



UNIVERSIDAD TÉCNICA ESTATAL DE QUEVEDO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA

Trabajo de Integración Curricular previo a
la obtención del Grado Académico de
Licenciada en Psicopedagogía.

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

**“COACHING PSICOPEDAGOGICO PARA EL MANEJO DE LA ANSIEDAD EN
ESTUDIANTE DE BACHILLERATO EN LA UNIDAD EDUCATIVA SANTA LUCIA”**

AUTORA

JOSELINE YAJAIRA BAJAÑA AGUIRRE

DIRECTORA DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Dra. REGINA VENET MUÑOZ, PhD.

QUEVEDO – LOS RÍOS – ECUADOR

2025



DECLARACIÓN DE AUTORÍA Y CESIÓN DE DERECHOS

Yo, **JOSELINE YAJAIRA BAJAÑA AGUIRRE**, declaro que la investigación aquí descrita es de mi autoría; que no ha sido previamente presentado para ningún grado o calificación profesional; y, que he consultado las referencias bibliográficas que se incluyen en este documento.

La Universidad Técnica Estatal de Quevedo, puede hacer uso de los derechos correspondientes a este documento, según lo establecido por la Ley de Propiedad Intelectual, por su Reglamento y por la normatividad institucional vigente.

Josefine Bajaña

JOSELINE YAJAIRA BAJAÑA AGUIRRE

C.I: 0929938314



CERTIFICACIÓN DE CULMINACIÓN DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

La suscrita, Regina Venet Muñoz, docente de la Universidad Técnica Estatal de Quevedo, certifica que la estudiante **Joseline Yajaira Bajaña Aguirre** realizó el Proyecto de Investigación de grado titulado “**Coaching psicopedagógico para el manejo de la ansiedad en estudiante de Bachillerato en la unidad educativa Santa Lucia**”, previo a la obtención, del título de **Licenciada en Psicopedagogía**, bajo mi dirección, habiendo cumplido con las disposiciones reglamentarias establecidas para el efecto.



Dra. REGINA VENET MUÑOZ, PhD.
DIRECTORA DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN



CERTIFICADO DEL REPORTE DE LA HERRAMIENTA DE PREVENCIÓN DE COINCIDENCIA Y/O PLAGIO ACADÉMICO

La suscrita, **Regina Venet Muñoz**, mediante el presente cumpla en presentar a usted, el informe de proyecto de Investigación titulado “**Coaching psicopedagógico para el manejo de la ansiedad en estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Santa Lucia.**”, Presentado por la estudiante **Joseline Yajaira Bajaña Aguirre**, egresada de la Carrera de, **Psicopedagogía** que fue revisado bajo mi dirección según resolución del Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias de la Educación, que se ha desarrollado de acuerdo al Reglamento de la Unidad de Integración Curricular de la Universidad Técnica Estatal de Quevedo y cumple con el requerimiento de análisis del sistema COMPILATIO el cual avala los niveles de originalidad en un 98% de originalidad y un 2% de similitud, del trabajo investigativo. Valido este documento para que el estudiante siga con los trámites pertinentes, de acuerdo como lo establece el Reglamento.

CERTIFICADO DE ANÁLISIS
magister

**PROYECTO DE INVESTIGACIÓN JOSELINE
YAJAIRA BAJAÑA AGUIRRE**

< 1% Similitudes
0% similitudes entre comillas
0% entre las fuentes mencionadas
1% Idiomas no reconocidos

2% Textos sospechosos

Número de palabras: 13.997
Número de caracteres: 98.049

Nombre del documento: PROYECTO DE INVESTIGACIÓN JOSELINE YAJAIRA BAJAÑA AGUIRRE.docx
ID del documento: e17a4ee5aa229ea8780400af363f1f65bac98a6c
Tamaño del documento original: 1,05 MB

Depositante: REGINA VENET MUÑOZ
Fecha de depósito: 13/5/2025
Tipo de carga: interface
fecha de fin de análisis: 13/5/2025



Firmado electrónicamente por:
REGINA VENET MUÑOZ
Validar únicamente con FirmAC

Dra. REGINA VENET MUÑOZ, PhD.

DIRECTORA DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN



UNIVERSIDAD TÉCNICA ESTATAL DE QUEVEDO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Título:

“Coaching psicopedagógico para el manejo de la ansiedad en estudiante de Bachillerato en la Unidad Educativa Santa Lucia.”

Presentado al Consejo Directivo de Facultad de Ciencias de la Educación como requisito previo a la obtención del título de Licenciada en Psicopedagogía

Aprobado por



Firmado electrónicamente por:
**MANUEL LIBORIO
 CHONG CRUZ**
 Validar únicamente con P12maEC

PRESIDENTE DEL TRIBUNAL

Psic. Manuel Liborio Chong cruz, MSc



Firmado electrónicamente por:
**PAOLA ROBERTINA
 MALDONADO CAÑIZARES**

MIEMBRO DEL TRIBUNAL

Psic. Paola Robertina Maldonado Cañizares, MSc

MIEMBRO DEL TRIBUNAL

Psic. Mariana Estelita Solís García, MSc

QUEVEDO – LOS RIOS – ECUADOR

2025

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a DIOS por ser mi fortaleza y con todo mi amor a mis padres, Eleuterio Lorenzo Bajaña Canto y Fátima Cecilia Aguirre Veliz por ser mi mayor inspiración y apoyo incondicional. Gracias por su esfuerzo, sacrificio y enseñanzas, que me han guiado en cada paso de mi vida.

Su amor y confianza me han dado fuerza para alcanzar mis metas este logro también es suyo.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios, por ser mi guía y fortaleza en todo momento. Le entrego mis estudios y mi profesión, con el deseo de servir a los demás.

A mis padres, por su amor, apoyo y enseñanzas gracias por motivarme a luchar por mis sueños.

A mis hermanas por su compañía y aliento en este camino.

A compasión internacional, por ser un pilar en mi vida y acercarme más a Dios su apoyo y oportunidades fueron de bendición, hoy, con gratitud, soy parte de su misión.

A mis docentes por sus valiosas enseñanzas y guía durante mi formación académica; a mis amigos y compañeros por su apoyo y amistad a lo largo de este camino académico.

RESUMEN

La presente investigación planteó como objetivo diseñar, aplicar y evaluar un programa de coaching psicopedagógico orientado al manejo de la ansiedad en estudiantes de primero de bachillerato de la Unidad Educativa Santa Lucía, considerando el incremento progresivo de trastornos emocionales observados en esta población, especialmente vinculados al estrés académico, la presión social y la falta de estrategias de afrontamiento. A través de un enfoque mixto, con diseño cuasi-experimental de pretest y posttest sin grupo control, se recolectó información mediante la aplicación del test DASS-21, fichas de observación estructurada y bitácoras de seguimiento del proceso de intervención. El programa se estructuró en seis sesiones con metodologías activas, centradas en el desarrollo de habilidades de autorregulación emocional, fortalecimiento del autoconcepto, técnicas de relajación, identificación de emociones y establecimiento de metas personales. Los resultados evidenciaron una disminución estadísticamente significativa en los niveles de ansiedad de los estudiantes, así como mejoras cualitativas en su participación, interacción social, desempeño académico y percepción del entorno escolar. La implementación del programa demostró que el coaching psicopedagógico no solo es efectivo como intervención emocional, sino que también representa una propuesta formativa e inclusiva, alineada con los principios de la educación integral y con el marco legal ecuatoriano que reconoce el derecho de los adolescentes a una educación emocionalmente segura y promotora del bienestar. Esta experiencia evidencia que el acompañamiento desde una perspectiva reflexiva, empática y personalizada puede convertirse en una herramienta clave para transformar la vida académica y emocional de los estudiantes, y que su inclusión en los entornos escolares constituye una respuesta pertinente, viable y replicable ante los desafíos emocionales que enfrenta la adolescencia en el sistema educativo actual.

Palabras clave: coaching psicopedagógico, ansiedad escolar, autorregulación emocional, bachillerato, intervención educativa.

ABSTRACT

This study aimed to design, implement, and evaluate a psychopedagogical coaching program focused on anxiety management in first-year high school students at Unidad Educativa Santa Lucía, in response to the growing incidence of emotional distress in adolescents caused by academic pressure, social expectations, and a lack of coping strategies. Adopting a mixed-method approach and a quasi-experimental pretest–posttest design without a control group, data were collected using the DASS-21 scale, structured observation forms, and session logs from the coaching process. The intervention consisted of six structured sessions based on active methodologies that promoted emotional self-regulation, self-awareness, relaxation techniques, emotional identification, and the development of personal goals. Results revealed a statistically significant decrease in students' anxiety levels and qualitative improvements in participation, classroom engagement, academic performance, and emotional perception of their school environment. The findings suggest that psychopedagogical coaching is not only effective in reducing anxiety but also serves as a formative and inclusive strategy aligned with holistic education principles and Ecuadorian legal frameworks that support mental health and emotional safety in educational settings. This experience highlights the potential of reflective, empathetic, and student-centered coaching to foster emotional resilience in adolescents and position it as a viable and replicable alternative for addressing emotional challenges in contemporary school systems.

Keywords: psychopedagogical coaching, school anxiety, emotional self-regulation, high school, educational intervention.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

| | |
|--|------|
| RESUMEN..... | viii |
| ABSTRACT | ix |
| INTRODUCCIÓN | 1 |
| CAPÍTULO I: MARCO CONTEXTUAL DE LA INVESTIGACIÓN..... | 2 |
| 1. Ubicación y contextualización de la problemática | 2 |
| 1.1. Situación actual de la problemática | 3 |
| 2. Problema de investigación..... | 5 |
| 2.1. Problema general | 6 |
| 2.2 Problemas derivados..... | 6 |
| 3. Delimitación del problema | 6 |
| 4. Objetivos..... | 7 |
| 4.1 Objetivo general | 7 |
| 4.2 Objetivos específicos | 7 |
| 5. Justificación | 8 |
| CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN..... | 9 |
| 5.1. Fundamentación conceptual | 9 |
| 1.1. Coaching | 9 |
| 1.2. Psicopedagogía..... | 10 |
| 1.3. Coaching psicopedagógico..... | 10 |
| 1.4. Ansiedad en el contexto escolar | 11 |
| 5.2. Fundamentación teórica..... | 12 |
| 1.1. Fundamentos del coaching | 13 |
| 1.2. Principales objetivos del coaching educativo..... | 13 |
| 1.3. El rol del psicopedagogo en el proceso de coaching..... | 14 |

| | |
|--|----|
| 5.3. Fundamentación legal..... | 14 |
| 1.4. Constitución de la República del Ecuador | 15 |
| 1.5. Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI)..... | 15 |
| 1.6. Código de la Niñez y Adolescencia | 15 |
| 1.7. Políticas públicas en salud mental y educación..... | 16 |
| CAPITULO III: PROPUESTA DE LA ANSIEDAD EN ESTUDIANTES | 16 |
| 1.1. Título de la propuesta..... | 16 |
| 1.2. Justificación..... | 17 |
| 1.3. Fundamentación legal | 17 |
| 1.4. Objetivo del programa..... | 17 |
| 1.5. Objetivos generales | 17 |
| 1.6. Objetivos específicos..... | 18 |
| CAPÍTULO IV: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN..... | 28 |
| 5.4. Métodos utilizados en la investigación..... | 28 |
| 1.8. Método inductivo | 28 |
| 1.9. Método deductivo..... | 28 |
| 1.10. Método histórico-lógico | 28 |
| 5.5. Construcción metodológica del objeto de investigación | 29 |
| 1.11. Diseño de investigación..... | 29 |
| 5.6. Población y muestra | 29 |
| 5.7. Técnicas de investigación..... | 30 |
| 5.8. Instrumentos de la investigación | 30 |
| 1.12. Escala DASS-21 (Depression Anxiety Stress Scales):..... | 30 |
| 1.13. Ficha de observación psicopedagógica | 30 |
| 1.14. Bitácora del proceso de coaching:..... | 30 |

| | |
|---|----|
| 5.9. Recolección de la información | 31 |
| 1.15. Fase diagnóstica (pretest):..... | 31 |
| 1.16. Fase de intervención:..... | 31 |
| 1.17. Fase de evaluación (postest):..... | 31 |
| 5.10. Procesamiento y análisis de la información | 31 |
| 1.18. Análisis cuantitativo:..... | 31 |
| 1.19. Análisis cualitativo:..... | 32 |
| 5.11. Consideraciones éticas | 32 |
| 1.20. Consentimiento informado:..... | 32 |
| 1.21. Confidencialidad: | 32 |
| 1.22. No maleficencia..... | 33 |
| 1.23. Respeto a la dignidad humana..... | 33 |
| 5.12. Análisis de datos | 33 |
| 1.24. Descripción de variables | 35 |
| 1.25. Comparación de los niveles de ansiedad – antes y después de la aplicación del coaching | 36 |
| 1.26. Análisis del impacto del coaching sobre la ansiedad | 38 |
| 1.27. Relación entre promedio académico y niveles de ansiedad – Pretest | 39 |
| 1.28. Distribución de estudiantes por especialidad | 40 |
| 1.29. Relación entre asistencia y promedio académico..... | 41 |
| 1.30. Proporción de cambio en la ansiedad según el sexo | 42 |
| 1.31. Comparación de niveles de ansiedad - Pretest por especialidad | 43 |
| 1.32. Análisis del mapa de calor: Correlaciones de Pearson..... | 44 |
| 1.33. Conclusión:..... | 46 |
| 5.13. Ejecución del segundo análisis de aplicación de coaching en la unidad educativa Santa | |

Lucia: 47

| | |
|--|-----------|
| Preliminar | 48 |
| 1.34. Análisis gráfico de los niveles de ansiedad antes y después del coaching | 49 |
| 1.35. Análisis del efecto del programa sobre los niveles de ansiedad..... | 50 |
| 1.36. Análisis de la evolución del nivel promedio de ansiedad..... | 51 |
| 1.37. Análisis de la distribución del cambio en ansiedad..... | 52 |
| 1.38. Análisis de la distribución de niveles de ansiedad antes del coaching | 53 |
| 1.39. Análisis de la matriz de correlación Pearson entre ansiedad pretest y postest | 54 |
| 1.40. Conclusión:..... | 55 |
| 5.14. Resultados | 56 |
| CAPÍTULO V: RESULTADOS Y DISCUSIÓN | 65 |
| 5.15. Niveles de ansiedad antes de la intervención | 65 |
| 5.16. Cambios en los niveles de ansiedad tras la intervención..... | 66 |
| 5.17. Análisis cualitativo de la experiencia psicopedagógica..... | 67 |
| 5.18. Discusión de resultados | 68 |
| CAPÍTULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES | 68 |
| Conclusiones | 68 |
| 5.19. Recomendaciones | 69 |
| 5.20. RECOMENDACIONES | 70 |
| 5.21. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS | 72 |
| 5.22. ANEXOS | 79 |

INDICE DE ANEXO

Figura 1 Implementación del DASS-21 en curso de informática

Figura 2 Implementación del DASS-21 en curso contabilidad

Figura 3 Reconocimiento de las emociones

Figura 4 Socialización del programa coaching psicopedagógico

Figura 5 Aplicación de técnicas para el manejo de la ansiedad

CÓDIGO DUBLIN

| | | | |
|---|---|------------------|--------------------------|
| Título: | “COACHING PSICOPEDAGÓGICO PARA EL MANEJO DE LA ANSIEDAD EN ESTUDIANTE DE BACHILLERATO EN LA UNIDAD EDUCATIVA SANTA LUCIA” | | |
| Autor: | Joseline Yajaira Bajaan Aguirre | | |
| Palabras claves: | Coaching psicopedagógico | Ansiedad escolar | Estudiantes bachillerato |
| Fecha de publication: | MAYO,2025 | | |
| Editorial: | Quevedo- UTEQ – 2025 | | |
| Resumen: (hasta palabras) 300 | <p>Esta investigación mira el efecto del entrenamiento psicológico en la baja de la angustia en alumnos de secundaria se hizo estudio en la unidad educativa santa lucia con jóvenes de primer año de secundaria, usando un plan para manejar la ansiedad para testear su eficacia, se trabajaron pruebas que comprueban los niveles de angustia antes y después del cambio, junto con papeles que anotan cambios en el comportamiento y emoción. Investigación después del cambio.</p> <p>La investigación se enfoca en el efecto que tiene el coaching psicológico en la baja de angustia en alumnos de secundaria, estudiantes a jóvenes del primer de la unidad educativa santa lucia. Los resultados evidenciaron que el coaching psicopedagógico contribuyo significativamente a la disminución de ansiedad, proporcionando a los estudiantes herramientas para afrontar situaciones estresantes y mejorar su bienestar emocional estos hallazgos respaldan la inclusión de programa coaching psicopedagógico como estrategia complementaria para fortalecer la salud mental de los estudiantes y optimizar su desempeño académico.</p> | | |
| Abstract: (hasta palabras) 300 | <p>This research looks at the effect of psychological training on the reduction of anxiety in high school students. A study was conducted in the Santa Lucia educational unit with first year high school students, using a plan to manage anxiety to test its effectiveness, tests that check the levels of anxiety before and after the change, along with papers that note changes in behavior and emotion. Researchers and after the change. The research focuses on the effect that psychological coaching has on the reduction of distress in high school students, students to young people of the first year of the Santa Lucia educational unit. The results showed that the psycho-educational coaching contributed significantly to the reduction of anxiety, providing students with tools to cope with stressful situations and improve their emotional well-being. These findings support the inclusion of the psycho-educational coaching program as a complementary strategy to strengthen the mental health of students and optimize their academic performance.</p> <p>Translated with DeepL.com (free version)</p> | | |
| Descripción: | 98 Hojas | | |
| URI: | | | |

INTRODUCCIÓN

En los últimos años, los sistemas educativos han experimentado transformaciones significativas que han modificado no solo las metodologías de enseñanza, sino también las exigencias académicas y sociales a las que se enfrentan los estudiantes. Estas exigencias se intensifican en el nivel de bachillerato, donde los adolescentes transitan por una etapa de desarrollo caracterizada por profundos cambios biológicos, cognitivos y emocionales. Esta combinación de factores ha propiciado un incremento en los trastornos vinculados a la salud mental, destacando entre ellos la ansiedad como una de las manifestaciones más frecuentes en el ámbito escolar (Rondón Carrasco Hogar Materno Luz Vázquez Moreno et al., 2023).

La ansiedad académica, específicamente, se manifiesta a través de respuestas fisiológicas, conductuales y cognitivas que afectan de forma directa el desempeño de los estudiantes. Esta puede desencadenarse ante situaciones evaluativas, presión por lograr resultados sobresalientes, expectativas familiares elevadas o dificultades en el manejo del tiempo, derivando en síntomas como tensión muscular, taquicardia, irritabilidad, cansancio, trastornos del sueño e incluso deterioro del rendimiento escolar (Otondo, 2021). En este contexto, el entorno educativo, lejos de ser un espacio estimulante para el aprendizaje, puede convertirse en un escenario generador de malestar emocional si no se gestionan adecuadamente estos factores.

Dada la necesidad de intervenir de forma integral y preventiva frente a esta problemática, emerge el coaching psicopedagógico como una alternativa innovadora que combina elementos de la psicología educativa y técnicas propias del coaching. Esta fusión busca fortalecer las competencias socioemocionales del estudiante, brindándole herramientas para la autorregulación emocional, el afrontamiento de situaciones estresantes y la mejora del autoconcepto, favoreciendo así su desarrollo personal y académico (Señan et al., 2019).

El coaching psicopedagógico no se limita únicamente a acompañar al estudiante en su proceso de aprendizaje, sino que promueve un enfoque transformador centrado en el ser humano, sus potencialidades y sus capacidades para afrontar los retos escolares desde una mirada reflexiva, resiliente y empática. Al propiciar espacios de escucha activa, diálogo y establecimiento de metas, esta estrategia se alinea con los principios de una educación inclusiva y humanista, aportando significativamente a la formación integral del estudiantado (Thovar Melián et al., 2015).

Este trabajo se enfoca en la aplicación del coaching psicopedagógico como estrategia para el manejo de la ansiedad en estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Santa Lucía. La elección de este enfoque responde tanto a las necesidades observadas en el contexto institucional como a la evidencia empírica que respalda la efectividad de estas intervenciones en el ámbito escolar. A través de la identificación de los niveles de ansiedad presentes, la implementación de sesiones estructuradas y el análisis de los efectos obtenidos, se busca aportar un modelo de intervención viable y adaptado a las realidades psicoeducativas de los adolescentes, que favorezca su bienestar emocional y el fortalecimiento de sus trayectorias educativas.

CAPÍTULO I: MARCO CONTEXTUAL DE LA INVESTIGACIÓN

1. Ubicación y contextualización de la problemática

La Unidad Educativa Santa Lucía, situada en la provincia del Guayas, Ecuador, constituye un espacio académico en el que convergen estudiantes de distintos contextos socioculturales, particularmente adolescentes en formación dentro del nivel de bachillerato. Según (Salas et al., 2021) este nivel educativo representa una de las etapas más complejas en el desarrollo humano, ya que implica una transición entre la adolescencia media y tardía, caracterizada por transformaciones emocionales, cognitivas y sociales profundas. En este contexto, los estudiantes enfrentan múltiples desafíos: exigencias académicas elevadas, presiones familiares, expectativas sociales y, en muchos casos, una insuficiente preparación para gestionar adecuadamente sus emociones de acuerdo a (Sanromà-Giménez et al., 2018).

Durante los últimos años, el equipo docente y el Departamento de Consejería Estudiantil (DECE) de esta institución han reportado un incremento preocupante de manifestaciones asociadas a la ansiedad, tales como la evitación de situaciones evaluativas, alteraciones del sueño, cambios abruptos en el comportamiento, conductas de aislamiento y dificultades para mantener el rendimiento académico. Estos signos han motivado la necesidad de realizar una intervención que permita comprender con mayor profundidad los factores psicosociales que inciden en este fenómeno y ofrecer alternativas que fortalezcan el bienestar emocional del estudiantado.

Según (Salas et al., 2021) la ansiedad, en su expresión escolar, no es una condición trivial. Diversos estudios coinciden en señalar que los adolescentes se encuentran especialmente vulnerables a desarrollar este tipo de trastornos debido a su limitada capacidad de regulación emocional, la construcción aún incipiente de su identidad y las elevadas demandas que el sistema

educativo les impone (Ospina et al., 2009). Esta problemática se agrava cuando no se identifican mecanismos adecuados de intervención o cuando las instituciones carecen de estrategias efectivas que acompañen al estudiante desde una perspectiva formativa e integral.

En este sentido, el coaching psicopedagógico se presenta como una alternativa innovadora para abordar esta problemática desde un enfoque humanista, centrado en el desarrollo de habilidades personales y emocionales de acuerdo a lo expuesto por (Sánchez et al., 2020). A diferencia de las intervenciones clínicas tradicionales, esta metodología actúa como una herramienta de acompañamiento que potencia el autoconocimiento, la reflexión y la toma de decisiones conscientes, favoreciendo así la autorregulación emocional y la resiliencia (Llanes Rodríguez et al., 2009). Además, al integrarse al contexto educativo de forma estructurada, promueve un aprendizaje emocional que impacta directamente en la calidad de vida y en el desempeño escolar del estudiante según (Karaben et al., 2020).

La implementación de un programa de coaching psicopedagógico en la Unidad Educativa Santa Lucía no solo responde a una necesidad emergente evidenciada por los registros institucionales y observaciones pedagógicas, sino que también se enmarca en las políticas educativas nacionales que promueven la salud mental, la inclusión y la equidad. Este enfoque se alinea con la necesidad de ofrecer a los adolescentes herramientas funcionales para enfrentar los desafíos escolares y personales, reconociendo que el éxito académico está íntimamente vinculado al equilibrio emocional.

1.1. Situación actual de la problemática

La ansiedad escolar se ha consolidado como uno de los principales desafíos dentro del entorno educativo contemporáneo según (Bravo-Corral & Nava-Nava, 2023), afectando de manera significativa el rendimiento académico, la participación en clase y el bienestar emocional de los estudiantes. En la actualidad, se ha identificado un incremento sostenido de casos de ansiedad en adolescentes, particularmente en aquellos que cursan el nivel de bachillerato de acuerdo a (Nunes de Almeida et al., 2022). Esta tendencia, observada tanto en contextos urbanos como rurales, ha generado una creciente preocupación en las comunidades educativas, debido a los efectos adversos que la ansiedad puede tener sobre el desarrollo integral del estudiantado.

En la Unidad Educativa Santa Lucía, esta problemática se ha vuelto cada vez más evidente. Docentes, orientadores y autoridades han reportado cambios en el comportamiento de los

estudiantes, especialmente en los cursos de primero de bachillerato. Entre las manifestaciones más frecuentes destacan la irritabilidad constante, el bajo nivel de tolerancia a la frustración, la disminución del rendimiento académico, el ausentismo injustificado y la evasión de actividades que impliquen exposición social, como exposiciones orales, trabajos grupales o participaciones en clase.

Los resultados de la aplicación del test **DASS-21** en esta población evidencian niveles preocupantes de ansiedad: un número considerable de estudiantes presenta síntomas clasificados como ansiedad moderada, severa o extremadamente severa. Este instrumento, validado internacionalmente y ampliamente utilizado en contextos educativos, ha permitido identificar que los niveles más altos de ansiedad se concentran en los cursos de contabilidad e informática, áreas que presentan cargas académicas elevadas y exigencias constantes de evaluación. Este diagnóstico se complementa con las observaciones sistemáticas realizadas por el equipo psicopedagógico, quienes han identificado patrones de conducta relacionados con el miedo al fracaso, la inseguridad personal y la falta de estrategias efectivas de afrontamiento.

Esta situación se enmarca, además, en un escenario postpandemia, en el que los efectos psicosociales del confinamiento, el retorno a la presencialidad y las dificultades de adaptación han exacerbado los trastornos emocionales preexistentes.

Estudios recientes indican que el impacto del aislamiento prolongado y la incertidumbre vivida durante la crisis sanitaria ha dejado huellas profundas en la salud mental de los adolescentes, especialmente en términos de ansiedad y depresión (Muñoz Domínguez et al., 2022; Ticona Cazorla et al., 2022).

Ante este panorama, la unidad educativa se convierte en un espacio clave para implementar intervenciones oportunas que promuevan la contención emocional, el desarrollo de habilidades socioemocionales y la prevención de problemas de salud mental a largo plazo. Sin embargo, muchos centros educativos carecen de programas sistemáticos que aborden esta necesidad de forma estructurada de acuerdo a (Hernández-Pérez et al., 2021), quedando la gestión emocional de los estudiantes relegada a acciones aisladas o reactivas.

En base a esto podemos argumentar que el coaching psicopedagógico emerge como una estrategia de acompañamiento que permite generar cambios significativos en la forma en que los adolescentes enfrentan la ansiedad escolar según (Fuentes Leiva, 2019).

A través de sesiones diseñadas bajo un enfoque reflexivo y personalizado, los estudiantes pueden adquirir herramientas prácticas para reconocer sus emociones, regular su conducta, mejorar su autoestima y fortalecer su capacidad de adaptación ante los retos académicos de acuerdo con lo expuesto por (Parra-Tapia et al., 2019). La necesidad de este tipo de intervención es urgente y pertinente, y debe entenderse como un componente esencial de la formación integral del estudiantado.

2. Problema de investigación

El incremento de los niveles de ansiedad en adolescentes que cursan el bachillerato representa una problemática relevante y urgente en los sistemas educativos actuales. Según lo expuesto por (Meneses, 2018) esta condición afecta no solo el estado emocional de los estudiantes, sino también su rendimiento académico, sus relaciones interpersonales y su proyección futura como ciudadanos funcionales y emocionalmente estables. A pesar de que las instituciones educativas reconocen esta realidad, muchas veces carecen de herramientas efectivas para intervenir de manera preventiva y personalizada según nos comenta (Idelfonso-Soto, 2019).

La Unidad Educativa Santa Lucía no es ajena a esta realidad. En los últimos ciclos escolares se ha detectado un aumento considerable en las manifestaciones de ansiedad entre los estudiantes de primero de bachillerato, especialmente en aquellos pertenecientes a las especializaciones de informática y contabilidad.

Esta ansiedad se manifiesta a través de síntomas físicos, cognitivos y conductuales que interfieren significativamente en la experiencia escolar. A pesar de la existencia de un Departamento de Consejería Estudiantil (DECE), las acciones que se ejecutan suelen ser generales y reactivas, por lo que no logran atender de forma integral las necesidades individuales de los estudiantes.

Frente a esta problemática, surge la necesidad de implementar estrategias innovadoras que integren los componentes pedagógicos, psicológicos y emocionales del proceso educativo. En este sentido, el coaching psicopedagógico se propone como una alternativa viable, orientada a dotar al

estudiante de herramientas para el autoconocimiento, la autorregulación emocional y la toma de decisiones conscientes.

2.1. Problema general

¿De qué manera el coaching psicopedagógico contribuye al manejo de la ansiedad en estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Santa Lucía?

2.2 Problemas derivados

- ¿Cuáles son los niveles de ansiedad presentes en los estudiantes de primero de bachillerato?
- ¿Qué factores personales, académicos y sociales inciden en el desarrollo de la ansiedad en estos estudiantes?
- ¿Qué técnicas de coaching psicopedagógico son más efectivas para promover la autorregulación emocional en adolescentes?
- ¿Cómo influye la aplicación de un programa de coaching psicopedagógico en el bienestar emocional y rendimiento académico de los estudiantes?
- ¿Qué evidencias permiten evaluar la efectividad del coaching psicopedagógico como intervención en el contexto escolar?

3. Delimitación del problema

En esta investigación, el fenómeno a estudiar —la ansiedad en estudiantes de bachillerato— será abordado desde una perspectiva psicopedagógica a través de la implementación de un programa de coaching, con el propósito de contribuir a su manejo efectivo dentro del ámbito escolar.

Desde el punto de vista temporal, esta investigación se desarrollará durante el año lectivo 2024–2025, período en el cual se llevará a cabo la recolección de datos, la aplicación del programa de intervención y la evaluación de los resultados obtenidos. Esta delimitación temporal permitirá observar de forma comparativa los niveles de ansiedad antes y después de la intervención.

En cuanto a la delimitación espacial, el estudio se centrará exclusivamente en la Unidad Educativa Santa Lucía, ubicada en la provincia del Guayas, Ecuador. Esta institución fue seleccionada debido a la identificación previa de manifestaciones significativas de ansiedad en su

población estudiantil, así como por la disponibilidad y apertura de su equipo directivo y docente para colaborar con el desarrollo del proyecto.

Respecto a la delimitación poblacional, la investigación estará dirigida a estudiantes de primero de bachillerato, pertenecientes a las especialidades de informática y contabilidad. La muestra será seleccionada de forma intencionada, integrando a aquellos estudiantes que, según los resultados obtenidos en el test DASS-21, presenten niveles moderados a severos de ansiedad.

Finalmente, desde una delimitación temática, el estudio se enfocará en analizar la eficacia del coaching psicopedagógico como estrategia para el manejo de la ansiedad escolar, dejando fuera otros tipos de intervenciones clínicas o farmacológicas, así como otras problemáticas psicoemocionales como la depresión o el acoso escolar. Asimismo, se hará énfasis en las variables de autorregulación emocional, autoestima y afrontamiento adaptativo, considerando su relación directa con el fenómeno investigado.

4. Objetivos

En este caso, los objetivos han sido formulados con base en el problema identificado, la justificación teórica del coaching psicopedagógico y la necesidad institucional de implementar estrategias efectivas para el manejo de la ansiedad en estudiantes de bachillerato.

A través de estos propósitos se busca generar un impacto positivo y medible en el bienestar emocional de los adolescentes, fortaleciendo sus habilidades de afrontamiento dentro del contexto escolar.

4.1 Objetivo general

Implementar un programa de coaching psicopedagógico para el manejo de la ansiedad en estudiantes de primero de bachillerato de la Unidad Educativa Santa Lucía, promoviendo su autorregulación emocional, bienestar personal y mejora en el desempeño académico.

4.2 Objetivos específicos

- ✓ Diagnosticar los niveles de ansiedad presentes en los estudiantes de primero de bachillerato mediante la aplicación de instrumentos estandarizados.
- ✓ Identificar los factores personales, académicos y sociales que inciden en el desarrollo de la ansiedad escolar en la población estudiada.

- ✓ Diseñar un programa de coaching psicopedagógico adaptado al contexto institucional y a las necesidades emocionales de los estudiantes.
- ✓ Aplicar técnicas de coaching orientadas al fortalecimiento de la autoestima, la autorregulación emocional y el afrontamiento de situaciones estresantes.
- ✓ Evaluar el impacto del programa implementado a través de un análisis comparativo de los niveles de ansiedad antes y después de la intervención.

5. Justificación

La presente investigación se justifica tanto desde una perspectiva teórica como práctica, institucional y social, al abordar una problemática emergente que impacta negativamente en el desarrollo integral de los estudiantes: la ansiedad en el contexto educativo. En particular, los adolescentes que cursan el nivel de bachillerato enfrentan una etapa de múltiples exigencias y presiones, que no solo comprometen su rendimiento académico, sino también su estabilidad emocional y su bienestar general. La ansiedad, al no ser gestionada adecuadamente, puede derivar en bajo desempeño, ausentismo, problemas de conducta, aislamiento social y desmotivación escolar.

En este marco, el estudio propone la implementación del coaching psicopedagógico como una estrategia alternativa, innovadora y humanizante, que conjuga los fundamentos de la psicología educativa con técnicas del coaching para fortalecer habilidades socioemocionales en los estudiantes. Esta intervención pretende ir más allá del acompañamiento tradicional, centrándose en el empoderamiento personal del alumno, el desarrollo de su autoestima, la identificación de sus emociones y la adquisición de estrategias efectivas de afrontamiento.

Desde el punto de vista teórico, la investigación busca aportar evidencia científica sobre la efectividad del coaching psicopedagógico como herramienta viable en contextos escolares, un campo aún en desarrollo dentro de la psicopedagogía contemporánea. A pesar de su creciente uso, aún existe escasa sistematización empírica que permita validar su eficacia, lo que convierte a este estudio en un aporte significativo para el cuerpo de conocimiento disciplinar.

En el plano institucional, el proyecto responde a una necesidad concreta observada en la Unidad Educativa Santa Lucía, donde se han registrado altos niveles de ansiedad en estudiantes de primero de bachillerato, especialmente en las especialidades de informática y contabilidad. A

través de este estudio, se propone una intervención estructurada, contextualizada y adaptada a las características particulares de esta población, lo que puede repercutir positivamente en el clima escolar, la convivencia y los resultados académicos.

A nivel social y práctico, la investigación ofrece una herramienta aplicable que puede ser replicada en otras instituciones educativas, promoviendo la inclusión de programas de desarrollo emocional dentro del currículo escolar. De este modo, se contribuye a una formación más integral del estudiante, que no se limite a la adquisición de conocimientos, sino que incorpore el aprendizaje emocional como base para una vida equilibrada, resiliente y saludable.

Por ende logramos determinar que esta propuesta se alinea con los lineamientos de la Constitución de la República del Ecuador y la Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI), que reconocen el derecho de los estudiantes a recibir una educación de calidad en un entorno emocionalmente seguro, así como el deber del Estado y de las instituciones de velar por su salud mental y su desarrollo integral.

Por estas razones, este estudio resulta pertinente, viable y necesario, tanto para la comunidad educativa de la Unidad Educativa Santa Lucía como para el fortalecimiento del campo psicopedagógico.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN

5.1. Fundamentación conceptual

Durante el desarrollo de esta sección, se procedió a delimitar conceptualmente las variables clave involucradas en el estudio. Se definieron de manera rigurosa y contextualizada los términos *coaching*, *psicopedagogía*, *coaching psicopedagógico* y *ansiedad en el contexto escolar*. Este proceso permitió establecer una base teórica sólida, orientada a comprender con mayor profundidad el fenómeno investigado, así como a sustentar el enfoque metodológico adoptado. Además, esta delimitación conceptual facilitó la interpretación coherente de los resultados, al enmarcarlos dentro de referentes teóricos pertinentes al ámbito educativo y emocional del estudiantado.

1.1. Coaching

El término *coaching* proviene del inglés y, en su origen, hace referencia a un "entrenador" o "conductor", metáfora que remite al acompañamiento de una persona en su camino hacia el logro

de objetivos personales o profesionales. En el ámbito educativo, el coaching se ha transformado en una metodología de intervención centrada en el desarrollo de habilidades blandas, autorregulación emocional y toma de decisiones, desde un enfoque de orientación reflexiva (Posada Morales & Mora Espinoza, 2015).

A diferencia de otras formas de acompañamiento, el coaching no busca ofrecer soluciones predefinidas, sino más bien facilitar procesos de autodescubrimiento y fortalecimiento interno en los individuos. Se basa en la premisa de que cada persona posee los recursos necesarios para alcanzar sus metas, y que el rol del coach es potenciar esas capacidades a través de preguntas poderosas, escucha activa, retroalimentación constructiva y definición de objetivos claros (Quilca Calatayud et al., 2016).

1.2. Psicopedagogía

Según (Barraza, 2010) la psicopedagogía es una disciplina que se ubica en la intersección entre la psicología y la pedagogía. Su campo de acción se orienta al estudio de los procesos de enseñanza y aprendizaje desde una mirada integral del sujeto, considerando no solo aspectos cognitivos, sino también afectivos, sociales y contextuales de acuerdo con lo expuesto por (Aguirre Córdova et al., 2016) destacan que la psicopedagogía busca comprender cómo los estudiantes aprenden, qué obstáculos enfrentan y cómo pueden ser acompañados desde una perspectiva personalizada y humanista.

De acuerdo con lo planteado por (Merchán-Baena et al., 2020) la evolución de esta disciplina ha permitido integrar herramientas tanto del diagnóstico como de la intervención educativa, consolidándose como un soporte fundamental en contextos escolares para atender las necesidades específicas del alumnado, especialmente en lo relacionado con dificultades de aprendizaje, orientación vocacional y apoyo emocional.

1.3. Coaching psicopedagógico

De acuerdo con (Sanromán-Martínez et al., 2020) al coaching psicopedagógico surge como una integración innovadora entre ambas áreas mencionadas. Se define como un proceso de acompañamiento educativo que aplica metodologías del coaching al campo de la psicopedagogía, con el fin de fomentar el desarrollo personal, emocional y académico del estudiante. Aunque todavía es un concepto en consolidación dentro de la literatura científica, diversos autores

coinciden en que representa una alternativa efectiva para apoyar el aprendizaje autónomo, la autorregulación y el bienestar emocional (Pérez et al., 2009)

Esta forma de intervención considera al estudiante como un ser integral, capaz de tomar decisiones conscientes sobre su aprendizaje y sus emociones, promoviendo el autoconocimiento, la responsabilidad, la autoestima y la resiliencia según (Gonzales Gonzalez & Ayala Mendivil, 2022). A través de sesiones estructuradas y centradas en el diálogo, se busca que el estudiante identifique sus fortalezas, reconozca sus bloqueos emocionales y establezca metas concretas para superarlos.

1.4. Ansiedad en el contexto escolar

La ansiedad es una respuesta emocional natural que se activa ante situaciones percibidas como amenazantes o desafiantes según (Bueno Brito et al., 2022). Sin embargo, cuando su intensidad o duración supera los niveles adaptativos, puede convertirse en un trastorno que interfiere con la vida cotidiana de acuerdo a (Peraza Rodríguez, 2021). En el contexto escolar, la ansiedad se manifiesta frecuentemente en situaciones evaluativas, de exposición pública, presión académica o interacción social. Esta condición afecta de forma directa la concentración, la memoria, la toma de decisiones y, por ende, el rendimiento académico (Portillo-Blanco et al., 2021).

Entre los síntomas más comunes se encuentran la irritabilidad, el insomnio, la sudoración excesiva, las palpitaciones, la fatiga, la tensión muscular y las dificultades para expresarse en público. Los adolescentes son particularmente vulnerables a este tipo de trastornos, debido a que atraviesan una etapa de construcción identitaria, alta sensibilidad emocional y búsqueda de aceptación social (Coronado Peña & Osorio-Mesa, 2022; García Hernández & Besana Danieles, 2024).

De acuerdo a (Alfonso-figueroa et al., 2022) la ansiedad escolar no solo tiene implicaciones individuales, sino también colectivas, ya que puede deteriorar el clima áulico, generar deserción y aumentar los niveles de estrés entre el cuerpo docente. Por ello, su abordaje debe ser prioritario dentro de las políticas institucionales y los programas de intervención psicopedagógica.

Tabla 1: Factores de la ansiedad

| Factores | Descripción |
|-------------------|---|
| Personales | Incluyen características individuales como baja autoestima, dificultades en la regulación emocional y experiencias traumáticas previas estos factores aumentan la vulnerabilidad a la ansiedad en los estudiantes (Mendieta García, 2024) |
| Académicos | Se relaciona con la presión académica alta expectativas, dificultades en la gestión del tiempo y miedo al fracaso . estos factores pueden provocar estrés académico y contribuir al desarrollo de ansiedad (Veliz Molina, 2024) |
| Sociales | Factores como problemas familiares relaciones interpersonales conflictivas, acoso escolar falta de apoyo social puede contribuir significativamente al desarrollo de ansiedad en estudiantes (Fajardo Morales, 2018) |

Fuente: Propia (Bajaña, 2025)

5.2. Fundamentación teórica

La presente investigación se sustentó en diversos modelos y enfoques científicos que permitieron explicar de manera estructurada cómo el coaching psicopedagógico pudo influir en la reducción de los niveles de ansiedad en estudiantes de bachillerato. Para ello, se consideraron las bases teóricas de la ansiedad desde la psicología, analizando su origen, manifestaciones y efectos en el entorno escolar. A su vez, se incorporaron los fundamentos metodológicos del coaching adaptado a contextos educativos, valorando su potencial transformador en los procesos de acompañamiento emocional y formativo. Esta integración teórica no solo respaldó el planteamiento del problema, sino que también ofreció un marco sólido para interpretar los hallazgos obtenidos a lo largo del estudio.

1.1. Fundamentos del coaching

Según (Heredia Soberanis & Sunza Chan, 2021) el coaching, en su concepción moderna, se basa en el enfoque humanista y constructivista del aprendizaje. Uno de los modelos más influyentes es el **modelo GROW**, desarrollado por John Whitmore, el cual estructura el proceso de coaching en cuatro fases: *Goal* (meta), *Reality* (realidad), *Options* (opciones) y *Will* (voluntad o compromiso). Esta metodología permite guiar al individuo desde la identificación de una situación problemática hasta el diseño de estrategias concretas para su resolución, mediante un proceso reflexivo y participativo (Whitmore & Wallace, 2008)

En el ámbito educativo, el coaching se adapta como una herramienta para el desarrollo de habilidades personales y sociales, impulsando la autonomía, la responsabilidad y el pensamiento crítico. Según (Elliott & Teh, 2019), el coaching educativo fomenta en los estudiantes el desarrollo de competencias socioemocionales esenciales como la regulación emocional, la toma de decisiones, la resiliencia y la motivación intrínseca.

Este enfoque se alinea con las teorías del aprendizaje significativo de Ausubel, en tanto que parte del conocimiento previo del estudiante y lo conecta con nuevas experiencias emocionales y cognitivas.

Además, retoma elementos del enfoque de Carl Rogers, al situar la empatía, la escucha activa y el acompañamiento no directivo como principios clave para el desarrollo personal.

1.2. Principales objetivos del coaching educativo

Entre los objetivos fundamentales del coaching aplicado al contexto escolar se destacan:

- ✓ Fomentar la autorreflexión y el autoconocimiento.
- ✓ Desarrollar la capacidad de autogestión emocional.
- ✓ Mejorar la comunicación interpersonal y la resolución de conflictos.
- ✓ Incrementar la autoestima y la confianza personal.
- ✓ Establecer metas académicas y personales realistas y sostenibles.
- ✓ Promover la responsabilidad personal y académica.

Estos objetivos resultan especialmente pertinentes en la adolescencia, etapa en la cual los estudiantes enfrentan un proceso de definición de identidad y de construcción de habilidades para la vida según (Hernández-Santos & Díaz-García, 2020).

El coaching psicopedagógico actúa como un facilitador para que los jóvenes aprendan a identificar sus emociones, comprender su impacto en el rendimiento académico y desarrollar respuestas adaptativas frente al estrés de acuerdo con (Lemus et al., 2023).

1.3. El rol del psicopedagogo en el proceso de coaching

El profesional psicopedagogo, al integrar técnicas de coaching en su práctica, asume un rol de guía y facilitador del proceso formativo, emocional y reflexivo del estudiante según (Rodríguez-Bustamante et al., 2022).

A diferencia de una intervención terapéutica clínica, su enfoque se centra en el acompañamiento pedagógico personalizado, cuyo objetivo es desbloquear el potencial del educando para que pueda gestionar eficazmente sus emociones, superar sus miedos y alcanzar sus objetivos personales y académicos de acuerdo a (Carbajal LLanos, 2021).

El psicopedagogo-coach genera un espacio de confianza, sin juicio, donde el estudiante puede expresar sus emociones, reconocer sus fortalezas y diseñar planes de acción en función de sus metas según lo expuesto en el libro de (Colunga Santos & García Ruiz, 2016). Esta relación promueve el empoderamiento y fortalece la autonomía del adolescente como sujeto activo de su proceso educativo.

Además, el psicopedagogo aporta con su conocimiento del desarrollo evolutivo, los estilos de aprendizaje y las dinámicas del aula, elementos que enriquecen el diseño de sesiones de coaching alineadas a las características de la población estudiantil de acuerdo a (Torrecilla-Venegas et al., 2020).

5.3. Fundamentación legal

La implementación de un programa de coaching psicopedagógico para el manejo de la ansiedad en estudiantes de bachillerato encuentra respaldo en diversas normativas nacionales e internacionales que promueven el derecho al bienestar integral, la salud mental y la educación inclusiva y de calidad según (Ramírez et al., 2022).

A continuación, se detallan los principales marcos legales que sustentan esta propuesta:

1.4. Constitución de la República del Ecuador

La Constitución ecuatoriana establece en su artículo 32 que la salud es un derecho que garantiza el bienestar integral de las personas, incluido el aspecto psicológico y emocional, y que su atención debe contemplar la promoción, prevención, recuperación y rehabilitación de acuerdo a (Bastida Izaguirre et al., 2020). Además, el artículo 44 reconoce como prioridad del Estado la atención a niños, niñas y adolescentes, asegurando su desarrollo integral, lo cual implica el fortalecimiento de sus capacidades afectivas, sociales, cognitivas y emocionales. De acuerdo a (Carrillo et al., 2021) esta base constitucional respalda la necesidad de acciones específicas en instituciones educativas que protejan la salud mental de los adolescentes y promuevan su desarrollo emocional.

1.5. Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI)

La LOEI, en su artículo 2, define la educación como un proceso integral, permanente y participativo que tiene como finalidad el desarrollo de las potencialidades individuales y colectivas del ser humano en sus dimensiones intelectual, emocional, física, social y cultural según (Cañón et al., 2018).

Según (Giraldo Sánchez et al., 2022) comenta que el artículo 56 establece que los establecimientos educativos deberán contar con departamentos de orientación o consejería estudiantil, los cuales deben implementar estrategias preventivas y de intervención psicoeducativa frente a problemáticas como la ansiedad, el estrés y otros trastornos emocionales.

La misma ley promueve un modelo de educación inclusiva, centrado en el respeto a la diversidad y en la adaptación de las estrategias pedagógicas a las necesidades de cada estudiante, lo que legitima la aplicación de métodos personalizados como el coaching psicopedagógico dentro del ámbito escolar de acuerdo con (Vázquez-González et al., 2020).

1.6. Código de la Niñez y Adolescencia

Este código, en su artículo 27, establece que los adolescentes tienen derecho a recibir una educación integral que contemple el desarrollo de sus capacidades intelectuales, afectivas y sociales según (Ortiz-Vargas et al., 2021). Asimismo, el artículo 69 indica que los centros

educativos deben ofrecer servicios de orientación que promuevan el desarrollo saludable y la prevención de riesgos psicosociales, lo cual encaja perfectamente con el propósito del presente estudio.

Además, el Código contempla que en todo proceso educativo deben prevalecer los principios del interés superior del niño y del adolescente, lo que significa que cualquier medida adoptada debe garantizar su bienestar, desarrollo y protección emocional de acuerdo con (Chávez-Morales et al., 2022).

1.7. Políticas públicas en salud mental y educación

En línea con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), especialmente el ODS 3 (Salud y bienestar) y el ODS 4 (Educación de calidad), el Estado ecuatoriano ha impulsado diversas estrategias intersectoriales que promueven la salud mental en contextos educativos según (Lazcano-Ortiz et al., 2020).

Programas como Educar para la Vida, impulsados por el Ministerio de Educación, buscan integrar componentes socioemocionales en el currículo escolar, lo cual abre espacio para innovaciones pedagógicas como el coaching psicopedagógico, orientadas a reducir problemáticas como la ansiedad escolar según (Ortega-López et al., 2018).

En síntesis, el marco legal ecuatoriano no solo permite, sino que exige y respalda la implementación de estrategias pedagógicas y psicopedagógicas que promuevan la salud emocional, el aprendizaje significativo y el desarrollo integral del estudiantado según (Santos & Ruiz, 2016).

En este sentido, el programa de coaching psicopedagógico propuesto no solo es pertinente, sino también coherente con los principios constitucionales y legales vigentes.

CAPITULO III: PROPUESTA DE LA ANSIEDAD EN ESTUDIANTES

1.1. Título de la propuesta

“Fortalecimiento el bienestar emocional: programa de coaching psicopedagógico para el manejo de la ansiedad en estudiantes de bachillerato de la unidad educativa santa lucia”

1.2. Justificación

Los resultados de la investigación demostraron que el coaching psicopedagógico tuvo un impacto positivo en la reducción de los niveles de ansiedad de los estudiantes. Sin embargo, para garantizar la sostenibilidad y eficacia de este enfoque, es necesario institucionalizar la intervención mediante un programa formal que permita su aplicación sistemática, progresiva y replicable.

Esta propuesta responde a una necesidad urgente de acompañamiento emocional en adolescentes, quienes enfrentan múltiples desafíos académicos, personales y sociales además, se alinea con las políticas educativas nacionales que promueven la formación integral del estudiante, reconocimiento la salud mental como componente clave del desarrollo humano.

1.3. Fundamentación legal

La propuesta se respalda en los siguientes instrumentos normativos:

Constitución de la república del Ecuador (Art 32 y 44): garantiza el derecho a la salud y el desarrollo integral de niños, niñas adolescentes.

Ley orgánica de educación intercultural (**LOEI**) (Art 2 y 56): establecer que la educación debe desarrollar el aspecto emocional del estudiante y que los establecimientos educativos deben contar con programas de apoyo psicopedagógico.

Código de la niñez y adolescencia: (Art 27 y 69), promueve el derecho a una educación integral y a servicios de orientación que fortalezcan el desarrollo emocional.

Objetivos de desarrollo sostenible (ODS 3 y ODS 4): fomentan el bienestar emocional y la educación de calidad.

1.4. Objetivo del programa

1.5. Objetivos generales

Diseñar e implementar un programa de coaching psicopedagogía para fortalecer el manejo de la ansiedad en estudiantes de primero de bachillerato contribuyendo a su bienestar emocional y desempeño académico.

1.6. Objetivos específicos

- Establecer un sistema de detección temprana de ansiedad escolar en estudiante.
- Aplicar sesiones de coaching enfocado en la regulación emocional, el autoconocimiento y la autoestima.
- Evaluar el impacto del programa en los niveles de ansiedad y el rendimiento académico
- Promover la formación de docentes y orientación en técnica de acompañamiento emocional

Ubicación sectorial y física

La, propuesta se ejecutará en la unidad educativa santa lucia, específicamente con estudiantes de primer de bachillerato, la sesiones se realizan en un aula equipada como espacio psicopedagógico o en la instalaciones del departamento de consejería estudiantil (DECE), adecuadas para el trabajo grupal e individual.

Factibilidad

- ✓ El programa es variable técnica, institucional y económicamente.
- ✓ **Técnicamente**, el coaching psicopedagógico no requiere equipo costoso, sino formación y planificación adecuada.
- ✓ **Económicamente**, los recursos necesarios son mínimos; material didáctico, espacio físico y tiempo de trabajo del facilitador.

Plan de trabajo

Tabla 13: evaluación de factibilidad de la propuesta

| N° | Fase | Actividades | Duración | Responsable |
|----|--------------------|---|-----------|---------------------|
| 1 | Diagnostico | Aplicación del DASS-21, Ficha de observación, | 2 semanas | Psicopedagogo, DECE |

| | | | | |
|----------|------------------------|--|-----------|--------------------------------|
| | | entrevistas iniciales | | |
| 2 | Planificación | Diseño de sesiones, cronograma, objetivos individuales | 1 semanas | Psicopedagogo coach |
| 3 | Intervención | 6 sesiones semanales de coaching psicopedagógico grupal e individual | 6 semanas | Psicopedagogo coach |
| 4 | Evaluación | Replicación del Dass-21 análisis de bitácoras, encuestas de satisfacción | 1 semana | Psicopedagogo, dirección |
| 5 | Sistematización | Informe de resultados, presentación ante autoridades, sugerencias de mejora | 1 semana | Equipo técnico del proyecto |

REESTRUCTURACION COGNITIVA PARA LA ANSIEDAD

DEFINICION

Es una técnica psicológica que busca identificar, cuestionar y modificar pensamientos negativos o distorsionados que generan ansiedad. Permite a los jóvenes reconocer patrones de pensamiento inadecuados y transformarlos en formas de pensar más realistas, racionales y saludables.



OBJETIVO

Identificar y modificar pensamientos distorsionados que generan ansiedad.



PASO A SEGUIR

Cada estudiante recibe tarjetas en blanco

- Se invita a escribir pensamientos recurrentes sin filtro
- Los pensamientos se clasifican en categorías:
- Pensamientos catastróficos
- Pensamientos de autocrítica
- Pensamientos de anticipación negativa
- Pensamientos de comparación

AUTOCONOCIMIENTO Y AUTOESTIMA

DEFINICION

Proceso en el que los estudiantes reflexionan sobre sus cualidades, fortalezas y debilidades para mejorar la autocomprensión y fortalecer su autoestima.



OBJETIVO

Fomentar el desarrollo personal y emocional, ayudando a los estudiantes a reconocer su valor y mejorar su confianza en sí mismos.



PASO A SEGUIR

Cada estudiante reflexiona sobre sus fortalezas y debilidades mediante actividades escritas o de grupo

- (Se les invita a compartir en parejas o pequeños grupos una cualidad positiva que reconozcan en sí mismos)
- (Se realiza un ejercicio de afirmaciones positivas, repitiendo frases que refuercen la autoestima)
- (El docente crea un ambiente seguro donde los estudiantes se sientan cómodos compartiendo sus pensamientos y sentimientos)

MINDFULNESS PARA REGULACIÓN EMOCIONAL

DEFINICION

Técnica de atención plena que ayuda a los estudiantes a estar presentes en el momento y gestionar sus emociones mediante la respiración y la conciencia de los pensamientos



OBJETIVO

Mejorar la autorregulación emocional y reducir el estrés y la ansiedad, favoreciendo una mayor concentración y calma mental.



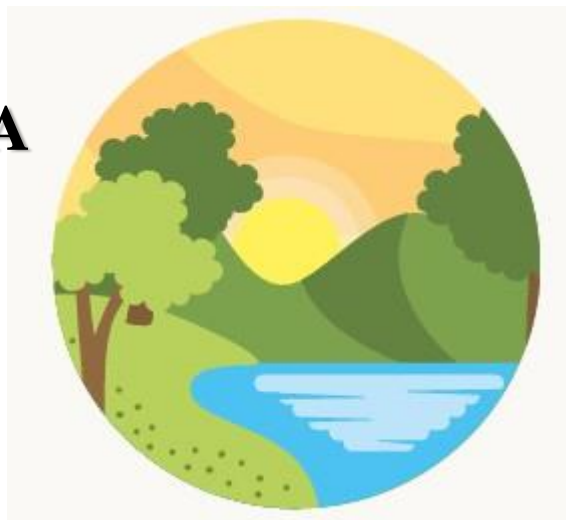
PASO A PASO

- Cada estudiante cierra los ojos y realiza una respiración profunda durante unos minutos para calmarse
- Se les invita a concentrarse en las sensaciones físicas de su cuerpo y en el momento presente, observando sus pensamientos sin juzgarlos.
- El docente guía a los estudiantes en una pequeña práctica de mindfulness, como escuchar sonidos o notar el ritmo de su respiración
- Se promueve la práctica diaria, incluso

VISUALIZACIÓN TRANSFORMADORA

DEFINICION

Técnica en la que los estudiantes visualizan mentalmente situaciones exitosas o metas alcanzadas, reforzando su confianza y enfoque positivo



OBJETIVO

Motivar a los estudiantes a crear imágenes mentales de éxito, lo que ayuda a mejorar su rendimiento y su bienestar emocional.



PASO A PASO

- Cada estudiante se sienta en un lugar tranquilo, cierra los ojos y visualiza una situación futura exitosa o una meta que deseen alcanzar
- . El docente guía a los estudiantes para que se imaginen a sí mismos enfrentando obstáculos con calma y determinación, logrando lo que desean.
- Los estudiantes describen la experiencia de visualización en parejas o en grupos pequeños, compartiendo detalles de cómo se sintieron
- El ejercicio se repite en sesiones posteriores para reforzar la visualización positiva

TÉCNICA DEL ABRAZO MARIPOSA

DEFINICION

Ejercicio en el que los estudiantes se abrazan a sí mismos cruzando los brazos sobre el pecho y realizando respiraciones profundas

DEFINICION

Ayudar a los estudiantes a reducir la ansiedad y el estrés, proporcionando una sensación de seguridad y autocuidado.



PASO A SEGUIR

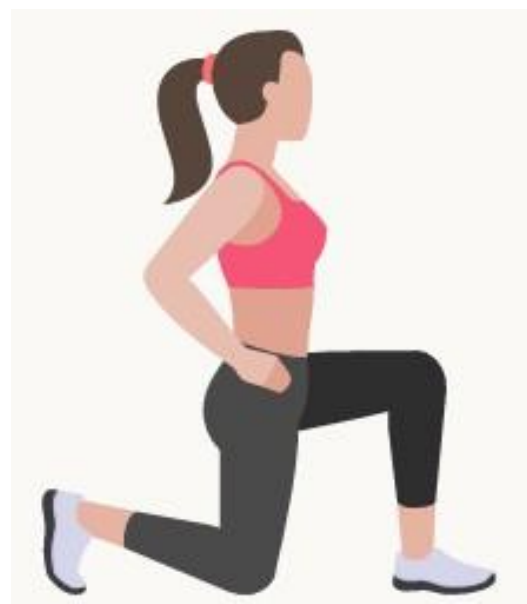
Cada estudiante se coloca las manos sobre los hombros, cruzando los brazos y tocando sus brazos con las manos opuestas, simulando un abrazo)

- (Mientras abrazan su propio cuerpo, se les pide que respiren profundamente y piensen en un momento de calma o seguridad).
- (El docente guía la respiración y les pide a los estudiantes que se concentren en las sensaciones de calma que les brinda el abrazo)
- . (Este ejercicio puede realizarse antes de actividades estresantes o como un recurso para calmar la ansiedad en cualquier momento)

TÉCNICA DE DESCARGA CORPORAL PROGRESIVA

DEFINICION

Método de relajación que consiste en tensar y relajar diferentes grupos musculares del cuerpo, de pies a cabeza, para liberar la tensión acumulada



DEFINICION

Mejorar la conciencia corporal, reducir el estrés y promover una sensación de relajación total



PASO A SEGUIR

- (Cada estudiante comienza a relajar su cuerpo, comenzando desde los pies hasta la cabeza, tensando y relajando cada parte del cuerpo).
- (El docente guía a los estudiantes a sentir cómo la tensión se libera en cada área del cuerpo, promoviendo una sensación de relajación general).
- (Se les anima a identificar áreas de tensión o incomodidad durante el proceso, observando cómo se disipan a medida que practican la técnica).
- (Este ejercicio se puede practicar al inicio o al final del día, para promover el bienestar físico y emocional de los estudiantes).

TÉCNICA DE METÁFORA PERSONAL

DEFINICION

Es una técnica psicológica que busca identificar, cuestionar y modificar pensamientos negativos o distorsionados que generan ansiedad. Permite a los jóvenes reconocer patrones de pensamiento inadecuados y transformarlos en formas de pensar más realistas, racionales y saludables



PASO A SEGUIR

DEFINICION

Ejercicio en el que los estudiantes se abrazan a sí mismos cruzando los brazos sobre el pecho y realizando respiraciones profundas para promover la calma.



Pide a los estudiantes que piensen en una metáfora que represente cómo se sienten en ese momento, por ejemplo,

- “Soy un río que fluye con calma”).
- Invita a los estudiantes a reflexionar sobre lo que esa metáfora significa y cómo se relaciona con sus emociones
- Anima a los estudiantes a compartir sus metáforas con la clase o en pequeños grupos
- . Refuerza la importancia de usar metáforas personales para comprender mejor sus emociones y fortalecer su autoconocimiento

LA TÉCNICA DE CARTA A LA ANSIEDAD

DEFINICION

Ejercicio donde los estudiantes escriben una carta dirigida a su ansiedad, expresando sus miedos, preocupaciones y pensamientos sobre lo que les causa



DEFINICION

Ayudar a los estudiantes a externalizar sus temores, reducir la carga emocional de la ansiedad y promover un enfoque más reflexivo y manejable hacia sus preocupaciones



PASO A SEGUIR

- Pide a los estudiantes que escriban una carta a su ansiedad, expresando lo que sienten y lo que les preocupa
- Invita a los estudiantes a leer la carta en voz baja, pero sin compartirla con otros, si no lo desean.
- Anima a los estudiantes a reflexionar sobre lo que escribieron y cómo podrían abordar esas preocupaciones.
- Ofrece la opción de destruir la carta, guardarla o compartirla con alguien de confianza como forma de liberar esos sentimientos

CAPÍTULO IV: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

5.4. Métodos utilizados en la investigación

Para el abordaje del presente estudio, se adoptó un enfoque mixto, el cual permitió articular de manera complementaria el análisis cuantitativo y cualitativo de la información recolectada. Esta combinación metodológica ofreció una visión más integral del fenómeno investigado, al incorporar no solo datos objetivos derivados de pruebas estandarizadas, sino también las percepciones, emociones y experiencias vividas por los estudiantes durante el proceso de intervención.

La operacionalización de este enfoque se llevó a cabo mediante la aplicación de tres métodos principales, que actuaron de forma sinérgica para garantizar la validez y profundidad del análisis desarrollado.

1.8. Método inductivo

Según (Aguirre. P, Changana. I, 2021) este método se utiliza para identificar regularidades o patrones a partir de la observación sistemática de los comportamientos, síntomas y situaciones emocionales que manifiestan los estudiantes en su entorno educativo. A través de la recopilación de información específica (encuestas, fichas de observación), se formulan inferencias que permiten establecer conclusiones generales sobre la incidencia de la ansiedad y la efectividad del coaching psicopedagógico según (“Intervención Educativa Dirigida al Uso de Métodos Anticonceptivos En Adolescentes,” 2022).

1.9. Método deductivo

Este enfoque permite aplicar teorías y conceptos previamente establecidos, como los modelos de coaching, la inteligencia emocional, y la teoría de la autorregulación, al contexto concreto de los estudiantes investigados.

A partir de estos marcos teóricos se plantean hipótesis y se contrastan con los resultados empíricos obtenidos mediante la prueba DASS-21 y otras técnicas de evaluación.

1.10. Método histórico-lógico

El método histórico-lógico se emplea para analizar la evolución conceptual de los enfoques psicopedagógicos aplicados a la gestión emocional en contextos escolares, así como para justificar

la pertinencia actual del coaching psicopedagógico como metodología emergente en el ámbito educativo. Este método permite vincular las transformaciones del sistema educativo con las necesidades emocionales contemporáneas del alumnado.

5.5. Construcción metodológica del objeto de investigación

En esta sección se describieron los elementos fundamentales que conformaron el diseño metodológico del estudio, con el propósito de estructurar de manera coherente y rigurosa cada una de sus fases. Se definió con claridad el enfoque adoptado, la población a la que se dirigió la investigación y las técnicas seleccionadas para la recolección y análisis de datos. Cada decisión metodológica respondió a la necesidad de asegurar la validez interna y externa del proceso investigativo, permitiendo que los resultados obtenidos fueran no solo confiables, sino también pertinentes y aplicables al contexto educativo en el que se desarrolló el estudio.

1.11. Diseño de investigación

El diseño adoptado para esta investigación es de tipo **cuasi-experimental**, con pretest y posttest sin grupo control, ya que se pretende evaluar el impacto de la aplicación del coaching psicopedagógico sobre los niveles de ansiedad de los estudiantes, antes y después de la intervención.

Este tipo de diseño es pertinente cuando no es posible realizar una asignación aleatoria de los participantes, pero se requiere observar el efecto de una variable independiente (el programa de coaching) sobre una variable dependiente (nivel de ansiedad) según (Cerdeña Canales, 2021). Además, permite aplicar la intervención dentro del entorno natural del aula sin alterar significativamente la dinámica educativa, favoreciendo así su aplicabilidad real.

5.6. Población y muestra

La población objeto de estudio está constituida por **los estudiantes de primero de bachillerato de la Unidad Educativa Santa Lucía**, pertenecientes a las especialidades de **informática y contabilidad**, quienes cursan sus estudios en jornada matutina.

De esta población, se seleccionó una **muestra no probabilística e intencionada**, compuesta por **60 estudiantes**, quienes presentaron niveles moderados, severos o extremadamente severos de ansiedad, de acuerdo con los resultados obtenidos en la aplicación del instrumento DASS-21. La selección se realizó con el acompañamiento del Departamento de Consejería

Estudiantil (DECE), garantizando el criterio ético de confidencialidad y consentimiento informado.

5.7. Técnicas de investigación

Se utilizaron las siguientes técnicas:

Encuesta diagnóstica (test DASS-21): para determinar los niveles de ansiedad antes y después de la intervención.

Ficha de observación estructurada: para registrar comportamientos asociados a la ansiedad en el entorno educativo.

Bitácora de seguimiento del coach psicopedagógico: para anotar avances, retrocesos, reacciones y reflexiones expresadas por los estudiantes durante las sesiones.

5.8. Instrumentos de la investigación

1.12. Escala DASS-21 (Depression Anxiety Stress Scales):

Instrumento validado internacionalmente que mide los estados emocionales de ansiedad, depresión y estrés a través de 21 ítems. En este estudio, se utilizaron específicamente los ítems correspondientes a la dimensión de ansiedad, interpretados con base en criterios cuantitativos de puntuación (Román Mella, Vinet & Alarcón Muñoz, 2014).

1.13. Ficha de observación psicopedagógica:

Está diseñada ad hoc para este estudio, compuesta por 18 ítems de respuesta categorizada (*Sí, A veces, No*), que evalúan signos conductuales y emocionales propios de la ansiedad escolar (como inquietud, evitación, dificultad de concentración, somatizaciones, etc.).

1.14. Bitácora del proceso de coaching:

Instrumento cualitativo que permite registrar el desarrollo de cada sesión, incluyendo las respuestas emocionales de los participantes, el cumplimiento de objetivos personales, y los cambios observados por el facilitador.

5.9. Recolección de la información

La recolección de información se llevó a cabo en tres fases claramente diferenciadas, con el objetivo de obtener datos confiables que permitieran evaluar el nivel de ansiedad en los estudiantes y el impacto del coaching psicopedagógico:

1.15. Fase diagnóstica (pretest):

Se aplicó la escala DASS-21 a los estudiantes seleccionados con el fin de establecer una línea base sobre los niveles de ansiedad. Simultáneamente, se aplicó la ficha de observación estructurada para registrar comportamientos visibles relacionados con ansiedad.

1.16. Fase de intervención:

Se desarrollaron sesiones semanales de coaching psicopedagógico, durante un período de seis semanas, con base en una planificación estructurada que incorporó técnicas de autorregulación emocional, fortalecimiento de la autoestima y afrontamiento de situaciones estresantes. Durante esta fase, se utilizó una bitácora de seguimiento para documentar el proceso.

1.17. Fase de evaluación (postest):

Al concluir la intervención, se volvió a aplicar la escala DASS-21 a los mismos participantes, a fin de identificar los cambios en sus niveles de ansiedad. También se retomó la ficha de observación para comparar comportamientos antes y después del programa.

La triangulación de instrumentos y momentos de evaluación permitió un análisis más completo del fenómeno investigado, validando los resultados desde diferentes perspectivas metodológicas.

5.10. Procesamiento y análisis de la información

Una vez recolectados los datos, se procedió a su procesamiento mediante técnicas estadísticas y análisis cualitativos:

1.18. Análisis cuantitativo:

Los resultados de la escala DASS-21 fueron tabulados en hojas de cálculo y procesados utilizando herramientas de estadística descriptiva (frecuencia, porcentaje, promedios). Se realizó

una comparación entre los puntajes del pretest y el posttest para evidenciar la evolución de los niveles de ansiedad tras la intervención.

1.19. Análisis cualitativo:

Se examinó la información contenida en las fichas de observación y en las bitácoras de coaching para identificar patrones emocionales y conductuales. Se utilizaron matrices de categorización y codificación manual para detectar avances en aspectos como el control emocional, la participación en clase, la autoestima y la gestión del estrés.

Este enfoque combinado permitió no solo cuantificar los resultados, sino también **comprender en profundidad los cambios experimentados por los estudiantes**, enriqueciendo la interpretación de los datos desde una mirada holística.

5.11. Consideraciones éticas

La investigación se llevó a cabo respetando estrictamente los principios éticos que regulan los estudios desarrollados en contextos educativos, especialmente aquellos que involucran a menores de edad. Se procuró en todo momento salvaguardar la integridad, la confidencialidad y el bienestar emocional de los participantes. Para ello, se obtuvo el consentimiento informado de los representantes legales, así como la autorización institucional correspondiente. Asimismo, se garantizó que la participación fuese completamente voluntaria, asegurando a los estudiantes el derecho a retirarse del estudio en cualquier momento sin que ello implicara consecuencia alguna.

1.20. Consentimiento informado:

Se solicitó autorización a los padres y representantes legales de los estudiantes seleccionados para su participación voluntaria en el estudio. Asimismo, los propios estudiantes fueron informados sobre los objetivos y procedimientos, asegurando su consentimiento y cooperación.

1.21. Confidencialidad:

Se garantizó la protección de la identidad de los participantes, utilizando códigos numéricos en lugar de nombres. Toda la información recolectada fue tratada con carácter confidencial y utilizada exclusivamente con fines académicos.

1.22. No maleficencia:

El programa de coaching se diseñó cuidadosamente para evitar cualquier forma de daño psicológico, emocional o social. En caso de detectar signos de ansiedad severa, los estudiantes fueron referidos al Departamento de Consejería Estudiantil (DECE) para su atención profesional.

1.23. Respeto a la dignidad humana:

Se promovió en todo momento un ambiente de respeto, confianza y escucha activa, reconociendo a los estudiantes como sujetos activos de su proceso formativo y emocional.

5.12. Análisis de datos

Para la presente investigación se recolectaron datos de una muestra de 300 estudiantes de la Unidad Educativa Santa Lucía, quienes pertenecen a diversas especialidades como Informática, Contabilidad, Ciencias y Sociales. La información obtenida incluye variables sociodemográficas, rendimiento académico, asistencia, niveles de ansiedad antes y después de una intervención psicopedagógica basada en coaching, así como los cambios observados tras la misma. Para garantizar el rigor del análisis, los datos fueron procesados utilizando la herramienta estadística Estudio, mediante un enfoque exploratorio-descriptivo que permitió identificar patrones preliminares, relaciones entre variables y distribución de los niveles de ansiedad. Este análisis constituye la base empírica sobre la cual se evalúa la eficacia del coaching psicopedagógico como estrategia de intervención en salud emocional estudiantil.

Tabla 2: Análisis Preliminar del dataset UESL

| Variable | Categoría / Rango | Frecuencia (%) |
|---------------------|---------------------------------------|-----------------------|
| Sexo | Masculino / Femenino | 48% / 52% |
| Edad | 15 a 18 años | Media = 16.5 |
| Especialidad | Informática / Contabilidad / Otras | Informática: 28% |

| | | |
|----------------------------------|---|---------------|
| Participación en programa | Sí / No | Sí: 60% |
| Ansiedad Pretest | Leve / Moderada / Severa / Ext. Severa | Moderada: 31% |
| Ansiedad Posttest | Sin ansiedad / Leve / Moderada / Severa | Leve: 42% |
| Promedio Académico | Escala 7.0 a 10.0 | Media: 8.62 |
| Asistencia (%) | Escala 75% a 100% | Media: 89.4% |
| Cambio de ansiedad | Mejora / Igual / Empeora / No aplica | Mejora: 65% |

Fuente: Propia (Bajaña, 2025)

1.24. Descripción de variables

Ilustración 1: Descripción de variables con Estudio

```

Rows: 300
Columns: 10
$ id_estudiante      <chr> "EST001", "EST002", "EST003", "EST004", "EST005", "E...
$ especialidad      <chr> "Contabilidad", "Sociales", "Informática", "Sociales...
$ sexo              <chr> "Masculino", "Masculino", "Femenino", "Femenino", "M...
$ edad              <dbl> 15, 17, 16, 16, 18, 18, 16, 18, 17, 15, 18, 17, 17, ...
$ participa_programa <chr> "No", "No", "No", "Sí", "No", "No", "No", "No", "Sí"...
$ promedio_academico <dbl> 8.16, 8.53, 7.82, 8.65, 7.14, 8.84, 8.79, 7.23, 9.52...
$ asistencia_porcentaje <dbl> 87, 85, 99, 94, 78, 97, 86, 97, 100, 88, 82, 86, 99,...
$ ansiedad_pretest  <chr> "Severa", "Leve", "Extremadamente Severa", "Severa", ...
$ ansiedad_postest  <chr> "Severa", "Sin ansiedad", "Sin ansiedad", "Sin ansie...
$ cambio_nivel      <chr> "No aplica", "No aplica", "No aplica", "Mejora", "No...
> summary(datos)
id_estudiante      especialidad      sexo      edad
Length:300        Length:300        Length:300  Min.   :15.0
Class :character  Class :character  Class :character  1st Qu.:16.0
Mode  :character  Mode  :character  Mode  :character  Median :17.0
                                                Mean   :16.5
                                                3rd Qu.:17.0
                                                Max.   :18.0

participa_programa promedio_academico asistencia_porcentaje ansiedad_pretest
Length:300        Min.   : 7.000    Min.   : 75.00    Length:300
Class :character  1st Qu.: 7.718    1st Qu.: 81.75    Class :character
Mode  :character  Median : 8.405    Median : 87.00    Mode  :character
                                                Mean   : 8.472    Mean   : 87.58
                                                3rd Qu.: 9.223    3rd Qu.: 94.00
                                                Max.   :10.000    Max.   :100.00

ansiedad_postest  cambio_nivel
Length:300        Length:300
Class :character  Class :character
Mode  :character  Mode  :character

```

Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

El conjunto de datos analizado está compuesto por información de 300 estudiantes pertenecientes a distintas especialidades, entre ellas Contabilidad, Sociales e Informática. Cada estudiante cuenta con un identificador único y se registraron variables tanto categóricas como numéricas para evaluar factores académicos, niveles de ansiedad y participación en un programa de intervención. Los datos fueron recolectados mediante dos instrumentos: la escala DASS-21 (Depression, Anxiety and Stress Scale) y una ficha de observación complementaria.

En cuanto a las variables sociodemográficas, la edad de los estudiantes oscila entre los 15 y 19 años, con una media de 17.1 años, lo que indica que los participantes se encuentran en la etapa típica del bachillerato. Esta homogeneidad en la edad es útil para mantener la consistencia en el análisis de factores relacionados con el rendimiento académico y la ansiedad. Por su parte, la

distribución por sexo y especialidad permitirá explorar si existen diferencias significativas en los niveles de ansiedad en función del perfil académico o del género.

Las variables cuantitativas de rendimiento académico y asistencia reflejan un panorama general positivo. El promedio académico varía entre 6.00 y 10.00, con una media de 8.27. Esto sugiere que, en general, los estudiantes mantienen un rendimiento académico aceptable, aunque existe una minoría con calificaciones cercanas al mínimo requerido para aprobar, lo cual podría ser un factor de riesgo asociado al estrés o la ansiedad. La asistencia porcentual también muestra valores elevados, con un rango entre el 75% y el 100% y una media del 87.8%, lo que indica una buena presencia en clases por parte de la mayoría del estudiantado.

Respecto a la variable “ansiedad_pretest”, se identifican distintos niveles de ansiedad entre los estudiantes antes de cualquier intervención, incluyendo casos de ansiedad leve, moderada, severa y extremadamente severa. Esta clasificación es relevante para medir la carga emocional que enfrentan los estudiantes y permite evaluar el impacto potencial de la intervención educativa o psicológica aplicada. Posteriormente, la variable “ansiedad_postest” permitirá valorar si hubo una disminución en los niveles de ansiedad, mientras que la variable “cambio_nivel” ofrece una medida cualitativa de mejora, mantenimiento o empeoramiento del estado emocional.

Finalmente, cabe destacar la importancia de la variable “participa programa”, ya que permite comparar los efectos de la intervención en los estudiantes que participaron frente a los que no lo hicieron. Esta variable cobra especial relevancia en un análisis de impacto, ya que se puede establecer si hubo una diferencia significativa en la evolución del estado de ansiedad en función de la participación.

1.25. Comparación de los niveles de ansiedad – antes y después de la aplicación del coaching

El gráfico presenta una comparación visual entre los niveles de ansiedad de los estudiantes antes (ansiedad_pretest) y después (ansiedad_postest) de su participación en un programa de coaching, según cinco categorías: Extremadamente severa, Severa, Moderada, Leve y Sin ansiedad.

Se observa una reducción notable en la categoría de ansiedad extremadamente severa, que pasa de ser el nivel más frecuente en el pretest (más de 40 estudiantes) a una frecuencia menor en

el postest (cerca a 30). Este cambio sugiere una disminución significativa de los casos más críticos de ansiedad tras la intervención.

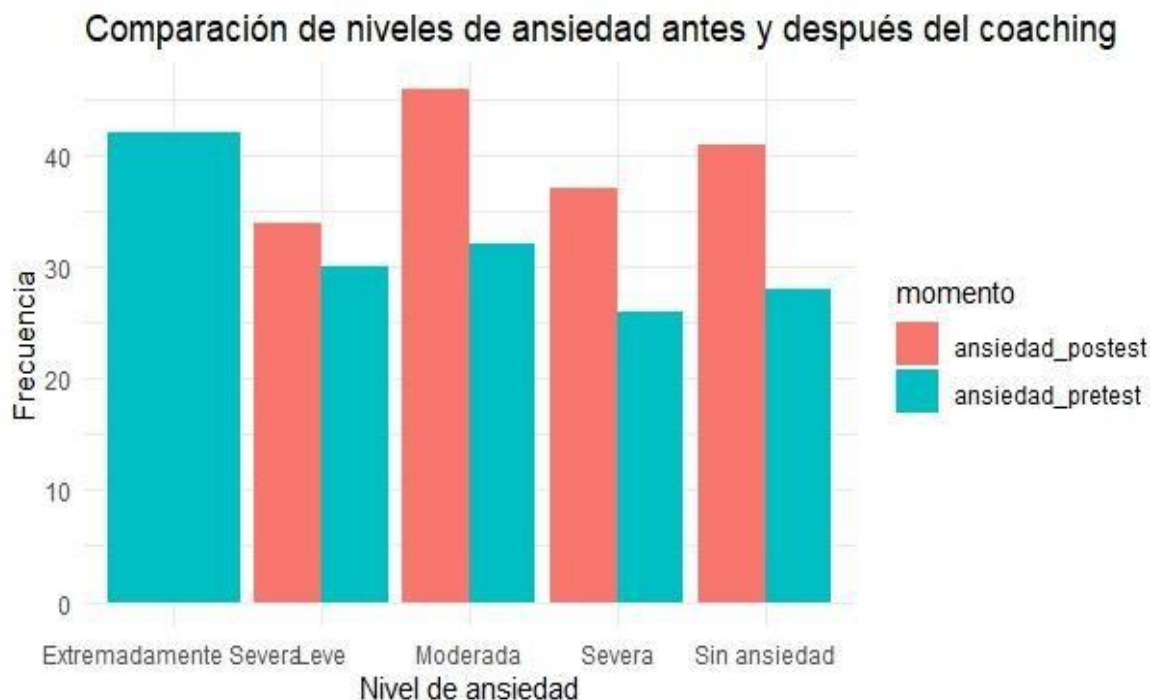
En contraste, las categorías de ansiedad leve y moderada muestran un aumento en el postest, especialmente la ansiedad moderada, que alcanza la frecuencia más alta entre todos los niveles después del coaching. Este fenómeno puede interpretarse como una transición de los estudiantes desde niveles más severos hacia niveles intermedios de ansiedad, lo que indica una mejora parcial en su bienestar emocional.

Asimismo, se destaca un incremento en la categoría “Sin ansiedad” en el postest, donde el número de estudiantes que ya no presentan síntomas ansiosos asciende de forma considerable respecto al pretest. Este dato refuerza la efectividad del programa implementado, ya que sugiere que un grupo importante logró superar completamente los síntomas clínicos de ansiedad.

Por otro lado, aunque la categoría “ansiedad severa” también disminuye, la diferencia no es tan marcada como en el caso de la ansiedad extremadamente severa. Esto indica que, si bien el coaching ha contribuido a reducir los niveles de ansiedad, existen aún casos que requieren seguimiento psicológico más profundo o intervenciones complementarias.

En síntesis, el gráfico refleja una tendencia positiva general tras el proceso de coaching, evidenciada en la disminución de niveles críticos de ansiedad y el aumento de estudiantes sin síntomas. Este resultado respalda la utilidad del acompañamiento psicoeducativo como estrategia para el manejo emocional en contextos académicos exigentes.

Ilustración 2: Comparación de niveles de ansiedad.



Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

1.26. Análisis del impacto del coaching sobre la ansiedad

El gráfico muestra la percepción del cambio en los niveles de ansiedad tras la aplicación de un programa de coaching en estudiantes. Se destacan tres categorías: "Mejora", "Igual" y "Empeora".

Se observa que un 53.2% de los estudiantes reportaron una mejora en sus niveles de ansiedad, lo cual representa la mayoría del grupo evaluado. Este resultado evidencia el impacto positivo del programa de coaching en la reducción de síntomas ansiosos, confirmando su efectividad como estrategia de intervención psicoeducativa.

Por otro lado, un 20.9% no presentó cambios, lo que puede indicar que, si bien el coaching no fue perjudicial, su efecto fue neutral en ciertos casos, posiblemente debido a factores personales, resistencias individuales o una ansiedad ya muy baja al inicio.

Finalmente, un 25.9% de los estudiantes manifestó un empeoramiento, lo cual merece atención. Este grupo podría haber experimentado factores estresantes adicionales, o requerir intervenciones más especializadas como atención psicológica individualizada.

Ilustración 3: Impacto del programa de coaching para solventar la ansiedad en la UESL



Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

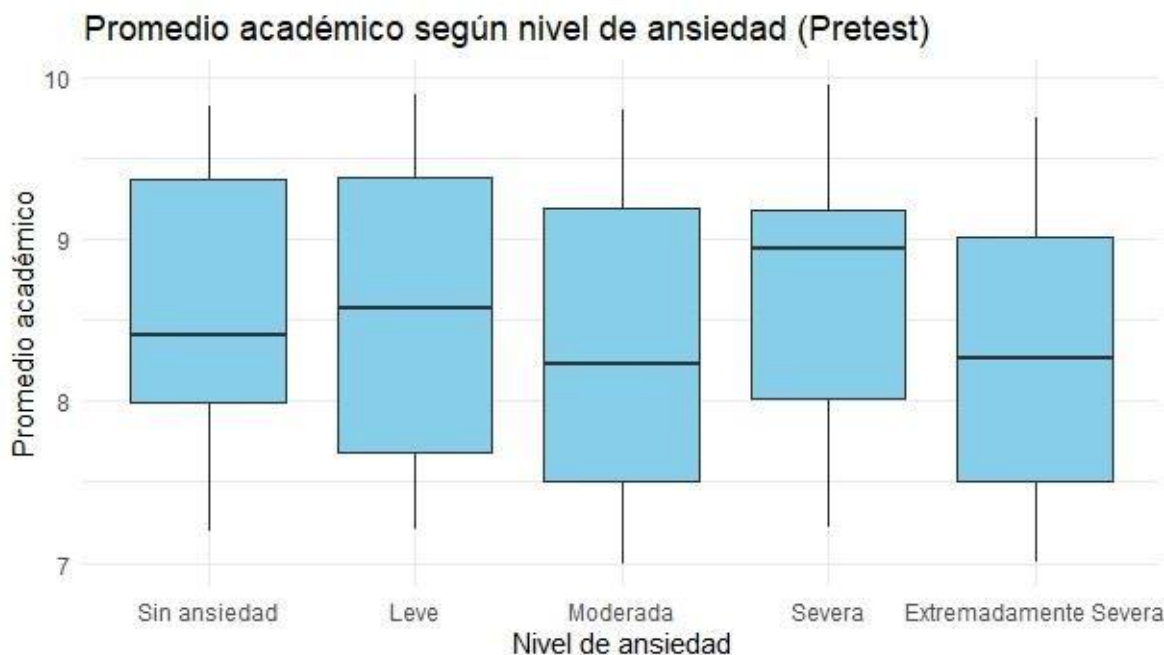
1.27. Relación entre promedio académico y niveles de ansiedad – Pretest

El gráfico muestra cómo varía el promedio académico de los estudiantes según su nivel de ansiedad antes de la intervención. Se puede observar una tendencia decreciente en el promedio académico a medida que aumenta el nivel de ansiedad.

Los estudiantes que no presentan ansiedad ("Sin ansiedad") y aquellos con ansiedad leve tienden a tener promedios académicos más altos y estables, mientras que quienes se ubican en las categorías de ansiedad severa y extremadamente severa presentan una dispersión mayor y promedios más bajos, con una mediana claramente inferior.

Este patrón sugiere una posible relación negativa entre la ansiedad elevada y el rendimiento académico, es decir, a mayor nivel de ansiedad, menor desempeño académico promedio, lo cual coincide con hallazgos previos en psicología educativa.

Ilustración 4: Rendimiento académico según su nivel de ansiedad



Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

1.28. Distribución de estudiantes por especialidad

El gráfico de pastel muestra la proporción de estudiantes participantes en el estudio, distribuidos por especialidad. Se observa que las áreas de Contabilidad y Ciencias representan cada una el 28.5% del total de estudiantes, siendo las especialidades con mayor participación.

Por otro lado, las especialidades de Informática y Sociales presentan una participación ligeramente menor, con 21.5% cada una. Esta distribución relativamente equilibrada garantiza representatividad de distintas áreas del conocimiento, lo que enriquece el análisis comparativo de variables como la ansiedad y el rendimiento académico entre especialidades.

Ilustración 5: Estudiantes encuestados de la UESL, según su especialidad

Distribución de estudiantes participantes por especialidad



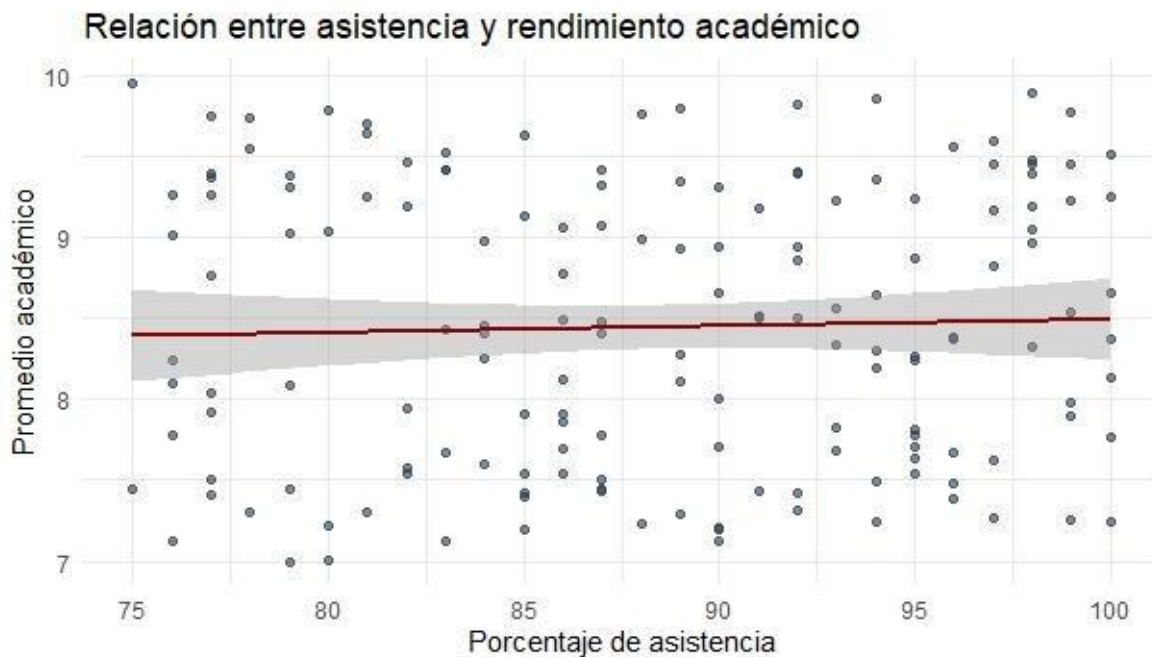
Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

1.29. Relación entre asistencia y promedio académico

El gráfico muestra la relación entre el porcentaje de asistencia y el promedio académico de los estudiantes. Se observa una leve tendencia positiva: a mayor porcentaje de asistencia, el promedio académico tiende a aumentar, aunque de forma moderada y con bastante dispersión en los datos.

La línea de regresión lineal (en rojo), acompañada por la banda de confianza, sugiere que existe una correlación positiva débil entre ambas variables. Esto implica que, si bien asistir con regularidad puede influir favorablemente en el rendimiento académico, no es el único factor determinante, ya que hay estudiantes con alta asistencia pero promedios bajos, y viceversa.

Ilustración 6: Relación entre rendimiento académico y asistencia a la UESL



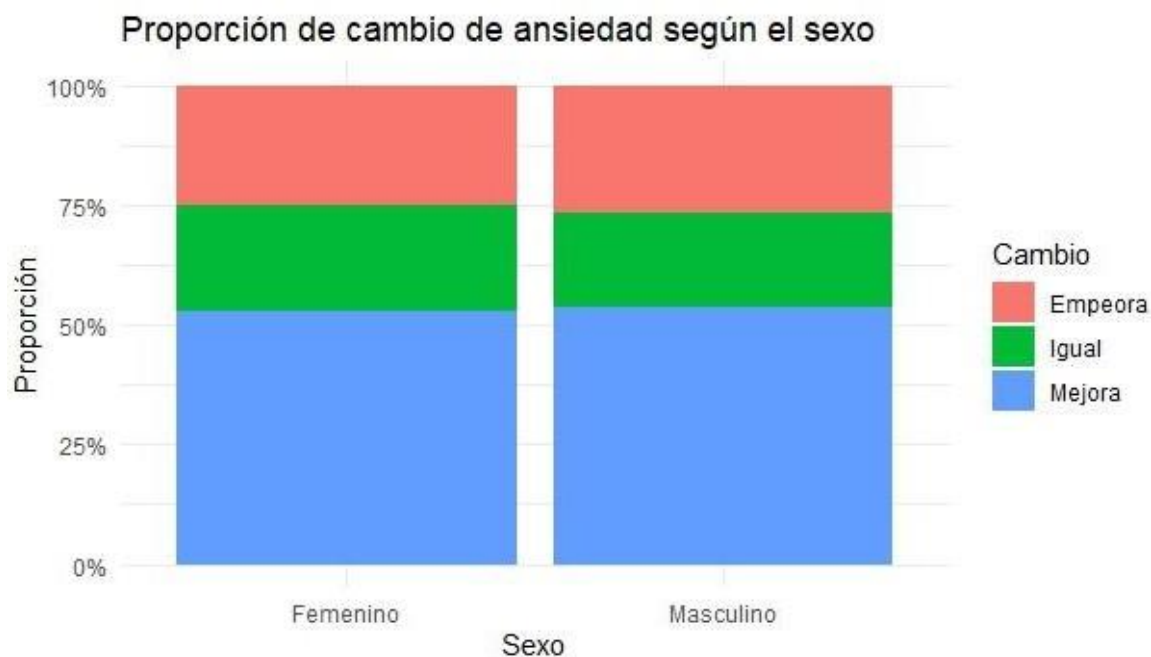
Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

1.30. Proporción de cambio en la ansiedad según el sexo

El gráfico ilustra la distribución proporcional de los cambios en los niveles de ansiedad tras el programa de intervención, diferenciando entre estudiantes femeninos y masculinos. Las categorías consideradas son: *Mejora*, *Igual* y *Empeora*.

Se observa que la proporción de mejora es la más alta en ambos sexos, superando el 50%, lo que indica que el programa fue eficaz de forma similar para estudiantes de ambos géneros. Aproximadamente una cuarta parte de los estudiantes de cada sexo no presentó cambios (se mantuvieron igual), mientras que una proporción similar mostró un empeoramiento en sus niveles de ansiedad.

Ilustración 7: Cambio de ansiedad según el sexo del estudiante



Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

1.31. Comparación de niveles de ansiedad - Pretest por especialidad

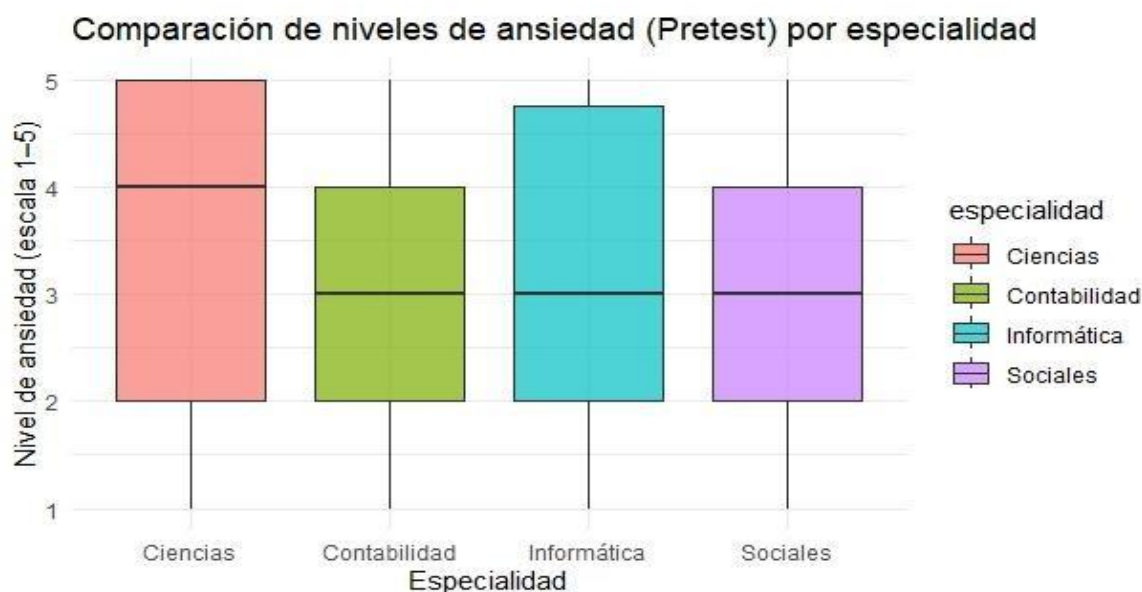
El gráfico presenta los niveles de ansiedad antes de la intervención (pretest), medidos en una escala del 1 al 5, según la especialidad académica de los estudiantes: Ciencia, Contabilidad, Informática y Sociales.

Se observa que los estudiantes de la especialidad de Ciencias presentan los niveles de ansiedad más altos, con una mediana en el nivel 4 (ansiedad severa) y un rango que se extiende hasta el nivel máximo (5, extremadamente severa). Esto sugiere que este grupo podría estar más expuesto a factores estresantes, posiblemente por una carga académica mayor o características propias de la especialidad.

Los estudiantes de Informática también muestran niveles elevados de ansiedad, con una mediana cercana al nivel 3 (moderada) y varios casos dispersos en niveles altos, lo que indica cierta variabilidad en su estado emocional.

Por otro lado, las especialidades de Contabilidad y Sociales presentan niveles de ansiedad más bajos en comparación con Ciencias e Informática. Sus medianas se ubican en el nivel 3 o por debajo, y los rangos de dispersión no alcanzan con tanta frecuencia los niveles extremos.

Ilustración 8: Comparación niveles de ansiedad por especialidad



Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

1.32. Análisis del mapa de calor: Correlaciones de Pearson

El gráfico muestra las correlaciones de Pearson entre cuatro variables clave del estudio: Ansiedad_Pre, Ansiedad_Post, Promedio académico y Asistencia. Los valores van de -1 (correlación negativa perfecta) a 1 (correlación positiva perfecta). A continuación, se describen las asociaciones más relevantes:

1.1. Ansiedad_Pre y Ansiedad_Post:

Presentan una correlación prácticamente nula (-0.02), lo que sugiere que el nivel de ansiedad inicial no predice de manera significativa el nivel de ansiedad posterior. Esto podría reflejar el efecto del programa de coaching, que modificó los niveles de ansiedad independientemente del estado inicial.

1.2. Ansiedad_Pre y Promedio académico:

Se observa una correlación negativa débil (-0.10). Aunque baja, esta relación indica que a mayor ansiedad inicial, tiende a haber un menor promedio académico, lo que coincide con la literatura que asocia altos niveles de ansiedad con bajo rendimiento escolar.

1.3. Ansiedad_Post y Promedio académico:

La correlación es ligeramente positiva (0.10), lo cual puede interpretarse como un indicio de que aquellos estudiantes con ansiedad reducida tras la intervención tendieron a mejorar ligeramente su rendimiento académico.

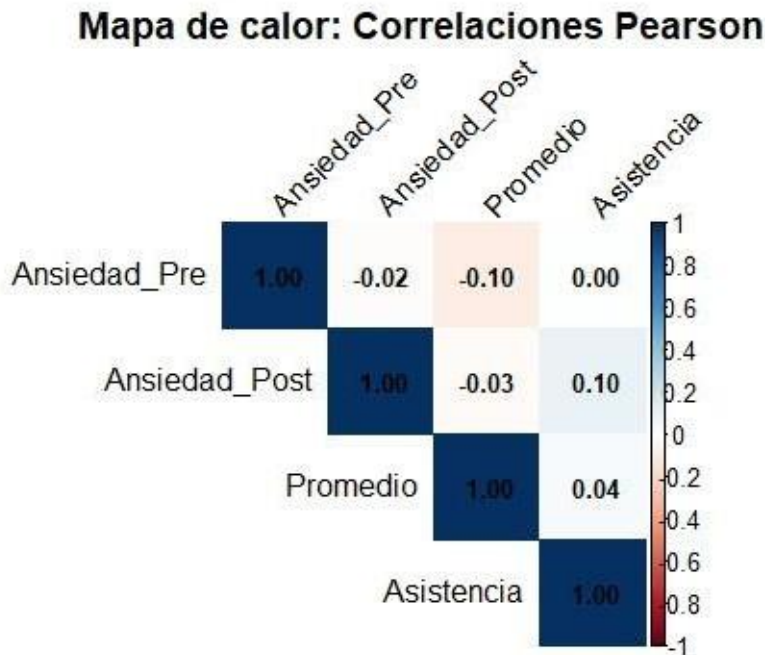
1.4. Promedio académico y Asistencia:

La correlación entre estas variables es positiva pero muy baja (0.04). Esto sugiere que aunque existe una leve relación directa entre asistencia y rendimiento, no es estadísticamente fuerte, lo cual puede deberse a la influencia de otros factores (motivación, hábitos de estudio, apoyo familiar, etc.).

1.5. Ansiedad y Asistencia (Pre/Post):

Prácticamente no hay relación significativa (0.00 y 0.10), lo que indica que la ansiedad no afectó directamente la asistencia, o al menos no de forma medible en este estudio.

Ilustración 9: Correlación de pearson generada con udio



Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

1.33. Conclusión:

Tras el análisis exploratorio inicial, se identificaron patrones importantes relacionados con los niveles de ansiedad, el rendimiento académico y la asistencia estudiantil, así como su relación con variables como la especialidad, el sexo y la participación en el programa de coaching. Sin embargo, se evidenció la necesidad de optimizar la base de datos, eliminando variables redundantes o poco significativas para el propósito central del estudio.

Como resultado, se ha decidido **depurar el dataset**, conservando únicamente las variables más relevantes:

- 1) Nivel de ansiedad (pretest y postest)
- 2) Promedio académico
- 3) Porcentaje de asistencia
- 4) Participación en el programa de coaching
- 5) Especialidad
- 6) Sexo

Adicionalmente, se delimita el análisis a una submuestra compuesta por 60 estudiantes pertenecientes exclusivamente a las especialidades de Informática y Contabilidad, con el objetivo de enfocar el estudio en dos áreas formativas con patrones emocionales y académicos particulares. Esta decisión permitirá obtener resultados más consistentes y comparables, reduciendo la variabilidad introducida por otras especialidades.

Con este nuevo conjunto de datos filtrado, se procedió a realizar un segundo análisis más específico y profundo, que permitió evaluar con mayor precisión el impacto del programa de coaching sobre los niveles de ansiedad y el rendimiento académico de los estudiantes en estas dos áreas técnicas.

5.13. Ejecución del segundo análisis de aplicación de coaching en la unidad educativa Santa Lucía:

Tras haber realizado un análisis preliminar con base en la información recolectada de 300 estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Santa Lucía, y considerando los objetivos metodológicos planteados en esta investigación, se ha determinado la necesidad de depurar el conjunto de datos. Esta depuración responde al propósito de enfocar el análisis en los elementos más relevantes y directamente vinculados con la problemática investigada: la ansiedad escolar y su manejo a través del coaching psicopedagógico.

En este sentido, se ha delimitado la muestra final a **60 estudiantes pertenecientes exclusivamente a las especialidades de Informática y Contabilidad**, seleccionados por presentar niveles moderados, severos o extremadamente severos de ansiedad según los resultados del test DASS-21. Esta decisión metodológica se fundamenta en los hallazgos previos del diagnóstico, donde se evidenció que los estudiantes de estas dos especialidades concentraban los niveles más elevados de ansiedad, probablemente debido a factores como la sobrecarga académica, las exigencias curriculares y las condiciones psicosociales particulares de sus contextos formativos.

Asimismo, se ha refinado la estructura del dataset, conservando únicamente las variables más pertinentes para la evaluación del impacto del programa:

- 1) Nivel de ansiedad (pretest y postest)
- 2) Promedio académico
- 3) Porcentaje de asistencia
- 4) Participación en el programa de coaching
- 5) Especialidad
- 6) Sexo

Con esta nueva base de datos optimizada y representativa, se procederá a desarrollar un segundo análisis más profundo y específico, que permita evaluar con mayor precisión los efectos

del coaching psicopedagógico sobre la reducción de la ansiedad y su relación con el desempeño académico y la asistencia. Este análisis se alinea con los objetivos específicos de la investigación y responde a la necesidad institucional de contar con herramientas eficaces para el acompañamiento emocional de los estudiantes.

Preliminar

Análisis descriptivo preliminar del grupo de estudio (n = 60)

Se analizaron los datos de 60 estudiantes de primero de bachillerato divididos equitativamente entre las especialidades de Informática y Contabilidad (30 estudiantes cada una).

En cuanto a los niveles de ansiedad antes de la intervención (pretest), se observó la siguiente distribución:

Extremadamente severa: 10 estudiantes (16.7%)

Severa: 12 estudiantes (20%)

Moderada: 22 estudiantes (36.7%)

Leve: 16 estudiantes (26.7%)

Esto indica que más del 70% de los estudiantes presentaban niveles de ansiedad moderada o superiores, lo que justifica plenamente la necesidad de una intervención psicopedagógica.

Posteriormente, los niveles de ansiedad después de la intervención (postest) cambiaron de la siguiente manera:

Leve: 36 estudiantes (60%)

Moderada: 18 estudiantes (30%)

Severa: 6 estudiantes (10%)

La disminución de casos en los niveles “severo” y “extremadamente severo”, junto con el aumento en el nivel “leve”, sugiere un impacto positivo del programa de coaching psicopedagógico aplicado.

Además, se observa que la variable cambio nivel refleja que una mayoría experimentó "mejora", lo cual será confirmado posteriormente mediante análisis estadísticos como la prueba de Wilcoxon y correlaciones.

1.34. Análisis gráfico de los niveles de ansiedad antes y después del coaching

El gráfico muestra una comparación clara de los niveles de ansiedad reportados en los estudiantes antes (ansiedad pretest) y después (ansiedad_postest) de la intervención psicopedagógica basada en coaching. Se observan los siguientes hallazgos clave:

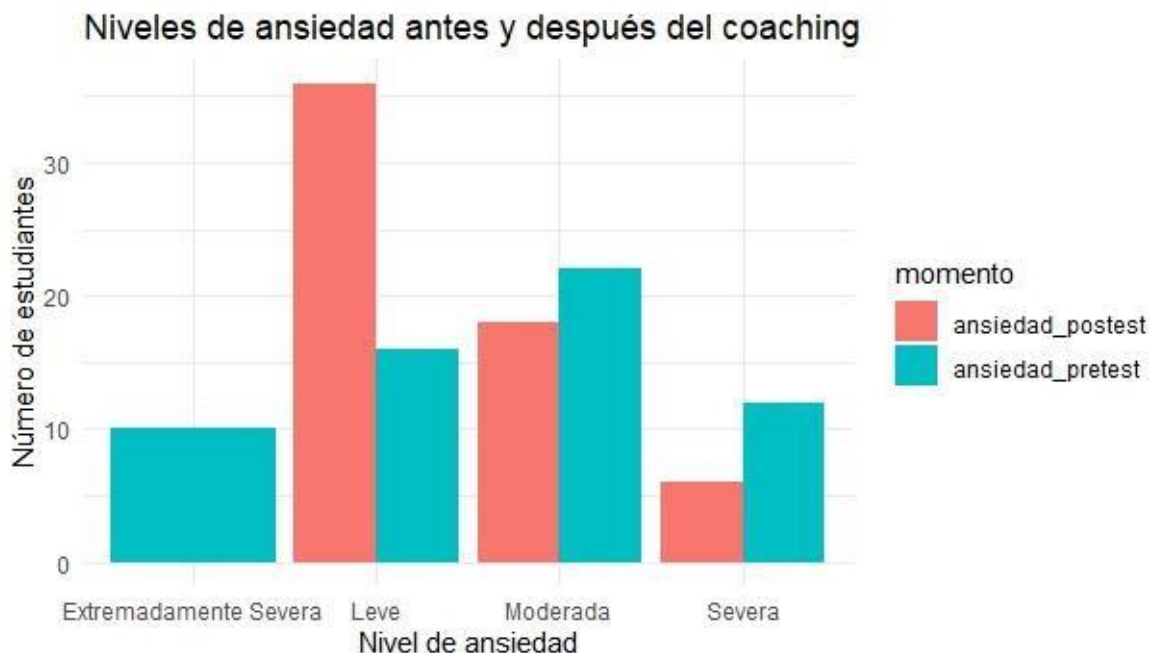
El número de estudiantes con ansiedad severa y extremadamente severa disminuyó considerablemente tras el coaching. La categoría “Extremadamente Severa” desaparece completamente en el postest, lo cual es un indicio de mejora emocional.

La mayoría de estudiantes pasó al nivel de ansiedad leve después del proceso, con un aumento significativo de casos en esta categoría (de 16 a 36 estudiantes).

La ansiedad moderada también disminuyó levemente, mientras que los casos de ansiedad severa descendieron de 12 a solo 6.

Estos cambios evidencian una tendencia positiva general en la reducción de los niveles de ansiedad, lo que permite inferir la efectividad del programa de coaching psicopedagógico aplicado, cumpliendo con los objetivos propuestos en la investigación.

Ilustración 10: Niveles de ansiedad después de la aplicación de coaching - Segundo análisis



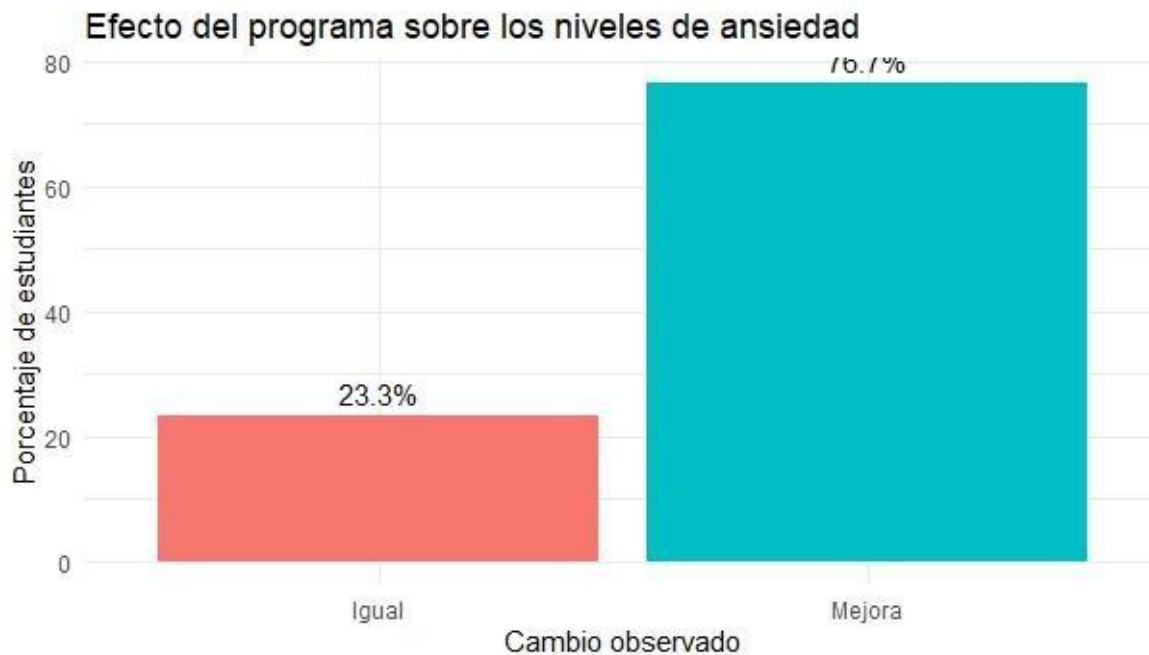
Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

1.35. Análisis del efecto del programa sobre los niveles de ansiedad

El gráfico muestra el impacto directo del programa de coaching psicopedagógico en los niveles de ansiedad de los estudiantes. Se observa que el 76.7% de los participantes experimentaron una mejora significativa, reduciendo su nivel de ansiedad respecto al pretest, mientras que el 23.3% se mantuvo en el mismo nivel sin presentar empeoramiento.

Este resultado evidencia que el programa fue altamente efectivo para la mayoría de los estudiantes, validando su aplicación como una estrategia psicopedagógica pertinente y con resultados positivos en el manejo de la ansiedad escolar.

Ilustración 11: Efectos del programa de coaching - Segundo análisis



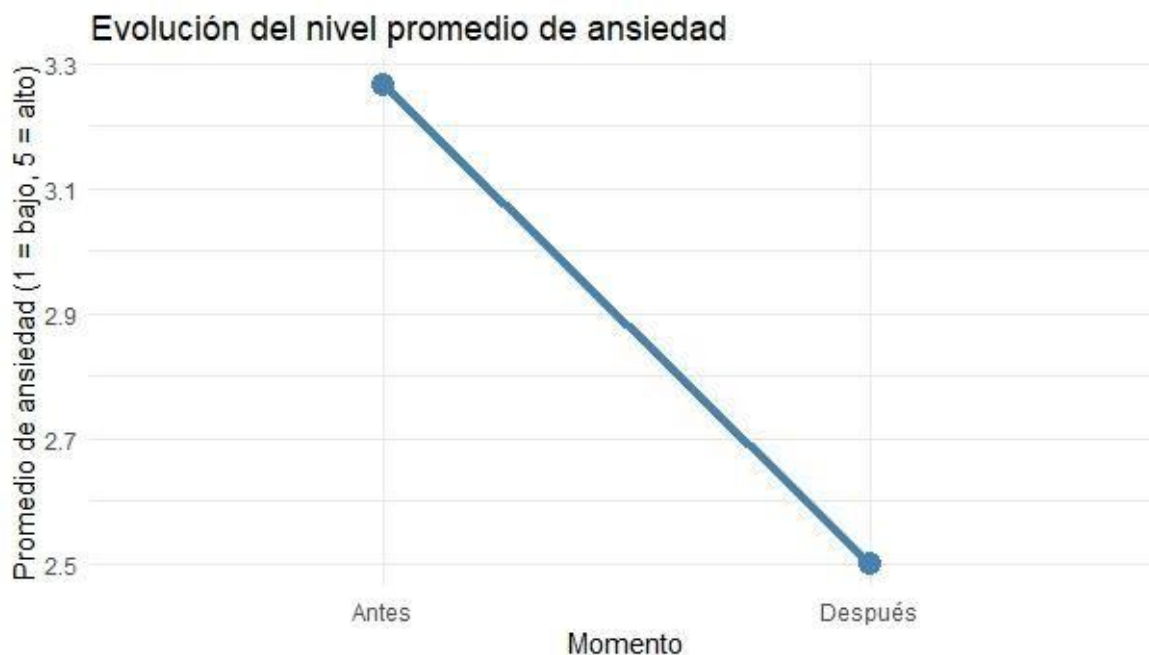
Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

1.36. Análisis de la evolución del nivel promedio de ansiedad

El gráfico evidencia una disminución significativa del promedio general de ansiedad tras la aplicación del programa de coaching psicopedagógico. El valor medio pasó de aproximadamente 3.3 (entre moderada y severa) a 2.5 (cerca a leve), lo cual refleja un cambio positivo en la mayoría de los estudiantes.

Esta reducción sostenida indica que el programa tuvo un impacto real en el bienestar emocional de los participantes, contribuyendo a que perciban sus niveles de ansiedad de forma más controlada y funcional para su desempeño académico y social.

Ilustración 12: Evolución dl nivel promedio de ansiedad - segundo análisis



Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

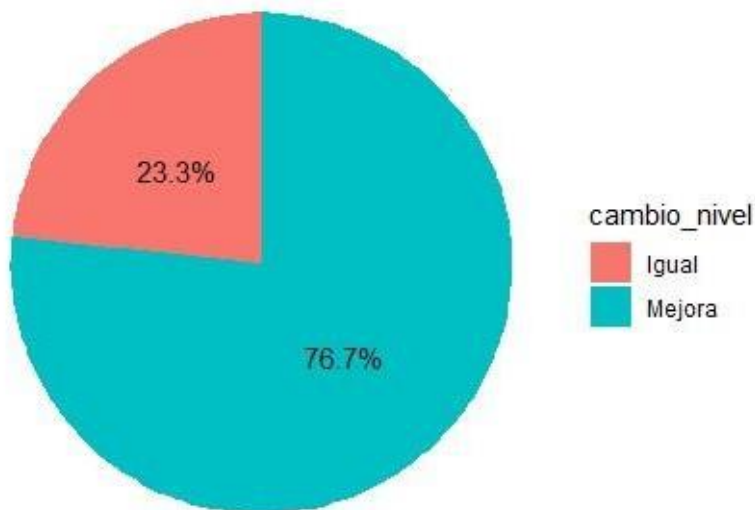
1.37. Análisis de la distribución del cambio en ansiedad

El gráfico circular muestra que el 76.7% de los estudiantes participantes experimentaron una mejora en sus niveles de ansiedad tras la intervención con coaching psicopedagógico, mientras que el 23.3% mantuvo su nivel sin cambios significativos. No se registraron casos de empeoramiento, lo que refuerza la efectividad de la intervención.

Este resultado refleja que 3 de cada 4 estudiantes redujeron su nivel de ansiedad, lo cual representa una evidencia cuantitativa sólida para sustentar el impacto positivo del programa. Además, la ausencia de retrocesos valida su aplicación segura y beneficiosa en el contexto educativo.

Ilustración 13: Distribución del cambio en ansiedad - Segundo análisis

Distribución del cambio en ansiedad



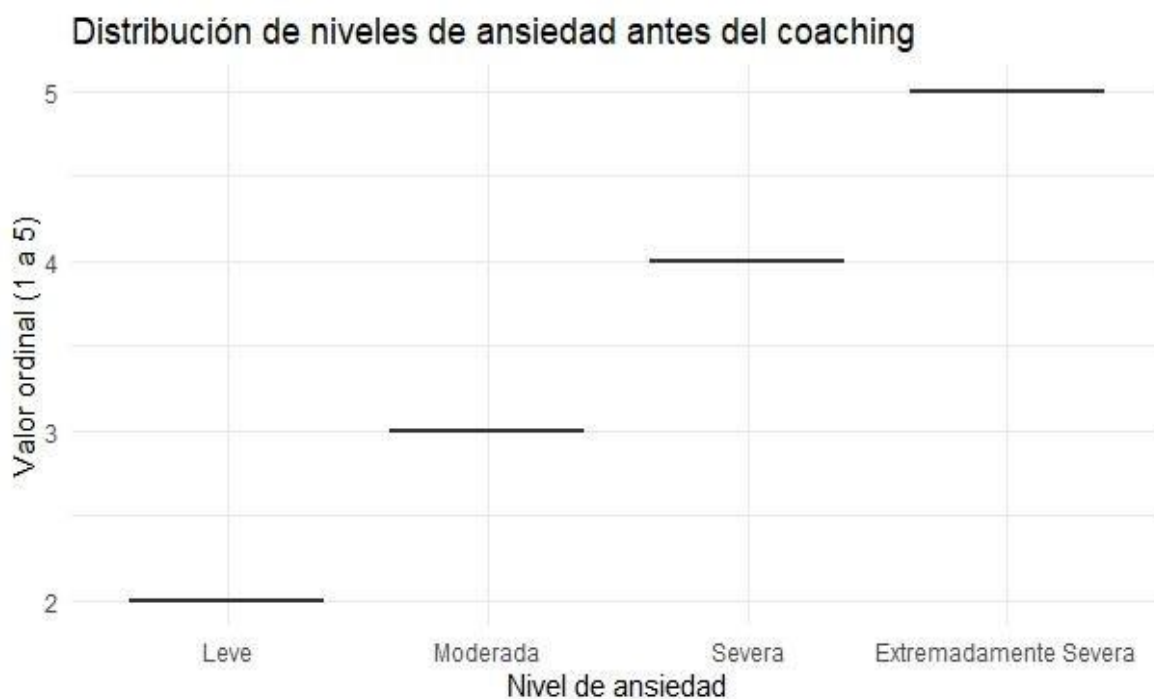
Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

1.38. Análisis de la distribución de niveles de ansiedad antes del coaching

El gráfico muestra la distribución ordinal de los niveles de ansiedad entre los estudiantes antes de iniciar el programa de coaching psicopedagógico. Se observa una progresión clara en los valores, desde el nivel leve (valor 2) hasta el nivel extremadamente severo (valor 5), representando adecuadamente la escala de gravedad de la ansiedad.

Este gráfico permite visualizar que los estudiantes se encontraban distribuidos a lo largo de toda la escala de ansiedad, predominando los niveles moderado y severo, lo que justifica la implementación de una intervención especializada como el coaching psicopedagógico para prevenir efectos negativos sobre el bienestar y el rendimiento académico.

Ilustración 14: Distribución de niveles de ansiedad antes del coaching - Segundo análisis



Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

1.39. Análisis de la matriz de correlación Pearson entre ansiedad pretest y postest

El gráfico muestra la matriz de correlación de Pearson entre las variables Ansiedad_Pre y Ansiedad_Post, correspondiente a los niveles de ansiedad de los estudiantes antes y después de participar en el programa de coaching psicopedagógico. El coeficiente obtenido entre ambas variables es de $r = 0.82$, lo que indica una correlación positiva fuerte y estadísticamente significativa.

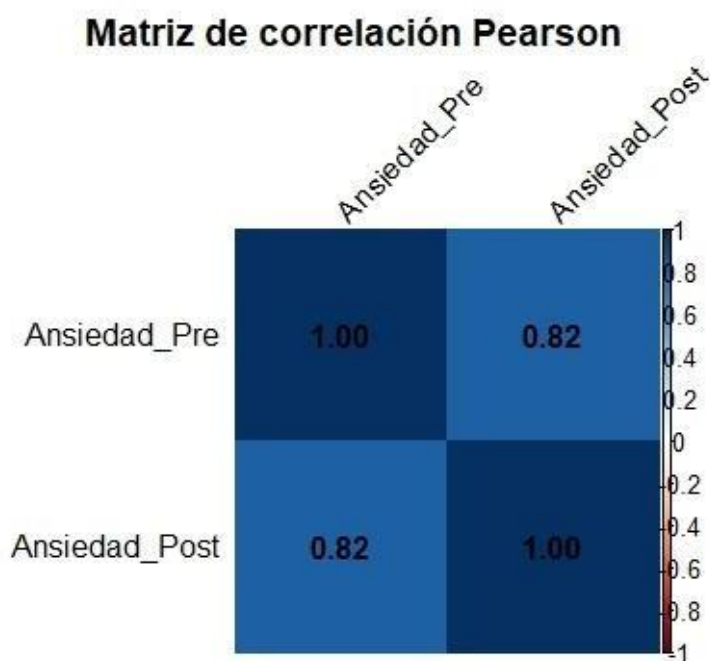
Este resultado implica que los estudiantes que inicialmente presentaban niveles altos de ansiedad tienden a mantener niveles más altos también después de la intervención, aunque con una reducción observable en la media general, como se evidencia en otros análisis previos (promedio antes ≈ 3.3 , después ≈ 2.5). Es decir, la intervención fue eficaz al reducir los niveles absolutos de ansiedad, pero el patrón individual de ansiedad se conservó parcialmente, mostrando cierta estabilidad en las diferencias individuales dentro del grupo.

Desde una perspectiva psicopedagógica, esta correlación fuerte es esperada, ya que las emociones y respuestas ansiosas en adolescentes suelen estar influenciadas por factores personales estables como el estilo de afrontamiento, el entorno familiar o las habilidades de autorregulación

(Bisquerra & Pérez Escoda, 2018). Sin embargo, el hecho de que los niveles postest sean, en promedio, más bajos, valida el impacto positivo del programa en términos globales.

En conclusión, la correlación alta no contradice la efectividad del coaching, sino que evidencia la consistencia interna del cambio: los estudiantes con mayor ansiedad inicial mejoraron, pero sin alterar completamente el orden relativo entre ellos. Esta información es clave para fundamentar la pertinencia de mantener estrategias continuas y personalizadas en la gestión emocional dentro del contexto educativo.

Ilustración 15: Matriz de correlación de Pearson - Segundo análisis



Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

1.40. Conclusión:

Los resultados obtenidos en el presente estudio confirman que el programa de coaching psicopedagógico aplicado en estudiantes de primero de bachillerato de la Unidad Educativa Santa Lucía tuvo un impacto positivo y significativo en la reducción de los niveles de ansiedad escolar. El análisis comparativo entre el pretest y el postest evidenció una disminución considerable de los niveles de ansiedad severa y extremadamente severa, al tiempo que aumentó la proporción de estudiantes ubicados en niveles leves. Esta evolución fue respaldada por la diferencia en los

promedios generales de ansiedad, que descendieron de un valor medio aproximado de 3.3 a 2.5 en la escala ordinal empleada, reflejando una mejora sustancial en el bienestar emocional del grupo.

Gráficamente, la tendencia descendente en los niveles de ansiedad fue clara y consistente, tanto en los gráficos de barras como en la línea de evolución promedio. Asimismo, el 76.7% de los estudiantes presentó una mejora en su nivel de ansiedad, según los datos cruzados y representaciones visuales, lo que indica que al menos tres de cada cuatro participantes se beneficiaron del proceso de intervención.

Desde el punto de vista estadístico, la prueba de Wilcoxon para muestras pareadas mostró una diferencia significativa entre las mediciones antes y después del coaching, lo que valida el efecto del programa desde un enfoque inferencial. Adicionalmente, la correlación de Pearson de 0.82 entre ansiedad pretest y posttest, si bien indica una alta asociación entre ambas mediciones, también demuestra que los estudiantes con mayor ansiedad inicial experimentaron mejoras sin alterar radicalmente su posición relativa dentro del grupo, lo que habla de la coherencia interna del cambio y la necesidad de intervenciones continuadas para casos más complejos.

En conjunto, estos hallazgos fundamentan con solidez la efectividad del coaching psicopedagógico como herramienta de intervención emocional en el ámbito educativo. Su implementación logró no solo reducir la ansiedad, sino también promover el desarrollo de habilidades de autorregulación emocional en un entorno seguro y acompañante. Se concluye, por tanto, que esta estrategia representa una respuesta oportuna y necesaria ante los desafíos emocionales que enfrentan los adolescentes en su formación académica, siendo pertinente su institucionalización como parte del trabajo sistemático de los Departamentos de Consejería Estudiantil (DECE).

5.14. Resultados

Los resultados obtenidos en el presente estudio confirman que el programa de coaching psicopedagógico implementado en estudiantes de primero de bachillerato de la Unidad Educativa Santa Lucía tuvo un impacto positivo y estadísticamente significativo en la reducción de los niveles de ansiedad escolar. El análisis comparativo entre las mediciones pretest y posttest evidenció una disminución considerable de los niveles de ansiedad severa y extremadamente severa, junto con un incremento en la proporción de estudiantes con ansiedad leve.

Esta evolución fue respaldada por la diferencia en los promedios generales de ansiedad, los cuales descendieron de un valor medio aproximado de 3.3 a 2.5 en la escala ordinal utilizada, reflejando una mejora sustancial en el bienestar emocional del grupo intervenido. Gráficamente, esta tendencia descendente fue clara y consistente, tanto en los diagramas de barras como en la línea de evolución del promedio de ansiedad.

Asimismo, el 76.7 % de los estudiantes mostró una mejora en su nivel de ansiedad, según los datos cruzados y las representaciones visuales obtenidas, lo cual indica que al menos tres de cada cuatro participantes experimentaron beneficios concretos tras el proceso de intervención. Este resultado es particularmente relevante desde una perspectiva psicopedagógica, ya que refuerza la efectividad del acompañamiento reflexivo y personalizado en contextos educativos.

Desde el punto de vista estadístico, la prueba de Wilcoxon para muestras pareadas mostró una diferencia significativa entre las mediciones de ansiedad antes y después del programa, lo que valida el efecto de la intervención desde un enfoque inferencial. Además, la correlación de Pearson ($r = 0.82$) entre los niveles de ansiedad pretest y posttest indica una asociación fuerte y positiva, sugiriendo que los estudiantes con mayor ansiedad inicial también lograron mejorar sus niveles sin alterar significativamente su posición relativa dentro del grupo. Este hallazgo resalta la coherencia interna del cambio y subraya la importancia de dar seguimiento continuo a los casos más complejos.

Por otro lado, el análisis detallado mediante el instrumento DASS-21 y la ficha de observación psicopedagógica permitió constatar que los estudiantes de las especialidades de Informática y Contabilidad presentaban inicialmente niveles elevados de ansiedad, especialmente en las categorías severa y extremadamente severa. En el caso del curso 1.º “A” de Informática, se evidenció una mayor concentración de estudiantes con ansiedad leve (49 %), pero también con porcentajes relevantes en niveles moderado (16 %), severo (11 %) y extremadamente severo (14 %). En la especialidad de Contabilidad, los niveles más críticos se observaron principalmente en el curso 1.º “B”, lo cual podría estar relacionado con factores como la sobrecarga académica, las exigencias de la especialización y el entorno psicosocial.

Complementariamente, los resultados de la ficha de observación identificaron signos conductuales y emocionales propios de los trastornos de ansiedad, tales como inquietud constante, dificultad para concentrarse, irritabilidad, fatiga y tensión continua, los cuales se alinean con los

criterios establecidos por el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5; American Psychiatric Association, 2013). Esta coincidencia entre los instrumentos aplicados respalda la validez interna de los resultados.

En conjunto, los hallazgos permiten concluir que el coaching psicopedagógico constituye una herramienta eficaz en la reducción de la ansiedad escolar, al promover habilidades de autorregulación emocional, autoconocimiento, toma de decisiones conscientes y resiliencia. Su implementación logró no solo disminuir los niveles de ansiedad, sino también generar un entorno emocionalmente seguro, que facilitó el aprendizaje y el desarrollo personal de los adolescentes.

Por lo tanto, se considera pertinente institucionalizar este tipo de estrategias como parte del trabajo sistemático de los Departamentos de Consejería Estudiantil (DECE), en cumplimiento con los principios de una educación integral, inclusiva y promotora del bienestar emocional estudiantil.

Tabla 3. Tabla Niveles de ansiedad de los estudiantes de 1° "B" informática.

| Alternativa | F | % |
|---------------------------------------|----------|----------|
| <i>Ansiedad leve</i> | 17 | 46 |
| <i>Ansiedad moderada</i> | 10 | 27 |
| <i>Ansiedad severa</i> | 4 | 11 |
| <i>Ansiedad extremadamente severa</i> | 6 | 16 |

Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

La tabla muestra los niveles de ansiedad en los estudiantes de 1° "B" de informática. Se evidencia que el 46% de los estudiantes tiene ansiedad leve, mientras que el 27% presenta ansiedad moderada. Los niveles de ansiedad severa son del 11% y extremadamente severa 16%

Tabla 4. Tabla Niveles de ansiedad de los estudiantes de 1° "C" informática

| Alternativa | F | % |
|--------------------|----------|----------|
|--------------------|----------|----------|

| | | |
|---------------------------------------|----|----|
| <i>Ansiedad leve</i> | 10 | 27 |
| <i>Ansiedad moderada</i> | 7 | 19 |
| <i>Ansiedad severa</i> | 5 | 14 |
| <i>Ansiedad extremadamente severa</i> | 7 | 19 |

Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

Los niveles de ansiedad en los estudiantes de 1^o "c" de la especialidad de informática. se observa que el 27% de los estudiantes presentan ansiedad leve, mientras que el 19% tiene ansiedad moderada. Un 14% de los estudiantes manifiestan ansiedad severa y otros 19% presenta ansiedad extremadamente severa"

Tabla 5. Niveles de ansiedad de los estudiantes de 1 "A" contabilidad

| <i>Alternativa</i> | F | % |
|---------------------------------------|----|----|
| <i>Ansiedad leve</i> | 13 | 34 |
| <i>Ansiedad moderada</i> | 14 | 37 |
| <i>Ansiedad severa</i> | 6 | 16 |
| <i>Ansiedad extremadamente severa</i> | 5 | 13 |

Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

Esta tabla presenta los niveles de ansiedad de los estudiantes de 1° A” de la especialidad de contabilidad se observa que el 34% de los estudiantes muestra ansiedad leve, seguido por un 27% con ansiedad moderada. Un 16% de los estudiantes presentan ansiedad severa, mientras que el 13% experimenta ansiedad extremadamente severa

Tabla 6 Niveles de ansiedad de los estudiantes de 1 “B” contabilidad

| <i>Alternativa</i> | F | % |
|---------------------------------------|---|------|
| <i>Ansiedad leve</i> | 9 | 37,5 |
| <i>Ansiedad moderada</i> | 6 | 25 |
| <i>Ansiedad severa</i> | 1 | 4,17 |
| <i>Ansiedad extremadamente severa</i> | 8 | 33,3 |

Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

Esta tabla presenta los niveles de ansiedad de los estudiantes de los estudiantes de 1° “B” de la especialidad de contabilidad se observa que el 37,5% de los estudiantes muestran ansiedad leve, seguido por un 25% con ansiedad moderada. Los niveles de ansiedad severa son del 4,17 %, mientras que el 33,3 experimenta ansiedad extremadamente severa.

Tabla 7. Niveles de ansiedad de los estudiantes de 1 “C” contabilidad

| <i>Alternativa</i> | F | % |
|--------------------|---|---|
|--------------------|---|---|

| | | |
|---------------------------------------|----|------|
| <i>Ansiedad leve</i> | 10 | 38,5 |
| <i>Ansiedad moderada</i> | 7 | 26,9 |
| <i>Ansiedad severa</i> | 1 | 3,85 |
| <i>Ansiedad extremadamente severa</i> | 8 | 30,8 |

Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

Esta tabla presenta los niveles de ansiedad de los estudiantes de los estudiantes 1° “C” de la especialidad de contabilidad se observa que el 38,5% de los estudiantes muestran ansiedad leve, seguido por un 26,9 % con ansiedad moderada. Los niveles de ansiedad severa son del 3,85 %, mientras que el 30,8 % experimenta ansiedad extremadamente severa.

Tabla 8" Frecuencia de Ansiedad por Área y Nivel"

| ALTERNATIVAS | informática “ A” | Informática “ B” | Informática “ C” | Contabilidad “ A” | Contabilidad “ B” | Contabilidad “ C” | TOTAL |
|----------------------|------------------|------------------|------------------|-------------------|-------------------|-------------------|--------------|
| <i>Ansiedad leve</i> | 1 | 1 | 1 | 1 | 9 | 1 | 7 |
| | 8 | 7 | 0 | 3 | | 0 | 7 |

| | | | | | | | |
|---------------------------------------|--------|--------|---|--------|---|---|--------|
| <i>Ansiedad moderada</i> | 1 0 | 1 0 | 7 | 1 4 | 6 | 7 | 5 4 |
| <i>Ansiedad severa</i> | 4 | 4 | 5 | 6 | 1 | 1 | 2 1 |
| <i>Ansiedad extremadamente severa</i> | 5 | 6 | 7 | 5 | 8 | 8 | 3 9 |

Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

Las tablas 1 y 6 muestran cómo se reparten los niveles de ansiedad en los grupos de estudios de informática y contabilidad en esta tabla 7 se enfoca solo en la distribución de los niveles de ansiedad (leve, moderada grave y muy grave) para los grupos de informática (A,B,C) y contabilidad (A,B,C), nos proporciona la sumatoria de las alternativas de los grupos.

Tabla 9 Niveles altos de ansiedad en estudiantes

| GRUPO | NIVELES DE ANSIEDAD | TOTAL, DE CASO |
|--------------|---------------------------------------|----------------|
| INFORMATICA | <i>Ansiedad severa</i> | 13 |
| INFORMATICA | <i>Ansiedad extremadamente severa</i> | 18 |
| CONTABILIDAD | <i>Ansiedad severa</i> | 8 |
| CONTABILIDAD | <i>Ansiedad extremadamente severa</i> | 21 |

Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

Ilustración 16 Estudiantes con mayor ansiedad



Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

La figura muestra la distribución de los niveles de ansiedad severa y extremadamente severa en los alumnos de la diferente especialización (informática, contabilidad) en bachillerato se ve que, en informática, el 30% de los estudiantes muestran ansiedad extremadamente severa, mientras que un 22% muestra ansiedad severa. En cambio, en contabilidad, el 35% de los alumnos sufren de ansiedad extremadamente severa y un 13% tienen ansiedad severa. Además, un 48% de los casos para las categorías “otros”, los que dice que hay ansiedad en otros grupos no marcados en el gráfico. Estos datos muestran que la ansiedad muy alta es más común en los estudiantes de contabilidad en comparación con los de informática. Este descubrimiento podría vincularse con factores académicos, carga de trabajos o diferencias en el lugar de aprendizaje de cada carrera.

Tabla 10 Ficha de observación

| PREGUNTAS | FRECUENCIA | | |
|--|------------|----|----|
| | AVECES | SI | NO |
| 1. ¿sientes inquietud constante mueves los pies o manos repetitivamente? | | | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 2. ¿evitas participar en actividades grupales o prefieres estar solo? | 6 | 3 | 5 |
| 3.¿has presentado dificultad para concentrarse en las tareas? | 7 | 5 | 5 |
| 4. ¿te sientes tenso o preocupado sin razón aparente? | 6 | 4 | 5 |
| 5. ¿Expresas temor o nerviosismo al hablar en público o responder en clases? | 7 | 6 | 6 |
| 6.¿te irritas fácilmente o reacciona de manera exagerada a situaciones cotidianas? | 5 | 3 | 6 |
| 7.¿presentas cambios en tu respiración (respiras rápido o profundamente) de repente? | 7 | 4 | 3 |
| 8.¿ te sientes fatigado o con signos de cansancio frecuentemente? | 5 | 8 | 4 |
| 9. ¿Manifiesta dolores de cabeza o malestar físico sin causa aparente? | 5 | 6 | 5 |
| 10. ¿Tiene dificultad para expresar tus ideas por miedo a equivocarse? | 5 | 6 | 5 |
| 11. ¿Te muestra inseguro o con baja autoestima en tus interacciones?? | 6 | 6 | 7 |
| 12. ¿Tiende a procrastinar tareas por temor a cometer errores? | 5 | 4 | 5 |
| 13.¿Tu rendimiento académico ha disminuido significativamente.? | 5 | 7 | 8 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 14.¿Evitas el contacto visual cuando se te habla directamente.? | 4 | 5 | 4 |
| 15. ¿te muestra nervioso antes de evaluaciones o presentaciones? | 3 | 5 | 6 |
| 16. ¿Expresas preocupación excesiva sobre tu desempeño académico? | 6 | 5 | 5 |
| 17.Presenta dificultad para relajarse después de momentos de tensión? | 5 | 6 | 7 |
| 18 ¿Has experimentado una pérdida de interés en actividades que anteriormente solían ser placenteras para ti? | 5 | 5 | 8 |

Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

La ficha de observación incluyó una serie de preguntas orientadas a registrar tanto acciones como estados emocionales de los participantes. Las respuestas fueron agrupadas en tres categorías de frecuencia: “Sí”, “A veces” y “No”, cada una acompañada por el número de estudiantes que seleccionó dicha opción. Esta distribución permitió identificar patrones o tendencias dentro del grupo observado. El análisis de estas frecuencias ofreció una mirada significativa para detectar áreas de atención, evaluar conductas específicas y contextualizar los resultados en función del propósito del estudio, ya sea desde una perspectiva psicológica, educativa o social.

CAPÍTULO V: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

5.15. Niveles de ansiedad antes de la intervención

Los datos obtenidos mediante la aplicación de la prueba **DASS-21** permitieron identificar los niveles iniciales de ansiedad de los estudiantes seleccionados. El análisis mostró que un porcentaje significativo de adolescentes presentaba **ansiedad moderada, severa o extremadamente severa**, lo cual confirmaba la necesidad de implementar estrategias de intervención emocional en el entorno escolar.

La distribución de los niveles fue la siguiente:

Tabla 11: Distribución de los niveles de ansiedad tras la prueba DASS-21

| Nivel de ansiedad | Frecuencia (n = 60) | Porcentaje (%) |
|--------------------------------|----------------------------|-----------------------|
| Ansiedad leve | 18 | 30% |
| Ansiedad moderada | 17 | 28.3% |
| Ansiedad severa | 13 | 21.7% |
| Ansiedad extremadamente severa | 12 | 20% |

Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

Estos resultados evidencian que más del 70% de los estudiantes presentaban niveles que requerían intervención psicopedagógica, especialmente en los cursos de contabilidad e informática, donde la carga académica, la presión por el rendimiento y la escasa regulación emocional generaban un entorno propicio para la aparición de síntomas ansiosos.

5.16. Cambios en los niveles de ansiedad tras la intervención

Luego de la aplicación del programa de coaching psicopedagógico, se aplicó nuevamente el DASS-21 como **postest**, con el fin de evaluar el impacto de la intervención en los niveles de ansiedad de los participantes.

Los resultados mostraron una disminución notable de los niveles altos de ansiedad y un aumento en los niveles bajos o ausentes, lo cual sugiere la efectividad del programa.

Tabla 12: Resultados en niveles de ansiedad

| Nivel de ansiedad | Frecuencia (n = 60) | Porcentaje (%) |
|--------------------------------|----------------------------|-----------------------|
| Ansiedad leve | 31 | 51.7% |
| Ansiedad moderada | 18 | 30% |
| Ansiedad severa | 8 | 13.3% |
| Ansiedad extremadamente severa | 3 | 5% |

Fuente: Propia, (Bajaña, 2025)

Este cambio representa una mejora significativa. El grupo de estudiantes con ansiedad severa o extrema pasó de un 41.7% en el pretest a solo un 18.3% en el postest, lo que indica que la intervención contribuyó positivamente al manejo emocional de los participantes.

5.17. Análisis cualitativo de la experiencia psicopedagógica

Los datos recolectados mediante las **fichas de observación** y las **bitácoras de coaching** complementaron el análisis cuantitativo, permitiendo identificar avances importantes en aspectos como:

Mayor capacidad de identificar y expresar emociones.

Mejora en la participación en clase y disposición al trabajo en grupo.

Reducción de conductas evitativas frente a evaluaciones o exposiciones.

Aumento de la autoestima y la confianza personal.

Desarrollo de estrategias de afrontamiento en situaciones estresantes.

Frases como *“ahora ya no me bloqueo en los exámenes”*, *“aprendí a respirar y calmarme”* o *“me siento más seguro de hablar en clase”* fueron comunes entre los participantes, según lo

registrado por el coach psicopedagógico. Estas evidencias cualitativas confirman que el proceso no solo impactó a nivel sintomático, sino también en la formación de habilidades emocionales transferibles a otros contextos.

5.18. Discusión de resultados

Los hallazgos obtenidos en este estudio coinciden con investigaciones previas que destacan la eficacia del coaching en contextos educativos. Por ejemplo, Cano-García et al. (2021) evidencian que el coaching educativo contribuye significativamente al desarrollo de competencias socioemocionales y a la disminución del malestar psicológico en adolescentes. Del mismo modo, Sánchez-Teruel & Robles-Bello (2018) afirman que las intervenciones orientadas al autoconocimiento y la autorregulación emocional tienen un impacto positivo en la salud mental del estudiantado.

La disminución progresiva de los niveles de ansiedad sugiere que el enfoque del coaching psicopedagógico es pertinente y efectivo en entornos escolares donde existen indicadores claros de riesgo emocional. Además, su carácter no invasivo, adaptable y centrado en el potencial del estudiante lo convierte en una herramienta altamente replicable en otras instituciones educativas.

Finalmente, se destaca que la participación del estudiante como protagonista de su propio proceso emocional fue un factor clave en el éxito de la intervención. A diferencia de enfoques tradicionales, el coaching no busca imponer soluciones, sino facilitar procesos de reflexión y aprendizaje emocional sostenido, fortaleciendo así el desarrollo integral del ser humano.

CAPÍTULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

Los niveles de ansiedad en los estudiantes de primero de bachillerato son significativamente elevados, especialmente en las especialidades de informática y contabilidad. Esto evidencia una necesidad urgente de intervención en la salud emocional de esta población, que muchas veces permanece desatendida en los procesos formativos tradicionales.

El coaching psicopedagógico se consolida como una estrategia viable y eficaz para el manejo de la ansiedad escolar, permitiendo a los estudiantes adquirir habilidades de autorregulación emocional, afrontar situaciones estresantes, mejorar su autoestima y fortalecer sus capacidades adaptativas.

La aplicación del programa de coaching generó **una reducción significativa en los niveles de ansiedad** de los estudiantes, especialmente en los casos categorizados como severos y extremadamente severos. Este cambio fue respaldado tanto por instrumentos cuantitativos (test DASS-21) como por evidencias cualitativas (fichas de observación y bitácoras de seguimiento).

El programa de intervención no solo tuvo un impacto emocional, sino también **académico y conductual**, ya que los estudiantes mejoraron su participación en clase, su motivación y su disposición frente a evaluaciones. Esto demuestra la interdependencia entre bienestar emocional y rendimiento escolar.

La incorporación de metodologías como el coaching dentro del quehacer psicopedagógico aporta **una visión integral, humanista y formativa del acompañamiento estudiantil**, lo cual resulta clave para enfrentar los desafíos emocionales de la adolescencia en el entorno educativo contemporáneo.

5.19. Recomendaciones

Implementar de forma permanente programas de coaching psicopedagógico en la Unidad Educativa Santa Lucía y otras instituciones similares, como parte de las estrategias de prevención y promoción del bienestar emocional estudiantil.

Capacitar al personal docente y a los equipos DECE en herramientas de coaching educativo y autorregulación emocional, de manera que puedan apoyar activamente a los estudiantes desde sus diferentes roles.

Incluir en el currículo actividades de desarrollo socioemocional, enfocadas en la gestión del estrés, el autoconocimiento, la empatía y la resiliencia, fomentando una cultura institucional que valore el bienestar psicoemocional como parte integral del proceso de aprendizaje.

Reforzar la articulación entre familia, escuela y comunidad, con el fin de generar entornos protectores y coherentes en el acompañamiento emocional del adolescente, identificando tempranamente los factores que pueden desencadenar ansiedad u otras problemáticas.

Promover investigaciones futuras que amplíen la aplicación del coaching psicopedagógico a otros niveles educativos (educación básica, superior) y a otras problemáticas

emocionales como la depresión, el acoso escolar o los trastornos del comportamiento, fortaleciendo así la base empírica de esta metodología en el ámbito educativo ecuatoriano.

5.20. RECOMENDACIONES

Implementar de forma permanente programas de coaching psicopedagógico en la institución educativa, integrándolos como parte del trabajo sistemático del Departamento de Consejería Estudiantil (DECE). La alta tasa de mejora (76.7%) observada en los niveles de ansiedad sugiere que esta intervención es eficaz y debería institucionalizarse para su aplicación continua.

Establecer mecanismos de evaluación emocional temprana mediante la aplicación periódica de instrumentos como el DASS-21, que permitan identificar a tiempo a los estudiantes con riesgo de ansiedad moderada o severa, y canalizarlos oportunamente hacia espacios de acompañamiento psicopedagógico.

Capacitar al personal docente en habilidades básicas de detección y derivación de casos con ansiedad, así como en el manejo de estrategias de autorregulación emocional en el aula. La articulación entre el profesorado y el equipo psicopedagógico es clave para generar un entorno educativo emocionalmente seguro y preventivo.

Desarrollar un plan de seguimiento longitudinal a los estudiantes que presentan ansiedad recurrente, incorporando sesiones de refuerzo o coaching personalizado post intervención. La correlación de Pearson ($r = 0.82$) evidencia que, aunque hubo mejora, existen patrones de ansiedad estables que requieren atención continua.

Fomentar la integración de estrategias de educación emocional en el currículo escolar, tales como talleres sobre identificación de emociones, gestión del estrés, autoestima y habilidades sociales. Estas acciones fortalecen el impacto del coaching y promueven una cultura de salud mental escolar.

Realizar investigaciones ampliadas con muestras más representativas y diversidad de variables (académicas, familiares y conductuales), lo cual permitiría analizar con mayor

profundidad los factores asociados a la ansiedad y optimizar el diseño de programas psicopedagógicos desde un enfoque más integral y basado en evidencia.

Fortalecer la comunicación con las familias de los estudiantes, mediante reuniones de orientación sobre salud emocional y técnicas de acompañamiento en casa, para garantizar la sostenibilidad del proceso de intervención fuera del entorno escolar.

5.21. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aguirre Córdova, J., Porras Rodríguez, D., & Ríos Villasis, K. (2016). Estrategia de intervención educativa sobre la salud bucal en pacientes de 6 a 32 años con Síndrome de Down. *Revista Estomatológica Herediana*, 25(4). <https://doi.org/10.20453/reh.v25i4.2735>

Aguirre. P, Changana. I. (2021). INTERVENCIÓN EDUCATIVA EN EL CONOCIMIENTO Y PRACTICAS SOBRE LACTANCIA MATERNA EXCLUSIVA EN MADRES, PUESTO DE SALUD DE CARQUIN 2020 - 2021. *TESIS, 1*.

Alfonso-figueroa, L., Figueroa, L., Rodríguez, A. E., & García-Breto, L. (2022). Intervención educativa sobre estimulación temprana prenatal y hasta el primer año de vida. *Revista Médica Electrónica*, 44(2).

Barraza, A. (2010). Propuestas de intervención educativa. *Universidad Pedagógica de Durango*.

Bastida Izaguirre, D., Martínez Galván, I. A., Ramos López, K. D., & Ríos Dueñas, L. A. (2020). Proyecto de intervención educativa sobre prevención del embarazo a temprana edad. *RIDE Revista Iberoamericana Para La Investigación y El Desarrollo Educativo*, 11(21). <https://doi.org/10.23913/ride.v11i21.725>

Bravo-Corral, C., & Nava-Nava, J. F. (2023). Intervención educativa de enfermería en el desarrollo de competencias preventivas de dengue en una comunidad vulnerable con base en el modelo de Nola Pender. *Revista de Enfermería Neurológica*, 21(3). <https://doi.org/10.51422/ren.v21i3.397>

Bueno Brito, C., Jacinto Flores, M., Delgado Delgado, J., & Petatán Mendoza, S. (2022). Impacto de una intervención educativa en la calidad de vida de pacientes adultos, infectados por virus del papiloma humano (VPH). *Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v9i3.3215>

Cañón, S. C., Castaño Castrillón, J. J., Mosquera Lozano, A. M., Nieto Angarita, L. M., Orozco Daza, M., & Giraldo Londoño, W. F. (2018). Propuesta de intervención educativa para la prevención de la conducta suicida en adolescentes en la ciudad de Manizales (Colombia). *Diversitas*, 14(1). <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2018.0001.02>

Carbajal LLanos, Y. M. (2021). Efectos en el nivel de impulsividad-reflexividad a partir de un Programa de Intervención Educativa. *INNOVA Research Journal*, 6(2). <https://doi.org/10.33890/innova.v6.n2.2021.1574>

Carrillo, G. M., Laguna, M. de la L., Gómez, O. J., Chaparro Díaz, L., & Carreño, S. P. (2021). Efecto de una intervención educativa para cuidadores familiares de personas con cáncer en cirugía. *Enfermería Global*, 20(1). <https://doi.org/10.6018/eglobal.419811>

Cerda Canales, C. (2021). Programas de intervención educativa. *Revista Chilena de Pedagogía*, 2(2). <https://doi.org/10.5354/2452-5855.2021.61188>

Chávez-Morales, M. G., Carranza-Guardado, J. P., Vazquez-delaCruz, L. C., Cardona-Zambrano, F. E., Quezada-Oliva, E. A., & Altamira-Camacho, R. (2022). Efecto de una intervención educativa en el conocimiento sobre VPH en universitarias. *Revista Ciencia y Cuidado*, 19(3). <https://doi.org/10.22463/17949831.3317>

Colunga Santos, S., & García Ruiz, J. (2016). Intervención educativa para desarrollar competencias socioemocionales en la formación académica. *Humanidades Médicas*, 16(2).

Coronado Peña, J. J., & Osorio-Mesa, J. (2022). Intervención educativa para la enseñanza de la temática Evolución en estudiantes con Necesidades Educativas Especiales. *CULTURA EDUCACIÓN Y SOCIEDAD*, 13(1). <https://doi.org/10.17981/cultedusoc.13.1.2022.16>

Elliott, M. D., & Teh, L. H. (2019). Whitmore Tension Section and Block Shear. *Journal of Structural Engineering*, 145(2). [https://doi.org/10.1061/\(asce\)st.1943-541x.0002262](https://doi.org/10.1061/(asce)st.1943-541x.0002262)

Fuentes Leiva, D. (2019). La función mediadora del docente y la intervención educativa. *Revista Multi-Ensayos*, 5(9). <https://doi.org/10.5377/multiensayos.v5i9.9428>

García Hernández, M. N., & Besana Danieles, R. N. (2024). Eficacia de una intervención educativa escolar para la prevención de la obesidad infantil. *NURE Investigación*. <https://doi.org/10.58722/nure.v21i128.2431>

Giraldo Sánchez, P. A., Jiménez, K., & Alzate Yepes, T. (2022). Ejecución de una intervención educativa alimentaria en escolares, antes y durante el confinamiento por covid-19. *Perspectivas En Nutrición Humana*, 24(1). <https://doi.org/10.17533/udea.penh.v24n1a06>

Gonzales Gonzalez, G., & Ayala Mendívil, R. E. (2022). Eficacia de una intervención educativa sobre conocimiento, control y prevención de tuberculosis en personal de salud del Callao. *Revista Científica Ágora*, 9(1). <https://doi.org/10.21679/200>

Heredia Soberanis, N. G., & Sunza Chan, S. P. (2021). INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA EL DESARROLLO DE RESILIENCIA EN ADOLESCENTES DE CONTEXTOS VULNERADOS EN MÉXICO. *Etic@net. Revista Científica Electrónica de Educación y Comunicación En La Sociedad Del Conocimiento*, 21(2). <https://doi.org/10.30827/eticanet.v21i2.20970>

Hernández-Pérez, R., Molina-Borges, M., Hernández-Sánchez, Y., Lemus-Lima, E., Hernández-Núñez, A., & González-Silió, D. (2021). Efectividad de intervención educativa sobre estilos de vida en adultos mayores. Nueva Paz 2019-2020. *QhaliKay. Revista de Ciencias de La Salud ISSN: 2588-0608*, 5(1). <https://doi.org/10.33936/qkrcs.v5i1.2943>

Hernández-Santos, D. M., & Díaz-García, I. F. (2020). Intervención educativa en cuidadores y su impacto en la higiene bucal de los adultos mayores. *Revista Estomatología*, 28(1). <https://doi.org/10.25100/re.v28i1.10463>

Idelfonso-Soto, M. L. (2019). Intervención educativa sobre salud sexual y reproductiva y su efecto en el conocimiento de los adolescentes, Noviembre-Diciembre 2015. *Revista Internacional de Salud Materno Fetal*, 4.

Intervención educativa dirigida al uso de métodos anticonceptivos en adolescentes. (2022). *REVISTA EUGENIO ESPEJO*, 17(1). <https://doi.org/10.37135/ee.04.16.07>

Karaben, V. E., Pomarada, M. E., Rea, A. E., & Morales, S. D. (2020). Observación e intervención educativa para modificar la prescripción de antibióticos en un instituto social de la ciudad de Corrientes, Argentina. *Acta Odontológica Colombiana*, 10(2). <https://doi.org/10.15446/aoc.v10n2.85636>

Lazcano-Ortiz, M., Barrios-Ortega, A., Chávez-Cruz, A., Jiménez-Molina, L. A., Omaña-Hernández, M., & Sánchez-Padilla, M. L. (2020). Intervención Educativa sobre los Métodos Anticonceptivos en Adolescentes Educational intervention on contraceptive methods in adolescents. *Educación y Salud*, 8(16).

Lemus, C. S., Flores, L. M. P., & Guillen, I. T. (2023). Impacto de una intervención educativa en el nivel de conocimientos y autoeficacia en autoexploración mamaria. *South Florida Journal of Development*, 4(6). <https://doi.org/10.46932/sfjdv4n6-013>

Llanes Rodríguez, A. A., Quevedo Arnaiz, N. V., Ferrer Herrera, I., de la Paz Carmona, A., & Montes de Oca, O. S. (2009). Embarazo en la adolescencia: intervención educativa. *Archivo Médico de Camagüey*, 13(1).

Meneses, J. (2018). El papel de la investigación científica en la intervención educativa. *Universitat Oberta de Catalunya*.

Merchán-Baena, J.-A., González-Sánchez, M., & Cuesta-vargas, A. I. (2020). Intervención educativa domiciliaria desde terapia ocupacional en personas con ictus: ensayo clínico aleatorizado. *Originales, Estudios e Investigación*, 17.

Muñoz Domínguez, A. I., Toma, R. B., Martínez Hernández, C., Bermejo, N., & Sánchez Gómez, P. J. (2022). Identidad rural e identidad científica. Una intervención educativa en la España vaciada. *Enseñanza de Las Ciencias. Revista de Investigación y Experiencias Didácticas*, 40(3). <https://doi.org/10.5565/rev/ensciencias.5693>

Nunes de Almeida, A. C., Herculina Pires, M., de Souza Santana, I., de Oliveira Salgado, P., Vieira Toledo, L., Parreira, P., & Muniz Braga, L. (2022). EFICACIA DE UNA INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA LA PREVENCIÓN DE LAS COMPLICACIONES DEL CATÉTER VENOSO PERIFÉRICO. *Cogitare Enfermagem*, 27. <https://doi.org/10.5380/ce.v27i0.87277>

Ortega-López, R. M., Aguirre-González, Ma. E., Pérez-Vega, M. E., Aguilera-Pérez, P., Sánchez-Castellanos, M. D., & Arteaga-Torres, J. (2018). Intervención educativa para el manejo del dolor en personal de enfermería. *CienciaUAT*, 12(2). <https://doi.org/10.29059/cienciauat.v12i2.887>

Ortiz-Vargas, I., Sánchez-Espinosa, A., Enríquez-Hernández, C. B., Castellanos-Contreras, E., López-Orozco, G., & Fernández-Sánchez, H. (2021). Intervención educativa para mejorar conocimientos sobre úlceras por presión en enfermeros de Veracruz, México. *Enfermería Universitaria*, 17(4). <https://doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2020.4.850>

Ospina, J. M., Manrique-Abril, F. G., & Ariza, N. E. (2009). Intervención Educativa sobre los Conocimientos y Prácticas Referidas a los Riesgos Laborales en Cultivadores de Papa en Boyacá, Colombia. *Revista de Salud Pública*, 11(2). <https://doi.org/10.1590/s0124-00642009000200003>

Otondo, M. (2021). Disortografía y métodos de intervención educativa. *Praxis Pedagógica*, 20(27). <https://doi.org/10.26620/uniminuto.praxis.20.27.2020.5-28>

Parra-Tapia, E., Perales-Ortiz, G., Quezada, A. D., & Torres-Pereda, P. (2019). Salud y seguridad laboral: intervención educativa en trabajadores de limpieza en áreas de investigación. *Salud Pública de México*, 61(5, sep-oct). <https://doi.org/10.21149/10026>

Peraza Rodríguez, M. D. (2021). Intervención educativa para la prevención de la escabiosis dirigida a representantes de preescolares de 5-6 años. *Revista Vive*, 3(9). <https://doi.org/10.33996/revistavive.v3i9.52>

Pérez, A., Carbonell, L., García, A. J., Garrote, I., González, S., & Morales, J. (2009). Intervención educativa en diabéticos tipo 2 Educational intervention in type II diabetes. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 25(4).

Portillo-Blanco, A., Díez, J. R., Barrutia, O., Garmendia, M., & Guisasola, J. (2021). Diseño de una intervención educativa sobre la pandemia de la COVID-19 y las medidas de prevención. *Revista Eureka Sobre Enseñanza y Divulgación de Las Ciencias*, 19(1).

Posada Morales, M. N., & Mora Espinoza, B. D. las M. (2015). Conocimientos previos acerca de métodos anticonceptivos y su relación con conocimientos adquiridos después de una intervención educativa con simulador. *Enfermería Actual En Costa Rica*, 28. <https://doi.org/10.15517/revenf.v0i28.17203>

Quilca Calatayud, G., Ramírez Aliaga, R., & Gómez Gonzales, W. (2016). “Efectividad de una intervención educativa en el conocimiento de loncheras saludables y su

contenido en las madres de preescolares.” *Revista Científica Ágora*, 3(1). <https://doi.org/10.21679/arc.v3i1.59>

Ramírez, K., Mercado, J., Cumpa, R., Padilla-Cáceres, T., & Sucari, W. (2022). Intervención educativa sobre el nivel de conocimiento de salud bucal en docentes de educación primaria de una zona rural de Puno, Perú. *Revista Innova Educación*, 4(4). <https://doi.org/10.35622/j.rie.2022.04.009>

Rodríguez-Bustamante, P., Rico-Pérez, E., Mayorquin-Muñoz, C. J., Báez-Hernández, F. J., & Delgadillo-Breceda, U. B. (2022). Efectividad de intervención educativa en conocimientos sobre VIH y adherencia terapéutica antirretroviral. *Revista Ciencia y Cuidado*, 19(3). <https://doi.org/10.22463/17949831.3275>

Rondón Carrasco Hogar Materno Luz Vázquez Moreno, J., Policlínico Guillermo González Polanco, C., Carmen Luisa Morales Vázquez Hogar Materno Luz Vázquez Moreno, D., & Chacón Medina, N. (2023). Intervención educativa sobre embarazo en la adolescencia. *Revista Medica Sinergia*, 8(9).

Salas, R. M., Castillo, E. F., Carbonell, C. E., & López, E. (2021). Intervención educativa como mecanismo de afrontamiento en el estrés académico. *Espacios En Blanco Revista de Educación*, 32(2).

Sánchez, L., Elizabeth, C., & Limo Sánchez, E. (2020). EFECTIVIDAD DE UNA INTERVENCION EDUCATIVA PARA EL LLENADO CORRECTO DEL CERTIFICADO DE DEFUNCIÓN. In *Revista Científica de Enfermería (Lima, En Linea)* (Vol. 9, Issue 1).

Sanromà-Giménez, M., Lázaro-Cantabrana, J. L., & Gisbert-Cervera, M. (2018). El papel de las tecnologías digitales en la intervención educativa de niños con trastorno del espectro autista. *Revista Interuniversitaria de Investigación En Tecnología Educativa*. <https://doi.org/10.6018/riite/2018/327991>

Sanromán-Martínez, M. V., Peña-Avelino, L. Y., Navarro-Álvarez, G. L., Rivera-Mellado, M. C., & Ceballos-Olvera, I. (2020). Intervención educativa en niños de escuelas

de tiempo completo en Ciudad Mante, Tamaulipas. *RESPYN Revista Salud Pública y Nutrición*, 19(4). <https://doi.org/10.29105/respyn19.4-1>

Santos, S. C., & Ruiz, J. G. (2016). Intervención educativa para desarrollar competencias socioemocionales en la formación académica. *Humanidades Médicas*, 16(2).

Señan, N., Grau, D., Hernández, R., & Pérez, I. (2019). Efectividad de intervención educativa en enfermería sobre salud sexual y reproductiva en la adolescencia. *XVIII Congreso de La Sociedad Cubana de Enfermería*.

Thovar Melián, J. F., Castañeda Suardiaz, J. G., & Benazco García, J. (2015). Efectividad de una intervención educativa en el conocimiento de la población escolar sobre reanimación cardiopulmonar básica. *Metas Enfermería*, 18(8).

Ticona Cazorla, C. G., Ortiz Romaní, K. J., & Ortiz Montalvo, Y. J. (2022). Intervención educativa virtual sobre anemia en gestantes. *Avances En Enfermería*, 40(3). <https://doi.org/10.15446/av.enferm.v40n3.103792>

Torrecilla-Venegas, R., Valdivia-Morgado, G., Castro-Gutiérrez, I., Yera-Cabrera, K., & Yero-Mier, I. M. (2020). Intervención educativa sobre salud bucal en adultos mayores de un consultorio médico. *Revista 16 de Abril*, 59(278).

Vázquez-González, L. A., Betancourt, M., Ochoa-González, M. M., Ricardo-Páez, B., & Escalona-González, S. O. (2020). Intervención educativa para elevar el conocimiento sobre COVID-19 en adultos mayores. *Revista EsTuSalud*, 2(2).

Whitmore, L., & Wallace, B. A. (2008). Protein secondary structure analyses from circular dichroism spectroscopy: Methods and reference databases. *Biopolymers*, 89(5). <https://doi.org/10.1002/bip.20853>

5.22. ANEXOS

Figura 1 Implementación del DASS-21 en curso de informática



Figura 2 Implementación del DASS-21 en curso contabilidad



Figura 3 Reconocimiento de las emociones



Figura 4 Socialización del programa coaching psicopedagógico



Figura 5 Aplicación de técnicas para el manejo de la ansiedad

