

**Relación entre estrés laboral docente, estrés académico y
desempeño académico de los alumnos de Educación Medio
Superior**

Alumna: Fabiola de la Mora Alvarado

Asesor: Dr. Arturo Barraza Macías

Instituto Universitario Anglo Español

Enero de 2014

RESUMEN

La presente investigación pretende establecer la relación que existe entre el estrés laboral docente, estrés académico y desempeño académico de los alumnos del Colegio de Bachilleres del Estado de Durango, plantel 17 del Mezquital. Se fundamenta en el Programa de Investigación Estímulo-Respuesta del estrés. El estudio realizado es de corte cuantitativo y se puede caracterizar como correlacional, descriptivo, exploratorio, transversal y no experimental. Los objetivos que persigue esta investigación son: determinar los estresores que generan mayor y menor estrés en los docentes y alumnos, determinar la relación que existe entre el estrés del alumno y su desempeño académico, determinar la relación que existe entre el estrés del docente y el desempeño académico del alumno y el establecer la relación que existe entre el estrés laboral docente, estrés académico y desempeño académico. Para la recolección de la información se aplicaron dos instrumentos. Para los alumnos, se utilizó, el cuestionario denominado Inventario de Estresores Académicos (IESA) que fue aplicado a 260 alumnos; y para los docentes se utilizó el cuestionario de Instrumento de Estresores Laborales (IEL) que fue aplicado a 11 docentes. Los resultados arrojaron, que el estresor mayor en los docentes es la sobre carga de asignaturas y en los alumnos es no entender los temas; el estresor menor en los docentes fue las agresiones orales por parte de los alumnos; y en los alumnos es tener problemas personales con sus maestros; así mismo se encontró que a mayor estrés académico menor es el rendimiento académico de los alumnos y que; no existe relación alguna entre el estrés docente y el rendimiento académico; y entre el estrés laboral y estrés académico.

Problema de Estudio:

En el año de 2007, se empezó a implementar el Sistema Internacional de Normas de Calidad (ISO) en el Colegio de Bachilleres del Estado de Durango. Para implementar el ISO, se diseñaron una serie de actividades que en su mayoría recayeron en el docente, generando así una carga de trabajo adicional.

Con todo el trabajo que implica la labor docente, además la carga de trabajo del ISO, y la presión constante con la latente amenaza de perder el puesto, se generó en los docentes del Colegio un estado de estrés constante, el cual se caracterizaba por los cambios de personalidad, la ansiedad de tener todos los documentos requeridos, las prisas para terminar con el programa de estudios, con la búsqueda de estrategias para reducir el porcentaje de reprobación para lograr así los objetivos que el Colegio se había propuesto para el ISO.

Durante este periodo de implementación del ISO, se ha notado un aumento en el índice de reprobación de los alumnos, un cambio en la personalidad de los docentes, una intolerancia total por parte del docente hacia el cuerpo directivo y alumnos y viceversa.

La aplicación del ISO generó un ambiente altamente estresante para los docentes que generó estrés en los alumnos; de esta situación nació el interés hacia el estudio del estrés por ser una variable que afecta la vida institucional y el desempeño de sus diferentes agentes educativos.

Referentes teóricos:

Barraza (2007), y Muñoz (2003), reconocen a Cannon como el iniciador del trabajo científico sobre el estrés. También mencionan la aportación al campo del estrés, de Selye, el Síndrome General de Adaptación (con sus tres etapas: fase de alarma, fase de resistencia o adaptación y fase de desgaste), así mismo señalan, el estrés psicológico de Lazarus y Folkman como la principal aportación, en el programa de investigación de Persona-Entorno del Estrés.

Según Muñoz (2003), el estrés como estímulo, es concebido 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 desequilibrado, transitorio o permanente, sobre la persona.

Para Barraza (2007), el estrés como estímulo (estresores), lo define en dos postulados: *Postulado uno*; Algunas características del entorno en que se desenvuelve un organismo pueden ser concebidas en términos de carga y exigencias impuestas, o en su defecto, de elementos aversivos y nocivos que impactan el equilibrio funcional del organismo. *Postulado dos*; El estrés produce una reacción de tensión en el organismo que, aunque con frecuencia es reversible, en algunas ocasiones puede ser irreversible y dañina, por lo que puede ser considerado como la causa, originada en el entorno, que provoca indicadores o síntomas del desequilibrio funcional del organismo.

Muñoz (2003), menciona que el estrés académico apuntaría aquellos procesos cognitivos y afectivos por los que el estudiante experimenta el impacto de los estresores académicos.

Muñoz (2003), menciona cuatro grupos de estresores académicos: *la evaluación, la sobrecarga de trabajo, otras condiciones del proceso de enseñanza-aprendizaje, los problemas de adaptación y transición dentro del sistema educativo.*

El estrés docente se refiere a las exigencias y presiones a que se enfrenta un profesor, en su entorno organizacional.

Kyriacou (2003), menciona que un alto nivel de estrés en la profesión docente puede provocar una serie de consecuencias desagradables. Puede bajar la moral del profesor y socavar su capacidad de transmitir su entusiasmo por la enseñanza.

Kyriacou (2003), menciona que se han identificado diez áreas que indican las fuentes de estrés más frecuentes entre profesores: enseñar a alumnos con falta de motivación, mantener la disciplina, presiones de tiempo y exceso de trabajo, enfrentarse a cambios, ser evaluados por otros, el trato con los compañeros, autoestima y estatus, administración y gestión, indefensión de y conflicto entre funciones y condiciones laborales precarias.

Objetivos de investigación:

- 1.- Determinar los estresores que generan mayor y menor estrés en los docentes del Colegio de Bachilleres del plantel Mezquital
- 2.- Determinar los estresores que generan mayor y menor estrés en los alumnos del Colegio de Bachilleres del plantel Mezquital.
- 3.- Establecer la relación que existe entre el estrés de los alumnos del Colegio de Bachilleres plantel Mezquital y su desempeño académico.
- 4.- Establecer la relación que existe entre el estrés laboral del docente con el desempeño académico de los alumnos del Colegio de Bachilleres plantel Mezquital.
- 5.- Establecer la relación que existe entre el estrés laboral que presentan los docentes y el estrés académico que presenta los alumnos del Colegio de Bachilleres del plantel Mezquital.

Metodología:

La presente investigación es de corte *cuantitativo*, es un estudio de tipo *correlacional, descriptivo, exploratorio, transversal y no experimental*,

Las variables de estudio son:

Estrés docente, estrés académico y desempeño académico:

La investigación se realizó en el Colegio de Bachilleres del Estado de Durango (COBAED), plantel No. 17 del Mezquital, el cual está ubicado en el Municipio de San Francisco del Mezquital.

Los instrumentos de investigación (cuestionarios) se aplicaron a los 11 docentes y a los 260 alumnos, que son el total de docentes y alumnos que integran el Colegio de Bachilleres del plantel Mezquital.

De los docentes encuestados el 45.5 % son mujeres y el 54.5 son hombres; el 18.2% sin pareja estable y el 81.8 con pareja estable; el 27.3 % tiene estudios de licenciatura, el 63.6% de maestría y el 9.1% de doctorado; y el 100% de los docentes tienen base.

En cuanto a los alumnos encuestados el 55% son mujeres y el 44.6 % son hombres.

Esta investigación se trabajó con la técnica de la encuesta y como instrumento el cuestionario.

Se aplicaron dos cuestionarios: Para el cuestionario de los alumnos, se utilizó, el cuestionario denominado Inventario de Estresores Académicos (IESA), el cual consta de 27 ítems donde cada uno refiere un estresor académico en lo particular, reporta originalmente una confiabilidad en alfa de cronbach de 0.92 (Barraza, 2010); a este cuestionario se le agregaron 3 ítems más de estresores que son comunes que se presentan en el Colegio del Mezquital, el cual a la hora de su aplicación reportó una confiabilidad en alfa de cronbach de 0.86.

El cuestionario de los docentes fue diseñado, por Fabiola de la Mora Alvarado e Ivonne Torres Ibarra (2011); se obtuvo un cuestionario con 73 ítems que contenía los estresores más frecuentes, el cuestionario reportó una confiabilidad en alfa de

cronbach de 0.97, el cuestionario fue titulado Instrumento de Estresores Laborales (IEL).

Para determinar el rendimiento académico se obtuvo una relación del promedio grupal de los 10 grupos del plantel, información que fue proporcionada por el departamento de control escolar; y el promedio de cada grupo se correlacionó con las variables de estrés docente y estrés académico.

Discusión de los resultados:

Estrés docente

El estresor que genera mayor estrés en los docentes, fue el de la *sobre carga de asignaturas*, que se presentó con una frecuencia del 63.6%.

Los docentes del plantel, en busca de un mayor beneficio económico, toman de tres a cuatro asignaturas diferentes lo que representa una sobre carga de asignaturas; lo cual genera en ellos estrés. Este resultado pone de manifiesto lo que menciona Kyriacou (2003), cuando menciona que uno de los puntos que genera estrés en niveles altos en los docentes es la sobre carga de trabajo aunado a los tiempos apremiantes para cumplir esta sobre carga.

Otro de los estresores que con frecuencia generan mayor estrés en los docentes es cuando los *alumnos no entienden las clases impartidas*; este es un problema que se presenta con mucha frecuencia en el plantel debido a que, la mayoría de los alumnos son de origen serrano y frecuentemente hablan en tepehuan, y tienen dificultad para entender muchas palabras en castellano, por lo

cual se les dificulta entender las clases que les imparten los docentes, sobre todo en las ciencias duras donde se utilizan términos muy técnicos.

Cuando los alumnos no cumplen con sus funciones educativas (tareas, trabajos, estudiar para los exámenes), es otro de los factores que con mayor frecuencia estresa a los docentes del plantel, la raíz de este problema radica en la poca motivación que muestran los alumnos, que es otro de los factores que generan mayor estrés en los docentes, esto podría deberse a que la mayoría de los alumnos serranos no tienen la esperanza de que sus padres los puedan seguir apoyando para que estudien la Licenciatura, otros tantos tienen problemas graves de secuestros realizados a sus familiares por bandas de delincuencia organizada, todos los alumnos de la sierra viven en un albergue y no ven a sus padres y demás familiares hasta los periodos vacacionales por lo que no se sienten apoyados moralmente por ellos, muchos de ellos solo llegan a la escuela para no realizar trabajos domésticos en sus casas. En este punto, menciona Kyriacou (2003), es una de las causas que, mencionan los docentes les generan más frustración y agotamiento, el tener que animar y engatusar a los alumnos para convencerlos de que trabajan.

Otro factor que genera mayor estrés en los docentes del plantel, es el de *las horas que pasan revisando trabajos de los alumnos en casa*, como la mayoría de los docentes tiene su carga horaria completa no tienen tiempo para revisar los trabajos en el plantel, y tiene que llevarse el trabajo a su casa, la mayoría de las ocasiones, con lo cual le tiene que restar tiempo de atención a sus familiares por estar

realizando funciones de su trabajo, lo cual le genera conflictos familiares que lo mantienen en situaciones constantes de estrés.

La integración de alumnos con necesidades especiales, es otro de los factores que mayor estrés genera en los docentes del plantel, existe el problema de que algunos alumnos tienen deficiencias de aprendizaje y en algunos casos dichas deficiencias muy marcadas, y son alumnos que por no haber en el pueblo centros especializados para ellos entran a las escuelas normales y éstas al no tener la capacidad para tratar este tipo de alumnos los van pasando de grado en grado sin ningún esfuerzo por parte de ellos, situación que mantiene en un estado de estrés al docente.

El último de los factores que genera mayor estrés en los docentes del plantel son *las tareas administrativas (elaboración de planeaciones es instrumentación didáctica)*, con la implementación del Sistema Internacional de Normas de Calidad (ISO), se incrementó de manera considerable las tareas administrativas que tiene que realizar el docente, que consisten en el llenado y entrega oportuna de una serie de formatos que les resta tiempo que debiera de dedicarse a las labores docentes, situación que genera una presión en los docentes del plantel, por realizar a tiempo sus labores y la entrega oportuna de dichos documentos, lo que ha aumentado los niveles de estrés.

Dentro de los factores que menos estrés generan en los docentes del plantel, se encuentran *las agresiones orales por parte de los alumnos, crear y mantener relaciones con los alumnos*; estas situaciones no generan el menor problema para

los docentes ya que, los alumnos del plantel en su mayoría son serranos y son alumnos que se caracterizan por ser dóciles, obedientes, fácil de dirigir, en ellos aún está muy arraigado el valor del respeto a los docentes; por lo mismo la disciplina no genera ningún estrés en el docente. En este plantel sucede todo lo contrario a lo que menciona Kyriacou (2003), en donde menciona que uno de los factores que más genera estrés en los docentes es el de imponer y mantener la disciplina en sus aulas.

Otro de los factores que menos estrés genera en los docentes en la *necesidad de tomar decisiones en el aula*, este es otro factor que no genera ningún problema para los docentes del plantel ya que gracias a las buenas relaciones entre alumno y docente además del respeto mutuo las decisiones sobre trabajos, tareas, calificaciones, cuestiones de orden dentro del aula etc., ocurren sin ningún problema lo cual no genera estrés para el docente.

Estrés académico

Uno de los factores que genera mayor estrés en los alumnos del plantel es el de *no entender los temas que se abordan en las diferentes clases que se me imparte*, que se presentó con una frecuencia del 35%.

La mayoría de los alumnos del plantel son serranos lo cuales tienen dificultades para entender el castellano ya que manejan el tepehuan y por lo mismo no comprenden bien los temas que se les imparten en las materias sobre todo las ciencias duras donde se manejan términos muy técnicos, como la mayoría viene

con deficiencias académicas muy importante los temas expuestos son nuevos para ellos, aunado a esto por su idiosincrasia temen expresar sus opiniones y sobre todo sus dudas, aunque el docente genere ambientes de confianza. Y estas situaciones les generan estrés. Esta situación confirma lo que menciona Muñoz (2003), que menciona que una de las situaciones generadoras de estrés docente, es el tiempo que tardan los alumnos para adecuarse a los nuevos ambientes de estudio cuando pasan de un nivel a otro.

Otro de los factores que generan mayor estrés en los alumnos es *la exposición de un tema ante los compañeros de su grupo*, se presenta con una frecuencia del 32.7%; debido a su idiosincrasia a los alumnos serranos son muy tímidos, no tienen la suficiente confianza para hablar frente a un grupo aunque sean sus compañeros, se les dificulta mucho expresar sus ideas y el ponerlos a exponer temas les genera muchos miedos y ansiedades, incluso algunos alumnos deciden reprobar antes de que tener que exponer un tema frente al grupo.

La realización de un examen, es otro de los factores que mayor estrés genera en los alumnos del plantel, que se presentó en una frecuencia del 31.9%; esta situación resulta muy problemática para los alumnos debido a que en su mayoría no entendieron los temas que se impartieron en las asignaturas, no solicitan que se les aclaren sus dudas por lo mismo estudian muy poco lo único que pudieron captar y por estas razones llegan al examen con muchos miedos e inquietudes, que les generan situaciones de mucho estrés. Esta situación confirma lo mencionado por Muñoz (2003), que una de las situaciones más generadoras de estrés para los alumnos es el presentar un examen.

Dentro de los factores que menor estrés generan en los alumnos del *plantel* es *tener problemas personales con los profesores*; que se presenta con una frecuencia del 50.8%, debido al respeto que tienen con sus maestros se generan ambientes sanos y tranquilos, que no generan situaciones de estrés.

Otro factor que genera menor estrés en los alumnos del plantel es la *apariencia física de sus profesores/profesoras*, que se presenta con una frecuencia de 49.2%, la mayoría de los alumnos serranos no son dados a priorizar la apariencia física de ninguna persona menos las de sus profesores, le dan mayor importancia a la forma en la que se les trata.

Otro factor que genera menor estrés en los alumnos del plantel es que *sus profesores/as estén mal preparados*, que se presenta con una frecuencia del 44.6%, esta situación no les genera estrés debido a que la mayoría de los alumnos serranos respetan y admiran a los profesores del plantel, por su forma de ser, consideran que por el hecho de ser docente sabe de su materia y creen sin cuestionar lo que el maestro les dice, no perciben si está bien o mal preparado.

Como se observó los estresores que se encuentran con mayor frecuencia en los alumnos son: no entender los temas de las asignaturas y la realización de un examen; dichos puntos son medulares en el proceso de enseñanza-aprendizaje, por lo que a mayor estrés del alumno menor es su rendimiento académico, esta situación se comprueba con los altos índice de reprobación en los alumnos serranos del plantel.

Para contestar la tercera pregunta de investigación *¿Qué relación existe entre el estrés de los alumnos del Colegio de Bachilleres del plantel Mezquital y su desempeño académico?* Se realizó un análisis correlacional, utilizando el programa de la r de Pearson donde se comparó el promedio de estrés académico, con el promedio de calificaciones de cada grupo ; dando como resultado un coeficiente de correlación muy alto de .79 con un nivel de significación de .006, por lo que se puede afirmar que a mayor estrés académico de los alumnos menor es su rendimiento académico.

Para contestar la cuarta pregunta de investigación *¿Qué relación existe entre el estrés del docente y el desempeño académico de los alumnos del Colegio de Bachilleres del plantel Mezquital?* Se realizó un análisis correlacional, utilizando el programa de la r de Pearson donde se comparó el promedio de estrés laboral, con el promedio de calificaciones de cada grupo; dando como resultado un coeficiente de correlación de -.057 con un nivel de significación de .875, por lo que se puede afirmar que no existe relación alguna entre el estrés laboral y el rendimiento académico de los alumnos.

Para contestar la quinta pregunta de investigación *¿Qué relación existe entre el estrés laboral que presentan los docentes y el estrés académico que se presenta en los alumnos del Colegio de Bachilleres del plantel Mezquital?* Se realizó un análisis correlacional, utilizando el programa de la r de Pearson donde se comparó el promedio de estrés laboral con el promedio de estrés académico; dando como resultado un coeficiente de correlación de -.159 con un nivel de significación .66,

por lo que se puede afirmar que no existe relación alguna entre el estrés laboral y el estrés académico.

Referencias

- Barraza, A. (2007). El campo de estudio del estrés: del Programa de Investigación Estimulo-Respuesta al Programa de Investigación Persona-Entorno. *Revista Internacional de Psicología*, Vol. 8 (2). 1-30.
- Kyriacou, C. (2003). *Antiestrés para profesores*. Primera edición.
- Muñoz, F. (2003). *El estrés académico*. España: Universidad de Huelva.