

Manejo del estrés, estado de ánimo y aprendizaje andragógico de los estudiantes de inglés de una universidad privada de Lima Metropolitana

Stress management, mood and andragogical learning of English students at a private university in metropolitan Lima.

Autora: Emily Nohelia Guevara Chumpitaz
E-mail: emynohe@hotmail.com

Resumen

Esta investigación se centró en analizar el aprendizaje andragógico de los estudiantes de inglés de una universidad privada de Lima Metropolitana en relación con su nivel de manejo del estrés y estado de ánimo. Para ello, se utilizó un diseño de investigación descriptivo, no experimental y transversal, a partir del abordaje de una población y muestra de 30 estudiantes del curso de inglés de una universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2019, divididos en dos secciones de 15 estudiantes cada una, con edades comprendidas entre los 19 y 40 años. Una hoja de evaluación sirvió como instrumento de valoración de las siguientes dimensiones: a) comprensión del lenguaje, b) comprensión lectora, c) expresión escrita y d) expresión oral. Del mismo modo, las variables de gestión del estrés y del estado de ánimo se midieron con una parte del cuestionario Bar-On ICE de 133 ítems. La confiabilidad medida por el alfa de Cronbach fue superior a 0,80 y muy similar a la del instrumento adaptado para el Perú. Se utilizó el análisis de conglomerados para procesar los datos y se realizaron pruebas de hipótesis mediante la prueba U de Mann-Whitney con un nivel de significación del 5%. Los resultados mostraron que el aprendizaje andragógico del inglés y las dimensiones de expresión oral, comprensión auditiva, comprensión lectora y expresión escrita mostraron una diferencia significativa según

el grupo evaluado, siendo el grupo de madurez emocional el que mostró mejores resultados ($p < 0,05$).

Palabras clave: Manejo del estrés, estado de ánimo y aprendizaje andragógico.

Abstract

This research focused on analyzing the andragogical learning of English students at a private university in Metropolitan Lima in relation to their level of stress management and mood. For this purpose, a descriptive, non-experimental, cross-sectional research design was used, based on the approach of a population and sample of 30 students in the English course of a private university in Metropolitan Lima in 2019, divided into two sections of 15 students each, aged between 19 and 40 years old. An evaluation sheet served as an assessment instrument for the following dimensions: a) language comprehension, b) reading comprehension, c) written expression and d) oral expression. Similarly, stress and mood management variables were measured with a part of the 133-item Bar-On ICE questionnaire. The reliability measured by Cronbach's alpha was higher than 0.80 and very similar to that of the instrument adapted for Peru. Cluster analysis was used to process the data and hypothesis tests were performed using the Mann-Whitney U test with a significance level of 5%. The results showed that andragogic learning of English and the dimensions of oral expression, listening comprehension, reading comprehension and written expression showed a significant difference according to the group evaluated, with the emotional maturity group showing better results ($p < 0.05$).

Key words: Stress management, mood and andragogical learning.

Introducción

A nivel educativo en las últimas décadas se han venido produciendo esfuerzos enormes en la adaptación de las mallas curriculares y

la práctica educativa en la constante búsqueda de la mejora, y diversificación a determinadas realidades en todos los niveles y modalidades (Zambrano, Vivas, Dueña, 2017).

Parte de dicha adaptación a los tiempos contemporáneos es la introducción de la andragogía, dejando a un lado el pensamiento de que la educación es solamente para niños y jóvenes, abriendo así paso a los adultos como parte de la educación formal y permanente a nivel mundial. En este sentido, el neologismo andragogía hace referencia específica a la educación donde el estudiante denominado también como participante es adulto, por lo tanto, todos los aspectos prácticos y teóricos están enfocados en este principio, y en las características que poseen las personas de este grupo etario (Jiménez, 2009).

Cabe destacar, que en el campo de la andragogía se emplea la dimensión de aprendizaje andragógico cuyas particularidades principales son en palabras de Solana et al. (2006) que el participante dirige su aprendizaje, se responsabiliza por este, y además se autoevalúa. Dicho aprendizaje se produce además, en un contexto de diversidad donde la experiencia es la principal fuente de identidad del adulto, quien conoce la necesidad de formarse y aprender, así como de la misma apropiación de actividades para conseguir sus metas académicas, otra característica es que hay una importante automotivación y seguridad.

Este tipo de nivel educativo se ha desarrollado y evolucionado en la mayoría de los países del mundo, Alonso (2012) indica que “el origen es la Segunda Conferencia Mundial de Educación de Adultos, propuesta por la UNESCO y llevada a cabo en Montreal en el año de 1960”

(p.20). Los resultados obtenidos fue el establecimiento de objetivos comunes para la implementación de la Educación de Adultos.

Específicamente en los países Latinoamericanos la andragogía comenzó con los programas de nivelación y alfabetización, para compensar las diversas realidades, y paulatinamente ha venido cobrando fuerza con la creación de la Federación Interamericana de Educación de Adultos (FIDEA), entidad que se encarga de lo vinculado a la teoría y práctica de la andragogía (Solana et al., 2006).

En esta misma dirección está Perú, donde ha emergido la necesidad de este tipo de educación, por lo que se institucionaliza en el año 1976, debido a que la mayoría de la población que se encuentra entre los 18 años y los 35 años de edad, no poseía estudios superiores, un promedio de 67 % de los jóvenes solo consigue completar la secundaria, dicha realidad ha venido mejorando con la inclusión de la metodología andragógica, que se hace palpable en instituciones que asisten la educación a los adultos, subrayando los programas que son especiales en cuanto a horarios y pensum, para personas que trabajan, dando la facilidad de continuar estudios superiores (Lavado y Martínez, 2014).

En así como, uno de los programas de andragogía que se implementa en Perú, específicamente en la universidad San Ignacio de Loyola, es el English Competency Course que posee como propósito desarrollar habilidades para lograr el nivel de inglés adecuado para la obtención del grado de Bachiller, estos participantes tienen como principal característica que son adultos, y que cumple procesos de aprendizaje andragógico.

Sin embargo, se ha evidenciado que, aunque son grupos de adultos, que poseen iguales condiciones académicas e inclusive socioeconómicas, hay un elemento esencial que marca la diferencia para el aprendizaje de idiomas en este tipo de estudiantes, y es las diversas circunstancias y hechos que viven cotidianamente, tomando en cuenta elementos como habilidades sociales, motivación, autoconcepto, manejo de emociones y adaptabilidad (Castro, 2016).

Lo que conduce a analizar dentro del contexto educativo andragógico sobre la interrogante de ¿Por qué hay participantes que tienen una mejor adaptación, que otros a diversas circunstancias y a los nuevos aprendizajes, de forma particular en lo que respecta al inglés? Esto se corresponde directamente con la inteligencia emocional, específicamente, lo que se refiere al manejo del estrés y el estado de ánimo, y su influencia en el aprendizaje de una segunda lengua, destacando que el grupo de alumnos del English Competency Course, no solamente se dedican a estudiar, sino que gran parte trabajan y habitualmente tienen diferentes ocupaciones, problemas y realidades, lo que no se puede desligar con su proceso de aprendizaje, bajo el postulado de lo complejo que es el ser humano, por lo que en este grupo de participantes muchos expresan sentirse estresados, desanimados, tener dificultades personales, estar cansados, e inclusive han presentado dificultad para el aprendizaje, sobre todo para concentrarse y cumplir con las actividades, bajo rendimiento sobre todo en temas de gramática, que es donde más se hace evidente.

Tomando en cuenta todo lo anteriormente planteado, se presenta esta investigación, que se fijó como objetivo analizar el aprendizaje andragógico de los estudiantes de inglés de una universidad privada de Lima

Metropolitana en relación con su nivel de manejo del estrés y estado de ánimo. Vista la problemática en la universidad privada y tomando en cuenta los referentes consultados, se formularon las siguientes hipótesis:

- H_0 = Existe diferencia significativa en el aprendizaje andragógico de los estudiantes de inglés según su nivel de manejo de estrés y estado de ánimo.
- H_1 = Existe diferencia significativa en la comprensión oral de los estudiantes de inglés según su nivel de manejo de estrés y estado de ánimo.
- H_2 = Existe diferencia significativa en la comprensión de lectura de los estudiantes de inglés según su nivel de manejo de estrés y estado de ánimo.
- H_3 = Existe diferencia significativa en la expresión escrita de los estudiantes de inglés según su nivel de manejo de estrés y estado de ánimo.
- H_4 = Existe diferencia significativa en la expresión oral de los estudiantes de inglés según su nivel de manejo de estrés y estado de ánimo.

Método

El estudio se basó en un enfoque netamente cuantitativo, sustentado en la comprobación de hipótesis a partir de datos relacionados con la situación problemática de aprendizaje andragógico del inglés en una universidad privada de Lima Metropolitana. Igualmente, se utilizó un diseño investigativo no experimental con un alcance descriptivo-transversal centrado en la identificación, en un solo periodo de tiempo, de las tendencias que emergen de la realidad estudiada tal y como se presenta (Hernández et al., 2018).

En este sentido, la población y muestra estuvo conformada por 30 estudiantes del curso de inglés de una universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2019, los

cuales debido a criterios de facilidad de acceso, tiempo y recursos, fueron abordados en su totalidad mediante un muestreo censal (Hernández et al., 2018). Se trata de una muestra ligeramente superior de sexo femenino (53.3%), en su mayoría adultos jóvenes con menos de 30 años y pertenecientes a las secciones A y B estudiadas (Tabla 1).

Tabla 1.
Características de la muestra

		<i>f</i>	<i>%</i>
Sexo	Masculino	14	46.7%
	Femenino	16	53.3%
Edad	< 30 años	22	73.3%
	≥ 30 años	8	26.7%
Curso	A	15	50.0%
	B	15	50.0%

Nota: ambos cursos poseen 15 estudiantes

De igual forma, en el caso de la variable aprendizaje andragógico del inglés se aplicó como técnica el análisis documental y como instrumento una ficha de evaluación de elaboración propia, que abarcó las dimensiones e indicadores de evaluación del curso 2019 (en escala del 0-20 puntos), ellas son: a) comprensión oral, b) comprensión de lectura, c) expresión escrita y d) expresión oral, para cada estudiante en el ciclo universitario 2019.

Asimismo, las variables manejo del estrés y estado de ánimo, fueron abordadas a partir de las técnicas de la encuesta y empleando el cuestionario Bar-On ICE (Bar-On, 2002) escala de inteligencia emocional reconocida a nivel internacional y adaptada al Perú por Ugarriza (2001) del cual se extrajeron los ítems correspondientes a estas dos dimensiones. Dicho instrumento se estableció mediante una escala de Likert de cinco respuestas (1=Nunca es mi caso, 2=Pocas veces es mi caso, 3=A veces es mi

caso, 4=Muchas veces es mi caso y 5= Siempre es mi caso).

Este instrumento, se organizó de forma digital mediante Google formularios abarcando 18 ítems para la variable manejo del estrés y 17 ítems para el caso de estado de ánimo, conformando un total de 35 reactivos. En otro ámbito de análisis, los dos instrumentos (ficha de recolección de datos y el cuestionario) fueron validados por juicio de expertos, hallándose una puntuación promedio de 95% de valores positivos para los criterios evaluados. También se analizó la confiabilidad o coherencia interna del cuestionario, obteniéndose un Alfa de Cronbach mayor a 0,80 en las dos dimensiones analizadas siendo aceptables para trabajos en ciencias sociales (González & Pazmiño, 2015) y similares a los valores reportados por Ugarriza (2001) para el caso peruano.

Para procesar los datos se utilizó el análisis de cluster o conglomerado, el cual tiene como objetivo obtener grupos de casos semejantes y disímiles entre grupos (González y Ticona, 2019). Por ello, se aplicó el algoritmo de K-medias con el programa SPSS 25, el cual permitió crear grupos de estudiantes a partir de indicadores y escalas de medida como: expresión oral (razón), comprensión auditiva (razón), comprensión de lectura (razón), expresión escrita (razón), el nivel de manejo del estrés (ordinal) y nivel de estado de ánimo (ordinal). La idea del algoritmo es que cada observación sea asignada a un grupo cuyo valor medio es más próximo a un centroide (González y Ticona, 2019).

Asimismo, para la comprobación de hipótesis, inicialmente se empleó la prueba de normalidad de Shapiro-Willk, siendo el test de normalidad más confiable para muestras pequeñas ($n < 50$) (D'Agostino, 2017). Posteriormente, se aplicó la prueba U

de Mann-Whitney al 5% de significancia, la cual es un método no paramétrico muy popular para comparar el desempeño de dos poblaciones (Perme & Manevski, 2019). Volviendo la mirada a los aspectos éticos de la investigación, la misma respetó la confidencialidad de los participantes y autorización mediante consentimiento informado.

Resultados

Análisis Cluster

Los hallazgos del análisis cluster colocaron en evidencia dos grupos bien diferenciados, por una parte el grupo 1 con 73.33% de los casos, reportó un nivel alto de expresión oral, niveles moderados de comprensión auditiva y de lectura, además de un moderado nivel de manejo del estrés y estado de ánimo. Por otra parte el grupo 2, con 26.7% de la muestra, reportó un nivel bajo de: expresión oral, comprensión auditiva y de lectura, deficiente manejo del estrés y estado de ánimo. Tal y como señala la tabla 2, los indicadores seleccionados reportan diferencia significativa en ambos cluster. Del mismo modo, la figura 1, conforma que el grupo 1 muestra mejor desempeño en los indicadores de aprendizaje andragógico del inglés superiores.

Tabla 2.

Características de los cluster generados

	Cluster (centroides)		F	Sig
	1	2		
Expresión oral	17.09	8.88	283.081	0.000*

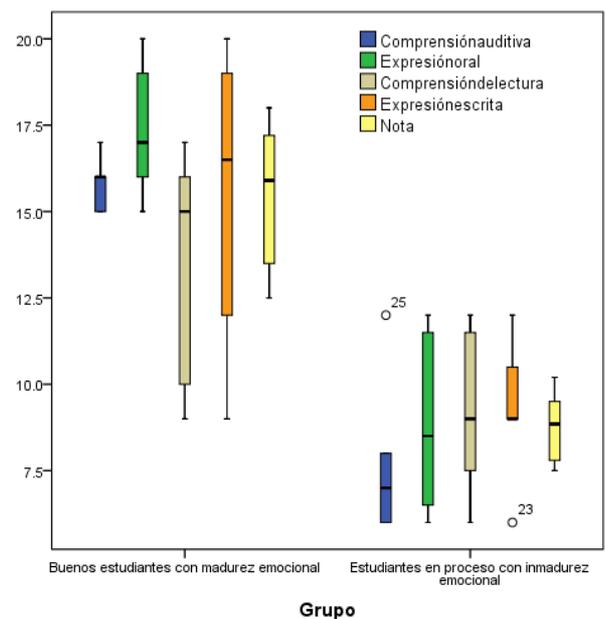
Comprensión auditiva	15.86	7.50	103.926	0.000*
Comprensión de lectura	13.59	9.25	13.295	0.001*
Expresión escrita	15.41	9.38	21.734	0.000*
Nivel de manejo del estrés	2	1	4.267	0.048*
Nivel de estado de ánimo	2	1	7.467	0.011*

Nota: * denota diferencia significativa al 5%.

Así, el grupo 1 fue denominado por sus características descriptivas como estudiantes con madurez emocional, mientras que el grupo 2 fue denominado como estudiantes con inmadurez emocional.

Figura 1

Aprendizaje del inglés según grupo



Prueba de hipótesis

Dado los indicios descriptivos de un mayor aprendizaje andragógico del inglés en el grupo de buenos estudiantes con madurez emocional, primeramente se comprobó la normalidad de los datos mediante el test de Shapiro-Wilk, prueba ideal para muestras pequeñas o menores de 50 (D'Agostino, 2017). Los resultados de la tabla 3 muestran

que no todos los indicadores siguen una distribución normal ($p > 0.05$), por tanto, se optó por comprobar la hipótesis de diferencia con la prueba no paramétrica U de Mann-Whitney la cual puede medir la diferencia estadística de los puntajes obtenidos en los dos grupos de datos (Perme & Manevski, 2019).

Tabla 3.
Prueba de normalidad

Grupo		Shapiro-Wilk		
		Esta	gl	Sig.
Manejo del estrés	Madurez emocional	.961	22	0.510
	Inmadurez emocional	.706	8	0.003*
Estado de ánimo	Madurez emocional	.957	22	0.428
	Inmadurez emocional	.643	8	0.001*
Comprensión auditiva	Madurez emocional	.806	22	0.001*
	Inmadurez emocional	.760	8	0.011*
Expresión oral	Madurez emocional	.882	22	0.013*
	Inmadurez emocional	.880	8	0.189
Comprensión de lectura	Madurez emocional	.851	22	0.004*
	Inmadurez emocional	.927	8	0.491
Expresión escrita	Madurez emocional	.914	22	0.056
	Inmadurez emocional	.900	8	0.291
Nota global	Madurez emocional	.907	22	0.041
	Inmadurez emocional	.917	8	0.409

Nota: * denota rechazo a la hipótesis de normalidad

De esta manera, la Tabla 4 demostró la comprobación de todas las hipótesis planteadas, en efecto, la nota global de la variable aprendizaje andragógico y de las dimensiones expresión oral, comprensión auditiva, comprensión de lectura y expresión escrita reportan una diferencia significativa unilateral según el grupo evaluado, reportando un mejor rendimiento en el grupo con madurez emocional ($p < 0.05$).

Tabla 4.

Prueba U de Mann-Whitney

Hipótesis		U de Mann-Whitney	Sig. asintót. (bilateral)	Sig. exacta [2*(Sig. unilateral)]
H ₆	Nota global	0.000	0.000*	0.000*
H ₁	Comprensión auditiva	0.000	0.000*	0.000*
H ₂	Expresión oral	0.000	0.000*	0.000*
H ₃	Comprensión de lectura	24.500	0.003*	0.002*
H ₄	Expresión escrita	10.500	0.000*	0.000*

Nota: * denota rechazo a la hipótesis de igualdad de medias entre grupos

Discusión

Los resultados de esta investigación demostraron que el aprendizaje andragógico de los estudiantes de inglés varía de forma significativa según el nivel de manejo de estrés y estado de ánimo del estudiante, este resultado no se aleja mucho de los reportado por Sánchez (2017) estudió las barreras en el aprendizaje del inglés como lengua extranjera en Bogotá, indicando que los estudiantes de inglés no poseen las herramientas para gestionar sus emociones negativas, dando lugar a experiencias insatisfactorias en el aprendizaje del inglés en adultos, conformando una barrera que se debe sortear mediante técnicas de inteligencia emocional.

En efecto, Flores y Delgado (2015) reportaron que un buen estado de ánimo puede mejorar el proceso de aprendizaje del inglés como lengua extranjera. En este sentido, los profesores que busquen mejorar la capacidad auditiva de sus estudiantes deben comprender esta realidad y crear condiciones de motivación permanente. Igualmente, Dewey et al (2018) reportaron que los adultos jóvenes que dominan la ansiedad y el estrés pueden mejorar el aprendizaje de una segunda lengua.

Asimismo, una revisión de la bibliografía relacionada con la ansiedad ante las lenguas extranjeras muestra que es un problema relevante en el aprendizaje de las mismas (Oteir & Al-Otaibi, 2019).

En otro ámbito, la evidencia muestral indicó que la comprensión auditiva es más elevada en aquellos estudiantes con capacidad para lidiar con el estrés y con mejor estado ánimo. Precisamente para Flores y delgado (2015) la comprensión auditiva del inglés debe fortalecerse mediante estrategias didácticas que generen menos condiciones estresantes como las prácticas libres y uso de herramientas audiovisuales.

En cuanto a la expresión oral, dimensión que siempre ha reportado menores niveles de logro, los resultados sugieren que los estudiantes con madurez emocional en relación al manejo del estrés y estado de ánimo, pueden expresarse de mejor forma. En dicha perspectiva, Gómez (2018) reveló la expresión oral del inglés como lengua extranjera mejora notablemente, cuando se fomentan emociones ligadas al estado de ánimo y en un ambiente menos estresante que propicie la empatía. Para Passiatore et al. (2017) escuchar canciones en adultos jóvenes puede derribar las barreras psicológicas de los estudiantes, como la ansiedad o la desconfianza que influyen en sus habilidades de expresión oral.

En relación con la comprensión de lectura, se obtuvo un mejor desempeño en los estudiantes con mayor madurez emocional en su manejo de estrés y estado de ánimo. Sin duda como refiere Zambrano et al. (2017) la comprensión de textos en inglés es un requisito vital para mejorar las competencias profesionales, cuando la mayor parte de la lite-

ratura e investigación emergente de múltiples disciplinas de las ciencias se realiza en dicho idioma.

Por último, la expresión escrita se notó muy favorecida en el grupo con mejor manejo de estrés y estado de ánimo. En efecto, López (2017) demostró que una gran mayoría de adultos de una universidad peruana, poseen un moderado nivel de comprensión de textos escritos, pero no así en otras competencias de dominio auditivo u oral.

Todos estos resultados abren la puerta a futuras investigaciones, pues apenas se está comprendiendo efecto de estas dimensiones de inteligencia emocional sobre el aprendizaje en adultos de lenguas extranjeras. De igual forma, ámbitos como el uso de estrategias de aprendizaje en línea, pueden constituir vehículos de aprendizaje que deben ser estudiados en esta nueva perspectiva que toma en cuenta el nivel de estrés y estado de ánimo de los estudiantes.

Ahora más que nunca el rol de motivador y guía del docente no parece perder vigencia. A la luz de los resultados, se sugiere llevar los cursos de inglés en adultos de forma holística integrando los aspectos académicos con herramientas propias de la inteligencia emocional.

Referencias

- Alonso, P. (2012). Andragogía como disciplina propulsora de conocimiento en la educación superior. *Educare*, 15-26.
- Bar-On, R. (2002). *Bar-On Emotional Quotient Short Form (EQ-I: Short): Technical manual*. Toronto: Multi-Health Systems.
- Castro, R. (2016). *Inteligencia emocional y habilidades metacognitivas en estudiantes universitarios de estudios generales*. Tesis de

- postgrado. Universidad de San Martín de Porres, Lima – Perú.
- D'Agostino, R. (2017). Tests for the normal distribution. *Goodness-of-fit techniques*, 367-420. Londres: Routledge.
- Dewey, D. P., Belnap, R. K., & Steffen, P. (2018). Anxiety: stress, foreign language classroom anxiety, and enjoyment during study abroad in Amman, Jordan. *Annual Review of Applied Linguistics*, 38, 140-161.
- Flores y Delgado (2015) *Estrategias pedagógicas andragógicas para motivar la adquisición del idioma inglés en estudiantes de 30 a 50 años de edad en el Centro Ecuatoriano Norteamericano*. Tesis de Postgrado. Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil. Guayaquil, Ecuador.
- Gómez, E. (2018). *Estrategias para fortalecer la inteligencia emocional y mejorar la habilidad oral en inglés como lengua extranjera*. Tesis de maestría. Universidad de La Sabana.
- González Alonso, J., & Pazmiño Santacruz, M. (2015). Cálculo e interpretación del Alfa de Cronbach para el caso de validación de la consistencia interna de un cuestionario, con dos posibles escalas tipo Likert. *Revista publicando*, 2(1), 62-67.
- González Argote, H. R., & Ticona Gonzáles, U. A. (2019). Clustering, mediterraneidad y comercio internacional: aplicación empírica de los algoritmos Partitioning Around Medoids y K-means. *Revista Latinoamericana de Desarrollo Económico*, (32), 95-129.
- Hernández et al. (2018). *Metodología de la investigación científica*. Ecuador, Ciencias y letras.
- Jiménez, R. (2009). *La educación de personas adultas en el marco del aprendizaje a lo largo de la vida*. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- Lavado y Martínez (2014). La transición de la escuela al trabajo: análisis de la oferta y demanda de empleo de jóvenes sin estudios superiores universitarios en zonas urbanas. *Economía* 37 (74) 41-94.
- López (2017). *Estilos de enseñanza en educación superior y la comprensión de textos escritos en los estudiantes del curso Inglés Básico II del tercer ciclo de la especialidad de Inglés de la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle*, 2017. Tesis de posgrado. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. Lima, Perú.
- Oteir, I. N., & Al-Otaibi, A. N. (2019). Foreign Language Anxiety: A Systematic Review. *Arab World English Journal*, 10(3), 309-317.
- Passiatore, Y., Pirchio, S., Oliva, C., Panno, A., & Carrus, G. (2019). Self-efficacy and anxiety in learning English as a Foreign language: Singing in class helps speaking performance. *Journal of Educational, Cultural and Psychological Studies (ECPS Journal)*, (20), 121-138.
- Perme, M. P., & Manevski, D. (2019). Confidence intervals for the Mann–Whitney test. *Statistical methods in medical research*, 28(12), 3755-3768.
- Sánchez (2017). *Obstáculos en el aprendizaje del inglés como lengua extranjera en dos grupos de población Bogotana*. Tesis de postgrado. Universidad Distrital Francisco José de Caldas. Bogotá, Colombia.
- Solana et al. (2006). *Educación visiones y revisiones*. México: Siglo XXI.
- Ugarriza, N. (2001). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una

muestra de Lima Metropolitana.
Persona, (4), 129-160.

Zambrano, Vivas, Dueña (2017). La importancia del aprendizaje y conocimiento del idioma inglés en la enseñanza superior. *Dominio de las Ciencias* 3 (1) 759-771.