



“CONGRESO INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN 2016”

Multidisciplinario

21 y 22 de abril de 2016, Cortazar, Guanajuato, México

ISBN: 978-607-95635

Vivencias, sentimientos y emociones de alumnos de Psicología de la Universidad de Celaya respecto a sus horarios de clase.

Patricia Alejandra García Valenzuela, Dra., en Salud Pública, patty@udec.edu.mx

Ana Cristina Ruiz Juarez, 12010833@udec.edu.mx

Sahory Yanet Soria Segura, 7811@udec.edu.mx

Michael Gatusch Martinez, 5018@udec.edu.mx

Universidad de Celaya

Vivencias, sentimientos y emociones de alumnos de Psicología de la Universidad de Celaya respecto a sus horarios de clase.

Resumen

Se realizó una investigación con enfoque cualitativo en donde la población fueron los estudiantes de la Licenciatura en Psicología de la Universidad de Celaya con el objetivo de conocer sus vivencias, sentimientos y emociones respecto a sus horarios de clase, la muestra fue no probabilística según Hernández, Fernández y Baptista (2010), se entrevistaron a 20 estudiantes. La investigación fue realizada con la intención de responder la pregunta: “¿Cómo se sienten los alumnos de la licenciatura de Psicología de la Universidad de Celaya, respecto a sus horarios de clase?”. El método utilizado para la recolección de información fue la entrevista cualitativa; y la categorización fue utilizada para el análisis de la información. Los principales resultados obtenidos fueron que 50% de los estudiantes se sentían tranquilos y relajados con su horario de clase, mientras que el 50% restante describió que experimentaban falta de tiempo y pérdida de oportunidades para trabajar y/o realizar sus prácticas profesionales. Podemos concluir que la mitad de



“CONGRESO INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN 2016”

Multidisciplinario

21 y 22 de abril de 2016, Cortazar, Guanajuato, México

ISBN: 978-607-95635

los universitarios de la carrera se encuentran conformes con su horario debido a que se sienten felices y organizados, mientras que la otra mitad se encuentra desconforme ya que se sienten cansados, decepcionados, frustrados, ansiosos, enojados y estresados.

Abstract

An investigation was developed with a qualitative approach about class schedules that the students from Psychology of the University of Celaya have, in order to know their experiences, feelings and emotions about that topic. The research was conducted with the intention of answering the question: "How do the students of the degree in Psychology at the University of Celaya feel about their class schedules?". The method used for data collection was the qualitative interview. The method of categorization was used for the data analysis. The main results were that 50% of students felt calm and relaxed with their class schedule, while the remaining 50% reported experiencing lack of time and missing opportunities for work and / or to perform their professional practices. We can conclude that half of the career students are satisfied with their schedule because they feel happy and organized, while the other half is unhappy because they feel tired, disappointed, frustrated, anxious, angry and stressed.

Palabras clave

Horarios de clase, estudiantes, trabajo.

I. Introducción

La investigación surgió como la necesidad de conocer cuáles son los sentimientos, vivencias y emociones de los alumnos de todos los semestres de la carrera, debido a que algunos horarios son matutinos, otros vespertinos y otros mixtos; lo cual repercute en la organización y bienestar de los universitarios. Además de que muchos de los estudiantes estudian y trabajan simultáneamente, lo cual según



“CONGRESO INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN 2016”

Multidisciplinario

21 y 22 de abril de 2016, Cortazar, Guanajuato, México

ISBN: 978-607-95635

Forbes (2015) puede hacer que los alumnos desarrollen ciertas competencias como responsabilidad, disciplina, madurez, organización, facilidad de relacionarse, productividad, esfuerzo, constancia y voluntad. Consideramos que la forma en la que se encuentre organizado el horario, es lo que determina la posibilidad de estudiar, trabajar y realizar actividades extraescolares al mismo tiempo.

Objetivo: Conocer las vivencias, emociones y sentimientos de los estudiantes de la Licenciatura en Psicología de la Universidad de Celaya respecto a sus horarios de clase.

Pregunta detonante: ¿Cómo se sienten los alumnos de la licenciatura de Psicología de la Universidad de Celaya, respecto a sus horarios de clase?

Justificación: Esta investigación buscaba beneficiar a los estudiantes de psicología, especialmente a los foráneos y a los que trabajan, además de que se pretende generar un impacto para la modificación de futuros horarios. Se eligió este tema debido a que nosotros hemos presenciado las dificultades que causa tener un horario saturado, ya que se perdieron distintas oportunidades de realizar prácticas en diversas instituciones.

II. Metodología

El enfoque de la investigación fue cualitativo. La unidad de análisis del estudio, son las vivencias, emociones y sentimientos que experimentan los alumnos de la licenciatura de psicología de la Universidad de Celaya. El muestreo es no probabilístico. Las características de los estudiantes son jóvenes entre 18 a 26 años de edad que actualmente cursan la carrera, los cuales cursan primer, tercer, quinto, séptimo y noveno semestre. Se seleccionó esta población debido a que



“CONGRESO INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN 2016”
Multidisciplinario

21 y 22 de abril de 2016, Cortazar, Guanajuato, México

ISBN: 978-607-95635

somos estudiantes de la licenciatura de psicología de la Universidad de Celaya y se desea conocer las vivencias, emociones y sentimientos.

III. Resultados

Tabla 1. Categorización de las entrevistas

Subjeto	Tranquilidad/Relajación	Frustración	Felicidad	Ansiedad	Cansancio	Falta de tiempo/oportunidades	Decepción	Enojo	Estrés	Organizado	Agrado	Desagrado
1	x											
2		x				x						
3	x		x									
4					x	x						
5				x		x	x					
6						x		x				
7						x			x			
8					x	x		x				
9					x							
10										x		
11					x	x						
12		x										x
13	x											
14											x	
15	x										x	
16				x	x			x				
17	x		x							x	x	
18	x		x							x		
19		x					x	x				x
20	x		x							x	x	
TOTAL	7	3	4	2	5	7	2	3	2	4	4	2

Fuente: Elaboración propia con datos obtenidos de la investigación

El 35% de los entrevistados expresó que se siente tranquilo y relajado respecto a sus horarios de clase ya que tienen tiempo para realizar sus tareas, “Salgo temprano y siento que tengo más tiempo, y eso me hace sentir tranquila

El 15% de los entrevistados mencionó que el horario de clase les genera frustración ya que no está bien organizado, “Tengo muchas horas libres en la mañana y la mayoría de las clases en la tarde, y eso me hace sentirme un poco frustrado

El 20% de los entrevistados señaló que sus horarios de clase les generan felicidad ya que tienen tiempo para realizar otro tipo de actividades, “Me hace sentirme feliz porque puedo darme mis tiempos para hacer lo que yo quiera en las tardes”. El



“CONGRESO INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN 2016”

Multidisciplinario

21 y 22 de abril de 2016, Cortazar, Guanajuato, México

ISBN: 978-607-95635

10% de los entrevistados indicó que el horario de clases les genera ansiedad ya que no tienen suficiente tiempo para la realización de sus tareas y actividades extra escolares, “No tengo tiempo para hacer mis tareas, ya que salimos muy tarde y me siento saturado, ansioso”. El 25% de los entrevistados, mencionó que el horario de clases les genera cansancio, “Me siento muy cansada, llego a veces durmiéndome a clase.

Se encontró que el 35% de los universitarios consideran que con los horarios que llevan actualmente, existe una falta de tiempo y de oportunidades para realizar actividades extra por las tardes, “Luego las empresas no te quieren por los horarios”.

El 10% de los estudiantes se sienten decepcionados ante su horario escolar, “En todas las materias nos dejan trabajos y me tengo que desvelar, estoy un poco decepcionado porque no han hecho un cambio.”

El 15% de los entrevistados mencionaron que se sienten enojados respecto a su horario, “Me siento muy molesta, porque a veces no tengo ni tiempo de comer y me duele mucho la cabeza”.

El 10% de los entrevistados sostuvo que los horarios de clase que actualmente llevan, les ha generado estrés. “Al principio del semestre el horario me estresó mucho.

El 20% de los entrevistados mencionó que los horarios de clase que llevan, han producido un sentido de organización en ellos, debido a que consideran que tienen un buen horario de clase. “Tengo tiempo para realizar todas mis actividades y me hace sentir organizada”. El 20% de los entrevistados señaló que les agrada su horario de clase. “Me agrada porque tengo la tarde libre y me siento súper bien”.

El 10% de los entrevistados describieron que sienten desagrado respecto a su horario de clase. “Me gustaría que cambien los horarios, y que no los hagan tan pesados.”



“CONGRESO INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN 2016”

Multidisciplinario

21 y 22 de abril de 2016, Cortazar, Guanajuato, México

ISBN: 978-607-95635

En la experiencia de los investigadores, opinamos que es básico el estar tranquilos y relajados para tener un mayor rendimiento escolar, además de que es necesario para estar en equilibrio biopsicosocial, el contar con este equilibrio nos permite poder tener un mejor desempeño en todas nuestras actividades, ya sean académica, familiares, sociales o de cualquier tipo, por lo tanto si se contará con un horario organizado, podríamos planificar mejor nuestras actividades, por ejemplo el asistir a una actividad deportiva ya que ésta nos ayuda a sentirnos relajados y tranquilos además de mantenernos saludables físicamente. Por lo cual se considera que si los directivos cumplen con las demandas y expectativas de los estudiantes, éstos tendrán un mejor rendimiento escolar y menos deserción.

IV. Conclusiones

Se puede concluir que un horario desorganizado afecta negativamente en los estudiantes ya que se demostró que aunque el 50% de los entrevistados se encuentran conformes con su horario de clase, el otro 50% de los entrevistados mencionaron sentirse inconforme lo cual les genera sentimientos de frustración, cansancio, decepción, enojo, falta de tiempo y oportunidades y desagrado hacia su horario.

Se cumplió la hipótesis que formulamos al inicio de la investigación, debido a que teníamos la idea de que los horarios de clase no estaban realizados equitativamente para todos los estudiantes, y que hace falta organización en estos.

V. Bibliografía

Buentello, C. (2013). “Deserción escolar, factores que determinan el abandono de la carrera profesional”. Recuperado de:

6 | “Congreso Internacional de Investigación e Innovación 2016” Multidisciplinario, 21 y 22 de abril de 2016. México



“CONGRESO INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN 2016”

Multidisciplinario

21 y 22 de abril de 2016, Cortazar, Guanajuato, México

ISBN: 978-607-95635

[http://www.fca.uach.mx/apcam/2014/04/04/Ponencia%2069-UACoah-](http://www.fca.uach.mx/apcam/2014/04/04/Ponencia%2069-UACoah-Piedras%20Negras.pdf)

[Piedras%20Negras.pdf](http://www.fca.uach.mx/apcam/2014/04/04/Ponencia%2069-UACoah-Piedras%20Negras.pdf) el día el 16 de noviembre del 2015.

Caballero, C., Abello, R. Y Palacio, J. (2007). “Relación del burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios”. Recuperado el 16 de noviembre del 2015 de: <http://www.scielo.org.co/pdf/apl/v25n2/v25n2a7.pdf>

Capetillo, R. (2012). “67% de los universitarios trabajan y estudian al mismo tiempo”. Recuperado de: <http://universitarios.cl/2012/08/31/67-de-los-universitarios-trabajan-y-estudian-al-mismo-tiempo/> el día 16/Noviembre/2015.

Carrillo, S., y Ríos J. (2013). “Trabajo y rendimiento escolar de los estudiantes universitarios, el caso de la Universidad de Guadalajara, México.” Recuperado de http://publicaciones.anuies.mx/pdfs/revista/Revista166_S1A1ES.pdf el 16 de noviembre de 2015.

Carrilo, P., Ramirez, J. Y Magaña, K. (2013). “Neurobiología del sueño y su importancia: antología para el estudiante universitario”. Recuperado el 14 de noviembre del 2015 de: <http://www.medigraphic.com/pdfs/facmed/un-2013/un134b.pdf>

Cevallos, M. (s.f.). Infantes. Recuperado de <http://www.bebescr.com/infantes/infa0029.shtml> el 24 de noviembre de 2015.

Cuevas, A., Méndez, S. y Hernández-Sampieri, R. (2013). Introducción al estilo APA para citas y referencias. Universidad de Celaya, México. Recuperado de: <http://www.udec.edu.mx/i2012/investigacion/investigacion.html>

“Definición de jornada laboral”. (s.f.). Recuperado de <http://inmaromero villanueva.blogspot.mx/2009/11/definicion-de-jornada-escolar.html> el 16 de noviembre de 2015.

“Deserción escolar en México provoca pérdidas de más de 34 millones de pesos”. (2014). Recuperado de:



“CONGRESO INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN 2016”

Multidisciplinario

21 y 22 de abril de 2016, Cortazar, Guanajuato, México

ISBN: 978-607-95635

<http://noticias.universia.net.mx/actualidad/noticia/2014/01/16/1075574/desercion-escolar-mexico-provoca-perdidas-mas-34-millones-pesos.html> el día 16/Noviembre/2015.

Donati, G., y Truco, M. (s.f.). “¿Qué significa ser estudiante universitario?”.

Recuperado de http://www.uca.edu.ar/uca/common/grupo73/files/Que_significa_ser_universitario.pdf el 16 de noviembre de 2015.

Fernández, P. Y Extremera, N. (2009). “La inteligencia emocional y el estudio de la felicidad”. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27419066006> el día el 24 de noviembre del 2015.

Forbes (2015). “¿Realmente conviene estudiar y trabajar al mismo tiempo?”. Recuperado de <http://www.forbes.com.mx/realmente-conviene-estudiar-y-trabajar-al-mismo-tiempo/> el 16 de noviembre de 2015.

García, J., Inglés, C. Y Martínez, M. (2013). “¿Cómo se relaciona la ansiedad escolar con el rendimiento académico?”. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=245126428003> el día 24 de noviembre del 2015

Gerry, L. (2013). “10 signs you’re burning out and what to do about it.” Recuperado de <http://www.forbes.com/sites/learnvest/2013/04/01/10-signs-youre-burning-out-and-what-to-do-about-it/> el 16 de noviembre de 2015.

Godoy, C. (2009). “Los problemas más comunes de todos los universitarios”. Recuperado de: <http://www.abc.com.py/articulos/los-problemas-mas-comunes-de-todos-los-universitarios-31312.html> el día 16/Noviembre/2015.

Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2010). Metodología de la investigación (5ª ed.). México, DF, México: Mc Graw Hill.

Kamenetzky, G., Elgier, A., López, F., Fosachea, S., Martin, L. y Mustaca, A. (2009). “Respuestas de frustración en humanos”. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=78511847005> el día el 24 de noviembre del 2015.



“CONGRESO INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN 2016”

Multidisciplinario

21 y 22 de abril de 2016, Cortazar, Guanajuato, México

ISBN: 978-607-95635

Luján, S., Montenegro, A., Ponti, L., Sánchez, A., Savino, C., Vasqueto, R., y Vélez G. (s.f.). “Aprendiendo a ser estudiante universitario”. Recuperado de <https://www.unrc.edu.ar/unrc/academica/pdf/folleto-aprendiendo-ser-est.pdf> el 16 de noviembre de 2015.

Mansilla, F. (s.f.). “Manual de Riesgos Psicosociales en el trabajo: Teoría y Practica”. Recuperado de: http://www.psicologia-online.com/ebooks/riesgos/capitulo1_3.shtml el día 16/Noviembre/2015.

Maturana, A. Y Vargas, A. (2015). “El estrés escolar”. Recuperado el 16 de noviembre del 2015 de: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864015000073>

Moriana, J., Alós F., Alcalá, R., Pino, M., Herruzo, J. y Ruíz, R. (s.f.). Actividades extraescolares y rendimiento académico en alumnos de educación secundaria. Recuperado de <http://www.investigacion-psicopedagogica.org/revista/new/ContadorArticulo.php?82> el 24 de noviembre de 2015.

Padilla, M., Chávez, A., Cerón, T., Rico, A., García, M. (s.f.). “El reto del estudiante universitario ante su adaptación y autocuidado como estrategia para disminuir problemas crónico degenerativos”. Recuperado de: <http://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/icsa/n4/e7.html> el día 16/Noviembre/2015.

Pulido, M., Serrano, M., Valdés, E., Chávez, M., Hidalgo, P. Y Vera, F. (2010). “Estrés académico en estudiantes universitarios”. Recuerado de: <http://www.uv.mx/psicysalud/psicysalud-21-1/21-1/Marco-Antonio-Pulido-Rull.pdf> el día 14 de noviembre del 2015.

Ridao, I., y Gil, J. (2002). “La jornada escolar y el rendimiento de los alumnos”. Recuperado de <http://redined.mecd.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/66892/008200330019.pdf?sequence=1> el 14 de noviembre de 2015.



“CONGRESO INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN 2016”
Multidisciplinario

21 y 22 de abril de 2016, Cortazar, Guanajuato, México

ISBN: 978-607-95635

"Stress management". (s.f.). Recuperado de:
<https://www.brookes.ac.uk/student/services/health/stress.html> el día:
16/Noviembre/2015

Tuirán, R. (2010). “Los jóvenes y la educación”. Recuperado de
<http://www.sep.gob.mx/work/models/sep1/Resource/2249/1/images/vf-jovenes-educacion-ninis.pdf> el 16 de noviembre de 2015.