



ANÁLISIS DE LA RELACIÓN ENTRE EL ESTRÉS Y EL AUTOCONCEPTO EN ALUMNADO DE PRIMARIA

Trabajo Fin de Grado de: Carmen Díaz Frías

FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

Resumen

El estrés es uno de los problemas que puede existir en muchas personas. El objetivo de este estudio es realizar una evaluación de la relación que puede haber entre el estrés y el autoconcepto en niños y niñas de sexto de educación primaria. Se utilizaron como instrumentos el Inventario de Estrés Cotidiano Infantil (IECI) y el AF-5. Autoconcepto Forma 5. Participaron de forma individual 100 niños y niñas de sexto de primaria (con una $M= 11,39$ años y una $DT= 0,54$), de dos centros escolares de la provincia de Granada. Los datos se analizaron usando la prueba de T de Student y las correlaciones de Pearson. Los resultados mostraron que las niñas tienen un autoconcepto académico y familiar más alto que los niños y las correlaciones fueron significativamente positivas en el estrés y en el autoconcepto y significativamente negativas entre estrés y autoconcepto,

PALABRAS CLAVE: autoconcepto, estrés, adolescentes, niños.

ABSTRACT: The stress is a problem that many persons have. The objective this study is make an evaluation of the relationships between stress and self-esteem in boys and girls of sixth of primary education. It was used the instruments of the Inventory of Daily Stress in Children and the AF-5. Self-concept Form 5. One hundred boys and girls of sixth of primary education ($M=11,39$ years old and $DT=0,54$) participated individually in this study done in two schools in the province of Granada. The informations were analyzed using the proof of T de Student and the Pearson's correlations. The results shown that girls have a higher academic and family self-concept than boys and the correlations were significantly positive in the stress and self-concept, and significantly negative between stress and self-concept.

KEYWORDS: self-concept, stress, adolescent, children.

Introducción

La adolescencia temprana es una de las etapas más marcadas y en la que se experimentan cambios biológicos, psicológicos y sociales y en la que también se producen cambios en el concepto que se tiene de uno mismo (Byrne, Davenport y Mazanov, 2007).

Uno de los problemas entre los niños y niñas es el estrés, que se puede definir como una situación o evento, en el cuál, el individuo está sometido a cierta presión, a emociones negativas, ansiedad o enfado (Sahu, Jha y Pandey, 2016). El estrés puede conducir a un bajo autoconcepto, éste término se define como la imagen que una persona tiene sobre sí misma (Bermúdez, 2001). Durante la educación primaria, el autoconcepto puede moderarse frente a los efectos nocivos del estrés ya que las relaciones con los padres y con los compañeros tienen gran importancia debido a que son un gran apoyo social para ellos (Moksnes, Bradley Eilertsen y Lazarewicz, 2016). Los estudios mostraron que la autoeficacia y el apoyo social son los factores más importantes que afectan a las estrategias de afrontamiento, ya que ejercen un papel positivo para afrontar el estrés, en la que para los niños en la escuela, el simple hecho de relacionarse con sus profesores, compañeros de clase o amigos puede suponer una de las mejores tácticas (Shen, 2009).

Tener buenas relaciones generan muchos resultados positivos en los alumnos, como por ejemplo, una mejor adaptación en el colegio trae consigo un mayor autoconcepto académico, sin embargo, una mala relación con el centro puede traer mayor conflictividad, problemas de conducta o bajo rendimiento académico, el cuál el nivel de estrés aumenta y el de autoconcepto disminuye. (Lovenjak y Peklaj, 2016).

Una de las causas por las cuales el estrés aumenta, es porque los niños a medida que van creciendo les dan mayor importancia al reconocimiento y aprobación de sus compañeros (Gamble y Yu, 2008; LaFontana y Cillessen, 2010). También otras investigaciones mostraron que las chicas tienen mayor preocupación por el éxito interpersonal ante sus compañeros que los chicos, por lo que esto les causa mayor estrés (Jeong, 2016).

En la misma línea de investigación Pravakar (2012) realizó un estudio sobre la importancia del autoconcepto entre los estudiantes en el desempeño académico y en cómo hacer frente al estrés. Sus resultados demuestran cómo en el ámbito escolar el estrés tiene una relación negativa con el autoconcepto, y cómo las personas que son más altas en autoconcepto están menos perjudicados por el estrés, es decir, los niños que su rendimiento académico es alto, suelen tener un buen autoconcepto.

En relación con los factores de riesgo para afrontar el estrés diario y la incoherencia del autoconcepto en la edad adulta, Lovenjak y Peklaj (2016) afirman que los participantes que tenían mayor estrés diariamente, también tenían un afecto más negativo hacia su persona, por lo que este caso también se encuentra relacionado con los niños, ya que el estrés puede actuar desde su niñez hasta que son adultos de manera que afecte físicamente, psicológicamente, socialmente, espiritualmente y a su salud de forma negativa (Pravakar, 2012).

El objetivo de este trabajo es evaluar cómo niños y niñas de educación primaria, concretamente de sexto de primaria, pueden estar sometidos a un estrés cotidiano y cómo ese estrés puede estar relacionado con el autoconcepto.

Método

Participantes

Se seleccionaron 100 niños y niñas de entre 11 y 13 años (con una $M= 11,39$ y una $DT=0,54$) en el que el 44% era varón y el 56% mujer. El estado civil de los padres era que un 2% su madre está soltera, un 15,2% sus padres están separados o divorciados, un 78,8% están casados y un 4% tiene a alguno de sus padres viudos. También los estudios de los padres, en el que los resultados fueron que un 6,5% no tiene estudios, un 10,8% posee unos estudios primarios, un 26,9% tiene estudios secundarios y un 55,9% consta de estudios universitarios. Respecto a los estudios de las madres, un 10,2% no tiene estudios, un 11,2% tiene estudios primarios, un 21,4% consta de unos estudios secundarios y un 57,1% posee estudios universitarios.

Instrumentos

- El Inventario de Estrés Cotidiano Infantil (IECI), (Trianes, Blanca, Fernández-Baena, Escobar y Maldonado, 2011), puede aplicarse a niños y niñas de 6 a 12 años y cuenta con 22 ítems dictonómicos en el que los niños tenían que rodear una respuesta (SÍ/NO) y que especifica los diversos problemas, preocupaciones y sucesos que el niño se puede encontrar en su día a día y que tienen que ver con el estrés cotidiano. Estos ítems tienen tres ámbitos relacionados con el estrés infantil, que son los problemas de salud (8 ítems), estrés en el ámbito escolar (7 ítems) y estrés en el ámbito familiar (7 ítems). El coeficiente de consistencia interna obtenido mediante el alfa de Cronbach fue de 0,81, que es mismo valor que informan los autores.

- El AF-5. Autoconcepto forma 5 (García y Musitu, 2014) en el que se puede aplicar a partir de niños de 10 años. El cuestionario cuenta con un total de 30 ítems, en el que se definieron 6 ítems para cada uno de los ámbitos: social, académico, físico, emocional y familiar. Para ello los alumnos debían de valorar con una puntuación del 1 al 99, si estaban de acuerdo o no con las frases. El coeficiente de consistencia interna obtenido mediante el alfa de Cronbach fue de 0,59 y los valores de consistencia informado por los autores del instrumento es de 0,84.

Procedimiento

Los cuestionarios se aplicaron en dos centros escolares distintos de la provincia de Granada, uno de ellos en un centro concertado situado en Granada, y el otro, un centro escolar público de un pueblo de Granada. Para realizar los test, se recogió un previo permiso de ambos colegios y de los respectivos tutores, guardándose una confidencialidad y un anonimato de sus datos.

Los tests se hicieron a alumnos de sexto de primaria, y se aplicó de manera individual. La prueba se realizó en una semana, a un total de cinco cursos formados en tres grupos con 20 alumnos, un grupo con 25 alumnos, en los que ambos tardaron treinta minutos en contestar a los test y otro por 15 niños, en la que tardaron veinte minutos en completar los cuestionarios.

Análisis de datos

Para analizar los datos se ha utilizado la prueba de T de Student para calcular las diferencias entre las medias y la desviación típica de las puntuaciones obtenidas por los sujetos. Para relacionar los datos, se han usado las correlaciones de Pearson para calcular la fuerza de las variables.

Resultados

En la Tabla 1, se puede observar los valores de los mínimos, los máximos, las medias, y las desviaciones típicas de la muestra total, dividido en diferentes subescalas.

Tabla 1

Datos descriptivos del mínimo, máximo, media y desviación típica.

	N	Mínimo	Máximo	Media	DT
Problemas de Salud	95	0,00	8,00	2,36	1,63
Estrés Escolar	98	0,00	7,00	2,06	1,36
Estrés Familiar	96	0,00	6,00	1,44	1,39
Estrés Total	93	0,00	18,00	5,82	3,33
Autoconcepto Académico	97	0,43	9,90	7,33	2,25
Autoconcepto Social	99	3,67	9,90	7,83	1,47
Autoconcepto Emocional	98	0,13	9,83	5,44	2,09
Autoconcepto Familiar	96	2,55	9,90	8,88	1,57
Autoconcepto Físico	99	0,90	9,88	6,44	2,12

* $p \leq 0,05$

En la Tabla 2 se puede apreciar cómo en el autoconcepto académico hay una diferencia significativa ($t = -1,97$ es igual a $p \leq 0,05$) y cómo las niñas, (con una $M = 7,73$ y una $DT = 1,93$) tienen un autoconcepto académico más alto que los niños (con una $M = 6,83$ y una $DT = 2,54$). También ocurre lo mismo con el autoconcepto familiar, en la que de nuevo nos encontramos estadísticamente con una diferencia significativa ($t = -2,54$ es menor a $p \leq 0,05$). Podemos observar cómo en este caso siguen siendo las niñas, (con

una M= 9,23 y una DT=de 1,18), quienes tienen un autoconcepto familiar más alto que los niños, con una M =8,34 y una DT=1,87.

Tabla 2

Medias, desviaciones típicas, valor de t y grados de libertad en las subescalas de Estrés Cotidiano y Autoconcepto en función del sexo.

	Media (DT)	Media(DT)	t	gl
	Niño	Niña		
Problemas de Salud	2,28 (1,62)	2,42 (1,64)	- 0,43	93
Estrés Escolar	2,33 (1,67)	1,85 (1,03)	1,73	96
Estrés Familiar	1,57 (1,56)	1,35 (1,25)	0,76	94
Estrés Total	6,10 (3,84)	5,64 (2,96)	0,66	91
Autoconcepto Académico	6,83 (2,54)	7,73 (1,93)	-1,97*	95
Autoconcepto Social	7,62 (1,53)	7,98 (1,42)	-1,19	97
Autoconcepto Emocional	5,72 (2,07)	5,23 (2,10)	1,17	96
Autoconcepto Familiar	8,43 (1,87)	9,23 (1,18)	-2,54*	94
Autoconcepto Físico	6,31 (2,27)	6,54 (2,01)	-0,53	97

*p ≤ 0,05

En la Tabla 3 se puede ver las correlaciones de Pearson entre las subescalas de Estrés Cotidiano Infantil y Autoconcepto. Las correlaciones fueron significativamente positivas y más fuertes entre los dominios estresantes, es decir, a mayor estrés; más problemas de salud ($r= 0,77$; $p \leq 0,001$), más estrés familiar ($r=0,77$; $p \leq 0,001$) y más estrés escolar ($r=0,72$; $p \leq 0,001$), y significativamente negativas con relación al autoconcepto académico, a mayor problemas de salud ($r= -0,28$; $p \leq 0,001$), estrés escolar ($r= -0,47$; $p \leq 0,001$), familiar ($r= -0,27$; $p \leq 0,001$) y total ($r= -0,45$; $p \leq 0,001$) menor autoconcepto social ($r=0,28$; $p \leq 0,001$), físico ($r= 0,46$; $p \leq 0,001$) y familiar ($r=0,56$; $p \leq 0,001$).

Respecto a los elementos del autoconcepto, las correlaciones fueron significativamente positivas, es decir, a mayor autoconcepto académico; más autoconcepto familiar ($r=0,56$; $p \leq 0,001$), social ($r=0,27$; $p \leq 0,001$) y físico ($r=0,46$; $p \leq 0,001$). También ocurre de forma inversa entre el autoconcepto y el estrés, en el que en este caso, la correlación sigue siendo significativamente negativa, en la que a mayor autoconcepto académico, físico y familiar, menor es el estrés total.

Tabla 3
Correlaciones de Pearson entre las subescalas de Estrés Cotidiano Infantil y Autoconcepto.

	Prob. Salud	E.Escolar	E.Familiar	E.Total	A.Académico	A.Social	A.Emocional	A.Familiar	A.Físico
Problemas de Salud	1	0,31**	0,37**	0,77**	-0,28**	-0,10	-0,25*	0,27**	-0,25*
Estrés Escolar	0,31**	1	0,39**	0,72**	-0,47**	-0,12	0,03	0,33**	-0,28**
Estrés Familiar	0,37**	0,39**	1	0,77**	-0,27**	0,04	-0,01	-0,45**	-0,19
Estrés Total	0,77**	0,72**	0,77*	1	-0,45**	-0,11	-0,13	-0,46**	-0,34**
Autoconcepto Académico	-0,28**	-0,47**	-0,27*	-0,45**	1	0,28**	-0,24*	0,56**	0,46**
Autoconcepto Social	-0,10	-0,12	0,04	-0,11	0,28**	1	0,17	0,27	0,41**
Autoconcepto Emocional	-0,25*	0,03	-0,01	-0,13	-0,24*	0,17	1	-0,03	0,05
Autoconcepto Familiar	-0,27**	-0,33**	-0,45**	-0,46**	0,56**	0,27**	-0,03	1	0,41**
Autoconcepto Físico	-0,25*	-0,28**	-0,19	-0,34**	0,46**	0,41**	0,05	0,41**	1

** $p \leq 0,01$; * $p \leq 0,05$

Discusión

Se concluye que el estrés se relaciona negativamente con el autoconcepto, esto quiere decir que cuanto más estrés tenga un individuo más bajo será su autoconcepto. También se ha encontrado cómo las niñas tienen un autoconcepto más alto en comparación con los niños, por lo tanto estos resultados están relacionados en el mismo sentido con la investigación de Pravakar (2012), en el que los resultados de su estudio fueron que los niños que son más altos en autoconcepto están menos afectados por el estrés, y cómo el autoconcepto en las mujeres es más alto que en los hombres. Además se encuentra relacionado de igual forma con el autoconcepto académico, en el que ambos tienen relación significativamente positiva con el autoconcepto y en el que las niñas tienen un autoconcepto superior al de los niños. Por el contrario, otra investigación de Moksnes, Bradley Eilertsen y Lazarewicz (2016) afirman que existen diferencias de género en cuanto a la evaluación del estrés, en la que sus resultados muestran que las niñas tienen un autoconcepto inferior al de los niños, esto se debe a que las niñas tienen unos cambios psicológicos y físicos más negativos en comparación con los niños ya que experimentan mayores cambios biológicos (desarrollo y pubertad), emocionales y cognitivos afectándoles de una manera más vulnerable por lo que les causa mayor estrés.

En línea con los resultados obtenidos se ha determinado que en el autoconcepto académico existía una relación significativamente positiva con el autoconcepto familiar, físico y social, por lo que los niños que tienen un buen concepto académico poseen un mayor autoconcepto en el ámbito familiar, físico y social. En este estudio se ha hallado que las niñas tienen un autoconcepto académico y familiar mayor que el de los niños, en la que se encuentra una similitud con otra investigación, en el que el autoconcepto tiene una relación significativa y positiva con el autoconcepto académico y en la que sugiere que el mayor valor que un colegio puede tener es poder dar una percepción buena de sí mismo a sus alumnos, además de otorgar confianza a la hora de aprender (Hassan, Jami y Aqeel, 2016).

En el mismo sentido se ha aportado que el estrés familiar tiene una relación significativamente positiva respecto a los problemas de salud, estrés escolar y estrés total, en

la que los niños que tienen un elevado nivel de estrés dentro de su contexto familiar, puede influir de forma perjudicial en su salud y afectar diferentes ámbitos como es el escolar. Un estudio evaluó si el estrés de los padres estaba relacionado con la imagen de aceptación, el control y comportamiento psicológico de sus hijos, en el que afirmó que el estrés de los padres tenía una relación con el autoconcepto de sus hijos, ya que si uno de los miembros paternos o ambos sufren estrés, esto puede afectar de igual forma a sus hijos (Putnick et al., 2008).

Limitaciones

Una importante limitación de este estudio son el número de participantes, en el que al ser pocos no son datos representativos que se puedan generalizar a la población. Del mismo modo, sólo se evalúan a niños de sexto de primaria, por lo que los resultados no son generalizables a todo el alumnado de educación primaria.

Futuras líneas

El estrés y el autoconcepto son factores muy importantes para la vida de las personas, ya que puede perjudicar a diferentes ámbitos, cómo el escolar y el familiar, por lo que una próxima investigación podría ser evaluar a los padres y a los profesores, ya que si estos padecen estrés o tienen un autoconcepto bajo, los niños pueden aprender estrategias de afrontamiento y conductas predisponentes a problemas de autoconcepto y estrés.

Conclusión

Este estudio ha revelado que tanto los niños como las niñas que han participado en la investigación tienen un autoconcepto académico y familiar bastante alto, sobre todo las niñas y que existe una correlación significativamente positiva en el estrés (a mayor estrés, mayor es el estrés total) y el autoconcepto (a mayor autoconcepto, mayor es el autoconcepto académico, familiar y físico), y significativamente negativas entre estrés y autoconcepto (a mayor estrés, menos autoconcepto académico, familiar y físico y viceversa).

Referencias

- Bermúdez, M.P. (2001). *Déficit de autoestima: Evaluación, Tratamiento y Prevención en la Infancia y Adolescencia*. Madrid: Pirámide.
- Byrne, D.G., Davenport, S.C., y Mazanov, J. (2007). Profiles of adolescent stress: The development of the adolescent stress questionnaire (ASQ). *Journal of Adolescence*, 30, 393-416.
- Gamble, W.C., y Yu, J.J. (2008). Adolescent siblings looking glass self-orientations: Patterns of liabilities and associations with parenting. *Journal of Youth and Adolescence*, 37, 860-874.
- García, F., y Musitu, G. (2014). *AF-5, Autoconcepto Forma 5*. Madrid: TEA Ediciones.
- Hassan, A., Jami, H., y Aqeel, M. (2016). Academic Self-Concept, Self-Esteem, and Academic Achievement among Truant and Punctual Students. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 31, 233-240.
- Jeong, J.Y. (2016). The Intertwined Relationship between Self-esteem and Peer Stress Among Korean Adolescents: A Prospective Longitudinal Study. *Social Development*, 25, 157-175. doi: 10.1111/sode.12125.
- LaFontana, K.M., y Cillessen, A.H.N. (2010). Developmental changes in the priority of perceived stated in childhood and adolescence. *Social Development*, 19, 130-147.
- Lovenjak, I., y Peklaj, C. (2016). Stress and Perception of School Satisfaction on a Sample of Slovene Primary School Students. *Psihologijske Teme*, 25, 3, 357-379.
- Moksnes, U.K., Bradley Eilertsen, M.E. y Lazarewicz, M. (2016). The association between stress, self-esteem and depressive symptoms in adolescents. *Scandinavian Journal of Psychology*, 57, 22-29.
- Pravakar, D. (2012). Importance of self esteem among students in academic performance and coping with stress. *Indian Journal of Positive Psychology*, 3(4), 474-477.
- Putnick, D.L., Bornstein, M.H., Hendricks C., Painter, K.M., Suwalsky, J., y Collins, W.A. (2008). Parenting Stress, Perceived Parenting Behaviors, and Adolescent Self-Concept in European American Families. *Journal of Family Psychology*, 22, 752-767. doi: 10.1037/a0013177.

- Sahu, L., Jha, M., y Pandey, D. (2016). Self-concept and academic stress among boys and girls students. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 7(5), 540-542.
- Shen, Y.E. (2009). Relationships between self-efficacy, social support and stress coping strategies in Chinese primary and secondary school teachers. *Stress and Health*, 25, 129-138). doi: 10.1002/smi.1229.
- Trianes, M.V., Blanca, M.J., Fernández-Baena, F.J., Escobar, M., y Maldonado, E.F. (2011). *IECI. Inventario de Estrés Cotidiano Infantil*. Madrid: TEA Ediciones.