

El estrés como causa de bajo aprovechamiento en el nivel medio superior

Eva Moreno Sepúlveda
COBAQ

Introducción

Los adolescentes de hoy, viven una angustia continua, se les recrimina en casa, en la escuela; se les culpa, acusa y regaña; no hay tiempo, personal especializado, ni voluntad, en muchos de los casos, en todos aquellos involucrados en su educación, para dialogar con ellos y conocer sus inquietudes, oportunidades y posibilidades. Es decir, están solos.

Se observa una falta interés, de tiempo, en todo su entorno por aligerar aunque sea un poco esa carga emocional que cada adolescente, de entre 14 y 17 años, lleva consigo y que lo vuelve ante los ojos de la familia, de los maestros y de los adultos en general como un chico rebelde, apático, distraído e indisciplinado, cuando en realidad está buscando ser visto y apoyado, encontrar su identidad.

Es muy fuerte la problemática que el adolescente enfrenta en ésta época, pero también es cierto que esos problemas que viven en casa y en la escuela tienden a dimensionarlos, a darles más importancia de la que en verdad tienen y como consecuencia de ello, muestran siempre un estado de inmadurez, inconformidad, de infelicidad; un comportamiento negativo, sin deseo de estudiar, de superarse; el resultado: un conjunto de actitudes desagradables que tienen su origen en un problema social llamado estrés.

En estos días es habitual escuchar que la mayoría de las personas tienen grandes problemas de estrés, por lo tanto se recomiendan una serie de actividades que les permitan dejar a un lado esta carga emocional: el deporte, el ejercicio cualquiera que sea; actividades recreativas, culturales, el cine, la lectura, en fin. Claro es cosa de adultos. Pero, ¿qué hay con la población adolescente? ¿Acaso está libre de ese agobiante mal?, bien dice (Marisa González, alumna del segundo semestre grupo 2.9 turno vespertino del plantel 8 “Azteca” del Colegio de Bachilleres del Estado de Querétaro COBAQ) “me estreso porque me siento ignorada”.

El estrés es un estado emocional que ocurre ante situaciones de la vida que consideramos difíciles o inmanejables, que pone en peligro el bienestar humano (físico, económico, social, mental y emocional, etc) y enfrenta al hombre (como género humano) a una situación sin capacidad para resolver.

Bajo esta perspectiva, el bajo aprovechamiento académico de los alumnos del segundo semestre de bachillerato del plantel 8 Azteca, turno vespertino del Colegio de Bachilleres del Estado de Querétaro (COBAQ), está directamente relacionado con el estrés como uno de los factores que inciden en la deserción escolar.

Lo anterior se observa como resultado de una incipiente investigación que plantea una problemática que se viene presentando en las actuales generaciones de adolescentes y jóvenes estudiantes del nivel bachillerato. En éste caso se observó, estudió y trabajó, con alumnos del segundo semestre grupo 2.9 del turno vespertino del Colegio de Bachilleres del Estado de Querétaro (COBAQ) plantel 8 “Azteca”.

El estrés, como objeto de estudio es ésta investigación se observó como una de las causas de bajo aprovechamiento en el nivel medio superior, ya que el estado emocional en que

se encuentran los adolescentes les impide poner interés en el estudio, proponerse un proyecto de vida, establecer metas a corto, mediano o largo plazo.

Sin embargo, la problemática no se queda ahí. El hecho de no poner atención en los chicos, sea, por parte de sus padres, maestros o escuela, los lleva no sólo a la obtención de bajo rendimiento escolar o no aprovechamiento académico, sino que en un momento dado los obliga a abandonar la escuela y a por lo tanto a dejar inconcluso su bachillerato y entonces sus proyectos de vida se ven también paralizados.

A nivel escolar se observa que al paso de los años el índice de eficiencia terminal cada vez es menor. Es decir, la deserción aumenta en lugar de disminuir y en el mejor de los casos permanece inamovible, por tal motivo se han buscado estrategias de enseñanza, aprendizaje y evaluación, se han cambiado modelos educativos, programas de estudio, de apoyo psicopedagógico, de tutorías, de escuelas para padres, todo ello encaminados a alcanzar metas, lograr objetivos en el sentido de retener a los jóvenes en la escuela con la finalidad de que terminen en forma exitosa su bachillerato, máxime ahora que se estableció en la Ley la preparatoria como obligatoria.

El estrés en los adolescentes se encuentra presente en términos generales, en las instituciones educativas, quizá en algunas se observe en menor o en mayor proporción, en este caso se plantea una situación que se estudió en el plantel 8 "Azteca" del COBAQ que se encuentra inmerso en un entorno socioeconómico-cultural no muy favorecido, es decir, las colonias que lo circundan son de escasos recursos económicos, en su mayoría, por ejemplo: La Azteca, Lázaro Cárdenas, Reforma Agraria, Lomas de Casablanca, Presidentes, Comerciantes, Venceremos y algunas más ubicadas en la zona sur poniente de la Ciudad de Querétaro, estado de Querétaro. Aunque en los últimos años se reciben alumnos de varios puntos de la ciudad, incluso de varios estados de la república.

Por las características de la zona y sus habitantes, enfrentan una serie de situaciones adversas como son: familias disfuncionales, alcoholismo, drogadicción, pandillerismo, lo que trae como consecuencia, poco interés en el estudio y un estado de estrés considerable, que es lo que la mayoría de los alumnos señaló en la encuesta que se aplicó en el grupo para conocer las posibles causas de su estrés, aunado a la situación económica y a la necesidad que tienen de trabajar para irse abriendo camino en la vida.

Es importante decir también, que la investigación realizada tuvo un propósito, plantear una problemática para a partir de ella elaborar propuestas de solución para lograr que los alumnos alcancen sus metas, la primera de ellas obtener en sus evaluaciones resultados favorables y al final de cuentas concluir exitosamente su bachillerato.

Desde este punto de vista, el papel del docente en una institución educativa y ante grupos de alumnos es de gran compromiso y responsabilidad, el cual se asume también ante los padres de familia y la sociedad en general. De ahí la preocupación por hacer que los jóvenes estudiantes de bachillerato aprovechen su estancia escolar y egresen con un perfil integral para enfrentar los nuevos retos que el país requiere como lo marca la Reforma Integral de la Educación Media Superior (RIEMS) que establece la Secretaría de Educación Pública (SEP), Competencias genéricas y el perfil del egresado de la educación media superior, (Noviembre, 2007) Subsecretaría de Educación Media Superior, de la SEP.

Al respecto, y desde el punto de vista de la Teoría Crítica, el filósofo alemán Jürgen Habermas, deja vislumbrar algunos elementos que se rescatan para el análisis de ésta problemática, y se puede decir que al estrés se le ha definido como una patología relacionada con el ambiente en el que el individuo se mueve, en este sentido y adoptando una terminología sociológica, se le llama ambiente social.

Vitalmente el ser humano requiere desarrollar una condición de interés, sin embargo, una de las características propias de la época actual es el hecho de que no hay claridad en lo que se persigue colectivamente y por ende individualmente, es un estado que Durkheim denominaba anomía, sinsentido, falta de interés. Esta condición al trasladarse al ambiente vital del individuo mexicano, lo lleva a ubicarlo en una sociedad en la primera etapa de la teoría de la posmodernidad, una etapa de desencanto ante lo que la modernidad representa.

Esto es de suma importancia para comprender lo que puede significar el entender un fenómeno como el estrés que aquí ya no tendría que verse como una patología, sino como un síntoma de un proces más complejo que tiene que ver con aspectos de carácter ontológico y antropológico; antropológico porque involucra una concepción de hombre en un contexto específico y ontológico porque determina el ser del individuo en tanto se asume como parte de una colectividad.

Habermas entonces, considera que la sociedad en tanto construcción humana es resultado de su trabajo. Es por el trabajo que el hombre se constituye como proyecto y en este proyecto es capaz de liberarse de las condiciones de enajenación y dominio y otorgarle a su condición social un sentido: la ciencia, la tecnología, y todo cuanto la modernidad ha aportado están a su servicio y no a la inversa. Se podría decir que a nivel colectivo el estudiante experimenta un sinsentido debido a que sus relaciones vitales y sociales carecen de sentido o no se han presentado como proyectos vitales, sino como una condición propia de la modernidad, es decir, una exigencia en tanto requisito instrumental para insertarse en una realidad que no comprende y que lo abrumba al no identificarse con ningún proyecto. (Habermas, 1993).

El término estrés surge en los años 30's cuando un joven austriaco de 20 años de edad, estudiante de la carrera de medicina llamado Hans Selye, observó que todos los enfermos

a quienes estudiaba, indistintamente de la enfermedad propia, presentaban síntomas comunes y generales: cansancio, pérdida del apetito, baja de peso, astenia, etc. Esto llamó mucho su atención, quién le denominó: “Síndrome de estar enfermo” (Universia, 2012).

Se considera al estrés como una respuesta del cuerpo a una situación que se presenta por la interacción del ser humano con el ambiente que le rodea (Lazarus y Folkman, 1984). Asimismo lo definen como una alteración o estado de alerta para enfrentar una situación excepcional (Labrador, 1992), o presiones por cuestiones de trabajo, estudio, lo desconocido, peligro, deporte, etc.

El estrés se encuentra presente en muchos de los adolescentes desde su niñez, en su primera etapa escolar, la primaria; en otros empezó en la secundaria y en la mayoría en el momento en que iniciaron su bachillerato. Ante la falta de atención o de un tratamiento adecuado, la tensión que llevan en su día a día los altera de tal manera que los convierte en personas intolerantes, agresivas, difíciles, en algunos casos; o tímidos, introvertidos, poco participativos en otros e incluso depresivos.

En un grupo de 39 alumnos participantes en la muestra, confesó sufrir estrés por diversos motivos, entre los que se encuentran: la situación económica, familiar, social, ambiente escolar, de pareja, aprovechamiento.

De ese total, el 20 por ciento, rebasan la situación de estrés sin mayor problema y continúan adelante en sus propósitos, el 50 por ciento, es la mayoría están en riesgo de reprobación y algunos de ellos, el 30 por ciento, pueden llegar hasta de deserción. Sin embargo los que no logran superar su situación, caen en un círculo vicioso que los vence. La falta de un proyecto de vida, les provoca estrés, y el estar estresado, le ocasiona desinterés en el estudio.

La escuela, con el sólo hecho de asistir a ella es causante de estrés: las calificaciones, los maestros, el no terminar el bachillerato, el no acreditar las asignaturas, las relaciones interpersonales, el no cumplir con las tareas, el ambiente. En fin, la propia etapa adolescente, quizá, sea ya motivo de éste estado emocional, como lo señalan los psicólogos.

Esta problemática propia de la época posmoderna, en donde la situación económica es difícil en la mayoría de las familias de los estudiantes de bachillerato del COBAQ 8, el consumismo, la rapidez con que se vive, envuelven a los adolescentes a una vorágine a tal grado que pierden la dimensión y la perspectiva de tal manera que no encuentran su lugar.

La institución educativa y de alguna manera los involucrados en el sistema debe contribuir de alguna manera, para dar solución y apoyar a los adolescentes para que éstos alcancen sus metas de prepararse para el presente y futuro, especialmente en éste mundo globalizado y competitivo, en donde sus destrezas, habilidades y conocimientos tienen mucho que ver para alcanzar el éxito.

Se propone para ello también, un cambio en la actitud y estrategias de los docentes, de la institución educativa, de los padres de familia, a fin de contribuir de forma integrada al rescate de los adolescentes y jóvenes, a fin de orientarlos hacia qué camino deben tomar para encontrarse a sí mismos, a encontrar su identidad, para de ahí partir hacia adelante.

Igualmente lo ya señalado con anterioridad, un curso que les ayude a crear conciencia de donde están parados, programas de apoyo, tutorías, escuela para padres, aún cuando ya existen éstos tres últimos, deben ser fortalecidas, con una participación responsable de todos y cada uno de los involucrados en la educación de éstos jóvenes, un proyecto que les permita crecer en todos los ámbitos, ampliar sus expectativas de vida, que se den

cuenta que en este mundo todavía hay muchas cosas por hacer, por cambiar, por transformar y alcanzar una vida mejor, para ellos y para las nuevas generaciones.

Y en este sentido, de acuerdo a la teoría crítica de Habermas, las generaciones actuales entran en un desánimo, en un sinsentido, no tienen proyecto de vida. Sin embargo, en éste punto, el filósofo alemán argumenta que no todo está perdido, todavía queda una esperanza para el hombre, éste debe encontrarse a sí mismo y resurgir, darle sentido a su existencia en lo individual y en lo colectivo.

Bibliografía

Artículo recuperado (2008) <http://definicion.de/pandilla/>

Habermas, Jürgen; (1993). *El discurso filosófico de la modernidad*. Madrid, España: Taurus humanidades.

Ku Ek, Elsi Natividad. (2011, noviembre). *Resiliencia: una estrategia para prevenir la deserción escolar en alumnos del primer año de bachillerato*. Mérida. México. <http://posgrado.feudy.org.mx/>

Navarro Rubén Edel. (2003) *El rendimiento académico, concepto, investigación y desarrollo*. Revista electrónica Iberoamericana sobre calidad,, eficacia y cambio en educación Vol. 1 No.2 <http://www.ice.deusto.es/rinacelreice/vol1n2/edel.pdf>

Pérez Gómez, A.I. (2004). *La cultura escolar en la sociedad neoliberal*. Madrid, España: Morata.

Ramírez Ontiveros, Mayra Paulette y Uribe Salinas Diana Itzel. (2008-2009) *l estrés escolar en alumnos de CEDART "Ignacio Mariano de las Casas", nivel bachillerato ciclo escolar 2008-2009*. Querétaro. México. <http://cedartimc.wordpress.com>

Revista de salud, bienestar, tradiciones (2011, 8 de julio) <http://www.inatia.com/s/c>

Revista de conceptos (2012) <http://deconceptos.com/cienciasnaturales/alc>.

Revista Definición de conceptos (2008) *Rendimiento académico*, artículo recuperado en 2012 <http://definicion.de/rendimiento.académico/>

Revista Instituto de Ciencias de la Educación (2003) *Rendimiento académico*. <http://www.psicopedagogia.com/definicion/rer>

Revista sobreconceptos (2009, 14 de diciembre) <http://sobreconceptos.com/>