



AUTOEFICACIA ACADÉMICA Y ESTRÉS EN EDUCACIÓN SUPERIOR

LUIS FERNANDO HERNÁNDEZ JÁCQUEZ
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA DE DURANGO
lfhj1@hotmail.com

RESUMEN

Los objetivos de la presente investigación son: a) Establecer el perfil descriptivo de la variable autoeficacia académica en los alumnos de la Universidad Tecnológica de Rodeo (UTR), b) identificar el nivel de estrés académico que presentan los alumnos de la UTR, c) determinar la relación que existe entre la autoeficacia académica percibida y el estrés académico en los alumnos de la universidad, y d) determinar la relación que existe entre la autoeficacia académica percibida y las variables género, edad, promedio del cuatrimestre anterior (enero – abril 2014), cuatrimestre y carrera en que se está inscrito actualmente. Para el logro de estos objetivos se desarrolló un estudio correlacional, transversal y no experimental a través de la aplicación de un cuestionario (alfa de Cronbach .91) a 117 alumnos. Los principales resultados son que los sujetos estudiados presentan un nivel de autoeficacia académica percibida medio, y un nivel alto de estrés académico. Además, las tres dimensiones de “autoeficacia académica percibida” (input, output y retroalimentación), así como el resultado global de dicha variable presentan una correlación significativa con el estrés académico.

Palabras clave: autoeficacia académica, estrés académico, estudiantes universitarios.

INTRODUCCIÓN

La necesidad de que el estudiante posea metas académicas claras y oriente su actuación hacia el logro de ellas, es sin lugar a dudas un imperativo prescriptivo del discurso educativo actual, sin embargo, es necesario destacar que no basta con querer lograr algo, o ser capaz de lograrlo, sino que hay que sentirse capaz de poder hacerlo. Este tipo de creencia denominada autoeficacia, es el objeto de investigación del presente trabajo.

El estudio se presenta a través de los apartados antecedentes, planteamiento del problema, inserción teórico-conceptual de la autoeficacia académica, objetivos y preguntas de investigación; metodología y resultados, finalizando con las conclusiones y referencias consultadas.





ANTECEDENTES

El estado del arte sobre lo investigado con relación a la autoeficacia académica, permite reconocer que este constructo ha sido abordado con relación a diferentes variables como sería la edad (Barraza, Ortega & Ortega, 2010), realización de actividad física (Astudillo & Rojas, 2006), rendimiento académico (Cartagena, 2008), disposición para la realización de una tesis (Ruiz, 2005), y hábitos de estudio (Terry, 2008), entre otras.

En referencia a la relación entre autoeficacia académica y estrés se localizó solamente un trabajo que afirmaba que un bajo sentido de eficacia personal aparece frecuentemente vinculado con elevados niveles de ansiedad y sintomatología propia del estrés (Cabanach, Valle, Rodríguez, Piñeiro & González, 2010). Además, se localizaron trabajos que relacionaban autoeficacia y estrés en los profesores (Doménech, 2006), el apoyo social percibido, la autoeficacia y la autoestima como predictores del estrés (González & Landeros, 2008), y la autoeficacia y el estrés en los profesores que atienden alumnos con necesidades educativas especiales (Barraza, Cárdenas & Ceceñas, 2014).

Planteamiento del problema

Siendo la Universidad Tecnológica de Rodeo (UTR) una institución de reciente creación (septiembre de 2012), los tomadores de decisiones en ella se han preocupado por establecer mecanismos que aseguren que sus estudiantes posean los elementos necesarios para apropiarse de las competencias que les demandan los planes y programas de estudio. En este sentido es que se presenta la autoeficacia académica como una “medida” a partir de la cual se puede emitir un juicio sobre las propias capacidades para desempeñar alguna actividad específica, incluyendo la apropiación de las mencionadas competencias.

Además, la asociación que se haga de ella respecto al estrés provocado por las actividades académicas, resulta crucial para poder establecer si dicha autoeficacia puede verse influenciada por el estrés, o viceversa, ya que de ser así, las estrategias que pudiesen establecerse para modificar alguno de estos elementos tendría repercusión en el otro y desde luego, sobre el desempeño de los estudiantes en su vida académica.





La autoeficacia académica. Inserción teórico-conceptual

Las creencias de la autoeficacia se refieren a los juicios que cada individuo hace acerca de sus capacidades para llevar a cabo una tarea. Bandura (1997, citado por Chacón, 2006; p. 2) plantea que los individuos poseen un sistema interno que les permite ejercer control sobre sus propias acciones, conductas y pensamientos, siendo este sistema un componente fundamental de influencia en el logro de las metas que cada quien se propone. Bandura (1997, citado por Chacón, 2006; p. 2) señala que “las creencias de autoeficacia constituyen un factor decisivo en el logro de metas y tareas de un individuo. Si las personas creen que no tienen poder para producir resultados, no harán el intento para hacer que esto suceda”. Igualmente, plantea que las fuentes de dicha autoeficacia son las experiencias directas, experiencias vicarias, persuasión simbólica y activación fisiológica.

Parafraseando al mismo Bandura (1977, citado por Blanco, 2010, p. 2), la autoeficacia en sí, se define como el conjunto de juicios de cada individuo sobre las capacidades propias para organizar y ejecutar las acciones requeridas en el manejo de posibles situaciones específicas. Tales juicios se entiende que tienen importantes efectos sobre la elección de conductas o actividades, sobre el esfuerzo empleado y la persistencia, y sobre los patrones de pensamiento y las reacciones emocionales ante las tareas.

OBJETIVOS Y PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

Los objetivos que pretende esta investigación son:

1. Establecer el perfil descriptivo de la variable autoeficacia académica en los estudiantes de la UTR.
2. Identificar el nivel de estrés académico que presentan los estudiantes de la UTR.
3. Determinar la relación que existe entre la autoeficacia académica percibida y el estrés académico en los estudiantes de la UTR.
4. Determinar la relación que existe entre la autoeficacia académica percibida y las variables género, edad, promedio del cuatrimestre anterior (enero – abril 2014), cuatrimestre y carrera en que se está inscrito actualmente.

En correspondencia con, las preguntas de investigación planteadas son:

1. ¿Cuál es el perfil descriptivo de la variable autoeficacia académica en los estudiantes de la UTR?
2. ¿Cuál es el nivel de estrés académico que presentan los estudiantes de la UTR?





3. ¿Qué relación existe entre la autoeficacia académica percibida y el estrés académico en los estudiantes de la UTR?
4. ¿Qué relación existe entre la autoeficacia académica percibida y las variables género, edad, promedio del cuatrimestre anterior (enero – abril 2014), cuatrimestre y carrera en que se está inscrito actualmente?

METODOLOGÍA

La presente investigación es un estudio de tipo correlacional, no experimental y transaccional. La técnica utilizada para la recolección de la información fue la encuesta y el instrumento es el Inventario de Expectativas de Autoeficacia Académica (Barraza, 2010).

Este inventario consta de 20 ítems que pueden ser respondidos en un escalamiento tipo Likert de cuatro valores: Nada seguro, Poco seguro, Seguro y Muy seguro; y entre sus propiedades psicométricas se tiene: nivel de confiabilidad de .91 en alfa de Cronbach y validez de consistencia interna adecuada ya que todos los ítems correlacionaron positivamente (con un nivel de significación de .00) con el puntaje global obtenido por cada encuestado.

Este inventario se aplicó a 117 estudiantes (de los 149 que constituyen la matrícula total) de las tres carreras que oferta la universidad, en el mes de marzo del año 2014. La distribución de los alumnos, según las variables sociodemográficas estudiadas fue la siguiente:

- ✓ El 41% pertenecen al género masculino y el 59% al femenino.
- ✓ El rango de edad es de 18 a 51 años, siendo la edad más representativa 20 años (31%).
- ✓ El 63% cursaba el tercer cuatrimestre y el 37% el sexto cuatrimestre.
- ✓ El 21% cursaba la carrera de Agricultura Sustentable y Protegida, el 31% la carrera de Química y Tecnología Ambiental, y el 48% la carrera de Tecnologías de la Información y Comunicación.

RESULTADOS DESCRIPTIVOS PARA LA VARIABLE “AUTOEFICACIA PERCIBIDA”

En cuanto a la dimensión, “actividades académicas de insumo para el aprendizaje (input)”, es decir, las actividades que proveen información para que se lleve a cabo el proceso de aprendizaje, se destaca por su promedio más bajo la respuesta a la preguntas “¿qué tan seguro estoy de poder concentrarme a la





hora de estudiar, sin que me distraigan otras cosas?”, con media aritmética de 1.81 puntos (el rango en todos los ítems y en cada dimensión es de 0 a 3).

En sentido opuesto, la confianza para poder buscar la información necesaria para elaborar un ensayo o un artículo académico sin importar si es en una biblioteca o en internet, representa el aspecto con el mayor promedio de la dimensión, a saber, 2.24 puntos.

El promedio general para esta dimensión es de 2.03, que equivale a 67.66%, lo que significa un nivel alto de la dimensión (de acuerdo al baremo propuesto por Barraza, 2010), con lo que se puede establecer que los estudiantes de la UTR, presentan un nivel alto de confianza para poder llevar a cabo las actividades académicas de insumo para el aprendizaje.

En lo que se refiere a la segunda dimensión, “actividades académicas orientadas a la producción (output)”, se tiene que el ítem que resultó con menor promedio es el que se refiere a la seguridad para poder aprobar cualquier proceso de evaluación, sin importar el maestro o seminario, con una media de 1.89 puntos. Por otro lado, el factor con el promedio más alto (2.32 puntos) resultó ser el que los alumnos se sienten con bastante capacidad para realizar cualquier trabajo académico que encargue el maestro.

El promedio general para esta dimensión es de 2.04, equivalente a 68% y que indica un nivel alto, por lo que se puede establecer que los estudiantes de la UTR, presentan un nivel alto de confianza para poder realizar exitosamente las actividades académicas orientadas a la producción de información o evidencias.

La tercera y última dimensión de la variable “autoeficacia percibida”, hace mención a las actividades académicas de interacción para el aprendizaje. El aspecto que obtuvo mayor promedio corresponde a la seguridad para poder preguntar al maestro cuando no se entiende algo de lo que está abordando, con una media de 2.12 puntos. El promedio más bajo en esta dimensión corresponde a la confianza para cuestionar al maestro cuando no se está de acuerdo con lo que se expone, con 1.77 puntos.

De manera general, el promedio para esta dimensión es de 1.93, equivalente a un 64.33%, es decir, nivel medio, lo que significa que los estudiantes de la universidad presentan un nivel medio de confianza para poder llevar a cabo las actividades académicas de interacción o retroalimentación para el aprendizaje.

El promedio de las tres dimensiones representa el promedio general de la variable “autoeficacia percibida”, mismo que es de 2.00 equivalente a 66.66%, lo que significa un nivel medio (pero muy





cercano al límite del nivel alto). Por lo anterior, se concluye que los estudiantes de la UTR, presentan un nivel medio de autoeficacia (académica) percibida.

Variable “estrés académico”

La variable monoítem “estrés académico”, fue cuantificada mediante la pregunta “en una escala del 1 al 10, ¿con qué frecuencia ha sufrido estrés académico durante éste cuatrimestre?”. El resultado arrojó una media aritmética de 6.94 puntos que transformada en porcentaje indica un valor de 69.4%. Este porcentaje, interpretado mediante un baremo de tres valores (0 a 33%, 34% a 66%, 67% a 100%) permite afirmar que los alumnos encuestados manifiestan un nivel alto de estrés académico.

Correlación entre las variables “autoeficacia percibida” y “estrés académico”

El análisis correlacional entre estas variables (R de Pearson) arrojó los datos mostrados en la tabla 1.

Tabla 1.

Resultado de correlación de estrés académico con autoeficacia percibida y sus dimensiones.

| No | Autoeficacia percibida | Nivel de correlación con estrés académico |
|----|--|---|
| 1 | Dimensión input | -.189* |
| 2 | Dimensión output | -.250** |
| 3 | Dimensión retroalimentación | -.308** |
| 4 | Resultado global de autoeficacia percibida | -.274** |

*Correlación significativa al 0.05.

**Correlación significativa al 0.01.

Fuente: Elaboración propia.

Como puede observarse, las tres dimensiones y el resultado general de la variable autoeficacia percibida presentan una correlación significativa con el estrés académico, al nivel de significancia de 0.01, con excepción de la dimensión input, al nivel de significancia de 0.05.

Todas las correlaciones son negativas y de acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2010, p. 312) son débiles, lo que significa que a medida que disminuyen las actividades de insumo para el aprendizaje aumenta el nivel de estrés académico, a medida que disminuyen las actividades relacionadas con la producción de evidencias de aprendizaje aumenta el nivel de estrés académico; y por último, a medida que disminuyen las actividades de interacción para el aprendizaje, aumenta el nivel de estrés que presentan los estudiantes.





Lo mismo ocurre con el resultado general de autoeficacia académica, cuya correlación negativa con la frecuencia de presencia de estrés académico, indica que conforme disminuye la autoeficacia aumenta el estrés, y viceversa.

Análisis de diferencia de grupos, en relación con la autoeficacia percibida

Como análisis adicionales se investigó la relación entre la autoeficacia académica percibida y algunas variables sociales y demográficas, tales como el género, la edad, el promedio de calificaciones del cuatrimestre enero – abril 2014, el cuatrimestre y a carrera en que estudia el participante.

En la tabla 2 se presentan los resultados para las variables “género” y “cuatrimestre” (en el que el estudiante está inscrito actualmente), en relación con la autoeficacia percibida (se utilizó prueba t de Student, con un valor de significancia de 0.050).

Tabla 2.

Prueba t de Student para las variables señaladas, en relación con autoeficacia percibida.

| No | Variable | Valor t | Significancia estadística | Categoría | Media |
|----|--------------|---------|---------------------------|-----------|-------|
| 1 | Género | 0.138 | No | Masculino | 1.92 |
| | | | | Femenino | 2.05 |
| 2 | Cuatrimestre | 0.000 | Sí | 3 | 1.85 |
| | | | | 6 | 2.22 |

Fuente: Elaboración propia.

Los resultados muestran que no existe diferencia estadísticamente significativa entre la autoeficacia percibida por los estudiantes y su género, caso contrario de la autoeficacia con el cuatrimestre en que estudia el estudiante, lo que significa que entre los estudiantes del tercero y sexto cuatrimestre, se perciben con distinto nivel de autoeficacia, siendo más alta en quienes cursan el sexto cuatrimestre.

El análisis de varianza de las carreras que ofrece la universidad en relación con la autoeficacia percibida, resultó en un estadístico de 0.210, por lo que no puede establecerse una diferenciación entre estas variables, por lo que se concluye que dicho nivel es estadísticamente el mismo para cualquiera de las tres carreras.





Por último, la relación entre la autoeficacia percibida (y sus tres dimensiones) y la edad arrojó un estadístico no significativo, por lo que puede afirmarse que no existe relación (estadística) entre la edad y la autoeficacia del estudiante.

CONCLUSIONES

Los estudiantes de UTR encuestados presentan un nivel medio de autoeficacia académica percibida (66.66%, aunque muy cercano al límite inferior del 67% que representa un nivel alto de autoeficacia), que se manifiesta con la presencia de un nivel alto en las dimensiones: a) actividades académicas orientadas a la producción y b) actividades académicas de insumo para el aprendizaje, y un nivel medio en la dimensión actividades académicas de retroalimentación, de interacción para el aprendizaje.

Este perfil descriptivo coincide con el reportado por Barraza y Hernández (2014) para los estudiantes de la Universidad Pedagógica de Durango (aunque estos sí se encuentran en el rango de nivel alto de autoeficacia académica percibida). Además, si se consultan estudios realizados con alumnos de otros sistemas educativos, como son los de Hernández y Barraza (2013), y Manzanera (2013) con alumnos de licenciatura; se puede encontrar que todos estos perfiles coinciden en lo general.

Por otra parte, los estudiantes manifestaron presentar un nivel de estrés académico alto, lo que sugiere que las actividades académicas tanto en la institución como fuera de ella, pero asociadas a sus estudios, generan en los alumnos demandas que provocan altos desequilibrios sistémicos en ellos que de alguna manera les obligan a realizar acciones de afrontamiento (Barraza, 2008).

El resultado obtenido de relación entre las variables autoeficacia académica percibida y estrés académico, converge con los reportados por Cabanach et al. (2010), Doménech (2006), González y Landeros (2008), Schwarzer y Hallum (2008), y Barraza et al. (2014).

Por último el análisis de diferencia de grupos respecto a la autoeficacia académica percibida, muestran que no existe diferencia estadísticamente significativa entre ésta y las variables género y carrera de estudio; situación opuesta a la relación estadísticamente significativa entre dicha autoeficacia y el cuatrimestre en que estudia el estudiante. Además se puede enunciar que no se encuentra una asociación estadísticamente significativa entre la autoeficacia y la edad de los estudiantes.





REFERENCIAS

- Astudillo, C. I. y Rojas M. E. (2006). Autoeficacia y disposición al cambio para la realización de actividad física en estudiantes universitarios. *Acta Colombiana de Psicología*, 9(1), 41-49.
- Barraza, M. A. (2010). Validación del inventario de expectativas de autoeficacia académica en tres muestras secuenciales e independientes. *CPU-e, Revista de Investigación Educativa*, 10, 1-30.
- Barraza, M. A. (2008). El estrés académico en los alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, (26), 2, pp. 270-289. Colombia: Universidad del Rosario.
- Barraza, M. A. y Hernández, J. L. (2014). Autoeficacia académica y estrés. Análisis de su relación en estudiantes de posgrado. Ponencia presentada en el *XVII Congreso Internacional sobre Innovaciones en Docencia e Investigación en Ciencias Económico Administrativas*. México.
- Barraza, M. A., Ortega, F. y Ortega, M. (2010). Expectativas de autoeficacia académica en alumnos de postgrado. En M. Navarro, A. Jaik y A. Barraza (coord.). *Sujetos, prácticas y procesos educativos. Una mirada desde la investigación educativa* (pp. 240-247). México: ReDIE.
- Barraza, M. A.; Cárdenas, A. J. y Ceceñas, T. P. (2014). El estrés laboral docente generado por la atención de alumnos con necesidades educativas especiales. En T. J. Cárdenas y A. Barraza (coord.). *Agentes de la escuela regular ante la educación especial. Investigación en México* (pp. 103-121). México: IUNAES.
- Blanco, A. (2010). Creencias de autoeficacia de estudiantes universitarios: un estudio empírico sobre la especificidad del constructo. *RELIEVE*, 16(1), 1-28.
- Cabanach, R. G.; Valle, A.; Rodríguez, S.; Piñeiro, I. y González, P. (2010). Las creencias motivacionales como factor protector del estrés en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 3(1), 75-87.
- Cartagena, M. (2008). Relación entre autoeficacia y el rendimiento escolar y los hábitos de estudio en alumnos de educación secundaria. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 6(3), 60-99
- Doménech, F. (2006). Stressors, Self-Efficacy, Coping Resources, and Burnout among Secondary School Teachers in Spain. *Educational Psychology: An International Journal of Experimental Educational Psychology*, 26(4), 519-529.





- Fernandez, M. (2008). *Burnout, autoeficacia y estrés en maestros peruanos: tres estudios fácticos*. 2° Foro de las Américas en investigación sobre Factores Psicosociales. Estrés y salud mental en el trabajo. Recuperado de http://factorespsicosociales.com/segundoforo/trabajos_libres/FERNANDEZ-ARATA.pdf
- González, M. T y Landero, R. (2008). Confirmación de un modelo explicativo del estrés y de los síntomas psicósomáticos mediante ecuaciones estructurales. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 23(1), 7–18.
- Hernández, S. R.; Fernández, C. C. y Baptista, L. P. (2010). *Metodología de la Investigación*. Quinta Edición. Perú: McGraw Hill.
- Hernández, J. L. y Barraza, M. A. (2013). *Rendimiento académico y autoeficacia percibida*. México: IUNAES-RedIE.
- Manzanera, E. (2013). *Autoeficacia de los alumnos de licenciatura de la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de Durango*. Tesis Doctoral del Instituto Universitario Anglo Español.
- Ruiz, F. (2005). Relación entre la motivación de logro académico, la autoeficacia y la disposición para la realización de una tesis. *Persona*, (8), 145-170.
- Terry, T. L. (2008). Hábitos de estudio y autoeficacia percibida en estudiantes universitarios con y sin riesgo académico. Tesis de licenciatura. Pontificia Universidad Católica de Perú. Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/650>

