



Código:	005-F-37
Versión:	2
Fecha:	2014-04-08
Página:	1 de 6

Ciudad y fecha:	Cartago 6 de diciembre de 2018
Institución :	Institución Educativa Sor María Juliana
Título:	El estrés va al cole
Autores	Mariana Granada Restrepo Laura Sofía Suarez Grajales María Camila Durán Monsalve María Camila Grajales Colorado María Guadalupe Potosí Sánchez
Asesores del proyecto	Marlene Roció Moscoso Quiceno
Línea de Investigación	Educación
Pregunta de Investigación	¿Cómo se manifiesta el estrés en los estudiantes del grado 7-3 de la Institución Educativa Sor María Juliana?
Resumen del Proyecto	<p>El proyecto sobre el estudio del estrés, desarrollado a través del Programa de Investigación y Preguntina de la Corporación de Estudios Tecnológicos del Norte del Valle, refleja el trabajo realizado por los niños, niñas y jóvenes de la Institución Sor María Juliana de la ciudad de Cartago. El propósito del proyecto consistió en conocer las manifestaciones del estrés en los estudiantes del grado 7-3 de la Institución Educativa Sor María Juliana. Como resultado de esta investigación se pudo identificar los tipos de estrés que manifiestan los niños y las principales causas que ocasionan estas manifestaciones, entre las cuales están las exposiciones, trabajos y tareas que dejan los profesores y la indisciplina de los compañeros.</p> <p>El estrés es un estado físico y emocional por el cual pasa cualquier persona, en los niños y jóvenes el estrés difiere de los síntomas que padecen los adultos y puede ser ocasionado por diferentes fuentes: del niño mismo y de los padres, los profesores o sus mismos compañeros.</p>
El problema	<p>En el grado séptimo 7-3 de la Institución Educativa Sor María Juliana se presenta un recurrente grado de estrés en los estudiantes, manifestado en el comportamiento agresivo, dificultad para concentrarse, retraimiento entre muchos otros comportamientos. Debido a estas problemática es importante conocer las principales causas, síntomas y afectaciones por las cuales pasan los estudiantes con el fin de proponer estrategias para mejorar estas condiciones y comportamientos.</p>



Código:	005-F-37
Versión:	2
Fecha:	2014-04-08
Página:	2 de 6

Objetivos	<p>General:</p> <p>Conocer el estado de estrés que manifiestan los estudiantes de grado 7-3 de la Institución Educativa Sor María Juliana.</p> <p>Específicos:</p> <p>Saber sobre el estrés, tipos y como se manifiesta en los estudiantes de grado 7-3 de la IE Sor María Juliana</p> <p>Identificar como se manifiesta el estrés en los estudiantes.</p> <p>Proponer estrategias para manejar el estrés en los estudiantes de grado 7-3 de la IE Sor María Juliana.</p>
Metodología de Investigación	<p>Fase de búsqueda de información: conocimiento sobre el estrés y sus características</p> <p>Fase de observación: Observación del comportamiento de los niños, niñas y jóvenes del grado 7-3 de la IE Sor María Juliana.</p> <p>Fase de recolección de información: diseño, aplicación y tabulación de la encuesta</p> <p>Fase de diagnóstico: análisis y descripción de los resultados obtenidos de la encuesta</p>
Resultados	<p>Durante la investigación se aplicaron 45 encuestas a los estudiantes de grado 7-3 de la Institución Educativa Sor María Juliana, para conocer el estado de estrés que manifiesta los niños. Dentro de los principales resultados se encuentran los siguientes:</p> <p>El 49% de los encuestados vive con el papá y la mamá, mientras que 38% solo vive con la mamá. El restante porcentaje viven con abuelos o padrastros.</p> <p>En cuanto a las relaciones que mantienen tienen los niños tanto en su hogar como en el colegio, el 76% dice que mantiene una buena relación con su familia, dentro de los que manifestaron tener una relación regular, el principal factor es la falta de amor entre los padres. Mientras que en el colegio, las principal razón por las cuales los estudiantes no mantienen buenas relaciones con sus compañeros es por el mal trato que manejan.</p> <p>Según los resultados de las encuestas, el 44.4% de los niños incluidos en el estudio de las situaciones que más lo estresa con mayor facilidad en el colegio están: la indisciplina, tareas, profesores, exposiciones y las malas notas. En cuanto a este factor, los trabajos escritos son los que más les producen estrés a los niños (40%), seguido de las evaluaciones con (37.8%).</p> <p>Por otra parte el 67% de los entrevistados presentaban estados de ansiedad o agotamiento durante el último año, el 29% manifestaron tener irritabilidad y negatividad. En cuanto a la baja autoestima 29% de los niños la han experimentado.</p>

Nota: Este formato fue tomado de una de las convocatorias de Colciencias y adaptado de acuerdo a las necesidades del contexto. Los derechos de su uso pertenecen a dicha entidad.



Código:	005-F-37
Versión:	2
Fecha:	2014-04-08
Página:	3 de 6

Conclusiones	<p>Luego de conocer las principales manifestaciones de estrés de los estudiantes de grado 7-3, se diseñaron algunas actividades para controlarlo y mejorarlo, dentro de las cuales se pueden mencionar las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Elaboración de objetos relajantes • Terapias de relajación • Música relajante • El refugio <p>Se puede concluir con este estudio sobre el estrés que la mayoría de los niños, niñas y jóvenes del grado 7-3 de la Institución Educativa Sor María Juliana, han sufrido algún síntoma de estrés, producido por diferentes situaciones tanto en el ámbito familiar como en el escolar.</p> <p>De igual forma, el estrés puede causar muchos efectos, tanto físicos, como psicológicos y emocionales que afecta no solamente a los adultos si no también a los niños y jóvenes. Estos efectos se ven reflejados en el comportamiento que suelen tener los niños y que muchas veces no son asociados con los síntomas del estrés.</p> <p>Con este estudio se muestra la necesidad de estudiar este fenómeno para que desde la institución educativa se propongan estrategias que prevengan el estrés y que se lleve una convivencia sana entre todos.</p>
Bibliografía	<p>Foa, J, Feeny & Treadwell (2001). Validación Preliminar de la Escala Infantil de Síntomas del Trastorno de Estrés Postraumático (Child PTSD Symptom Scale, CPSS) en Niños/as y Adolescentes Víctimas de Violencia Sexual.</p> <p>Amar, J., & Kotliarenko, M., & Abello Llanos, R. (2003). Factores psicosociales asociados con la resiliencia en niños colombianos víctimas de violencia intrafamiliar. Investigación & Desarrollo, 11 (1), 162-197.</p>
Alianzas estratégicas	<p>Mesa Sur de Investigación de ACIET- Grupo de Investigación Communitas Sinergia</p>
Observaciones	
ELABORÓ	APROBÓ
_____	_____
DIA _____ MES _____	DIA _____ MES _____ AÑO _____
AÑO _____	



Anexos

Gráficos de porcentaje según la encuesta



Nota: Este formato fue tomado de una de las convocatorias de Colciencias y adaptado de acuerdo a las necesidades del contexto. Los derechos de su uso pertenecen a dicha entidad.



Código:	005-F-37
Versión:	2
Fecha:	2014-04-08
Página:	5 de 6

<p>14. ¿Durante el último año usted ha experimentado? [Irritabilidad y negatividad]</p> <table border="1"> <tr><td>Si</td><td>4%</td></tr> <tr><td>No</td><td>29%</td></tr> <tr><td>No responde</td><td>67%</td></tr> </table>	Si	4%	No	29%	No responde	67%	<p>14. ¿Durante el último año usted ha experimentado? [Baja Autoestima]</p> <table border="1"> <tr><td>Si</td><td>4%</td></tr> <tr><td>No</td><td>29%</td></tr> <tr><td>No responde</td><td>67%</td></tr> </table>	Si	4%	No	29%	No responde	67%
Si	4%												
No	29%												
No responde	67%												
Si	4%												
No	29%												
No responde	67%												
<p>15. Manifiesta sus sentimientos con facilidad?</p> <table border="1"> <tr><td>Si</td><td>0%</td></tr> <tr><td>No</td><td>42%</td></tr> <tr><td>No responde</td><td>58%</td></tr> </table>	Si	0%	No	42%	No responde	58%	<p>16. ¿Cómo prefiere estar?</p> <table border="1"> <tr><td>Acompañado</td><td>31%</td></tr> <tr><td>Solo</td><td>20%</td></tr> <tr><td>Con un grupo de amigos</td><td>49%</td></tr> </table>	Acompañado	31%	Solo	20%	Con un grupo de amigos	49%
Si	0%												
No	42%												
No responde	58%												
Acompañado	31%												
Solo	20%												
Con un grupo de amigos	49%												

Salidas de campo



Nota: Este formato fue tomado de una de las convocatorias de Colciencias y adaptado de acuerdo a las necesidades del contexto. Los derechos de su uso pertenecen a dicha entidad.



Código:	005-F-37
Versión:	2
Fecha:	2014-04-08
Página:	6 de 6

Publicación de resultados y socialización



Nota: Este formato fue tomado de una de las convocatorias de Colciencias y adaptado de acuerdo a las necesidades del contexto. Los derechos de su uso pertenecen a dicha entidad.