

El trabajo en Grupo, como generador de estrés académico: Una mirada a la experiencia de estudiantes de pregrado de la UNAN-Managua. Contexto y propuesta

© Copyright 2020. Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua (UNAN-Managua)
Todos los derechos reservados

Group work as a generator of academic stress: A look at the experience of undergraduate students at UNAN-Managua

Arlen Nicaragua Castro

Docente Investigadora

UNAN-Managua

<https://orcid.org/0000-0002-0501-1572>

arlen.castro@unan.edu.ni

Martha Erica Martínez González

Docente Investigadora

UNAN-Managua

<https://orcid.org/0000-0003-4227-8011>

martha.martinez@unan.edu.ni

Resumen

El presente artículo describe los hallazgos generados de un sondeo realizado con estudiantes, que participaron de forma voluntaria al ciclo de charlas educativas realizado por Orientación Vocacional y Psicológica del Vicerrectorado de la UNANManagua, en el periodo Octubre Noviembre 2019.

En este marco fue explorado el reconocimiento de situaciones que en la vida académica, pudiesen constituir focos generadores de estrés, particularmente de estrés académico; un hallazgo importante encontrado fue que el trabajo en grupo como formato didáctico muy común en las estrategias de aprendizaje utilizadas por la docencia, es un factor generador de estrés académico. Aprender a trabajar en grupo es una habilidad blanda muy importante, que requiere desarrollarse en la formación de pregrado de cara al desempeño profesional en cualquier disciplina, por tanto es pertinente profundizar en las maneras en que esta actividad ocurre y particularmente como se vive para potenciar su eficacia.

Palabras claves

Vicerrectorado de Asuntos Estudiantiles, Trabajo en Grupo, Estrés Académico, Habilidad Blanda.

Abstract

This article describes the findings generated from a survey conducted with students, who voluntarily participated in the cycle of educational talks conducted by Vocational and Psychological Orientation of the Vice Rectorate of UNAN-Managua, in the period October November 2019.

In this context, the recognition of situations that in academic life could be sources of stress, particularly academic stress, was explored; An important finding was that group work as a very common didactic format in the learning strategies used by teaching is a factor generating academic stress. Learning to work in a group is a very important soft skill, which requires developing in undergraduate training for professional performance in any discipline, therefore it is pertinent

to deepen the ways in which this activity occurs and particularly how to live to enhance your effectiveness.

Keywords

Office of the Vice President for Student Affairs, Group Work, Academic Stress, Soft Skills.

Introducción

A continuación, se describen los hallazgos generados en sondeo realizado con estudiantes de diversas carreras de pre grado de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua - Managua, quienes participaron en el ciclo de charlas educativas que realizó el Vicerrectorado de Asuntos Estudiantiles¹ a través de Orientación Vocacional y Psicológica, en el mes de Octubre del año 2019 en conmemoración del Día Mundial de la Salud Mental.

El Vicerrectorado de Asuntos Estudiantiles¹, es una expresión de fortalecimiento del actual Rectorado de la UNAN-Managua, al ejecutar lo que establece el estatuto como instrumento normativo para cumplir la misión de formar académica e integralmente a profesionales y técnicos que contribuirán a la prosperidad y buen vivir de nuestro país, mediante un modelo educativo centrado en las personas. Su trabajo y función está dirigido a la promoción del Deporte, la Cultura, Orientación Vocacional y Psicológica, Atención y seguimiento al programa de Becas, programa emblemático que restituye el derecho a la educación de estudiantes de familias con necesidades económicas a través del 6% constitucional².

Orientación Vocacional y Psicológica está conformada por profesionales de la Psicología y es una instancia del Vicerrectorado de Asuntos Estudiantiles, encargada de la aplicación del conjunto de prácticas destinadas al esclarecimiento de la problemática vocacional y la orientación psicológica que requieran los estudiantes de la institución, tanto en el grado como en el posgrado; en coherencia con esta tarea se consideró pertinente la indagación de situaciones que podrían estar vinculadas a estrés auto percibido.

En este marco la pregunta inicial que orientó el presente trabajo fue: ¿Qué situaciones se perciben como generadoras de estrés académico en universitarios de

pregrado de la UNAN-Managua en el periodo Octubre Noviembre 2019?

Partimos de la idea, que la vida académica universitaria supone un entorno demandante y unos desafíos específicos, que están presentes en el transcurso del proceso de formación hasta la culminación de estudios, a independencia de las carreras elegidas. Por ello nos acercamos a ver con más detalle aquellos aspectos de la vida académica que ocurre en el aula de clase, que pudiesen suponer focos de tensión.

El trabajo representa una novedad en la dinámica y quehacer de esta instancia al procurar vincular una actividad educativa con datos y evidencias generados por sus protagonistas, en este caso las y los estudiantes a través de un sondeo preliminar cuyos resultados se exponen en este documento y a partir de los cuales proponemos proyectar a una investigación con una muestra mayor, para verificar la información recabada o ampliarla a otras variables implicadas en el marco de análisis.

También constituye una novedad enfocar el análisis de la categoría de estrés en la vida académica a la categoría específica de estrés académico, dado que diferentes estudios en la región (Chile, México, Perú, Venezuela, Cuba) de acuerdo a Collazo, Ortiz y Hernández (2008)³ concuerdan en revelar la presencia de una incidencia alta de estrés en estudiantes universitarios. Por estas razones se propone como un importante ámbito de investigación y actuación, describir los niveles de estrés auto percibido, sus manifestaciones, así como posibles causales asociados al ámbito académico.

El presente documento está estructurado de la siguiente manera, una breve revisión bibliográfica que procura mostrar el estado del arte respecto al tema en la investigación universitaria local y de la región, posteriormente se describe el procedimiento metodológico llevado a cabo en el sondeo realizado, acompañado de una breve caracterización de las y los participantes, consecutivamente se desarrolla el argumento a partir de los principales hallazgos, cerrando con las conclusiones, anexos y referencias bibliográficas respectivas.

1 UNAN-Managua, (2018) Estatutos de la UNAN-Managua con su reforma, Arto. 6o, Recuperado de <https://www.unan.edu.ni/>

2 García David (Marzo, 2019), Entrevista Vicerrector de Asuntos Estudiantiles, UNAN-Managua.

3 Collazo C., Ortiz F., Hernández J (2008). El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. Revista Iberoamericana de Educación, Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/>

Revisión bibliográfica

Los enfoques para el estudio del estrés han sido diversos, desde aquellos fisiológicos y bioquímicos, de orientación psicosocial hasta enfoques transaccionales y sistémicos cognitivistas basado en los aportes y estudios de Lazarus y Folkman según Barraza⁴ (2006). El desarrollo actual de la categoría estrés académico, no está exenta de debate, más aun cuando sus desarrollos teóricos son de reciente inclusión, apenas de los años noventa según Berrio García y Mazo Zea⁵, donde además se plantea reformular el abordaje dado su carácter de proceso multidimensional. Asumimos aquí el planteo realizado por Barraza y citado por Berrio García y Mazo Zea⁶ cuando refiere que:

El estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico que se presenta a) cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores (input); b) cuando estos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio); y c) cuando este desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento (output) para restaurar el equilibrio sistémico. (p.14)

A continuación se presenta una breve referencia de los hallazgos encontrados a nivel documental del tema que nos ocupa, principalmente de las investigaciones ubicadas en el Repositorio de la Universidad Nacional Autónoma de Managua, UNAN-Managua en los últimos 3 años.

Para realizar este ejercicio documental focalizamos la búsqueda en las categorías, “estrés”, “estrés académico”, “estudiantes universitarios”,

generándose resultados cuyas características se resumen en: investigaciones aplicadas de formato mixto realizadas principalmente por la Facultad de Humanidades y Ciencias Jurídicas y Facultad de Ciencias Médicas, las líneas de análisis se concentran principalmente en la categoría de estrés; mediante un estudio de prevalencia del Síndrome de Burnout de Rodríguez R., Saballo H⁷. (2015); estudios monográficos de estudiantes de Psicología, Estrada M & Incer J. sobre nivel de estrés⁸ (2016), otro sobre ansiedad y rendimiento académico de Montoya E. Medina W. & Toruño J. (2016) y finalmente un artículo académico vinculado a la categoría de búsqueda a partir de su contenido, enfocado a deserción estudiantil universitaria escrito por Martínez H., Morales E. & Collado K⁹ (2016). Los sujetos participantes de dichos estudios han sido estudiantes activos de la universidad a excepción del realizado con padres, madres e hijos con cáncer del albergue del Hospital “La Macota”.

Por tanto puede observarse que el estado del arte de la investigación respecto al tema y el segmento poblacional en la UNAN-Managua es incipiente y general, dados los enfoques encontrados en esta búsqueda a la fecha de realización de este estudio.

En el contexto internacional y principalmente en el ámbito universitario encontramos diversos estudios y esfuerzos en la región, para identificar, nombrar, determinar incidencia, tipologías de respuesta y formas de prevención y actuación entre ellos documentación importante de Chile (2015)¹⁰, Colombia (2011)¹¹, México (2017)¹², y Cuba (2008)¹³, una importante coincidencia es la reciente incursión en el estudio del fenómeno, su expresión creciente y la importancia de su atención para afrontarlo efectivamente principalmente de las áreas o programas dedicadas al bienestar estudiantil.

4 Barraza (2006), Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico, Tomado de <http://revistas.unam.mx/>

5 Berrio N & Mazo R (2011), Estrés Académico en Revista de Psicología, Universidad de Antioquia, Colombia.

6 Berrio N & Mazo R (2011), Estrés Académico en Revista de Psicología, Universidad de Antioquia, Colombia.

7 Rodríguez R & Saballo H., (2015). Síndrome de Burnout y factores de riesgo en estudiantes de áreas clínicas de la carrera de Odontología de la Facultad de Ciencias Médicas de la UNAN-Managua, en el segundo semestre 2014 (tesis de pregrado). UNAN, Managua.

8 Estrada M & Incer J., (2016). Nivel de Estrés y Clima Social en Padres y Madres de Hijos (as) con Cáncer del Albergue de Hemato- Oncología, Hospital Infantil Manuel de Jesús Rivera “La Mascota” (tesis de pregrado). Septiembre-Diciembre 2015. (2016)

9 Martínez H., Morales E. & Collado K. (2016). Deserción universitaria en la carrera de Fisioterapia, modalidad por encuentro del Instituto Politécnico de la Salud “Luis Felipe Moncada”, en la UNAN-Managua, Nicaragua.

10 Tomado de <https://uchile.cl/u114600>

11 Tomado de <https://dialnet.unirioja.es/>

12 Tomado de <https://es.scribd.com/>

13 Tomado de <http://scielo.sld.cu/>

Metodología

A continuación, se describe el procedimiento llevado a cabo para responder a la interrogante que motivo esta iniciativa y que fue delineada en el apartado introductorio de este paper: ¿Qué situaciones se perciben como generadoras de estrés académico en universitarios de pregrado de la UNAN-Managua en el periodo Octubre Noviembre 2019?

Para responder dicha interrogante y teniendo como escenario las charlas educativas donde participaron estudiantes de diversas carreras de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua, fue aplicado el Inventario de Estrés Auto percibido de Polo, Hernández & Pozo (1996), referido por Collazo; este instrumento de tipo exploratorio es una herramienta sensible para detectar estrés, práctico y diseñado a la medida para el ámbito universitario.

El inventario consiste en una lista que contiene una serie de situaciones propias de la vida universitaria en la que el estudiantado identifica aquellas que percibe como fuentes generadoras de estrés¹⁴. Los datos fueron recolectados en el momento de la realización de la charla previo consentimiento informado del estudiantado que participó.

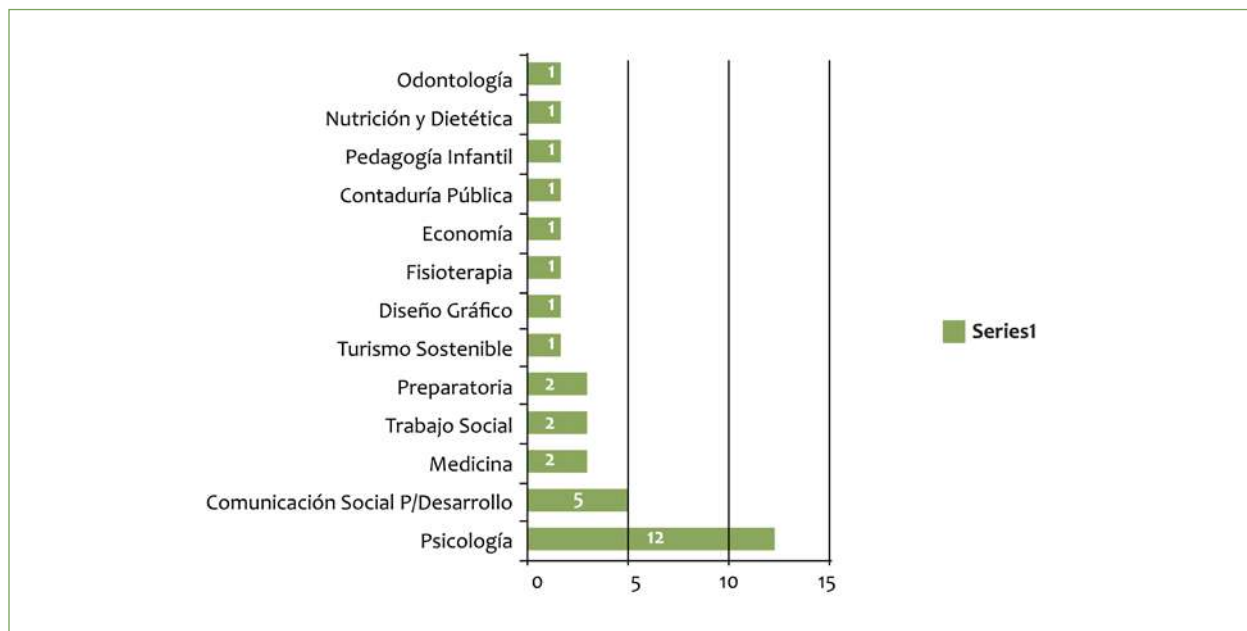
La población participante se constituyó con 31 estudiantes procedentes de:

- Pregrado de la modalidad regular.
- De las carreras de Psicología, Comunicación Social para el Desarrollo, Medicina, Trabajo Social, Preparatoria, Turismo Sostenible, Diseño Gráfico, Fisioterapia, Economía, Contaduría Pública, Pedagogía Infantil, Nutrición y Odontología.
- Conformados por 24 mujeres y 7 varones del total.

Resultados

Es importante destacar que el 77% de los participantes en el presente sondeo fueron mujeres y el 23% varones, de tal manera que la participación es mayoritariamente femenina, cuyas edades oscilaron entre 18 y 24 años, con una edad promedio de 20 años. La distribución por carrera de procedencia se muestra a continuación en la siguiente tabla.

Figura No. 1 Distribución de estudiantes por carrera que aplicó el inventario de Estrés Auto percibido.



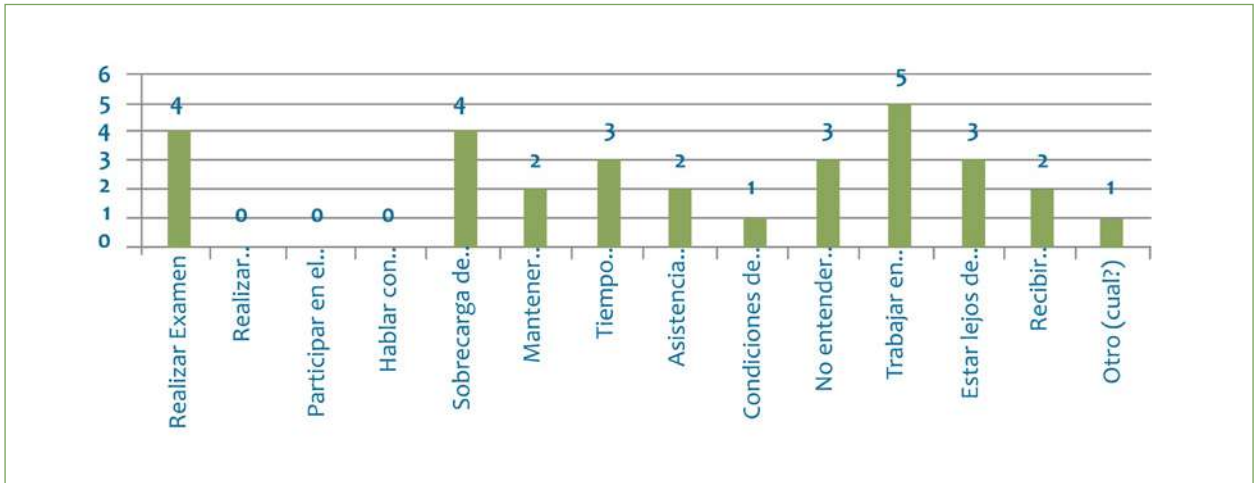
Fuente: Estadística DOVP, Octubre 2019

¹⁴ Inventario de Estrés Auto percibido de Polo, Hernández y Pozo (1996), España.

Como puede observarse la mayoría del estudiantado proviene de las Facultades de Humanidades y Ciencias Jurídicas y Facultad de Ciencias Médicas, es importante comentar que ese comportamiento de participación se mantuvo en el ciclo de charlas realizadas en el período de Octubre 2019. Los datos de caracterización de la muestra coinciden con referencias de estudios latinoamericanos, teniendo en cuenta además que en la UNAN-Managua, según el informe de gestión del 2018¹⁵ refiere que el 57.1% de estudiantes está conformado por mujeres.

A continuación se muestran los resultados de la puntuación en tanto situaciones identificadas como generadoras de estrés académico de los dos grupos participantes en este estudio preliminar.

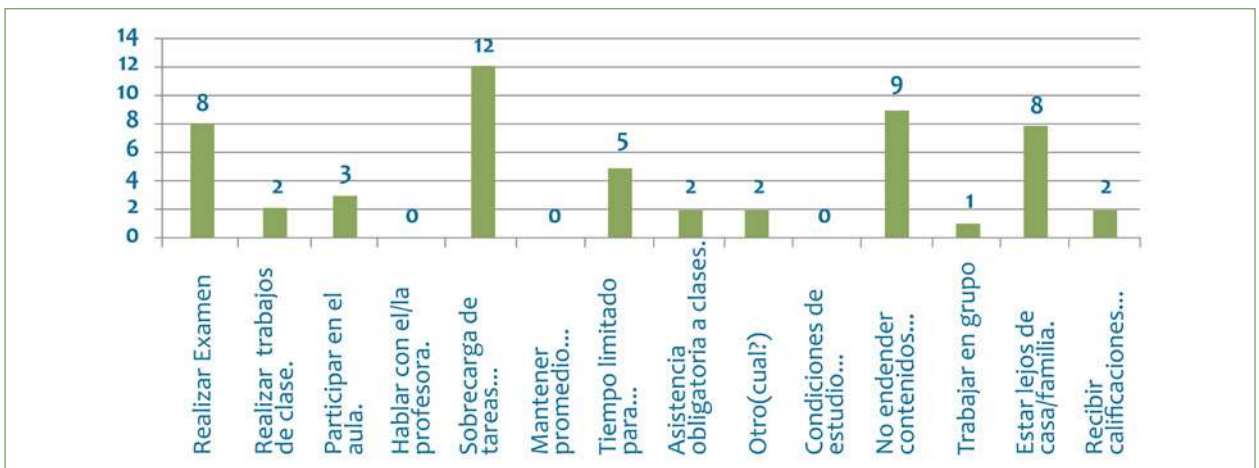
Figura No 2: Situaciones generadoras de Estrés identificadas por el grupo 1



Fuente: Estudiantes participantes de Charla Educativa del 23 de Octubre 2019.

Puede notarse como el trabajo en grupo, la sobrecarga de tareas y realización de exámenes son entre otras las situaciones que se perciben como generadoras de estrés académico. Y aunque se agregó en el listado la opción otros, los resultados refieren situaciones más allá del ámbito académico y se muestran de forma dispersa.

Figura No3: Situaciones generadoras de Estrés identificadas por el grupo 2



Fuente: Estudiantes participantes de Charla Educativa del 28 de Octubre 2019.

15 UNAN-Managua, (2018), Informe de Gestión 2018. (p. 5) Recuperado de <https://www.unan.edu.ni/>

Los resultados en el segundo grupo muestran coincidencias importantes en cuanto a la identificación de las mismas situaciones, incorporándose al listado identificado recibir calificaciones, como una situación estresante a nivel académico.

De tal manera que a partir de los hallazgos preliminares, podemos decir, que las situaciones que se perciben como generadoras de estrés académico por parte de universitarios de pregrado de la UNAN-Managua en el periodo Octubre Noviembre 2019 son:

1. Trabajar en grupo
2. Sobre carga de trabajo
3. Realizar exámenes
4. Recibir calificaciones.

De las situaciones identificadas, nos enfocamos intencionadamente en este paper en el *Trabajo en Grupo* por lo significativo que resulta este formato didáctico en la actividad académica cotidiana de las y los estudiantes, también porque esta actividad es una habilidad blanda¹⁶ importante de atender dada la potencialidad que implica para el mundo laboral de las y los estudiantes a independencia de su perfil profesional.

Así mismo, el *Trabajo en grupo*¹⁷ está considerado en el Sistema Educativo como un elemento fundamental del currículum llamado metodología; y aunque existen diferentes connotaciones relacionadas con los grupos y equipos de trabajo, podemos destacar que es un método de aprendizaje propio del constructivismo puesto que a través del mismo, se pretende fomentar el compañerismo, la reflexión individual y grupal, la comunicación, y el respeto, además de otros pilares en los que se asienta esta estrategia.

Conclusiones

El estrés académico es de reciente investigación a nivel latinoamericano y nacional en el ámbito universitario, este dato es coincidente según revisión documental realizada a nivel de repositorio de la UNAN-Managua en los últimos 3 años.

Se constata la presencia de estrés auto percibido a partir de situaciones académicas como, sobre carga de trabajo realizar exámenes, recibir calificaciones y trabajar en grupo, esta última fue referida de manera significativa en la población femenina que participo de forma mayoritaria (77%) a independencia de la carrera de procedencia.

Al constituir un tema pertinente y novedoso se plantea escalar a una investigación con una muestra mayor para establecer con evidencia basada en datos, una agenda de actuación para atender al estudiantado desde las diferentes estrategias del Vicerrectorado de Asuntos Estudiantiles.

Finalmente, en el modelo educativo de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua UNAN-Managua, el estudiantado es un actor clave de la comunidad educativa y factor protagónico frente a los cambios y desafíos que vive la universidad. En el actual contexto y en alineación a los ejes del Programa Nacional de Desarrollo, los Objetivos de Desarrollo Sostenible ODS y la Agenda 2030, estos propósitos se armonizan en la reciente Resolución¹⁸ de Congreso realizado en Octubre de los corrientes, al plantearse el fortalecimiento del modelo de calidad con procesos educativos integradores, vinculados a Desarrollo Humano integral y Universidad Saludable.

Identificar, nombrar y actuar de forma multidimensional desde nuestro Vicerrectorado a través de las diferentes estrategias en marcha para afrontar creativamente el estrés académico y fomentar estilos de vida saludable es importante y crucial para aportar a la eficiencia terminal universitaria, lo que incluiría una estrategia de comunicación de resultados a docentes para su implicación en el proceso.

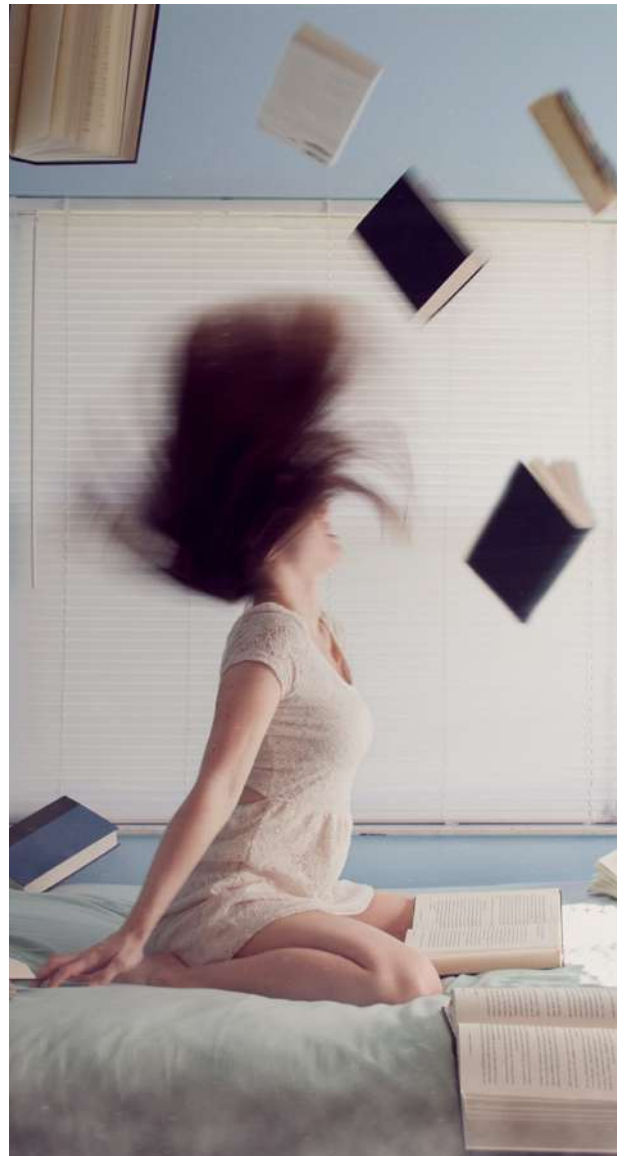
¹⁶ Banco Interamericano de Desarrollo BID (2012), Desconectados. Habilidades, Educación y Empleo en América Latina. Tomado de <http://idbdocs.iadb.org/>

¹⁷ U Sevilla, tomado de https://fcce.us.es/sites/default/files/docencia/Mesa2_comunicacion5.pdf

¹⁸ Consejo Nacional de Universidades CNU (2019), Resolución del IV Congreso Nacional de la Educación Superior Nicaragüense, tomado de www.cnu.edu.ni

Referencias bibliográficas

- UNAN-Managua, (2018) Estatutos de la UNAN-Managua con su reforma, Arto. 6o, Recuperado de <https://www.unan.edu.ni/>
- García David (Marzo, 2019), Entrevista Vicerrector de Asuntos Estudiantiles, UNAN-Managua.
- Collazo C., Ortiz F., Hernández J (2008). El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. Revista Iberoamericana de Educación, Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/>
- Barraza (2006), Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico, Tomado de <http://revistas.unam.mx/>
- Berrio N & Mazo R (2011), Estrés Académico en Revista de Psicología, Universidad de Antioquia, Colombia.
- Rodríguez R & Saballo H., (2015). Síndrome de Burnout y factores de riesgo en estudiantes de áreas clínicas de la carrera de Odontología de la Facultad de Ciencias Médicas de la UNAN-Managua, en el segundo semestre 2014 (tesis de pregrado).
- Estrada M & Incer J., (2016). Nivel de Estrés y Clima Social en Padres y Madres de Hijos(as) con Cáncer del Albergue de Hemato- Oncología, Hospital Infantil Manuel de Jesús Rivera “La Mascota” (tesis de pregrado). Septiembre-Diciembre 2015. (2016)
- Martínez H., Morales E. & Collado K. (2016). Deserción universitaria en la carrera de Fisioterapia, modalidad por encuentro del Instituto Politécnico de la Salud “Luis Felipe Moncada”, en la UNAN-Managua, Nicaragua.
Tomado de <https://uchile.cl/u114600>
Tomado de <https://dialnet.unirioja.es/>
Tomado de <https://es.scribd.com/>
Tomado de <http://scielo.sld.cu/>
- UNAN-Managua, (2018), Informe de Gestión 2018. (p. 5) Recuperado de <https://www.unan.edu.ni/>
- Banco Interamericano de Desarrollo BID (2012), Desconectados. Habilidades, Educación y Empleo en América Latina. Tomado de <http://idbdocs.iadb.org/>
- U Sevilla, tomado de https://fcee.us.es/sites/default/files/docencia/Mesa2_comunicacion5.pdf
- Consejo Nacional de Universidades CNU (2019), Resolución del IV Congreso Nacional de la Educación Superior Nicaragüense, tomado de www.cnu.edu.ni
- Inventario de Estrés Auto percibido de Polo, Hernández y Pozo (1996), España.



Anexos

A1 Instrumento de estrés Auto percibido¹⁹: Consigna: Elija 3 situaciones (o más) que usted identifica como generadora de estrés.

N°	Situación
1.	Realizar Examen
2.	Realizar trabajos de clase
3.	Participar en el aula
4.	Hablar con el/la profesora
5.	Sobrecarga de tareas académicas
6.	Mantener promedio académico
7.	Tiempo limitado para realizar obligaciones académicas
8.	Asistencia obligatoria a clases
9.	Condiciones de estudio (externas e internas)
10.	No entender contenidos abordados en clase
11.	Trabajar en grupo
12.	Estar lejos de casa/familia
13.	Recibir calificaciones deficientes
14.	Otro (¿cuál?)



Arlen Nicaragua Castro, Martha Erica Martínez González