



Estrés académico y estilos de aprendizaje en universitarios peruanos

Mg. Luis Alfredo Guzmán Robles

psicofonia1965@gmail.com

Universidad Científica del Sur

<https://orcid.org/0000-0001-8336-0746>

Mg. Charo Rocio Llauce Vigo

flordeloto005@hotmail.com

Universidad Autónoma del Perú

<https://orcid.org/0000-0002-1421-2528>

Lic. Davis Velarde Camaqui

davis.velarde@gmail.com

Universidad Autónoma de Nuevo León

<https://orcid.org/0000-0001-9064-7104>

RESUMEN

La presente investigación es de tipo Descriptiva – Correlacional de diseño no experimental, cuyo objetivo fundamental fue determinar si existe relación entre el estrés académico y los estilos de aprendizaje que presentan los estudiantes de una universidad particular de Lima Metropolitana. Las variables evaluadas son el estrés académico que se divide en 3 sub escalas: reacciones físicas, reacciones psicológicas y reacciones comportamentales, mediante el inventario SISCO del estrés académico de Barraza y el Cuestionario de Estilos de Aprendizaje de Honey y Alonso, tomando como muestra a 241 estudiantes. Se encontró que sí existe relación significativa entre el estrés académico y el estilo teórico.

Palabras clave: estrés académico, estilos de aprendizaje, afrontamiento, y SISCO.

ABSTRACT

The present investigation is of a Descriptive - Correlational type of non-experimental design, the fundamental objective of which was to determine if there is a relationship between academic stress and the learning styles presented by the students of a particular university in Metropolitan Lima. The variables evaluated are academic stress that is divided into 3 subscales: physical reactions, psychological

reactions and behavioral reactions, using the SISCO inventory of Barraza's academic stress and the Learning Styles Questionnaire of Honey and Alonso, taking 241 as a sample student. It was found that there is significant relationship between the academic stress and the theoretical style.

Keywords: academic stress, learning styles, SISCO

INTRODUCCIÓN

Los estudios sobre el rendimiento académico a nivel universitario, presentan tendencia a investigar sobre los factores asociados a esta variable, siendo muchas de ellas los aspectos sociodemográficos, académicos, comparación entre resultados de las calificaciones obtenidas en la secundaria y nivel superior, factores individuales, familiares, entre otras; sin embargo, una mínima cantidad de investigaciones se han centrado en los estilos de aprendizaje y la relación con el estrés académico. Algunos estudios del estrés académico proceden de la Psicología Cognitiva. Barraza, en México, propone y construye un modelo sistémico cognitivista para el estudio del estrés académico (Barraza, 2006) y al mismo tiempo diseña y valida un instrumento para evaluarlo (2007). El modelo propuesto permite caracterizar al estrés académico como un estado psicológico del estudiante, define para su estudio tres componentes sistémicos: estresores, indicadores del desequilibrio sistémico o situación estresante y las estrategias de afrontamiento. Hablar de estilos de aprendizajes nos permite revisar los antecedentes, encontrando que tiene su origen en el campo de la psicología cognitivista, por ello se solía denominar estilos cognitivos; Witkin et al. (1954) fueron quienes dieron inicio a la investigación, interesándose de como los individuos expresaban formas particulares de poder procesar la información, posteriormente lo siguieron Holzman y Clein (1954), Eriksen (1954), Golstein y Scheerer (1951) (véase Allport, 1961). Estas investigaciones dieron inicio a un interés mayoritarios entre los pedagogos, quienes interesados por la reestructuración y renovación de los métodos tradicionales a fin de rescatar al alumno como parte del proceso de enseñanza –aprendizaje, también se debe considerar un enfoque cultural por lo cual se aprecia la individualidad del estudiante, por lo cual consideramos que los estilos de aprendizaje son relativamente estables, y si genera una enseñanza de acuerdo a su estilo, se puede realizar un aprendizaje significativo. La presente investigación, al tener como objetivo principal si existe relación entre el estrés académico y los estilos de aprendizaje, por lo cual los resultados obtenidos permitirán el establecimiento de programas de manejo del estrés para beneficiar y mantener o aumentar el rendimiento académico de los estudiantes.

MÉTODO

No experimental, de tipo transversal y correlacional. (Hernández, Fernández y Baptista, 2010). De tal manera que las variables estudiadas muestran su cociente de Kolmogorov-Smirnov menor a 0,05, por lo cual se utilizaron pruebas no paramétricas.

Población

La población estuvo conformada por 420 estudiantes de los primeros semestres de la escuela de psicología de una universidad de Lima Metropolitana.

Muestra

La muestra fue de 241 estudiantes de los primeros semestres de la escuela de psicología de una universidad de Lima Metropolitana, siendo el 30% varones y el 70% mujeres. Así mismo, el 60% de ellos laboraba al momento de la aplicación de la encuesta y la mayoría de ellos (el 49%) estudiaba en el turno nocturno.

Muestreo

No probabilístico intencional (Scharager, y Reyes, 2001).

Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Inventario de Estrés Académico SISCO

Nombre: Inventario de Estrés Académico SISCO

Autor: Arturo Barraza Macías

Procedencia y año: Durango – México 2007

Duración: 10 a 15 minutos

Numero de ítems: 31 ítems

Descripción

El inventario SISCO fue construido para reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes durante sus estudios, compuesta por 31 ítems, los cuales evalúan 3 áreas: Estresores - Síntomas - Afrontamiento al estrés.

Cuestionario de Honey y Alonso de estilos de Aprendizaje (CHAEA)

Nombre: Cuestionario de Honey y Alonso de estilos de Aprendizaje (CHAEA)

Autor: Catalina Alonso y Peter Horney

Autor de la adaptación en Perú: Miguel Ecurra 2011.

Procedencia y año: España 2007

Duración: 10 a 15 minutos

Numero de ítems: 31 ítems

Forma: Forma completa

Ámbito de aplicación: estudiantes universitarios, de bachillerato secundario, adultos en general.

Finalidad: determinar las preferencias según el estilo de aprendizaje

Descripción: el Cuestionario de Horney y Alonso de Estilos de Aprendizaje, consta de 4 dimensiones las cuales son; el estilos activo, reflexivo, teórico y pragmático, correspondiéndole a cada una 20 ítems los mismos que son respondido en forma dicotómica.

Validez:

(CHAEA) Los valores obtenidos fueron 0.84925 para el estilo teórico, 0.82167 estilo reflexivo, 0.78633 estilo pragmático y 0.74578 estilo activo.

Validez en el Perú:

Escurra en el Perú analiza el cuestionario de Honey y Alonso de estilos de aprendizaje (CHAEA) con los modelos psicométricos de la Teoría Clásica de los Test (TCT) y el Modelo de Rasch de la Teoría de la Respuesta al Ítem en 830 estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, su muestreo fue estratificado de acuerdo con el tamaño de las universidades seleccionadas, el de las facultades y el año de estudio.

RESULTADOS

Tabla 1

Nivel de estrés académico

| | Frecuencia | Porcentaje |
|-------|------------|------------|
| Bajo | 45 | 18.7 |
| Medio | 150 | 62.2 |
| Alto | 46 | 19.1 |

En la tabla 1 se puede observar el nivel de estrés académico, el cual demuestra que el 62% de los evaluados tienen nivel medio de Estrés académico, el 18.7% tiene un nivel bajo, mientras que el 19.1% posee un nivel alto.

Tabla 2

Nivel de las Dimensiones de Habilidades de Estudio

| | | Frecuencia | Porcentaje |
|------------|-------|------------|------------|
| Activo | Bajo | 53 | 22.0 |
| | Medio | 127 | 52.7 |
| | Alto | 61 | 25.3 |
| Reflexivo | Bajo | 50 | 20.7 |
| | Medio | 123 | 51.0 |
| | Alto | 68 | 28.2 |
| Teórico | Bajo | 53 | 22.0 |
| | Medio | 138 | 57.3 |
| | Alto | 50 | 20.7 |
| Pragmático | Bajo | 43 | 17.8 |
| | Medio | 145 | 60.2 |
| | Alto | 53 | 22.0 |

En la tabla 2 se puede observar los niveles del estilo Activo, donde el 52,7% muestran estar en el nivel medio; el 22%, nivel bajo y el nivel alto 25,3% de la muestra total, también se puede observar los niveles

del estilo Reflexivo, donde el 51% muestran estar en el nivel medio; el 20,7%, nivel bajo y el nivel alto 28,2% de la muestra total. Así mismo se puede observar los niveles del estilo Teórico, donde el 57,3% muestran estar en el nivel medio; el 22%, nivel bajo y el nivel alto 20,7% de la muestra total. Por último, se puede observar los niveles del estilo Pragmático, donde el 60,2% muestran estar en el nivel medio; el 27,8%, nivel bajo y el nivel alto 22% de la muestra total.

Tabla 3

Correlación entre las variables

| | | Activo | Reflexivo | Teórico | Pragmático |
|------------------|------|--------|-----------|---------|------------|
| Estrés académico | R | .015 | -.030 | -.145 | .004 |
| | Sig. | .821 | .644 | .024 | .954 |

En la tabla 3 se puede ver las correlaciones existentes entre el estrés académico y los estilos de las habilidades de estudio, donde solo existe una correlación significativa, la que se da entre el Estrés académico y el estilo Teórico ($p < 0,05$; $r = -0,145$), siendo esta correlación inversa y muy baja.

Tabla 4

Correlación entre la frecuencia de estrés y los estilos de habilidades de estudio

| | | Activo | Reflexivo | Teórico | Pragmático |
|--------------------------------|------|--------|-----------|---------|------------|
| Frecuencia de estrés académico | r | .010 | .114 | .037 | .008 |
| | Sig. | .879 | .078 | .564 | .904 |

En la tabla 4 se pueden observar las correlaciones existentes entre la frecuencia de estrés académico y los estilos de las habilidades de estudio, donde no se encontró correlación significativa.

Tabla 5

Correlación entre las estrategias de afrontamiento de estrés y los estilos de habilidades de estudio

| | | Activo | Reflexivo | Teórico | Pragmático |
|--|------|--------|-----------|---------|------------|
| Estrategias de afrontamiento al estrés académico | r | .150 | .159 | .163 | .202 |
| | Sig. | .020 | .013 | .011 | .002 |

En la tabla 5 se puede observar las correlaciones existentes entre las estrategias de afrontamiento al estrés académico y los estilos de las habilidades de estudio, donde se encontró correlación significativa en todos los casos, siendo estas directas y muy bajas; solo encontrándose una correlación más fuerte entre el estilo pragmático y las estrategias del estrés académico, siendo esta baja y directa ($p < 0,05$; $r = 0,202$).

Tabla 6

Correlación entre las variables, según estado laboral

| Trabaja | | | Activo | Reflexivo | Teórico |
|------------|------------------|------|--------|-----------|---------|
| Sí trabaja | Estrés académico | r | .045 | .018 | -.159 |
| | | Sig. | .595 | .831 | .057 |
| No trabaja | Estrés académico | r | -.022 | -.107 | -.114 |
| | | Sig. | .826 | .296 | .264 |

En la tabla 6 se puede observar las correlaciones entre las variables, según estado laboral, donde no se encontró ninguna correlación

Tabla 7

Correlación entre las variables, según sexo

| Género | | | Activo | Reflexivo | Teórico |
|---------|------------------|------|--------|-----------|---------|
| Hombres | Estrés académico | r | -.257 | -.069 | -.130 |
| | | Sig. | .029 | .562 | .276 |
| Mujeres | Estrés académico | r | .083 | -.023 | -.141 |
| | | Sig. | .281 | .766 | .067 |

En la tabla 7 se puede observar las correlaciones entre las variables, según género, donde solo se encontró una correlación: entre el estrés académico y el estilo activo, siendo esta inversa y baja ($p < 0,05$; $r = -0,257$).

Tabla 8

Correlación entre las variables, según turno de estudios

| Turno | | | Activo | Reflexivo | Teórico |
|--------|------------------|------|--------|-----------|---------|
| Mañana | Estrés académico | r | .110 | .037 | -.120 |
| | | Sig. | .286 | .718 | .246 |
| Tarde | Estrés académico | r | -.365 | .034 | -.161 |
| | | Sig. | .056 | .864 | .412 |
| Noche | Estrés académico | r | .069 | -.045 | -.130 |
| | | Sig. | .463 | .632 | .163 |

En la tabla 8 se puede observar las correlaciones entre las variables, según turno de estudios, donde no

se encontró correlación en algún caso.

DISCUSIÓN

En el presente estudio se analizó la relación entre el estrés académico y los estilos de aprendizaje en alumnos de una universidad de Lima Metropolitana

En cuanto al nivel de estrés académico demuestra que el 62% de los evaluados tienen nivel medio de Estrés académico, el 18.7% tiene un nivel bajo, mientras que el 19.1% posee un nivel alto, resultado que contrasta con Sánchez (2001), donde se encontró que el nivel de estrés fue medianamente alto. Barraza y Cárdenas (2009) donde tuvo como resultado que los estudiantes, solo presentan estrés académico algunas veces; sin embargo, es similar a lo encontrado por Bedoya, Perea y Ormeño (2006) y Ticona, Paucar y Llerena en el 2016, donde encontraron que un 93% de la muestra presentó un cuadro de estrés académico.

En relación a los estilos de aprendizaje que presenta la muestra 60,2 son de nivel pragmático, 57,3% teórico, activo 52,7% reflexivo 51%. Sin embargo, en las correlaciones existentes entre las estrategias de afrontamiento, se encontró correlación significativa en todos los casos, solo encontrándose una correlación fuerte entre el estilo pragmático y las estrategias del estrés académico, siendo esta baja y directa ($p > 0,05$; $r = 0,002$). Similar a lo encontrado en García (2011) que sostiene que hay asociación significativa de los factores de estrés con las estrategias de aprendizaje relacionados con la memorización. Según el estado laboral y turno de estudios, no se encontró correlación en ningún caso mientras que, según género, se halló correlación entre el estrés académico y el estilo activo, siendo esta inversa y baja ($p < 0,05$; $r = -0,257$), similar a lo encontrado por Guzmán y Guzmán (2010) y García (2011) donde el género femenino es un factor asociado a presentar mayor tendencia a generar estrés. Por último, se analizó la correlación entre la frecuencia del estrés y los estilos de aprendizaje donde solo se obtiene una correlación significativa entre el estrés y el estilo teórico, siendo esta correlación inversa y baja, mientras que en los otros estilos de aprendizaje no se encontró correlación significativa. De los resultados encontrados en esta investigación se desprende que si existen correlaciones entre ambas variables, lo que conlleva a que se realicen investigaciones relacionadas al tema para que los alumnos puedan identificar el estilo de aprendizaje y la forma de poder canalizar de manera eficaz el estrés producido

CONCLUSIONES

Primera: en el presente estudio se investigó la relación entre el estrés académico y el estilo de aprendizaje de los estudiantes, donde se obtiene como resultado que no existe correlación significativa entre ambas variables.

Segunda: en relación a los resultados obtenidos mediante la presente investigación, el estado laboral y turno de estudios no se relaciona con el estrés académico de los estudiantes, sin embargo según género se encuentra correlación inversa y baja entre el estrés académico y estilo de aprendizaje pragmático.

Tercera: toda la muestra presenta estrés académico en un nivel medio, sin considerar los estilos de aprendizaje; sin embargo, el estilo activo y pragmático presenta mayor tendencia a presentar estrés académico.

Cuarta: otro de los resultados obtenidos, es que todos los estudiantes presentan estrés académico en un nivel medio, el cual no está relacionado al estilo de aprendizaje, debido a que no existe correlación entre las variables.

Quinta: sin embargo, aunque no se hayan encontrado correlaciones significativas entre estrés académico y estilos de aprendizaje, es de suma importancia, continuar con las investigaciones a fin de determinar que otros factores existentes generan la presencia del estrés académico en los estudiantes universitarios.

REFERENCIAS

- Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. New York: Holt Rinehart and Winston
- Barraza Macías, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 9(3).
- Barraza, A., Cárdenas, T. (2009). *Estresores académicos: una aproximación cualitativa a través de narrativas de alumnos de maestría*.
<http://www.unisimonbolivar.edu.co/rdigital/psicogente/index.php/psicogente/>
- Bedoya S., Perea M., Ormeño R. (2006). *Evaluación de niveles, situaciones generadoras y manifestaciones de estrés académico en alumnos de tercer y cuarto año de una Facultad de Estomatología*. Tesis de la Universidad Cayetano Heredia.
- García, A. (2011) *Efectos del estrés percibido y las estrategias de aprendizaje cognitivas en el rendimiento académico de estudiantes universitarios noveles en ciencias de la salud*. Tesis de la Universidad de Málaga. España
- Guzmán, L. y Guzmán, M. (2010). Factores asociados al Síndrome de Burnout en el personal de enfermeras del Hospital Militar Central. *Revista Sinapsis*, 1:32 UPIG.
- Hernández, R.; Fernández - Collado, C. y Baptista, L. (2010). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw-Hill
- Scharager, J., & Reyes, P. (2001). *Muestreo no probabilístico. Metodología de la investigación para las ciencias sociales*. Santiago de Chile: Pontificia Universidad Católica de Chile.
- Ticona S., Paucar G., Llenera G. (2006). *Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Facultad de Enfermería de la UNSA – Arequipa*.

Witkin, H. A., Lewis, H. B., Hertzman, M., Machover, K., Meissner, P. B., & Wapner, S. (1954).
Personality through perception: An experimental and clinical study.