



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN

CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

TÍTULO

**EL CLIMA ESCOLAR Y EL ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS
ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA
FISCOMISIONAL MONSEÑOR ALBERTO ZAMBRANO PALACIOS,
CANTÓN OLMEDO PERIODO 2013– 2014**

Tesis previa a la obtención del grado de Licenciada
en Ciencias de la Educación. Mención Psicología
Educativa y Orientación.

AUTORA

Laura Elizabeth Ramírez Cuenca

DIRECTORA

Dra. Mg. Sc. Sonia Elizabeth Cosíos Castillo

LOJA – ECUADOR

2015

CERTIFICACIÓN

Dra. Mg. Sc.

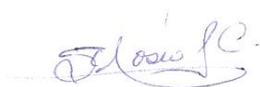
Sonia Elizabeth Cosíos Castillo

DOCENTE DEL ÁREA DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN, DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA.

CERTIFICA:

Que el presente trabajo investigativo titulado: **EL CLIMA ESCOLAR Y EL ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL MONSEÑOR ALBERTO ZAMBRANO PALACIOS, CANTÓN OLMEDO PERIODO 2013 – 2014**, autoría de Laura Elizabeth Ramírez Cuenca egresada de la carrera de Psicología Educativa y Orientación ha sido asesorada y monitoreada con pertinencia la ejecución de la tesis, así como haber revisado oportunamente los informes de avance de la investigación, devolviéndose a la aspirante, con las observaciones y recomendaciones necesarias para asegurar la calidad de la misma, por lo tanto se autoriza su presentación para su posterior sustentación, calificación y defensa privada, como pública.

Loja, 29 junio 2015



Dra. Mg. Sc. Sonia Cosíos Castillo
DIRECTORA DE TESIS

AUTORÍA

Yo **Laura Elizabeth Ramírez Cuenca** declaro ser autora del presente trabajo de tesis y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos de posibles reclamos o acciones legales, por el contenido de la misma.

Adicionalmente acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja, la publicación de mi tesis en el Repositorio Institucional-Biblioteca Virtual.

Autora: Laura Elizabeth Ramírez Cuenca

Firma:

Cédula: 1404919590

Fecha: Diciembre de 2015

CARTA DE AUTORIZACIÓN DE TESIS POR PARTE DE LA AUTORA PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TEXTO COMPLETO.

Yo, Laura Elizabeth Ramírez Cuenca declaro ser autora de la tesis titulada: **EL CLIMA ESCOLAR Y EL ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL MONSEÑOR ALBERTO ZAMBRANO PALACIOS, CANTÓN OLMEDO PERIODO 2013- 2014**, como requisito para optar al grado de Licenciada en Ciencias de la Educación, Mención: Psicología Educativa y Orientación; autorizo al sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que con fines académicos muestre al mundo la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera en el Repositorio Digital Institucional:

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el RDI, en las redes de información del país y del exterior, con las cuales tenga convenio la Universidad.

La Universidad Nacional de Loja, no se responsabiliza por el plagio o copia de la tesis que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Loja, a los 02 días del mes de diciembre del 2015, firma la autora.

Firma:

Autora: Laura Elizabeth Ramírez Cuenca

Cédula: 1104919590

Dirección: Barrio el Capulí vía Malacatos

Correo Electrónico: ramirezcuencal@yahoo.com

Teléfono: 257-70-00 0986923018

DATOS COMPLEMENTARIOS

Directora de tesis: Dra. Mg. Sc. Sonia Cosíos Castillo

Tribunal de grado: Presidenta: Lic. Katy Lemache A. Mg. Sc.

Primer vocal: Lic. Diana Vilela Mg. Sc.

Segunda vocal: Dr. Juan Rojas Mg. Sc.

AGRADECIMIENTO

A las Autoridades de la Universidad Nacional de Loja, al Área de Educación, el Arte y la Comunicación, principalmente a la coordinación y docentes de la carrera de Psicología Educativa y Orientación por la valiosa formación académica, profesional y apoyo brindado durante estos años de estudios.

De manera especial y sincera a la Dra. Sonia Cosíos Castillo por su dedicación, guía y apoyo continuo, es mi deseo expresar mi gratitud a todas las personas que han hecho posible el desarrollo de este trabajo.

De la misma manera a la Hermana Isabel Beltrán Granda coordinadora de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios Cantón Olmedo, quien con su colaboración supo abrir las puertas y conceder el espacio para llevar a efecto este trabajo investigativo.

LA AUTORA

DEDICATORIA

Principalmente a Dios por darme el don de la perseverancia para cumplir mis metas, a mis padres porque gracias a su apoyo, esfuerzo y comprensión me han inspirado confianza impulsándome a obtener uno de mis principales objetivos con cariño admiración y respeto; A mi hijo Sebastián es mi principal factor de motivación, inspiración y superación en la vida.

Elizabeth

MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO

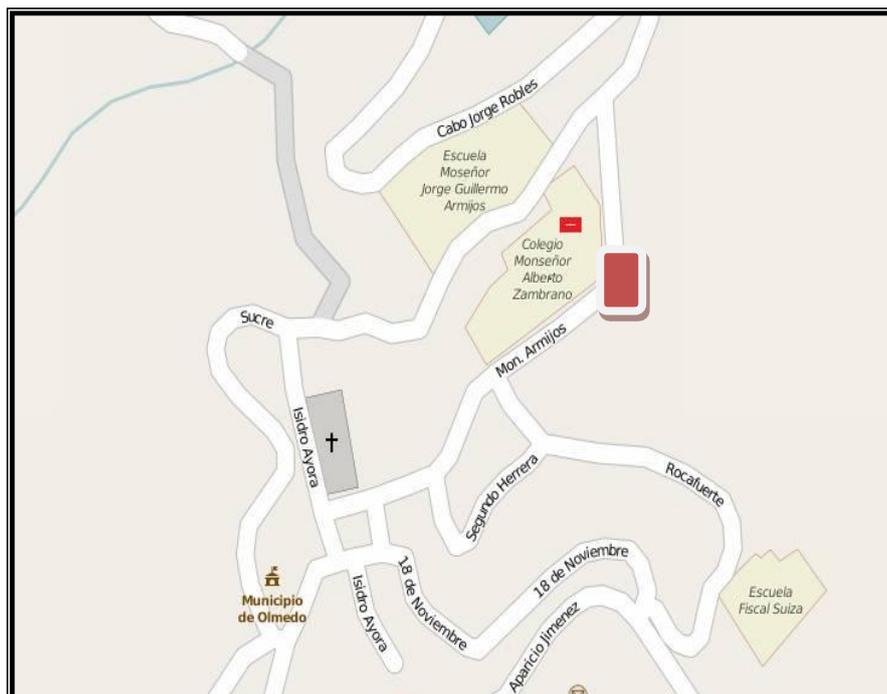
ÁMBITO GEOGRÁFICO DE LA INVESTIGACIÓN											
BIBLIOTECA: Área de la Educación, el Arte y la Comunicación											
Tipo de documento	AUTOR /NOMBRE DEL DOCUMENTO	FUENTE	FECHA AÑO	ÁMBITO GEOGRÁFICO						OTRAS Desagregaciones	NOTAS OBSERVACIONES
				NACIONAL	REGIONAL	PROVINCIA	CANTÓN	PARROQUIA	BARRIO COMUNIDAD		
TESIS	Laura Elizabeth Ramírez Cuenca EL CLIMA ESCOLAR Y EL ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL MONSEÑOR ALBERTO ZAMBRANO PALACIOS, CANTÓN OLMEDO PERIODO 2013-2014	UNL	2013	ECUADOR	ZONA 7	LOJA	Olmedo	Olmedo	UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL MONSEÑOR ALBERTO ZAMBRANO PALACIOS.	CD	Licenciada en Ciencias de la Educación, Mención: Psicología Educativa y Orientación

MAPA GEOGRÁFICO Y CROQUIS

MAPA GEOGRÁFICO DEL CANTÓN OLMEDO



CROQUIS DEL TERRITORIO INVESTIGADO



ESQUEMA DE TESIS

- i. PORTADA.
 - ii. CERTIFICACIÓN
 - iii. AUTORÍA.
 - iv. CARTA DE AUTORIZACIÓN
 - v. AGRADECIMIENTO
 - vi. DEDICATORIA.
 - vii. MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO
 - viii. MAPA GEOGRÁFICO Y CROQUIS
 - ix. ESQUEMA DE TESIS
-
- a. TÍTULO
 - b. RESUMEN – SUMMARY
 - c. INTRODUCCIÓN
 - d. REVISIÓN DE LITERATURA
 - e. MATERIALES Y MÉTODOS
 - f. RESULTADOS
 - g. DISCUSIÓN
 - h. CONCLUSIONES
 - i. RECOMENDACIONES
 - j. BIBLIOGRAFÍA
 - k. ANEXOS.

a. TÍTULO

EL CLIMA ESCOLAR Y EL ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL MONSEÑOR ALBERTO ZAMBRANO PALACIOS, CANTÓN OLMEDO PERÍODO 2013-2014.

b. RESUMEN

La presente investigación denominada: el clima escolar y el estrés académico de los estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios, Cantón Olmedo periodo 2013- 2014, se planteó con el objetivo de analizar la influencia del clima escolar en el estrés académico de los estudiantes investigados. Fue un estudio descriptivo, con una muestra de 70 estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios del cantón Olmedo; se utilizaron los métodos científico, estadístico, descriptivo, analítico, sintético, deductivo, inductivo. Se usó la encuesta; la Escala de percepción del clima y funcionamiento del centro (Gardner, 2008) y el Inventario SISCO del estrés académico de Arturo Barraza Macías (2007). Los resultados en cuanto al clima escolar el 54% afirman que las normas y valores se encuentran en un nivel bajo, mientras que el estrés académico el 91% en un nivel profundo referente a los estresores como la participación en clase, exposiciones, los temas que abordan se tornan situaciones inquietantes; el 78% con nivel moderado presentan los síntomas físicos, psicológicos y comportamentales. Conclusiones: la mayoría de estudiantes perciben el clima escolar (normas y valores) en un nivel bajo mientras que el estrés académico se manifiesta en un nivel profundo que son los estresores, en esta población investigada las normas y valores influyen en un nivel profundo de estrés académico (estresores).

SUMMARY

The present research work entitled: The school climate and academic stress of the students from Bachillerato at “Monseñor Alberto Zambrano Palacios” Fiscomisional Educative Unit, Olmedo Canton, Academic Period 2013 – 2014, was established with the purpose of analyzing the influence of the school climate on the academic stress of the researched students. It was a descriptive study with 70 students from Bachillerato at “Monseñor Alberto Zambrano Palacios” Fiscomisional Educative Unit, Olmedo Canton. The methods used for the research were scientific, statistical, descriptive, analytical, synthetic, deductive, and inductive. The survey “The climate scale perception and the academy performance (Gardner, 2008) and SISCO Inventory of Academic Stress Barraza Arturo Macias (2007)” was used. 54% of the regarding results about the school climate demonstrate that standards and values are in a low level, while 91% demonstrate the academic stress in a deep level regarding stressors such as class participation, expositions, subjects they study become disquieting situations; 78% with a moderate level present physical, psychological and behavioral symptoms. Conclusions: Most of the students perceive the school climate (standards and values) in a low level, while the academic stress is demonstrated in a deep level, which are the stressors. In this research population standards and values influence on a deep level of academic stress (stressors)

c. INTRODUCCIÓN

El salón de clases ámbito en el cual los estudiantes pueden educarse en la experiencia diaria para la vida, se constituye en un escenario donde las relaciones interpersonales alumno – alumno, profesor – alumno tienen gran relevancia por ser una comunidad donde todos se enriquecen mutuamente y donde el aprender es un desarrollo colectivo. Un clima escolar negativo generará en los alumnos situaciones amenazantes que tiene como fuente exclusiva a estresores como es el caso del estrés académico relacionado con las actividades a desarrollar en el ámbito escolar.

La investigación realizada tiene como finalidad analizar el clima escolar y el estrés académico de los estudiantes, en vista de que en las prácticas pre-profesionales de docencia y orientación realizadas en la Unidad Educativa Anexa a la Universidad Nacional de Loja; se observó que la interacción de los alumnos en el aula, la metodología, el ambiente, las presiones académicas, provocan estrés académico disminuyendo en los estudiantes el nivel de aprendizaje.

Teniendo en cuenta estos aspectos abordados se formula como tema a investigar; el clima escolar y el estrés académico de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios, Cantón Olmedo período 2013- 2014, ante esta problemática se planteó la siguiente interrogante ; el clima escolar influye en el estrés académico de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios, Cantón Olmedo período 2013 – 2014. Para acercarnos a la posible solución de la temática se formuló como objetivo general; analizar la influencia del clima escolar en el estrés académico de los estudiantes del bachillerato; y entre los objetivos específicos constan: 1) Identificar la percepción de los investigados sobre las dimensiones del clima escolar.2) Determinar los estímulos estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento de los

estudiantes investigados, y 3) Establecer la influencia del clima escolar en el estrés académico de los estudiantes de bachillerato de la Unidad educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios del Cantón Olmedo período 2013- 2014.

Para profundizar el estudio de esta temática, la revisión de literatura, se fundamentó el contenido en: el clima escolar, generalidades, definición, dimensiones del clima, estructura como aspecto organizativo, tipos de clima escolar, características y elementos. En cuanto al estrés académico, generalidades, aspectos básicos, definición, manifestaciones, estresores académicos, síntomas y estrategias de afrontamiento.

Fue un estudio descriptivo, con una muestra de 70 estudiantes de bachillerato, se utilizaron los métodos: científico, estadístico, descriptivo, analítico, sintético, deductivo, inductivo. Como técnica se utilizó la encuesta y como instrumento la Escala de percepción del clima y funcionamiento del centro (Gardner et al, 2008; Greenberg et al, 2003; Weare, 2004) y el Inventario SISCO del estrés académico de Arturo Barraza Macía (2007), técnicas e instrumentos aplicados luego del permiso correspondiente de la coordinadora de la Unidad Educativa.

Los resultados de la investigación determinaron: el 54% afirman que las normas y valores se encuentran en un nivel bajo, el 51 % el clima cálido y seguro se manifiesta en un nivel bajo. A su vez vale rescatar el nivel alto con el 47% que perciben los estudiantes hacia el empoderamiento y oportunidades como una dimensión positiva. En cuanto al estrés académico el 91% afirman en un nivel profundo los estresores como la participación en clase, exposiciones, los temas que abordan, los exámenes se tornan situaciones inquietantes , mientras que el 78% con nivel moderado presentan los síntomas físicos, psicológico y comportamentales. Y el 45% con un nivel leve utilizan estrategias de afrontamiento, de esta manera la búsqueda de información sobre el problema les ayuda a enfrentar el estrés académico.

Con esto se concluye que la mayoría de estudiantes manifiestan el clima escolar debido a que las normas y valores se encuentran en un nivel bajo de igual manera el clima relación entre iguales y seguridad; él nivel profundo de estrés está enfocado en los estresores académicos, razón por la cual en la población investigada las normas y valores influyen en de estrés académico de los estudiantes.

En las recomendaciones se consideró: Socializar los resultados de diagnóstico de la aplicación de los instrumentos y técnicas entre las autoridades y psicóloga de la unidad educativa, para concientizar en los estudiantes la importancia que tiene la percepción del clima escolar, y así se permita intervenir a fin de que exista un equilibrio y de esta manera realizar un trabajo conjunto y a su vez promover estrategias para conocer formas de intervenciones psicológicas más comunes, para lograr que los estudiantes desarrollen destrezas que les permita afrontar el estrés académico tomando en cuenta la importancia de modificar los contextos donde se origina el estrés que se origina en su diario vivir.

d. REVISIÓN DE LITERATURA

1. CLIMA ESCOLAR:

1.1. Generalidades.

El clima o ambiente escolar en las organizaciones e instituciones humanas proceden de teorías psicosociales que son las necesidades y motivaciones de los sujetos con variables estructurales de tipo social.(López et.al.,, 2003)
Afirman:

“El clima escolar viene determinado por la relación existente entre los alumnos y los profesores, en su quehacer diario, sin olvidar la importancia que tiene la participación e implicación de los padres en el colegio, no sólo para el propio desarrollo y desempeño académico del sujeto, sino también, en la mejora del clima de convivencia dentro de la institución” (p.375)

Al desarrollarse el clima escolar como una organización implica que la relación existente se vuelva positiva, pues es ahí donde los alumnos perciben un ambiente favorable y por ende potencia el desarrollo académico y a su vez facilita la convivencia de los estudiantes. De acuerdo los autores (López et.al.,, 2003) un clima positivo mejora el proceso de enseñanza – aprendizaje.

1.1.1. Definición del clima escolar.

El concepto de clima cobra especial importancia, al admitirse la necesidad de generar climas abiertos y de colaboración donde las instituciones educativas se conviertan en centros de mejora escolar y aprendizajes duraderos.

(Durán, 2001) Considera: “el clima es el conjunto de actitudes generales hacia y desde el aula, de tareas formativas que se llevan a cabo por el profesor y los alumnos y que definen un modelo de relación humana en

la misma; es resultado de un estilo de vida, de unas relaciones e interacciones creadas, de unos comportamientos, que configuran los propios miembros del aula.” (P.20)

El elemento esencial de una institución implica la relación e interacción entre profesores y alumnos. (Durán, 2001) Alega, potenciar el desarrollo institucional que influye de manera efectiva, cobrando una gran importancia el trabajo en equipo y a su vez estos se conviertan en centros de mejora escolar y aprendizajes duraderos.

1.2. DIMENSIONES DEL CLIMA ESCOLAR

1.2.1. Clima.

El clima permite a los estudiantes, enfrentar de buena manera distintas dificultades, que en su gran mayoría son de orden social, o no hacerlo de una manera adecuada. El clima construye, de una manera colectiva y dinámica, su calidad, y esta construcción de calidad es responsabilidad de todos los actores de la comunidad escolar: docentes directivos, docentes de aula y asistentes de la educación.

1.2.2. Vínculo.

El vínculo entre los conceptos de educación y comunicación se analiza a partir de que la educación es un fenómeno social que implica relaciones de enseñanza-aprendizaje. La comunicación interpersonal e intermedia es característica del ámbito escolar puesto que los participantes se relacionan cara a cara y comparten cierta finalidad. Sin embargo, la bidireccionalidad en la comunicación no es sólo una cuestión entre dos personalidades, es también un proceso de comunicación interna.

1.2.3. Normas y valores

El clima en la clase o la actuación positiva de los profesores pueden hacer innecesarias las reglas de disciplina, pero sería no caer en cuenta de que esas reglas de actuación son los puntos de apoyo que hacen posible ese buen clima escolar. En efecto, el respeto a las personas y a las propiedades, la ayuda desinteresada a los compañeros, el orden y las buenas maneras exigen que todos los que conviven en un curso acepten unas normas básicas de convivencia y se esfuercen día a día por vivirlas. El buen clima de un colegio no se improvisa, es cuestión de coherencia, de tiempo y de constancia.

1.2.4. Empoderamiento y oportunidades.

(Silva, 2004) Enuncia, “Que en el desarrollo educativo positivo pueden jugar un rol importante las oportunidades de participación socioeducativas y los procesos de empoderamiento, en cuanto implican compromiso con el bien común y fortalecimiento de las competencias de los estudiantes” (p.50). Al respecto, el empoderamiento ha sido definido como el proceso y los mecanismos mediante los cuales las personas, las organizaciones, y las comunidades ganan control sobre sus vidas.

(Silva, 2004) Manifiesta que: Las dimensiones del clima escolar permiten superar en gran medida los problemas de carácter social, cultural y educativo, de una manera directa y concreta donde los estudiantes pueden construir sus propios aprendizajes. Además la calidad de un clima escolar permite a los alumnos y docentes interactuar dentro del contexto educativo resolviendo dichas dificultades de orden social, percibiendo oportunidades positivas para el desarrollo socioeducativo.

1.3. TIPOS DE CLIMA ESCOLAR.

1.3.1. Climas nutritivos: Son aquellos que generan climas en que la convivencia social es más positiva, en que las personas sienten que es

más agradable participar, en que hay una buena disposición a aprender y a cooperar, en que los estudiantes sienten que sus crisis emocionales pueden ser contenidas, y que en general contribuyen a que aflore la mejor parte de las personas.

1.3.2. Climas tóxicos: Por el contrario son aquellos que contaminan el ambiente contagiándolo con características negativas que parecieran hacer aflorar las partes más negativas de las personas. En estos climas, además, se visibilizan los aspectos positivos y aparecen como inexistentes y, por lo tanto, existe una percepción sesgada que amplifica los aspectos negativos, y las interacciones se tornan cada vez más estresantes e interfieren en una resolución de conflictos constructiva.

- a) **Profesor/a- alumna/o:** Este tipo de relación se caracteriza porque el docente va a servir de fuente de motivación, de interés de implicación en la tarea para el alumno, además de poder ser un modelo para su desarrollo socio moral.
- b) **Profesor/a-alumna o-currículum:** Terminan caracterizando buen parte de la vida académica. Dentro de este sistema se despliegan roles, se adquieren normas, se organizan subsistemas de poder, de valores, de actitudes, que terminan dando sentido a las experiencias cotidianas.
- c) **Alumna/o-alumna/o:** Es de especial importancia debido a los lazos afectivos y de comunicación que se establecen dentro del grupo, ya que de esta relación entre iguales surgen valores, normas, inquietudes, y unos deseos compartidos.

(Cornejo, R & Redondo, J., 2001) Señalan que existen diferentes tipos de climas, donde cada uno proporciona una ambiente agradable para que los alumnos se sientan motivados por aprender y cooperar en la enseñanza – aprendizaje. Por otro lado tenemos climas que no contribuyen

la participación de un desarrollo positivo haciendo que este clima se torne estresante interfiriendo el proceso socioeducativo.

1.4. CARACTERÍSTICAS DEL CLIMA ESCOLAR.

(Arón, A.M & Milicic,N., 2008) Enuncian que: “El clima de una organización nunca es neutro, siempre impacta, ya sea actuando como favorecedor u obstaculizador del logro de los propósitos institucionales” (P.23-28). Los climas escolares positivos o favorecedores del desarrollo personal son aquellos en que se facilita el aprendizaje de todos quienes lo integran;(....) los miembros del sistema se sienten agradados y tienen la posibilidad de desarrollarse como personas, lo que se traduce en una sensación de bienestar general, sensación de confianza en las propias habilidades, creencia de la relevancia de lo que se aprende o en la forma en que se enseña, identificación con la institución, interacción positiva entre padres y con los demás actores.

- Conocimiento continuo, académico y social: los profesores y alumnos tienen condiciones que les permiten mejorar en forma significativa sus habilidades, conocimiento académico, social y personal.
- Respeto: los profesores y alumnos tienen la sensación de que prevalece una atmósfera de respeto mutuo en la escuela.
- Confianza: se cree que lo que el otro hace está bien y lo que dice es verdad.
- Moral alta: profesores y alumnos se sienten bien con lo que está sucediendo en la escuela. Hay deseos de cumplir con las tareas asignadas y las personas tienen autodisciplina.
- Cohesión: la escuela ejerce un alto nivel de atracción sobre sus miembros, prevaleciendo un espíritu de cuerpo y sentido de pertenencia al sistema.
- Oportunidad de input: los miembros de la institución tienen la posibilidad de involucrarse en las decisiones de la escuela en la medida en que aportan ideas y éstas son tomadas en cuenta.
- Renovación: la escuela es capaz de crecer, desarrollarse y cambiar.
- Cuidado: existe una atmósfera de tipo familiar, en que los profesores se preocupan y se focalizan en las necesidades de los estudiantes junto con

trabajar de manera cooperativa en el marco de una organización bien manejada.

- Reconocimiento y valoración: por sobre las críticas y el castigo.
- Ambiente físico apropiado.
- Realización de actividades variadas y entretenidas.
- Comunicación respetuosa: entre los actores del sistema educativo prevalece la tendencia a escucharse y valorarse mutuamente, una preocupación y sensibilidad por las necesidades de los demás, apoyo emocional y resolución de conflictos no violenta.
- Cohesión en cuerpo docente: espíritu de equipo en un medio de trabajo entusiasta, agradable, desafiante y con compromiso por desarrollar relaciones positivas con los padres y alumnos. .

El clima escolar se caracteriza por tener en cuenta límites claros y valores que permiten una organización respetable donde todos los miembros se involucran en el desarrollo educativo, comprometiéndose a cumplir normas que establecen la institución con el fin de llevar una relación armoniosa, dejando a lado los climas negativos que perjudican a la institución.

1.5. Elementos del clima escolar.

1.5.1. Afectividad y relaciones interpersonales de mayor cercanía e intimidad.

El aspecto que peor perciben los jóvenes en las relaciones que establecen con sus profesores es la falta de cercanía, intimidad y afectividad. La mayoría de los alumnos parecen percibir que las relaciones que establecen con sus profesores están marcadas por la distancia, la frialdad y el contacto desde el rol. Relaciones interpersonales de mayor intimidad y cercanía contribuirían a mejorar el clima escolar.

1.5.2. Incorporación de las culturas juveniles a la dinámica escolar.

La necesidad de incorporar la realidad juvenil a los establecimientos como estrategia educativa y hacerse cargo de la existencia de una cultura juvenil cada vez con más autonomía en torno a preocupaciones generacionales, símbolos compartidos, lenguajes específicos y modelos o estilos de comportamiento no exentos de elementos conflictivos y de riesgo de manera que la cultura juvenil permeara el quehacer educativo, convirtiendo el aprendizaje en algo entretenido y con significado.

1.5.3. Sentido de pertenencia con la institución

Tiene lógica que sentirse bien con las relaciones interpersonales que se establecen en una institución, lleve a sentirse orgulloso o identificado con ella.

1.5.4. Participación y convivencia democrática

La democratización de la institución secundaria tiene un objetivo pedagógico ineludible, al menos en tres aspectos. En primer lugar, es muy difícil que la institución se abra a las vivencias juveniles, si no se modifica la convivencia, superando la jerarquización extrema, el discurso moralizador de los profesores y la infantilización de los jóvenes. En segundo lugar, cuatro de los objetivos fundamentales transversales de la enseñanza media el desarrollo del pensamiento, la formación ética, el crecimiento y autoafirmación personal y la relación de la persona con su entorno pasan por la promoción del ejercicio de la libertad responsable y la capacidad de autogobierno, con plena participación de las alumnas y alumnos en la definición de normas de convivencia y de su protagonismo en el entorno educativo.

Finalmente y en tercer lugar, la autonomía administrativa y pedagógica de las instituciones escolares, solamente sobre la base de modificaciones legales, administrativas y metodológicas. La autonomía y descentralización pedagógica,

para que se haga efectiva y perdurable en el tiempo, pasa por la apertura de la institución a la comunidad local y por su propia estructuración como una comunidad educativa autónoma y responsable en la que se integren los diferentes actores educativos docentes, padres y apoderados, paradocentes, comunidad local y, por supuesto, los jóvenes en la toma de decisiones y la definición de los marcos de convivencia al interior de la institución.

1.5.5. Sensación de pertinencia del currículum escolar.

Sabemos que si una persona considera que lo que está aprendiendo es útil o cercano a sus experiencias cotidianas, se producirá una mayor satisfacción con el aprendizaje y este será más significativo.

1.5.6. Mejora del autoconcepto académico de los alumnos.

Las relaciones entre clima escolar y autoconcepto los alumnos que sienten que sus capacidades intelectuales y de aprendizaje son valoradas por sus profesores y por ellos mismos, valoran mejor las relaciones interpersonales que establecen con sus profesores.

(Cornejo, R & Redondo, J., 2001) Aportan que estos elementos son factibles para que exista una relación mutua y perdurable en el convivir diario en benéfico del desarrollo del aprendizaje y este se vuelva más significativo, dejando en alto el prestigio de la institución y el trabajo de los docentes produciendo bienestar en la comunidad educativa.

2. ESTRÉS ACADÉMICO.

2.1. Generalidades.

El estrés académico es aquel en que sus fuentes se encuentran básicamente en el ámbito educativo. Lo padecen los estudiantes y tiene como fuente exclusiva estresores relacionados con las actividades que van a desarrollar en

el ámbito educativo. Los estresores indican el estímulo o situación amenazante que desencadena en el sujeto una reacción generalizada e inespecífica.

(Barraza, A. & Alejandra, D. , 2012) Afirman que: “Los eventos estresantes o estresores forman parte de la infancia y la mayoría de los jóvenes aprenden a afrontarlos, sin embargo, el estrés que se vuelve abrumador puede dar lugar a problemas psicológicos” (p. 85)

Por ello el estrés académico es uno de los principales estresores que afecta principalmente a los estudiantes el mismo que en los últimos tiempos ha tomado mayor fuerza en la vida diaria de las personas. Surgiendo así en diferentes ámbitos como son: laboral, familiar social, pero de manera notoria en el ámbito académico, donde vemos como esto se desata con fuerzas, desarrollando aristas cada vez más graves e insospechadas.

2.2. Aspectos básicos que conducen al estrés académico.

2.2.1. Enfoque Histórico Cultural: Como fundamento psicológico del desarrollo de la personalidad del individuo y del proceso de enseñanza aprendizaje en el colegio: esta consideración contribuye a enmarcar el desarrollo de la psiquis de estudiantes y profesores como ser biopsicosocial y desarrollar las potencialidades del individuo a través del aprendizaje con los niveles de ayuda adecuados.

2.2.2. Enfoque de proceso del estrés académico: Le confiere el carácter de proceso con entradas y salidas, condiciones específicas de realización y un conjunto de componentes estructurales y funcionales que se relacionan de manera armónica.

2.2.3. Enfoque de Gestión para la intervención del fenómeno: Dicha consideración permitirá la reorientación de la docencia y otros procesos escolares, desde su gestión.

2.2.4. Enfoque Didáctico: Logra la inclusión de los componentes, estableciéndose las relaciones estructurales y funcionales en el estrés académico.

2.2.5. Enfoque del Cambio: Favorece una transición hacia el nuevo estado de manera paulatina, con vistas a dar respuesta a las demandas del entorno educativo.

2.2.6. Enfoque Sistémico: Permite la integración de las diferentes componentes y áreas en un todo único.

Todos estos aspectos ejercen un papel importante como medidas de aviso ante el estrés académico lo cual nos permitirá tener una percepción más clara de cómo influyen o conducen al mismo. Como mencionan (Barraza, A. & Alejandra, D. , 2012) son enfoques que dan respuestas a las demandas del contexto educativo permitiendo la ayuda respectiva, mejorando el desarrollo del aprendizaje de los estudiantes.

2.3. Definición.

(Oblitas, 2004) Afirma que: “Es el proceso de cambio en los componentes de enseñanza y aprendizaje, a través de un conjunto de mecanismos adaptativos individuales e institucionales, producto de la demanda desbordante y exigida en las experiencias de enseñanza y aprendizaje que se desarrollan en las instituciones, con el propósito de mantener el estado dinámico del sistema donde se producen entradas y salidas sin modificar las características y propiedades de este en el proceso educativo” (p.48).

El proceso educativo asociado al ritmo y las exigencias de una institución, es decir donde el estudiante evalúa diversos aspectos del ambiente académico y los clasifica como amenazantes, como retos o demandas a los que puede responder eficazmente o no. Las mismas que llegan a alterar el

sistema educativo de enseñanza- aprendizaje provocando así una alteración en dicho procesos.

2.4. Manifestaciones.

1. **Cognitivo:** Porque es un reto; los alumnos se cuestionan si van a poder, si será difícil la secundaria, si eligieron bien, si sus papás podrán mantener la colegiatura, porque ya no tienen tiempo para nada, todo lo que uno se imagina al iniciar una nueva época.
2. **Fisiológico:** Se refiere a las respuestas del organismo, cuando el nivel de estrés es mayor al que cotidianamente maneja un estudiante. El corazón palpita más rápido, puede haber secreciones estomacales, sudoración, problemas para concentrarse y para hablar en público, se bajan las defensas o afecta la piel y el estómago; se manifiesta de manera diferente en cada persona.
3. **Conductual:** Abarca los cambios de conducta drásticos, como que en la escuela era muy amigable y en el colegio no encuentra amigos, o se le dificulta hacer equipos de trabajo, o antes era muy participativo en clase. Si los estudiantes tienen la sensación de que algo anda mal, no se sienten a gusto y eso permanece, aunado a comportamientos como cansancio o dormir de más, estar distraído, enojado o algún otro malestar, es conveniente acudir con un especialista, como un psicólogo, porque una de las consecuencias pueden ser las enfermedades y el bajo rendimiento escolar.

El estrés está presente en todos los medios y ambientes, incluido el educativo, en donde altera el sistema de respuestas del individuo a nivel cognitivo, conductual y fisiológico. La alteración de estos niveles de respuestas influye de forma negativa en el aprendizaje de los estudiantes manifestándose a través de una serie de síntomas los mismos que pueden conllevar a situaciones grave.

2.5. Estresores académicos.

(Granell, E. & Ferdeman, L., 2000) Manifiestan que: “Estas características de la persona el estrés y la tensión surgen de las interacciones que se dan entre unas percepciones del individuo sobre el entorno, la personalidad, la amenaza experimentada y la conducta como respuesta a la amenaza. Conviene hablar, entonces, de cuatro tipos de acontecimientos estresantes”. (p.48)

Es importante tomar muy en cuenta los tipos de acontecimientos estresantes el mismo que surgen de acuerdo a las diversas situaciones que el ser humano enfrenta día a día permitiendo visualizar con más claridad de cómo afectan estos, entre ellos tenemos:

Tipos de acontecimientos estresantes.

- **Los estresores únicos:** Hacen referencia a cataclismos y cambios dramáticos en las condiciones en el entorno de vida de las personas, y que habitualmente afectan a un gran número de ellas.
- **Los estresores múltiples:** Afectan sólo a una persona o a un pequeño grupo de ellas, y se corresponden con cambios significativos y de trascendencia vital para las personas.
- **Los estresores cotidianos:** Se refieren al cúmulo de molestias, imprevistos y alteraciones en las pequeñas rutinas cotidianas.
- **Los estresores biogénicos:** Son mecanismos físicos y químicos que disparan directamente la respuesta de estrés sin la mediación de los procesos psicológicos.

Estos estresores pueden estar presentes de manera aguda o crónica y, también, pueden ser resultado de la anticipación mental acerca de lo que puede ocurrir en el futuro.

Los llamados estresores o factores estresantes o situaciones desencadenantes del estrés son cualquier estímulo, externo o interno (tanto físico, químico, acústico o somático como sociocultural) que de manera directa o indirecta, propicie la desestabilización en el equilibrio dinámico del organismo (homeostasis). Los estresores más comunes:

- **Competitividad grupal y entre compañeros:** Algunos compañeros de clase se ven amenazados las intervenciones en clases o las notas. Ellos pueden muchas veces crear más problemas y estrés si no saben manejar estos conflictos con sus compañeros de aula.
- **Realización de un examen:** Cuando saben que no han estudiado, tendrá un estrés inmenso, sin embargo muchas veces saber que la nota depende de un examen particular, le estresa más y se bloque.
- **Sobrecarga de tareas:** Acumularse de muchos trabajos no ayudará a terminarlos todos. El estrés comenzará a amontonarse así como sus trabajos.
- **Exposición de trabajos en clase:** Si hablar en público fuerte, cuidado con el estrés a la hora de exponer sus trabajos, ya que esta ansiedad extrema, hará que se olvides de su tema.
- **Intervenciones en el aula:** Los temores a equivocarse o a participar en el aula por la nota, también detonan este sentimiento de estrés.
- **Ambiente físico desagradable:** Si el aula no es la adecuada, los compañeros de clase son conflictivos o los profesores no son adecuados, se verá la nota en peligro y crecerá la ansiedad.
- **Sobrecarga académica:** Llevar muchos cursos no ayudará a terminar antes el semestres o tener buenas notas, ya que abarcar mucho significará tener más tiempo y la consecuencia será estresarte.

- **Demasiados alumnos en una sola aula:** Esto tiene relación con el medio ambiente en el que estas, ya que existe un tipo de estrés ambiental que también afecta tu salud dentro del estrés académico.
- **Poco tiempo para presentar los trabajos:** Muchas veces los trabajos o exámenes sorpresa se ponen los pelos de punta y desatan el estrés en los estudiantes.
- **Problemas o conflictos con los compañeros de clase o profesores:** Si tener problemas con sus compañeros es malo, estar de malas con el profesor es aún peor. Existen casos en que los profesores en vez de ayudar al alumno, lo intimidan y esto contribuye al estrés.

Cabe recalcar que es muy importante saber identificar esta clasificación de estresores académicos con mayor y menor presencia que surgen en los estudiantes y de esta manera se pueda realizar una correcta intervención.

2.6. Síntomas.

En una situación de estrés los alumnos suelen presentar reacciones físicas, psicológicas y comportamentales; la primera reacción que sienten los jóvenes es conocida como expectación ansiosa.

(Romero, 2007) Indica que: “Los síntomas se producen debido a que los nuevos alumnos no conocen exactamente como es el funcionamiento de estos. Esto comienza a causar angustia y ansiedad, debido a que entienden que han perdido gran parte del tiempo y notas, esto provoca un bajón con sentimiento de culpa, lo que sin embargo, no alcanza a manifestarse como una depresión”.

Por otra parte existen alumnos que luchan por ser los mejores y destacarse por sobre el resto. Esta autoexigencia en ocasiones termina siendo un factor

contrario a la salud, lo que puede desencadenar el ya conocido estrés. Es muy común ver a jóvenes afectados por este tipo de trastorno en períodos de exámenes y pruebas. Aparece sobre todo por un sentido de competencia del alumno. Entienden que no son la excepción y hay gente tan capaz como ellos, esto produce una depresión lo que desencadena en un estrés agudo. En menor medida es posible encontrar alumnos con síntomas de angustia, la que se atribuye a factores genéticos predisponentes, que pueden derivar en ataques de pánico. Aunque todas las personas manejan un nivel de estrés, la vida de un estudiante está rodeada de múltiples factores que representan una carga de tensión que puede desencadenar estrés académico, el cual, si no se detecta y trata adecuadamente, puede ocasionar bajo rendimiento académico y desencadenar enfermedades. Las reacciones más comunes son:

1. **Reacciones físicas:** Los estudios realizados hasta el momento reportan las siguientes reacciones físicas: sudoración en las manos, trastorno en el sueño, cansancio y dolores de cabeza y somnolencia.
2. **Reacciones psicológicas:** Ante la situación de estrés, los alumnos presentan las siguientes reacciones psicológicas: ansiedad, nerviosismo, miedo, problemas de salud mental, problemas de concentración, inquietud incapacidad para relajarse y estar tranquilo, sentimientos de depresión y tristeza (decaimiento) y la sensación de tener la mente vacía (bloqueo mental).
3. **Reacciones comportamentales:** Los estudios refieren que ante una situación de estrés los alumnos presentan las siguientes reacciones comportamentales: dificultad en las relaciones interpersonales y agresividad.

Como manifiesta (Romero, 2007) Los diferentes síntomas de estrés académico que presentan los alumnos puesto que son más susceptibles ante esta situación lleva a tener un poco más claro de cuáles son las principales

manifestaciones, por consiguiente esto permitirá analizar con mayor profundidad la prevalencia, manifestaciones, y tratamiento, en las diversas poblaciones susceptibles de padecer el estrés académico.

2.7 Estrategias de afrontamiento

El afrontamiento puede influir en las reacciones neuroquímicas del estrés, dejando de regular la perturbación emocional que aparece frente a los daños o amenazas incontrolables, y expresando una serie de valores, un estilo de vida y un estilo de afrontamiento que es en sí mismo perjudicial. En segundo lugar, el afrontamiento puede afectar la salud de forma negativa aumentando el riesgo de mortalidad y morbilidad, cuando incluyen el uso excesivo de sustancias nocivas como son el alcohol, las drogas y el tabaco, cuando abocan al individuo a actividades que significan un riesgo importante para su vida.

(Rovira, 2005) Añade que “El uso de los diferentes tipos de estrategias de afrontamiento puede ser determinado por el impacto positivo o negativo (afectivo) que se tenga de su utilización. El positivo se ha relacionado con más uso de la reinterpretación positiva, mientras que el negativo se ha relacionado con la búsqueda de ayuda social por razones emocionales” (p. 24 -36).

De esta forma se puede decir que el afrontamiento es la forma o el esfuerzo de una persona que realiza para intentar reducir, soportar o manejar el estrés, que es un proceso cambiante y puede tener un efecto positivo o negativo pudiendo producir mayor desequilibrio entre el ambiente y el individuo.

e. MATERIALES Y MÉTODOS

La presente investigación fue de tipo descriptivo, para su elaboración se utilizaron los métodos: **científico**, como proceso formado por reglas y principios coherentemente conectados, los cuales aseguran que la ciencia evolucione al verdadero conocimiento de la investigación, **empírico**, estudia las características fundamentales y las relaciones esenciales del objeto que son accesibles a la percepción sensorial, se emplearon durante la etapa de acumulación de la información empírica en forma de datos, hechos, testimonios, **inductivo**, permitió analizar casos particulares a partir de las cuales se extrajeron conclusiones de carácter general, **deductivo**, que parte de verdades previamente establecidas como principio general para luego aplicarlo a casos individuales y comprobar así su validez, **analítico**, consiste en la división de un todo en sus partes para observar su naturaleza, **sintético**, es el resultado final del análisis, por medio del cual se logra la comprensión global de la esencia de lo que se ha conocido en todos los aspectos particulares, **estadístico**, se utilizó para la tabulación de datos y representación en los cuadros gráficos y así poder concluir con el análisis e interpretación de los mismos.

TÉCNICAS:

La técnica empleada para la recopilación de la información, fue una encuesta, (Anexo 1) estructurada de 4 ítems.

INSTRUMENTOS.

La Escala de percepción del clima y funcionamiento del centro (Gardner et al, 2008; Greenberg et al, 2003; Weare, 2004) anexo 3, permitiendo identificar la existencia de un clima cálido y seguro, el establecimiento de vínculos y sentido de pertenencia al propio colegio, el establecimiento de límites y normas claras, la promoción de valores positivos, el empoderamiento o las oportunidades de

participación en el entorno escolar y las actividades y programas dirigidos al desarrollo de competencias socioemocionales del estudiante y el Inventario SISCO del estrés académico de Arturo Barraza Macías (2007), el mismo que se utilizó para evaluar el estrés académico (pregunta número uno), además el nivel de intensidad del estrés académico y la frecuencia del estrés académico (índice compuesto obtenido con la media general de todos los ítems que constituyen la pregunta tres, cuatro y cinco). El inventario es autoadministrado y se puede solicitar su llenado de manera individual o colectiva; su resolución no implica más de 10 minutos.

PROCEDIMIENTOS:

Se solicitó la autorización a los directivos de la institución para el desarrollo de la investigación con el compromiso de devolver los resultados obtenidos en un acto de socialización de los mismos.

POBLACIÓN Y MUESTRA:

La población o universo motivo de estudio la componen 586 estudiantes dado que la muestra fue de 70, estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios, cantón Olmedo período 2013 – 2014.

f. RESULTADOS

ENCUESTA APLICADA A LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL MONSEÑOR ALBERTO ZAMBRANO PALACIO, CANTÓN OLMEDO PERÍODO 2013 – 2014.

1. Población a investigar.

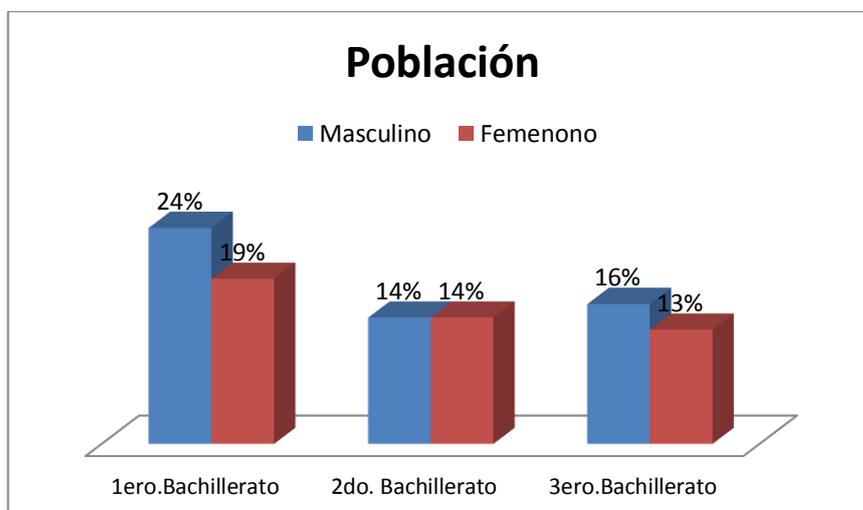
Tabla 1

Población estudiantes	Sexo				Total.	%
	Masculino		Femenino			
	F	%	F	%		
1ero.Bachillerato	17	24.28	13	18.57	30	42.85
2do. Bachillerato	10	14.18	10	14.18	20	28.57
3ero.Bachillerato	11	15.71	9	12.85	20	28.57
TOTAL	38	54.17	32	45.6	70	100%

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios, del Cantón Olmedo Período 2013.

Autora: Laura Elizabeth Ramírez Cuenca.

Grafica 1



Interpretación:

De los estudiantes de bachillerato el 54% de la población a investigar corresponde al sexo masculino y el 45% corresponde al sexo femenino.

2. ¿Usted se siente a gusto en este colegio donde se encuentra matriculado y asistiendo?

Tabla 2

Se siente a gusto asistiendo	F	%
SI	49	70
NO	21	30
TOTAL	70	100

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios, del Cantón Olmedo Período 2013.

Autora: Laura Elizabeth Ramírez Cuenca.

Gráfica 2



Análisis e interpretación:

(Fernández, 2001) Menciona que: Los estudiantes se sienten a gusto en su colegio y en su aula de clase con base en los sentimientos que despiertan diferentes situaciones del contexto educativo relacionado con sus compañeros y docentes. Tienen en cuenta aspectos relacionados con el agrado y la tranquilidad que sienten el estudiante cuando se encuentra en el colegio, el grado de pertenencia a la institución y la relación con sus compañeros, además incluye la dedicación y atención que siente el estudiante que le prestan sus docentes. No así por defecto, un ambiente lo suficientemente tenso e incómodo que termine frenando la expresión de las particularidades, de las iniciativas y de la participación en los alumnos.

Estos referentes teóricos de los resultados obtenidos en la encuesta manifiestan los estudiantes que se sienten a gusto con un porcentaje del 70% por ser un lugar bonito seguro, tranquilo además la relación entre alumnos y maestros es muy buena, además porque queda cerca a su domicilio, estos resultados responden a la referencia de (Fernández, 2001) donde los estudiantes se sienten a gusto en el colegio sobre todo porque presenta un clima positivo y acogedor.

Mientras tanto el 30% no se sienten a gusto porque es muy lejos para ellos, los compañeros no los tratan bien, además las reglas del colegio no son equitativas por lo tanto esto hace que los alumnos se sientan frustrados en el aprendizaje.

Es importante el vínculo entre maestros y alumnos, en la etapa de formación de los adolescentes será clave para que se sientan a gusto en el colegio, y para despertar su pasión por el aprendizaje y el conocimiento. Por todo ello merecen un especial reconocimiento a todos los maestros que, sin buscar premios ni distinciones, se implican con sus alumnos, trabajan desde el afecto

y la empatía, les acompañan en la gestión de sus emociones y creen en sus capacidades.

3. Señale con una X dentro del paréntesis, las respuestas de los siguientes aspectos del clima escolar en el que se encuentra:

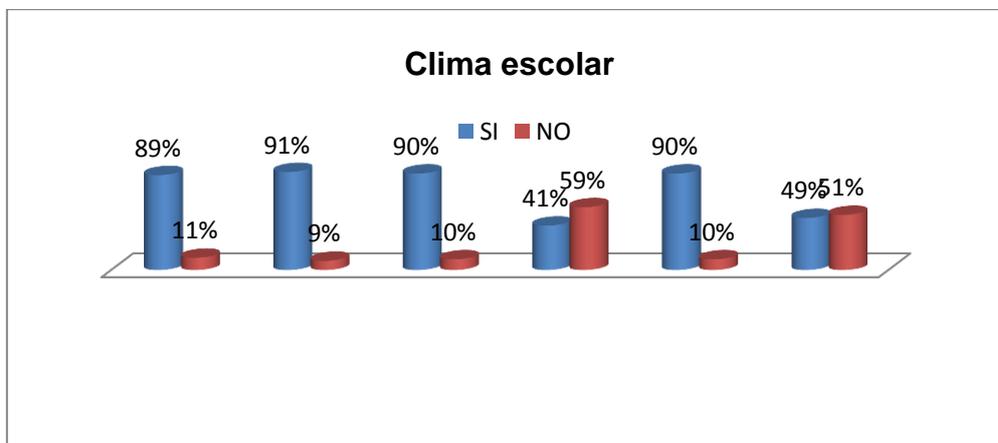
Tabla 3

Aspectos del clima escolar	SI		NO		TOTAL	%
	F	%	F	%		
Tiene buenos compañeros y amigos que le brindan su amistad	62	88.57	8	11.42	70	100
Sus profesores los tratan con respeto y afecto	64	91.42	6	8.57	70	100
Las autoridades del colegio se dirigen hacia usted con consideración y respeto	63	90	7	10	70	100
Los espacios de las aulas son amplios presentan iluminación, pupitres nuevos, entre otros	29	41.42	41	58.57	70	100
Cuando van los padres de familia los profesores son atentos con ellos	63	90	7	10	70	100
Las actividades escolares y la exigencia de los padres les causa estrés	34	48.57	36	51.42	70	100

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios, del Cantón Olmedo Período 2013.

Autora: Laura Elizabeth Ramírez Cuenca.

Gráfica 3



Análisis e interpretación:

(Jares, 2008) Sostiene que la convivencia escolar positiva entre estudiantes, así como entre profesores y alumnos se relaciona positivamente con el logro académico. Un entorno de sana convivencia refleja la contribución de las actividades del centro se desarrolle en un clima de respeto, de tolerancia, de participación y de libertad para fomentar en los alumnos los valores; La información periódica a las familias sobre el proceso de aprendizaje de sus hijos e hijas, así como la orientación para su cooperación en el mismo.

Estos referentes teóricos comparados con los resultados obtenidos de acuerdo a los aspectos del clima escolar el 91% manifiestan que los profesores tratan con respeto y afecto, el 90% las autoridades del colegio se dirigen con consideración y respeto, y el 90% los profesores son atentos con los padres de familia, el 89% tienen buenos compañeros y amigos que les brindan su amistad.

Existe en una parte minoritaria del 59% indican que los espacios de las aulas no son amplios, no presentan iluminación, pupitres nuevos entre otros, todos estos efectos deben manifestarse en un contexto de alta motivación y mejora continua, de manera que exige que los docentes dispongan de formación pedagógica y didáctica, esto es tener las competencias que permitan la

generación del clima escolar de calidad independientemente del área del conocimiento en el que se desempeñes.

4. ¿Qué aspectos del colegio le provocan más estrés?

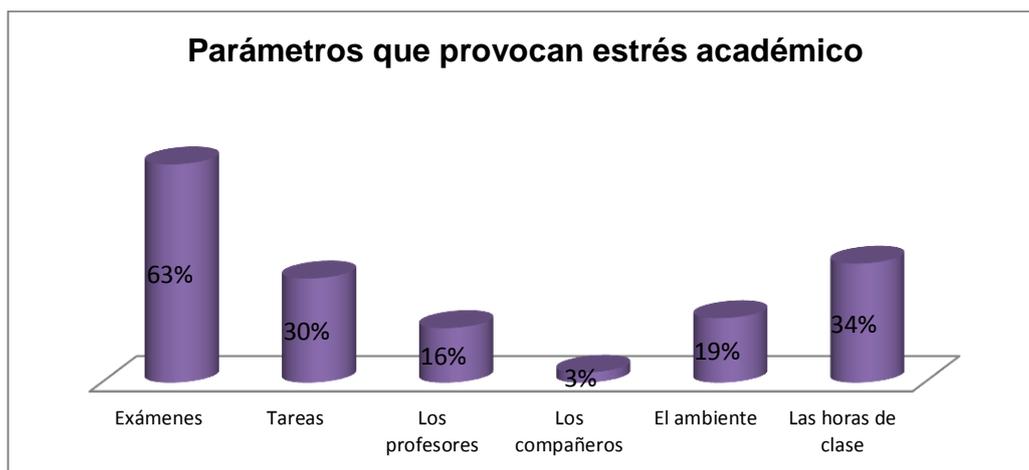
Tabla 4

Aspectos que provocan estrés	F	%
Exámenes	44	62.85
Tareas	21	30
Los profesores	11	15.77
Los compañeros	2	2.85
El ambiente	13	18.57
Las horas de clase	24	34.28

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios, del Cantón Olmedo Período 2013.

Autora: Laura Elizabeth Ramírez Cuenca.

Gráfica 4



Análisis e interpretación:

(Barraza, 2006) En una investigación similar en el contexto hispanoamericano, destaca que los niveles de estrés se relacionan con, la sobrecarga de tareas,

un ambiente físico desagradable, los compañeros, las evaluaciones y el tipo de trabajo que se pide y al mismo tiempo el saber la nota de un examen en particular es más frecuente el estrés y a su vez tienden a bloquearse.

Los resultados indican que los exámenes les provoca estrés con un 63%, mientras el 34% las horas de clases, el 30% las tareas y el 19% señalan el ambiente, por lo tanto el 16% los profesores, y finalmente el 3% revelan que los compañeros, por consiguiente estos aspectos de alguna manera se convierten en estresores y a su vez la sintomatología va aumentando.

Hoy en día existen muchas opciones para reducir este mal que aqueja a muchos estudiantes y todo depende de las estrategias para enfrentar cualquier tipo de situación y de esta manera disminuir el nivel de intensidad del estrés.

1. Resultados de la aplicación de la Escala de percepción del clima y funcionamiento del centro (Gardner et al, 2008; Greenberg et al, 2003; Weare, 2004)

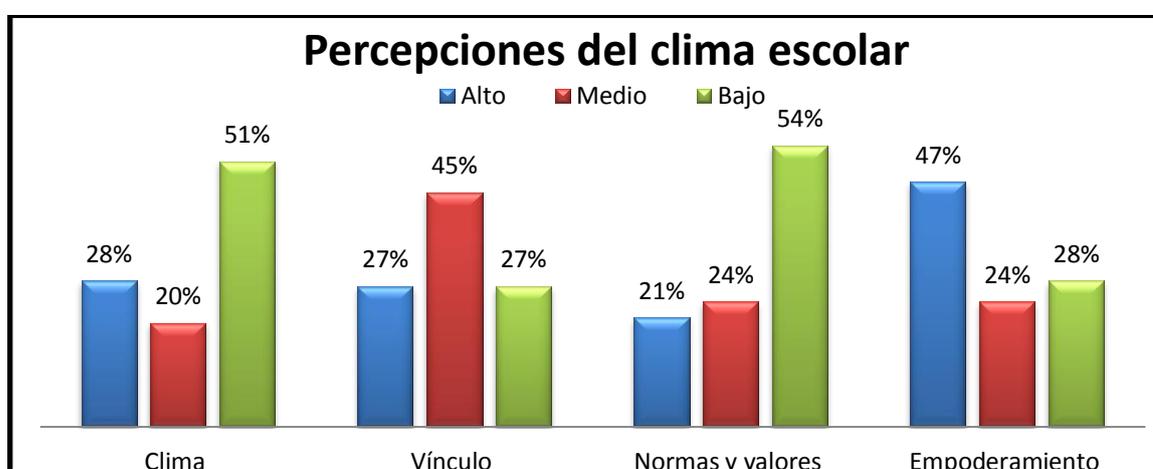
Tabla 5

Dimensiones del clima escolar	Niveles Percentiles						TOTAL	%
	ALTO		MEDIO		BAJO			
	F	%	F	%	F	%		
Clima (Relacion entre iguales y seguridad)	20	28.57	14	20	36	51.42	70	100
Vínculo (Pertenencia y apoyo percibido)	19	27.19	32	45.71	19	27.19	70	100
Claridad (Normas y valores)	15	21.42	17	24.28	38	54.28	70	100
Empoderamiento y oportunidad (Influencia percibida, Recursos e instalaciones y actividades)	33	47.14	17	24.28	20	28.57	70	100

Fuente: Escala de percepción del clima y funcionamiento del centro (Gardner et al, 2008; Greenberg et al, 2003; Weare, 2004) aplicada a los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios, del Cantón Olmedo Período 2013.

Autor: Grupo LISIS

Gráfica 5



Análisis e interpretación:

(Fernández, 2004) El clima escolar positivo, seguro y afectuoso, suele ser reflejo de las capacidades instaladas en las instituciones. La organización incluye el manejo de conducta del profesor- alumno, la manera que responden a las reglas y normas de la clase y la productividad dentro del aula. De esta manera una institución con buen clima escolar es una organización profesional donde existe colaboración entre directivos y profesores, en la que participan las familias y los estudiantes, y en las que se promueve un trato respetuoso entre los estudiantes y aprecio por los otros, constituyendo un factor importante para el desarrollo académico, social y de salud; son aspectos relevantes de un clima escolar que se han relacionado con el aumento del rendimiento y la disminución de las conductas desadaptativas.

De los datos obtenidos, se evidencia en gran porcentaje con el 54% las normas y valores se encuentran en un nivel bajo, el 51 % el clima cálido y seguro se manifiesta en un nivel bajo.

Mientras que el 47% concuerdan con un nivel alto el empoderamiento y oportunidades, donde los estudiantes, profesores y familiares participan de las oportunidades y actividades que les brinda en entorno escolar según (Fernández, 2004) La participación del entorno educativo promueve el desarrollo positivo de la institución, cabe recalcar que uno de los factores principales es la organización y colaboración que exista entre profesores y alumnos.

La percepción de las dimensiones del clima escolar se emparenta también con la capacidad de retención de las escuelas. Esta calidad de vida escolar estaría asociada al bienestar general, la sensación de confianza en las propias habilidades para realizar el trabajo escolar, la creencia en el valor de lo que aprende en el colegio, la identificación, las relaciones con los compañeros y las relaciones que se establecen con los docentes.

2. Resultados de la aplicación del Inventario SISCO del Estrés Académico de Arturo Barraza Macías (2007)

1. Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo durante el transcurso de este semestre.

Tabla 6

Estrés académico	F	%
SI	60	85.71
NO	10	14.28
TOTAL	70	100

Fuente: Test del Estrés Académico de Arturo Barraza Macías (2007) aplicado a los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios, del Cantón Olmedo Período 2013- 2014.

Autor: Arturo Barraza Macías

Gráfico 6



Análisis e interpretación:

(Román, 2008) Sostiene que el estrés académico puede ser considerado como un fenómeno adaptativo de las personas, dado en la manera de que cada estudiante transita su paso por el colegio donde se ve sometido a una serie de demandas que pueden provocar preocupación y nerviosismo en el transcurso del semestre.

En los resultados obtenidos de la aplicación del Inventario Sisco del estrés académico se evidencia el 86% presentan preocupación y nerviosismo en el transcurso del semestre. Mientras que el 14% señalan que no han tenido momentos de preocupación o nerviosismo, para estos estudiantes se les hace fácil adaptarse al cambio y estar preparados para estas situaciones.

El estrés académico es consecuencia de los cambios que conlleva el colegio, dichas experiencias sobrellevan a experimentar insatisfacciones personales y desgastes esto hace así produciéndose en ellos el estrés académico esto hace referencia (Román, 2008) Pero de todas formas, fuera del colegio, las pruebas y los exámenes por los que pasará a lo largo de su vida educativa seguro que no son tan benévolos y tendrán que estar preparados para enfrentarse a situaciones de este tipo.

- 2. Con la idea de tener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación y nerviosismo. 1 es poco y 5 es mucho.**

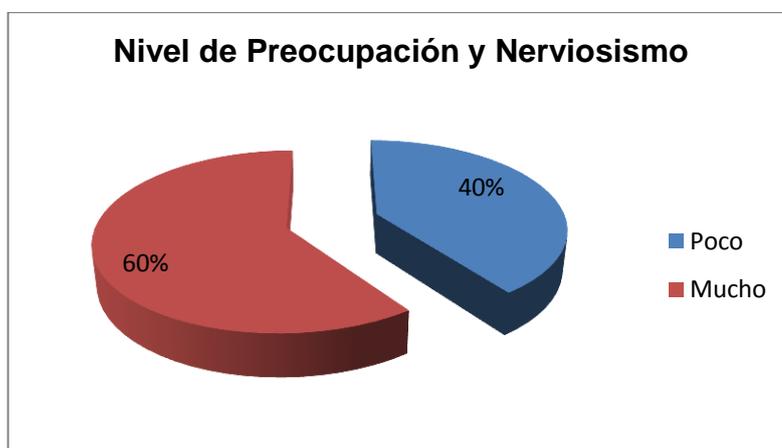
Tabla 7

Nivel de Preocupación y Nerviosismo	F	%
Poco	28	40
Mucho	42	60
TOTAL	70	100

Fuente: Test del Estrés Académico de Arturo Barraza Macías(2007) aplicado a los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios, del Cantón Olmedo Período 2013.

Autor: Arturo Barraza Macías.

Gráfica 7



Análisis e interpretación:

(Fernández & Apolo, 2011) Señala que los estudiantes se encuentran en un periodo de transición entre la adolescencia, en esta etapa un elevado nivel de estrés vinculados a factores académicos como la formación de la identidad, la independencia de los padres o la elección de la carrera; ello conlleva ante diferentes situaciones reales que el alumno evalúa o considera como excesivas y que aparecen en condiciones en las que se dispone de escasos recursos o habilidades de solución.

En cuanto al nivel de preocupación y nerviosismo 60% es mucho de acuerdo a la escala, considerando lo de los autores estos factores generan un desequilibrio en su trayectoria estudiantil.

No obstante 40% afirma que es poco; esto significa que podría conseguirse una vinculación positiva en los estudiantes frente a posibles situaciones de estrés académico.

Todos estos problemas requieren ser enfrentados y solucionados dentro de la institución, para eliminar esas situaciones excesivas de preocupación o nerviosismo que presentan los estudiantes.

3. Frecuencia del estrés académico índice compuesto obtenido con la media general de todos los ítems que constituyen la pregunta tres, cuatro y cinco.

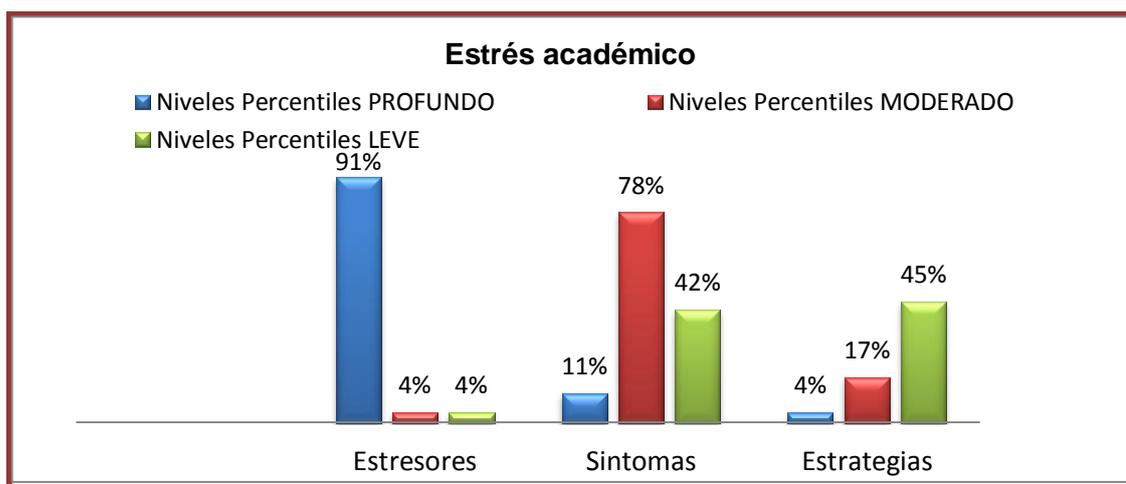
Tabla 8

Estrés académico	NIVEL PERCENTIL							
	Profundo		Moderado		Leve			
	F	%	F	%	F	%	Total.	%
Estresores	64	91.42	3	4.28	3	4.28	70	100
Síntomas (físicos, psicológicos y comportamentales)	8	11.42	55	78.57	30	42.85	70	100
Estrategias	3	4.28	12	17.14	32	45.71	70	100

Fuente: Test del Estrés Académico de Arturo Barraza Macías (2007) aplicado a los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios, Cantón Olmedo Período 2013- 2014

Autor: Arturo Barraza Macías

Gráfica 8



Análisis e interpretación:

(Aranceli, S. Perea, P & Ormeño, R., 2006) Aseguran que los estresores o situaciones de estrés que los alumnos suelen presentar reacciones, físicas, psicológicas y comportamentales son los acontecimientos o circunstancias que generan el estrés; variando de intensidad y duración a ello la necesidad de reconocer que hay un problema y es necesario usar estrategias de afrontamiento dirigidas a la resolución. Además, el mismo evento, por ejemplo, un examen de química, puede ser un estresor para una persona pero no para otra. Algunas personas son sumamente sensibles a las amenazas de fracaso o humillación; a otras les atemorizan ciertas experiencias u objetos específicos. Esta reacción fisiológica del organismo en la que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante.

Tomando en cuenta la referencia bibliográfica se puede evidenciar bajo la propia valoración de los estudiantes, el 91% identifican los estresores en un nivel profundo, por lo tanto la participación en clase, exposiciones, exámenes y los temas que abordan en clase se tornan situaciones inquietantes produciendo un alto nivel de estrés académico; mientras que el 78% en un nivel moderado ya presentan los síntomas físicos, psicológicos y comportamentales.

Durante la aplicación del test se verificó que el 45% con un nivel leve señalan utilizar estrategias de afrontamiento, este desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones para restaurar el equilibrio sistémico. Vale mencionar que tanto el afrontamiento como las defensas deben verse como algo que puede funcionar bien o mal en determinadas personas, contextos u ocasiones.

Los altos niveles de estrés académico que se produce por una sobrecarga de tensión repercuten en el organismo y por ende en el aprendizaje impidiendo el desarrollo normal del cuerpo y las actividades escolares.

g. DISCUSIÓN

Objetivo 1. Identificar la percepción de los investigados sobre las dimensiones del clima escolar.

Analizando los resultados se procedo a realizar una valoración global de los mismos con el objetivo de aportar claridad y seriedad del estudio del clima escolar y estrés académico.

De los resultados de la presente investigación, el 54% de los estudiantes manifiestan las normas y valores que se encuentran en un nivel bajo, el 51% el clima cálido y seguro se manifiesta en un nivel bajo. A su vez vale rescatar el nivel alto con el 47% que perciben los estudiantes hacia el empoderamiento y oportunidades. Al respecto (Ortega, L. & Fernández, I., 2002) sostienen que la claridad de normas y valores son límites tanto como la propia escuela. La existencia de límites claros y su percepción ayuda a internalizar las normas escolares y la convicción de su necesidad. Un clima cálido y seguro, un clima de aula favorecedor del desarrollo personal de los alumnos, aquel en que los estudiantes perciben apoyo y solidaridad de parte dela institución, se sienten respetados en sus diferencias y falencias. Frente a estos referentes teóricos tanto alumnos como maestros necesitan que estas normas estén claramente definidas, si los adultos se comportan coherentemente con ellas y favorece una participación activa estas normas y valores permiten mejorar la actitud de los estudiantes dentro del aula y en el entorno escolar.

Objetivo 2. Determinar los estímulos estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento de los estudiantes investigados.

Mediante la aplicación del inventario de la SISCO del estrés académico se constata que el 85.71% han tenido momentos de preocupación y nerviosismo durante el semestre, en tanto que el 60% señala que su nivel de preocupación y nerviosismo es mucho, mientras que el 91% afirman en un nivel profundo de

estrés académico, producido por los estresores, como la participación en clase, exposiciones, los temas que abordan en clase se tornan situaciones inquietantes; y en un porcentaje del 78% con nivel moderado ya presentan los síntomas físicos, psicológicos y comportamentales. Y en un valor minoritario como es el 45% con un nivel leve señalan utilizar estrategias, a modo que la búsqueda de información es una salida, este desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico.

Estos resultados se afianzan al criterio de (Barraza, 2006) Entiende que toda situación inquietante son aquellos factores o estímulos del ámbito educativo eventos, demandas, entre otros que presionan o sobrecargan de diferente modo al estudiante. La exposición continua al estrés genera una serie de reacciones que pueden ser catalogadas como físicas, psicológicas y comportamentales, es decir el desequilibrio sistémico va ser manifestado de manera diferente, en cantidad y variedad por cada estudiante. Las estrategias de afrontamiento, es el esfuerzo que realiza un sujeto para orientarse hacia la resolución del problema, o bien, hacia el control de las emociones es decir la superación de dicha situación da lugar a un aumento en la capacidad de ajuste del individuo.

Finalmente con el análisis de los resultados permiten asegurar que el clima escolar influye no solamente en la institución se puede hablar del clima del centro, el contexto en el cual ocurren las relaciones interpersonales. Por ello, el clima de una institución, es definido en función de la percepción que tienen los sujetos de las relaciones interpersonales tanto a nivel de aula como del centro. Todas estas características son las responsables de otorgar el estrés académico que surgen de las interacciones que se dan entre las percepciones de los estudiantes sobre el entorno escolar.

h. CONCLUSIONES

- Un elevado porcentaje de los estudiantes presentan en bajos niveles la claridad normas y valores, rescatando también que pese a los niveles bajos el empoderamiento y oportunidades es percibido como una dimensión favorable con un nivel alto.

- El estrés académico en un nivel profundo refiriéndose a los estresores, tales como exámenes, sobrecargas de tareas, exposiciones entre otro se tornan situaciones inquietantes produciendo un alto nivel de estrés académico y los síntomas, físicos, psicológicos y comportamentales en un nivel moderado.

- Al concluir estas valoraciones son positivas porque ayuda a establecer la influencia del clima escolar normas y valores en los niveles profundos de estrés académico.

i. RECOMENDACIONES

- Socializar los resultados del diagnóstico entre las autoridades y psicóloga de la unidad educativa, para concientizar en los estudiantes la importancia que tiene la percepción del clima escolar, y así se permita intervenir a fin de que exista un equilibrio y su vez realizar un trabajo conjunto.
- Promover estrategias de intervención psicológica y metodológica, para lograr que los estudiantes desarrollen destrezas que les permita afrontar el estrés académico tomando en cuenta la importancia de modificar los contextos donde se origina el estrés que se presenta en su diario vivir.
- Fomentar actividades donde se involucren profesores y alumnos enfocados en la mejora del clima escolar, y de esta manera superar las dificultades que presenta el estrés académico, con el fin de disminuir las probabilidades de llegar a recaer en algo más grave.

j. BIBLIOGRAFÍA

- Aranceli, S. Perea, P & Ormeño, R. (2006). Evaluación de niveles, situaciones generadoras y manifestaciones de estrés académico. *Revista Estomatológica*, 15 - 20.
- Arón, A.M & Milicic,N. (2008). *Clima social escolar y desarrollo personal* . Chile : Andrés Bello.
- Barraza, A. & Alejandra, D. . (2012). *Investigaciones sobre salud mental , patología, afrontamiento e intervención*. Durango: 1er Edición .
- Barraza, A. (2006). *El estrés académico*. Mexico: Memoria VIII.
- Cornejo, R & Redondo, J. (2001). *El clima escolar percibido por los alumnos de enseñanza media*. Chile: Achupallas.
- Durán, M. A. (2001). Estudio en educación primaria, secundaria y superior. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones* , 17- 45. 62 .
- Fernández & Apolo. (2011). Afrontamiento, estrés y bienestar psicológico . *Revista de psicología y educación* , 177- 192.
- Fernández. (2004). *Distribución del conocimiento escolar*. Mexico: COLMEX.
- Fernández, E. (2001). Promover y mantener el cambio. *Revsta de educación Madrid*, 78-81.
- Granell, E. & Ferdeman, L. (2000). *Estilos de afrantamiento o eventos estresantes de una muestra de estudiantes universitarios*. México: psicología.
- Jares, X. (2008). Formación para la convivencia. *Congreso profesorado y convivencia* (págs. 4,5y 6). Madrid: Paidós .
- López et.al.,. (2003). direccion de centros educativos. *revista de educacion* , 378- 380.
- Oblitas, .. A. (2004). *Psicología de la salud y calidad de vida* . México : Thomson .
- Ortega, L. & Fernández, I. (2002). *La convivencia escolar*. España: Sevilla .
- Román, C. (2008). Estudio del estrés académico. *Revista panamericana*, 25 - 33.
- Romero, T. (2007). *Estrés*. Chile: Wordpress.

- Rovira, M. (2005). Prevalencia de estrés de los estudiantes del area de la salud . *Revista Chile Neur- Psiquiat*, 24- 36.
- Silva, C. (2004). *Percepción de empoderamiento juvenil* . Chile : TUC.

WEBGRAFÍA

<http://www.psicologiacientifica.com/>

<http://www.convivencia.mec.es/congreso2008/>

<http://elsolonline.com/noticias/ver/1008/25875/el-clima-escolar-y-la-calidad-educativa>

<http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologia-19-1-caracteristicas-deestres-academico-de-los-alumnos-de-educacion-media-superior.html>

http://p8080132.248.9.195.pbidi.unam.mx:8080/tesdig/Procesados_tesis_2011/septiembre/0673462/Index.html

k. ANEXOS



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA
COMUNICACIÓN

CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

TÍTULO

EL CLIMA ESCOLAR Y EL ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS
ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA
FISCOMISIONAL MONSEÑOR ALBERTO ZAMBRANO PALACIOS,
DEL CANTON OLMEDO PERIODO 2013- 2014

Proyecto de tesis previa a la obtención del grado de Licenciada en Ciencias de la Educación mención Psicología Educativa y Orientación.

AUTORA:

Laura Elizabeth Ramírez Cuenca

DIRECTOR:

Dr. Nilo Aguilar Aguilar Mg.Sc.

LOJA – ECUADOR

2014

a. TEMA

EL CLIMA ESCOLAR Y EL ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL MONSEÑOR ALBERTO ZAMBRANO PALACIOS, DEL CANTON OLMEDO PERIODO 2013- 2014

b. PROBLEMÁTICA

El sistema educativo actual y la sociedad en general se enfrentan al enorme reto de mejorar el clima escolar en las aulas. Un adecuado clima escolar repercute muy positivamente en todos los aspectos relacionados con la escuela, el profesorado y el alumnado; inversamente, un clima escolar inadecuado contribuye a una disminución del rendimiento académico del alumno, influir negativamente en el adecuado desarrollo social del alumno, puede aumentar la desmotivación del profesorado.

La inclusión del estrés como parte de la cotidianidad del siglo XXI ha patentado su presencia en diferentes áreas de la vida. La sociedad competitiva, la escasez de tiempo y el creciente número de responsabilidades del mundo actual, no sólo afecta a las personas adultas.

El problema es grave pues el estrés es un importante generador de patologías. A nivel mundial uno de cada cuatro individuos sufre algún problema grave de estrés académico, mientras se estima que en las ciudades el 50% de las personas tiene algún problema mental como depresión y tensión, provocadas por la exposición prolongada ante este. (Pereyra, pag.23- 2010).

“De manera creciente en la actualidad se ha incrementado el fenómeno del estrés escolar, como una enfermedad a la que deben estar atentos, está alteración provocada por presiones de diversa índole como la relación con los maestros, las que pueden estar definidas por el exceso de actividades, la carga horaria, el clima escolar no adecuado, el trabajo, la presión de los profesores en el proceso de aprendizaje de sus alumnos y visiblemente por el que ejercen los padres sobre sus hijos. Durante el padecimiento de esta enfermedad, el 86% de los alumnos reducirían su capacidad de aprendizaje, sufrirá alteración en sus estados emocionales, y podrá incluso generar cierto tipo de fobias que son mucho más complejas de tratar (Barraza, 2007)”¹.

¹¹¹ Revista de Educación, 350. Septiembre-diciembre 2012, pp. 315-399.

En Latinoamérica, según la encuesta realizada a estudiantes de secundaria por la Universidad Nacional Autónoma de Honduras por (Rolando Ardón Ledezma, diciembre 2008), el mayor obstáculo para el desempeño de los estudiantes fue el estrés académico, de los 97 estudiantes que participaron en la encuesta, el 70% informó que el estrés académico es impedimento para mantener un buen ambiente escolar.

Frente al estrés académico cuando hay un relacionamiento social como institucional, ha introducido algunos elementos potencialmente provocadores de estrés académico, de ellos, sin duda, uno de los más relevantes es el de la competitividad y la relación que mantienen entre compañeros; ello hace que ser de los mejores sea un objetivo que los estudiantes sobre todo los de los últimos cursos, se plantean por encima del estado emocional, lo que importa es la adquisición de conocimientos. Por otro lado, la exigencia académica y los hábitos de trabajo adquiridos en los escalones más bajos del sistema educativo no siempre ayudan a la adaptación natural del estudiante al ámbito escolar. En este contexto “En el Ecuador, la Unión Nacional de Educadores (UNE), afirma que el 75% del ambiente escolar en Guayaquil, sigue en las mismas condiciones de hace 30 años. Especifica que en el Litoral hay 8.648 instituciones públicas y apenas cinco Unidades Educativas del Milenio, que atienden a unos 2. 500 alumnos. Solo el 0,23% de la población estudiantil ha sido atendida con infraestructura de calidad, tecnología, laboratorios, bibliotecas y aulas virtuales.

Los ambientes lúgubres y deprimentes influyen en el rendimiento académico de niños y adolescentes. Las reacciones de los estudiantes pueden ser variables, unos pueden responder positivamente y se acoplan, otros manifiestan estrés, depresión, mientras que algunos se vuelven inseguros y tienden a entrar en situaciones de tensión y agresividad. Al respecto en el Diario EL COMERCIO en Guayaquil 27/03/2012. Sostiene que el maestro juega un rol fundamental, porque la escuela no solo es la infraestructura, él clima, sino los maestros, la familia, son quienes, en situaciones adversas,

deben desarrollar espacios propicios para el aprendizaje. (Amparo Fernández Sicóloga, 2012).

En el artículo “El estrés académico” escrito por Francisco Javier López Araiza. El 60% de los alumnos en este nivel se encuentran enfrentando el estrés académico producido por los nuevos cambios, exámenes, las preocupaciones sobre los trabajos escolares, competitividad ante el grupo, problemas con los asesores, las calificaciones y su ambiente no adecuado, que hacen realmente difícil su vida escolar. Pero el estrés académico es acumulativo es decir el tiempo pasa y las presiones aumentan y luego entonces aparecen otros efectos más serios sobre la salud del estudiante que se han acumulado como gastritis, colitis nerviosa, úlceras y en casos serios la fatiga crónica y la depresión.

Luego de esta revisión bibliográfica surge la inquietud de estudiar el clima escolar y el estrés académico; porque se evidencia en las prácticas pre profesional que estudiantes durante el proceso educativo manifiestan que los estresores académicos como, tarea en casa, evaluaciones y la convivencia escolar, en cada periodo académico en el que avanza lo acerca cada vez más a un mayor número de actividades que son todavía más estresantes. Con estos antecedentes se plantea el siguiente problema ¿Cuál es la influencia del clima escolar en el estrés académico de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios del Cantón Olmedo periodo 2013 - 2014?

c. JUSTIFICACIÓN

El presente trabajo investigativo se justifica porque es un tema importante de interés social al tratar de conocer el Clima Escolar y el Estrés Académico de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios del Cantón Olmedo periodo 2013-2014.

Por ello como estudiante de la carrera de Psicología Educativa y Orientación de la Universidad Nacional de Loja, es sentida la necesidad de investigar este tema, para tratar de analizar el clima escolar y el estrés académico de los estudiantes, así de esta manera plantear posibles alternativas de solución a esta problemática social.

Esta problemática socioeducativa se evidencia en muchas instituciones en la actualidad, donde el estrés académico está influenciado, con ciertas situaciones que son riesgosas para su salud, para su estado emocional o en sus relaciones interpersonales y escolares debido al efecto negativo que se le atribuye, es así que surge la necesidad de investigar el clima escolar de los estudiantes de bachillerato, a fin de promover una innovación en los contextos desde los cuales el estrés académico se origina, es decir en la forma de enseñanza por parte de algunos maestros, el modelo académico, la estructura del colegio, las formas de evaluación, la intensa carga de trabajo al final de los semestres, debe someterse a consideración para su modificación a fin de que exista un equilibrio y de esta manera realizar un trabajo conjunto para que la experiencia del estrés tenga un menor impacto en los estudiantes, y que tenga consecuencias favorables en su desempeño y que repercuta en un mejor concepto de sí mismos a partir de un mayor sentido de auto eficacia.

El trabajo investigativo a llevarse a efecto, será de gran utilidad para otros investigadores sobre este problema, para luego emitir criterios unificados y fundamentados científicamente sobre el clima escolar y estrés académico.

Esta temática permite conocer y estar en contacto con la realidad y de esta manera surge la iniciativa de conocer la relación que existe entre clima escolar

y estrés académico, conocimientos que fortalecerán la formación profesional y personal.

El trabajo es factible porque cuenta con el apoyo de la Universidad Nacional de Loja, de los docentes de la carrera de Psicología Educativa y Orientación, material bibliográfico, predisposición de la graduante y los recursos económicos necesarios.

Se justifica el tema propuesto porque está dentro de una de las líneas de investigación del Área de Educación el Arte y la Comunicación; además se profundizará el estudio de la relación de los individuos dentro de un contexto educativo y social.

d. OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

- Analizar la influencia del clima escolar en el estrés académico de los estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios del Cantón Olmedo periodo 2013- 2014.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar la percepción de los investigados sobre las dimensiones del clima escolar.
- Determinar los estímulos estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento de los estudiantes investigados.
- Establecer la influencia del clima escolar en el estrés académico de los estudiantes de bachillerato de la Unidad educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios del Cantón Olmedo periodo 2013 – 2014.

e. MARCO TEÓRICO

ESQUEMA

1. El clima escolar.
 - 1.1. Definición.
 - 1.2. Tipos
 - 1.2.1. Clima institucional.
 - 1.2.2. Clima de clase.
 - 1.2.3. Clima favorable.
 - 1.2.4. Clima desfavorable.
 - 1.2.5. Clima nutritivo.
 - 1.2.5.1. Características nutritivas.
 - 1.2.6. Clima tóxico.
 - 1.2.6.1. Características tóxicas.
 - 1.3. Características del clima escolar.
 - 1.4. Factores que influyen en el clima escolar.
 - 1.4.1. La diversidad cultural.
 - 1.4.2. Género.
 - 1.4.3. Disciplina.
 - 1.4.4. Eficacia escolar.
 - 1.4.5. La familia.
2. **Estrés académico.**
 - 2.1. Etimología del termino estrés.
 - 2.2. Definición de estrés académico.
 - 2.3. Síntomas.
 - 2.3.1. Físicas.
 - 2.3.2. Psicológicas.
 - 2.3.3. Comportamentales.
 - 2.4. Estresores académicos.
 - 2.5. Consecuencias del estrés académico.
 - 2.6. Afrontamiento del estrés académico

1. CLIMA ESCOLAR.

1.1. Definición.

Constelación psicológica que prevalece en el ambiente educativo, especialmente en el salón de clases, sea de presión interna o externa, de actitudes y de percepción de los integrantes del aula.

“Es un conjunto de actitudes generales hacia y desde el aula, de tareas formativas que se llevan a cabo por el profesor y los alumnos y que definen un modelo de relación humana en la misma; es resultado de un estilo de vida, de unas relaciones e interacciones creadas, de unos comportamientos, que configuran los propios miembros del aula”²

El clima escolar, de modo global, se debe entender como un concepto que hace referencia a las condiciones organizativas y culturales de todo un centro educativo; sería, por así decirlo, la manera en que la escuela es vivida por la comunidad educativa y por ello incide sobre las actitudes de todos los implicados. Al concretar, se define que el clima escolar incluye tanto una dimensión estructural referida a la organización de los roles y las expectativas de los estudiantes en la clase y al hecho de compartir como grupo normas de conducta, como una dimensión afectiva o formas concretas mediante las que cada personalidad individual satisface sus necesidades.

1.2. Tipos.

1.2.1. Clima institucional.

El clima institucional representa la personalidad de un centro, en cuanto es algo original y específico del mismo con un carácter relativamente permanente y estable en el tiempo, cuya evolución se realiza lentamente aunque se modifiquen las condiciones. El clima institucional tiene un carácter multidimensional y globalizador, y se compone de varios elementos como: las interacciones socio comunicativas, las tareas educativas, el discurso de la

² http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S113557271998000300010&script=sci_arttext&tlng=pt

comunidad escolar, las percepciones de docentes y estudiantes, las relaciones generadas entre las personas, dentro y fuera de la institución, los roles que ejercen cada uno de los miembros de la comunidad educativa, el proceso de liderazgo, el estilo de toma de decisiones, las normas configuradas y las propuestas administrativas, el impacto en y desde la sociedad, la interdependencia entre escuela y su medio social, cultural y laboral.

1.2.2. Clima de clase.

El clima de clase es la situación o ambiente que se crea en clase, en cada una de las asignaturas o unidades que en ella se imparten, de manera más o menos permanente, a partir de la interacción de las características físicas del lugar, de los alumnos, del docente, la materia, las estrategias las del propio centro que influyen en los resultados educativos de los alumnos.

No es solo labor del profesor, si tiene éste un papel primordial en establecerlo, e impulsarlo. No olvidar que una de las funciones principales del profesor del grupo es crear el mejor clima de armonía entre su alumnado, de manera que facilite el trabajo en el aula, y la libertad en la comunicación de ideas, sentimientos u opiniones.

1.2.3. Clima Favorable.

“Representa un clima abierto, participativo, ideal, coherente, en el cual existiría mayor posibilidad para la formación integral del educando desde el punto de vista académico, social y emocional, puesto que existirían más oportunidades para la convivencia armónica”³

El equilibrio entre la implantación de normas indiscutibles y necesarias para la enseñanza aprendizaje, en algunas ocasiones la tolerancia y flexibilidad, cuando no afectan a buena marcha de la clase, constituye el núcleo fundamental que facilita el clima de aprendizaje y dedicación al estudio, al

³ BECERRA, S. (2005) Exploración del Clima Educativo por Medio Redes Semánticas Naturales. (Proyecto DGIUCT N° 23005-5-02). Temuco: Dirección General de Investigación de la Universidad Católica de Temuco.

tiempo que se genera un ambiente distendido, favorable a todo proceso de mejora y crecimiento equilibrado. Y finalmente la introducción de cambios en la forma de enseñar y aprender, mediante una metodología variada, hace más ameno y fácil el proceso de formación.

1.2.4. Clima desfavorable.

Definido como un clima cerrado, autoritario, controlado y no coherente, donde imperan las relaciones de poder, de dominación y de control, porque no se estimulan los procesos interpersonales, ni la participación libre y democrática, por lo cual, se producen comportamientos individuales y sociales hostiles, que inciden negativamente en la convivencia y el aprendizaje.

1.2.5. Clima nutritivo.

Los climas nutritivos son aquellos que generan climas en que la convivencia social es más positiva, en que las personas sienten que es agradable participar, en que hay una buena disposición a aprender y a cooperar, en que los estudiantes sienten que sus crisis emocionales pueden ser contenidas, y que en general contribuyen a que aflore la mejor parte de las personas.

1.2.5.1. Características nutritivas.

- ❖ Reconocimiento explícito de los logros.
- ❖ Predomina la valoración positiva.
- ❖ Tolerancia a los errores.
- ❖ Sensación de ser alguien valioso.
- ❖ Sentido de pertenencia.
- ❖ Sentirse respetado en su dignidad, en su individualidad, en sus diferencias.
- ❖ Conocimiento de las normas y consecuencias de su transgresión.
- ❖ Flexibilidad de las normas.

1.2.6. Clima tóxico.

“Son aquellos que contaminan el ambiente contagiándolo con características negativas que parecieran hacer aflorar las partes más negativas de las personas. En estos climas, además se visibilizan los aspectos positivos y aparecen como inexistentes y por lo tanto existe una percepción sesgada que amplifica los aspectos negativos, y las interacciones se tornan cada vez más estresantes e interferentes con una resolución de conflictos constructiva”⁴

1.2.6.1. Características tóxicas.

- ❖ Ausencia de reconocimiento o descalificación.
- ❖ Sensación de ser invisible.
- ❖ Sensación de marginalidad, de no pertenencia.
- ❖ Desconocimiento y arbitrariedad en las normas y las consecuencias de su transgresión.
- ❖ No sentirse respetado en su dignidad, en su individualidad, en sus diferencias.
- ❖ Falta de transparencia en los sistemas de información. Uso privilegiado de la información.
- ❖ No enfrenta los conflictos o los enfrenta autoritariamente.

1.3. Características del clima escolar.

El clima de una organización nunca es neutro, siempre impacta, ya sea actuando como favorecedor u obstaculizador del logro de los propósitos institucionales. En términos generales, los climas escolares positivos o favorecedores del desarrollo personal son aquellos en que se facilita el aprendizaje de todos quienes lo integran; los miembros del sistema se sienten

⁴ GARCÍA, L. y López, R. (2011). Convivir en la escuela: una propuesta para su aprendizaje por competencias. Revista de Educación, 356, 531-555.

agradados y tienen la posibilidad de desarrollarse como personas, lo que se traduce en una sensación de bienestar general, sensación de confianza en las propias habilidades, creencia de la relevancia de lo que se aprende o en la forma en que se enseña, identificación con la institución, interacción positiva entre pares y con los demás. Los estudiantes se sienten protegidos, acompañados, seguros y queridos: los colegios con clima escolar positivas estas características son aquellas donde existe:

- ❖ **Conocimiento continuo, académico y social:** los profesores y alumnos tienen condiciones que les permiten mejorar en forma significativa sus habilidades, conocimiento académico, social y personal.
- ❖ **Respeto:** los profesores y alumnos tienen la sensación de que prevalece una atmósfera de respeto mutuo en la escuela.
- ❖ **Confianza:** se cree que lo que el otro hace está bien y lo que dice es verdad.
- ❖ **Moral alta:** profesores y alumnos se sienten bien con lo que está sucede en la escuela. Hay deseos de cumplir con las tareas asignadas y las personas tienen autodisciplina.
- ❖ **Cohesión:** la escuela ejerce un alto nivel de atracción sobre sus miembros, prevaleciendo un espíritu de cuerpo y sentido de pertenencia al sistema.
- ❖ **Oportunidad de input:** los miembros de la institución tienen la posibilidad de involucrarse en las decisiones de la escuela en la medida en que aportan ideas y éstas son tomadas en cuenta.
- ❖ **Renovación:** la escuela es capaz de crecer, desarrollarse y cambiar.
- ❖ **Cuidado:** existe una atmósfera de tipo familiar, en que los profesores se preocupan y se focalizan en las necesidades de los estudiantes junto con trabajar de manera cooperativa en el marco de una organización bien manejada.

- ❖ **Reconocimiento y valoración:** por sobre las críticas y el castigo.
- ❖ Ambiente físico apropiado.
- ❖ Realización de actividades variadas y entretenidas.
- ❖ **Comunicación respetuosa:** entre los actores del sistema educativo prevalece la tendencia a escucharse y valorarse mutuamente, una preocupación y sensibilidad por las necesidades de los demás, apoyo emocional y resolución de conflictos no violenta.
- ❖ **Cohesión en cuerpo docente:** espíritu de equipo en un medio de trabajo entusiasta, agradable, desafiante y con compromiso por desarrollar relaciones positivas con los padres y alumnos.

1.4. Factores que influyen en el clima escolar.

1.4.1. La diversidad cultural.

Los adolescentes provienen de familias con costumbres, culturas e ideas sobre la educación distintas a lo que se espera. Esta distancia cultural puede ser más evidente en los colegios que trabajan en sectores pobres.

“Si no se asume esta realidad, anticipadamente y los alumnos se sentirán rechazados o incomprendidos. Por lo tanto, se sugiere al docente que esté atento a lo que los alumnos expresan, a fin de entender las situaciones personales, las representaciones, ideas y costumbres de cada uno. Tal entendimiento debe ir acompañado de la aclaración respetuosa por parte del docente, promoviendo e invitando a descubrir otras formas de mirar la realidad, guiando la conducta a través del incentivo y la reafirmación del adolescente. Una actitud comprensiva dentro de la sala de clases, en la que se respeten los procesos y los ritmos personales, facilitará la integración del estudiante a la institución”⁵

⁵ ARTURO Gonzales Galán, Evolución del clima escolar como factor de calidad. editorial La Murulla. edición 2008 Madrid.PP.17-25,

1.4.2. Género:

La percepción de los profesores según el género, indican que éstos exigen y se relacionan con los alumnos de manera distinta que con las alumnas. Las adolescentes son percibidas como trabajadoras, esforzadas y cumplidoras; en tanto que los adolescentes son vistos como lógicos, más creativos e interesados en el conocimiento que las mujeres, y con mayor amplitud de intereses. Es decir, se tiende a reforzar y promover el hacer y el pensar en los varones y el desarrollo afectivo, el mundo de las emociones y de las relaciones interpersonales por sobre lo más racional, en las mujeres.

Tales percepciones están presentes al momento de evaluar, exigir, enjuiciar y relacionarse con sus alumnos, induciendo comportamientos preestablecidos. El no dar todas las oportunidades, en igualdad de condiciones, a hombres y mujeres.

1.4.3. Disciplina.

Quizás es uno de los factores que puede presentar más problemas a los docentes. Esto es, ser reconocido como una autoridad válida que controla lo que sucede en el aula. Sin embargo, la disciplina, el orden y las reglas son esenciales en la sala de clases, a fin de llevar a cabo el proceso de aprendizaje.

“Reiterando lo expuesto anteriormente, es necesario enfatizar que la imposición, el castigo perentorio, la burla o ridiculización y los juicios sólo ayudan a lograr el orden y el respeto de las reglas en la sala de clases, pero no su comprensión e internalización. De esta manera, bastará un descuido o la ausencia del profesor para que nuevamente se traspasen las normas”⁶

En este sentido, vale recordar que el maltrato o el abuso se dan en relaciones de desigualdad respecto al poder; y en la sala de clases, claramente, son los profesores quienes están en una posición de mayor poder con relación a sus

⁶ http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S113557271998000300010&script=sci_arttext&tlng=pt

alumnos. Para evitar un abuso de poder, la autoridad debe ejercerse respetando y protegiendo los derechos de los alumnos.

Es importante recordar que la disciplina consiste en lograr la organización necesaria de la clase de manera que los alumnos estén atentos y aprendan; para conseguirlo de manera efectiva.

1.4.4. Eficacia escolar.

Forma duradera en el que desarrollo integral de cada uno de sus alumnos más allá de lo que sería previsible teniendo en cuenta su rendimiento inicial y la situación social, cultural y económica de sus familias.

Mejora del desarrollo integral del alumno.

La consistencia de los efectos escolares han mostrado la correlación existente entre diversas medidas de producto de los alumnos, de manera fundamental entre puntuaciones en aspectos cognitivos y no cognitivos; ello indica la importancia de tomar múltiples medidas de rendimiento. Incluso se está cuestionando el concepto mismo de inteligencia, de lo cognitivo, aceptándose la existencia de inteligencias múltiples.

La dificultad estriba en la evaluación de los logros considerados incalculables de forma cuantitativa, que ha llevado a un tradicional reduccionismo y simplificación del concepto de resultados escolares. Pero, en consonancia con este concepto de eficacia, la solución no estriba en prescindir de lo que es difícil de medir, sino en ir encontrando formas aceptables de hacerlo que permitan evaluaciones de los logros más ajustadas a lo que se espera de la escuela.

Equidad.

Una escuela será eficaz si promueve el desarrollo de cada uno de sus alumnos. Por tanto, el concepto de eficacia está íntimamente relacionado con el de equidad porque no pueden considerarse buenos resultados aquellos que logra una parte del alumnado con exclusión de otra.

Valor añadido.

Por lo antes expuesto, a efecto de conocer la eficacia de un colegio, no sirven los datos rudos, directos: es imprescindible ajustar el rendimiento de los alumnos en función de su rendimiento previo y de la situación social, económica y cultural de su familia. Es lo que se ha venido llamando valor añadido educativo o también valor agregado, un centro será eficaz si su valor añadido, el rendimiento de los alumnos ajustado por su rendimiento inicial y su situación social, económica y cultural es superior al previsible.

Técnicamente, una colegio es eficaz en cuanto que los residuales escolares lo que difiere el resultado del centro del valor previsible teniendo en cuenta el nivel social, económico y cultural de los alumnos y su rendimiento previo sean positivos y lo más elevados posibles.

1.4.5. La familia.

“Si a la educación de los adolescentes se incorpora el apoyo familiar, los resultados son significativamente más eficaces que cuando se trabaja sólo con alumnos. La implicancia de la familia en la tarea educativa comprende la participación activa de los padres en los proyectos educativos del colegio y en su rol como mediadores del aprendizaje, siendo la madre un fuerte predictor del rendimiento académico. Sin embargo, las familias de nivel socioeconómico bajo, deben lidiar con un conjunto de estresores que dificultan su rol en el apoyo temprano del niño en el plano académico como la inestabilidad laboral, recursos materiales y financieros inadecuados, problemas maritales y familiares”⁷

De igual manera, las expectativas de los padres y sus actitudes hacia la educación varían según el nivel socioeconómico e impactan en el interés académico de los adolescentes. Los padres con mayor educación y habilidades que pueden utilizar para enseñarle a sus hijos destrezas cognitivas y sociales y normas sociales y culturales con mayor efectividad.

⁷ <http://www.educoas.org/portal/bdigital/lae-ducacion/139pdfs/139pdf1.pdf>.

No obstante, diversos estudios con familias de diferentes características demográficas, incluido el nivel socioeconómico, muestran que los adolescentes que tienen una buena relación con sus padres muestran niveles más altos de rendimiento y que el compromiso de éstos en la educación de sus hijos, conlleva resultados académicos positivos.

2. Estrés académico.

2.1. Etimología del termino estrés.

El estrés es la respuesta no específica del cuerpo a cualquier demanda, sea está causada por condiciones agradables o desagradables, constituyendo uno de los factores psicosociales más estudiados en la actualidad, especialmente por su relación con la aparición de cierto tipo de enfermedades, el manejo y adaptación a situaciones difíciles y el desempeño en general (Selye, 2005, pag.17)

“Los agentes físicos nocivos no eran los únicos factores que actuaban directamente sobre el organismo produciéndolo, sino que además, en el caso del hombre, las demandas de carácter social y las amenazas del entorno que requieren de capacidad de adaptación, podían provocar dicho trastorno”⁸

El estrés como estímulo.

Una definición de estrés fundamentada en los estímulos conceptualiza al mismo como un conjunto de fuerzas externas, de variables del medio físico o social catástrofes, pérdida de seres queridos, acumulación de contrariedades personales, presiones del trabajo y de la vida urbana, que tienen un efecto desequilibrador, transitorio o permanente, sobre la persona.

El Estrés como Respuesta.

Una definición sustentada en la respuesta señalaría que el estrés es la respuesta fisiológica o psicológica que manifiesta un individuo ante un estresor

⁸<http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologia-19-1-caracteristicas-del-estres-academico-de-los-alumnos-de-educacion-media-superior.html>

ambiental, en la cual el estresor puede consistir en un evento externo o en una situación interna, ambos potencialmente dañinos. La respuesta del organismo a algo perdido, un desequilibrio al que se debe hacer frente el mismo incluía tres fases: alarma, resistencia y agotamiento. Distinguiendo tres niveles diferentes en la respuesta de estrés:

- **Nivel cognitivo:** incluye los procesos subjetivos de evaluación de la situación.
- **Nivel fisiológico:** refiere a la actividad de los ejes neural, neuroendocrino y endocrino.
- **Nivel motor:** corresponde a las distintas formas y estrategias con las que el individuo intenta afrontar la situación.

El Estrés como relación Individuo-Ambiente

El estrés puede ser definido incluyendo tanto al estímulo como a la respuesta, en este caso el mismo, es una respuesta adaptativa, mediada por las características individuales o por procesos psicológicos, la cual es a la vez consecuencia de alguna acción, de una situación o un evento externo que plantean a la persona especiales demandas físicas o psicológicas (Ivancevich y Matteson, 1989 en Bittar, 2008, p.18).

2.2. Definición de estrés académico.

Es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores cuando estos provocan un desequilibrio sistémico situación estresante que se manifiesta en una serie de síntomas y cuando este desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico. (Barraza, 2008, p.15)

2.3. Síntomas.

2.3.1. Físicos.

“Entre las reacciones físicas posibles, es decir, aquellas reacciones propias del cuerpo, se encuentran las siguientes.

- ❖ Dolor de cabeza.
- ❖ Cansancio difuso o fatiga crónica.
- ❖ Bruxismo (rechinar los dientes durante el sueño)
- ❖ Elevada presión arterial.
- ❖ Disfunciones gástricas.
- ❖ Impotencia.
- ❖ Dolor de espalda.
- ❖ Dificultad para dormir o sueño irregular.
- ❖ Frecuentes catarros y gripes.
- ❖ Excesiva sudoración.
- ❖ Aumento o pérdida de peso.
- ❖ Temblores o tic nerviosos.

2.3.2. Psicológicos.

Los síntomas psicológicos que tienen que ver con las funciones cognoscitivas o emocionales de la persona.

- ❖ Ansiedad.
- ❖ Susceptibilidad.
- ❖ Tristeza.
- ❖ Sensación de no ser tenido en consideración

- ❖ Irritabilidad excesiva.
- ❖ Indecisión.
- ❖ Escasa confianza en uno mismo.
- ❖ Inquietud.
- ❖ Sensación de inutilidad.
- ❖ Falta de entusiasmo.
- ❖ Sensación de no tener el control sobre la situación.
- ❖ Pesimismo hacia la vida.
- ❖ Imagen negativa de uno mismo.
- ❖ Sensación de melancolía durante la mayor parte del día.
- ❖ Preocupación excesiva.
- ❖ Dificultad de concentración.
- ❖ Infelicidad.
- ❖ Inseguridad.
- ❖ Tono de humor depresivo”⁹

2.3.3. Comportamentales.

Entre los síntomas comportamentales estarían aquellos que involucran la conducta de la persona.

- ❖ Fumar excesivamente.
- ❖ Olvidos frecuentes.
- ❖ Aislamiento.

⁹ Barraza, A. (2008). El estrés académico de los alumnos de Educación Media Superior, Hermosillo. Memoria electrónica del VIII Congreso Nacional de Investigación Educativa.

- ❖ Conflictos frecuentes.
- ❖ Escaso empeño en ejecutar las propias obligaciones.
- ❖ Tendencia a polemizar.
- ❖ Desgano.
- ❖ Absentismo laboral.
- ❖ Dificultad para aceptar responsabilidades.
- ❖ Aumento o reducción del consumo de alimentos.
- ❖ Dificultad para mantener las obligaciones contraídas.
- ❖ Escaso interés en la propia persona.
- ❖ Indiferencia hacia los demás.

2.4. Estresores académicos.

“Son todos aquellos factores o estímulos del ámbito educativo que presionan o sobrecargan de diferente modo al estudiante, donde múltiples aspectos del sistema educativo que podían afectar a la salud mental de los estudiantes de secundaria como por ejemplo: métodos de enseñanza y evaluación, sobrecarga de información juzgada irrelevante por los alumnos, falta de tiempo, problemas de comunicación con el profesorado entre otros”¹⁰

- ❖ **Acontecimientos vitales:** tales como separación de la pareja, enfermedad del individuo o de un familiar cercano, muerte de un ser querido, exámenes de la especialidad para el caso de los estudiantes.
- ❖ **Sobrecarga académica:** relación superficial y falta de comunicación entre los miembros de la facultad; compaginar trabajo y estudios.

¹⁰ Apuntes de Psicología Colegio Oficial de Psicología 2007, Vol. 25, número 1, págs. 87-99. de Andalucía Occidental y ISSN 0213-3334 Universidad de Sevilla.

- ❖ **Problemas educativos:** las pérdidas afectivas, los problemas personales y los familiares.
- ❖ **Excesiva carga académica:** currículo muy apretado, horario muy extenso; situación económica precaria; choque cultural de las personas y en menor grado, desórdenes sentimentales.
- ❖ **Lo que acontece en el mundo:** la situación personal-afectiva, aspectos biológicos-salud, la situación en el hogar y el quehacer académico en general.
- ❖ Falta de tiempo o tiempo limitado para poder cumplir con las actividades académicas.
- ❖ Realización de un examen.
- ❖ Exposición de trabajos en clase, Realización de trabajos obligatorios para aprobar la asignatura.
- ❖ Exceso de responsabilidad por cumplir las obligaciones escolares, El tipo de trabajo que solicitan los profesores.
- ❖ La evaluación de los profesores, Mantener un buen rendimiento o promedio académico.
- ❖ **La falta de competencia:** del contacto con el sufrimiento, de la relación con profesores y compañeros, de la impotencia e incertidumbre, de no controlar la relación con el enfermo, de la implicación emocional, de la relación con el enfermo.
- ❖ Falta de incentivos, masificación de las aulas.

2.5. Consecuencias.

Las consecuencias psicológicas, conductuales y emocionales que genera el estrés académico son similares a las que provoca el estrés en general. De acuerdo con estos efectos pueden ser:

Fisiológicos: cambios en la tasa cardiaca, la presión arterial, la tasa respiratoria y respuestas hormonales e inmunológicas, siendo la realización de exámenes el principal estresor académico.

Efectos psicológicos: los efectos a corto plazo repercuten en el nivel emocional presente como puede ser ansiedad y tensión, en las algunas respuestas cognitivas y emocionales donde el sujeto valora la situación como estresante, y conductas manifiestas nocivas como son: consumo de tabaco, alcohol, cafeína, alteraciones en el sueño y en la ingesta de alimentos.

Efectos al rendimiento y comportamiento organizacional del estudiante:

“Decremento de la concentración, aumento de la irritabilidad, deterioro de la memoria tanto a corto plazo como a largo plazo, la velocidad de respuesta disminuida, aumenta la frecuencia de cometer errores, deterioro de la capacidad de organización y capacidad crítica”¹¹

La conjunción de los efectos anteriormente citados influye en el rendimiento académico del estudiante, pueden fomentar el consumo de drogas, alteración del sueño, evitación de la responsabilidad junto con la adopción de soluciones provisionales frente a problemas nuevos que se presentan.

Entre las consecuencias del estrés académico a largo plazo se encuentra estados de ánimo depresivos, preocupación, malestar general o distrés, cambios en el auto concepto y la autoestima, relaciones interpersonales disfuncionales, síntomas del o estar quemado, enfermedad física, demanda de asistencia médica y psicológica, así como el consumo de fármacos y drogas (Naranjo, 2010.pag.25)

Estas consecuencias pueden hacer difícil la vida académica de los estudiantes, sin embargo si existe un buen manejo del estrés se podrá disminuir el nivel y con ello sus efectos.

¹¹ <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologia-19-1-caracteristicas-delestres-academico-de-los-alumnos-de-educacion-media-superior.html>

2.6. Afrontamiento.

“Son aquellos procesos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas o internas que son evaluadas como desbordantes de los recursos del individuo”¹²

Es decir, que las estrategias de afrontamiento implementadas no serán siempre las mismas y dependerán de las características de la situación. Afrontamiento no es lo mismo que resultado, sino que es todo lo que uno hace con independencia de si resulta eficaz o ineficaz para resolver la situación.

El Afrontamiento tiene varios procesos, es decir que se desarrolla en diferentes etapas.

Se pueden establecer tres aspectos principales desde la conceptualización del afrontamiento como proceso (Ahumada & Cuello et al., 2007):

- **Observación:** Hace alusión a aquellas observaciones y valoraciones que tienen relación con aquello que el sujeto realmente piensa o hace.
- **Contexto Específico:** Aquello que el sujeto piensa o hace es analizado dentro de un determinado contexto.
- **Proceso de pensamiento:** Se lo define como un cambio en los pensamientos y actos del sujeto a medida que la interacción se va desarrollando.

El sujeto podrá orientarse hacia la resolución del problema, o bien, hacia el control de las emociones .De las mismas refieren a:

La Resolución de Problemas: Son procesos activos. Está dirigida a la modificación de las demandas intentando manipular el problema que está causando el malestar o a incrementar los recursos para hacer frente al problema, por ejemplo diseñando un nuevo método de solución de problemas. La superación de dicha situación da lugar a un aumento en la capacidad de ajuste del individuo. Algunas de estas estrategias.

¹² ORTEGA, Sonia Ruth. Como combatir el estrés técnicas y programas de autoayuda.psyco-editores (2011) pag-140.

El Control de las Emociones: Estaría centrada en la emoción. Los sujetos emplearán este segundo tipo de estrategias cuando experimenten que el estresor es perdurable o inmodificable como la muerte de un ser querido. Dicho sujeto tratará de mitigar el estrés y disminuir el malestar y el dolor emocional, se enfoca en manejar las emociones asociadas con el evento.

Cuando el estrés es afrontado mediante conductas de huida - evitación o reducción de la tensión, como comer en exceso, tomar bebidas alcohólicas, fumar excesivamente, entre otros, las mismas reducirán el estrés a corto plazo funcionando como estrategias de afrontamiento desadaptativas. Dichos comportamientos podrían traer problemas en la salud. Por lo tanto, es más saludable utilizar estrategias de afrontamiento adaptativas y saludable.

f. METODOLOGÍA

El estudio será de tipo descriptivo, luego implica la recopilación y presentación sistemática de los datos para tener una idea precisa sobre la relación que existe entre el clima escolar y estrés académico de los estudiantes bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios, Olmedo periodo 2013-2014.

Para el desarrollo del mismo se aplicara el método científico, que inicia con la observación de la realidad, la descripción del objeto de estudio, la generación de ideas, hasta la definición del tipo de investigación y formulación del problema que será aplicado mediante el sustento científico del marco teórico, que orientan la temática propuesta, y reúne la descripción de elementos conceptuales, referidos a el clima escolar y estrés académico de los estudiantes, que en un proceso de análisis y síntesis facilitó luces para la formulación de preguntas, búsqueda de instrumentos e identificación de objetivos, así como la comprensión y explicación del problema a investigar, así mismo se utilizará el método estadístico, el mismo que servirá para tabular los datos obtenidos mediante la técnica y los instrumentos aplicados, y el método deductivo, que utilizara en el análisis de la problemática, los componentes presentes en el contexto que intervienen en la realidad investigada, y el posterior análisis de los datos obtenidos, así mismo el método inductivo, que se lo empleara en el análisis de los datos empíricos recopilados mediante los instrumentos aplicados que aportaron a la formulación de las conclusiones.

Se procederá a pedir la autorización a los directivos de la institución (anexo 1) para el desarrollo de la investigación con el compromiso de devolver los resultados obtenidos en un acto de socialización de los mismos. Como técnica para la recopilación de la información, se utilizara una encuesta (anexo 2), estructurada de varios ítems, que contienen datos informativos sobre las dos variables del tema con la finalidad de contrastar la información con los instrumentos aplicados.

Como instrumento para la recopilación de información se utilizara la escala de percepción del clima y funcionamiento del colegio por el alumnado (anexo 3), con la finalidad de evaluar varias dimensiones relevantes del colegio a partir de la percepción del alumnado, su aplicación es de forma individual a partir de los 12 años con una duración de aplicación de unos 10 minutos, estas dimensiones son:

La versión definitiva de esta escala está compuesta finalmente por 30 ítems que deben ser puntuados en una escala comprendida entre 1 y 7. La agrupación finalmente realizada en cuatro factores de segundo orden ofrece puntuaciones parciales de diferentes aspectos o dimensiones del centro que pueden actuar como activos o recursos para promover el desarrollo positivo adolescente a nivel de la influencia del centro educativo. La escala también ofrece una puntuación global que puede considerarse como un indicador de la calidad del centro de cara a la promoción del desarrollo positivo en base a las percepciones del alumnado sobre su funcionamiento. Las dimensiones factores de segundo orden y aspectos factores de primer orden que evalúa son:

Clima: Se refiere a dos aspectos que el AFC confirmó como altamente correlacionados. Por un lado, incluye el grado en que los adolescentes perciben las relaciones entre iguales como buenas, y por otro, lo que sería la otra cara de la misma moneda, la no percepción de inseguridad en el centro. Esta dimensión, por tanto, incluye 6 ítems en total. En concreto, 3 ítems referidos a la percepción del clima de relación entre iguales la mayoría de los alumnos de este centro nos llevamos bien y otros 3 ítems referidos a la percepción de no seguridad en el centro Algunos compañeros de este centro se sienten amenazados por otros. La fiabilidad según indicó el coeficiente alfa de Cronbach fue de .78 tanto para los dos factores de primer orden como para la dimensión de clima en general.

Vínculos: Esta dimensión valora dos aspectos relacionados con la vinculación al centro por parte del alumnado. Por un lado, evalúa el grado en que los adolescentes tienen un sentimiento de pertenencia y satisfacción con su propio colegio, y por otro, la valoración del apoyo percibido por parte del profesorado

como parte fundamental de la vinculación a los educadores del colegio. Esta dimensión incluye 7 ítems en total. En concreto, 3 ítems referidos a la vinculación con el colegio en este centro me siento muy a gusto y otros 4 ítems referidos al apoyo percibido por parte del profesorado, en las clases los profesores nos ayudan cuando tenemos alguna dificultad. La fiabilidad a partir del alfa de Cronbach fue de .87 y .80 para los 2 factores inicialmente propuestos, y de .81 para el factor de segundo orden.

Claridad de normas y valores: Engloba dos aspectos que tienen que ver con la regulación del comportamiento y ajuste adolescente, y por tanto, con la labor más educativa del colegio. Por un lado, esta dimensión evalúa el grado en que los adolescentes perciben la claridad de límites en cuanto a las normas existentes en el colegio. Por otro lado, valora la percepción de la coherencia en la promoción de valores en el centro por parte del profesorado. Esta dimensión también incluye 7 ítems en total. En concreto, 3 ítems referidos a la percepción de la claridad de normas todos los alumnos conocemos los límites y normas que hay que respetar en este colegio y otros 4 ítems sobre la percepción de valores promovidos por el colegio, en este colegio se nos ayuda a respetar y comprender las costumbres de otras culturas y países. La fiabilidad según indicó el coeficiente alfa de Cronbach fue de .82 tanto para los dos factores de primer orden como para la dimensión en general.

Empoderamiento y oportunidades positivas: Se refiere a tres aspectos claramente correlacionados en el sentido del grado en que los adolescentes perciben oportunidades positivas para su desarrollo sociopersonal. Supone la valoración de los recursos e instalaciones del colegio como oportunidades, la oferta de actividades dirigidas a los adolescentes, y finalmente, la percepción de la influencia en la vida del colegio o la percepción de fomento de la participación del alumnado "empoderamiento". Esta dimensión está compuesta finalmente por 10 ítems. En concreto, 3 ítems referidos al empoderamiento por ejemplo, los alumnos proponemos algunas celebraciones y actividades del colegio y participamos en su organización, tres ítems referidos a recursos e instalaciones del centro en el colegio hay salas de estudio y espacios para que

los alumnos trabajemos en grupo, y finalmente, cuatro ítems sobre la oferta de actividades por ejemplo, en este colegio se organizan muchas actividades culturales: teatro, conciertos, exposiciones, entre otros. Esta dimensión tiene un mayor peso en número de ítems por su significatividad de cara a la promoción del desarrollo adolescente positivo, que es un objetivo fundamental en la construcción de la escala. El coeficiente de fiabilidad, alfa de Cronbach, para los tres factores de primer orden fue respectivamente de .73, .78 y de .83 para la dimensión general. Finalmente, hay que reseñar que la escala en su globalidad presenta una alta fiabilidad al obtener un coeficiente alfa de Cronbach de 0.9.

A continuación, han de sumarse las puntuaciones asignadas a los ítems que componen cada una de las cuatro dimensiones o factores de segundo orden. Seguidamente presentamos cómo se agrupan estos ítems y, entre paréntesis, las puntuaciones máximas y mínimas que pueden obtenerse.

Clima: ítem 1 + ítem 2 + ítem 3 + ítem 4 + ítem 5 + ítem 6. (6-42).

Vínculo: ítem 7 + ítem 8 + ítem 9 + ítem 10 + ítem 11 + ítem 12 + ítem 13. (7-49).

Claridad de Norma y valores: ítem 14 + ítem 15 + ítem 16 + ítem 17 + ítem 18 + ítem 19 + ítem 20. (7-49).

Empoderamiento y oportunidades: ítem 21 + ítem 22 + ítem 23 + ítem 24 + ítem 25 + ítem 26 + ítem 27 + ítem 28 + ítem 29 + ítem 30. (10 -70).

Puntuación total en la escala de PERCEPCIÓN DEL CENTRO = suma de todas las dimensiones anteriores. (30 - 210).

Una vez calculadas estas puntuaciones directas deben transformarse en puntuaciones baremadas (centiles) usando las tablas correspondientes al sexo y la edad del chico o chica que haya cumplimentado el cuestionario.

BAREMOS CHICAS 16-17 AÑOS

CENTILES	PUNTUACIONES DIRECTAS					CENTILES
	Clima	Vínculos	Normas y valores	Empodera-Miento	Total	
95	36	46	47	60	177	95
90	35	45	45	56	171	90
85	34	43	44	54	166	85
80	32	42	43	52	163	80
75	31	41	42	50	160	75
70	30	40	41	49	157	70
65	29	-	40	48	154	65
60	28	39	-	46	152	60
55	27	38	39	45	148	55
50	26	37	-	44	146	50
45	25	-	38	43	144	45
40	24	36	37	41	140	40
35	23	35	36	39	136	35
30	-	34	35	38	133	30
25	22	33	34	36	128	25
20	21	32	33	34	124	20
15	19	31	31	32	120	15
10	18	29	29	29	115	10
5	15	26	27	25	107	5
N	401	401	401	401	401	
Media	26.22	36.90	37.84	42.97	143.93	
D.t.	6.41	6.12	6.05	10.35	21.76	

BAREMOS CHICOS 16-17 AÑOS

	PUNTUACIONES DIRECTAS					
CENTILES	Clima	Vínculos	Normas y valores	Empodera- miento	Total	CENTILES
95	37	46	46	61	181	95
90	36	45	44	58	174	90
85	35	43	43	55	169	85
80	34	42	42	53	166	80
75	33	41	41	51	161	75
70	32	-	40	49	158	70
65	31	40	39	48	153	65
60	30	39	38	46	151	60
55	29	38	37	45	147	55
50	28	37	36	43	145	50
45	-	36	35	-	143	45
40	27	35	34	41	139	40
35	26	34	33	39	134	35
30	25	33	32	38	128	30
25	24	31	31	36	125	25
20	23	30	29	33	119	20
15	21	28	28	31	113	15
10	19	25	25	26	106	10
5	16	22	20	20	93	5
N	326	326	326	326	326	
Media	28.08	35.91	35.11	42.85	141.95	
D.t.	6.34	7.13	7.72	11.71	26.25	

También se aplicara el Inventario SISCO del estrés académico de Arturo Barraza Macía (2007), (anexo 4) El uso de un término estrés académico suele hacerse con relativa facilidad, aunque sus verdaderos alcances y limitaciones no sean desconocidos, tal es el caso del concepto del estrés (Travers y Cooper, 1997: p. 27). El estrés académico es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos:

- Primero: el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno, son consideradas estresores.
- Segundo: esos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas.
- Tercero: ese desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico.

Esta conceptualización conduce a reconocer tres componentes sistémico-procesuales del estrés académico: estímulos estresores, síntomas (indicadores del desequilibrio sistémico) y estrategias de afrontamiento. Una vez identificados estos componentes del estrés académico se ha dado paso a la realización de un inventario autodescriptivo, denominado Inventario SISCO del Estrés Académico, que contiene 31 ítems distribuidos de la siguiente manera:

- Un ítem de filtro que, en términos dicotómicos (si-no), permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario.
- Un ítem que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores numéricos (del 1 al 5, donde uno es poco y cinco mucho), permite identificar el nivel de intensidad del estrés académico.
- Ocho ítems que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores.
- 15 ítems que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), permiten identificar la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor.

- Seis ítems que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamientos.

Esta versión definitiva del Inventario SISCO del Estrés Académico permite obtener la siguiente información:

a. El estrés académico como variable general o teórica.

- Porcentaje de alumnos que presentan estrés académico (pregunta número uno).
- Nivel de intensidad del estrés académico (pregunta número dos).
- Frecuencia del estrés académico (índice compuesto obtenido con la media general de todos los ítems que constituyen las preguntas tres, cuatro y cinco).

b. Dimensiones, variables intermedias o componentes del estrés académico.

- Frecuencia con que las demandas del entorno son valoradas como estresores (índice compuesto obtenido a partir de la media general de los ítems que conforman la pregunta tres).
- Frecuencia con que se presentan los síntomas (índice compuesto obtenido a partir de la media general de los ítems que conforman la pregunta cuatro).
- Frecuencia de uso de las estrategias de afrontamiento (índice compuesto obtenido a partir de la media general de los ítems que conforman la pregunta cinco).

c. Indicadores o variables empíricas del estrés académico.

- Frecuencia con que cada una de las demandas del entorno que explora el inventario son valoradas como estresores (índice simple obtenido de la media en el ítem/estresor respectivo).

- Frecuencia con que se presenta cada uno de los síntomas que explora el inventario (índice simple obtenido de la media en el ítem/síntoma respectivo).

- Frecuencia con que se usa cada una de las estrategias de afrontamiento que explora el inventario (índice simple obtenido de la media en el ítem/estrategia de afrontamiento respectivo).

El inventario es autoadministrado y se puede solicitar su llenado de manera individual o colectiva; su resolución no implica más de 10 minutos.

Esta versión que ahora se presenta a disposición de los estudios e interesados en el tema, presenta las siguientes propiedades psicométricas:

a. Una confiabilidad por mitades de 87 y una confiabilidad en alfa de Cronbach de 90. Estos niveles de confiabilidad puede ser valorados como muy buenos (DeVellis, en García, 2005) o elevados (Murphy y Davishofer, en Hogan, 2004).

Estos resultados y el hecho de que las dos medidas de confiabilidad obtenidas se basan en la consistencia interna del instrumento permiten afirmar que el cuestionario del Inventario SISCO del Estrés Académico pueden ser considerados homogéneos, en el sentido de que miden lo mismo, o en otras palabras, representan el mismo dominio, que en este caso es el estrés académico.

b. Se confirma 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-cognoscitivista.

c. Se confirma 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, centrados 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.

Clave de corrección.

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

Para determinar cómo validos los resultados de cada cuestionario, y por lo tanto aceptarlos se toma como base la regla de decisión $r > 70\%$ (respondido en un porcentaje mayor al 70%. En ese sentido se considera necesario que el cuestionario tenga contestado por lo menos 20 ítems de los 19 que lo componen, en caso contrario se anulara ese cuestionario en lo particular.

La obtención del índice que permite su interpretación a partir del baremo establecido se realiza de la siguiente manera:

- A cada respuesta de la escala se le asigna los siguientes valores: 1 para nunca 2 para rara vez 3 para algunas veces 4 para casi siempre 5 para siempre.
- Se realiza la sumatoria de puntos obtenidos, sea como variable individual o variable colectiva.
- Se transforma el puntaje en porcentaje, sea a través de regla de tres simples o multiplicado la media obtenida por 25.
- Una vez obtenido el porcentaje se interpreta en el siguiente baremo.

BAREMO	
PUNTAJE PORCENTUAL	NIVEL
0 - 33	Leve
34 - 66	Moderado
67 - 100	Profundo

La población o universo motivo de estudio la constituyen 586 estudiantes y la muestra será de 70, estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios del cantón Olmedo periodo 2013-2014.

Con los datos obtenidos en la investigación de campo, y la utilización de estadística descriptiva, se procederá a organizar, precisar e interpretar los resultados, mismos que en un proceso de análisis – síntesis, deducción y contrastación con el marco teórico, concreta la discusión para dar respuesta al problema planteado, al logro de los objetivos, y establecer las conclusiones y recomendaciones de la presente investigación.

Así mismo los resultados obtenidos se representaran en porcentajes, utilizado los programas de Word, Excel para la elaboración de gráficas y Power Point para realizar la socialización del trabajo.

g. CRONOGRAMA

TIEMPO ACTIVIDADES	2014												2015									
	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre
	SEMANAS																					
	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	
1. Selección del tema	■																					
2. Aprobación del tema		■	■																			
3. Recolección de bibliografía para el Marco Teórico			■	■																		
4. Elaboración del proyecto					■	■																
5. Aprobación del proyecto							■															
6. Procesamiento de la información								■														
7. Aplicación de la propuesta alternativa									■													
8. Presentación y calificación del borrador de la tesis										■												
9. Presentación de la tesis para que sea calificada.											■											
10. Levantamiento del texto y defensa en privado.												■										
11. Presentación de documentos													■	■								
12. Sustentación pública de la tesis. Graduación															■	■	■	■	■	■	■	

h. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO

RECURSOS HUMANOS

- **Población:** Estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Alberto Zambrano Palacios del cantón Olmedo
- **Directora de Tesis:** Laura Elizabeth Ramírez Cuenca
- **Autora:** Dra. Mg. Sc. Sonia Elizabeth Cosíos Castillo

PRESUPUESTO.

Rubro	VALOR
Bibliografía especializada	\$120,00
Copias e impresiones	\$90,00
Internet	\$50,00
carpetas folder	\$ 06,00
Material computarizado	\$200,00
Transporte	\$70.00
Computadora	\$9.000
Imprevisto	\$150,00
TOTAL	\$1.506.00

FINANCIAMIENTO:

Los gastos incurridos en el presente trabajo investigativo serán asumidos en su totalidad por la autora.

i. BIBLIOGRAFÍA.

Apuntes de Psicología Colegio Oficial de Psicología 2007, Vol. 25, número 1, págs. 87-99. De Andalucía Occidental y ISSN 0213-3334 Universidad de Sevilla.

ARTURO Gonzales Galán, Evolución del clima escolar como factor de calidad. Editorial La Murulla. Edición 2008 Madrid.PP.17-25.

BARRAZA, (2008). El estrés académico de los alumnos de Educación Media Superior, Hermosillo. Memoria electrónica del VIII Congreso Nacional de Investigación Educativa.

Barraza, A. (2007). Inventario SISCO del estrés académico. México: Universidad pedagógica de Durango.<http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2358921>

GARCÍA, L. y López, R. (2011). Convivir en la escuela: una propuesta para su aprendizaje por competencias. Revista de Educación, 356, 531-555.

http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S113557271998000300010&script=sci_arttext&tlng=pt.

http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/7/007_Caldera.Pdf.

<http://www.fomix.ujat.mx/Manual%20de%20Tecnicas%20y%20Dinamicas>. Pdf.

<http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologia-19-1-caracteristicas-delestres-academico-de-los-alumnos-de-educacion-media-superior.html>.

ORTEGA, Sonia Ruth. Como combatir el estrés técnicas y programas de autoayuda.psico-editores (2011) pag-140.

ORTEGA, Sonia Ruth. Como combatir el estrés técnicas y programas de autoayuda.psico-editores (2011) pag-140.

Revista de Educación, 350. Septiembre-diciembre 2009, pp. 315-399.

Wikipedia(2008).Estrés.<http://es.wikipedia.org/wiki/Estrés>

➤ ANEXOS



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA.
ÁREA DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN.
PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN.
ENCUESTA

Señor y señorita estudiante:

Le solicito comedidamente contestar las siguientes preguntas, las mismas que permitirán la realización del trabajo de Investigación previa a la obtención a la licenciatura de la carrera de Psicología Educativa y Orientación; la encuesta es anónima, las respuestas no son ni buenas ni malas y serán manejadas solo por la autora de este estudio con absoluta reserva.

Curso y paralelo.....Sexo: M () F () Edad:.....

1. ¿Cuándo terminó la primaria usted eligió ingresar a este colegio?

Si () No ()

Porque.....

2. ¿Usted se siente a gusto en este colegio donde se encuentra matriculado y asistiendo?

Si () No ()

Porque.....

3. Señale con una X dentro del paréntesis , las respuestas de los siguientes aspectos del clima escolar en el que se encuentra:

- Tiene buenos compañeros y amigos que le brindan su amistad.

Si () No ()

- Sus profesores los tratan con respeto y afecto.

Si () No ()

- Las autoridades del colegio se dirigen hacia usted con consideración y respeto.

Si () No ()

- Los espacios de las aulas son amplios, presenta iluminación, pupitres nuevos entre otros.

Si () No ()

- Cuando van los padres de familia los profesores son atentos con ellos.

Si () No ()

- Las actividades escolares y la exigencia de los profesores les causa estrés.

Si () No ()

Porque.....

4. Subraye. ¿Qué aspectos del colegio le provocan más estrés?

- Exámenes.

- Tareas.

- Los profesores.

- Los compañeros.

- El ambiente

- Las horas de clase.

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA.
ÁREA DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN.
PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN.

Señor y señorita estudiante:

Le solicito comedidamente contestar las siguientes preguntas, las mismas que permitirán la realización del trabajo de Investigación previa a la obtención a la licenciatura de la carrera de Psicología Educativa y Orientación; la encuesta es anónima, las respuestas no son ni buenas ni malas y serán manejadas solo por la autora de este estudio con absoluta reserva.

Curso y paralelo.....Sexo: M () F () **Edad:.....**

Escala de percepción del clima y funcionamiento del colegio por el alumnado.
Instrucciones:

A continuación figuran una serie de frases referidas a tu COLEGIO, indica si estás o no de acuerdo con ellas. Para ello señala rodeando el número con un círculo si crees que la frase es:

Totalmente falsa	Falsa	Algo falsa	Ni falsa ni verdadera	Algo verdadera	Verdadera	Totalmente verdadera
1	2	3	4	5	6	7

		Totalmente falsa	Falsa	Algo falsa	Ni falsa ni verdadera	Algo verdadera	Verdadera	Totalmente verdadera
1	Las relaciones entre los alumnos del colegio son buenas	1	2	3	4	5	6	7
2	Algunos compañeros de este colegio se sienten amenazados por otros.	1	2	3	4	5	6	7
3	En este colegio existe buen rollo entre todos.	1	2	3	4	5	6	7
4	En este colegio hay bastantes problemas y peleas fuera de las aulas (recreo, pasillos, servicios, entre otros)	1	2	3	4	5	6	7
5	La mayoría de los alumnos de este colegio nos llevamos bien.	1	2	3	4	5	6	7
6	Los profesores están disponibles para atender las dudas individuales de cada alumno.	1	2	3	4	5	6	7
7	En este colegio hay grupos de alumnos que se dedican a molestar y a meter broncas.	1	2	3	4	5	6	7
8	Me siento muy satisfecho de formar parte de este colegio.	1	2	3	4	5	6	7
9	Cuando hacemos las cosas bien los profesores nos lo dicen.	1	2	3	4	5	6	7
10	En este colegio me siento muy a gusto.	1	2	3	4	5	6	7
11	Los profesores reconocen el esfuerzo que realizan los alumnos.	1	2	3	4	5	6	7

12	A mí me gusta bastante este colegio	1	2	3	4	5	6	7
13	En las clases, los profesores nos ayudan cuando tenemos alguna dificultad.	1	2	3	4	5	6	7
14	En este colegio nos hacen ver que conocer a personas de otras culturas y países es algo que nos enriquece como personas.	1	2	3	4	5	6	7
15	Las normas de comportamiento de este colegio son claras y conocidas por todos.	1	2	3	4	5	6	7
16	En este colegio se nos ayuda a respetar y comprender las costumbres de otras culturas y países.	1	2	3	4	5	6	7
17	Todos los alumnos conocemos los límites y normas que hay que respetar en este colegio.	1	2	3	4	5	6	7
18	En este colegio nos hacen ver la importancia de la igualdad entre hombres y mujeres.	1	2	3	4	5	6	7
19	Los alumnos sabemos cuándo algo va en contra de las normas de clase	1	2	3	4	5	6	7
20	En este colegio se nos anima a luchar por causas sociales justas.	1	2	3	4	5	6	7
21	Podemos practicar muchos deportes en el colegio.	1	2	3	4	5	6	7
22	Los alumnos participamos en la elaboración de las normas de convivencia escolar.	1	2	3	4	5	6	7
23	En el colegio hay salas de estudio y espacios para que los alumnos trabajemos en grupo.	1	2	3	4	5	6	7
24	En este colegio se nos ofrecen bastantes posibilidades de hacer actividades extraescolares (p.ej., deportes, música, teatro, baile, entre otros)	1	2	3	4	5	6	7
25	Cuando hay un conflicto, los alumnos opinamos y participamos en su resolución.	1	2	3	4	5	6	7
26	En este colegio disponemos de una buena biblioteca	1	2	3	4	5	6	7
27	En este colegio se organizan muchas actividades culturales: teatro, conciertos, exposiciones, entre otros.	1	2	3	4	5	6	7
28	Los alumnos proponemos algunas celebraciones y actividades del colegio y participamos en su organización.	1	2	3	4	5	6	7
29	En el colegio tenemos una buena aula de informática.	1	2	3	4	5	6	7
30	En nuestro colegio se organizan talleres para aprender algunas cosas de las siguientes: fotografía, música, teatro, danza, informática, entre otros.	1	2	3	4	5	6	7

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA.
ÁREA DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN.
PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN.

TEST DE ESTRÉS ACADÉMICO

Curso y paralelo.....Sexo: M () F () fecha.....

Sr. Estudiante la información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta a este cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo, desde ya le expreso mi más sincero agradecimiento:

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

- Sí
 No

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

1	2	3	4	5

3. Señale con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
La competencia con los compañeros del grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
La personalidad y el carácter del profesor					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
No entender los temas que se abordan en la clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo.					
Otra					

4. Señale con qué frecuencia tuvo las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamientos mentales cuando estabas preocupado o nervioso.

REACCIONES FÍSICAS					
	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
REACCIONES PSICOLÓGICAS					
	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
REACCIONES COMPORTAMENTALES					
	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Otras (especifique)					

5. Señale con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

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

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA.
ÁREA DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN.
CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN.

Loja 02 de Mayo de 2013.

Hna. Isabel Beltrán

COORDINADORA DE LA UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL MONSEÑOR
ALBERTO ZAMBRANO PALACIOS

De mi consideración.

Me dirijo a usted para solicitarle de la manera más comedida se digne otorgar el permiso respectivo para realizar mi trabajo de investigación de grado, denominado EL CLIMA ESCOLAR Y EL ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL MANSEÑOR ALBERTO ZAMBRANO PALACIOS DEL CANTON OLMEDO PERIODO 2013-2014 previo a la obtención del grado de Licenciada en Ciencias de la Educación, mención Psicología Educativa y Orientación.

Consciente de su compromiso con la educación, estoy segura de poder contar con su colaboración para realizar el presente trabajo de investigación y fortalecer los procesos de formación pedagógica y prevención de estas problemáticas presentes en adolescentes.

Por la favorable atención que se digne a dar a la presente desde ya le anticipo mis más sinceros agradecimientos.

Atentamente.

.....
Laura Elizabeth Ramírez Cuenca
CI. 1104919590

MATRIZ DE CONSISTENCIA LÓGICA

TEMA	PROBLEMA	OBJETIVOS	CATEGORIAS DE ANALISIS DEL MARCO TEORICO.
EL CLIMA ESCOLAR Y EL ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL MONSEÑOR ALBERTO ZAMBRANO PALACIOS, DEL CANTÓN OLMEDO PERIODO 2013	¿Cuál es la influencia del clima escolar en el estrés académico de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional monseñor Alberto Zambrano Palacios, del Cantón Olmedo periodo 2013 - 2014?	OBJETIVO GENERAL:	3. EL CLIMA ESCOLAR. 3.1. Definición. 3.2. Tipos 3.2.1. Clima institucional. 3.2.2. Clima de clase. 3.2.3. Clima favorable. 3.2.4. Clima desfavorable. 3.2.5. Clima nutritivo. 3.2.5.1. Características nutritivas. 3.2.6. Clima tóxico. 3.2.6.1. Características tóxicas. 3.3. Características del clima escolar. 3.4. Factores que influyen en el clima escolar. 3.4.1. La diversidad cultural. 3.4.2. Género. 3.4.3. Disciplina. 3.4.4. Eficacia escolar. 3.4.5. La familia. 4. ESTRÉS ACADÉMICO. 4.1. Etimología del termino estrés. 4.2. Definición de estrés académico. 4.3. Síntomas. 4.3.1. Físicas. 4.3.2. Psicológicas. 4.3.3. Comportamentales. 4.4. Estresores académicos. 4.5. Consecuencias del estrés académico. 4.6. Afrontamiento del estrés académico.
		Analizar la influencia del clima escolar en el estrés académico de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional monseñor Alberto Zambrano Palacios, del Cantón Olmedo periodo 2013 – 2014.	
		OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	
		<ul style="list-style-type: none"> • Identificar la percepción de los investigados sobre el clima escolar. • Determinar los estímulos estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, componentes del estrés académico de los estudiantes investigados. • Establecer la relación entre clima escolar y estrés académico. 	

VARIABLES DESCRIPTIVAS.

TEMA	VARIABLES	DEFINICION CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA
EL CLIMA ESCOLAR Y EL ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL MONSEÑOR ALBERTO ZAMBRANO PALACIOS, DEL CANTÓN OLMEDO PERIODO 2013-2014	1).VARIABLE DEPENDIENTE. Clima escolar.	El clima escolar, de modo global, se debe entender como un concepto que hace referencia a las condiciones organizativas y culturales de todo un centro educativo; sería, por así decirlo, la manera en que la escuela es vivida por la comunidad educativa y por ello incide sobre las actitudes de todos los implicados.	Psicológica.	Escala de percepción del clima y funcionamiento del colegio por el alumnado.	Clima: ítem 1 + ítem 2 + ítem 3 + ítem 4 + ítem 5 + ítem 6. (6 – 42). Vínculo: ítem 7 + ítem 8 + ítem 9 + ítem 10 + ítem 11 + ítem 12 + ítem 13. (7 – 49). Claridad de normas y valores: ítem 14 + ítem 15 + ítem 16 + ítem 17 + ítem 18 + ítem 19 + ítem 20. (7 - 49). Empoderamiento y oportunidades: ítem 21 + ítem 22 + ítem 23 + ítem 24 + ítem 25 + ítem 26 + ítem 27 + ítem 28 + ítem 29 + ítem 30. (10 -70).
	2).VARIABLE DEPENDIENTE. El estrés académico	Es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores cuando estos provocan un desequilibrio sistémico.	Psicológica.	Inventario SISCO del Estrés Académico.	EVALUACIÓN A cada respuesta de la escala se le asigna los siguientes valores: 1 para nunca 2 para rara vez 3 para algunas veces 4 para casi siempre 5 para siempre. Una vez obtenido el porcentaje se interpreta en el siguiente baremo. BAREMO 0 – 33 Leve 34 – 60 Moderado 67 – 100 Profundo

ÍNDICE

CONTENIDOS	Pág.
– PORTADA	i
– CERTIFICACIÓN	ii
– AUTORÍA	iii
– CARTA DE AUTORIZACIÓN	iv
– AGRADECIMIENTO	v
– DEDICATORIA	vi
– MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO	vii
– MAPA GEOGRÁFICO Y CROQUIS	viii
– ESQUEMA DE TESIS	ix
a. TÍTULO	1
b. RESUMEN	2
SUMMARY	3
c. INTRODUCCIÓN	4
d. REVISIÓN DE LITERATURA	7
CLIMA ESCOLAR	7
Generalidades	7
Definición del clima escolar	7
DIMENSIONES DEL CLIMA ESCOLAR	8
Clima	8

Vínculo	8
Normas y valores	9
Empoderamiento y oportunidades	9
TIPOS DE CLIMA ESCOLAR	9
CARACTERÍSTICAS DEL CLIMA ESCOLAR	11
Elementos del clima escolar	12
Afectividad y relaciones interpersonales de mayor cercanía e intimidad	12
Incorporación de las culturas juveniles a la dinámica escolar	13
Sentido de pertenencia con la institución	13
Participación y convivencia democrática	13
Sensación de pertinencia del currículum escolar	14
Mejora del autoconcepto académico de los alumnos	14
ESTRÉS ACADÉMICO	14
Generalidades	14
Aspectos básicos que conducen al estrés académico	15
Definición	16
Manifestaciones	17
Estresores académicos	18
Tipos de acontecimientos estresantes	18
Síntomas	20
Estrategias de afrontamiento	22

e. MATERIALES Y MÉTODOS	23
Técnicas	23
Instrumentos	23
Procedimientos	24
Población y muestra	24
f. RESULTADOS	25
g. DISCUSIÓN	39
h. CONCLUSIONES	41
i. RECOMENDACIONES	42
j. BIBLIOGRAFÍA	43
k. ANEXOS	45
a. TEMA	46
b. PROBLEMÁTICA.	47
c. JUSTIFICACIÓN.	50
d. OBJETIVOS.	52
e. MARCO TEÓRICO.	53
CLIMA ESCOLAR.	54
Definición.	54
Tipos.	54
Clima institucional.	54
Clima de clase.	55
Clima Favorable	55

Clima desfavorable.	56
Clima nutritivo.	56
Características nutritivas.	56
Clima tóxico.	57
Características tóxicas.	57
Características del clima escolar.	57
Factores que influyen en el clima escolar.	59
La diversidad cultural.	59
Género:	60
Disciplina.	60
Eficacia escolar.	61
La familia.	62
Estrés académico.	63
Etimología del termino estrés.	63
Definición de estrés académico.	64
Síntomas.	65
Físicos.	65
Psicológicos.	65
Comportamentales.	66
Estresores académicos.	67
Consecuencias.	68
Afrontamiento.	70
f. METODOLOGÍA	72
g. CRONOGRAMA	83
h. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO.	84

i. BIBLIOGRAFÍA.	85
ÍNDICE	95