocimientos” (p.101).

Pizarro (1985) se refiere al rendimiento académico como una medida de las capacidades respondientes que una persona ha aprendido como resultado de un proceso de instrucción o formación.

Caballero, Abello y Palacio (2007) afirma que el rendimiento académico implica el cumplimiento de los objetivos establecidos en la asignatura que cursa el estudiante, y se expresan a través de calificaciones, que son el resultado de las evaluaciones

Martínez-Otero (2007) partiendo de un enfoque humanista, el rendimiento académico es: “el producto que da el alumnado en los centros de enseñanza y que habitualmente se expresa a través de las calificaciones escolares” (p. 34).

Reyes (2003) en su investigación de rendimiento académico, lo define como un indicador del nivel de aprendizaje alcanzado por el alumno, por ello, el sistema educativo brinda tanta importancia a dicho indicador. El rendimiento académico se convierte en una "tabla imaginaria de medida" para el aprendizaje alcanzado en el aula, que constituye el objetivo central de la educación. Sin embargo, en el rendimiento académico, actúan muchas variables externas al estudiante, como la calidad del maestro, el ambiente de clase, la familia, el programa educativo, etc., y variables psicológicas o internas, como la actitud hacia la asignatura, la inteligencia, la personalidad, el autoconcepto del estudiante, la motivación, etc. Es oportuno dejar establecido que aprovechamiento escolar no es sinónimo de rendimiento académico. El rendimiento académico parte del presupuesto de que el alumno es responsable de

su rendimiento. En tanto que el aprovechamiento escolar está referido al resultado del proceso enseñanza-aprendizaje, de cuyos niveles de eficiencia son el que enseña y el que aprende.

Navarro (2003) sustenta que en la vida académica, habilidad y esfuerzo no son sinónimos; el esfuerzo no garantiza un éxito, y la habilidad empieza a cobrar mayor importancia. Esto se debe a la capacidad cognitiva que le permite al estudiante realizar una elaboración mental de las implicaciones causales que tiene el manejo de las autopercepciones de habilidad y esfuerzo. Dichas autopercepciones, si bien son complementarias, no presentan el mismo peso para el estudiante; de acuerdo con el modelo, percibirse como hábil (capaz) es el elemento central. En el contexto escolar el profesor valora más el esfuerzo que la habilidad. En otras palabras, mientras un estudiante espera ser reconocido por su capacidad (lo cual resulta importante para su estima), en el salón de clases se reconoce más su esfuerzo.

Larrosa (1994) citado por Acuña (2013, p. 49) indica que el rendimiento académico: “es la expresión de capacidades, habilidades y destrezas cognitivas, que el estudiante desarrolla durante el proceso de enseñanza aprendizaje”.

Se puede decir que el rendimiento académico no solo se refiere al aspecto cognitivo, es decir sintetiza la acción del proceso educativo, como un conjunto de habilidades, destrezas, aptitudes, intereses del alumno. Para obtener un rendimiento académico eficiente, intervienen muchos factores educativos como: la infraestructura del colegio, metodología de los profesores, el aspecto individual del alumno, apoyo familiar, entre otros.

### **2.2.2. Tipos de estudiantes según rendimiento académico**

De acuerdo con lo anterior se derivan tres tipos de estudiantes según Covington (1984)

### ***2.2.2.1. Los orientados al dominio***

Son estudiantes que poseen éxito escolar, son capaces, presentan alta motivación de logro y manifiestan confianza en sí mismos.

### ***2.2.2.2. Los que aceptan el fracaso***

Son estudiantes derrotistas que muestran una imagen propia deteriorada y carecen de esperanza, para ellos el control sobre el ambiente es sumamente difícil o imposible, y por ello renuncian al esfuerzo.

### ***2.2.2.3. Los que evitan el fracaso***

Son estudiantes que no tienen un firme sentido de aptitud y autoestima y tienen poco esfuerzo en su desempeño; para “proteger” su imagen ante un posible fracaso, acuden a estrategias como la participación mínima en clases, retraso y la realización de una tarea, cometen trampas en los exámenes, etc.

## **2.2.3. Factores que afectan el rendimiento académico**

Según Heredia y Camacho (2014)

### ***2.2.3.1. Factores relacionados con el estudiante***

En primer lugar tenemos al género, las relaciones entre el sexo del estudiante y su desempeño académico se deben a los elementos como las diferentes pautas de socialización y el refuerzo de aptitudes diferenciales por sexo. Los estudios relacionados con género han demostrado que las mujeres evidencian más precozmente una capacidad superior y obtienen resultados superiores o similares al de los hombres.

En segundo lugar tenemos los aspectos psicosociales como la motivación, ansiedad, autoestima en contextos académico son asociados al rendimiento. Evidentemente la ansiedad y el estrés modifican el valor predictivo de las variables como inteligencia y motivación. Por otro lado, el autoconcepto del estudiante integra tres dimensiones: la autoimagen, imagen social y la imagen ideal. La discrepancia entre como es el estudiante en realidad y como le gustaría ser afecta de manera directa en la autoaceptación del estudiante el cual podría posiblemente disminuir el rendimiento académico.

### ***2.2.3.2. Factores relacionados a la escuela***

En primer lugar tenemos a los docentes, en el proceso de adquisición de aprendizajes significativos en el alumno, intervienen una serie de interacciones con el alumno. Ciertamente el estudiante es el final responsable de la construcción de conocimiento atribuyéndole sentido y significado a los contenidos escolares, pero es el profesor el que determina con su metodología de enseñanza y actuación, que las actividades en las cuales participa el estudiante posibiliten y potencien la amplitud y profundidad de los significados construidos por el estudiante, además de asumir la responsabilidad de orientar esa construcción en una adecuada dirección.

En segundo lugar tenemos a la infraestructura escolar, ciertamente las instalaciones adecuadas son requisito indispensable diversos estudios muestran que existe una relación directa con los recursos físicos del colegio, como por ejemplo la biblioteca escolar, el aula, los laboratorios, los espacios o rincones de aprendizaje y el mobiliario adecuado son vistos por el alumnos como elementos de gran valor para su aprendizaje.

### ***2.2.3.3. Factores socioeconómicos relacionados con la familia:***

La pobreza y educación son constructos asociados a supuestos e intenciones sociales. Se pueden observar diversas interrogantes frente a este problema social: ¿será acaso que la carencia de educación o de educación de calidad es una

consecuencia del ser pobre?, o bien, ¿la persona seguirá siendo pobre mientras no se eduque? Por una parte tenemos a los supuestos de la teoría del capital humano, que ven a la educación como el medio para dotar a los seres humanos de habilidades, conocimientos y destrezas para insertarlo en un sistema productivo laboral. Ser pobre en nuestra sociedad tiene un peso determinante en el éxito educativo. La familia en nuestra sociedad tiene una función elemental que garantiza el bienestar de las personas, y constituye un instrumento importante para formación educativa de los niños, ya que es la familia quien trasmite valores, hábitos, costumbres, cultura, creencias religiosas.

#### 2.2.4. Categorización del rendimiento académico en el Perú

En el sistema educativo peruano, en especial en las instituciones educativas y universidades, la mayor parte de las calificaciones se basan en el sistema vigesimal, es decir de 0 a 20.

En el Sistema propuesto por el Ministerio de Educación en el año 2016, el rendimiento académico se mide la siguiente manera:

Escala de notas del rendimiento académico:

- **Logro destacado:** cuando el estudiante evidencia un nivel superior a lo esperado respecto a la competencia. Esto quiere decir que demuestra aprendizajes que van más allá del nivel esperado.
- **Logro esperado:** cuando el estudiante evidencia esperado respecto a la competencia, demostrando manejo satisfactorio en todas las tareas propuestas y en el tiempo programado.

- ***En proceso:*** cuando el estudiante está próximo o cerca al nivel esperado respecto a la competencia, para lo cual requiere acompañamiento durante un tiempo razonable para lograrlo.
- ***En inicio:*** cuando el estudiante muestra un progreso mínimo en una competencia de acuerdo al nivel esperado. Evidencia con frecuencia dificultades en el desarrollo de las tareas, por lo que necesita mayor tiempo de acompañamiento e intervención del docente.

Fuente: Elaborado en base al Currículo Nacional de la Educación Básica Regular 2016 del Ministerio de Educación.

Avila (2016) explica que El Ministerio de Educación implementó dos cambios en el diseño curricular. Primero, se abandonará el uso del color rojo para las notas desaproboratorias; y, segundo, la escala de notas vigesimal (del 0 al 20) será reemplazada por la escala literal (AD, A, B y C). Pero esta nueva realidad no es totalmente una novedad, ya que en primaria se usa esta escala, y ahora se aplicará también en secundaria.

El ministerio de educación del Perú se ha esforzado por uniformizar la Educación Básica Regular al implementar mejoras en los aspectos de competencias, capacidades y contenidos, pero siempre tuvo dificultades para mejorar la forma de evaluar. Esta nueva propuesta es un desafío para todos los profesores, alumnos y padres de familia, ya que esta propuesta implicara un trabajo en conjunto de acuerdo con los objetivos de estas modificaciones. Sin embargo hay mucha resistencia a este cambio efectuado, muchos profesores se resisten a cambiar su forma de evaluar.

El objetivo de la modificación de la escala de notas es formativo, se enfoca el proceso de aprendizaje del estudiante y en conseguir los objetivos que han sido propuestos. Esta nueva modalidad es una evaluación más integral. No obstante, se evidencia escollos problemas con los profesores del nivel primaria, ya que ellos

ingresan calificación numera en las actas oficiales cada fin de año, pese a que los alumnos fueron calificados con letras. Antes de extender estos cambios al nivel secundario es pertinente resolver la situación del nivel primario. Este cambio tiene como efecto en grandes capacitaciones a la mayoría de los profesores peruanos, acerca del enfoque de la evaluación, por lo que es necesario indicar que todos los profesores deben estar comprometidos para examinar el proceso de construcción del aprendizaje integral de los estudiantes. Es vital que estén informados los padres de familia, acerca de las modificaciones y entender los objetivos cuando los miembros de la escuela se reúnan.

### **2.2.5. Componentes de la evaluación del rendimiento académico**

El Ministerio de Educación del Perú tiene como objetivo general desarrollar un enfoque de competencias para la empleabilidad, el cual implica que los profesores utilicen estrategias de enseñanza y aprendizaje con el uso de las tecnologías de la información y comunicación, con el propósito de crear competencias socioemocionales y para el emprendimiento, con el fin de los estudiantes alcancen el logro de competencias necesarias para su futuro laboras y profesional. Según MINEDU (2015) las competencias que se evalúan en cada área académica escolar son:

#### ***2.2.5.1. Evaluación del rendimiento académico de Comunicación***

Comprende textos escritos, se da cuando el alumno evalúa de manera crítica, que se puede dar en heterogéneas situaciones comunicativas, que pueden ser informales y formales; formales como por ejemplo tareas escolares, presentaciones oficiales, concursos, etc. Y las informales como por ejemplo los mensajes en Twitter, redes sociales, etc. Y también cuando se evidencia heterogéneos tipos de textos escritos, como monografías, ensayos, reportajes, artículo, cuentos, etc. El alumno entiende en forma crítica diversas clases y complejidad en contextos comunicativos diversos; por tanto, se determina que de hacerlo de manera dinámica los alumnos,

podrá desarrollar buenos exámenes a nivel local, internacional y local; para ello los docentes deben proseguir con su buen desempeño, sobre todo en la región sur. Pero a veces lamentablemente, las autoridades no le dan prioridad al desempeño de los docentes, en el área de comunicación.

Comprende textos orales, se da cuando se desarrolla en forma crítica los textos orales, es decir, con juicio autorregulatorio del receptor que permite y le da facilidades a los alumnos para que puedan inferir, analizar, evaluar e interpretar cuando recibe el texto oral. Asimismo, es vital comprender que tal situación se da cuando el alumno entiende cuando a partir de una escucha activa, textos orales heterogéneos que sean fáciles y también pueden ser complejo, en diversos sucesos comunicativos, que pueden ser informales y formales, y que los estudiantes se pueden encontrar en un diálogo, declaraciones, discusión, conversación, etc. La comprensión de textos orales es una competencia primordial, para que los alumnos puedan fortalecer sus conocimientos, así como tener un buen desenvolvimiento personal, ya que de comprender los textos orales; los alumnos se desempeñarían en forma correcta y podrían desarrollar trabajos cooperativos, para ello los docentes deberían tener competencias comunicativas para que puedan desarrollar su labor en forma activa; y de esta forma los estudiantes puedan optimizar sus relaciones con sus compañeros, dialogando, desarrollando fructíferas conversaciones.

Produce textos escritos, Tal aspecto se da en heterogéneos diversos tipos de textos escrito, como por ejemplo artículos, cartas, monografías, cuentos, correos electrónicos, recetas, etc. Asimismo, en sucesos comunicativos heterogéneos, como formales, como por ejemplo concursos, tareas escolares, etc. Así como informales, como comentarios en redes sociales, chat electrónicos, etc. Así como de manera autónoma cuando los alumnos su propia voz lo plasma por escrito; además de acuerdo a su propósito comunicativo, se tiene como ejemplo: se presenta cuando se argumenta, cuando se entrevistas, cuando se describe, cuando se explica. El estudiante produce texto escritos de diferentes complejidades y clases, en heterogéneos sucesos comunicativos, por lo que el estudiante debe verificar su previa

experiencia, y a sus fuentes de información de diversos orígenes. Las habilidades metalingüísticas son desarrolladas. Esta competencia es verdaderamente importante, porque el alumno plasmará la competencia argumentativa, sobre todo, considera desarrollar fortalecer su actitud crítica, su pensamiento crítico, y creativo. Por tanto, los profesores siempre deben desarrollar buenas prácticas pedagógicas, que orienten en forma adecuada a los estudiantes.

Expresa oralmente, cuando el alumno desarrolla su expresión en forma oral, en sucesos comunicativos variadas, considera componentes formales como el mercado, la calle, tienda, estadio. así como las experiencias que emiten consiguen el esperado objetivo de manera eficaz. Y cuando se agradece, se expone, se queja, se pide, etc. Se refiere en función de los propósitos heterogéneos, como formales, que se da en la calle, tienda, estadio, aula; así como lo informal, de igual forma; por lo que el alumno se manifiesta en forma oral eficazmente, en heterogéneos contextos educativos. (Rutas del Aprendizaje, 2015); por tanto, se determina que es necesario que los docentes desarrollen adecuadas competencias comunicativas, para que puedan enseñar a sus alumnos en forma exitosa, así como fortalecer sus relaciones interpersonales, que se logrará cuando los alumnos se expresen en forma oral y, en forma fluida, para movilizar la comunicación verbal. A veces, lo alumnos vienen de familias disfuncionales; por lo que les afecta en alguna medida su conducta, en algunas ocasiones se ve afectada, por lo que son tímidos y no pueden expresarse oralmente sobre todo en el salón de clases.

#### ***2.2.5.2.Evaluación del rendimiento académico de Matemática***

Actúa y piensa matemáticamente en situaciones de cantidad. En nuestra sociedad actual, la utilidad que tienen los números y datos es prácticamente infinita. Diariamente, se emiten informaciones relacionadas a cantidades, como precisos, riesgos de enfermedad, ofertas de telefonía celular, cantidad de personas, por ejemplo, las entidades financieras, promocionan sus intereses cuando dan préstamos personales, hipotecarios, etc. En el ámbito técnico profesional, los agricultores

estudian mercados donde ofertar sus productos, hacen el análisis del suelo y el control de cantidades de semillas y nutrientes; las enfermeras hacen la utilización de conversiones de unidades para verificar la exactitud de la dosis del medicamento; los sociólogos emiten conclusiones, iniciando con datos para comprender la conducta de las personas; los biólogos hacen el desarrollo de algoritmos informáticos para mapear el genoma humano; los empresarios utilizan las TIC, para el estudio de los mercados y costos del proyecto utilizando las TIC. La competencia Actúa y piensa matemáticamente en situaciones de cantidad implica desarrollar modelos de solución numérica, donde los alumnos comprenden el sentido numérico y de magnitud, la construcción del significado de las operaciones, así como cuando se aplica diversas estrategias de cálculo y estimación, para darle solución a los problemas de las personas, biólogos desarrollan algoritmos informáticos para mapear el genoma humano; los gerentes de las empresas estudian los mercados y costos del proyecto utilizando las TIC.

Esta competencia es fundamental para el desarrollo académico de los alumnos, quienes podrán resolver problemas en los diferentes contextos de la vida cotidiana, en la vida personal, en las finanzas, en el contexto familiar educativo; sin embargo, deben hacerlo en cada momento de su vida, para que tengan en cuenta el cálculo; para ello los docentes deben hacer el uso correcto de los materiales educativos y utilizar diferentes estrategias efectivas para que los alumnos puedan saber hacer como actuar utilizando la matemática cuando se encuentren en sucesos de cantidad; por lo que los directivos deben hacer un buen acompañamiento a los docentes para que sean efectivas las enseñanzas de tales competencias y capacidades. Actúa y piensa matemáticamente en situaciones de forma, movimiento y localización a diario, en nuestro entorno del día a día, se nos presentan diversas ocasiones y se pueden enfrentar enfrentarnos a problemas espaciales. A través de estas, es posible que se construya o se irá construyendo un conjunto de referencias que permite la ubicación y cuerpos. Así, por ejemplo, ajustar una pieza de mobiliario, ordenar un equipo de música o poner un ventilador de techo involucra retos como reconocer instrucciones, palabras que manifiestan como la dirección de arriba y abajo, adelante y atrás, etc., objetos físicos entre otros.

Asimismo, bastantes descubrimientos clásicos y procedimientos cotidianos de la ciencia se fundamentan mayormente en el reconocimiento de formas y cuerpos geométricos, por ejemplo, uno de los grandes descubrimientos de la ciencia moderna, el modelo de la doble hélice de Watson de la estructura del ADN. Otro aspecto a considerar es que, en las últimas décadas, se está evidenciando bastante información con el apoyo de tecnologías: sensores (como sismógrafos e hidrófonos de alta resolución), dispositivos (como el mar profundo y las tecnologías de perforación de núcleos de hielo), satélites de muestreo (incluyendo imágenes multiespectrales y sistemas de posicionamiento global GPS), y plataformas. Esto ha involucrado el desarrollo y la práctica de pensamiento espacial; por ejemplo, mapas, técnicas de análisis (análisis de superficie de tendencia), y sistemas de representación (diagramas espectrales).

Esta competencia es vital para el desarrollo integral de los alumnos, quienes podrán dar solución a los escollos en los diferentes contextos de la vida cotidiana, con respecto a situaciones de forma, movimiento y localización a diario, en nuestro entorno del día a día, en la vida personal, en las finanzas, en el contexto familiar educativo; sin embargo, para ello los docentes deben hacer el uso correcto de los materiales educativos y utilizar diferentes estrategias efectivas para que los alumnos puedan movilizar sus competencias y dinamizar su desempeño con los diferentes recursos académicos; lo más importante, desarrollarlo en un contexto de amistad y de confianza; por lo que los directivos con efectivo liderazgo, para concretizar un proceso de enseñanza-aprendizaje valioso.

Actúa y piensa matemáticamente en situaciones de gestión de datos e incertidumbre. Nos encontramos en la actualidad en un contexto de una sociedad cambiante e impredecible, en la que estamos avanzando a pasos agigantados tanto en el desarrollo de la ciencia como la tecnología, por ello contamos con las TIC, cada vez más potentes, reconocemos sistemas de transporte y procesos de comunicación altamente eficientes, lo que ha traído como consecuencia que estamos enfrentados a un mundo saturado de información y datos. Actúa y piensa matemáticamente en situaciones de regularidad, equivalencia y cambio, en nuestro alrededor se manifiesta

diferentes fenómenos que poseen atributos de cambio, pudiéndose reconocer, por ejemplo, cómo ciertos organismos van cambiando conforme van creciendo el movimiento de flujo y reflujo de las mareas, los ciclos de empleabilidad en un sistema económico, los cambios climáticos regidos por las estaciones, fluctuaciones bursátiles, el cambio de temperatura a lo largo del día, crecimiento de la población respecto al tiempo (años), tiempo de distribución de un producto, costo para inmunizar al “x” por ciento de una población contra una epidemia, velocidad de un móvil en movimientos uniformemente acelerados o retardados, recibos de la luz, agua o teléfono en función del gasto, el movimiento de un cuerpo en el espacio, o cómo ha evolucionado últimamente la preferencia del público frente a un producto con determinada campaña publicitaria. En este sentido, aprender progresiones, ecuaciones y funciones relacionadas a estas situaciones desarrolla en el estudiante una forma de comprender y proceder en diversos contextos haciendo uso de la matemática.

Esta competencia es fundamental para que los alumnos desarrollen en forma activa las progresiones, ecuaciones y funciones, que tiene por finalidad comprender las situaciones de regularidad, equivalencia y cambio, en diferentes contextos, quienes podrán dar solución a los problemas; por lo que es crucial que los profesores deben dinamizar sus habilidades de enseñanza, donde utilicen diversas estrategias y logren que sus alumnos aprendan tal competencia, y de esta forma solucionen diariamente los problemas de la vida diaria, por tanto, cada vez es más pertinente que los directivos reflexionen sobre el gran apoyo que los docentes y conjuntamente con los padres de familia, deben hacer un trabajo colaborativo dinámico en bien de los estudiantes. La competencia Actúa y piensa matemáticamente en situaciones de regularidad, equivalencia y cambio implica desarrollar progresivamente la interpretación y generalización de patrones, la comprensión y el uso de igualdades y desigualdades, y la comprensión y el uso de relaciones y funciones. Toda esta comprensión se logra usando el lenguaje algebraico como una herramienta de modelación de distintas situaciones de la vida verdadera. Esta competencia es crucial para el desarrollo integral de los alumnos, quienes obtendrán las capacidades de piensa matemáticamente en situaciones de regularidad, equivalencia y cambio en

forma diaria, en la vida personal, en las finanzas, en el contexto familiar educativo; no obstante, es imprescindible que los profesores manejen materiales educativos y utilizar diferentes estrategias efectivas para que los alumnos puedan adquirir oportunamente sus competencias y, que los docentes ayuden a sus alumnos, a obtener los conocimientos, capacidades, para que su progresos sea gradual, pero efectivo.

### ***2.2.5.3.Evaluación del rendimiento académico de Ciencia, tecnología y ambiente***

Indaga, mediante métodos científicos, situaciones que pueden ser investigadas por la ciencia, se da cuando los estudiantes desarrollan la competencia de indagación cuando, con autonomía, identifican problemas, plantean preguntas y relacionan el problema con una agrupación de conocimientos que se han establecido. Igualmente, cuando ensayan explicaciones, diseñan e implementan estrategias enfocadas al recojo de evidencia que responda a las preguntas, que a su vez facilita contrastar las hipótesis que luego serán comunicadas. Asimismo, cuando analizan la información obtenida; consideran la evaluación de los puntos débiles de la indagación y proponen mejoras realistas al proceso; plantean nuevas interrogantes y reflexionan sobre el grado de satisfacción y validez de la respuesta obtenida, facilitando la comprensión de los límites y alcances de su investigación, donde se consideran las incertidumbres producidas a partir de sus mediciones y al proceso mismo; por lo que con esta competencia de los estudiantes desarrollan capacidades que les facilitarían producir, por sí mismos, nuevos conocimientos sobre situaciones no conocidas, respaldados por sus experiencias, conocimientos previos y evidencias. No obstante, esta competencia se puede enriquecer con otras formas de investigación o experimentación; Por tanto, es prioritario que los miembros de la escuela, apoyen el fortalecimiento de las competencias de los estudiantes que les permitirá desenvolverse de manera fructífera en el día a día. Diseña y produce prototipos tecnológicos para resolver problemas de su entorno. La tecnología es una agrupación de técnicas fundamentadas en forma científica, que buscan transformar la realidad para satisfacer los requerimientos en un contexto específico. Estas técnicas pueden

ser procedimientos empíricos, destrezas o habilidades, las cuales usadas y explicadas en forma ordenada siguiendo pasos rigurosos, repetibles, sustentados por el conocimiento científico— conducen a las tecnologías.

Definida de esta forma, queda claro que la práctica tecnológica necesita de conocimientos científicos, así como de procesos de exploración y experimentación que pueden orientar a la invención, uso, modificación o adaptación de productos tecnológicos. Por tanto, se determina que esta competencia diseña y produce prototipos tecnológicos para resolver problemas de su entorno, es muy importante, para elevar su pensamiento científico y creativo, para que puedan desarrollarlo, que le permita comprender los problemas en forma diaria; sin embargo, se requiere que sean apoyados por los directivos, padres de familia y docentes para que las competencias se movilizan en forma activa y puedan tomar decisiones acertadas en el contexto de la vida diaria; por tanto, las Unidades de Gestión Educativa, deben apoyar en forma permanente. Explica el mundo físico, basado en conocimientos científicos.

Esta competencia desarrolla en los estudiantes capacidades que hacen posible la comprensión de los conocimientos científicos existentes en diferentes medios, escritos, orales o visuales y su aplicación para encontrar explicaciones y resolver situaciones problemáticas acerca de hechos y fenómenos de la realidad. Para el logro de la referida comprensión será imprescindible tener en cuenta los conocimientos acerca del mundo, los conocimientos científicos previos y los conocimientos tradicionales. Esta competencia supone que los estudiantes construyan y comprendan argumentos, representaciones o modelos cualitativos o cuantitativos para dar razones sobre hechos o fenómenos, sus causas y relaciones con otros fenómenos a partir de la comprensión de conceptos, principios, teorías y leyes científicas, respaldados en evidencias, datos e información científica proporcionados de manera oral, escrita o visual. Desde una perspectiva intercultural, los estudiantes podrán contrastar los conocimientos desarrollados por diversos pueblos, en diferentes espacios y tiempos, con los conocimientos de la ciencia. Por tanto, esta competencia es fundamental, que lo hacer más con la realidad del mundo físico, que se fundamenta en conocimientos

científicos, que se encuentran en medios visuales, orales, y escritos, y puedan dar solución y explicar y contrastar con la realidad, y de esta forma que puedan desarrollar su pensamiento crítico, científico y creativo. Construye una posición crítica sobre la ciencia y la tecnología en sociedad. Esta competencia es cuando el estudiante de construcción de dimensión ideológica desde una posición autónoma (relación estructurada y compleja de ideas), políticos (participación ciudadana), y prácticos (acción) a partir de la evaluación de situaciones sociocientíficas y de aquellas que han dado lugar a eventos paradigmáticos.

La consolidación de esta posición crítica permitirá a los estudiantes participar, deliberar y tomar decisiones en asuntos personales y públicos relacionados con la ciencia y tecnología; por tanto, esta competencia para los alumnos beneficiará a su formación integral, donde aplican una posición crítica sobre el conocimiento científico y la tecnología en la sociedad; para ello los profesores, deben darle énfasis a elevar las competencias y lo desarrollen día a día, para dar solución los escollos de la vida diaria.

#### **2.2.5.4.Evaluación del rendimiento académico de Formación ciudadana y cívica**

Se evalúa en el estudiante en qué medida tiene su compromiso con su entorno, con la marcha de su país, donde se respete asimismo y a los demás, basándose en el respeto en todas las esferas, como escuela, familia, etc.; por lo que es primordial que los directivos conjuntamente con los docentes, hagan que los alumnos practiquen en forma permanente su formación ciudadana y cívica.

#### **2.2.5.5.Evaluación del rendimiento académico de Historia, geografía y economía**

Comprender que somos producto de un pasado, pero, a la vez, que estamos construyendo, desde el presente, nuestro futuro; y construir interpretaciones de los procesos históricos y sus consecuencias. Entender de dónde se viene y hacia dónde

se va, ayudará a formar nuestras identidades y a valorar y comprender la diversidad; por tanto, se determina que esta competencia es primordial para lograr la identidad de los alumnos con su país, ciudad o lugar donde vive; por lo que los estudiantes al comprender esta competencia sabrán desarrollarse en un contexto social que implique los conocimientos sobre historia, economía y geografía, por lo que estarán capacitados para resolver problemas de la vida diaria. Los alumnos pueden desarrollar la construcción de las interpretaciones históricas reconociéndose como parte de un proceso implica comprender que somos producto de un pasado, pero también que estamos construyendo, desde el presente, nuestro futuro; permite, además, que el estudiante comprenda el mundo del siglo XXI y su diversidad. Por tanto, por lo que los alumnos elaboran explicaciones sobre problemas históricos del mundo, y de Perú; por lo que esta competencia coadyuva a que el alumno pueda argumentar históricamente el avance de la historia, para que puedan desarrollar en forma alegre. Con respecto a que si actúa responsablemente en el ambiente Actuar responsablemente en el ambiente, desde la perspectiva del desarrollo sostenible y desde una comprensión del espacio geográfico como una construcción social dinámica, supone comprender que en él interactúan elementos naturales y sociales.

Esta comprensión les ayudará a actuar con mayor responsabilidad en el ambiente. Ello implica que el estudiante asuma una posición crítica frente a la cuestión ambiental y a las relaciones entre la sociedad y la naturaleza. De este modo, toma decisiones que contribuyen a la satisfacción de las necesidades en una perspectiva de desarrollo sostenible —es decir, sin poner en riesgo a las generaciones futuras— y participa en acciones que disminuyen la vulnerabilidad de la sociedad frente a distintos desastres. Por tanto, esta competencia contribuirá a que los estudiantes respeten el medio ambiente, asimismo, su competencia argumentativa, su posición crítica, de respeto al medio ambiente; por lo que los padres de familia deben contribuir al fortalecimiento de tal aspecto, que permita que su participación responsable en el cuidado del medio ambiente, pero eso no se lograría si no conoce y comprende el ambiente, y cuán primordial es para conservar el medio ambiente. “Actúa responsablemente respecto a los recursos económicos”. Comprender las relaciones entre los elementos del sistema económico y financiero, tomar conciencia

de que somos parte de él y de que debemos gestionar los recursos de manera responsable.

#### **2.2.5.6.Evaluación del rendimiento académico de Educación para el trabajo**

La Educación para el Trabajo es parte de la formación integral del estudiante, que garantiza la comprensión y aplicación de tecnologías, la ejecución de procesos, y la gestión de procesos, que el alumno valore y sienta entusiasmo por el trabajo, por emprender una actividad laboral, a través del método del aprendizaje activo, reflexivo y vivencial, con la promoción de la experimentación de simulaciones de procesos de producción y aplicación de conocimientos; sin embargo, no surte efecto los objetivos de esta asignatura, porque algunas escuelas no tienen suficiente presupuesto para comenzar a comprar implementos o equipos para desarrollar práctica de trabajos, por ejemplo repostería, a veces no tienen cocinas, etc. Por tanto, se hace indispensable que las autoridades educativas tomen conciencia de la inversión en infraestructura y equipamiento que deben desarrollar para que se pueda desarrollar práctica de diferentes trabajos relacionados con empresas.

#### **2.2.5.7.Evaluación del rendimiento académico de Inglés**

Considera la comprensión de textos, cuando los estudiantes inician el aprendizaje de un idioma extranjero, donde se desarrollan temas que les permiten presentarse a sí mismos y describir su entorno inmediato, donde se utiliza la gramática y léxico, así como acciones básicas, por ejemplo, para saludar, presentarse, solicitar información personal, describir ubicación de objetos a su alrededor, brindar información sobre su familia. Asimismo, se observa la forma de expresarse y su comprensión oral del inglés, y por qué no la producción de textos. Por tanto, es necesario priorizar la enseñanza del inglés en el nivel secundario; para ello los docentes deben continuar capacitándose en didáctica para lograr la efectividad de su enseñanza y garantizar el aprendizaje de sus alumnos, además, innovando sus procesos de enseñanza, a través del uso acertado de los materiales educativos.

Adicionalmente, los docentes deben capacitarse en principios metodológicos que rigen la enseñanza/aprendizaje de inglés, de esta forma ellos podrán desarrollar practicas efectivas de enseñanza, a través de la comprensión de textos orales que es una competencia primordial, para mejorar sus competencias comunicativas, y, por ende, optimizar sus relaciones con sus compañeros, dialogando, desarrollando fructíferas conversaciones.

#### **2.2.5.8. Evaluación del rendimiento académico de Persona familia y relaciones Humanas**

Afirma su identidad, para afirmar y valorar la propia identidad, el estudiante debe saber de sí mismo, y estimarse, pero primero reconocer las diversas identidades que lo determina y las raíces históricas y culturales que le dan sentido de pertenencia. Además, implica aprender a gestionar sus emociones y su conducta cuando interactúa con otros. Todo ello facilita a que los estudiantes se desarrollen, tengan seguridad, y confianza en sí mismo, indispensable para para actuar de manera autónoma en diferentes contextos. Por tanto, los estudiantes deben tener una familia funcional, donde su familia también le da confianza y seguridad, para fortalecer su formación integral, donde los docentes con su inteligencia emocional puedan contribuir a perfilar su personalidad de sus estudiantes, con la movilización de sus valores practicada en el proceso de enseñanza. Actuar éticamente ante la realidad supone poder discernir y formular argumentos que orienten juicios, decisiones y acciones a partir de la ética mínima compartida, más allá de las particularidades grupales, étnicas, religiosas y políticas, tales como el reconocimiento del otro, el respeto por las reglas de juego, la solidaridad, la justicia o la honestidad. Este proceso implica que las personas se relacionen unas con otras, pues no es posible desarrollar esta competencia desde una posición de aislamiento. Su desarrollo requiere que se creen las condiciones para que los estudiantes armen sus propias matrices de valores y evalúen sus acciones y las de los demás. Por tanto, se determina que es los valores éticos es importante practicarlos siempre, para ello se requiere que los docentes posean valores morales y ética, para desarrollar en forma colaborativa la vida cotidiana en los diferentes contexto, con la práctica de valores,

por lo que es necesario que los docentes den el ejemplo en demostrar ética, para lograr la formación integral en los estudiantes; pero los directivos deben desarrollar el acompañamiento a los docentes para verificar en qué medida se desarrolla el día a día con los alumnos; es decir, que verifique si los docentes se desempeñan éticamente en gran medida.

#### **2.2.5.9. Evaluación del rendimiento académico de Arte**

Se evalúa la competencia del arte en los alumnos, ya que esta área contribuye a desarrollar la sensibilidad, las habilidades creativas y el pensamiento crítico de los estudiantes, con el fin de que los estudiantes valoren, reconozcan los atributos de la cultura; además, los estudiantes con el arte pueden manifestar sus gustos, sentimientos e ideas, a través de las heterogéneas expresiones artísticas como la música, el teatro, la danza, y las artes visuales. Adicionalmente ayuda a que los trasciendan con el uso de diversos lenguajes artísticos para expresar, con libertad, sus percepciones sobre la realidad, sus creencias, sus emociones y sentimientos; así como también esta evaluación coadyuva al desarrollo del equilibrio afectivo y un desarrollo creativo y lúdico para que de esta forma pueda cambiar su propio ser y actuar con libertad, equidad y justicia que conlleva a la transformación de la cultura en su contexto; no obstante, los estudiantes no valoran esta asignatura, así como también sus padres no los motivan para que tengan un arte, por lo que ellos probablemente no aprecian tal asignatura, por lo que tal aspecto se evidencia en que algunos estudiantes en las escuelas no desarrollan en gran medida sus habilidades creativas, por lo que ellos no valoran y reconocen los atributos de su cultura.

#### **2.2.5.10. Evaluación del rendimiento académico de Formación religiosa**

Se evalúa el aprendizaje de la asignatura de formación religiosa, debido a que se busca que el alumno fortalezca su actuación con trascendencia, donde pueda desarrollar su inteligencia intrapersonal e interpersonal, así como la espiritual. Asimismo, se evalúa las capacidades, valores, virtudes, actitudes, emociones,

conocimientos, para relacionarse con Dios, para que puedan resolver sus problemas de dimensión personal, así como desarrollar tareas buscando el bien común de los que le rodean. Así también es imprescindible indicar la competencia religiosa, un aprendizaje fundamental en el currículum y en el sistema educativo formal, se fundamenta en la postura de que la educación religiosa es fundamental e indispensable en la formación integral de los estudiantes y; por tanto, coadyuva a conseguir la finalidad y objetivos de la educación en Perú. En la propuesta de mejorar la calidad educativa del país, hay que preparar a los estudiantes para que desarrollen habilidades que les permitan desenvolverse mejor en la vida diaria, y existen elementos fundamentales sobre los cuales apoyar los demás aspectos formativos de las distintas áreas del conocimiento. Esos elementos los proporciona la experiencia religiosa, que le permite al estudiante confrontar su vida y los acontecimientos con la Verdad Trascendente, para responder a las grandes preguntas acerca del sentido de la vida y de la existencia, ampliando en ellos su visión e interpretación religiosa del mundo, desarrollando todo su potencial humano, espiritual y religioso como parte constitutiva de su ser persona. Por tanto, en el curso de formación religiosa es tácito que promueve la comprensión doctrinal Cristiana Discernimiento de fe.

#### **2.2.5.11. Evaluación del rendimiento académico de Educación física**

La evaluación de esta asignatura contribuye a una formación integral, a través, de la comprensión y desarrollo de la Corp. y la Salud, la convivencia e interacción sociomotriz, así como el dominio corporal y expresión creativa. Asimismo, la educación física garantiza el desenvolvimiento del estudiante en su entorno con autonomía y creatividad. Se evalúa a los estudiantes, cuando desarrolla acciones motrices muy diversos, donde contribuye a la regularidad, la totalidad y parte de su cuerpo en el espacio y tiempo, donde el estudiante tome conciencia de sí mismo y fortaleciendo su autoestima. Además, la asignatura y su evaluación, permite valorar y asumir hábitos de vida saludable, que implícitamente, se ha conseguido con la práctica diaria de sus habilidades sociomotrices en actividades físicas y de la vida cotidiana.

### 2.2.6. Rendimiento académico en el Perú

Dentro de la evaluación PISA 2015 de la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico (OCDE), indica que Perú ha mejorado en rendimiento académico.

Según Radio Programas del Perú (2016), la prueba se aplicó entre el 17 de agosto y el 18 de setiembre de 2015. Participaron 281 colegios elegidos al azar. El 71% de los colegios evaluados eran públicos y 29% privados, se evaluaron a 6,971 estudiantes en total. El Perú alcanzó el puesto 64 de un total de 70, un puesto mejor respecto a la prueba del 2012. En América Latina, el Perú se ha ubicado en el penúltimo lugar, superando solo a República Dominicana, país que en el 2015 se sometió a su primera evaluación PISA. También hay una excepción en el área de matemática, en la que por primera vez, hemos superado a Brasil. En las áreas de lectura y ciencia seguimos por debajo de países como Chile, Uruguay, Costa Rica, Colombia, México y Brasil. Por ejemplo, Chile, el país mejor ubicado de la región, nos lleva una ventaja de 50 puntos (447 a 397) en ciencias, el área de mayor importancia de la evaluación del 2015.

Según diario la Prensa (2016), la OCDE recomienda que para lograr el objetivo mejorar el rendimiento académico en el Perú debemos instaurar programas especiales para los estudiantes con bajo rendimiento, en especial de inmigrantes, para entornos rurales y lugares donde existen alumnos que no se habla la lengua en la que reciben su educación.

Entonces se hace la pregunta ¿Por qué el bajo rendimiento? Los estudiantes tienen más probabilidades de tener un bajo rendimiento si vienen de una familia de bajos recursos, si son hijos de inmigrantes, si solo tienen un progenitor y si asisten a una escuela rural. Por otro lado en Estados Unidos el bajo rendimiento tiene mucha relación con tener una familia monoparental.

El bajo rendimiento por ejemplo en matemáticas es ligeramente más frecuente entre las niñas, mientras que en comprensión lectora se registra la mayor brecha por sexos. Los estudiantes de 15 años sin el nivel mínimo están en mayor riesgo de abandonar sus estudios, ya que muchos de ellos acaban en trabajos mal pagados y poco gratificantes, poca participación en política y muestran una mala salud.

La OCDE advierte que los dividendos económicos que se pierden debido a las malas políticas educativas dejan a muchos países en un estado de “permanente recesión”.

### **2.2.7. El estrés académico y rendimiento académico: su implicancia en la educación**

Actualmente, en Perú, a través del Ministerio de Educación, se emiten normas y directivas, que tratan de optimizar la formación integral de los estudiantes; sin embargo, no se logra a cabalidad, debido a que no se coordina en forma acertada los integrantes de la comunidad escolar, para buscar el bienestar del estudiante, un bienestar holístico, por lo que el estrés académico se hace presente en las escuelas del Estado, así como también las instituciones educativas, por lo que se hace indispensable que los actores educativos se preocupen por desarrollar programas de prevención para hacer frente a tan delicada situación. Si bien es cierto los estresores académicos son de diferente naturaleza, en cuanto con quien se relaciona primeramente en el ambiente socioeducativo, como los compañeros y los profesores, por lo que se hace crucial que las autoridades educativas desarrollen estrategias que en forma acertada tanto con los estudiantes y los docentes. En cuanto a los estudiantes fortalecer en su dimensión afectiva, en cuanto a elevar su inteligencia emocional, y en cuanto a los profesores en que desarrollen sus actividades académicas, dosificando sus tareas y las evaluaciones para promover una salud académica. Así como también a los padres de familia conjuntamente con los profesores, en forma conjunta, desarrollen una vigilancia y acompañamiento a sus alumnos en su desarrollo afectivo y emocional, para elevar su seguridad y autoestima. Y estar atento a sus reacciones físicas o síntomas, como por ejemplo

evaluar si tiene: trastornos en el sueño, fatiga crónica, dolores de cabeza o migraña, dolor abdominal o diarrea, etc. Y, en cuanto a sus reacciones o síntomas psicológicos, como por ejemplo: manifestar: inquietud, sentimientos de depresión y tristeza, ansiedad, angustia o desesperación, problemas de concentración, sentimientos de agresividad o irritabilidad, etc.

Así como también desarrollar la vigilancia en su desarrollo afectivo, en cuanto a sus reacciones Comportamentales, como por ejemplo: si tiene: conflictos o tendencia a discutir, si se aísla de los demás, si tiene desgano para realizar las labores escolares y si presenta un aumento o reducción de consumo de alimentos

Asimismo, es perentorio que los directivos desarrollen un liderazgo efectivo, mediante el compromiso para implementar las estrategias de Afrontamiento, para fortalecer su inteligencia emocional. Así como también deben movilizar sus acciones estratégicas para responder con eficacia y conseguir soluciones prontas y viables.

### **CAPÍTULO III**

## **3. MARCO METODOLÓGICO**

### **3.1. HIPÓTESIS**

#### **3.1.1. Hipótesis general**

La relación entre el nivel de estrés académico y rendimiento académico en las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna 2017, es directa y significativa en un grado de moderado.

#### **3.1.2. Hipótesis específicas**

Las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna 2017, presentan un alto nivel de estrés académico.

Las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna 2017, presentan un nivel de rendimiento académico en proceso.

La relación que existe entre el nivel de estrés académico y rendimiento académico en las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna 2017, es moderado.

## **3.2. VARIABLES**

### **3.2.1. Variable 1**

#### ***3.2.1.1. Denominación de la variable***

Estrés Académico

#### ***3.2.1.2. Dimensiones***

- Estresores
- Síntomas
- Estrategias de afrontamiento

#### ***3.2.1.3. Indicadores***

*Estresores*

- Compite con los compañeros
- Tiene sobrecarga de trabajos escolares
- Le afecta la personalidad del Profesor
- Le afecta las evaluaciones
- Le afecta los tipos de trabajos asignados
- No comprenderlos temas en clase
- Participa en clase
- Le afecta el tiempo limitado para hacer los trabajos

*Síntomas*

Síntomas o Reacciones Físicas

- Tiene trastornos en el sueño
- Tiene Fatiga crónica
- Tiene dolores de cabeza o migraña

- Tiene dolor abdominal o diarrea
- Tiende a rascarse o morderse las uñas
- Tiene somnolencia o mayor necesidad de dormir

#### Síntomas o Reacciones Psicológicas

- Tiene inquietud
- Tiene sentimientos de depresión y tristeza
- Tiene ansiedad, angustia o desesperación
- Tiene problemas de concentración
- Tiene sentimientos de agresividad o irritabilidad

#### Síntomas o Reacciones Comportamentales

- Tiene conflictos o tendencia a discutir
- Se aísla de los demás.
- Tiene desgano para realizar las labores escolares
- Presenta un aumento o reducción de consumo de alimentos

#### *Estrategias de Afrontamiento*

- Tiene habilidad asertiva
- Elabora un plan y realiza sus tareas
- Se concentra para resolver la situación que lo preocupa
- Se elogia a si mismo
- Le afecta la religiosidad
- Tiende a buscar información según su situación
- Ve lo positivo de las malas situaciones que lo preocupan
- Conversa sobre la situación que le afecta

#### **3.2.1.4. Escala de medición**

- Bajo
- Media bajo
- Media
- Media alto
- Alto

#### **3.2.2. Variable 2**

##### **3.2.2.1. Denominación de la variable**

Rendimiento Académico

##### **3.2.2.2. Dimensiones**

- Comunicación
- Matemática
- Ciencia, tecnología y ambiente
- Formación ciudadana y cívica
- Historia, geografía y economía
- Educación para el trabajo
- Inglés
- Arte
- Persona familia y relaciones humanas
- Formación religiosa
- Educación física

### **3.2.2.3.Indicadores**

#### *Comunicación*

- Comprende textos escritos
- Comprende textos orales
- Interactúa con expresiones literarias
- Produce textos escritos
- Se expresa oralmente

#### *Matemática*

- Actúa y piensa matemáticamente en situaciones de cantidad
- Actúa y piensa matemáticamente en situaciones de forma, movimiento y localización
- Actúa y piensa matemáticamente en situaciones de gestión de datos e incertidumbre
- Actúa y piensa matemáticamente en situaciones de regularidad, equivalencia y cambio

#### *Ciencia, tecnología y ambiente*

- Construye una posición crítica sobre la ciencia y la tecnología en sociedad
- Diseña y produce prototipos tecnológicos para resolver problemas de su entorno
- Explica el mundo físico, basado en conocimientos científicos
- Indaga, mediante métodos científicos, situaciones que pueden ser investigadas por la ciencia

*Formación ciudadana y cívica*

- Convive respetándose a sí mismo y a los demás
- Participa en asuntos públicos para promover el bien común

*Historia, geografía y economía*

- Actúa responsablemente en el ambiente
- Actúa responsablemente respecto a los recursos económicos
- Construye interpretaciones históricas

*Educación para el trabajo*

- Comprensión y aplicación de tecnologías
- Ejecución de procesos
- Gestión de procesos

*Ingles*

- Comprensión de textos
- Expresión y Comprensión oral
- Producción de textos

*Persona Familia y Relaciones Humanas*

- Afirma su identidad
- Se desenvuelve éticamente

*Arte*

- Apreciación artística
- Expresión artística

### *Formación Religiosa*

- Comprensión doctrinal Cristiana
- Discernimiento de fe

### *Educación Física*

- Comprensión y desarrollo de la Corp. y la Salud
- Convivencia e interacción sociomotriz
- Dominio corporal y expresión creativa

### **3.2.2.4. Escala de medición**

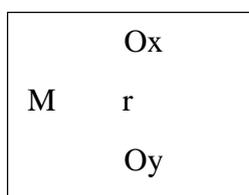
- Logro Destacado (18 - 20)
- Logro Esperado (14 - 17)
- Proceso (11 - 13)
- Inicio (00 - 10)

### 3.3. TIPO DE INVESTIGACIÓN

El presente estudio es una Investigación Básica porque tiene como objetivo poner a prueba una teoría con escasa o ninguna intención de aplicar sus resultados, además de enriquecer el conocimiento teórico científico. Por el nivel alcanzado es una investigación relacional porque tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación que existe entre dos o más variables (Valderrama, 2013).

### 3.4. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

El presente estudio es una investigación No experimental-transversal. No experimental porque es una investigación sistemática y empírica, en donde las variables independientes no se manipulan. Transversal porque se recolectaron los datos de un solo momento, en un espacio único (Valderrama, 2013). Cuyo esquema es el siguiente



Dónde:

M = muestra de estudio

Ox = información sobre la variable 1

Oy = información sobre la variable 2

r = relación

### 3.5. AMBITO DE ESTUDIO

La investigación se llevó a cabo en la Institución Educativa Santísima Niña María en el nivel secundario de Tacna, 2017.

### **3.6. POBACION Y MUESTRA**

#### **3.6.1. Unidad de estudio**

En la presente Investigación se tomó como unidad de estudio solo a las estudiantes del quinto grado del nivel secundario de la Institución Educativa Santísima Niña María. La cuales son estudiantes mujeres y con una edad entre 16 y 17 años.

#### **3.6.2. Población**

La población total de estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Santísima Niña María son 450 alumnas.

#### **3.6.3. Muestra**

La muestra es no probabilística-estratégico, ya que de una población de 450 estudiantes, solo se tomó en cuenta a las estudiantes del quinto grado, debido a que para el presente estudio solo se centró en analizar los resultados de las estudiantes del quinto grado del nivel secundario, la cuales son 88 estudiantes.. La mayoría de las estudiantes del quinto año de secundaria poseen en su mayoría una edad de 16 años con un 68.18%, en segundo lugar una edad de 17 años con un 29.55% y finalmente solo una estudiante manifestó tener 15 y 18 años respectivamente.

### **3.7. TECNICAS E INSTRUMENTOS**

#### **3.7.1. Técnicas**

Para la evaluación de la variable estrés académico se utilizó la técnica de encuesta tipo test. Para la evaluación de la variable rendimiento académico se utilizó la técnica del análisis documental.

#### **3.7.2. Instrumentos**

Para obtener el nivel de estrés académico se utilizó el Inventario SISCO del Estrés Académico, creado por Barraza (2007).

Según Jiménez (2012-2013), este inventario es autodescriptivo y tiene como propósito establecer los niveles de intensidad del estrés que sufren los estudiantes así como, los principales eventos considerados estresores, los síntomas y las estrategias de afrontamiento que utilizan los estudiantes. Este inventario se construyó a partir de los componentes sistémico-procesuales del estrés académico, y se encuentra constituido por 31 ítems distribuidos de la siguiente manera: un ítem de filtro que, en términos dicotómicos (si-no) el cual permite comprobar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario. Un ítem de tipo Lickert de cinco valores numéricos (del 1 al 5 donde uno es poco y 5 mucho) el cual permite obtener el nivel de intensidad de estrés académico. Ocho ítems de tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten obtener la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores. Quince ítems de tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten obtener la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor. Seis ítems de tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten obtener la frecuencia de uso de estrategias de afrontamiento (p.46). Según Barraza (2007), el inventario de SISCO de estrés académico al ser construido reportó

originalmente las siguientes propiedades psicométricas: una confiabilidad por mitades de .87 y una confiabilidad de Cronbach de .90. Estos niveles de confiabilidad pueden ser considerados como muy buenos. La validez se recolecto evidencia basada en la estructura interna a través de tres procedimientos: análisis factorial, análisis de consistencia interna y análisis de grupos contractados. Los resultados confirman la constitución tridimensional del Inventario SISCO del Estrés Académico a través de la estructura factorial obtenida en el análisis correspondiente, lo cual coincide con el modelo conceptual elaborado para el estudio del estrés académico desde una perspectiva sistémico-cognoscitiva. Se confirmó la homogeneidad y direccionalidad única de los ítems que componen el inventario a través del análisis de consistencia interna y de grupos contrastados. Estos resultados entrados en la relación entre los ítems y el puntaje global del inventario permiten afirmar que todos los ítems forman parte del constructo establecido en el modelo conceptual construido, en este caso, el estrés académico. El inventario es autoadministrado y se puede solicitar su llenado de manera individual o colectiva; su resolución no implica más de 10 minutos (p.2).

Para la evaluación del rendimiento académico se utilizó una matriz de categorías de acuerdo al MINEDU y así observar los promedios finales de cada curso en las actas de notas del primer bimestre escolar y poder analizarlos posteriormente. Las actas de notas acopian las notas de cada curso que desarrolla el estudiante con una calificación mínima de 00 y un máxima de 20. Esta herramienta permite al maestro tener un control del progreso de cada estudiante durante su periodo escolar.

## CAPÍTULO IV

### 4. RESULTADOS

#### 4.1. DESCRIPCIÓN DEL TRABAJO DE CAMPO

- El 9 de mayo del 2017 se solicitó la autorización al director de la I.E. “Santísima Niña María” para aplicar los instrumentos de recojo de información los mismos que servirían para el presente trabajo a investigar.
- Durante el 09 al 31 de mayo se aplicó la encuesta sobre los el nivel de estrés académico INVENTARIO DE SISCO a las estudiantes del quinto grado de las tres secciones A, B y C del nivel secundario; según matrícula figuraban 90 estudiantes pero en la práctica estaban presentes 88 estudiantes.
- Posteriormente se solicitó información sobre el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E. Santísima Niña María, proporcionándose nos las actas de notas del primer bimestre del 2017. Con los test y las actas de notas, se inició el trabajo de procesamiento de la información recogida.
- No se encontraron limitaciones en la recopilación de la información, por el contrario hubo apoyo por parte de la dirección, tutores y algunos profesores que gentilmente brindaron su apoyo para la investigación. A continuación se presenta la información procesada.

#### **4.2. DISEÑO DE LA PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS**

Los resultados recopilados según los objetivos se presentaron en el siguiente orden:

- Información sobre el nivel de estrés académico y los Ítems del nivel de estrés académico de mayor impacto en las estudiantes del quinto año del nivel secundario de la I.E. Santísima Niña María del distrito de Tacna de la ciudad de Tacna en el año 2017.
- Información sobre el nivel de rendimiento académico que presentan las estudiantes en todas las áreas en el nivel secundario de la I.E. Santísima Niña María del distrito de Tacna de la ciudad de Tacna en el año 2017.
- Información sobre el nivel de relación entre el nivel de estrés y el rendimiento académico de los estudiantes en todas las áreas en el nivel secundario de la I.E. Santísima Niña María del distrito de Tacna de la ciudad de Tacna en el año 2017.

### 4.3. PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

#### 4.3.1. Información sobre estrés académico

Tabla 1

*Preocupación o nerviosismo durante este bimestre*

Durante el transcurso de este bimestre has tenido momento de preocupación o nerviosismo?	Estudiantes - Secundaria	
	N	%
Si	88	100.00
No	0	0.00
TOTAL	88	100.00

Fuente: Cuestionario SISCO aplicado a estudiantes

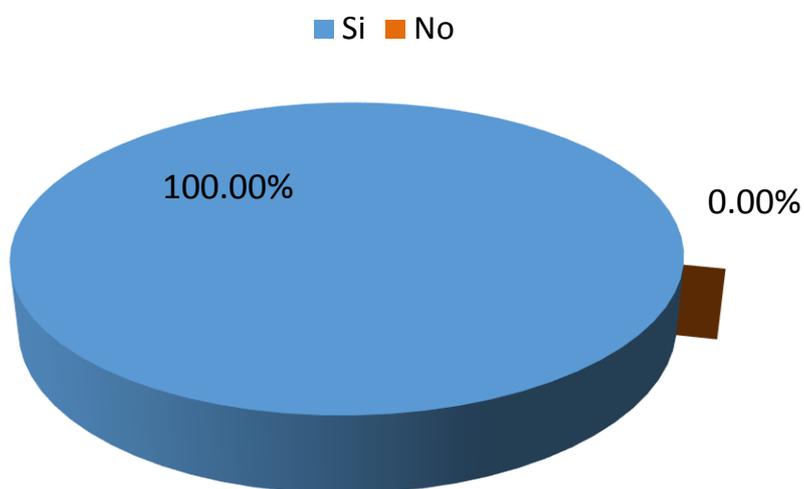


Figura 1 - *Preocupación o nerviosismo durante este bimestre*

Fuente: tabla 1

## Interpretación

Según la tabla y figura 1: Tenemos que el total de las estudiantes del quinto año de secundaria respecto a la pregunta si durante el transcurso del bimestre ha tenido momentos de preocupación y nerviosismo, tenemos que las estudiantes manifestaron que si en un 100.00%, mientras que un 0.00% menciono que no presenta preocupación o nerviosismo.

Tabla 2

*Nivel de preocupación y nerviosismo*

Nivel de preocupación y nerviosismo	Estudiantes - Secundaria	
	n	%
Nunca	0	0.00
Casi poco	14	15.91
Medianamente poco	41	46.59
Casi mucho	21	23.86
Mucho	12	13.64
<b>TOTAL</b>	<b>88</b>	<b>100.00</b>

Fuente: Cuestionario SISCO aplicado a estudiantes

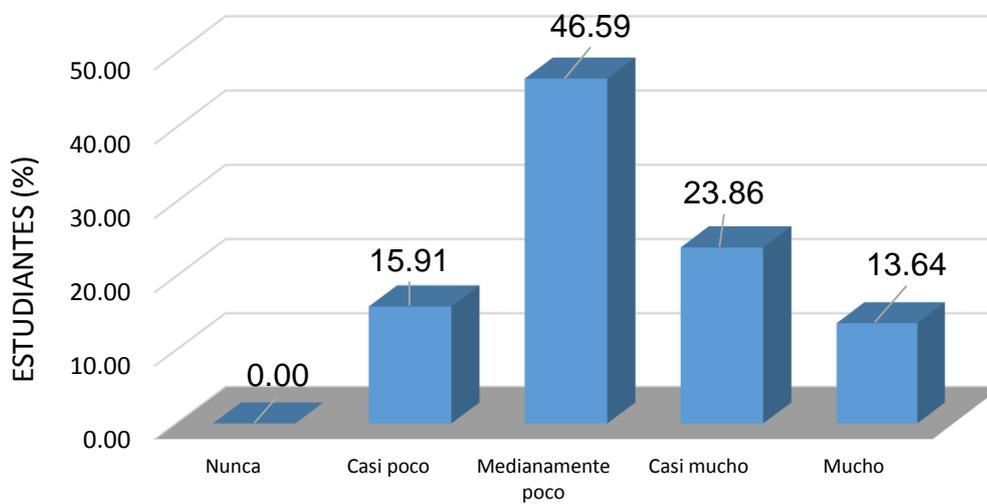


Figura 2 - *Nivel de preocupación y nerviosismo*

Fuente: tabla 2

## Interpretación

Según la tabla y figura 2: Respecto a la pregunta según su nivel de preocupación y nerviosismo en una escala del 1 al 5. Tenemos que un poco menos de la mitad de las estudiantes manifestaron “medianamente poco” con un 46.59%, en segundo lugar un poco menos de la cuarta parte manifestaron “casi mucho” con un 23.86%, seguidamente un poco más de la séptima parte manifestó “Casi poco” con un 15.91%, luego menos de la octava parte “Mucho” con un 13.64% y ningún estudiante respondió que nunca presento preocupación o nerviosismo alguno.

Lo que demuestra que la mayoría de las estudiantes si presentan algún nivel de estrés académico, por lo que este estudio ayudara a determinar cuáles son las causas más predominantes.

Tabla 3

*Dimensión Estresores*

DIMENSION ESTRESORES	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre		TOTAL	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1. La competencia con los compañeros del grupo	4	4.55	28	31.82	45	51.14	11	12.50	0	0.00	88	100.00
2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	0	0.00	9	10.23	33	37.50	29	32.95	17	19.32	88	100.00
3. La personalidad y el carácter del profesor	1	1.14	8	9.09	47	53.41	19	21.59	13	14.77	88	100.00
4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, trabajos de investigación, etc.)	0	0.00	4	4.55	45	51.14	30	34.09	9	10.23	88	100.00
5. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	2	2.27	14	15.91	36	40.91	28	31.82	8	9.09	88	100.00
6. No entender los temas que se abordan en la clase	4	4.55	19	21.59	45	51.14	14	15.91	6	6.82	88	100.00
7. Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)	9	10.23	24	27.27	40	45.45	13	14.77	2	2.27	88	100.00
8. Tiempo limitado para hacer el trabajo	4	4.55	6	6.82	36	40.91	26	29.55	16	18.18	88	100.00
9. Otra	67	76.14	0	0.00	12	13.64	4	4.55	5	5.68	88	100.00

Fuente: Cuestionario SISCO aplicado a estudiantes

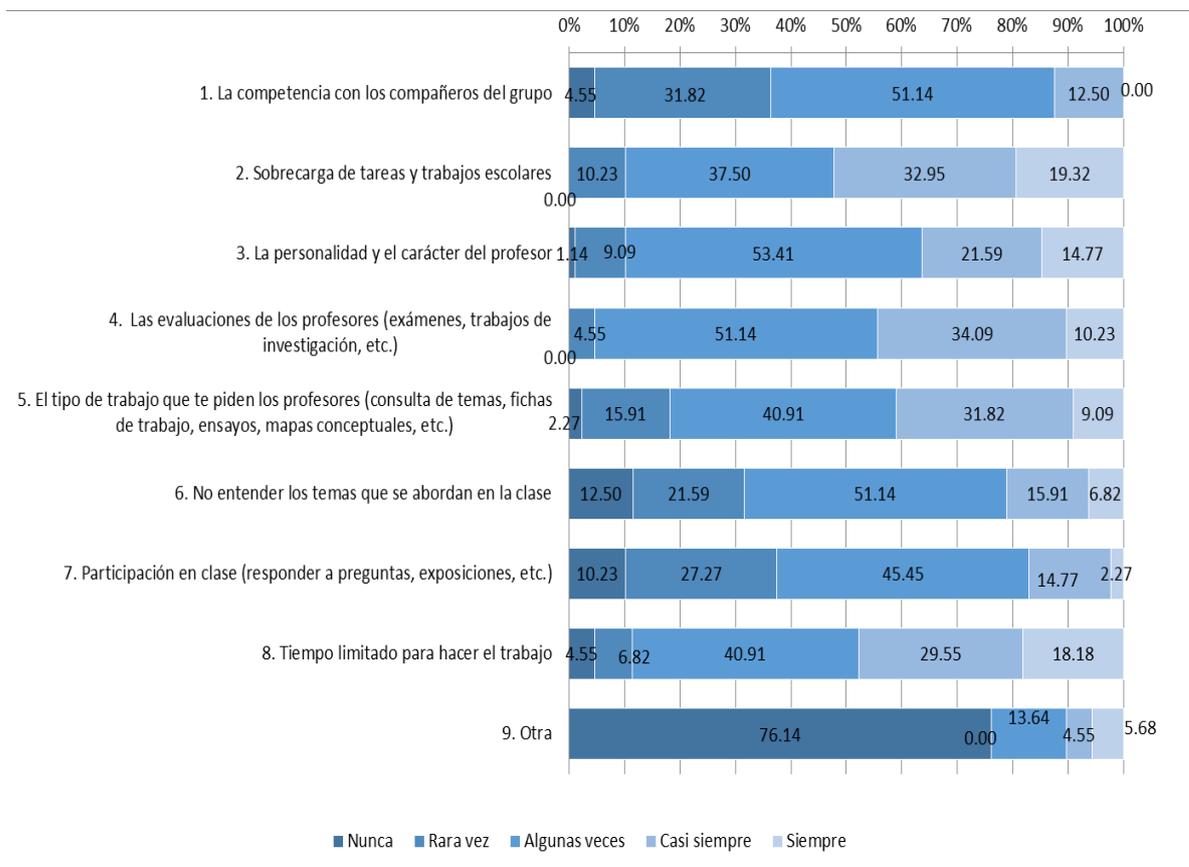


Figura 3 - Dimensión Estresores

Fuente: tabla 3

## Interpretación

Según la tabla y figura 3: Tenemos respecto a los ítems que conllevan aún más a que el estudiante presente un mayor nivel de estrés en la dimensión estresores tenemos en primer lugar el ítem “Sobrecarga de tareas y trabajos escolares” donde un 52.27% de los estudiantes casi siempre y siempre presentan estas inquietudes. En segundo lugar “Tiempo limitado para hacer el trabajo” donde un 47.73% de los estudiantes casi siempre y siempre presentan estas inquietudes. En tercer lugar tenemos el ítems “Las evaluaciones de los profesores” (Exámenes, trabajos de investigación, Etc.) donde un 44.32% de los estudiantes casi siempre y siempre presentan estas inquietudes. Seguidamente el ítems “El tipo de trabajo que te piden los profesores” (consultas de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc) donde el 40.91% de los estudiantes casi siempre y siempre presentas estas inquietudes y finalmente el ítems “La personalidad y el carácter del profesor” donde el 36.36% de los estudiantes casi siempre y siempre presentas estas inquietudes.

Lo que demuestra que la mayoría de las estudiantes tienen en común alguna inquietud que ocasiona la sobre carga académica, por lo que este estudio ayudara a determinar cuáles son las causas más predominantes.

Tabla 4

*Según ítems de la dimensión Estresores*

DIMENSION ESTRESORES	Estudiantes - Secundaria	
	n	%
BAJO	10	11.36
MEDIO BAJO	27	30.68
MEDIA	5	5.68
MEDIA ALTO	17	19.32
ALTO	29	32.95
<b>TOTAL</b>	<b>88</b>	<b>100.00</b>

Fuente: Cuestionario SISCO aplicado a estudiantes

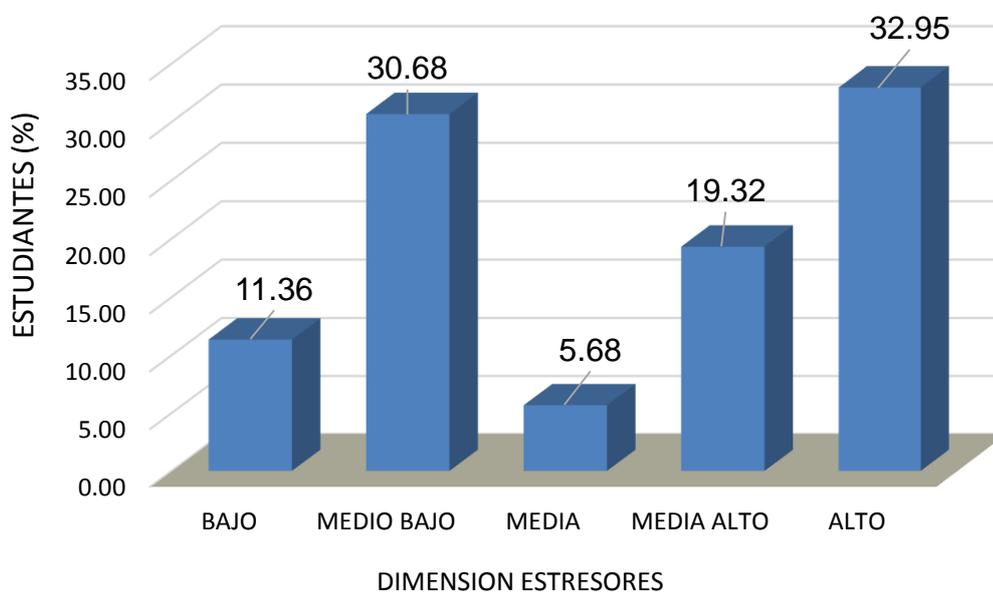


Figura 4 - *Según ítems de la dimensión Estresores*

Fuente: tabla 4

## Interpretación

Según la tabla y figura 4: Tenemos que las estudiantes del quinto año de secundaria respecto al nivel de la dimensión estresores donde el estudiante presenta sobrecarga académica tenemos que un poco menos de la tercera parte con un 32.95% posee un nivel alto en esta escala, como también en similitud de proporciones tenemos que un 30.68% de estudiantes que tienen un nivel medio bajo, seguidamente en menor porcentaje tenemos a las estudiantes con nivel medio alto con un 19.32%, luego nivel bajo con un 11.36% y finalmente estudiantes con nivel medio con 5.68%.

Tabla 5

*Según ítems de la dimensión Síntomas o Reacciones Físicas*

SINTOMAS O REACCIONES FISICAS	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre		TOTAL	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	15	17.05	18	20.45	34	38.64	14	15.91	7	7.95	88	100.00
2. Fatiga crónica (cansancio permanente)	7	7.95	18	20.45	33	37.50	24	27.27	6	6.82	88	100.00
3. Dolores de cabeza o migrañas	11	12.50	21	23.86	31	35.23	18	20.45	7	7.95	88	100.00
4. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	32	36.36	28	31.82	22	25.00	2	2.27	4	4.55	88	100.00
5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	16	18.18	23	26.14	28	31.82	15	17.05	6	6.82	88	100.00
6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir	5	5.68	11	12.50	32	36.36	23	26.14	17	19.32	88	100.00

Fuente: Cuestionario SISCO aplicado a estudiantes

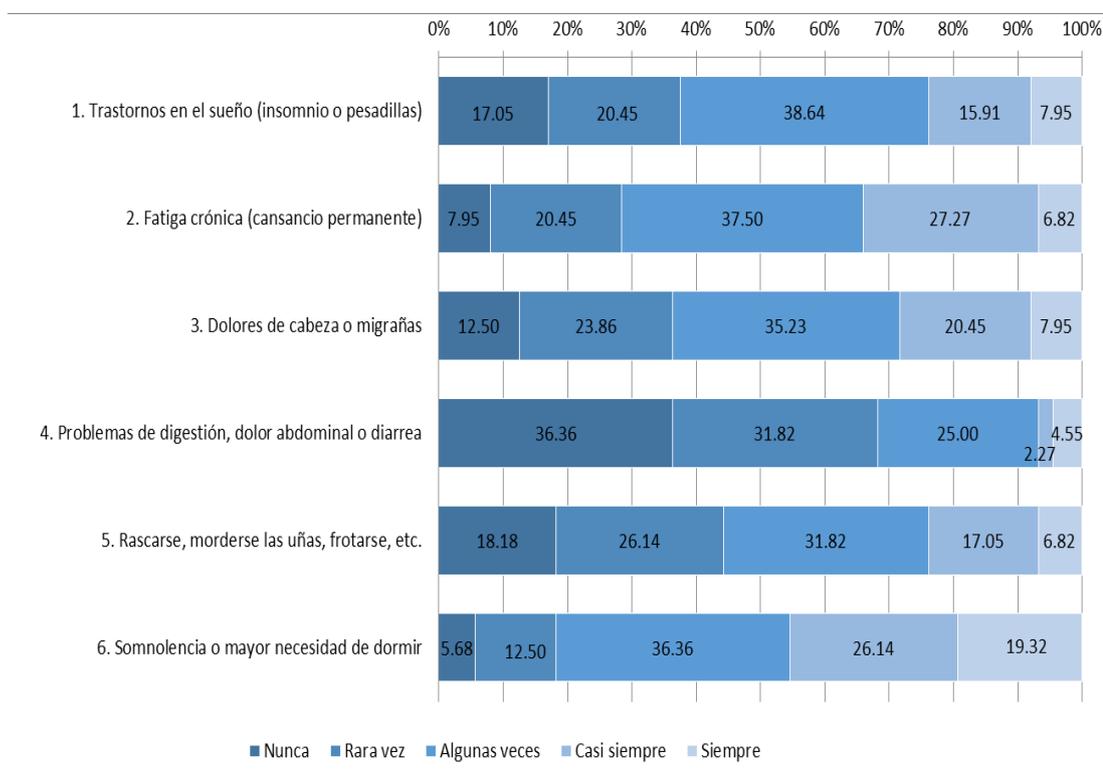


Figura 5 - Según ítems de la dimensión Síntomas o Reacciones Físicas

Fuente: tabla 5

## Interpretación

Según la tabla y figura 5: Tenemos respecto a los ítems de la dimensión Síntomas o Reacciones Físicas tenemos en primer lugar el ítem “Somnolencia a mayor necesidad de dormir” donde un 45.46% de los estudiantes casi siempre y siempre presentan estos síntomas, en segundo lugar “Fatiga crónica” (cansancio permanente) donde un 34.09% de los estudiantes casi siempre y siempre presentan este síntoma y en tercer lugar “Dolores de cabeza y migraña” donde un 28.40% de las estudiantes presentan estos síntomas y finalmente el ítems “Rascarse, morderse las unas, frotarse, etc.” donde el 23.87% presenta casi siempre y siempre este síntoma.

Lo que demuestra que la mayoría de las estudiantes tienen en común algunos síntomas que ocasionan reacciones físicas, por lo que este estudio ayudara a determinar cuáles son las causas más predominantes.

Tabla 6

*Según ítems de la dimensión Síntomas o Reacciones Psicológicas*

SINTOMAS O REACCIONES PSICOLOGICOS	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre		TOTAL	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
7. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	2	2.27	26	29.55	45	51.14	11	12.50	4	4.55	88	100.00
8. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	5	5.68	28	31.82	36	40.91	17	19.32	2	2.27	88	100.00
9. Ansiedad, angustia o desesperación.	6	6.82	25	28.41	35	39.77	17	19.32	5	5.68	88	100.00
10. Problemas de concentración	5	5.68	24	27.27	34	38.64	19	21.59	6	6.82	88	100.00
11. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	21	23.86	33	37.50	27	30.68	4	4.55	3	3.41	88	100.00

Fuente: Cuestionario SISCO aplicado a estudiantes

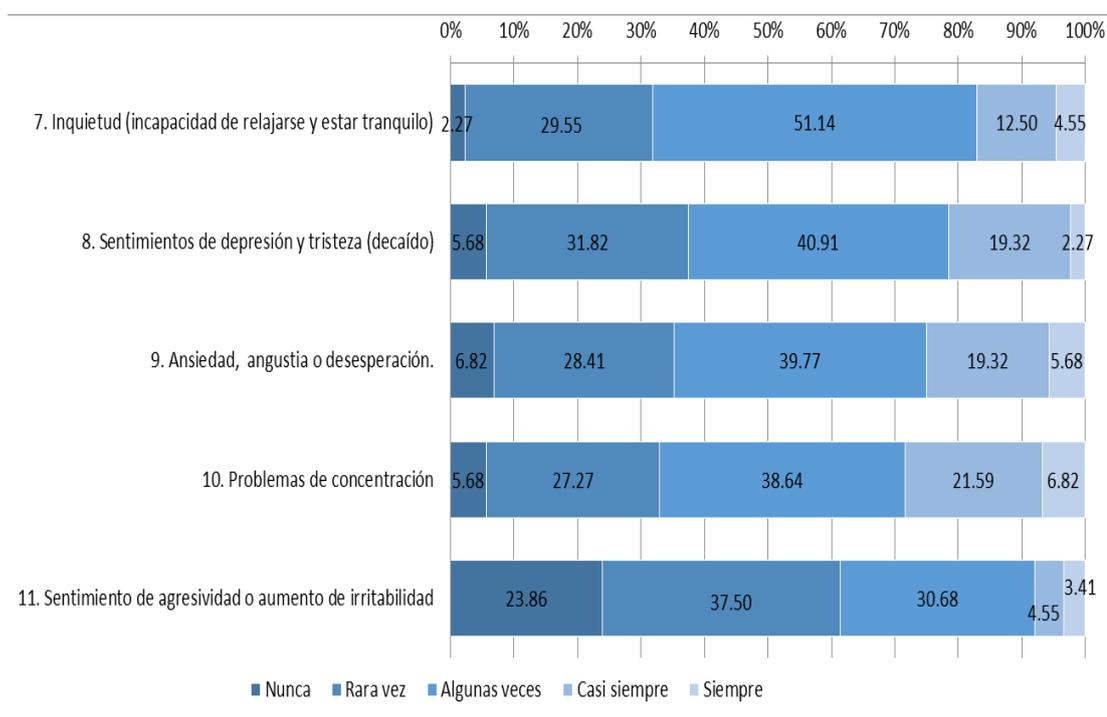


Figura 6 - *Según ítems de la dimensión Síntomas o Reacciones Psicológicas*

Fuente: tabla 6

## Interpretación

Según la tabla y figura 6: Tenemos respecto a los ítems de la dimensión Síntomas o Reacciones Psicológicas tenemos en primer lugar el ítem “Problemas de concentración” donde un 28.41% de los estudiantes casi siempre y siempre presentan estos síntomas, en segundo lugar “Ansiedad, angustia o desesperación” donde un 25.00% de los estudiantes casi siempre y siempre presenta este síntoma y finalmente “Sentimiento de depresión y tristeza (decaído)” donde un 21.59% casi siempre y siempre presentan este síntoma.

Lo que demuestra que la mayoría de las estudiantes tienen en común algunos síntomas que ocasionan reacciones psicológicas, por lo que este estudio ayudara a determinar cuáles son las causas más predominantes.

Tabla 7

*Según ítems de la dimensión Síntomas o Reacciones Comportamentales*

SINTOMAS O REACCIONES COMPORTAMENTALES	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre		TOTAL	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
12. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	19	21.59	34	38.64	30	34.09	3	3.41	2	2.27	88	100.00
13. Aislamiento de los demás	39	44.32	25	28.41	21	23.86	3	3.41	0	0.00	88	100.00
14. Desgano para realizar las labores escolares	5	5.68	22	25.00	39	44.32	14	15.91	8	9.09	88	100.00
15. Aumento o reducción del consumo de alimentos	9	10.23	22	25.00	39	44.32	12	13.64	6	6.82	88	100.00
16. Otra	74	84.09	2	2.27	8	9.09	0	0.00	4	4.55	88	100.00

Fuente: Cuestionario SISCO aplicado a estudiantes

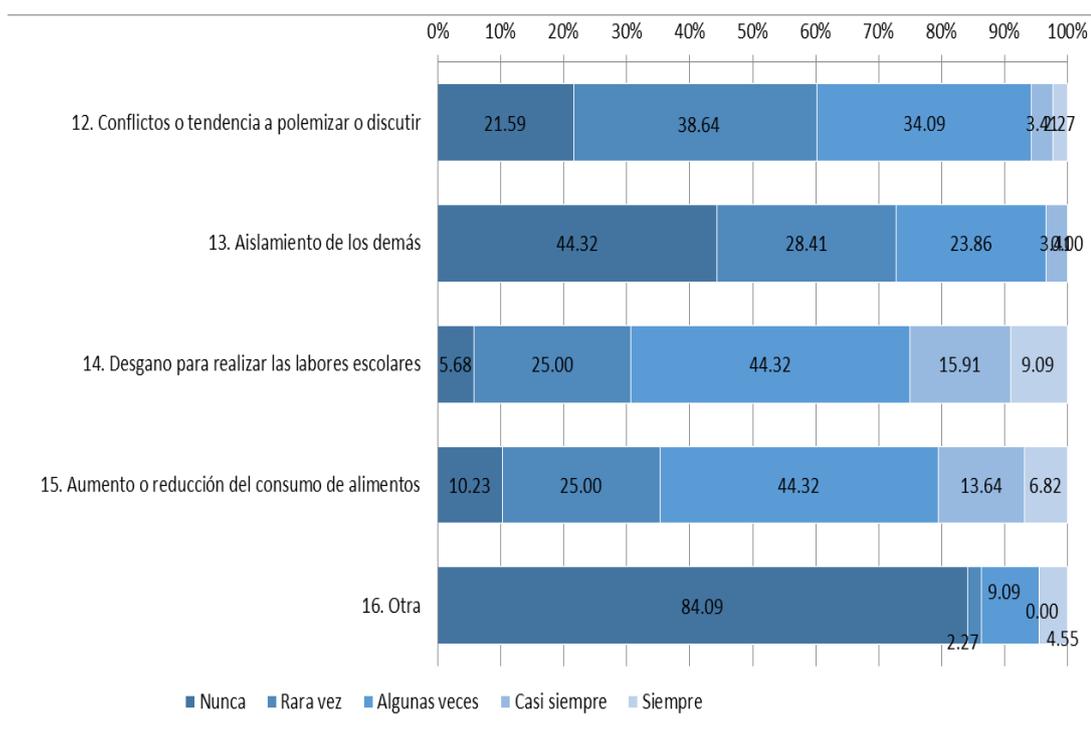


Figura 7 - Según ítems de la dimensión Síntomas o Reacciones Comportamentales

Fuente: tabla 7

## Interpretación

Según la tabla y figura 7: Tenemos respecto a los ítems de la dimensión Síntomas o Reacciones Comportamentales tenemos en primer lugar el ítem “Desgano para realizar las labores escolares” donde un 25.00% de los estudiantes casi siempre y siempre presentan estos síntomas, en segundo lugar “Aumento o reducción del consumo de alimentos” donde un 20.46% de los estudiantes casi siempre y siempre presenta este síntoma.

Lo que demuestra que la mayoría de las estudiantes tienen en común estos dos síntomas que ocasionan reacciones comportamentales, por lo que este estudio ayudara a determinar cuáles son las causas más predominantes.

Tabla 8

*Según ítems de la dimensión Síntomas y Reacciones*

DIMENSIÓN SINTOMAS O REACCIONES FISICAS	Estudiantes - Secundaria	
	N	%
BAJO	22	25.00
MEDIO BAJO	14	15.91
MEDIA	0	0.00
MEDIA ALTO	12	13.64
ALTO	40	45.45
<b>TOTAL</b>	<b>88</b>	<b>100.00</b>

Fuente: Cuestionario SISCO aplicado a estudiantes

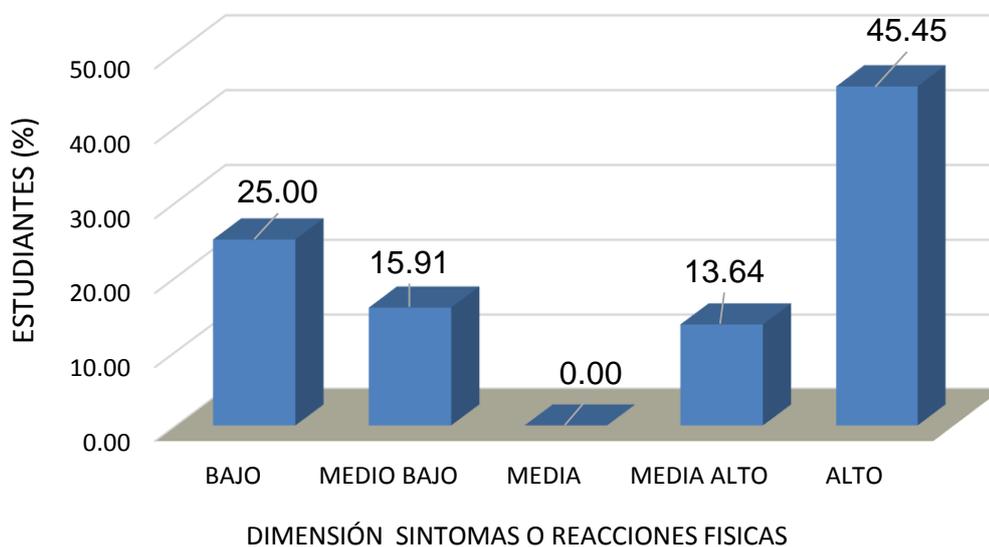


Figura 8 - *Según ítems de la dimensión Síntomas y Reacciones*

Fuente: tabla 8

## Interpretación

Según la tabla y figura 8: Tenemos que las estudiantes del quinto año de secundaria respecto al nivel de la dimensión síntomas o reacciones físicas, tenemos que un poco menos de la mitad con un 45.45% posee un nivel alto en esta escala, seguidamente en una cuarta parte de los estudiantes tiene un nivel bajo con un 25.00% y en menor porcentaje tenemos a las estudiantes con nivel medio bajo con un 15.91%, un 13.64% con un nivel medio alto y finalmente no se encontró estudiantes alguno con nivel medio con 0.00%.

Lo que demuestra que en esta dimensión las estudiantes presentan un alto nivel de estrés por lo cual se necesitaría realizar un análisis para ver las causas.

Tabla 9

Según ítems de la dimensión Estrategias de afrontamiento

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	Nunca		Rara vez		Algunas veces		Casi siempre		Siempre		TOTAL	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)	2	2.27	14	15.91	42	47.73	27	30.68	3	3.41	88	100.00
2. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	6	6.82	23	26.14	40	45.45	15	17.05	4	4.55	88	100.00
3. Concentrarse en resolver la situación que me preocupa	4	4.55	10	11.36	44	50.00	25	28.41	5	5.68	88	100.00
4. Elogios a sí mismo	7	7.95	27	30.68	37	42.05	11	12.50	6	6.82	88	100.00
5. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	23	26.14	24	27.27	25	28.41	12	13.64	4	4.55	88	100.00
6. Búsqueda de información sobre la situación	7	7.95	18	20.45	42	47.73	20	22.73	1	1.14	88	100.00
7. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa	4	4.55	10	11.36	50	56.82	16	18.18	8	9.09	88	100.00
8. Platicar de la situación	3	3.41	21	23.86	38	43.18	22	25.00	4	4.55	88	100.00
9. Otra	78	88.64	1	1.14	4	4.55	4	4.55	1	1.14	88	100.00

Fuente: Cuestionario SISCO aplicado a estudiantes

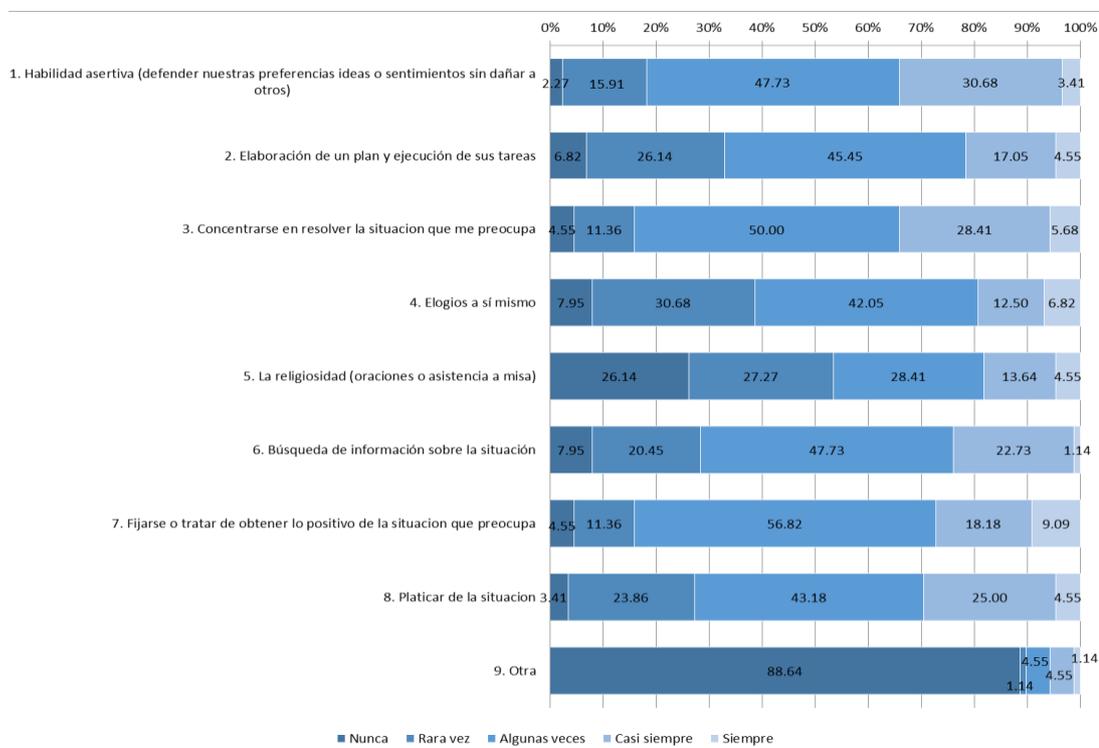


Figura 9 - Según ítems de la dimensión Estrategias de afrontamiento

Fuente: tabla 9

## Interpretación

Según la tabla y figura 9: Tenemos respecto a los ítems de la dimensión Estrategias de afrontamiento tenemos en primer lugar el ítem “Concentrarse en resolver la situación que me preocupa” donde un 34.09% de los estudiantes casi siempre y siempre presentan estas estrategias, en segundo lugar “Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)” donde un 34.09 de los estudiantes casi siempre y siempre presentan estas estrategias, en tercer lugar “Platicar de las situaciones” donde un 29.55% de los estudiantes casi siempre y siempre presentan estas estrategias, seguidamente “Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa” donde un 27.27% de los estudiantes casi siempre y siempre presentan esta estrategia. y finalmente el ítems “Búsqueda de información sobre la situación” donde un 23.87% casi siempre y siempre presenta esta estrategia.

Tabla 10

Según la dimensión Estrategias de afrontamiento

DIMENSIÓN ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	Estudiantes - Secundaria	
	n	%
BAJO	4	4.55
MEDIO BAJO	5	5.68
MEDIA	2	2.27
MEDIA ALTO	9	10.23
ALTO	68	77.27
<b>TOTAL</b>	<b>88</b>	<b>100.00</b>

Fuente: Cuestionario SISCO aplicado a estudiantes

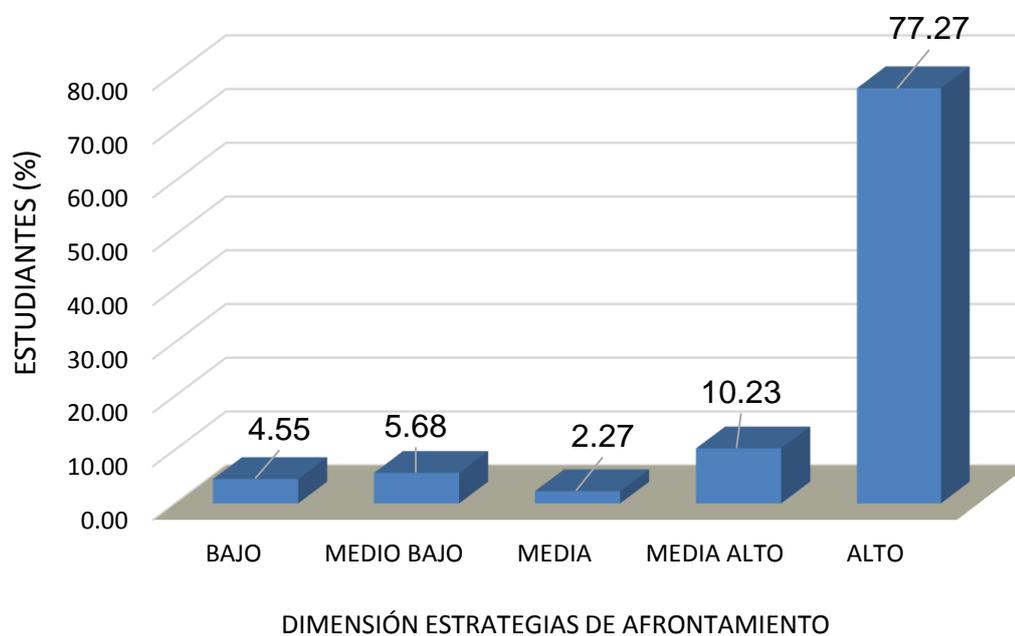


Figura 10 - Según la dimensión Estrategias de afrontamiento

Fuente: tabla 10

## Interpretación

Según la tabla y figura 10: Tenemos que las estudiantes del quinto año de secundaria respecto al nivel de la dimensión estrategias de afrontamiento, se observa que en una mayoría con 77.27.% posee un nivel alto en esta escala, seguidamente en menor porcentaje tenemos a las estudiantes con nivel medio alto con 10.23%, medio bajo con 5.68%, luego nivel bajo con 4.55% y finalmente estudiantes con nivel medio con 2.27%.

Tabla 11

*Resumen del nivel de estrés académico*

NIVEL DE ESTRÉS ACADEMICO	Estudiantes - Secundaria	
	n	%
BAJO	11	12.50
MEDIO BAJO	18	20.45
MEDIA	3	3.41
MEDIA ALTO	25	28.41
ALTO	31	35.23
<b>TOTAL</b>	<b>88</b>	<b>100.00</b>

Fuente: Cuestionario SISCO aplicado a estudiantes

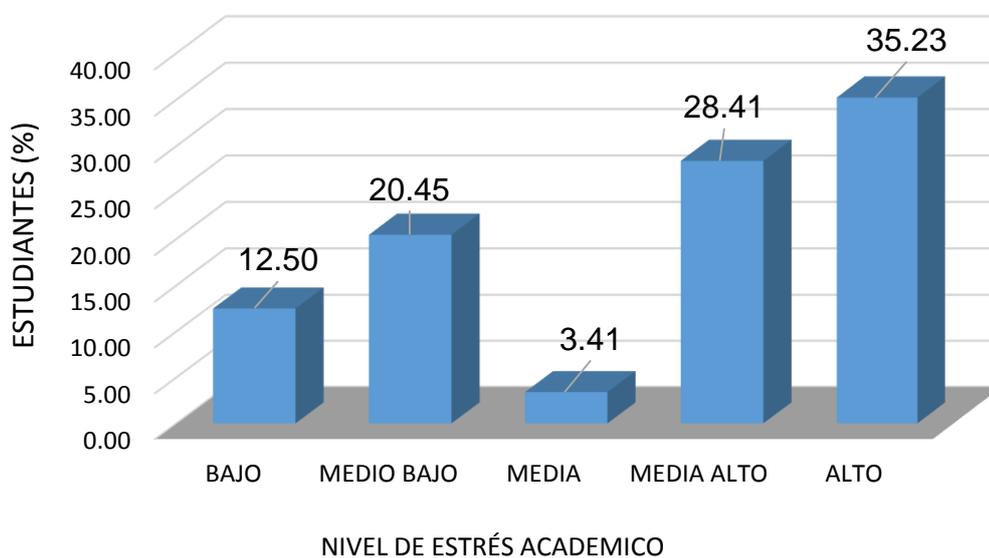


Figura 11 - *Resumen del nivel de estrés académico*

Fuente: tabla 11

## Interpretación

Según la tabla y figura 11: Tenemos que las estudiantes del quinto año de secundaria respecto al nivel de estrés académico, tenemos que un poco más de la tercera parte tienen un nivel Alto con un 35.23%, en segundo lugar más de la cuarta parte presentan un nivel medio alto con un 28.41%, en menor porcentaje encontramos que una quinta parte de los estudiantes presentan un nivel medio bajo con un 20.45% y en menor porcentaje tenemos a estudiantes con nivel de estrés bajo y medio con un 12.50% y 3.41%. Lo que demuestra es que la mayoría de las estudiantes presentan un nivel de estrés entre medio alto y alto con un 63%.

Estos resultados nos permiten observar que existe un número considerable de estudiantes que presentan un nivel de estrés académico de medio alto y alto con un 63.64%, este grupo de estudiantes podrían verse afectadas en sus rendimientos académicos debido al alto grado de estrés académico.

### 4.3.2. Información sobre rendimiento académico

Tabla 12

*Según el Rendimiento académico*

RENDIMIENTO ACADEMICO	Estudiantes - Secundaria	
	n	%
Inicio	6	6.82
Proceso	44	50.00
Logro esperado	36	40.91
Logro destacado	2	2.27
<b>TOTAL</b>	<b>88</b>	<b>100.00</b>

Fuente: actas de notas de las estudiantes del quinto grado de secundaria

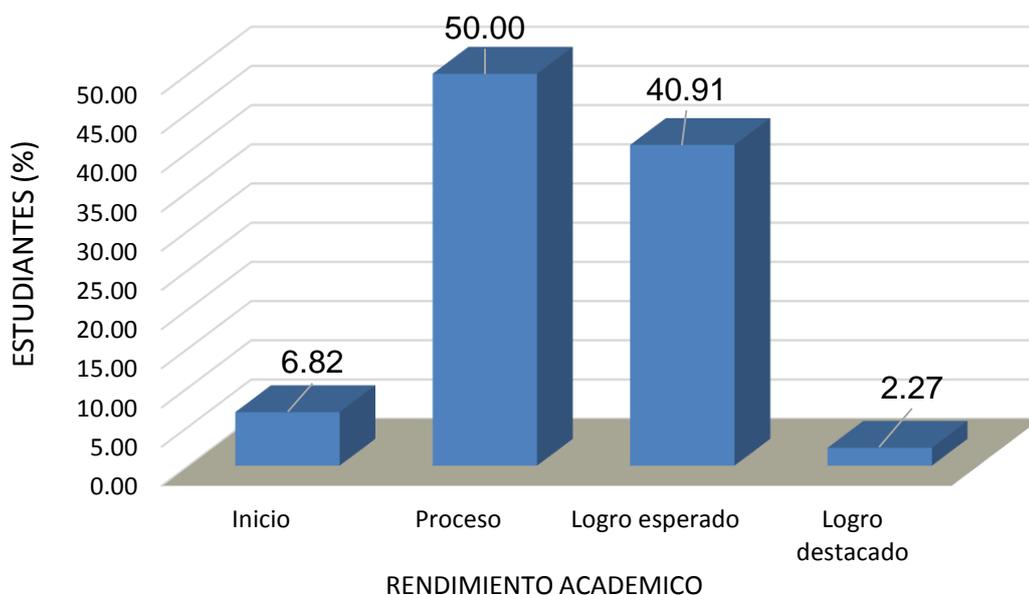


Figura 12 - *Según el Rendimiento académico*

Fuente: tabla 12

## Interpretación

Según la tabla y figura 12: Tenemos que las estudiantes del quinto año de secundaria respecto al rendimiento académico tenemos la mitad tienen un nivel de “proceso” con un promedio de 11 a 13 (50.00%), en segundo lugar más de las dos quintas partes presentan un nivel de “logro esperado” con un promedio de 14 a 17 (40.91%), en menor porcentaje encontramos menos de la décima parte de los estudiantes presentan un nivel “inicio” con un promedio de 0 a 10 (6.82%) y finalmente en menor porcentaje estudiante con nivel de “logro destacado” (2.27%).

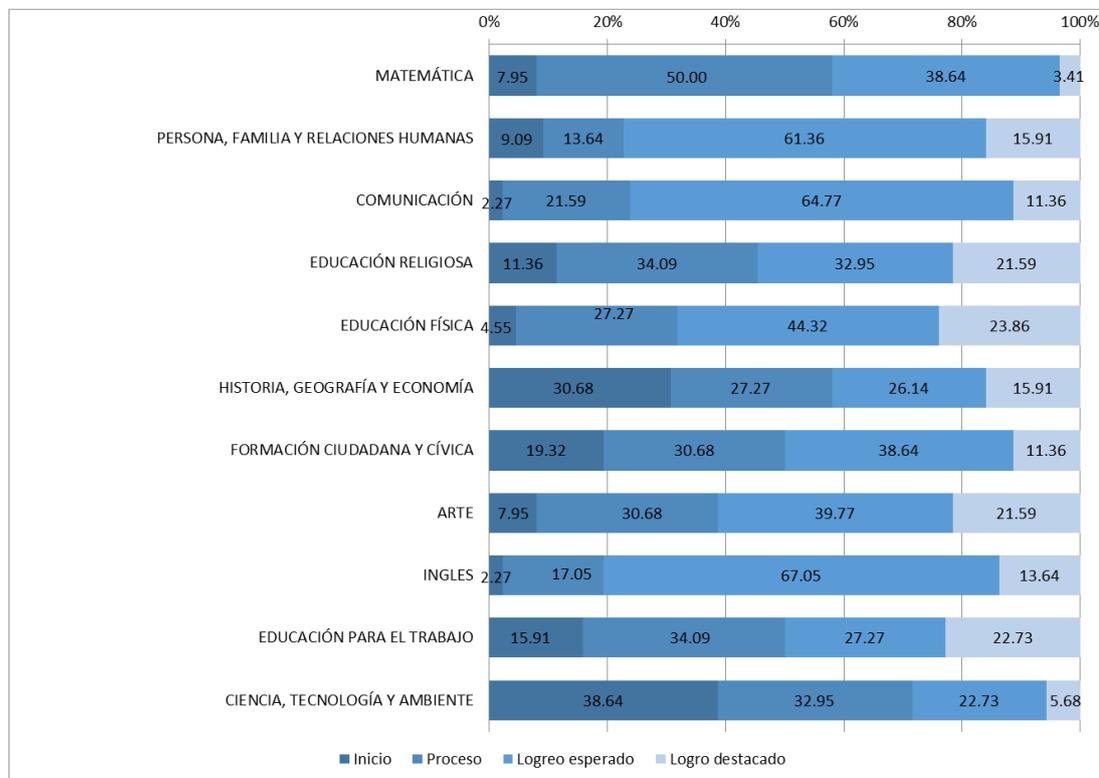
Estos resultados nos permiten observar que existe un grupo considerable de estudiantes que poseen un nivel de rendimiento académico de proceso, los cuales podrían presentar un nivel alto de estrés académico y `podría ser la causa de este hecho, es decir que cuando un estudiante presenta un alto nivel de estrés académico su rendimiento académico es afectado, no alcanzando las metas ni los aprendizajes deseados.

Tabla 13

*Según Rendimiento Académico*

RENDIMIENTO ACADÉMICO	Inicio		Proceso		Logro esperado		Logro destacado		TOTAL	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
MATEMÁTICA	7	7.95	44	50.00	34	38.64	3	3.41	88	100.00
PERSONA, FAMILIA Y RELACIONES HUMANAS	8	9.09	12	13.64	54	61.36	14	15.91	88	100.00
COMUNICACIÓN	2	2.27	19	21.59	57	64.77	10	11.36	88	100.00
EDUCACIÓN RELIGIOSA	10	11.36	30	34.09	29	32.95	19	21.59	88	100.00
EDUCACIÓN FÍSICA	4	4.55	24	27.27	39	44.32	21	23.86	88	100.00
HISTORIA, GEOGRAFÍA Y ECONOMÍA	27	30.68	24	27.27	23	26.14	14	15.91	88	100.00
FORMACIÓN CIUDADANA Y CÍVICA	17	19.32	27	30.68	34	38.64	10	11.36	88	100.00
ARTE	7	7.95	27	30.68	35	39.77	19	21.59	88	100.00
INGLES	2	2.27	15	17.05	59	67.05	12	13.64	88	100.00
EDUCACIÓN PARA EL TRABAJO	14	15.91	30	34.09	24	27.27	20	22.73	88	100.00
CIENCIA, TECNOLOGÍA Y AMBIENTE	34	38.64	29	32.95	20	22.73	5	5.68	88	100.00

Fuente: Registro de notas, secretaria académica I.E. Santísima niña María.

Figura 13 - *Según Rendimiento Académico*

Fuente: tabla 13

## Interpretación

Según la tabla y figura 13: Tenemos respecto a todos los cursos que llevan las estudiantes son en su mayoría presentan un nivel de proceso y logro esperado. Se observa que los cursos donde mejor resultados se ven son: en primer lugar el curso de “Inglés” con un 80.69% donde las estudiantes presenta un nivel de rendimiento académico de logro esperado y destacado, en segundo lugar “persona, familia y relaciones humanas” con un 77.27% , en tercer lugar el curso de “comunicación” con un 76.13%, seguidamente el curso de “educación física”, “Arte” entre los más representativos.

Asimismo los cursos donde menos se observa calificaciones altas son: en primer lugar ciencia, tecnología y ambiente con un 71.59% donde el estudiante presenta un nivel de rendimiento académico de en inicio y en proceso, en segundo lugar el curso de matemática con un 57.95%, seguidamente el curso de Historia, geografía y economía con un 57.95% y finalmente los cursos de formación ciudadana y cívica como educación para el trabajo ambos con un 50.00%.

### 4.3.3. Información sobre la relación de variables

Tabla 14

*Estudiantes según Nivel de estrés Académico y Rendimiento Académico*

Nivel de estrés - SISCO	Rendimiento Académico								Total	
	Inicio		Proceso		Logro esperado		Logro destacado			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Bajo	0	0.00	0	0.00	10	11.36	1	1.14	11	12.50
Medi Bajo	0	0.00	5	5.68	12	13.64	1	1.14	18	20.45
Media	0	0.00	2	2.27	1	1.14	0	0.00	3	3.41
Medio altoI	0	0.00	15	17.05	10	11.36	0	0.00	25	28.41
Alto	6	6.82	22	25.00	3	3.41	0	0.00	31	35.23
Total	6	6.82	44	50.00	36	40.91	2	2.27	88	100.00

Fuente: Registro de notas, secretaria académica I.E. Santísima niña María.

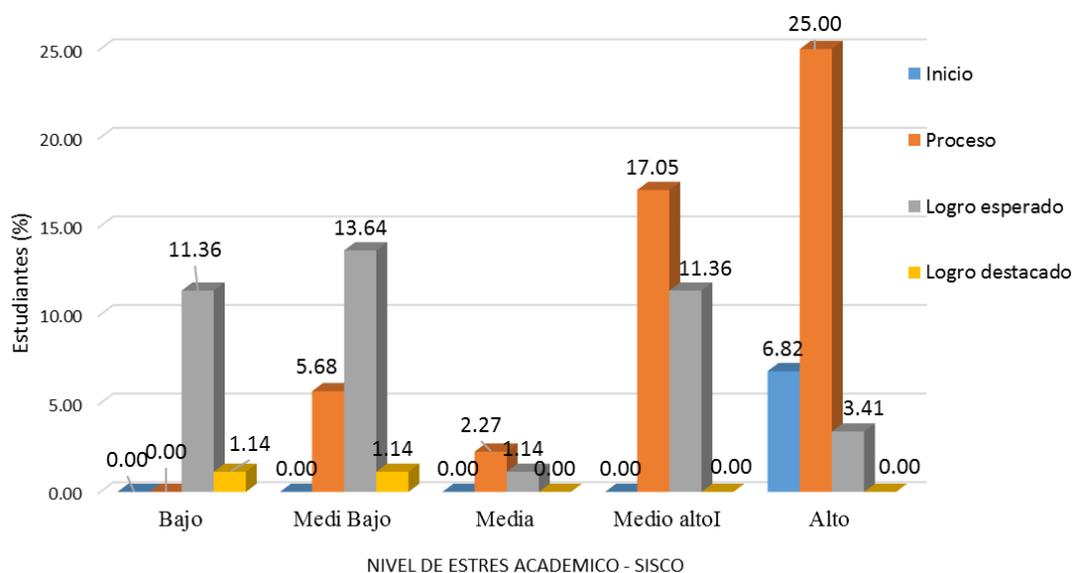


Figura 14 - *Estudiantes según Nivel de estrés Académico y Rendimiento Académico*

Fuente: tabla 14

## Interpretación

Según la tabla y figura 14: Se observa que el 25.00% de las estudiantes presentan un nivel de estrés alto y en consecuencia el nivel de rendimiento académico fue en proceso, mientras que el 17.05% de las estudiantes tienen un nivel de estrés medio alto teniendo como consecuencia un nivel de rendimiento académico de en proceso, en tercer lugar un 13.64% presentan un nivel de estrés medio bajo lo que conlleva a que el estudiante presente un nivel de rendimiento académico de logro esperado, seguidamente un 11.36% presentan un nivel de estrés bajo lo que llevo a que el estudiante tenga un nivel de rendimiento académico de logro esperado.

Lo que demuestra que la mayoría de las estudiantes con nivel de estrés alto y medio alto presentan un nivel de rendimiento académico de proceso, asimismo caso contrario de las estudiantes que presentan un nivel de estrés bajo la mayoría presentan un nivel de rendimiento académico de logro esperado.

#### 4.4. COMPROBACION DE HIPOTESIS

La comprobación de las hipótesis se aborda en primer lugar por las hipótesis específicas para luego proceder a la comprobación de la hipótesis general.

##### 4.4.1. Comprobación de la Primera Hipótesis Específica

- **Formulación de Hipótesis:**

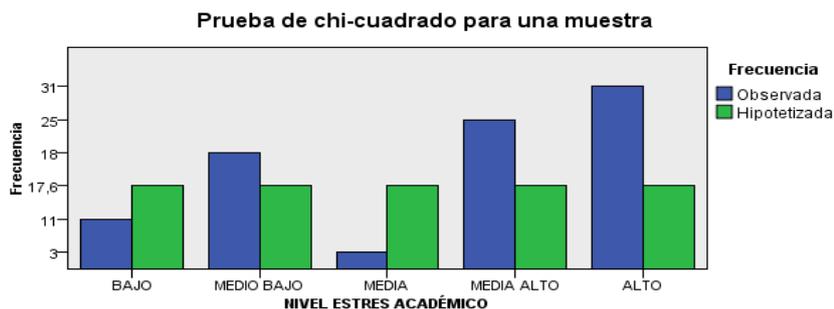
**H<sub>0</sub>:** Las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, no presentan un alto nivel de estrés académico.

**H<sub>1</sub>:** Las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, presentan un alto nivel de estrés académico.

- **Establecer un nivel de significancia**

Nivel de Significancia (alfa)  $\alpha = 5\%$

- **Estadístico de Prueba:** Se determinó trabajar un estadístico de prueba no paramétrico “Chi cuadrada bondad de ajuste”.



<b>N total</b>	88
<b>Estadístico de contraste</b>	27,909
<b>Grados de libertad</b>	4
<b>Sig. asintótica (prueba bilateral)</b>	,000

1. Hay 0 casillas (0%) con valores esperados menores que 5. El valor esperado mínimo es 17,600.

Figura 15 - Prueba de hipótesis: Chi cuadrada bondad de ajuste

Fuente: Elaboración por autor, basado en cuestionario aplicado al estudiantes según el software spss ver. 24.

Lectura del P valor:

Ho : (  $p \geq 0.05$  ) → No se rechaza la Ho

H1 : (  $p < 0.05$  ) → Rechazo la Ho

$P = 0,000013$  ;  $\alpha = 0.05$  →  $P < 0.05$  entonces se rechaza la Ho

Decisión:

Los resultados de la Figura 15, muestra que el valor – p (0,000013) es menor que el nivel de significancia (0.05), por lo cual se rechaza Ho, y se concluye con un nivel de confianza del 95% que las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, presentan un alto nivel de Estrés Académico.

#### 4.4.2. Comprobación de la Segunda Hipótesis Específica

- **Formulación de Hipótesis:**

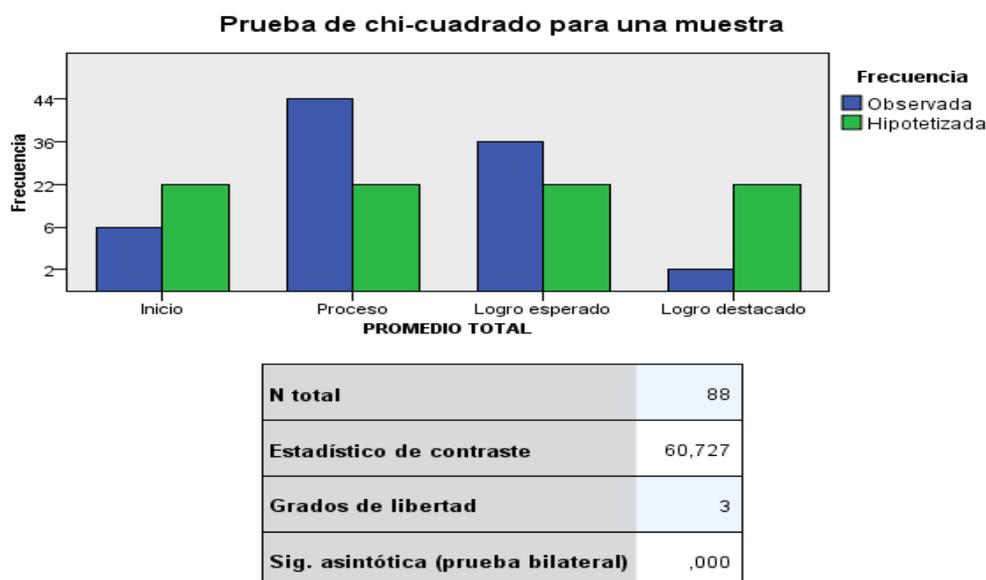
**H<sub>0</sub>:** Las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, no presentan un nivel de rendimiento académico en proceso

**H<sub>1</sub>:** Las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, presentan un nivel de rendimiento académico en proceso

- **Establecer un nivel de significancia**

Nivel de Significancia (alfa)  $\alpha = 5\%$

- **Estadístico de Prueba:** Se determinó trabajar un estadístico de prueba no paramétrico “Chi cuadrada bondad de ajuste”.



1. Hay 0 casillas (0%) con valores esperados menores que 5. El valor mínimo esperado es 22.

Figura 16 - Prueba de hipótesis: Chi cuadrada bondad de ajuste

Fuente: Elaboración por autor, basado en cuestionario aplicado al estudiantes según el software spss

Lectura del P valor:

$H_0 : ( p \geq 0.05 ) \rightarrow$  No se rechaza la  $H_0$

$H_1 : ( p < 0.05 ) \rightarrow$  Rechazo la  $H_0$

$P = 4,1101E-13 ; \alpha = 0.05 \rightarrow P < 0.05$  entonces se rechaza la  $H_0$

Decisión:

Los resultados de la Figura 16, muestra que el valor – p (4,1101E-13) es menor que el nivel de significancia (0.05), por lo cual se rechaza  $H_0$ , y se concluye con un nivel de confianza del 95% que las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, presentan un nivel de rendimiento académico en proceso.

#### 4.4.3. Comprobación de la Tercera Hipótesis Estadística

- **Formulación de Hipótesis:**

**H<sub>0</sub>:** La relación que existe entre el nivel de estrés académico y rendimiento académico en las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna 2017, no es moderado.

**H<sub>1</sub>:** La relación que existe entre el nivel de estrés académico y rendimiento académico en las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna 2017, es moderado.

- **Establecer un nivel de significancia**

Nivel de Significancia (alfa)  $\alpha = 5\%$

- **Estadístico de Prueba:** Se determinó trabajar un estadístico de prueba No Paramétrico Correlación Tau c de Kendall.

Tabla 15

*Prueba de hipótesis: Correlación Tau c de Kendall*

	Valor	Error estándar asintótico <sup>a</sup>	T aproximada <sup>b</sup>	Significación aproximada
Ordinal por ordinal Tau-c de Kendall	-,509	,055	-9,342	,000
N de casos válidos	88			

a. No se presupone la hipótesis nula.

b. Utilización del error estándar asintótico que presupone la hipótesis nula.

Fuente: Elaboración por autor, basado en cuestionario aplicado al estudiantes según el software spss

Lectura del P valor:

Ho : (  $p \geq 0.05$  )  $\rightarrow$  No se rechaza la Ho

H1 : (  $p < 0.05$  )  $\rightarrow$  Rechazo la Ho

$P = 9,4949E-21$ ;  $\alpha = 0.05$   $\rightarrow P < 0.05$  entonces se rechaza la Ho

Decisión:

Los resultados de la Tabla 15, muestra que el valor  $-p$  (9,4949E-21) es menor que el nivel de significancia (0.05), por lo cual se rechaza Ho, y se concluye con un nivel de confianza del 95% que si existe relación entre el nivel de estrés y rendimiento académico en las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017.

Como también se puede se puede concluir que la relación es inversamente proporcional, a mayor nivel de estrés el estudiante tiende a tener en su mayoría tienden a tener menor rendimiento académico y viceversa, adicionalmente la fuerza de intensidad de la correlación efectuada fue significativa pero de correlación moderada (Rho = - 0.509). Por lo que se sustenta que existe estudiantes donde el estrés bajo que tienden a tener calificaciones altas y viceversa, según la tabla 16.

Tabla 16

*Escala de medida o fuerza de correlación*

<b>Coefficiente</b>	<b>Interpretación</b>
De 0 a 0.20	Correlación prácticamente nula
De 0.21 a 0.40	Correlación baja
<b><u>De 0.41 a 0.70</u></b>	<b><u>Correlación moderada</u></b>
De 0.71 a 0.90	Correlación alta
De 0.91 a 1	Correlación muy alta

Fuente: Bisquerra (2009, p. 212) Metodología de la investigación educativa.

#### 4.4.4. Comprobación de la Hipótesis General

- **Formulación de Hipótesis:**

**Ho:** La relación entre el nivel de estrés y rendimiento académico en las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna 2017, no es directa y significativa con una correlación moderada de 0.41 a 0.70 de coeficiente.

**H1:** La relación entre el nivel de estrés y rendimiento académico en las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna 2017, es directa y significativa con una correlación moderada de 0.41 a 0.70 de coeficiente..

- **Establecer un nivel de significancia**

Nivel de Significancia (alfa)  $\alpha = 5\%$

- **Estadístico de Prueba:** Se determinó trabajar un estadístico de prueba No Paramétrico Correlación Tau c de Kendall.

Tabla 17

*Prueba de hipótesis: Correlación Tau c de Kendall*

	Valor	Error estándar asintótico <sup>a</sup>	T aproximada <sup>b</sup>	Significación aproximada
Ordinal por ordinal Tau-c de Kendall	-,509	,055	-9,342	,000
N de casos válidos	88			

a. No se presupone la hipótesis nula.

b. Utilización del error estándar asintótico que presupone la hipótesis nula.

Fuente: Elaboración por autor, basado en cuestionario aplicado al estudiantes según el software spss

Lectura del P valor:

Ho : (  $p \geq 0.05$  )  $\rightarrow$  No se rechaza la Ho

H1 : (  $p < 0.05$  )  $\rightarrow$  Rechazo la Ho

$P = 9,4949E-21$ ;  $\alpha = 0.05$   $\rightarrow P < 0.05$  entonces se rechaza la Ho

Decisión:

Los resultados de la Tabla 17, muestra que el valor – p (9,4949E-21) es menor que el nivel de significancia (0.05), por lo cual se rechaza Ho, y se concluye con un nivel de confianza del 95% que si existe relación entre el nivel de estrés y rendimiento académico en las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017.

#### 4.5. DISCUSIÓN

Esta investigación tuvo como propósito determinar el nivel de relación entre el nivel de estrés académico y el rendimiento académico en las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, con un número de 88 estudiantes en total las cuales estaban divididas en tres secciones A, B y C. Con base en esto se plantearon las hipótesis en las cuales se desarrolla esta investigación. A continuación, se estarán discutiendo los principales hallazgos de este estudio.

A partir de los resultados obtenidos, aceptamos la hipótesis general que establece que existe relación directa y significativa entre el nivel de estrés académico y rendimiento académico en las estudiantes del quinto grado del nivel secundario de la I.E. Santísima Niña María de Tacna. Siempre se ha pensado que a mayor nivel de estrés académico en los estudiantes, menor será el nivel de rendimiento académico y viceversa. Por lo cual el estrés académico influye de manera significativa en el rendimiento académico

En cuanto a la primera hipótesis específica “ las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, presentan un alto nivel de Estrés Académico.” La investigación encontró que un 35.23% de estudiantes tienen un alto nivel de estrés académico. La segunda hipótesis “ las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, presentan un nivel de rendimiento Académico de Proceso.” la investigación encontró que existe un porcentaje considerable de 50% de estudiantes en este nivel de rendimiento académico.

Como se puede observar en la tabla 14 el 35.23% de estudiantes se encuentran con un nivel alto de estrés académico, de este 35 % el 25% tienen un nivel de rendimiento académico “en proceso”, y el 3.41% un nivel de rendimiento académico de “logro esperado”. Lo que quiere decir que la mayoría de estudiantes

que tienen un alto nivel de estrés académico se encuentran en un nivel de rendimiento académico de en proceso.

Estos resultados guardan relación con: lo que sostiene López (2016) señala que la presencia de estrés en estudiantes de enfermería influye negativamente en su rendimiento académico. Los estudiantes presentan niveles de estrés de nivel medio (43.9%) y alto (43.9%) y el rendimiento académico con mayor frecuencia es regular (47.4%), con un promedio de 11 a 15. Resaltando a: inquietud por la competencia, sobrecarga de tareas, personalidad del docente y tiempo limitado, son las situaciones estresantes que influyen en el rendimiento académico regular o malo.

Rocha (2008) señala que existe una correlación positiva moderada, que al ser analizada arrojó un 16% de influencia, lo que demuestra que el estrés percibido si tiene una relación considerable con el rendimiento académico de los alumnos de la escuela de pedagogía. Serón (2006) señala que los estudiantes de enfermería presentan factores estresantes: biológicos, psicológicos y socioculturales medianamente significativos y que estos se relacionan con el rendimiento académico. Todos los autores mencionados señalan que la presencia de estrés académico en los estudiantes influye significativamente en el rendimiento académico de los estudiantes, es decir que a mayor sea el nivel de estrés, menor será el nivel de rendimiento académico y viceversa. Ello está de acuerdo a lo que se ha encontrado en esta investigación. Es importante mencionar que a diferencia de López (2016) los autores Serón (2006) y Rocha (2008) utilizaron un test de estrés diferente.

Por otro lado estos resultados no guardan relación con Domínguez R.A., Guerrero y Domínguez J.G. (2015) quienes señalan que habiendo aplicado a los estudiantes el Inventario SISCO del Estrés Académico. Los resultados mostraron que el estrés no afecta de manera significativa el rendimiento académico. Este resultado no concuerda con la investigación realizada. Es de suma importancia mencionar que a diferencia de esta investigación, los autores mencionados utilizaron como muestra estudiantes de la Universidad de Autónoma de Yucatan.

La trascendencia y fortaleza de la presente investigación es que con la variable rendimiento académico, se trabajó con las notas de todas las áreas y todas las capacidades de cada área según el MINEDU. Además el Inventario de SISCO de estrés académico posee propiedad psicométricas de confiabilidad y validez. El fin de trabajar con todas las áreas y el inventario de SISCO de estrés académico fue para tener un mejor panorama de la realidad sobre la relación entre las dos variables (estrés académico y rendimiento académico), esta información será de gran importancia para toda la comunidad escolar y nos ayudara a tomar mejores decisiones para tratar de reducir y evitar este fenómeno que perjudica a las estudiantes en la actualidad.

## CAPÍTULO V

### 5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 5.1. CONCLUSIONES

##### **Primera**

Las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, presentan un alto nivel de estrés académico, según la prueba no paramétrica Chi cuadrada bondad de ajuste, con un p valor igual a 0.000013 ( $p < 0.05$ ), es decir tenemos una mayoría de estudiantes considerable (35.23%) poseen nivel de estrés altos con puntuaciones de 98 a 170 según la escala SISCO.

De acuerdo a la investigación el alto nivel de estrés académico se debe entre otras causales a la tensión psicológica producida por la excesiva carga académica y por las condiciones de estudio, que provocan preocupaciones y nerviosismo.

##### **Segunda**

Las estudiantes del quinto grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, presentan un nivel de rendimiento académico de proceso, según la prueba no paramétrica Chi cuadrada bondad de ajuste, con un p valor igual a  $(4.1101E-13)$  ( $p < 0.05$ ), es decir tenemos un grupo considerable de estudiantes (50%) poseen un promedio general entre notas vigesimal de 11 a 13 (en proceso).

Es necesario precisar que el rendimiento académico se encuentra en un nivel de proceso, lo que equivale de acuerdo a la escala cualitativa como un avance de regular en el aprendizaje.

### **Tercera**

Existe relación inversamente entre el nivel de estrés y rendimiento Académico en las estudiantes del quinto grado del nivel secundaria en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017. según la prueba no paramétrica tau - c de Kendall, con un p valor igual a (9,4949E-21) ( $p < 0.05$ ), es decir que a mayor nivel de estrés, menor es el rendimiento académico del estudiante y viceversa. Salvo algunas excepciones donde el estrés ayuda a un mayor esfuerzo que permite un mejor rendimiento.

## **5.2. RECOMENDACIONES**

### **Primera**

Que la dirección académica de la I.E. junto a los profesores deben llevar a cabo talleres de salud mental con el apoyo y asesoría del psicólogo de la institución para desarrollar medidas preventivas para mejorar las estrategias de afrontamiento al estrés académico de las estudiantes, además el psicólogo del colegio debería programar citas más frecuentes con los padres de familia y las estudiantes para detectar los estresores más frecuentes y poder prevenir este fenómeno.

### **Segunda**

Para mejorar el rendimiento académico se debería dosificar las tareas académicas, además la dirección académica de la I.E con el apoyo de los profesores deberían implementar talleres de reforzamiento después de clases o los fines de semana, para los cursos que tienen una mayor dificultad o son percibidas como estresantes para las estudiantes como por ejemplo los cursos de: ciencia, tecnología y ambiente y matemáticas, además los tutores deben tener una mejor comunicación con los padres de familia y sobre todo con sus estudiantes para brindarles las herramientas adecuadas para que puedan realizar sus tareas académicas sin llegar a un nivel de estrés académico que las perjudique académicamente.

### **Tercera**

Que la dirección académica de la I.E. junto con los psicólogos y tutores desarrollen campañas con temas referentes al estrés académico y así conocer las medidas preventivas para minimizar los niveles altos de estrés académico, con el propósito de lograr un mejor manejo y control de los estresores más frecuentes que se han observado en el inventario de SISCO. Lo que se busca es que el estrés académico no afecte de manera negativa el rendimiento académico, ya que existe un porcentaje considerable de estudiantes con nivel alto de estrés académico y un nivel de rendimiento académico de proceso. La dirección, profesores y padres de familia anhelan que las estudiantes disminuyan su nivel de estrés académico y logren llegar

a un nivel de rendimiento académico de logro esperado y/o destacado. Todo ello será de gran apoyo para su futura experiencia académica en la educación superior universitaria.

## BIBLIOGRAFÍA

- Acuña, J. (2013). *Autoestima y rendimiento académico de los estudiantes del x ciclo 2012 - II de la Escuela Académica Profesional de Educación Primaria y problemas de aprendizaje de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión - Huacho* (tesis de pregrado). Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, Perú.
- Avila, S. (2016, 27 de junio). Detrás del cambio de escala de notas. *.edu PUCP*. Recuperado de PuntoEdu: <http://puntoedu.pucp.edu.pe/noticias/detras-del-cambio-de-escala-de-notas/>
- Baum, A. (1990). Stress, Intrusive Imagery, and Chronic Distress, *Health Psychology*, 6, pp. 653-675.
- Beltran, K. N., Estrada, M. M. L., Martinez, A. M. & Navarro, T. V. (2010). *Como afecta y se relaciona el estrés con el rendimiento académico en estudiantes de segundo año de la carrera de medicina del CUM-USAC, durante el mes de mayo de 2010* (tesis de pregrado). Universidad de San Carlos de Guatemala, Guatemala.
- Barraza, A. (2004). *El estrés académico en los alumnos de postgrado*. PsicologíaCientífica.com. Recuperado de <http://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-postgrado/>
- Barraza, A. (2006). *Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico*. en la biblioteca virtual de PsicologíaCientífica.com, disponible en <http://www.psicologiacientifica.com>

- Barraza, A. (2007). *Inventario de SISCO del estrés académico y Propiedades psicométricas*. Universidad Pedagógica de Durango. México
- Barraza, A. y Silerio, J. (2007). El estrés académico en los alumnos de educación media superior. Un estudio comparativo. *Investigación Educativa Duranguense*, 7, 48-65.
- Barraza, A. (2008) El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. *Av. Psicol. Latinoam.* 26(2), 270-289 [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1794-47242008000200012&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-47242008000200012&lng=en&nrm=iso)
- Bertalanffy, L. V. (1991). *Teoría general de sistemas*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Berrío García, N., & Mazo Zea, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología*: 3(2), 65-82.
- Bisquerra, R. (2009,) *Metodología de la investigación educativa*. Madrid-España: La Muralla, S.A.
- Caballero, C., Abello, R. & Palacio, J. (2007). Relación de burnout y rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 25(2), 98-111.
- Caldera, J. F., Pulido, B. E., & Martínez, G. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 7, 77-82.
- Cohen, F. & Lazarus, R. S. (1979). Coping with the stresses of illness. In G. C. Stone, F. Cohen & N. E. Adler (Eds.), *Health Psychology: A handbook* (pp. 217-254). San Francisco: Jossey-Bass

- Colle, R. (2002). *¿Qué es la teoría cognitiva sistémica de la comunicación?* Santiago de Chile: Universidad Diego Portales
- Covington, M. (1984). The motive for self-worth. In R. Ames & C. Ames (Eds.), *Research on Motivation in Education. Student Motivation*. Vol.I, 77-113
- Domínguez Castillo, R. A., Guerrero Walker, G. J., & Domínguez Castillo, J. G. (2015). Influencia del estrés en el rendimiento académico de un grupo de estudiantes universitarios. *Educación y ciencia*, 4(43), 31-40.
- Heredia, Y. & Camacho, D.F. (2014, agosto). *Factores que afectan el desempeño académico*. recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/281294042\\_Factores\\_que\\_afectan\\_el\\_desempeno\\_academico?enrichId=rgreq-0cb990c0a5711fa058a70e35c547169d-XXX&enrichSource=Y292ZXJQYWdlOzI4MTI5NDA0MjtBUzoyNjc0NjlyODk2NTM3NjBAMTQ0MDc3OTM4NzExMQ%3D%3D&el=1\\_x\\_2&esc=publicationCoverPdf](https://www.researchgate.net/publication/281294042_Factores_que_afectan_el_desempeno_academico?enrichId=rgreq-0cb990c0a5711fa058a70e35c547169d-XXX&enrichSource=Y292ZXJQYWdlOzI4MTI5NDA0MjtBUzoyNjc0NjlyODk2NTM3NjBAMTQ0MDc3OTM4NzExMQ%3D%3D&el=1_x_2&esc=publicationCoverPdf)
- Hergenhahn, B. (1976). *Introduction to the theories of learning*. Englewood Cliffs. New Jersey : Prentice-Hall, Inc.
- Hogan, P. (2004). *Pruebas psicológicas*. Mexico: El manual moderno.
- Jadue, G. (2001). Algunos efectos de la ansiedad en el rendimiento escolar. *Estudios pedagógicos*. 27, 2011, 111-118. recuperado de <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052001000100008>
- Jiménez, M. (2012 - 2013). *Adaptacion del Inventariode SISCO del Estrés Academico en estudiantes Universitarios Cubanos*. (tesis de pregrado). Universidad Central Marta Abreu de las Villas, Cuba.

La prensa. (2016, 10 de febrero). El Perú esta entre los peores en rendimiento escolar. *La prensa Noticias*. Recuperado de <https://laprensa.peru.com/actualidad/noticia-peru-educacion-rendimiento-escolar-ranking-ocde-matematicas-lectura-58238>

Laredo, L. (2011). *Influencia del Estrés sobre el Rendimiento Académico en los alumnos de 5° y 6° de la Escuela Primaria Leona Vicario* (Tesis de pregrado). Universidad Don Vasco, A.C., México.

Lazarus, R. y Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York, USA: Springer. Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=i-ySQQUUp8C&oi=fnd&pg=PR5&dq=Lazarus+y+Folkman,+1984+estres&ots=DeKQnofePf&sig=OOKswplQ-ngUspZqY4jrjQpd0Ao#v=onepage&q&f=false>

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

López, J. A. (2016). *Influencia del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería de la Universidad Ciencias de la Salud Arequipa, 2016* (tesis de pregrado). Universidad Ciencias de la Salud de Arequipa, Perú.

Martínez, E. S., & Díaz, D. A. (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Investigación Pedagógica*, 10(2), 11-22.

Martinez, I. (2013). *El estrés y su influencia en el Rendimiento Académico en estudiantes del nivel secundaria del Instituto Educativo Arquimedes* (Tesis de pregrado). Universidad Don Vasco, A.C., México.

Martínez-Otero, V. (2007). *Los adolescentes ante el estudio. Causas y consecuencias del rendimiento académico*. Madrid-España: Fundamentos.

- Mediavilla, M., & Gallego, L. (2016). Condicionantes del rendimiento académico en la escolaridad primaria en Brasil: Un análisis multifactorial. *EDUTODOS - Progresos y limitaciones de la Educación para Todos en América Latina*, 37(134), 195-216.
- Mejía, A. (2011). *Estrés ambiental e impacto de los factores ambientales en la escuela*. Pampedia (7), 3-18.
- Melgosa, J. (1995). *¡Sin estrés! Nuevo estilo de vida*. Madrid, España: Safeliz SL.
- Ministerio de Educación del Perú. (2016, 14 de junio) Nueva escala de calificación de las evaluaciones será alfabética, como en muchos países del mundo. Perú: *Portal de transparencia*. Recuperado de <http://www.minedu.gob.pe/n/noticia.php?id=38611>
- Ministerio de Educación del Perú. (2015) Jornada escolar completa secundaria. Perú: *Portal de transparencia*. Recuperado de <http://jec.perueduca.pe/>
- Naranjo, M. L. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2), 171-190.
- Navarro, R. E. (2003). El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. REICE. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*. Recuperado de <https://revistas.uam.es/index.php/reice/article/view/5354/5793>
- Núñez, L., Archila, D., Caceres, B., Giron, E., Alfaro, B. & Mejia, I. et al. (2008). *Influencia del estrés académico en el rendimiento de los estudiantes de II de Bachillerato del Instituto Salesiano San Miguel*. (Tesis de pregrado). Universidad Nacional Autónoma de Honduras, Honduras.

- Orlandini, A. (1999). *El estrés. Que es y cómo evitarlo (2ª. ed.)*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Oros, L.B. & Vogel, G.K. (2005). Eventos que generan estrés en la infancia: diferencias por sexo y edad [Versión electrónica]. *Enfoques*, 1 (17), 85-101.
- Paba, C., Lara, R. & Palmezano, A. (2008). Estilos de aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista de la Facultad de Ciencias de la Salud*, 5(2), 99-105.
- Pizarro, R. (1985). *Rasgos y actitudes del profesor efectivo* (Tesis de Maestría). Pontificia Universidad Católica de Chile, Chile.
- Reyes, Y. N. (2003). *Relación entre el rendimiento académico, la ansiedad ante los exámenes, los rasgos de personalidad, el autoconcepto y la asertividad en estudiantes del primer año de psicología de la U.N.M.S.M.* (Tesis de pregrado). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Perú.
- Rios, L. (2014). *Factores Estresores Académicos Asociados a Estrés en estudiantes de Enfermería de la Escuela Padre Luis Tezza* (Tesis de pregrado). Universidad Ricardo Palma, Perú.
- Rocha, S. (2008). *Correlación entre Rendimiento Académico y Estrés en Estudiantes del Nivel Educativo Superior* (Tesis de pregrado). Universidad Don Vasco A.C., México.
- RPP. (2016, 06 de diciembre). Prueba Pisa 2015: ¿Cómo le fue a Perú respecto al resto de América? *RPP noticias*. Recuperado de <http://rpp.pe/politica/estado/pisa-2015-como-queda-el-peru-en-comparacion-con-otros-paises-evaluados-noticia-1014665>

- Sandín, B. (1995). El estrés. En A. Bellock, B. Sandín y F. Ramos, *Manual de Psicopatología* (pp. 3-52). Madrid: McGraw-Hill.
- Selye, H. (1956). *The stress of life*. New York: McGraw-Hill. Recuperado de <http://www.repositorio.cenpat-conicet.gob.ar/bitstream/handle/123456789/415/theStressOfLife.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Serón, N. (2006). *Relación que existe entre Factores Estresantes y Rendimiento Académico de los Estudiantes de Enfermería de la U.N.M.S.M.* (Tesis de pregrado). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Perú.
- Szabo, S. Tache, Y y Somogyi, A. (2012). *The legacy of Hans Selye and the origins of stress research: A retrospective 75 years after his landmark brief "Letter" to the Editor# of Nature*. Recuperado de <https://pdfs.semanticscholar.org/10c0/55b4acbfa789ce0885beb54e34ceefe22fc2.pdf>
- Vásquez, I. (2016). PISA y la educación privada, por Ian Vásquez. *El comercio* Recuperado de <https://elcomercio.pe/opinion/mirada-de-fondo/pisa-educacion-privada-ian-vasquez-154150>
- Valderrama, S. (2013). *Pasos para la elaborar proyectos de investigación científica*. Lima - Perú: Editorial San Marcos.
- Vallejo, L. (2011). *Relacion entre estrés academico y rendimiento academico en estudiantes de la carrera de Quimica Farmaceutiva-Biologica de la UNAM* (Tesis de pregrado). Universidad Pedagogica Nacional Psicologia Educativa, Mexico.

# APÉNDICES

## APÉNDICE A

### MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	METODOLOGIA	CONCLUSIONES	RECOMENDACIONES
<b>INTERROGANTE PRINCIPAL</b> ¿Existe relación entre estrés académico y rendimiento académico en los estudiantes del 5º Grado del Nivel Secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017?	<b>OBJETIVO GENERAL</b> Determinar el Nivel de Estrés Académico en los estudiantes del Quinto Grado del Nivel Secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017.	<b>HIPOTESIS GENERAL</b> Existe relación entre el Nivel de Estrés Académico y Rendimiento en las estudiantes del Quinto Grado del Nivel Secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017.	<b>ESTRES ACADEMICO</b>	1- Estresores	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Compite con los compañeros.</li> <li>2. Tiene sobrecarga de trabajos escolares.</li> <li>3. Le afecta la personalidad del Profesor.</li> <li>4. Le afecta las evaluaciones.</li> <li>5. Le afecta los tipos de trabajos asignados.</li> <li>6. No comprendidos temas en clase.</li> <li>7. Participa en clase.</li> <li>8. Le afecta el tiempo limitado para hacer los trabajos.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Tipo de Investigación</b> Básica</li> <li>• <b>Diseño de Investigación</b> No experimental-transversal</li> <li>• <b>Ámbito de Estudio</b> I.E. Santísima Niña María en el nivel secundario</li> <li>• <b>Población</b> Estudiantes del 5º grado de secundaria</li> <li>• <b>Muestra</b> No probabilística-estratégico.</li> </ul> <p>La muestra es la población, 88 estudiantes</p>	Las estudiantes del Quinto Grado del Nivel Secundaria en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, presentan un alto nivel de Estrés Académico, según la prueba no paramétrica Chi cuadrada bondad de ajuste( $\chi^2$ ) con un p valor igual a 0.000 ( $p<0.05$ ), es decir tenemos una mayoría de estudiantes considerable (35.23%) que poseen nivel de estrés altos con puntuaciones de 98 al 70 según la escala SISCO.	Que la dirección académica de la I.E. junto a los profesores realicen talleres de salud mental con el apoyo y asesoría del psicólogo de la institución para desarrollar medidas preventivas para mejorar las estrategias de afrontamiento al estrés académico de las estudiantes, además el psicólogo del colegio debería de programar citas más frecuentes con los padres de familia y las estudiantes para detectar los estresores más frecuentes y poder prevenir este fenómeno.
<b>INTERROGANTES ESPECIFICAS</b> ¿Cuál es el Nivel de Estrés Académico en las estudiantes del 5º Grado del Nivel Secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017?	<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS</b> Determinar el Nivel de Estrés Académico en las estudiantes del Quinto Grado del Nivel Secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017.	<b>HIPOTESIS ESPECIFICAS</b> Las estudiantes del Quinto Grado del Nivel Secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, presentan un alto nivel de Estrés Académico.		2- Sintomas	<p><b>SINTOMAS O REACCIONES FISICAS</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tiene trastornos en el sueño.</li> <li>2. Tiene Fajiga crónica</li> <li>3. Tiene dolores de cabeza o migraña</li> <li>4. Tiene dolor abdominal o diarrea</li> <li>5. Tiende a rascarse o morderse las uñas, etc.</li> <li>6. Tiene somnolencia o mayor necesidad de dormir.</li> </ol> <p><b>SINTOMAS O REACCIONES PSICOLOGICAS</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tiene inquietud.</li> <li>2. Tiene sentimientos de depresión y tristeza.</li> <li>3. Tiene ansiedad, angustia o desesperación.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Población</b> Estudiantes del 5º grado de secundaria</li> <li>• <b>Muestra</b> No probabilística-estratégico.</li> </ul> <p>La muestra es la población, 88 estudiantes</p>	Las estudiantes del Quinto Grado del Nivel Secundaria en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, presentan un nivel de rendimiento Académico de Logro esperado, según la prueba no paramétrica Chi cuadrada bondad de ajuste( $\chi^2$ ) con un p valor igual a 0.000 ( $p<0.05$ ), es decir tenemos una mayoría de estudiantes considerable	Para mejorar el rendimiento académico se debería implementar talleres de reforzamiento en las tardes, para los cursos que tienen una mayor dificultad o son percibidos como estresantes para las estudiantes como por ejemplo el curso de matemáticas y además los tutores deben tener una mejor comunicación con los padres de familia y sobre todo con sus estudiantes para brindarles las

<p>¿Cuál es el nivel de rendimiento académico presentan las estudiantes del Quinto Grado del Nivel Secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017?</p>	<p>Determinar el nivel de Rendimiento Académico que presentan las estudiantes del Quinto Grado del Nivel Secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017.</p>	<p>Las estudiantes del Quinto Grado del Nivel Secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, presentan un nivel de Rendimiento Académico de Proceso.</p>	<p>3- Estrategias de Afrontamiento</p>	<p>4. Tiene problemas de concentración. 5. Tiene sentimientos de agresividad o irritabilidad.</p> <p><b>SINTOMAS O REACCIONES COMPORTAMENTALES</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tiene conflictos o tendencia a discutir.</li> <li>2. Se aísla de los demás.</li> <li>3. Tiene desagrano para realizar las labores escolares.</li> <li>4. Presenta un aumento o reducción de consumo de alimentos.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Técnicas de Recolección de dato</b></li> </ul> <p>Escueta (V1) Análisis documental (V2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Instrumentos</b></li> </ul> <p>Cuestionario Inventario de SISCO de estrés académico(V1) Matriz de categorías (V2)</p>	<p>(56,82%), que poseen un promedio general entre notas vigesimal de 14 a 17.</p>	<p>herramientas adecuadas para que puedan realizar mejor sus tareas académicas, ya que muchas de las estudiantes podían presentar deficiencias en sus hábitos de estudio, salud y alimentación, ya que algunas de las estudiantes podrían carecer de los elementos esenciales para mejorar su rendimiento académico y evitar la deserción escolar. Por otro lado cabe resaltar que las estudiantes poseen un logro esperado, es decir tienen un buen rendimiento general académico, pero la institución desea que obtenga un logro destacado, porque en el 2016 obtuvieron el primer lugar en los exámenes ECE con el segundo grado del nivel secundario en la región de Tacna y desean mantener y mejorar su nivel académico.</p>
<p>¿Qué grado de relación existe entre estrés académico y rendimiento académico en las estudiantes del Quinto Grado del Nivel Secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017?</p>	<p>Determinar el grado de relación entre Nivel de Estrés académico y Rendimiento Académico en las estudiantes del Quinto Grado del Nivel Secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017.</p>	<p>Existe una relación significativa entre el Nivel de Estrés académico y Rendimiento Académico en las estudiantes del Quinto Grado del Nivel Secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017.</p>	<p>1. Tiene habilidad asertiva. 2. Elabora un plan y realiza sus tareas. 3. Se concentra para resolver la situación que lo preocupa. 4. Se elogia a sí mismo. 5. Le afecta la religiosidad. 6. Tiende a buscar información según su situación. 7. Ve lo positivo de las malas situaciones que lo preocupan. 8. Conversa sobre la situación que le afecta.</p> <p><b>COMPETENCIAS DE CADA ÁREA</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Actúa y piensa matemáticamente en situaciones de cantidad</li> <li>2. Actúa y piensa matemáticamente en</li> </ol>	<p>Existe relación inversamente entre el Nivel de Estrés y Rendimiento Académico en las estudiantes del Quinto Grado del Nivel Secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017. según</p>	<p>Que la dirección académica de la I.E. junto con los tutores desarrollen medidas preventivas para minimizar los niveles de estrés académico y así lograr un mejor manejo y control de los estresores más frecuentes que se han observado en el test de</p>		
<p><b>RENDIMIENTO ACADÉMICO</b></p>	<p><b>ÁREAS</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Matemática</li> </ol>	<p><b>COMPETENCIAS DE CADA ÁREA</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Actúa y piensa matemáticamente en situaciones de cantidad</li> <li>2. Actúa y piensa matemáticamente en</li> </ol>	<p><b>COMPETENCIAS DE CADA ÁREA</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Actúa y piensa matemáticamente en situaciones de cantidad</li> <li>2. Actúa y piensa matemáticamente en</li> </ol>	<p><b>COMPETENCIAS DE CADA ÁREA</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Actúa y piensa matemáticamente en situaciones de cantidad</li> <li>2. Actúa y piensa matemáticamente en</li> </ol>	<p><b>COMPETENCIAS DE CADA ÁREA</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Actúa y piensa matemáticamente en situaciones de cantidad</li> <li>2. Actúa y piensa matemáticamente en</li> </ol>		

<p>situaciones de forma, movimiento y localización</p> <p>3. Actúa y piensa matemáticamente en situaciones de gestión de datos e incertidumbre</p> <p>4. Actúa y piensa matemáticamente en situaciones de regularidad, equivalencia y cambio</p> <p>1. Afirma su identidad</p> <p>2. Se desenvuelve éticamente</p> <p>1. Comprende textos escritos</p> <p>2. Comprende textos orales</p> <p>3. Interactúa con expresiones literarias</p> <p>4. Produce textos escritos</p> <p>5. Se expresa oralmente</p> <p>1. Comprensión doctrinal cristiana</p> <p>2. Discernimiento de fe</p> <p>1. Comprensión y desarrollo de la Corp. y la Salud</p> <p>2. Convivencia e interacción socio motriz</p> <p>3. Dominio corporal y expresión creativa</p> <p>1. Actúa responsablemente en el ambiente</p> <p>2. Actúa responsablemente respecto a los recursos</p>	<p>La prueba no paramétrica tau - c de Kendall, con un p valor igual a 0.000 (<math>p &lt; 0.05</math>), es decir que a mayor nivel de estrés, menor es el rendimiento académico del estudiante y viceversa.</p>	<p>SISCO, todo ello con el fin de que no afecte de manera negativa el rendimiento académico de las estudiantes. Ya que existe un porcentaje considerable de estudiantes con alto nivel de estrés académico y un logro esperado de rendimiento académico. Lo que se desea por parte de la dirección, profesores y padres de familia es que las estudiantes disminuyan su nivel de estrés académico y logren llegar a un logro destacado en su rendimiento académico, ya que obtener buena calificación y lograr un buen manejo y control del estrés académico será de gran apoyo para su próxima nueva experiencia en la educación superior.</p>
<p>2. Persona, familia y relaciones humanas</p> <p>3. Comunicación</p> <p>4. Educación religiosa</p> <p>5. Educación física</p> <p>6. Historia, geografía y economía</p>		



## APÉNDICE B - 1

### INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO TEST

Nombres y Apellidos \_\_\_\_\_ 5to Grado – Sección:

\_\_\_\_\_

**Marque con una X la respuesta que sea tu caso**

1. ¿durante el transcurso de este bimestre escolar has tenido momentos de preocupación o nerviosismo? Señala con un **X**

2. Utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo.  
(1 es poco y 5 es mucho)

1	2	3	4	5

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

	NUNCA (1)	RARA VEZ (2)	ALGUNAS VECES (3)	CASI SIEMPRE (4)	SIEMPRE (5)
1. La competencia con los compañeros del grupo					
2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
3. La personalidad y carácter del profesor					
4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, trabajos de investigación, etc.)					
5. El tipo de trabajo que te piden los profesores (ensayos, mapas conceptuales, fichas de trabajo, etc.)					
6. No entender los temas que se abordan en clase					
7. Participación en clase (responder a las preguntas, exposiciones, etc.)					
8. Tiempo limitado para					

hacer el trabajo					
9. Otra (especifique)					

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

<b>síntomas o reacciones físicas</b>					
	<b>NUNCA (1)</b>	<b>RARA VEZ (2)</b>	<b>ALGUNAS VECES (3)</b>	<b>CASI SIEMPRE (4)</b>	<b>SIEMPRE (5)</b>
1. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
2. Fatiga crónica (cansancio permanente)					
3. Dolores de cabeza o migraña					
4. Dolor abdominal o diarrea					
5. Rascarse, morderse la uñas, frotarse, etc.					
6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
<b>síntomas o reacciones psicológicas</b>					
	<b>NUNCA (1)</b>	<b>RARA VEZ (2)</b>	<b>ALGUNAS VECES (3)</b>	<b>CASI SIEMPRE (4)</b>	<b>SIEMPRE (5)</b>
7. Inquietud (incapacidad de relajarse o estar tranquilo)					
8. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
9. Ansiedad, angustia o desesperación					
10. Problemas de concentración					
11. Sentimientos de agresividad o irritabilidad					
<b>: síntomas o reacciones comportamentales</b>					
	<b>NUNCA (1)</b>	<b>RARA VEZ (2)</b>	<b>ALGUNAS VECES (3)</b>	<b>CASI SIEMPRE (4)</b>	<b>SIEMPRE (5)</b>
12. Conflictos o tendencias a discutir					
13. Aislamiento de los demás					
14. Desgano para realizar las labores escolares					
15. Aumento o reducción del consumo de alimentos					
16. Otra (especifique) _____					

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

	<b>NUNCA (1)</b>	<b>RARA VEZ (2)</b>	<b>ALGUNAS VECES (3)</b>	<b>CASI SIEMPRE (4)</b>	<b>SIEMPRE (5)</b>
1. Habilidad asertiva (defender preferencias, sentimientos o ideas sin dañar a otros)					
2. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
3. Concentrarse en resolver la situación que me preocupa					
4. Elogios a si mismo					
5. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
6. Búsqueda de información a la situación					
7. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa					
8. Platicar de la situación					
9. Otra (especifique)					

