

Analizando la dimensionalidad del estrés académico en la adolescencia y su relación con el bienestar psicológico y físico de los estudiantes

García-Ros, R.¹, Pérez-González, F.¹, Tomás, J.M.²

¹*Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación. Universidad de Valencia, España*

²*Departamento de Metodología de Ciencias del Comportamiento. Un. de Valencia, España*

rafael.garcia@uv.es

Introducción. El estrés académico constituye un fenómeno generalizado en las distintas etapas del sistema educativo que afecta negativamente al bienestar personal, emocional y físico de los estudiantes, a sus niveles de aprendizaje y de rendimiento. Pese su prevalencia y relevancia en la adolescencia, distintos autores señalan notables carencias y problemáticas en su evaluación en este periodo del desarrollo, destacando especialmente (a) la insatisfacción con los instrumentos disponibles en la actualidad (escasa contextualización, carácter unidimensional y escasa utilidad para la intervención educativa, limitaciones en sus procesos de validación), (b) la escasez de estudios centrados en educación secundaria frente a la enseñanza universitaria, y, (c) notables divergencias entre sus conclusiones sobre los efectos del nivel educativo y del sexo de los adolescentes sobre el estrés.

Objetivos. Validación del Cuestionario de Estrés Académico en Educación Secundaria –CEAES-, dirigido a evaluar las fuentes y situaciones escolares relacionadas con el estrés académico en la adolescencia, así como su relación con el bienestar psicológico y físico de los estudiantes.

Método. En el estudio participan 860 estudiantes (52.9% de mujeres) de educación secundaria obligatoria y postobligatoria, con un promedio de edad de 14.62 años (DT = 1.8; rango 11-19 años). A través de un proceso de validación

cruzada se efectúan distintos AFE y AFC con el objetivo de determinar las propiedades psicométricas del CEAES

Resultados. El CEAES muestra una estructura de cuatro factores de primer orden -sobrecarga académica, interacción con los compañeros, presión familiar y perspectivas de futuro- y un factor jerárquico de segundo orden, todos ellos con niveles de consistencia interna satisfactorios y con una relación significativa intensa con el bienestar psicológico y con el bienestar físico de los estudiantes. Se constatan efectos significativos de la interacción sexo*nivel educativo sobre los niveles de estrés de los estudiantes, constatando que las mujeres manifiestan niveles superiores de estrés en los cursos de transición entre etapas educativas, sugiriendo su mayor vulnerabilidad en los periodos académicos de mayor incertidumbre.

Conclusiones. Se constata la validez estructural del CEAES, así como la estrecha relación de las dimensiones que evalúa sobre el bienestar psicológico y físico en la adolescencia, destacando su especial utilidad para diseñar y ajustar las acciones educativas de prevención e intervención en este ámbito a las características y necesidades específicas de los estudiantes.

Palabras clave: estrés académico; educación secundaria; bienestar psicológico y físico; validez; diferencias individuales

Analyzing the dimensions of academic stress in adolescence and their relationship with students' psychological and physical well-being

García-Ros, R.¹, Pérez-González, F.¹, Tomás, J.M.²

¹*Department of Developmental and Educational Psychology. University of Valencia, Spain*

²*Department of Methodology for the Behavioral Sciences University of Valencia, Spain*

rafael.garcia@uv.es

Introduction. Academic stress is a widespread phenomenon in the different stages of the educational system, and it adversely affects students' personal, emotional, and physical well-being, as well as their learning and performance levels. In spite of its demonstrated prevalence and relevance in adolescence, various authors point out serious gaps and problems in the assessment of academic stress in this developmental stage. Some of the most important shortcomings are (a) dissatisfaction with the assessment instruments currently available (decontextualized from the school setting, unidimensionality providing little information for intervention in this area, limitations in their validation processes), (b) the low number of studies focused on secondary education, compared to the university, and (c) inconsistencies in their conclusions about the relationships among sex, educational level, and academic stress.

Objectives. This study presents the validation process of the Questionnaire on Academic Stress in Secondary Education –QASSE–, designed to evaluate the wide variety of school sources and situations related to academic stress in adolescence, and their relationship with students' physical and psychological well-being.

Method. Participants were 860 students (52.9% girls) in compulsory and post-compulsory secondary education (604 and 256, respectively), with an average age of 14.62 years (SD = 1.8; range 11-19 years). Through a cross-validation process, different EFA and CFA were performed in order to evaluate the QASSE psychometric properties.

Results. The QASSE shows a multifactorial structure with four first-order factors- academic overload, interaction with classmates, family pressure, and future-oriented perspective- and a second-order hierarchical factor of academic

stress, all of them with satisfactory internal consistency levels, revealing a significant and intense relationship with students' psychological and physical well-being. The results also highlight the significant effects of the sex*educational level interaction on the students' stress levels, with girls showing higher levels of stress in the transition courses between educational phases (sophomore and junior years), suggesting their greater vulnerability in academic periods of greater uncertainty

Conclusions. The QASSE demonstrates good validity and reliability, showing potential for both research and educational application. The results show the high impact of the dimensions evaluated by the QASSE on psychological and physical well-being in adolescence, highlighting its special usefulness for designing and adjusting educational prevention and intervention actions in this area to the students' specific characteristics and needs.

Palabras clave: academic stress; secondary education; adolescence; psychological and physical well-being; age and sex differences

