



ESCUELA DE PSICOLOGÍA

Tema:

“ANSIEDAD Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LA PUCE
AMBATO ANTES Y DESPUES DE LOS PROCESOS DE EVALUACIÓN.
ESTUDIO COMPARATIVO HISTÓRICO”

Proyecto de Investigación previo a la obtención del título de Psicóloga Clínica

Línea de Investigación:

Desarrollo Humano y Salud Mental

Autora:

YOLANDA JACQUELINE ORTIZ GRANDA

Director:

Dr. Mg. Paúl Marlon Mayorga Lascano

Ambato – Ecuador

Julio 2018

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

SEDE AMBATO

HOJA DE APROBACIÓN

Tema:

ANSIEDAD Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LA PUCE
AMBATO ANTES Y DESPUES DE LOS PROCESOS DE EVALUACIÓN. ESTUDIO
COMPARATIVO HISTÓRICO.

Línea de Investigación:

Desarrollo Humano y Salud Mental

Autor:

YOLANDA JACQUELINE ORTIZ GRANDA



Paúl Marlon Mayorga Lascano, Dr. Mg.
CALIFICADOR

f.

Carlos Rodrigo Moreta Herrera, Ps. MS.
CALIFICADOR

f.

Narcisa de Jesús Villegas Villacrés, Ps. Mg.
CALIFICADORA


f.

Ana del Rocío Martínez Yacelga, Dra.
DIRECTORA DE LA ESCUELA DE PSICOLOGÍA

f.

Hugo Rogelio Altamirano Villarroel, Dr.
SECRETARIO GENERAL PUCESA

f.


Pontificia Universidad
Católica del Ecuador
**SECRETARÍA GENERAL
PROCURADURÍA**

Ambato – Ecuador
Julio 2018

DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo: **YOLANDA JACQUELINE ORTIZ GRANDA**, con CC. **1804229373**, autora del trabajo de graduación intitulado: “Ansiedad y Estrés Académico en los Estudiantes de la PUCE Ambato antes y después de los procesos de evaluación. Estudio Comparativo Histórico” previo a la obtención del título profesional de **PSICÓLOGA CLÍNICA**, en la escuela de **PSICOLOGÍA**

1. Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.
2. Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través de sitio web de la Biblioteca de la PUCE Ambato, el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de Universidad



BIBLIOTECA

Ambato, Julio 2018

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Yolanda Ortiz", with a horizontal line underneath.

YOLANDA JACQUELINE ORTIZ GRANDA

180422937-3

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por la vida, por iluminar mi camino y derramar incontables bendiciones en mi vida. Gracias por permitirme cumplir este logro y por los que vendrán.

A mis Docentes, en especial a mi tutor, quienes mediante su sabiduría, integridad, afecto y gran experticia han despertado en mí el amor a mi profesión, son ellos quienes aportan en gran medida a mi crecimiento personal y profesional.

A mis Padres, pilares fundamentales de mi vida, quienes sin importar los sacrificios, me brindaron los medios necesarios para continuar con mis estudios. Por su apoyo incondicional, palabras de aliento, infinito amor y paciencia.

DEDICATORIA

Dedico este proyecto a mi familia, principalmente a mis padres Antonio y Yolanda, quienes son la luz y soporte de mi vida, a Ellos que depositan en mí su confianza, su cariño, y me brindan la satisfacción de compartir a su lado los triunfos y derrotas. A mis hermanos José y Eduardo, compañeros de juegos, risas, tristezas, quienes me guían y me cuidan siempre.

A mis sobrinos, Carolina, Anthony, Alejandro, y como no, a mi pequeño gran amor Eduardito, a Ellos quienes me enseñan cada día, la ternura e inocencia de sus travesuras y son una grata señal de lo bueno que ha sido Dios conmigo, pues son ángeles en mi caminar, fuente de infinita paz y felicidad.

A mi hermana y amiga, Doris, quien me enseña que se puede llegar muy lejos, y volar alto con sacrificio y dedicación. Finalmente, quien me brinda lo grato del amor, mi compañero de batallas. Gratitud eterna.

RESUMEN

La presente Investigación tiene como objetivo determinar las diferencias de ansiedad y estrés académico en los estudiantes de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador - Ambato, antes y después de los procesos de evaluación académica. El estudio realizado es de tipo cuantitativo, descriptivo, comparativo histórico y de corte longitudinal, con el uso del Inventario de Ansiedad Rasgo- Estado (IDARE), el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI), la Escala de Percepción Global de estrés (EPGE) y el Inventario de Estrés Académico (IEA). Se trabajó con 61 estudiantes (50,80% hombres y 49,20% mujeres), con edades comprendidas entre 17 y 30 años, de la escuela de Administración (24,6%), Sistemas (24,6%), Jurisprudencia (24,6%) y Psicología (26,2%), que cursan de primero a décimo nivel. Los resultados obtenidos en el pre y post- test señalan que las manifestaciones de ansiedad rasgo no denotan diferencias significativas ($p= ,723$), al igual que la variable estado ($p= ,813$), no obstante, las manifestaciones somáticas de ansiedad indican diferencias importantes ($p= ,17$), con predominio de ansiedad en el pre-test, la percepción global de estrés ($p= ,11$) y el afrontamiento de estresores ($p= ,17$) puntúan de manera significativa, con mayor nivel de estrés en el pre- test mientras que la percepción de estresores ($p= ,140$) no presenta variaciones notables. Las manifestaciones de estrés académico ($p= ,160$), no son significativas a diferencia de las situaciones académicas estresantes ($p= ,36$), pues indica, diferencias significativas en el pre-test.

Palabras clave: *ansiedad, estrés académico, estudiantes universitarios.*

ABSTRACT

This aim of this study is to determinate the differences between anxiety and academic stress in the students of the Pontifical Catholic University of Ecuador in Ambato before and after the academic evaluation processes. The study is quantitative, descriptive, historical-comparative and a longitudinal cut type. The State-Trait Anxiety Inventory (STAI), the Beck Anxiety Inventory (BAI), the Perceived Stress Scale (PSS) and the Academic Stress Scale (ASS) were used. 61 students participated (50.80% men and 49.20% women), aged 17 to 30, from the schools of Business (24.6%), Systems (24.6%), Law (24.6%) and Psychology (26.6%), who are in first to tenth level. The results obtained in the pre and post test depict that trait manifestations of anxiety do not denote significant differences ($p=.723$) as well as with the state variable ($p=.813$). However, the somatic manifestations of anxiety indicate significant differences ($p=.17$), with anxiety predominance in the pre-test, the global perception of stress ($p=.11$) and the confrontation of stressors ($p=.17$) punctuating in a significant way, with a higher stress level in the pre-test, whereas the perception of stressors ($p=.140$) does not present noticeable variations. Academic stress manifestations ($p=.160$) are not significant in contrast to stressful academics situations ($p=.36$) which indicate significant differences in the pre-test.

Key words: *anxiety, academic stress, university students*

INDICE DE CONTENIDOS

Preliminares

DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN	iii
AGRADECIMIENTO	iv
DEDICATORIA	v
RESUMEN.....	vi
ABSTRACT.....	vii
INDICE DE CONTENIDOS	viii
INTRODUCCIÓN	2
CAPITULO I.....	3
1. PLANTEAMIENTO DE LA PROPUESTA DE TRABAJO	3
1.1. El Problema.....	7
1.1.2. Preguntas Básicas.....	8
1.2. Justificación.....	10
1.3. Objetivos	11
1.3.1. Objetivo General	11
1.3.2. Objetivos Específicos.....	11
1.4. Hipótesis de trabajo.....	12
1.5. Variables	12
1.6. Delimitación funcional.....	12
CAPITULO II	13
2. MARCO TEÓRICO.....	13
2.1. Definiciones y Conceptos	13
2.1.1. Ansiedad.....	13
2.1.1. Antecedentes Históricos.....	14
2.1.1.1. Progresión Cronológica.....	14
2.2. Características de la Ansiedad	16
2.2.1. Arousal como Fuente Activador de la Ansiedad	18
2.2.2. Ansiedad Estado y Ansiedad Rasgo.....	18
2.3. Teoría Tridimensional de Lang.....	20
2.3.1. Sistemas de Respuesta Cognitivo.....	20
2.3.2. Sistemas de Respuesta Fisiológico	21
2.3.3. Sistemas de Respuesta Conductual	22
2.4. Ansiedad Académica.....	24

2.5.	Ansiedad ante los Procesos de Evaluación	24
2.6.	Causas y factores de Riesgo de la Ansiedad	26
2.7.	Consecuencias de la Ansiedad	27
2.8.	Estrés Académico y la Educación Superior	28
2.8.1.	Definición de estrés.....	28
2.8.2.	Respuesta Fisiológica.....	30
2.8.2.1.	Fase de Alarma.....	31
2.8.2.2.	Fase de Resistencia	32
2.8.2.3.	Fase de Agotamiento.....	32
2.9.	Estrés Académico.....	33
2.9.1.	Síntomas del Estrés Académico	35
2.10.	Definición de Educación Superior	35
2.10.1.	Estilos de la Educación Superior	37
2.10.1.1.	Estilo de Aprendizaje	37
2.10.1.2.	Estilos de enseñanza.....	39
2.11.	Secuencia General del Sistema Educativo	41
2.11.1.	Tipos de Educación.....	41
CAPITULO III.....		44
3.	METODOLOGÍA	44
3.1.	Tipos y Diseño de la Investigación	44
3.2.	Técnicas.....	46
3.3.	Instrumentos.....	47
3.3.1.	Ficha Ad Hoc Sociodemográfica	47
3.3.2.	Inventario de Ansiedad Rasgo Estado (IDARE).....	47
3.3.3.	Inventario de Ansiedad de Beck (BAI).....	49
3.3.4.	Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE).....	50
3.3.5.	Inventario de Estrés Académico (IEA)	51
3.4.	Población.....	52
3.5.	Muestra.....	52
3.6.	Muestreo.....	53
3.7.	Procedimiento Metodológico	53
CAPITULO IV.....		56
4.	RESULTADOS.....	56
4.1.	Análisis de las variables individuales	56

4.2.	Análisis de las Variables Académicas.....	63
4.3.	Análisis Descriptivo Etapa Pre-test y Post-test.....	78
4.3.1.	Análisis Pre-test y Post-test de los niveles de ansiedad Rasgo Estado	78
4.3.2.	Análisis Pre-test y Post-test de Ansiedad Situacional.....	82
4.3.3.	Análisis Pre-test y Post-test de Estrés Global	84
4.3.4.	Análisis Pre-test y Post-test de Estrés Académico.....	87
4.4.	Análisis Comparativo de la fase Pre-test y Post-test.....	90
4.5.	Análisis de Fiabilidad.....	98
4.6.	Contraste de Hipótesis.....	99
	CAPITULO V	104
	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	104
5.1.	Conclusiones	104
5.2.	Recomendaciones.....	109
	BIBLIOGRAFÍA	111
	ANEXOS	117
	ANEXO A: Hoja de presentación del proyecto de Investigación.....	117
	ANEXO B: Carta de consentimiento informado	118
	ANEXO C: Ficha <i>Ad Hoc</i> Sociodemográfica.....	119
	ANEXO D: Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE)	120
	ANEXO E: Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)	122
	ANEXO F: Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE)	123
	ANEXO G: Inventario de Estrés Académico (IEA)	124

INDICE DE GÁFICOS

TABLAS

Tabla 2.1. Síntomas Cognitivos	21
Tabla 2.2. Síntomas Conductuales	23
Tabla 2.3. Activadores de la Ansiedad.....	26
Tabla 2.4. Consecuencias de la Ansiedad	28
Tabla 2.5. Causas del estrés académico	34
Tabla 2.6. Características de estudiantes con cada estilo.....	38
Tabla 2.7. Características de docentes con cada estilo.....	40
Tabla 4.1. Distribución de los evaluados en sentido de las variables individuales....	57
Tabla 4.2. Distribución de los evaluados en sentido de las variables académicas.....	64
Tabla 4.3. Análisis descriptivo (IDARE) etapa pre-test	79
Tabla 4.4. Análisis descriptivo (IDARE) etapa post-test.....	80
Tabla 4.5. Análisis descriptivo (BAI) etapa pre-test.....	82
Tabla 4.6. Análisis descriptivo (BAI) etapa pos-test	83
Tabla 4.7. Análisis descriptivo (EPGE) etapa pre-test.....	84
Tabla 4.8. Análisis descriptivo (EPGE) etapa pos-test	86
Tabla 4.9. Análisis descriptivo (IEA) etapa pre-test	88
Tabla 4.10. Análisis descriptivo del (IEA) post-test	89
Tabla 4.11 Análisis comparativo Inventario de Ansiedad Estado y Rasgo (IDARE)	91
Tabla 4.12. Análisis comparativo Inventario de Ansiedad de Beck (BAI).....	93
Tabla 4.13. Análisis comparativo Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE) ..	94
Tabla 4.14. Análisis comparativo Inventario de Estrés Académico (IEA).....	96
Tabla 4.15. Análisis de fiabilidad	99
Tabla 4.16. Resumen de contrastes de hipótesis del IDARE.....	101
Tabla 4.17. Resumen de contrastes de hipótesis del BAI	102
Tabla 4.18. Resumen de contrastes de hipótesis de la EPGE	102
Tabla 4.19. Resumen de contrastes de hipótesis del IEA	103

GRÁFICOS

Gráfico 4.1. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función del sexo.....	58
Gráfico 4.2. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función del sector de vivienda.....	59
Gráfico 4.3. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función de la autoidentificación Étnica.	60
Gráfico 4.4. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función del estado civil.	61
Gráfico 4.5. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función de la situación económica familiar.....	62
Gráfico 4.6. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función de la Escuela.....	65
Gráfico 4.7. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función del Nivel/semestre.....	66
Gráfico 4.8. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función del rendimiento académico	67
Gráfico 4.9. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función de beca.....	68
Gráfico 4.10. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función del tipo de beca que poseen.	69
Gráfico 4.11. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio que repiten curso o semestre.....	70
Gráfico 4.12. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio que repiten materias o asignaturas.....	71
Gráfico 4.13. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio que han pertenecido a otras Universidades.....	72
Gráfico 4.14. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio que han pertenecido a otras carreras dentro de la PUCESA.....	73
Gráfico 4.15. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función a los condicionamientos obtenidos.....	74
Gráfico 4.16. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función al nivel de condicionamiento obtenido.....	75
Gráfico 4.17. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función de los estudiantes que organizan su tiempo de estudio.	76
Gráfico 4.18. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función de las horas de estudio.	77
Gráfico 4.19. Representación gráfica de los puntajes del IDARE etapa pre-test	80

Gráfico 4.20. Representación gráfica de los puntajes del IDARE etapa pos-test.....	81
Gráfico 4.21. Representación gráfica de los puntajes del BAI etapa pre-test.....	83
.....	84
Gráfico 4.22. Representación gráfica de los puntajes del BAI etapa pos-test	84
.....	85
Gráfico 4.23. Representación gráfica de los puntajes de la EPGE etapa pre-test.....	85
.....	87
Gráfico 4.24. Representación gráfica de los puntajes de la EPGE etapa pos-test	87
Gráfico 4.25. Representación gráfica de los puntajes del IEA etapa pre-test.....	88
Gráfico 4.26. Representación gráfica de los puntajes del IEA post-test.....	90

INTRODUCCIÓN

El presente proyecto de investigación, corresponde al campo de desarrollo humano y salud mental, el cual busca determinar las diferencias existentes de ansiedad y estrés académico en una muestra aleatoria de las y los estudiantes de la PUCE Ambato antes y después de los procesos de evaluación. El análisis de la temática propuesta, en el ámbito de la psicología clínica es de gran relevancia, especialmente en el proceso de intervención oportuna. Es por ello que, se focaliza la esfera educativa como uno de los principales entornos sociales que demanda mayor atención, dado que, al ser una Institución dinámica, paulatinamente se evidencian exigencias de mayor grado, mismas que requieren el incremento de iniciativa, seguridad en sí mismos además de una adecuada adaptación y operatividad en su entorno, lo cual permitirá al sujeto desenvolverse de manera óptima.

Las contrariedades y exigencias que cotidianamente debe enfrentar el hombre requieren de gran capacidad de acción para abordarlas. Sin embargo, para muchas personas resulta difícil entender y controlar sus propias reacciones emocionales, las cuales se vuelven anclajes negativos que afectan su estado físico, cognitivo y conductual.

En el primer capítulo se presenta el planteamiento de la propuesta de trabajo, el cual contiene el problema de investigación, se expone los estudios previos, la justificación, los objetivos y las variables de estudio.

El segundo capítulo corresponde al marco teórico, en el que se fundamenta teóricamente, las variables de estudio: Ansiedad y Estrés Académico, por medio de diferentes fuentes bibliográficas.

El tercer capítulo pertenece a la metodología empleada en la investigación, la cual explica el tipo y diseño de investigación, además de las herramientas psicométricas utilizadas, los casos de interés del estudio y el procedimiento metodológico.

El cuarto capítulo concierne al análisis e interpretación de los resultados obtenidos a través de los instrumentos psicométricos utilizados, los cuales fueron cuatro: Ficha Sociodemográfica, Inventario de Ansiedad Rasgo estado (IDARE), Inventario de Ansiedad de Beck (BAI), Escala de percepción global de estrés (EPGE), Inventario de Estrés académico (IEA).

En el quinto capítulo se presentan las conclusiones y las recomendaciones del trabajo de investigación. Finalmente se encuentra el apartado de referencias bibliográficas y los anexos de los instrumentos psicométricos utilizados.

CAPITULO I

1. PLANTEAMIENTO DE LA PROPUESTA DE TRABAJO

1.1. Antecedentes

En la actualidad existen investigaciones enfocadas en el estudio tanto de la ansiedad como del Estrés Académico (EA), lo que evidencia que el presente trabajo de investigación parte de un tema coetáneo, actual e importante. Los estudios que se exhiben a continuación están desarrollados en el ámbito local e internacional y además destacan poblaciones de estudiantes universitarios cursando diversas carreras y niveles o semestres académicos.

Si bien es cierto, desde que el estudiante empieza sus estudios académicos se encuentra regido por procesos de evaluación, lo que produce sensaciones de ansiedad y estrés académico. Situación por la cual se evidencia reacciones psíquicas de ansiedad y estrés, los mismos que desembocan en manifestaciones fisiológicas. Por ello, Escalona y Miguel-Tobal (1996) afirman que, “la mayoría de estudiantes experimentan una elevada ansiedad en época de exámenes lo cual no sólo repercute negativamente en el rendimiento, sino que puede llegar a desequilibrar la salud de los alumnos” (p,199). Esto al parecer es debido a la percepción equívoca de los estudiantes en torno a sus competencias a nivel académico. En la actualidad se evidencian investigaciones cuyo objetivo radica en el estudio de la Ansiedad y del

estrés académico en estudiantes universitarios, denotando su interés y convirtiéndolo en un tema llamativo, puesto que, refleja las diferentes manifestaciones que poseen los estudiantes antes y después de los procesos de evaluación. Por otra parte, las investigaciones expuestas a continuación reflejan la importancia de dicho estudio en población de adultos jóvenes.

El estudio realizado por Álvarez, Aguilar y Lorenzo (2012), sobre el análisis la ansiedad ante los exámenes en estudiantes universitarios y su relación con variables personales y académicas. Teniendo como objetivo analizar las manifestaciones de síntomas de ansiedad ante los exámenes en los estudiantes de la Universidad de Almería (España) y contrastar los datos con variables como: rendimiento académico, titulación, sexo, tiempo de estudio, entre otras. El cual fue realizado en 1021 sujetos distribuidos de acuerdo al sexo y a la función del curso en la Universidad de Almería- España, se encontró en los resultados finales que los estudiantes tienen más manifestaciones de tipo cognitivo que de tipo fisiológico o motor. En cuanto a las manifestaciones de tipo cognitivo, por las puntuaciones obtenidas en 661 (65%) de los sujetos la situación no es preocupante, para 257 sujetos (25%) la situación es preocupante y para 103 (10%) es muy preocupante. Es decir que, la ansiedad ante los exámenes produce en algunos alumnos una serie de reacciones emocionales negativas que pueden inhibir la ejecución de actividades de los estudiantes de acuerdo con su potencial académico.

Por su parte, el estudio elaborado por García y otros (2012), acerca de la evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la Universidad de Valencia, con el objetivo de determinar las situaciones académicas en que los

estudiantes de nuevo acceso a la universidad manifiestan experimentar niveles superiores de estrés. El presente estudio fue efectuado en 199 estudiantes considerando diversos indicadores en función al género. Los resultados de las distintas pruebas efectuadas constatan la existencia de diferencias significativas en tres de las dimensiones del CEAU en función del género de los estudiantes, siendo las universitarias quienes manifiestan niveles superiores de estrés en todos los casos. De forma más específica, se constata la existencia de diferencias significativas ya que, las mujeres obtienen un promedio superior al de los varones, es decir que las mujeres tienden a presentar mayor cantidad de estrés académico en comparación a los hombres.

Ahora bien, la investigación realizada por Aparicio y otros (2013), se hace a 229 sujetos realizado en 6 facultades de la Universidad Nacional Uncuyo (Argentina) basado en el factor motivacional conocido como temor al fracaso que resultó ser uno de los factores motivacionales asociados al estrés junto a otros factores abordados. Dando como resultado que la orientación extrínseca, dirigida a la ejecución, da lugar a dos tipos diferentes de patrones motivacionales: la motivación por el lucimiento (la competencia, la búsqueda de juicios positivos) y la motivación por el miedo al fracaso. Estos dos tipos de patrones motivacionales comparten algunos rasgos comunes; sin embargo, se diferencian por una tendencia de aproximación, manifiesta en los motivados por el lucimiento, y una tendencia de evitación, manifiesta en los motivados por el miedo al fracaso.

En otro estudio realizado por Castillo, Chacón y Díaz (2016) acerca de la ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud de la Universidad

de Chile, estableciendo como objetivo determinar los niveles de ansiedad e identificar las fuentes generadoras de estrés académico existente entre los estudiantes Universitarios. El presente estudio fue realizado en una muestra de 327 estudiantes que cursaban los diferentes años académicos. Cuyo resultado obtuvo una correlación significativa entre ansiedad estado y ansiedad rasgo en estudiantes universitarios. Esto confirma que un estudiante con ansiedad rasgo elevada percibe un estímulo como más amenazante, lo que producirá un aumento de la ansiedad estado. Sin embargo, entre el 80 y el 90% de los estudiantes universitarios, se ubicaron en los niveles de ansiedad leve y moderada, lo que era esperable ya que se trata de una muestra sin patología psiquiátrica evidente.

En consideración a lo expuesto, el llevar a cabo la presente investigación es de gran relevancia ya que, procura dar a conocer las diferentes condiciones personales tanto físicas y psicológicas en los estudiantes ante procesos de evaluación. Análogamente existen investigaciones previas que dan sustento teórico a este estudio, sin dejar de lado otras fuentes bibliográficas. Por ello, los estudiantes tienden a generar ansiedad y estrés ante los procesos de evaluación, debido al aumento en la frecuencia cardiaca sudoración, tensión muscular, entre otros. Siendo muy útil el estudio ya que se puede comprobar como las alteraciones psicológicas generas las manifestaciones fisiológicas.

Los estudios expuestos son citados con el objetivo de mostrarse como un respaldo investigativo de la propuesta de trabajo a realizar y muestra la importancia del tema de interés.

1.1. El Problema

1.1.1. Descripción del Problema

Las primeras observaciones muestran que los estudiantes de la PUCESA presentan reacciones psíquicas de ansiedad y estrés académico al encontrarse próximos a rendir los exámenes parciales. La causa aparente del fenómeno descrito es el temor al fracaso, ligado a la percepción de autoeficacia frente al desempeño académico de los estudiantes. Después de rendir dichos exámenes parciales, se observa que la carga mencionada de ansiedad y estrés entre los estudiantes disminuye:

A nivel fisiológico, la ansiedad se manifiesta a través de la activación de diferentes sistemas, principalmente el Sistema Nervioso Autónomo y el Sistema Nervioso Motor, aunque también se activan otros como el Sistema Nervioso Central, el Sistema Endocrino y el Sistema Inmune. De estos cambios o alteraciones los sujetos sólo perciben algunos como: el aumento en la frecuencia cardíaca (palpitaciones), el aumento en la frecuencia respiratoria, presencia de sudoración, tensión muscular, temblores musculares, dificultad respiratoria, sequedad de la boca, dificultad para tragar, sensaciones gástricas, entre otros. (Álvarez y otros, 2011, p.58)

El estrés académico se define como: “El proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico que se presenta de manera descriptiva mediante una demanda de evaluación, ocasionando el desequilibrio sistémico y sus respectivas acciones de afrontamiento” (Barraza, 2007, p.25). Por su parte la ansiedad es: “una reacción emocional experimentada en situaciones académicas asociadas al rendimiento, o que implican algún grado de evaluación social, u característica principal es la preocupación recurrente por el bajo desempeño en las evaluaciones y sus posibles consecuencias” (Sánchez y Castañeiras, 2010, p.517). Es decir, que los

estudiantes universitarios al verse sometidos a situaciones estresantes, como las evaluaciones, pueden desarrollar sintomatología asociada con estrés y ansiedad, misma que ocasionará alteraciones en su funcionamiento en las actividades de la vida cotidiana y académica.

Se asume que los niveles de ansiedad y estrés académico varían antes y después de los procesos de evaluación (exámenes), aunque se desconoce si esta variación es estadísticamente significativa por lo que se requiere elaborar un estudio descriptivo de desarrollo y de corte trasversal en dos momentos (anterior y posterior a las evaluaciones) de un grupo de estudiantes de la PUCE-Ambato para verificar el enunciado propuesto.

1.1.2. Preguntas Básicas

¿Cómo aparece el problema que se pretende solucionar?

Aparece en el comienzo de la vida universitaria debido a las características que esta presenta: altos niveles de exigencia, competitividad, síntomas ansiógenos, preocupación y estrés académico. Todo lo señalado aparece representado por un temor recurrente al fracaso.

¿Por qué se origina?

Se presume que se origina por los altos niveles de Ansiedad y estrés académico ante los exámenes.

¿Qué lo origina?

Evaluaciones parciales

¿Cuándo se origina?

Durante los procesos de evaluación.

¿Dónde se origina?

Pontificia Universidad Católica del Ecuador sede Ambato

¿Dónde se detecta?

Se detecta en los estudiantes de la Escuela de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ambato.

1.2. Justificación

A pesar de que se han realizado varias investigaciones sobre la sintomatología clínica de ansiedad y estrés académico en todo tipo de población, no se ha establecido un estudio cuasi-experimental pre-test y post-test, en estudiantes universitarios. Por tanto, el presente proyecto de investigación corresponde al estudio de: ansiedad y estrés académico en los estudiantes de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Ambato, el cual establece un estudio comparativo histórico para determinar las diferencias existentes antes y después de los procesos de evaluación.

El proyecto de investigación tiene como finalidad aportar al desarrollo de la Escuela de Psicología de la PUCE Ambato y a la comunidad científica, ya que, las manifestaciones físicas, psíquicas y conductuales de ansiedad y estrés académico son usuales en la población de estudiantes universitarios, al encontrarse próximos a rendir exámenes parciales. Además se establece que, los estudiantes se enfrentan cada vez más a exigencias, desafíos y retos que les demandan una gran cantidad de recursos físicos y psicológicos de diferente índole.

Es por ello que la elaboración de la presente exploración es de gran importancia, ya que facilitará el acceso al conocimiento, a partir del análisis de resultados, basados en la comparación en la etapa pre y post-test, lo cual indica la presencia y diferencias significativas de ansiedad y estrés académico, en los estudiantes universitarios.

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo General

Determinar las diferencias existentes de Ansiedad y el estrés académico en las y los estudiantes de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Ambato en antes y después de los procesos de evaluación.

1.3.2. Objetivos Específicos

- Fundamentar bibliográficamente los aspectos relacionados con la ansiedad y el estrés académico estudiantes universitarios.
- Medir los niveles de ansiedad y estrés académico de los y las estudiantes de pregrado de la PUCESA, antes y después de los procesos de evaluación.
- Realizar un análisis comparativo de desarrollo entre la ansiedad y estrés académico de los y las estudiantes de pregrado de la PUCESA, antes y después de los procesos de evaluación.
- Diseñar un modelo empírico explicativo de las diferencias existentes entre ansiedad y el estrés académico en estudiantes de la PUCE Ambato antes y después de los procesos de evaluación.

1.4. Hipótesis de trabajo

Los niveles de ansiedad y estrés académico de los estudiantes de la PUCE Ambato, varían antes y después de los procesos de evaluación.

1.5. Variables

Variable 1: Ansiedad.

Variable 2: El estrés académico.

1.6. Delimitación funcional

1.6.1. ¿Qué será capaz de hacer el producto final del proyecto de titulación?

Como resultado final de la investigación aportará con un informe que explica las diferencias entre la Ansiedad y es Estrés Académico en los y la estudiantes de pregrado de la PUCE Ambato, y su impacto antes y después de los procesos de evaluación.

CAPITULO II

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Definiciones y Conceptos

2.1.1. Ansiedad

Se han descrito múltiples conceptualizaciones para la ansiedad, debido a la notable presencia de sensaciones displacenteras ante circunstancias de que requieren del desempeño óptimo del sujeto, mismas que alteran la composición biológica, psicológica y social, que tienden a desestabilizar al individuo, generando así cambios en sus reacciones habituales.

A través de la búsqueda bibliográfica Parrado (2008) afirma que la ansiedad “es una emoción normal que aparece en el sujeto como signo de alarma para advertir al individuo de algún peligro o adversidad” (p. 2). Por ello, la relevancia de indagar en las respuestas adaptativas y des adaptativas que presentan los individuos ante situaciones futuras o imprevisibles, las cuales por lo general, abarcan gran contenido emocional ante los resultados que probablemente se pueden obtener en base a las

exigencias propuestas por otros, mismas que son internalizadas por el sujeto, convirtiéndose en experiencias subjetivas que son parte de la existencia humana.

De la misma forma Sierra, Ortega, y Zubeidat (2003) afirman que, el término ansiedad “alude a la combinación de distintas manifestaciones físicas y mentales que son atribuibles a peligros reales o imaginarios manifestados ya sea en forma de crisis o como un estado persistente y difuso” (p.14). Al respecto, se puede mencionar que el malestar o la presencia displacer a nivel psíquico, se encuentra estrechamente ligado a la preocupación que genera en el individuo, la falta de herramientas adecuadas para solucionar conflictos o no alcanzar los resultados esperados en actividades de la cotidianidad.

2.1.1. Antecedentes Históricos

2.1.1.1. Progresión Cronológica

La ansiedad ha sido una temática muy refutada desde su aparición debido a la presencia de síntomas llamativos que afectan el funcionamiento normal de los sujetos, situaciones que tienden a ser más frecuentes en la actualidad en vista del aumento de exigencias sociales, personales, etc. La ansiedad tiende a generar una serie de dificultades en el sujeto, debido a que constituye una reacción emocional, en la cual el individuo se ve afectado por una situación externa o interna que hace que este pierda el control de sí mismo.

Desde sus de sus antecedentes conceptuales, teóricos y disciplinares podemos dar cuenta que es un constructo extenso, que puede ser interpretado de distintas maneras siendo signo de complejidad. De tal manera Conti y Stagnaro (2007) afirman que “el término fue inventado en el siglo XVIII para describir a la ansiedad como una aflicción del sistema nervioso que produce nerviosismo, miedo, acompañado de conducta rígida y fracasada” (p.22). Es decir, el estudio de la ansiedad nace de la presencia recurrente de signos y síntomas relacionados con el aumento de la tensión, mismos que eran considerados como comportamientos inusuales y de carácter expiatorio, por lo que, dicho término ha sido abordado por distintos enfoque teóricos para rechazar o afirmar hipótesis propuestas.

Según el Diccionario de la Real Academia Española (2017) “el término ansiedad proviene del latín *anxietas* refiriendo un estado de agitación, inquietud o zozobra del ánimo”. (párr.1). Siendo ésta una emoción complicada y displacentera que se manifiesta mediante la agitación psicomotriz debido a la activación psíquica. Esta evolución del concepto ha propiciado que en la actualidad sea entendida ésta como una respuesta emocional compleja, fruto de la interacción entre factores individuales y situaciones específicas. Los cuales se manifiestan mediante respuestas significativas cognitivas, fisiológicas y motoras que causan malestar en el sujeto en vista del notable desequilibrio emocional ocasionado ante situaciones de gran exigencia.

De tal manera, al ser un fenómeno muy estudiado desde su aparición autores como Navas (1989) alude que la ansiedad “es una mezcla de sentimientos, conductas, reacciones o sensaciones fisiológicas” (p.32). Es decir, las manifestaciones de la

ansiedad no se asemejan a cualquier otro estado emocional como, depresión, labilidad emocional tristeza, enojo, entre otros. Así mismo Mischel (1990) sostiene que “cada individuo tiene un conjunto de amenazas personales, diferente al de otros que le causa mayor ansiedad, debido a la distinta activación emocional ante experiencias específicas” (p.13). Por ello, se puede exponer que la ansiedad se conceptualiza generalmente como un temor aprendido que yace desde el nacimiento y se va acrecentando en el transcurso de la vida. Por otro lado, la ansiedad es una reacción desagradable provocada por un estímulo externo, considerado por parte del sujeto como inquietante o peligroso dando paso a una notable variación conductual, cuyos cambios cesan cuando el elemento activador llega a su fin.

2.2. Características de la Ansiedad

La ansiedad hace referencia a una serie de reacciones mecanizadas por el individuo, formada por reflejos involuntarios, debido a la alteración del Sistema Nervioso, el cual, a su vez, enviará la orden de respuesta ante los sucesos que representen amenaza, pérdida, peligro, daño, entre otras, ya sea real o imaginario. Por ello la ansiedad se considera como:

- Experiencia de carácter adaptativo.
- Respuesta aprendida.
- Conjunto de sensaciones activadoras.
- Emociones displacenteras que requieren de reacciones inmediatas.
- Alteraciones físicas, psicológicas y conductuales.

- Tensión o malestar significativo cuya recurrencia puede llegar a convertirse en una patología.

Las manifestaciones ansiógenas se originan por la activación del Sistema Nervioso Autónomo haciendo énfasis en el Sistema Nervioso Autónomo Simpático, cuya función radica en transmitir impulsos nerviosos con el fin de sobresaltar o alertar a todo el organismo para huir o defenderse en caso de peligro. Por otro lado, una vez concluido o alejado el elemento amenazante activador la tensión disminuye por acción del Sistema Nervioso Autónomo Parasimpático, llevando al organismo a su estado natural de equilibrio. De tal manera que, el temor, el miedo y la preocupación son características esenciales de la ansiedad debido a su valor adaptativo para la supervivencia de la especie. Consecuentemente, el miedo conjuntamente con otras emociones indispensables en ser humano, como la ira representan el valor preventivo ante el daño que puede sufrir el sujeto ante diferentes acontecimientos. (García Morilla, 2015).

La ansiedad tiende a presentar diversas manifestaciones que causan incomodidad en el sujeto debido a la alteración de la estabilidad afectiva, y fisiológica, que depende del contexto en el que se encuentre el individuo. Según Reyes Tejada (2003) “la respuesta ansiosa se caracteriza por ser una reacción excesiva o desproporcionada, involuntaria, irracional, persistente, no adaptativa y dependiente del entorno”(p. 51). Conformada por la activación del sistema cognitivo, fisiológico y motor, ante el miedo anticipatorio debido a que estas emociones negativas deterioran el auto concepto, la confianza de sí mismo y el planteamiento de expectativas futuras.

2.2.1. Arousal como Fuente Activador de la Ansiedad

Se utiliza el término Arousal para definir el grado de activación fisiológica y psicológica, es decir que, hace referencia a la descripción de los procesos que controlan la vigilia, alerta y activación. A partir del cual, se puede medir el desempeño en las diferentes actividades de gran exigencia por las que atraviese el sujeto. De tal manera, Hickis González (2016) afirma que el Arousal “es importante en la regulación de la conciencia, atención y procesamiento de la información, para motivar ciertos comportamientos tales como la movilidad, la búsqueda de la nutrición, la respuesta a la pelea, las actividades sexuales, la comunicación en público” (p.1). Refiriéndose a la variación de la intensidad de la conducta, ante tareas muy difíciles o que demandan un esfuerzo intelectual (como estudiar para un examen) mientras que otras tareas que requieren resistencia o persistencia (por ejemplo, practicar un deporte) presentan ese punto óptimo en niveles más altos de estrés y ansiedad debido a que favorecen la motivación.

2.2.2. Ansiedad Estado y Ansiedad Rasgo

La ansiedad rasgo y la ansiedad estado son definibles como condiciones permanentes o superficiales que caracterizan al sujeto mediante una serie de síntomas que lo acompañan. De acuerdo a lo mencionado por Spielberger, Gorsuch y Lushene (1997) “se habla de una personalidad ansiosa (AR) y en el segundo de una afectación ansiosa (AE)” (p.74). Es por ello que, la Ansiedad estado se denomina como una alteración sensitiva, que tiende a fluctuar en temporalidad e intensidad caracterizado por los factores intrínsecos o también conocidos como sentimientos subjetivos, que

por lo general suele manifestarse en todas las actividades que realiza el individuo y se encuentra relacionado con sus rasgos de personalidad, esta variación es captada por medio de los órganos de los sentidos, los cuales a su vez sobreexcitan el SNA generando angustia, rigidez, desconfianza, temor e hiperactividad. Por su parte la Ansiedad Rasgo se refiere a un estadio parcial que al existir un estímulo ansioso establece inmediatamente una circunstancia como amenazadora y como consecuencia eleva su Ansiedad Estado en actividades que señalen amenaza a la autoestima:

El concepto de rasgo informa de una peculiaridad personal relativamente estable que lleva a responder de una determinada manera en distintas situaciones, y que el concepto de estado remita a una condición personal fluctuante, permite reparar en que no es lo mismo “ser ansioso” que “estar ansioso”. Llevado al contexto universitario podemos pensar que aunque haya algunas situaciones particularmente ansiógenas para la generalidad del alumnado, por ejemplo, los exámenes, habrá alumnos especialmente predispuestos a percibir la vida académica, en su conjunto, como amenazante y experimentarán ansiedad de manera relativamente constante. Asimismo, estos mismos alumnos pueden presentar elevados estados de ansiedad ante situaciones específicas, por ejemplo, intervenciones en clase, entrevistas con profesores, reuniones con compañeros. (Martínez-Otero Pérez, 2014, p. 66)

Por lo tanto, se puede mencionar que dentro de la conformación subjetiva del individuo, la ansiedad rasgo y estado denotan un papel importante, al desencadenar una serie de reacciones puesto que, las situaciones exigentes o de gran demanda dan paso a condiciones monótonas y mecanizadas o superficiales y pasajeras, dependiendo del estado de salud mental que contenga el sujeto y la capacidad para generar paulatinamente el alivio sintomático. De tal manera que, dentro del ámbito académico el aumento de tensión, presión, falta de expectativas futuras, dificultades para alcanzar metas, irregularidad académica, inseguridad, la competitividad,

rivalidad y las dificultades sociales y adaptativas afectan de manera significativa el desempeño Institucional, personal, interpersonal.

2.3. Teoría Tridimensional de Lang

Existen varias teorías significativas cuyo fundamento teórico sustenta las conceptualizaciones de la ansiedad, sin embargo, una de las más importantes es la teoría de Peter Lang, cuyos aportes fueron ampliamente aceptados por varios investigadores para entender los factores que producen la ansiedad y a su vez los trastornos por ella provocados. Por ello, Lang (1971) alude que “las emociones son un fenómeno multidimensional que incluye, de forma explícita e interrelacionada, tres manifestaciones ante un estímulo que la desencadena: los procesos cognitivos que la van a determinar, los cambios fisiológicos y el comportamiento que las acompañan” (p.3). De acuerdo al tipo de alteración la predominancia de la respuesta puede ser cognitiva o subjetiva, fisiológica o somática y conductual o motora. De tal manera, el estudio de los tres niveles de activación nos ayuda a entender los cambios emocionales descritos por varios postulados teóricos.

2.3.1. Sistemas de Respuesta Cognitivo

La actividad mental es uno de los principales factores considerados para la sobre excitación cognitiva. Para ello, Cano-Vindel (2003) asegura que “el componente cognitivo de las emociones estimula a los pensamientos, ideas e imágenes de carácter subjetivo (anticipaciones, preocupaciones), así como su influencia sobre las funciones superiores como: atención, memoria, aprendizaje” (p. 213). Interfiriendo

en el adecuado procesamiento de información generando que en ocasiones se sobrevalore el estímulo y en otras se subestime, divagando de esta manera, en las respuestas acertadas que probablemente se puede llegar a manifestar. Los síntomas cognitivos se detallan en la Tabla 2.1.

Tabla 2.1. Síntomas Cognitivos

- Dificultades de atención, concentración y memoria
- Aumento de los despistes y descuidos
- Preocupación excesiva,
- Expectativas negativas
- Sensación de amenaza y peligro
- Pensamientos distorsionados e importunos
- Incremento de las dudas y la sensación de confusión
- Inseguridad
- Sobrevalorar pequeños detalles desfavorables
- Abuso de la prevención y de la sospecha
- Interpretaciones inadecuadas
- Susceptibilidad
- Sensación de vacío
- Temor a perder el control
- Dificultad para tomar decisiones.

Tomado de Ramón Blai (2008). *Ansiedad Definición y Características. Manifestaciones sintomatológicas de la ansiedad. Síntomas Intelectuales o cognitivos.*

Los factores señalados, tienden a presentar manifestaciones subjetivas en vista de la percepción de un estímulo peligroso, es decir, depende en gran cantidad de las perspectivas propias que mantengan los individuos, mismos que no se encuentran demasiado alejados de los criterios desplegados por los especialistas.

2.3.2. Sistemas de Respuesta Fisiológico

Con respecto a las manifestaciones fisiológicas, se han establecido registros con el fin de medir la frecuencia y la intensidad de los cambios orgánicos, mismos que

subyacen de la alteración cognitiva, desencadenando una serie de reacciones involuntarias que generan malestar significativo en el sujeto.

Se relacionan con un incremento de la actividad del sistema nervioso autónomo, somático y endocrino, dando lugar a cambios en otros sistemas: respiratorio (respiración agitada, sensación de ahogo, opresión en el pecho...) cardiovascular (aumento de la frecuencia cardiaca y de la presión arterial), gastrointestinal (náuseas, vómitos, diarreas, molestias abdominales), dermatológico (rubor facial, sudoración...), neuromuscular (temblores, tensión muscular, hormigueo...) y neurovegetativo (mareo, sudoración...). Estos cambios tienen una manifestación irregular dependiendo de la fuerza de la emoción o estímulo sentido, y preparan al organismo para iniciar de forma rápida y efectiva una acción, que puede ser de huida o de enfrentamiento. (Simons, Detenber, Roedema, Reiss, 1999).

Por tanto, las consecuencias de la ansiedad a nivel fisiológico o corporal se caracterizan por sentimientos de activación transitorias de diferentes sistemas, pues son percibidos de manera inmediata, lo que ocasiona fuertes cambios, que a su vez generan malestar significativo en las actividades del sujeto. Dichas manifestaciones se encuentran totalmente ligadas a la respuesta emocional, siendo importante modificar aspectos de autocontrol y desarrollar mecanismos de defensa efectivos para mejorar la calidad de vida de los sujetos.

2.3.3. Sistemas de Respuesta Conductual

El proceso emocional experimentado por el sujeto, es evidenciado por medio de la observación de un agente externo, pues, si bien es cierto las expresiones corporales dan paso al entendimiento y a la interpretación del comportamiento verbal y no verbal. Puesto que, para identificar los cambios motores significativos, es

indispensable basarse en las expresiones y actividades normativas del individuo. De esta manera debido al estudio constante de la ansiedad, se han desarrollado técnicas para valorar cualitativamente y cuantitativamente el componente comportamental de las emociones. Por ende, las manifestaciones más comunes que se presentan en la Tabla 2.2.

Tabla 2.2. Síntomas Conductuales

- Estado de alerta e hipervigilancia
- Bloqueos, impulsividad
- Hiperactividad
- Torpeza o dificultad para actuar
- Dificultad para estar quieto y en reposo
- Parálisis física
- Posturas cerradas, rigidez
- Movimientos estereotipados
- Movimientos torpes de manos y brazos
- Dificultad para expresarse en la comunicación
- Tensión en las mandíbulas
- Tartamudeo
- Cambios de voz
- Duda o crispación
- Expresión facial de asombro

Tomado de Ramón Blai (2008). *Ansiedad Definición y Características. Manifestaciones sintomatológicas de la ansiedad. Síntomas de conducta.*

La tabla descrita anteriormente indica los síntomas conductuales que se presenta en la alteración psíquica denominada ansiedad, la cual a su vez tiende a desencadenar en manifestaciones conductuales, siendo estas, más evidentes para el grupo social. Los factores señalados, pueden adolecer de excesiva representatividad, pues surgen de la alteración fisiológica ante la percepción de un estímulo amenazador, reaccionando instintivamente como un mecanismo de defensa.

2.4. Ansiedad Académica

Los sujetos generan emociones básicas que ciertamente alteran el comportamiento humano. Una de las grandes situaciones ansiógenas se manifiesta en el ambiente académico, puesto que, los estudiantes ante las situaciones de enseñanza-aprendizaje tienden a presentar ansiedad, como una reacción ante la sobrecarga estudiantil y la probable falta de niveles de autoeficacia. De tal manera que:

El proceso educativo curricular conlleva un conjunto de responsabilidades y tareas de aprendizaje que implican un aumento de la ansiedad, que interfiere de forma positiva sobre la atención, la eficacia y el rendimiento académico, siempre que ésta no supere determinados límites. De entre toda la población estudiantil, algunos estudiantes pueden ser más vulnerables que otros a instaurar un estado de ansiedad des adaptativa precipitado por una serie de factores biológicos y psicológicos. De esta manera aparecerá el trastorno de ansiedad académica y ante los exámenes. (Mondéjar García, 2009, p. 4)

Por lo tanto, la ansiedad en los estudiantes ya sea niños, adolescentes o adultos que se rijan a un entorno académico establecido se convierte en preocupación, inquietud o miedo en torno a los estímulos externos que perciben como amenazantes, debido al planteamiento de determinadas demandas que sobrepasan a los estilos o mecanismos personales de afrontamiento, impidiendo así una respuesta adecuada o asertiva antes las dificultades escolares.

2.5. Ansiedad ante los Procesos de Evaluación

La ansiedad ante los exámenes, es una de las alteraciones más frecuentes que produce en algunos alumnos una serie de reacciones emocionales negativas que pueden inhibir la ejecución de las evaluaciones de acuerdo con su potencial

académico (Onyeizogbo, 2010). Dentro de los aspectos preliminares de la ansiedad ante las evaluaciones podemos observar las siguientes:

- Reacciones Emocionales.
- Conducta evitativa.
- Inhibición durante la ejecución.
- Temor al fracaso
- Presión Social y dificultad para la integración.
- Posible obtención de éxito académico.
- Rechazo prolongado a acudir al centro escolar.
- Incremento en la intensidad de la ansiedad anticipatoria el día o días anteriores al enfrentamiento con las situaciones escolares.
- Interrupción en la madurez personal.

De tal manera que, el miedo a los exámenes no es un miedo irracional; puesto que, la actuación en ellos determina gran parte del futuro académico de la persona, convirtiéndose en un comportamiento muy frecuente, sobre todo entre la población universitaria que afronta una presión social muy centrada en la obtención de un gran éxito académico. Asimismo, Conde (2004) afirma que “los alumnos al ser evaluados de manera oral o escrita se sienten amenazados, por lo que pueden llegar a padecer ansiedad perjudicial”. Por otro lado, la ansiedad durante el examen se relaciona positivamente con búsqueda de apoyo social y evitación, y negativamente con la orientación a la tarea y preparación. Sin embargo, el uso de una u otra podría estar modulado por las creencias de autoeficacia académica que posee.

2.6. Causas y factores de Riesgo de la Ansiedad

Existen varios motivos que causan la ansiedad, entre los cuales destacamos los factores genéticos, físicos y ambientales en los que influye también las alteraciones psíquicas o uso de fármacos y sustancias generando un cambio notablemente en el comportamiento del individuo. Por ello, nos referimos a todos aquellos hechos, situaciones o circunstancias de gran impacto que activan el sistema de alerta, y la manera negativa de preparación y reacción ante estas. De tal manera, existen varias causas que tienden a desencadenar la sintomatología ansiosa e indefensión, enfocados en la alteración del pensamiento pues se manifiesta la incontrolable percepción de riesgo o amenaza, que depende básicamente del proceso de autoevaluación, consciencia de sí mismo y el valor asignado a nivel social acerca de los problemas. Con respecto, los activadores de la ansiedad se detallan en la Tabla 2.3.

Tabla 2.3. Activadores de la Ansiedad

• Los grandes cambios que experimenta en su vida.
• Algunas medidas restrictivas.
• Problemas en relaciones cercanas: matrimonio, amistad, familia.
• Exagerada exposición a situaciones de estrés en el trabajo.
• Exposición a situaciones de discriminación, abusos o maltratos en el colegio.
• Pasar por una situación económica preocupante.
• Padecer alguna enfermedad que provoque la subida de los niveles de ansiedad.
• Efectos secundarios de determinados medicamentos.
• Sistema de apoyo inadecuado
• Bajo rendimiento y fracaso escolar.
• Habilidades ineficaces para afrontar los problemas
• Abuso de ciertas sustancias peligrosas.
• Intoxicación por algún tipo de droga, como la cocaína o anfetaminas.
• Causas genéticas: algún familiar padece el trastorno.
• Algún tipo de acontecimiento importante: negativo o positivo, como la boda o un embarazo.

Tomado de Baeza Villarroel (2008). La ansiedad. Activadores de la ansiedad.

Lo anteriormente mencionado pone a consideración que la ansiedad tiende a variar de una persona a otra, en vista de las situaciones desagradables que pueden llegar a suscitarse en su cotidianidad. Por ello, la ansiedad es más evidente en personas vulnerables que reaccionan de manera exagerada y acumulan pequeños problemas, todo esto, como signo de la falta de estabilidad y deterioro en la salud mental dificultando la capacidad para enfrentar los problemas de una manera eficaz.

2.7. Consecuencias de la Ansiedad

Los efectos de la ansiedad se presentan a nivel mental y físico afectando la calidad de vida del individuo, los cuales al cronificarse llegan a convertirse en patologías o trastornos. Es decir que, los niveles elevados de activación emocional mantenidos en un largo periodo de tiempo incrementa la vulnerabilidad a adquirir problemas de salud o psicofisiológicos. Por ende, la ansiedad pueden alterar las funciones cognitivas del individuo tales como: concentración, atención, memoria, mismas que dificultan la toma de decisiones eficiencia para el aprendizaje y el rendimiento escolar. Las consecuencias de la ansiedad se pueden observar en la Tabla 2.4.

Tabla 2.4. Consecuencias de la Ansiedad

• Deterioro de las relaciones familiares, sociales y laborales.
• Anticipación de desastre en cuanto a trabajo, salud, familia y dinero.
• Irritabilidad.
• Conductas violentas.
• Sufrimiento desproporcionado.
• Preocupación por no hacer las cosas bien.
• Insatisfacción de que los resultados no lleguen a la perfección deseada.
• Niños inseguros que necesitan de la aprobación de los demás.
• Dificultad para adaptarse.
• Trastornos de atención.
• Dificultad para enfrentar los retos del día.
• Trastornos del sueño, alimenticios, digestivos, de la piel, entre otros.
• Pérdida de autoestima.
• Ataques de pánico, fobias, hipervigilancia.
• Conductas adictivas inusuales.

Tomado de Vayas Wellington (2011). Ansiedad. Consecuencias de la Ansiedad.

De esta manera, las consecuencias de la ansiedad tienden a variar en función del tiempo e intensidad de los síntomas, al cronificarse los estados de ánimo negativos ocasionados por la ansiedad, generan sensaciones displacenteras acompañadas de pensamientos repetitivos en torno a la expectativa de vida, éxitos o fracasos y situaciones que pueden ser reales o fantaseadas. Es decir que, la ansiedad se convierte en un problema al incrementar los niveles de reacción o alteración ante las dificultades de la vida cotidiana.

2.8. Estrés Académico y la Educación Superior

2.8.1. Definición de estrés

El estrés es uno de los términos más utilizados en la actualidad para definir a los problemas de salud mental ocasionados por la tensión y sobrecarga en el ámbito laboral, familiar, escolar, personal, entre otros. Por ello, Selye (1956) afirma que “el

término estrés describe la suma de cambios inespecíficos del organismo en respuesta a un estímulo o situación estimulante”. Lo que implica la alteración de los procesos psicofisiológicos debido al cambio vital significativo, desencadenando en respuestas adversas a lo esperado por el sujeto, situaciones que tienden a debilitar los mecanismos homeostáticos y habilidades para solucionar conflictos. Así pues, el sistema conductual de una persona se ve reflejado en la calidad de sus respuestas, las cuales fluctúan de acuerdo a los aspectos individuales y cambios a nivel cultural, ya que, ante situaciones de gran demanda las conductas pueden ser violentas controlables o pasivas, es decir que, a mayor respuestas positivas y favorables existirá y mejor proceso de adaptación al cambio.

Por su parte otra de las principales conceptualizaciones acerca del estrés hace referencia a “las interrelaciones que se producen entre la persona y su contexto, en el que está inserto, se produce cuando la persona valora lo que sucede como algo que supera los recursos con los que cuenta y pone en peligro su bienestar” (Lazarus & Folkman, 1986). De tal manera, existen esfuerzos cognitivos y conductuales para controlar las situaciones que alteran la subjetividad del sujeto, sin embargo, al ser estas respuestas ineficientes o desbordantes limitan los mecanismos de afrontamiento y enferman al sujeto, por ende cada persona tiene su manera particular de afrontar el estrés.

Son muchos los factores que pueden llegar a determinar los mecanismos de afrontamiento. Por un lado, puede estar influenciado por recursos relacionados con el estado de salud o con la energía física con la que se cuenta; pero también entran en juego otros factores como las creencias existenciales que se tengan, religiosas o no; las creencias generales relativas al control que podemos ejercer sobre el medio y sobre nosotros mismos; el

aspecto motivacional también puede favorecer el afrontamiento, así como las capacidades para la resolución de problemas o las habilidades sociales; además, Lazarus añade el apoyo social y los recursos materiales como otros factores que hay que tener presentes (Lazarus y Folkman, 1986, p.165).

Por lo tanto, es importante mencionar que, existen dos tipos de estrés conceptualizados en vista del nivel y los síntomas que genera el individuo. Consecuentemente, en vista de las cargas que presentan los sujetos en la actualidad, es necesario una pequeña cantidad de estrés (Eutrés) con el fin de adquirir la capacidad para solucionar conflictos, enfrentarse a retos, incentivarse para obtener mejores resultados y finalmente adaptarse a las situaciones que conllevan a crisis, es decir, los cambios para desempeñarse de manera óptima en las distintas actividades. De tal manera que, el desequilibrio psicofisiológico es precedido por excesivas cantidades de estrés, (distrés) lo cual si bien es cierto, es nocivo para la salud mental del sujeto puesto que elimina neuronas del hipocampo necesarias para que el sujeto enfrente las situaciones de gran demanda.

2.8.2. Respuesta Fisiológica

Las respuesta observables del estrés se manifiestan a través de la activación del sistema nervioso y a su vez de la segregación hormonal, mismos que mecanizan las respuestas a través del sistema de control y de regulación. De tal manera que, al receptor un estímulo o situación como amenazadora por medio de los órganos de los sentidos, la información obtenida se traslada inmediatamente hacia el cerebro, activando el hipotálamo, empezando a segregarse la hormona corticotropa debido a la estimulación de la hipófisis, la cual al disiparse en el torrente sanguíneo activa la secreción de corticoides por la acción de la glándula suprarrenal, generando una

alteración a nivel psicofisiológico que resulta ser desadaptativo para el sujeto, al no regresar a su estado homeostático o durante la segregación acelerada de las hormonas, cuyo mantenimiento puede llegar a provocar trastornos cardiovasculares, corporales, entre otros.

Por lo tanto, Selye (1936) el padre del estrés plantea reacciones fisiológicas en los seres humanos las mismas reacciones ante el estrés, independientemente del estímulo provocador, es decir, un mecanismo de respuesta orgánica que se procesa mediante 3 fases conocido como el Síndrome General de Adaptación. Las cuales se expondrá a continuación.

2.8.2.1. Fase de Alarma

También conocida como la fase de movilización, es la primera fase de activación también conocida como Shock, en la cual entra en juego la percepción errónea de los estímulos estresantes, caracterizada por el congelamiento o la paralización de los músculos de la persona, inmediatamente se da la activación cortical y finalmente son evidentes las manifestaciones físicas.

En la fase de alarma la persona no hace nada debido a que se da excitación de la sustancia gris periacueductal del tallo cerebral. Posteriormente en la activación cortical se da la estimulación de la amígdala se produce liberación de noradrenalina (NA) encefálica. Aquí participa todo el sistema noradrenérgico cortical el cual se origina en el Locus Coeruleus y lleva información hacia el prosencéfalo. Esta activación cortical establece un estado de consciencia hiperaguda en la que el individuo identifica su entorno detalladamente. Generando respuestas o manifestaciones faciales o muecas

que unidas al congelamiento inicial se denominan estado de shock. En estas manifestaciones participan el V y VII pares craneales. (Camargo, 2010, p. 81) Es decir que, en la primera fase intervienen únicamente mecanismos fisiológicos generados por situaciones estresantes, puesto que, al poner en alerta al sujeto, el cerebro empieza a enviar mensajes para poder actuar ante el elemento activador, dichas reacciones pueden ser exageradas o al contrario muy pasivas, debido a que dependen de los mecanismos habituales de defensa que hayan sido planteados en la persona.

2.8.2.2. Fase de Resistencia

Durante la segunda se produce adaptación en vista a la repetición o mantenimiento de la fase de alarma, ya que funciona como una reacción ante los esfuerzos requeridos del exterior, tratando de superar la amenaza y mantener el equilibrio homeostático del organismo. Autores como Jimenez (2012) manifiesta que “en esta fase el organismo mantiene hiperactivados los sistemas circulatorios, respiratorios y hormonales, permitiendo compensar los gastos de energía ocasionados por el estado de estrés y de esta manera impedir el agotamiento del organismo” (p. 20). Es decir que, al presentarse un agente estresor durante un periodo determinado de tiempo se producen cambios necesarios para la supervivencia del sujeto pues, permite el adecuado funcionamiento de órganos importantes.

2.8.2.3. Fase de Agotamiento

Es también conocida como la fase de colapso, la misma que empieza a desarrollarse cuando el estímulo es continuo y persiste de manera habitual. Como consecuencia el organismo se agota o colapsa y decae su capacidad para adaptarse, por lo que empieza a manifestarse el desequilibrio corporal acompañado de manifestaciones tanto físicas como psíquicas. Es por ello que Jimenez (2012), afirma que “tras un período de agotamiento originado a causa de una tensión excesiva, el organismo sólo puede restablecer su capacidad de resistencia a nuevos acontecimientos, tras un periodo más o menos prolongado de descanso” (p. 21). De tal manera, que es probable el desarrollo de patologías graves, pues existe altas probabilidades de que el organismo colapse y no presente la misma capacidad para afrontar o defenderse de situaciones agresivas.

2.9. Estrés Académico

En psicología el estrés se refiere a una respuesta ante situaciones que sobrecargan al sujeto de emociones negativas, provocando alteraciones en las conductas estereotipadas. Estos acontecimientos pueden ser de tipo vital, circunstancial, catastrófico, incontrolable, entre otros. Es decir que, las exigencias ambientales enfatizadas en el ámbito estudiantil, laboral, relaciones interpersonales, familia, dificultades económicas, enfermedades desencadenan en estrés, algún momento de la vida. De tal manera que, se ha observado que en la población estudiantil el estrés académico es uno de los fenómenos más frecuentes, debido a la sobre exigencia que experimentan diariamente en vista de las materias, docentes o de sí mismo. Cada una de las causas del estrés académico se explican en la Tabla 2.5.

Tabla 2.5. Causas del estrés académico

• Competitividad grupal
• Realización de un examen
• Sobrecargas de tareas
• Exposición de trabajos en clase
• Exceso de responsabilidad.
• Intervención en el aula (responder a una pregunta del profesor, realizar preguntas, participar en coloquios, etc.)
• Interrupciones del trabajo.
• Subir al despacho del profesor en horas de tutorías.
• Ambiente físico desagradable.
• Sobrecarga académica (excesivo número de créditos, trabajos obligatorios, etc.)
• Falta de incentivos.
• Masificación de las aulas.
• Tiempo limitado para hacer el trabajo.
• Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.
• Problemas o conflictos con los asesores.
• Competitividad entre compañeros.
• Problemas o conflictos con tus compañeros.
• Realización de trabajos obligatorios para aprobar las asignaturas (búsqueda de material necesario, redactar el trabajo, etc.)
• Las evaluaciones.
• La tarea de estudio.
• Tipo de trabajo que se te pide.
• Trabajar en grupo.

Tomado de Ounane A. (2014). El estrés estudiantil en alumnos del tercer curso de lenguas extranjeras de secundaria. Causas del estrés académico.

Por ende el organismo tiene distintas maneras de responder ante las demandas de su entorno, pues depende en gran cantidad de la percepción que el sujeto posea del estímulo estresor y su adecuada capacidad para resolver los conflictos. Por ende, dentro del ámbito educativo es importante mencionar que uno de los factores principales para el desarrollo del estrés es el temor al fracaso, en vista de las exigencias propuestas por los distintos establecimientos, interfiriendo en el rendimiento en general.

2.9.1. Síntomas del Estrés Académico

Uno de los contextos en el que los que el individuo genera mayor cantidad de estrés es el ámbito académico, situación por la cual varios autores desde hace varias décadas han denominado el término “estrés académico”, como el conjunto de manifestaciones físicas y psicológicas, que generan desequilibrio o desadaptación de las respuestas normalmente adaptativas. Por ello, Russek (2016) denomina el estrés académico como “todos aquellos síntomas que originan una perturbación tanto en el rendimiento académico, como en el desenvolvimiento social del individuo con su grupo de pares” (párr. 01). De tal manera, existe una serie de alteraciones notables en las respuestas normativas de los estudiantes de cualquier nivel educativo, lo que tiende a generarles un desajuste parcial a nivel personal e interpersonal. Los síntomas del estrés académico se clasifican en físicos (observables) y psicológicos (subjetivos) a través de pensamientos que deterioran el equilibrio del sujeto.

2.10. Definición de Educación Superior

Se trata de un proceso de socialización y aprendizaje, en el cual el sujeto alcanza la inteligencia y conocimiento necesario para poder cumplir con las exigencias proporcionadas dentro de un Pensum Académico y que se presentan en el transcurso de la vida Universitaria. Alonso Rodríguez y Haces de Villa (2006), afirman que “el tipo educativo superior se imparte después del bachillerato, comprende la educación normal, tecnológica y la universitaria e incluye carreras profesionales cortas y estudios encaminados a obtener licenciaturas, ingenierías, entre otros, además incluye cursos de actualización y especialización” (p. 8). Es decir que, la educación

superior no se refiere únicamente a los estudios Universitarios, mas bien, trata de enfocar al sujeto hacia mayores alternativas que le permitan continuar adquiriendo conocimientos necesarios.

La educación tiene como objetivo la formación de capacidades y actitudes de los individuos para su integración a la sociedad como seres que sean capaces de regular el status quo y a la vez puedan transformar la realidad social en pos de los valores vigentes en un momento histórico determinado. Por tanto, la tarea de la educación superior es la formación de profesionales competentes; individuos que resuelvan creativamente, es decir, de manera novedosa, eficiente y eficaz, problemas sociales. (Ibáñez, 1994, p. 104)

Por ende, se trata de dar a conocer la relevancia que presenta la influencia del contexto del cual proviene el individuo. Puesto que, basa en las destrezas adquiridas durante el periodo académico, mismas que favorecerán el cumplimiento de las metas de los sujetos planteadas a mediano, corto y largo plazo. Además de poder desempeñarse de manera óptima dentro de la vida estudiantil y a futuro dentro del entorno profesional, convirtiendo al sujeto en una persona útil dentro del contexto social y lograr así la autorrealización personal.

Por otro lado, existen ciertos factores que tienden a elevar o disminuir las probabilidades del sujeto para continuar con sus estudios en una Institución de Educación Superior, tales como: factores personales, sociales, económicos y culturales. Pues, se ha evidenciado que algunos de los estudiantes al terminar la secundaria, no constan con una situación económica que les permita continuar con sus estudios, además en ocasiones la carga familiar es muy elevada o los estudiantes se muestran confusos de acuerdo a las carreras existentes que puedan explotar todas sus destrezas y habilidades, por lo cual, ingresan a la Institución Superior para robar sus fortalezas, las cuales al no ser las necesarias, toman la decisión de retirarse y se

dedican indistintamente a laborar, formar sus familias o realizar otro tipo de actividades, dejando a un lado las metas que tienen que ver con terminar con sus estudios Universitarios.

Continuando con lo expuesto, no todos los estudiantes que ingresan o se inscriben a las Instituciones de Educación Superior culminan sus estudios de tercer nivel pues mediante la experiencia cada uno puede evidenciar si posee vocación para llevar a la práctica el conocimiento adquirido en las aulas. Es decir que, en vista de la carga horaria, maestros exigentes, dificultad para entender las materias o el hecho de no estar dispuesto a explotar el propio potencial académico son razones para que los estudiantes obtengan bajas calificaciones y así no puedan obtener el puntaje requerido para aprobar las materias generando pérdida del semestre o nivel, en el cual los estudiantes presentarán dos opciones, continuar y esforzarse más u optar por la deserción escolar.

2.10.1. Estilos de la Educación Superior

2.10.1.1. Estilo de Aprendizaje

El estilo de Aprendizaje radica en el proceso adquisitivo de los conocimientos mediante la percepción y procesamiento de información por parte de los estudiantes universitarios, el cual se entiende como una actividad dinámica que depende del contexto y de las características del individuo. Lozano (2008) por su parte indica que “el estilo de aprendizaje está formado por un ámbito bio-psicológico en el que las

características individuales con la exposición a la instrucción, métodos y ambientes, llegarían a ser eficientes para ciertos estudiantes”. Por ello, el estilo de aprendizaje depende de la capacidad para ser exitoso dentro del ambiente educativo ya que, si existe un descenso significativo en el ámbito académico, es necesario modificar el estilo de aprendizaje por parte del estudiante. Consecuentemente, el presente estilo va a variar en torno a las experiencias individuales y los resultados que se obtengan. Para mayor entendimiento los estilos de aprendizaje presentados por los estudiantes universitarios, se describen en la Tabla 2.6.

Tabla 2.6. Características de estudiantes con cada estilo

Estilo	Características de estudiantes
Participativo	Tienen mucha disposición para el trabajo y tareas; muestran atención y están pendientes la mayor parte del tiempo. Disfrutan la clase siendo buenos elementos en ella.
Competitivo	Son el centro de atención y les agrada recibir reconocimientos en relación con sus logros, es por esto que estudian para demostrar a otras personas su superioridad en cuanto a calificaciones.
Dependiente	Evidencian baja curiosidad intelectual y aprenden solo lo que su docente les indica. Ven al personal docente y a sus compañeros y compañeras como referentes para realizar sus actividades.
Elusivo	No tienen interés en las actividades escolares, muestran apatía y prefieren estar fuera del aula. Suelen no participar y la clase no les entusiasma.
Colaborativo	Se les hace fácil el trabajo con sus pares y aprenden compartiendo ideas.
Independiente	Manifiestan autonomía y confían en su aprendizaje. Al pensar por sí, deciden lo que es importante y lo que no. Evitan trabajar con sus pares y se les hace muy fácil trabajar de manera solitaria.

Tomado de Grasha, Yangarber-Hicks, Hruska-Riechmann y Grasha (2000). Principales características de los estilos de aprendizaje. Características de estudiantes con cada estilo.

La representación gráfica se basa en los estilos de aprendizaje presentados recurrentemente en los estudiantes los mismos que se fundamentan en la preferencia en el proceso de interacción con pares y docentes, relacionada con los patrones conductuales que los individuos posean. Esta situación se puede evidenciar cuando las condiciones y exigencias didácticas son modificadas por el personal docente para variar la preferencia del estudiantado.

2.10.1.2. Estilos de enseñanza

Radica en el método o actividad práctica que tiene como fin el aprendizaje de los estudiantes, es decir la forma que utilizan los docentes para interactuar dentro de las clases. Autores como Pérez Gómez (1992) considera que la enseñanza es el proceso que infiere en la “transformación permanente del pensamiento, actitudes y comportamientos de los alumnos, contrastando sus adquisiciones más o menos espontáneas en la cotidianidad con las proposiciones de las distintas disciplinas científicas, artísticas y expectativas y también estimando su experimentación en la realidad”. Lo que refiere a la predisposición o tendencia que mantenga el maestro, puesto que, el alumno va a adquirir las capacidades y fortalezas, propiciadas por parte del personal docente. De tal manera que, los estilos de enseñanza pueden variar en torno a la personalidad del maestro, ya que, se expondrán un conjunto de creencias, refuerzos, conductas operacionalizadas, y necesidades enfocadas en el aprendizaje y desarrollo personal. Los estilos de enseñanza más conocidos se encuentran descritos en la Tabla 2.7.

Tabla 2.7. Características de docentes con cada estilo

Estilo	Características de docentes
Experto	Domina los detalles de la disciplina que imparte, además, promueve la competencia entre sus estudiantes por medio de los desafíos. Tiene el conocimiento y la experiencia que sus estudiantes requieren.
Autoridad formal	Posee un estatus en el establecimiento educativo y entre el estudiantado, puesto que ha demostrado el vasto dominio de su disciplina. Se guía y cuida cumplir la normativa del establecimiento. Realiza una eficaz retroalimentación basada en los objetivos del curso, sus expectativas y mediante los reglamentos institucionales.
Personal	Se considera como un ejemplo y percibe que la mejor manera de enseñar es a través de su forma de pensar y comportarse.
Facilitador	Prepara y guía a sus estudiantes para desarrollar gradualmente la independencia, iniciativa y responsabilidad. Utiliza el pensamiento crítico para concretar su objetivo, utilizando proyectos o problemas en los que el estudiantado resuelve y aprende por su cuenta, por lo que su función docente es asesorar.
Delegador	Proporciona libertad a sus estudiantes, mediante la autonomía, en trabajos en proyectos de manera independiente. Su labor docente es consultiva.

Tomado de : Lozano, Grasha y Grasha (2008). Principales características de los estilos de enseñanza. Características de docentes para cada estilo.

El cuadro descrito acerca de los estilos de enseñanza dentro de la Educación Superior, explica claramente las características adoptadas por cada uno de los docentes. Mismas que son acopladas por parte de los estudiantes en torno a los rasgos internos que denoten cada uno de ellos. Criterios que se encuentran vinculados con varios autores que tienden a asemejar los estilos de enseñanza con la capacidad del individuo para ajustarse a nuevas exigencias. Por lo tanto, Steiman (2007) indica que “el estudiantado y docentes constituyen agentes activos que interactúan desde contextos históricamente situados, desencadenando procesos mutuos de enseñanza y aprendizaje, permitiendo al personal docente reflexionar, analizar su praxis, y adecuar sus estrategias con la necesidad y característica de sus estudiantes”. Es decir que, en el contexto universitario el estilo enseñanza aprendizaje tiene el mismo nivel de importancia ya que para la consolidación de los

conocimientos es necesario un proceso dinámico entre un observador participativo y otro quien fomenta y estimula el aprendizaje por parte de los estudiantes es decir el personal docente, de lo contrario puede existir el bajo rendimiento académico.

2.11. Secuencia General del Sistema Educativo

2.11.1. Tipos de Educación

El sistema Educativo engloba dos sub sistemas el escolarizado y el no escolarizado, el primero se refiere a la educación impartida en períodos lectivos, con una planificación o currículum establecido que se lleva a cabo de manera didáctica y continua, además la finalización de dichos períodos académicos implica graduaciones y títulos inscritos y avalados por el Ministerio de Educación Nacional. Por su parte, el sistema no escolarizado, implica la ausencia períodos regulados y no conduce a la obtención de títulos, más bien se refiere a la enseñanza extra escolar puesto que, se realiza en pequeños grupos con el fin de cumplir objetivos a corto plazo (alfabetización, cursos de poca duración, acciones preventivas, entre otras) además representa una oportunidad de desarrollo personal en cualquier época de la vida del sujeto. La Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, Ciencia y la Cultura (OEI, 2014, p. 1) menciona la siguiente organización del sub sistema escolarizado:

- Establecimientos determinados en la Ley y en los reglamentos generales según el art. 38 de la LOEI:

- Educación Escolarizada
- Educación no Escolarizada con pertinencia cultural y lingüística.
- La Educación Escolarizada:
 - Ordinaria
 - Extraordinaria
- Educación Escolarizada Ordinaria:
 - Inicial (sub inicial 1 y sub inicial 2)
 - Educación general básica (preparatoria, básica elemental, básica media y básica superior).
 - Bachillerato general unificado.
 - Superior, regido por las leyes especiales sobre la materia.
- Educación Escolarizada Extraordinaria:
 - Personas con necesidades educativas especiales en establecimientos educativos especializados u otros casos definidos por el Nivel Central de la Autoridad Educativa Nacional.
- Educación Compensatoria:
 - Nivel primario compensatorio
 - Ciclo básico compensatorio
 - Ciclo diversificado compensatorio
 - Formación y capacitación a nivel artesanal, con sujeción a las disposiciones de la Ley de Defensa del Artesano y su Reglamento

Por lo tanto, la importancia que cumple el tipo de institución, la jornada de estudio (matutina, vespertina y nocturna), ubicación (urbana y rural), niveles progresivos de educación, tipos de institución (públicas o privadas), aspectos que adquieren un valor

fundamental para conocer el bienestar bio-psicológico del sujeto pues, intervendrán, los niveles de adaptación y operativismo que adquiera cada uno de los estudiantes al empezar y continuar con sus estudios en cualquier nivel educativo en vista de las ventajas y desventajas que cada uno de ellos amerite. Es relevante mencionar que a mayor nivel de escolaridad mayor exigencia, por tanto existe incremento de tendencia a la ansiedad y estrés.

CAPITULO III

3. METODOLOGÍA

3.1. Tipos y Diseño de la Investigación

El estudio de la presente investigación es de tipo cuantitativo, descriptivo y comparativo de desarrollo histórico. El método general es científico y el diseño de la investigación es longitudinal debido a que se llevará a cabo en los estudiantes de pre grado de la PUCESA, en dos momentos específicos antes y después de los procesos de evaluación.

La investigación cuantitativa, se refiere a las magnitudes numéricas usadas mediante herramientas estadísticas. Este estudio “recoge y analiza datos cuantitativos sobre variables, además usa información de manera estructurada y sistemática, que implica claridad entre los elementos que conforman el problema” (Del Canto & Silva Silva, 2013, p. 28). Por ende, el enfoque cuantitativo tiene la finalidad de probar hipótesis mediante la implementación de operaciones matemáticas en el análisis de datos y de esta manera poder plantear el análisis estadístico, para establecer modelos conductuales y así comprobar lo expuesto en las teorías.

Con respecto al carácter descriptivo, se basa en destacar las características más relevantes, de un fenómeno para conocer el comportamiento, cultura, hábitos, actitudes predominantes, mecanismos de defensa, patologías y alteraciones existentes

en una población específica. Es así como Pimentel (2010) afirma que “la Investigación Descriptiva es un proceso metódico y sistemático dirigido a la solución de problemas o preguntas científicas, mediante la producción de nuevos conocimientos, los cuales constituyen la solución o respuesta a tales interrogantes”. Por ende, se utilizan criterios sistemáticos que permiten poner de manifiesto el cómo es y de qué modo se presenta un fenómeno y sus elementos. Siendo un método fiable para obtener la mayor cantidad de información organizada, ordenada, lógica y comprobable con otros estudios científicos realizados.

Por su parte, el análisis de datos se va a realizar mediante un estudio comparativo histórico en dos momentos determinados, con el objetivo de establecer las diferencias sintomatológicas de poblaciones mediante encuestas con muestras probabilísticas. Autores como Rosato y Boivin (2013) mencionan que el estudio comparativo histórico “analiza comparando tanto las conexiones entre hechos de la misma época, simultáneos (sincrónicos) como hechos de una época en su relación con hechos de otras épocas tratándolos como antecedentes, causas o consecuentes y efectos” (p. 8). Es decir, se podrá explicar teóricamente las variaciones de la conducta en una población determinada.

Finalmente la recopilación de datos es de corte longitudinal, puesto que, se presenta en dos momentos establecidos. De acuerdo a lo mencionado, Arnau y Bono (2008) afirma que “el objetivo fundamental del estudio longitudinal es conocer no sólo los cambios o perfiles individuales, sino determinar si el cambio es significativo y si se dan diferencias entre los distintos sujetos de la muestra”. Por lo tanto, el estudio se basa en notar las diferencias en las manifestaciones conductuales presentes antes y

después de los procesos de evaluación y así estudiar el cambio en función del tiempo.

3.2. Técnicas

Las técnicas empleadas fueron la observación científica a través de la ficha sociodemográfica; y la entrevista psicológica estructurada mediante de uso de los test psicométricos, todo ello permitió comprobar las hipótesis planteadas, con el fin de mantener coherencia en los resultados obtenidos y además se establecieron de manera idónea las conclusiones y recomendaciones.

La observación científica permite realizar una exploración ecuánime de las variables expuestas en la investigación. Por esta razón se puede identificar lo siguiente:

La observación científica es la búsqueda deliberada y controlada de objetos, hechos y fenómenos, bajo ciertas condiciones previamente determinadas, la más importante de las cuales es la intersubjetividad. La objetividad de la ciencia en el campo empírico se basa en la posibilidad de que la observación sea realizada por cualquier observador ubicado en una situación análoga. Esta exigencia garantiza la eliminación de los factores subjetivos inherentes a un observador, pero, por supuesto, admite las distorsiones comunes a todos ellos. (Benguria, Martín, Valdés, Pastellides & Gómez, 2012, p. 4)

Referente a lo mencionado es necesario entender que el investigador lleva a cabo observaciones y secuencia de hechos, utilizando los órganos de los sentidos, para la identificación de un problema como a su posterior resolución. En la observación, por tanto, se debe tomar en cuenta la relación entre la realidad o evidencia empírica y las teorías científicas.

3.3. Instrumentos

Los instrumentos utilizados para la presente investigación fueron: Cuestionario estructurado, ficha Ad Hoc sociodemográfica, y cuatro reactivos de medición psicológica: Inventario de Ansiedad Rasgo- Estado, Inventario de Ansiedad de Beck, Escala de Percepción Global de Estrés y Inventario de Estrés Académico.

3.3.1. Ficha Ad Hoc Sociodemográfica

De acuerdo al cuestionario estructurado (ficha sociodemográfica) se logró recopilar información general de los participantes de la investigación como: datos personales, lo que engloba, edad, sexo, sector de vivienda, autodefinición étnica, estado civil, del mismo modo, se indagó sobre la situación económica familiar, situación académica, organización del tiempo y trabajo de los estudiantes de pre-grado de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Ambato.

3.3.2. Inventario de Ansiedad Rasgo Estado (IDARE)

La versión original Del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (anexo 2), fue creado por Spielberger, Gorsuch y Lushene (1966). Sin embargo, existen diferentes adaptaciones al español de la prueba, siendo la más utilizada de Spielberg y Díaz-Guerrero (1975). El IDARE es un inventario auto evaluativo, constituido por dos escalas separadas para medir dimensiones distintas de la ansiedad: la ansiedad como estado (condición emocional transitoria del organismo) y la ansiedad como rasgo (propensión ansiosa relativamente estable).

En la Escala de Estado, se le orienta al sujeto que debe responder cómo se siente en el momento actual en relación a los ítems formulados, y cómo se siente generalmente en relación a los ítems de ansiedad como rasgo. A la vez, se encuentra constituido por 20 ítems, los cuales a su vez constan de 10 ítems positivos de ansiedad y 10 ítems negativos. Del mismo modo, la escala rasgo comprende 20 ítems, integrado por 13 ítems positivos y 7 negativos. La duración del reactivo no tiene tiempo límite, generalmente se requiere de un promedio de 15-20 minutos para la aplicación de ambas escalas. Además puede realizarse de manera individual y colectiva, en una población de alumnos de secundaria, universitarios y adultos ya sea, hombres y mujeres.

La forma de respuesta depende de la intensidad que señale el evaluado con respecto a los síntomas ansiosos, existiendo un rango de 4 posibilidades de respuesta distribuidas en escala Likert: 1.- No en lo absoluto, 2.- Un poco, 3.- Bastante, 4.- Mucho. Dando como indicadores tanto en Estado como Rasgo Alto (>45), Medio (30-44) y Bajo (<30).

En cuanto a los indicadores de confiabilidad y validez del Inventario de Ansiedad Rasgo- Estado evidenciado a través del Alpha de Cronbach, se concluye que IDARE es un instrumento válido y confiable para evaluar ansiedad. En vista de alcanzar una confiabilidad aceptable en ambas escalas; tanto en la escala de Ansiedad Estado ($\alpha=0.904$) y en la escala de Ansiedad Rasgo ($\alpha=0.882$), por tanto, es un instrumento con características psicométricas apropiadas.

3.3.3. Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)

El Inventario de Ansiedad de Beck (anexo 3), fue desarrollado en 1993 por Beck y Steer, como un instrumento diseñado para su uso en población clínica, su adaptación al español fue realizada por Sanz, Vallar, Hernández (2011). Es una escala que mide de manera auto informada el grado de ansiedad, diseñada para evaluar los síntomas menos vinculados con los de la depresión.

El BAI ha sido formulado para que discrimine entre los grupos de diagnóstico ansioso y no ansioso en una gran variedad de poblaciones y áreas como: psicología clínica, psicología educativa, neuropsicología, psicología forense, psicología del deporte. La aplicación puede realizarse de manera Individual y colectiva, con una duración promedio de 5-10 minutos en poblaciones generales, adultos y adolescentes que presenten una edad base de 13 años en adelante.

Este instrumento consta de 21 ítems que engloban síntomas subjetivos, neurofisiológicos, autonómicos, vasomotores. El BAI comprende cuatro opciones de respuesta presentadas en escala Likert valoradas desde 0 a 3, descritas de la siguiente manera: 0.- no en lo absoluto, 1.- Levemente, 2.- Moderadamente, 3.- Severamente. Para la calificación global del Test, se requiere de la suma de las puntuaciones obtenidas en cada uno de los ítems a partir de los cuales se establecerá la categoría de gravedad (“Mínima”, “Leve”, “Moderada” y “Grave”)

En cuanto al análisis de validez y confiabilidad, se establece que la consistencia interna del BAI obtiene un valor del coeficiente alfa alto (> 0.8). Siendo fiable para detectar y cuantificar síntomas de ansiedad en distintas poblaciones.

3.3.4. Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE)

La escala de Percepción Global de Estrés (anexo 4), es un instrumento de medición elaborado en 1983 por de Cohen, Kamarck y Mermelstein, por su parte, la versión en castellano fue adaptada por Remor en el 2006. El presente Instrumento de medición, tiene la finalidad de identificar los niveles de estrés vivenciados por la persona el último mes de vida es decir, la medida en que las situaciones de la vida cotidiana se aprecian como estresantes. Su aplicación se realiza de manera individual y colectiva en poblaciones escolares, universitarios, adultos, con un tiempo de aplicación promedio de 5-10 minutos.

La EPGE consta de 14 ítems, mismos que puntúan a través de una escala Likert de 4 puntos categorizada de la siguiente manera: 0.- Nunca, 1.- Casi Nunca, 2.- De vez en cuando, 3.- Frecuentemente, 4.- Casi siempre. La puntuación total de la PSS se obtiene invirtiendo las puntuaciones de los ítems 4, 5, 6, 7, 9, 10 y 13 (en el sentido siguiente: 0=4, 1=3, 2=2, 3=1 y 4=0) y sumando entonces los 14 ítems. La puntuación directa obtenida indica que a una mayor puntuación corresponde un mayor nivel de estrés percibido.

La estructura factorial señala la agrupación de los ítems positivos (factor 1) y negativos (factor 2). Además se encuentra compuesto por la sub escala correspondiente al afrontamiento de estresores y la sub escala, percepción de estrés. Además muestra excelentes índices de ajuste y un alfa de Cronbach los cuales tienden a ser superior a 0,80 en países Sudamericanos.

3.3.5. Inventario de Estrés Académico (IEA)

El Inventario de Estrés Académico (anexo 5), fue diseñado por Polo, Hernández y Pozo en 1991, a partir de la información recogida en estudiantes de Psicología de la Universidad Autónoma de Madrid. Su aplicación se realiza de manera individual y colectiva a estudiantes universitarios. El tiempo de desarrollo promedio del test es de 10-15 minutos.

Para cada una de las situaciones planteadas se presenta una escala Likert con valores de 1 a 5 distribuidos de la siguiente manera: 1.- Nada, 2.- Poco, 3.- Algo, 4.- Bastante, 5.- Mucho. Lo que indica el grado de estrés que las situaciones expuestas durante el reactivo pueden generar. Por otro lado, se recauda información en torno a los tres niveles de respuesta, fisiológico, cognitivo y motor. Lo que permite conocer qué situaciones provocan un mayor nivel de estrés percibido y la relación entre las situaciones y las conductas.

El IEA se encuentra formado por el factor 1 (Manifestaciones de Estrés Académico), que constituye los ítems 19, 14, 12, 13, 18, 20, 15, 6, 11, 7, 17, 9, 8 y 16, mientras que el factor 2 (Situaciones académicas estresantes) está formado por los ítems 3, 2,

5, 4, 10 y 1. Además Alfa de Cronbach confirma la adecuada fiabilidad del reactivo pues, tiene a ser mayor a 0,70. Lo que implica que, cumple con los requerimientos metodológicos necesarios para constituir una herramienta de medición específica para estrés académico en estudiantes universitarios.

3.4. Población

La población de interés para la presente investigación está conformada por los/las estudiantes legalmente matriculados a nivel de pregrado en la Pontificia Universidad Católica del Ecuador – Ambato, con un número total de 960 estudiantes según el director del departamento de Sistemas de la Universidad. La investigación se realizó durante Octubre y Noviembre de 2017, aplicándose en dos momentos específicos que fueron antes y después de los exámenes de primer parcial, siendo el tiempo estipulado para aplicar los reactivos psicológicos que ayuden e indiquen como se encuentran realmente los estudiantes de la PUCESA.

3.5. Muestra

El cálculo del tamaño de la muestra se desarrolla considerando el margen de error que es del 1% con un nivel de confianza del 99%. De tal manera, Morales (2011) indica que “una cifra ideal para un estudio comparativo histórico con una prevalencia del 99% y una diferencia moderada, el requerimiento es de 48 casos” (p. 17). Es decir que, para la realización de la presente investigación psicológica se requiere de un muestra representativa del total de casos de interés, por lo que, es necesaria la

selección de 60 estudiantes, con el fin de subsanar cualquier tipo de error. Ahora bien, es importante destacar que durante el pre test participaron 64 estudiantes de pre grado indistintamente la carrera y el semestre por el cual cursaban, sin embargo, durante el post test se evidenció muerte muestral en 3 estudiantes, es decir, se trabajó con 61 estudiantes en las dos aplicaciones.

3.6. Muestreo

El tipo de muestreo a utilizar es de tipo probabilístico aleatorio simple, en el cual, autores como Espinoza (2016) expresa que en este tipo de estudio “Cada sujeto tiene una probabilidad igual de ser seleccionado para el estudio, en el cual, se necesita una lista numerada de las unidades de la población que se quiere muestrear”. Es decir que no es relevante las características específicas de los participantes puesto que, el único criterio que se debe cumplir radica en ser estudiante de pregrado de la PUCE Ambato. Por lo tanto, todos poseen la misma posibilidad de ser tomados en cuenta.

3.7. Procedimiento Metodológico

La presente investigación inició con la indagación bibliográfica, en donde se buscó recolectar información precisa acerca del tema propuesto, para de esta manera, crear un mayor acercamiento hacia el estudio. Seguidamente, mediante la exploración minuciosa se seleccionaron los instrumentos psicométricos para la evaluación de las variables de estudio. Continuamente, se focalizó la semana anterior a exámenes de primer parcial, como precisa para realizar el estudio. Una vez establecidos los

parámetros expuestos, se realizó el procedimiento pertinente para aleatorizar a los estudiantes de la PUCESA en el departamento de informática de la misma. La muestra aleatorizada se conformó por 64 estudiantes, 32 mujeres y 32 varones, de distintitos semestres, que cursan diferentes carreras de la Institución (Sistemas, Administración, Psicología, y Jurisprudencia).

Posteriormente, se procedió a realizar los trámites legales en cada una de las facultades, en base a un cronograma que especificaba el día y la hora de evaluación tanto para los estudiantes de horario matutino como de vespertino a fin de, facilitar la asistencia a la evaluación en el laboratorio de la carrera de Psicología. Paralelamente, es relevante dar a conocer que los estudiantes de la carrera de diseño quedaron exentos del estudio, en vista de, su malla académica irregular. Por otro lado, fue necesario dar a conocer la creación del proyecto de investigación formativa con los respectivos parámetros a través del consentimiento informado, además se explicó que la recolección de datos se realizaría durante dos momentos específicos (antes y después de los procesos de evaluación), teniendo datos importantes y confidenciales, cuyo fin fue netamente científico.

Ulteriormente, los estudiantes colaboraron con la aplicación de reactivos, en donde se les pidió que completen la carta de consentimiento informado; seguido de la ficha sociodemográfica, buscando obtener datos importantes para su respectivo análisis. Continuamente, se les presento los reactivos psicológicos expuestos en el siguiente orden: Inventario de Ansiedad Rasgo Estado (IDARE) (Gorsuch, Lushene y Spielberger, 1970); Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) (Beck y Steer, 2011), Escala de Percepción Global de Estrés elaborada por Cohen, Kamarak y Mermelstein

(1983) y finalmente se utilizó el Inventario de Estrés académico de Polo, Hernández y Pozo (1996).

Ahora bien, los datos conseguidos en las aplicaciones se introdujeron, tabularon y analizaron por medio del programa de análisis estadístico SPSS versión 21. Pues bien, mediante todo este procedimiento se ha generado el análisis estadístico que permite identificar si los niveles de ansiedad y estrés académico son mayores antes o a su vez después de los procesos de evaluación, a más de señalar si estas variaciones son estadísticamente significativas.

CAPITULO IV

4. RESULTADOS

El presente capítulo comprende el análisis de las características sociodemográficas de los participantes del estudio, el mismo que abarca tres secciones principales; y se dividen en tres apartados principales. El primero comprende el análisis de las variables individuales de los participantes, la segunda está conformada por las variables académicas, la tercera sección incluye el análisis descriptivo pre y post-test de cada uno de los reactivos utilizados. Finalmente el cuarto apartado considera el análisis comparativo pre-test y post-test de las herramientas de medición.

El proyecto de investigación estuvo constituido por 61 observaciones. Los datos se encuentran organizados en dos etapas; antes y después de las evaluaciones del primer parcial. La selección de los participantes fue realizada al azar por el departamento de Informática de la PUCESA. Con el fin de que la presente investigación sea usada para fines académicos.

4.1. Análisis de las variables individuales

El primer fragmento refleja la interpretación de los resultados de las diversas distribuciones obtenidas en función de las variables como: carrera, nivel-semestre, edad, sexo, sector domiciliario, autodefinición étnica, estado civil y situación económica. Estos resultados se presentan de acuerdo a los 61 participantes, elegidos

indistintamente de las Escuelas de Administración, Jurisprudencia, Sistemas y Psicología de la PUCE Ambato. En cuanto a las variables cualitativas se muestran con la frecuencia (f) y la representación porcentual (%), mientras que las variables cuantitativas se llevarán a cabo por la media (\bar{X}) y la desviación estándar (S^2). La prueba de contraste para identificar diferencias entre las variables, es la prueba W de Wilconxon (W) (ver tabla 4.1).

Tabla 4.1. Distribución de los evaluados en sentido de las variables individuales

Variables	Frec.	%
Sexo		
Masculino	31	50,8%
Femenino	30	49,2%
Sector		
Urbano	52	85,2%
Rural	9	14,8%
Autoidentificación Étnica		
Mestizo	60	98,4%
Blanco	1	1,6%
Estado Civil		
Soltero	58	95,1%
Unión libre	1	1,6%
Divorciado	2	3,3%
Situación económica familiar		
Muy Buena	9	14,8%
Buena	43	70,5%
Regular	8	13,1%
Mala	1	1,6%
	\bar{X}	S^2
Edad	21,44	2,37

Nota: 61 participantes.

En la variable sexo de la muestra aleatorizada de los estudiantes de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador sede Ambato, se encontró que el sexo masculino representa el 50,8% del total de casos de interés, mientras que 49,2% pertenece al sexo femenino. Por lo tanto, se puede evidenciar que, el sexo masculino presenta una predominancia de un estudiante, equivalente al 1,6% es decir que, en el muestreo realizado existe una pequeña diferencia, la cual no es estadísticamente significativa.

Por lo que se concluye que existe una distribución aparentemente similar en ambos grupos (ver gráfico 4.1).

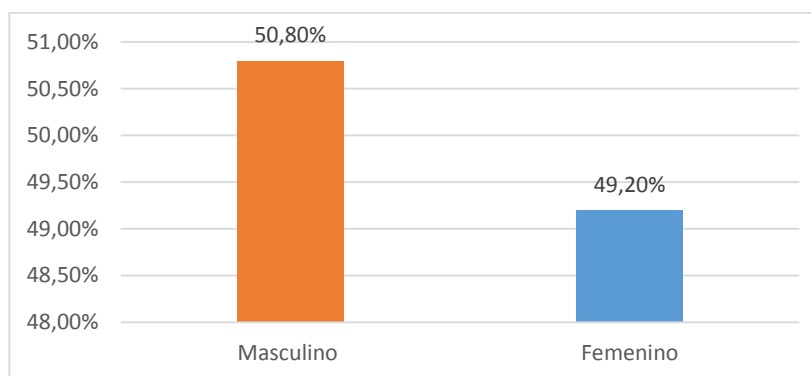


Gráfico 4.1. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función del sexo.

La representación gráfica indica una pequeña presencia mayoritaria de estudiantes de sexo Masculino que realizan sus estudios en las distintas carreras de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador sede Ambato. Ciertamente, los resultados indican que existe una variación, sin embargo, no es significativa. Por lo tanto, en el presente estudio se puede observar la presencia de 31 hombres y 30 mujeres, anulando un diferencia abismal entre ambos sexos.

En la variable Sector de vivienda se encontró que la mayor cantidad de casos de interés que acceden a educación en las distintas carreras de la Pontificia Universidad Católica de Ecuador sede Ambato, reside en el sector urbano, perteneciente al 85,2%, mientras que los estudiantes que residen en el sector rural corresponden al 14,8%. Por lo tanto se puede mencionar que, existe una variación considerable entre los estudiantes del sector Urbano y del sector rural (ver gráfico 4.2).

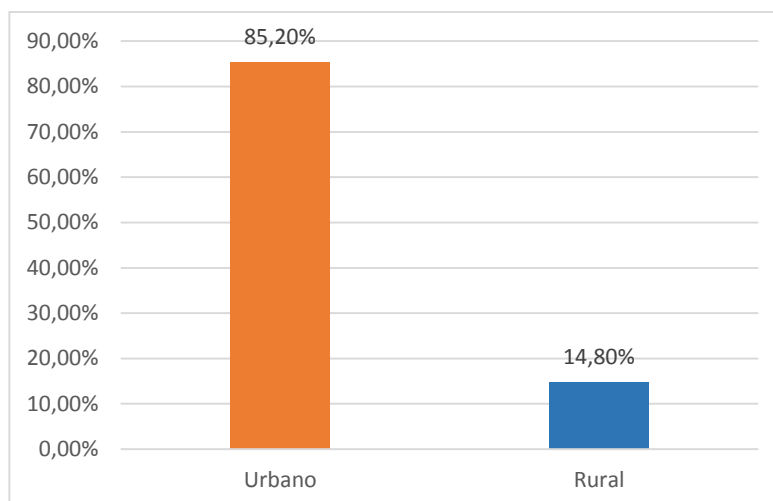


Gráfico 4.2. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función del sector de vivienda.

La representación gráfica muestra la presencia de mayor índice de estudiantes del sector urbano a diferencia del sector rural, de tal manera que estas variables implican la cercanía hacia el establecimiento de estudio y la recurrencia de asistencia. Por lo tanto, si existe una variación estadísticamente significativa en dicha variable.

En la variable autodefinición étnica se encontró que los participantes aleatorizados de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador sede Ambato, que se autodefinen como mestizos corresponde al 98,4% del grupo, además el 1,6% se identifica con la etnia Blanca. Por otro lado, la identificación en la población seleccionada es nula en cuanto a Afro ecuatorianos e indígenas (ver gráfico 4.3).

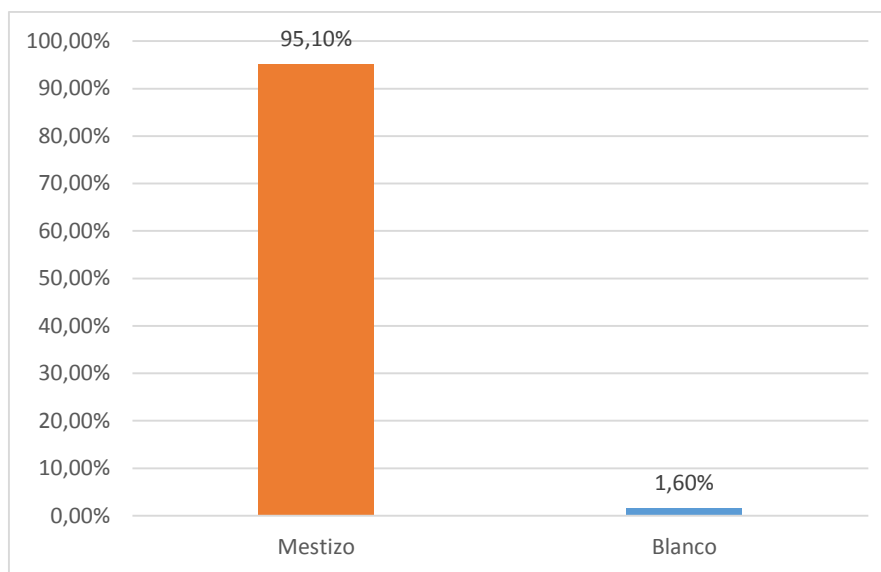


Gráfico 4.3. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función de la autoidentificación Étnica.

La representación gráfica señala que los estudiantes de las distintas carreras de Pontificia Universidad Católica del Ecuador sede Ambato seleccionados para el estudio, en gran cantidad se autodefinen como mestizos, lo que muestra una baja predisposición de grupos étnicos afro ecuatorianos e indígenas entre el conjunto de casos de interés.

En la variable estado civil se encontró en los estudiantes de las distintas carreras de la PUCESA, que el 95,1% de la población estudiantil es soltero/a, mientras que el 1.6% corresponde a una unión libre y el 3.3% es divorciado/a. Por otra parte ninguno de los participantes seleccionados es viudo lo cual equivale al 0,0%. Es decir que la mayor parte de estudiantes prefieren vincular su tiempo con otro tipo de intereses apartado del matrimonio, lo cual puede ser por distintos factores tanto personales como ambientales (ver gráfico 4.4).

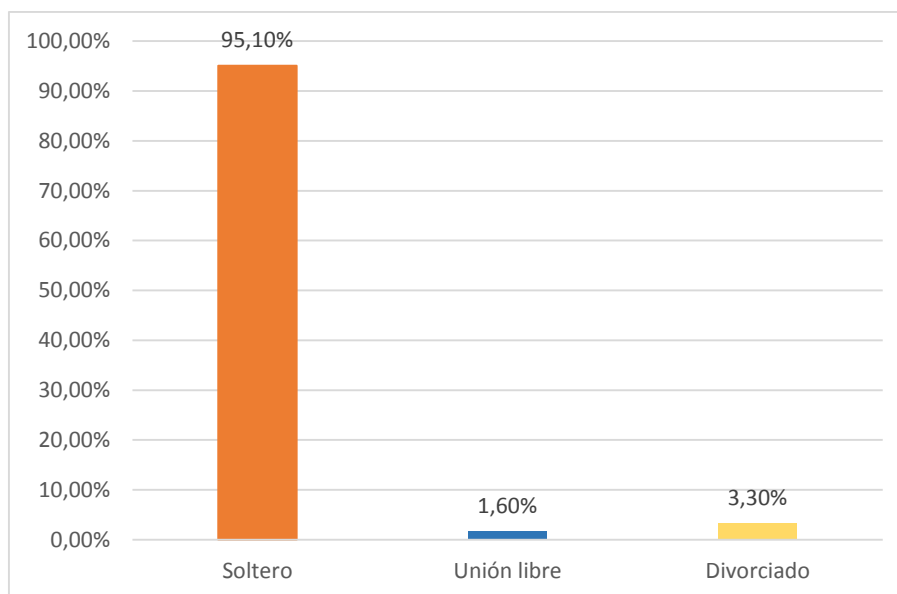


Gráfico 4.4. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función del estado civil.

La representación gráfica muestra que la mayor parte de la población estudiantil seleccionada, de todas las carreras de la PUCESA tienen estado civil de soltero/a, ya que hay un pequeño porcentaje de estudiantes que viven en unión libre y otros que se encuentran divorciados. Esto quiere decir que hay mayor cantidad de estudiantes solteros/as dentro de la PUCESA.

En la variable situación económica se encontró entre los participantes las diferentes escuelas mantienen una situación económica buena equivalente al 70,5%; además el 14,8% tiene una situación económica muy buena; el 13,1% mantienen una economía regular y el 1,6% aparentemente es mala. Es decir, que el factor situación económica se encuentra ligado a la regularidad académica, puesto que, al encontrarse dentro de una Institución privada, el factor económico es indispensable. Situación por la cual, una gran cantidad de estudiantes deciden desertar de sus estudios o por el contrario optan por otras Instituciones con diferente financiamiento. De esta manera, en el

presente estudio son evidente las diferencias significativas entre los estudiantes que poseen un adecuada economía aparentemente estable y los estudiantes que presentan dificultades económicas (ver gráfico 4.5).

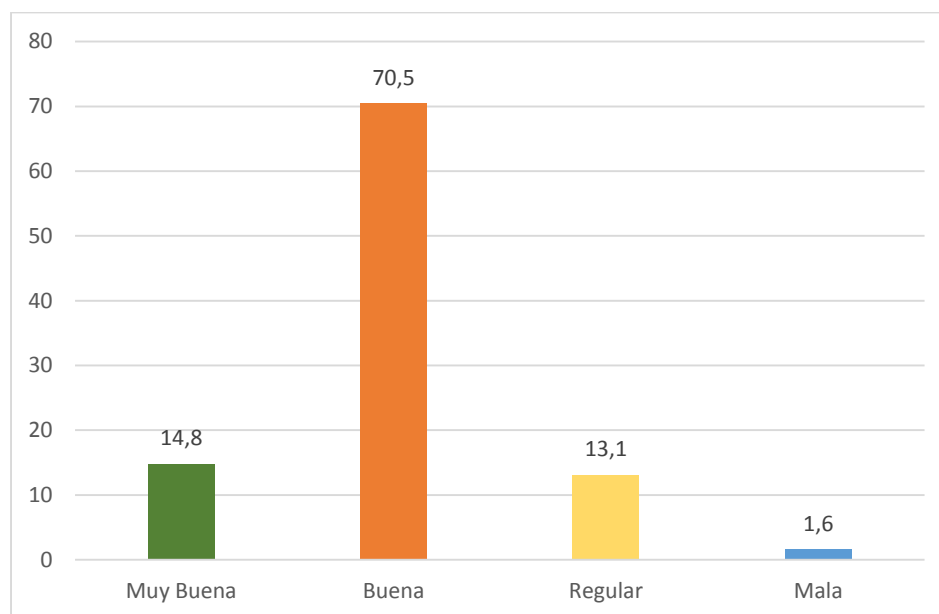


Gráfico 4.5. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función de la situación económica familiar.

La representación gráfica indica que un grupo significativo de los estudiantes seleccionados de las distintas carreras de la PUCESA consideran a su situación económica como buena. Sin embargo, se puede mencionar que un porcentaje minoritario de estudiantes señalan que tienen una situación económica mala, al igual que regular. Dicho de otro modo, la situación económica de los estudiantes en general es buena.

Finalmente, con respecto a la edad se identificó la edad promedio del grupo de estudiantes aleatorizados fue de $\bar{X} = 21,44$ años; presentando una $S^2 = 2,37$.

4.2. Análisis de las Variables Académicas

En la tabla 4.2 se encuentra la distribución de los estudiantes en torno a las variables académicas las cuales se encuentran comprendidas por: rendimiento académico, beca, tipo de beca, repite curso, estudios universitarios realizados en una institución educativa distinta al actual, estudios universitarios realizados en otra carrera de la PUCESA, posee condicionamientos, nivel de condicionamientos, organización del tiempo para el estudio, horas dedicadas al estudio.

Tabla 4.2. Distribución de los evaluados en sentido de las variables académicas

Variables	Frec.	%
Escuela		
Sistemas	15	24,6%
Psicología	16	26,2%
Jurisprudencia	15	24,6%
Administración	15	24,6%
Semestre/Nivel		
Primero	5	8,2%
Segundo	4	6,6%
Tercero	4	6,6%
Cuarto	6	9,8%
Quinto	5	8,2%
Sexto	11	18,0%
Séptimo	11	18,0%
Octavo	9	14,8%
Noveno	5	8,2%
Décimo	1	1,6%
Rendimiento académico		
Sobresaliente	3	4,9%
Muy Bueno	28	45,9%
Bueno	27	44,3%
Regular	3	4,9%
Beca		
Si	10	16,4%
No	51	83,6%
Tipo de Beca		
Excelencia Académica	4	6,6%
Comunidad Indígena o Afroecuatoriana	1	1,6%
Discapacidad	1	1,6%
Otra	5	8,2%
Repite Curso		
Si	3	4,9%
No	58	95,1%
Repite Asignatura		
Si	8	13,1%
No	53	86,9%
Estudios en otra Universidad		
Si	14	23,0%
No	47	77,0%
Estudios en otra Carrera de la PUCESA		
Si	5	8,2%
No	56	91,8%
Condicionamientos		
Si	7	11,5%
No	54	88,5%
Nivel de Condicionamiento		
Primero	7	11,5%
Ninguno	54	88,5%
Organiza su tiempo de estudio		
Si	50	82,0%
No	11	18,0%
Horas de Estudio		
1-2	15	24,6%
3-4	30	49,2%
5-6	12	19,7%
7 o más	4	6,6%

Nota: 61 participantes.

En la variable Escuela se encontró que los participantes de la Escuela de Psicología corresponden al 26.2% del grupo seleccionado, por su parte, los estudiantes de las escuelas de Sistemas, Jurisprudencia y Administración poseen la misma cantidad de participantes siendo cada una de las escuelas mencionadas, equivalentes al 24,6%. Por lo tanto, se puede evidenciar que la variación se da, debido a la predominancia de un participante en la Escuela de Psicología, es decir que, la diferencia encontrada no es estadísticamente significativa en la distribución de los participantes de acuerdo a las distintas carreras (ver gráfico 4.6).

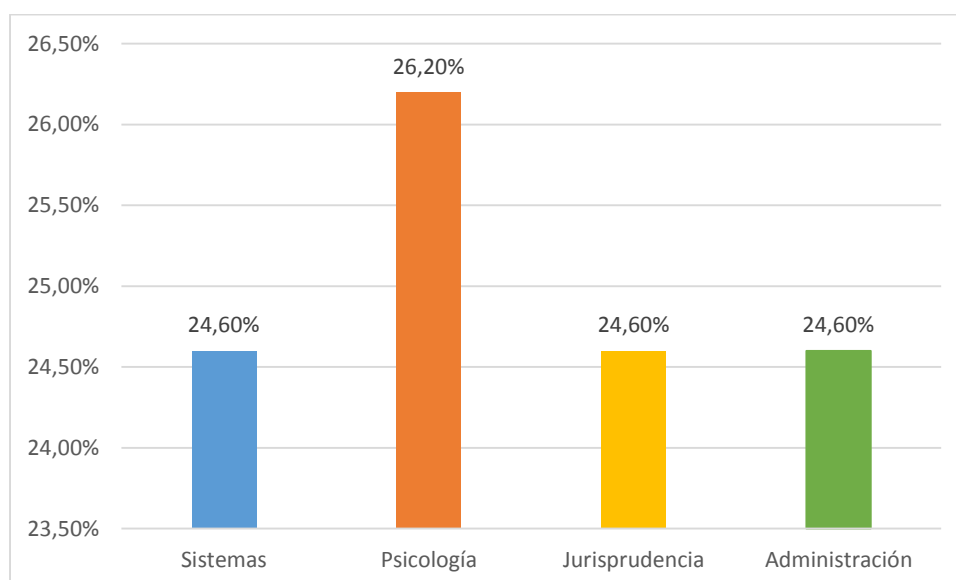


Gráfico 4.6. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función de la Escuela

La representación gráfica muestra una pequeña presencia mayoritaria de estudiantes de la Escuela de Psicología, por encima de los estudiantes de la escuela de Sistemas, Jurisprudencia y Administración, esto indica que el muestreo realizado es considerablemente proporcional en todas las carreras ya que, el incremento de un estudiante en la Escuela de Psicología no es significativo, sin embargo, la predominancia en el presente gráfico se da hacia dicha escuela.

En cuanto a la variable semestre/nivel, se encontró que la mayor parte de los estudiantes aleatorizados pertenecen a niveles superiores, así que al primer semestre corresponde el 8,2% de estudiantes, 6,6% a segundo semestre, mismo porcentaje encontrado en los estudiantes de tercer semestre equivalente al 6,6%, los estudiantes de cuarto semestre pertenecen al 9,8%, quinto semestre 8,2%, sexto semestre 18,0%, al igual que los estudiantes de séptimo semestre 18,0%, octavo semestre 14,8%, noveno semestre, 8,2% y finalmente décimo semestre 1,6% (ver gráfico 4.7).

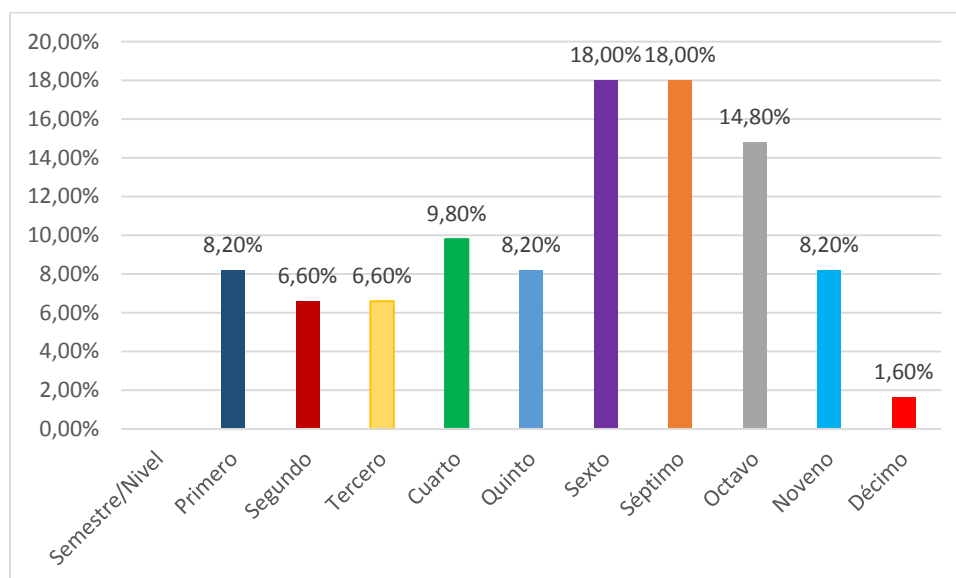


Gráfico 4.7. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función del Nivel/semestre

La representación gráfica nos permite observar que dentro de la aleatorización, existe mayor cantidad de estudiantes de sexto, séptimo y octavo semestre, señalando así una diferencia significativa en comparación a los estudiantes de primero, segundo, tercero, cuarto, quinto y noveno semestre, cuyo porcentaje no consta de un contraste considerable. Por otro lado, es importante mencionar que el porcentaje de estudiantes de décimo semestre es bajo pues constituye el 1,6% de la población, lo cual se

presenta en función de la malla curricular perteneciente a cada una de las carreras, ya que no todas, poseen el mismo número de créditos y semestres académicos.

En la variable rendimiento académico se encontró que una menor cantidad de participantes consideran que su aprovechamiento es sobresaliente, lo cual equivale al 4,9%, por su parte, los estudiantes cuyo rendimiento académico es muy bueno, corresponden al 45,9% de la población, además el 44,3% mantienen un aprovechamiento bueno, y finalmente el 4,9% consideran que su rendimiento es regular. De tal manera que, se puede observar que el rendimiento de una cantidad considerable de estudiantes, se mantiene entre bueno y muy bueno (ver gráfico 4.8).

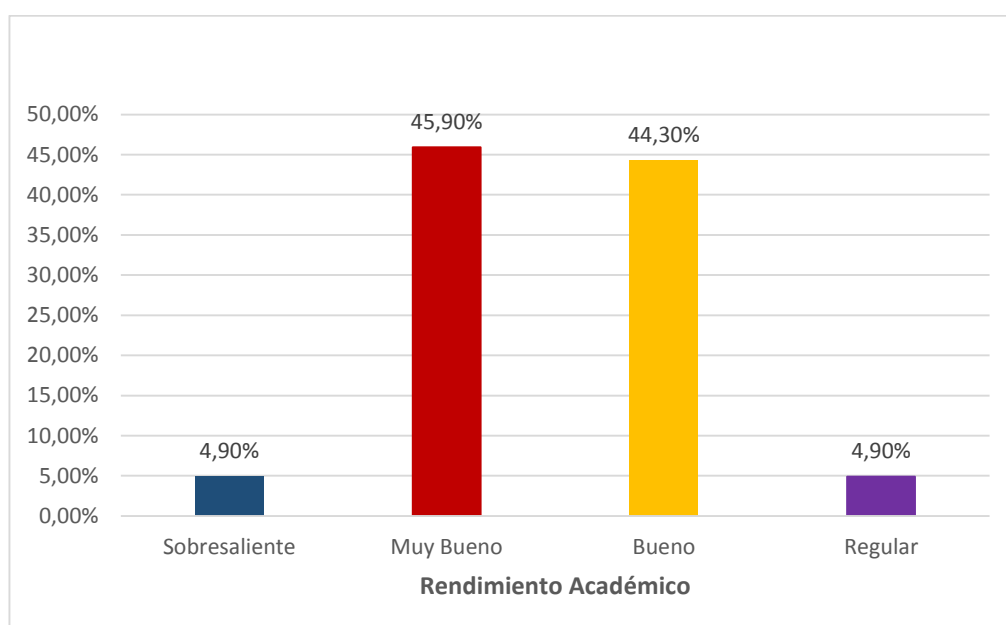


Gráfico 4.8. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función del rendimiento académico

La representación gráfica demuestra que la mayor cantidad de los participantes presentan un rendimiento académico muy bueno y bueno es decir que, los estudiantes mantienen mejores resultados llevando a cabo sus responsabilidades

académicas de una manera constante, pero no exagerada. Por otro lado, es evidente que una minoritaria cantidad de estudiantes, se encuentran en los polos, es decir son aplicados en exceso, lo cual les permite acceder a becas por excelencia académica, o prefieren no preocuparse por las actividades académicas, generando pérdida de materias o semestres.

En la variable beca se encontró que el 16,4% de los estudiantes poseen un método de ayuda económica para financiar sus estudios, en vista de un rendimiento académico sobresaliente, lo cual, les permite continuar con sus estudios dentro de una Institución privada, por otro lado, el 83,6% no poseen este tipo de financiamiento, situación por la cual, los estudios deben ser costeados por recursos propios (ver gráfico 4.9).

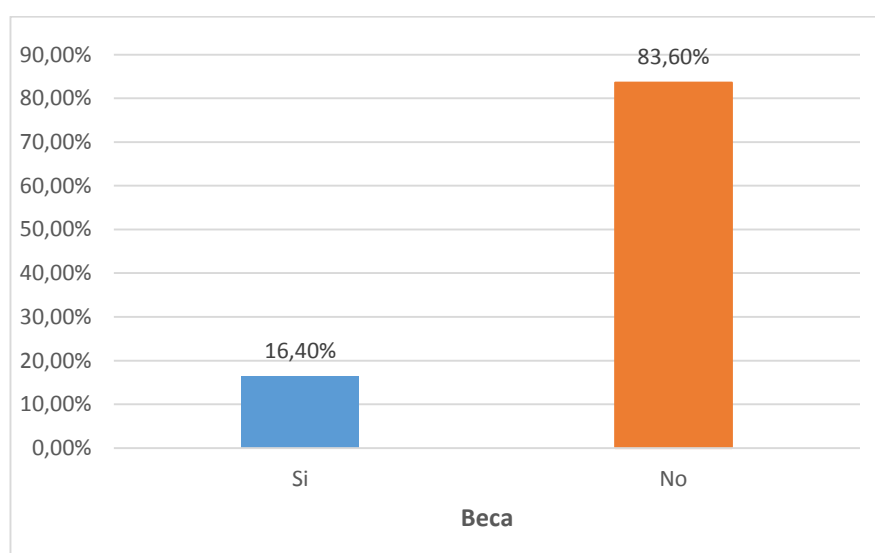


Gráfico 4.9. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función de beca.

La representación gráfica muestra claramente la diferencia significativa entre los

estudiantes que poseen beca y los que no en una diferencia de 10 a 1. De tal manera que, se puede determinar que la mayor parte de estudiantes aleatorizados para el presente estudio no presentan este tipo de ayuda económica.

En la variable de tipo de beca se observa que los estudiantes de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador sede Ambato presentan varios tipos de financiamiento, al ser una Institución privada. De tal manera que, el 6,6% de los participantes poseen beca por rendimiento académico, el 1,6% tiene beca por pertenecer a una comunidad indígena o afro ecuatoriana, el 1,6% obtiene una beca por discapacidad, mientras que el 8,2% presenta otro tipo de beca, al referirse a la pensión diferenciada en sus distintos niveles (ver gráfico 4.10).

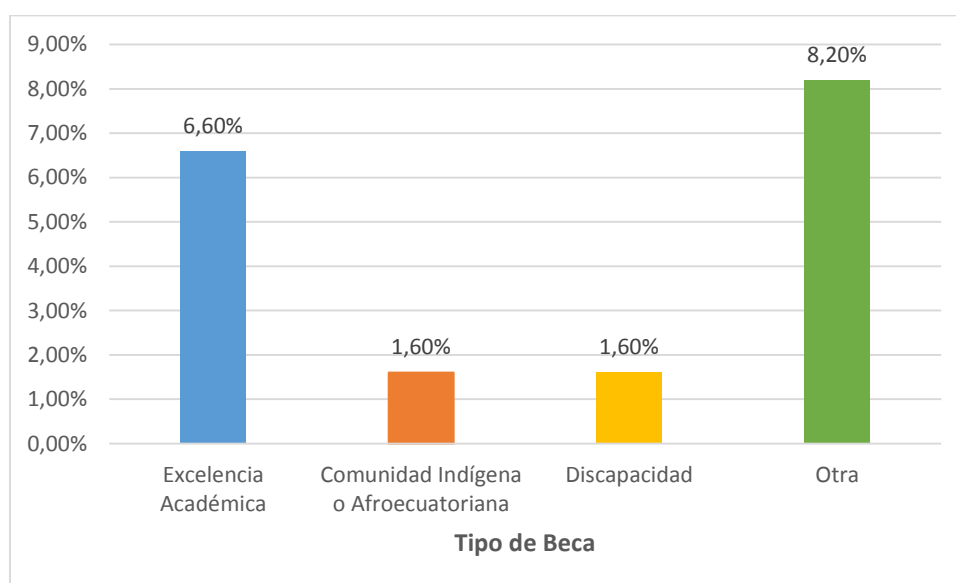


Gráfico 4.10. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función del tipo de beca que poseen.

La representación gráfica indica que una pequeña cantidad de participantes del estudio, poseen otro tipo de beca, la cual se refiere a la pensión diferenciada, además

se puede observar un contraste relativamente mayor al de los los estudiantes que presentan beca por pertenecer a la comunidad indígena o afro ecuatoriana y discapacidad. Sin embargo, es importante notar que el porcentaje de estudiantes que adquieren algún tipo de ayuda económica es muy reducido.

En cuanto a la variable repite curso o semestre se encontró que, una minoritaria cantidad de la población reincide en sus estudios en el mismo curso, lo que corresponde al 4,9%. Por otro lado, el 95,1% del grupo no repite sus estudios en el mismo curso, es decir que la mayor parte de los estudiantes presenta la predisposición a continuar con sus estudios, evitando reprobar (ver gráfico 4.11).

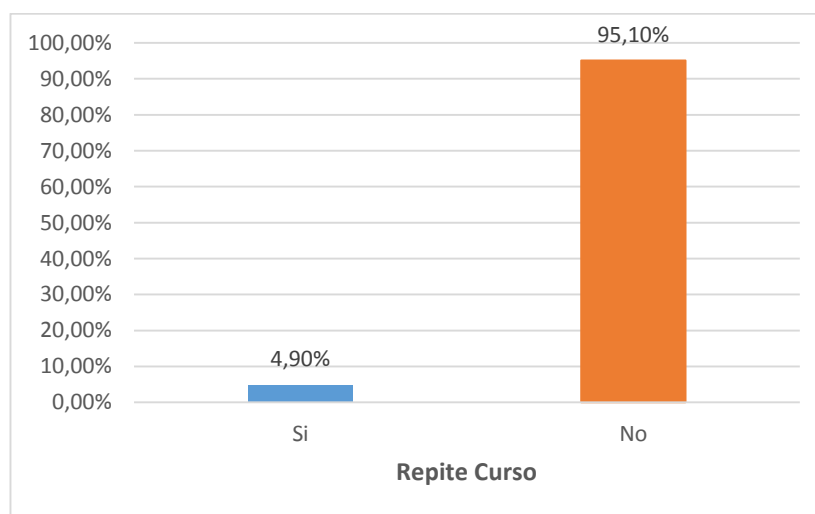


Gráfico 4.11. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio que repiten curso o semestre.

La representación gráfica permite observar, la diferencia significativa existente entre los estudiantes aleatorizados de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ambato, que si repiten semestre o curso y los que no presentan este tipo de reincidencia. Lo que indica que una pequeña cantidad de estudiantes ha tomado el

mismo número de créditos en ocasiones repetidas, con el fin de aprobar y continuar con sus estudios académicos.

En la variable repite asignatura, los estudiantes aleatorizados de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador sede Ambato, mencionaron que el 13,1% repite una o varias asignaturas, mientras que el 89,6% del grupo no repite ninguna materia en el presente semestre. Por lo tanto, se pueden observar diferencias estadísticamente significativas entre los grupos establecidos (ver gráfico 4.12).

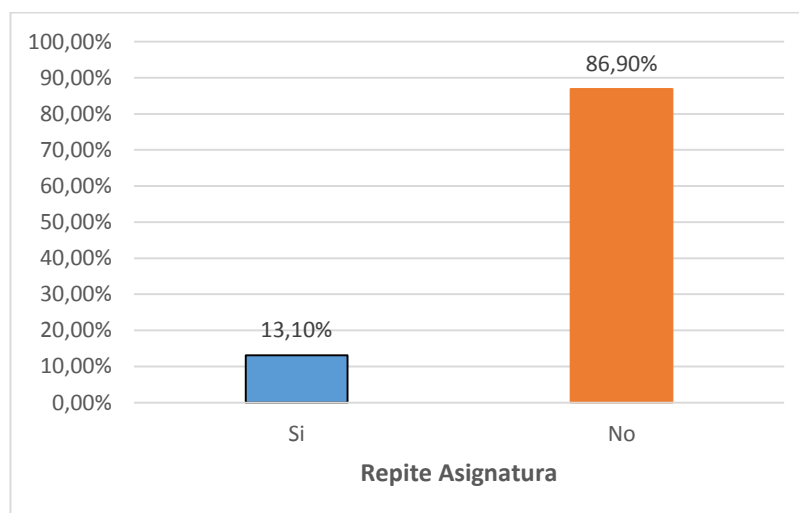


Gráfico 4.12. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio que repiten materias o asignaturas.

La representación gráfica señala una diferencia significativa, en vista de que la mayor cantidad de los participantes, no repiten ninguna materia o asignatura, lo cual se encuentra sobre el número de estudiantes que repiten materias del mismo semestre o de varios, estableciendo así mayor predisposición a aprobar los semestres sin dificultades académicas.

En la variable estudios en otra Universidad, se puede observar que el 23,0% de participantes seleccionados pertenecientes a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Ambato, han estudiado en otras Instituciones de Educación Superior, en las cuales los participantes afirman que permanecieron pocos semestres y posteriormente abandonaron dichas Universidades. Por otro lado, se puede observar que dentro de los participantes que señalaron haber estudiado en otra Universidad, se encuentran aquellos que están continuando o ya han concluido sus estudios en una carrera complementaria o una distinta. Los estudiantes que no han ingresado en otras Universidades corresponden al 77,0%. Por lo tanto se puede observar una diferencia estadísticamente significativa, siendo mayor el porcentaje de estudiantes que no han presentado estudios en otras Instituciones de Educación Superior distinta a la actual (ver gráfico 4.13).

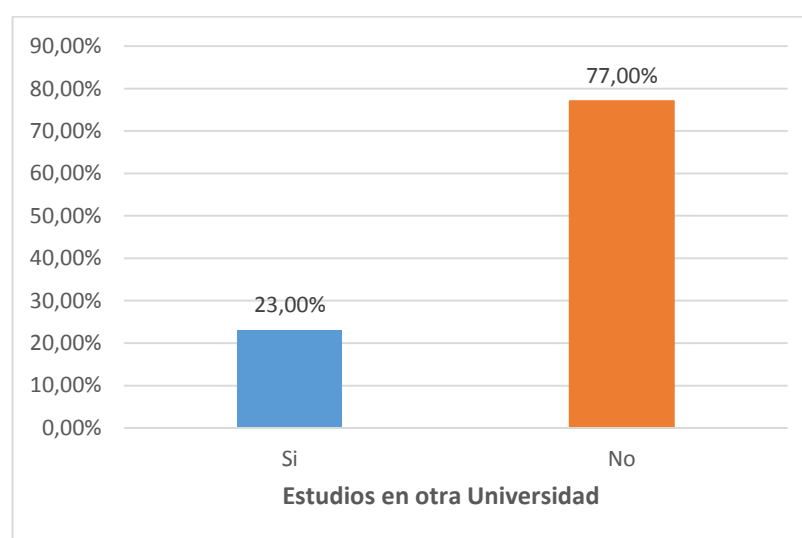


Gráfico 4.13. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio que han pertenecido a otras Universidades.

La representación gráfica indica que una gran parte de los estudiantes aleatorizados de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Ambato, no presentan

antecedentes de haber estudiado en otra Institución de Educación diferente a la actual, resultado que se encuentra sobre la ilustración gráfica de los estudiantes cuyos antecedentes se encuentran ligados a otras Universidades por distintas razones.

En la variable Estudios realizados en otra carrera de la PUCESA, se encontró que los estudiantes que ciertamente han cambiado su carrera pertenecen al 8,2% del grupo, mientras que los estudiantes que no afirman haber tomado otra carrera dentro de la PUCESA forman parte del 91,8% de la muestra. Por lo tanto, se puede afirmar que un alto porcentaje de los estudiantes aleatorizados, presentan preferencias hacia una sola carrera, la cual se encuentra en desarrollo. Dicho porcentaje se encuentra sobre el índice de los estudiantes quienes en vista de los créditos recibidos, niveles de dificultad, entre otras razones, han decidido cambiar de Carrera o Facultad (ver gráfico 4.14).



Gráfico 4.14. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio que han pertenecido a otras carreras dentro de la PUCESA.

La representación gráfica indica la diferencia existente entre los participantes aleatorizados de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Ambato que han

estudiado otras carreras distintas a la actual y aquellos que han sido constantes con sus estudios dentro de una misma carrera, estableciendo una gran diferencia ya que, la mayor cantidad de estudiantes seleccionados para la presente investigación se han sido parte de una sola carrera.

En la variable condicionamientos se encontró que la mayor parte de estudiantes aleatorizados de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Ambato no poseen ningún tipo de condicionamiento, obteniendo 54 casos los cuales representan el 88,5% del total de la muestra. Por otro lado, se observó que 7 estudiantes correspondientes al 11,5% si poseen condicionamientos. Finalmente se evidenció que ninguno de los estudiantes presenta segundo o tercer condicionamiento dentro de las distintas carreras (ver gráfico 4.15).

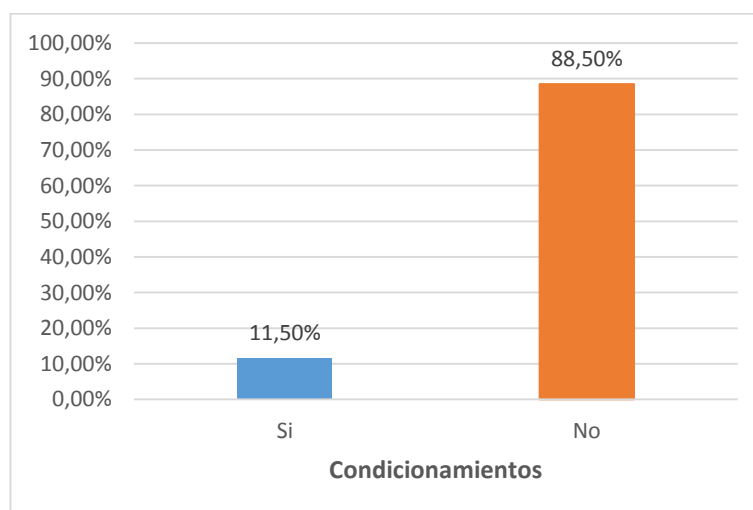


Gráfico 4.15. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función a los condicionamientos obtenidos.

La representación gráfica indica una representativa cantidad de estudiantes aleatorizados de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Ambato que no presentan ningún tipo de condicionamiento, lo cual se encuentra sobre el porcentaje

de estudiantes que si poseen condicionamientos. Es decir que, la mayor cantidad de estudiantes han obtenido el índice promedial requerido por cada escuela, lo que les ha permitido no presentar ningún tipo de dificultad o condicionamientos.

En la variable nivel de condicionamiento se puede observar que la mayor cantidad de estudiantes aleatorizados de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Ambato no presenta ningún nivel de condicionamiento es decir que, 54 estudiantes correspondiente al 88,5% del grupo han alcanzado un puntaje dentro del índice promedial de cada una de las escuelas. Por otro lado, el 11,5% de los participantes han obtenido el primer nivel de condicionamiento, finalmente se evidenció que ningún estudiantes presenta segundo o tercer condicionamiento (ver gráfico 4.16).

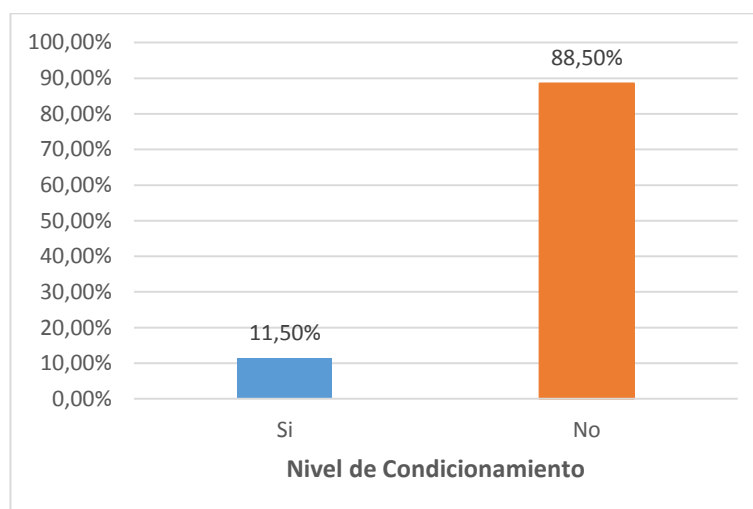


Gráfico 4.16. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función al nivel de condicionamiento obtenido.

La representación gráfica permite evidenciar un índice significativo de estudiantes aleatorizados de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Ambato que no presentan ningún nivel de condicionamiento, indicando una diferencia importante puesto que, los estudiantes que presentan primer condicionamiento conforman una

cantidad muy reducida, encontrándose gráficamente por debajo de los estudiantes que no poseen condicionamientos.

En la variable Organiza su tiempo de estudio se encontró que existe gran predominancia de los participantes que ciertamente organiza su tiempo de estudio, conformado por 50 estudiantes quienes corresponden al 82,0% de la muestra. Mientras que los participantes que no organizan su tiempo de estudio, pertenecen al 18,0% del grupo, estableciendo una diferencia estadísticamente significativa (ver gráfico 4.17).

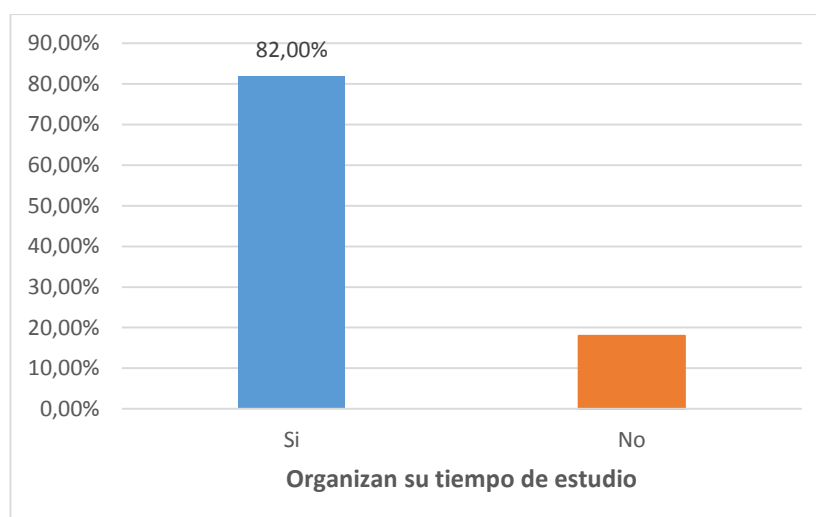


Gráfico 4.17. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función de los estudiantes que organizan su tiempo de estudio.

La representación gráfica señala que los estudiantes que organizan su tiempo de estudio, conforman una cantidad significativa dentro de la presente variable, los cuales, se encuentran por encima de los estudiantes que tienen otro tipo de preferencias o intereses y no mantienen una estructura del ámbito académico. Es decir que, la mayor parte de estudiantes aleatorizados de la Pontificia Universidad

Católica del Ecuador Ambato, organizan su tiempo y mantienen una rutina ligada a sus actividades universitarias.

En la variable horas de estudio se identificó cuatro tipos distintos entre los participantes, el primer grupo pertenece a 30 estudiantes quienes establecen que el tiempo estimado para las actividades académicas extracurriculares es de 3-4 horas lo cual, corresponde al 49,2% del grupo. Mientras que 15 estudiantes, equivalente al 24,6% señalan que el tiempo preferencial para sus tareas es de 1-2 horas. Por su parte, 12 universitarios pertenecientes al 19,7%, dedican 5-6 horas a las actividades académicas complementarias. Finalmente se encontró que 4 participantes representando el 6,6% manifiestan que designan 7 o más horas para complementar sus conocimientos universitarios (ver gráfico 4.18).

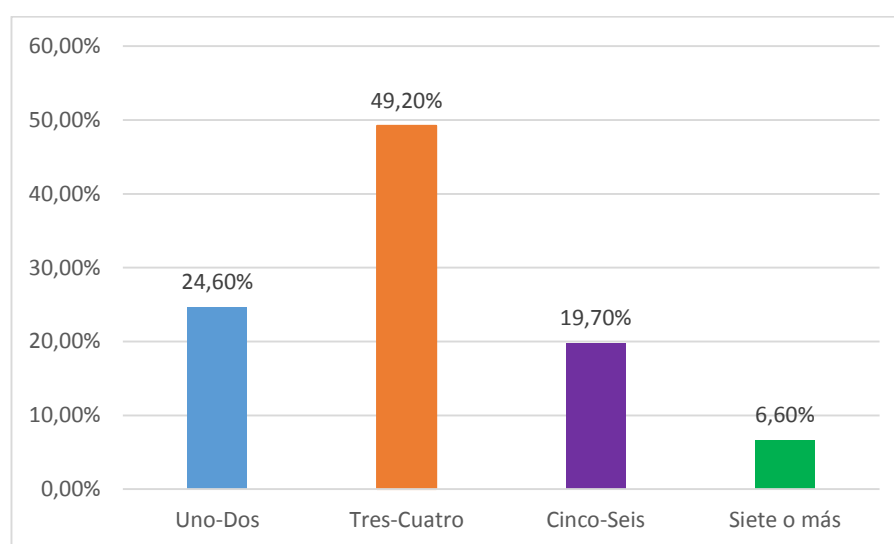


Gráfico 4.18. Representación gráfica de la distribución de los participantes del estudio en función de las horas de estudio.

La representación gráfica indica que gran parte de los estudiantes aleatorizados de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Ambato, mantienen un horario de 3-4

horas para llevar a cabo sus actividades académicas complementarias, índice que se encuentra por encima del resto de la población, no obstante se puede evidenciar en algunos estudiantes, establecer 1-2 horas el tiempo aproximado para sus tareas u otra preparación. Por otro lado, en una cantidad limitada de participantes se observa que dedican de 5-6 horas para sus actividades académicas complementarias. Finalmente, una limitada cantidad de universitarios ocupa 7 o más horas, es decir, la mayor parte del tiempo libre en su preparación académica complementaria.

4.3. Análisis Descriptivo Etapa Pre-test y Post-test

Durante esta primera etapa de evaluación se busca identificar las distintas manifestaciones de ansiedad y estrés académico en los estudiantes de la PUCE Ambato antes y después de los procesos de evaluación por medio de los reactivos psicológicos seleccionados, analizándose estadísticamente con la media (\bar{X}) y la desviación estándar (S^2).

4.3.1. Análisis Pre-test y Post-test de los niveles de ansiedad

Rasgo Estado

A continuación se puede evidenciar el análisis descriptivo pre y post- test en el Inventario de Ansiedad Rasgo Estado. De tal manera que la Tabla 4.3 expondrá el análisis descriptivo durante la primera aplicación (pre-test).

Tabla 4.3. Análisis descriptivo (IDARE) etapa pre-test

Variables	Max.	Min	\bar{X}	S^2
Ansiedad Estado Factor A	39,00	10,00	19,21	6,21
Ansiedad Estado Factor B	38,00	17,00	28,55	4,71
Ansiedad Estado Global	72,00	25,00	40,65	9,96
Ansiedad Rasgo Factor A	45,00	16,00	26,68	7,08
Ansiedad Rasgo Factor B	25,00	13,00	19,57	3,00
Ansiedad Rasgo Global	63,00	30,00	42,11	8,20

Nota: 61 participantes.

En lo que se respecta al test IDARE, se encontró dos sub escalas, mismas que son de ansiedad estado y ansiedad rasgo, las cuales a su vez están compuesta por los factores A y B. En la sub escala de Ansiedad Estado, Factor A el Máx obtenido es de 39,00 el Min es de 10,00 con una $\bar{X} = 19,21$ y $S^2 = 6,21$, seguido del factor B con un Max de 38, estableciendo la puntuación Min de 17, además de una $\bar{X} = 28,55$ y $S^2 = 4,71$. De tal manera que, de acuerdo a la puntuación global Estado se puede evidencia una valor Max de 72,00 un valor min de 25,00 una $\bar{X} = 40,65$ y $S^2 = 9,96$. Por otro lado, la siguiente variable que califica el test, es la Ansiedad Rasgo la cual se divide en una factor A que obtiene una puntuación Max 45,00 Min de 16,00, además de una $\bar{X} = 26,68$ y una $S^2 = 7,08$. Por su parte, el factor B, presenta un puntaje $Max=25,00$ y un puntaje $Min=13,00$ evidenciando una $\bar{X}=19,57$ y una $S^2=3,00$. Por ende, se puede evidenciar que la ansiedad rasgo global obtiene un valor $Max=63,00$ y un valor $Min=30,00$ obteniendo una $\bar{X} = 42,11$ y una $S^2 = 8,20$ (ver gráfico 4.19).

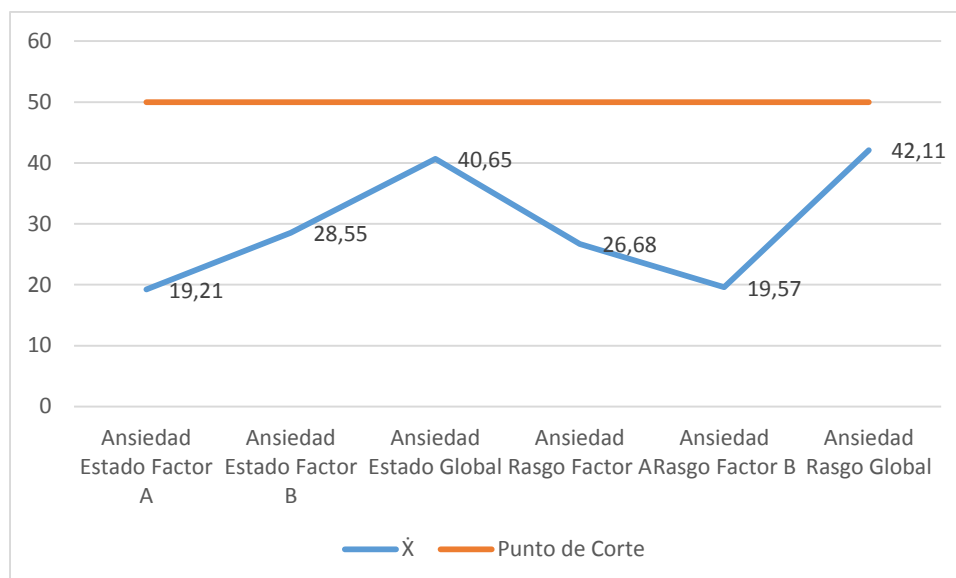


Gráfico 4.19. Representación gráfica de los puntajes del IDARE etapa pre-test

La representación gráfica indica que las sub escalas se mantienen en un nivel medio de ansiedad, sin embargo la sub escala de Ansiedad Global Rasgo tiene el puntaje más alto entre todas las sub escalas, sin embargo, la escala de Ansiedad estado no mantiene una puntuación tan alejada de la Ansiedad Rasgo, es decir que el equilibrio homeostático de los estudiantes si se ve afectado ante situaciones que requieran del potencial del sujeto.

En la Tabla 4.4. observamos el análisis descriptivo durante el post-test del Inventario de Ansiedad Rasgo Estado.

Tabla 4.4. Análisis descriptivo (IDARE) etapa post-test

Variables	Max.	Min	\bar{X}	S^2
Ansiedad Estado Factor A	31,00	10,00	17,81	5,16
Ansiedad Estado Factor B	40,00	16,00	27,77	5,71
Ansiedad Estado Global	59,00	20,00	40,04	9,62
Ansiedad Rasgo Factor A	44,00	13,00	25,62	6,32
Ansiedad Rasgo Factor B	25,00	12,00	18,40	2,95
Ansiedad Rasgo Global	67,00	28,00	42,21	7,98

Nota: 61 participantes.

En lo que se respecta a la sub escala, de ansiedad estado factor A se puede observar que el puntaje $Máx= 31,00$ el $Min= 10,00$ con una $\bar{X} = 19,21$ y $S^2 = 6,21$, seguido del factor B con un $Máx= 40,00$, estableciendo la puntuación $Min= 16,00$ además de una $\bar{X} = 27,77$ y $S^2 = 5,71$. De tal manera que, de acuerdo a la puntuación global de la sub escala Estado se puede evidencia una valor $Max= 59,00$ un valor $Min=20,00$ una $\bar{X} = 40,04$ y $S^2 = 9,62$. Por otro lado, la siguiente variable que califica el test, es la Ansiedad Rasgo la cual se divide en una factor A que obtiene una puntuación $Max= 44,00$, un $Min= 16,00$ además de una $\bar{X} = 24,62$ y una $S^2 = 6,32$. En cuanto al factor B se puede evidenciar una puntuación $Max=25,00$ y por otro lado un puntaje $Min=12,00$ evidenciando una $\bar{X} =18,40$ y una $S^2= 2,95$. Por ende, se puede evidenciar que la ansiedad rasgo global obtiene un valor $Max=67,00$ y un valor $Min=28,00$ obteniendo una $\bar{X} = 42,21$ y una $S^2 =7,98$ (ver gráfico 4.20).

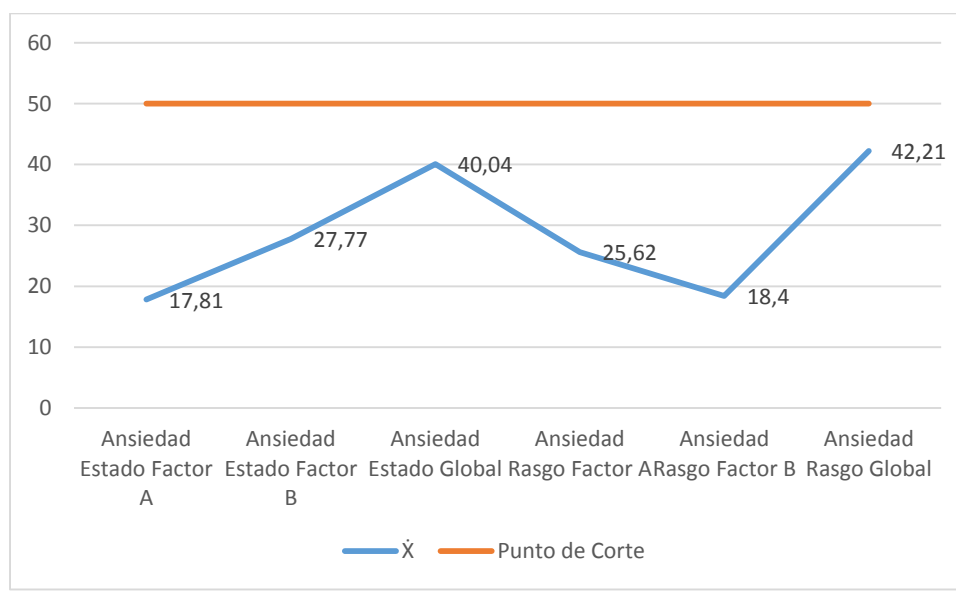


Gráfico 4.20. Representación gráfica de los puntajes del IDARE etapa pos-test

En cuanto a la representación gráfica, se observa que la sub escala de ansiedad estado y rasgo, se mantienen en un nivel medio, sin embargo, se puede observar una

ligera diferencia entre las sub escalas, debido a que la puntuación de ansiedad rasgo, excede parcialmente a la puntuación de ansiedad estado. No obstante, las diferencias no exceden el punto de corte, anulando una presencia significativa de ansiedad en estudiantes universitarios después de exámenes.

4.3.2. Análisis Pre-test y Post-test de Ansiedad Situacional

A continuación se expondrán los resultados del análisis descriptivo pre y post-test del Inventario de Ansiedad de Beck. De tal manera, para un mayor entendimiento en la Tabla 4.5 se presentará el análisis descriptivo de la etapa pre-test.

Tabla 4.5. Análisis descriptivo (BAI) etapa pre-test

<i>Variables</i>	<i>Máx</i>	<i>Mín</i>	\bar{X}	S^2
Escala Global BAI	41,00	,00	12,72	11,27

Nota: 61 participantes.

De acuerdo al Inventario de Ansiedad de Beck se puede observar que al no presentar sub escalas el presente test mantiene una puntuación global $Máx=41,00$ al igual que un $Min= ,00$ además de una $\bar{X} = 12,72$ y $S^2 = 11,27$ es decir que, se puede afirmar que los estudiantes presentan una baja probabilidad de desarrollar Ansiedad como patología, de lo contrario, se la establece como un suceso ansiógeno momentáneo (ver gráfico 4.21).

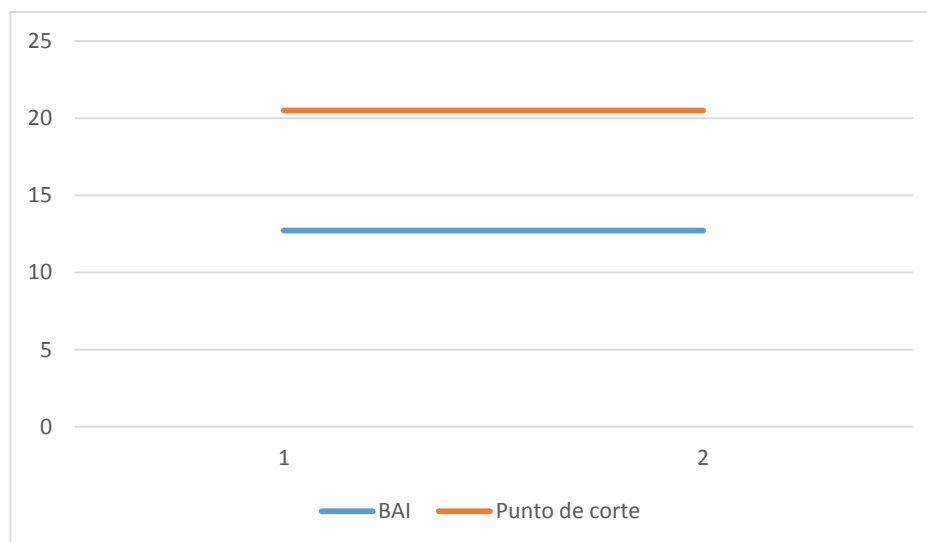


Gráfico 4.21. Representación gráfica de los puntajes del BAI etapa pre-test

La representación gráfica evidencia que con respecto al punto de corte, la media obtenida en el inventario de ansiedad de Beck se encuentra por debajo del punto de corte. Es decir que, el grupo de estudiantes seleccionados para el estudio presenta sintomatología ansiosa antes de los procesos de evaluación.

En la Tabla 4.6. se presenta el análisis descriptivo del Inventario de Ansiedad de Beck durante el post-test.

Tabla 4.6. Análisis descriptivo (BAI) etapa pos-test

Variables	Máx	Mín	\bar{X}	S^2
Escala Global BAI	34,00	,00	9,75	9,60

Nota: 61 participantes.

En el Inventario de Ansiedad de Beck, se obtuvo una puntuación global $Máx=34,00$ al igual que un $Min= ,00$ además de una $\bar{X} = 9,75$ y $S^2 = 9,60$. (ver gráfico 4.22).

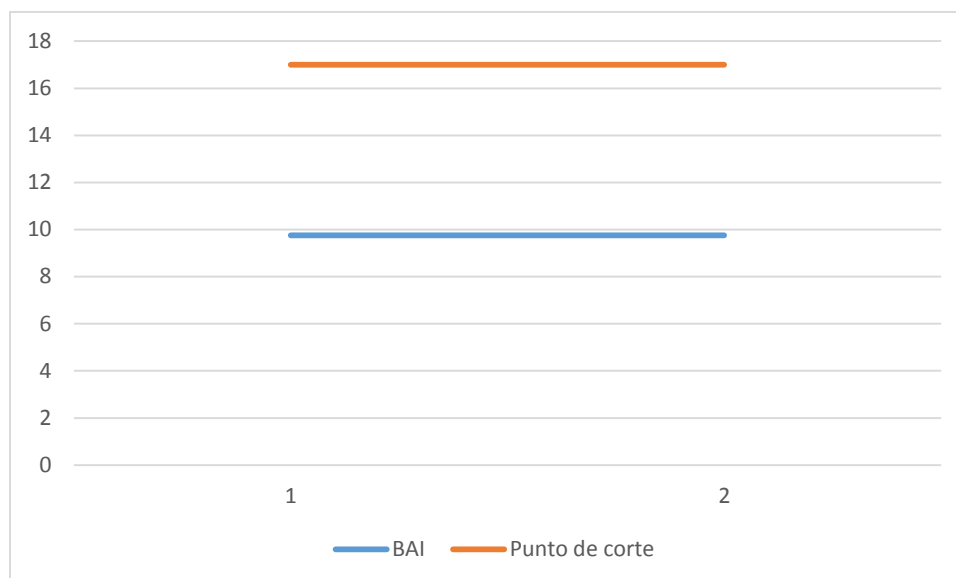


Gráfico 4.22. Representación gráfica de los puntajes del BAI etapa pos-test

La representación gráfica señala que el valor de la media obtenido en el Inventario de Ansiedad de Beck se encuentra bajo del punto de corte, lo que implica en los estudiantes universitarios, que una vez finalizado el elemento activador como es el examen, reducen significativamente sus niveles de ansiedad.

4.3.3. Análisis Pre-test y Post-test de Estrés Global

A continuación se puede evidenciar el análisis descriptivo pre y post- test en la Escala de Percepción Global de Estrés. De tal manera, la Tabla 4.7 expondrá el análisis descriptivo durante la primera aplicación (pre-test).

Tabla 4.7. Análisis descriptivo (EPGE) etapa pre-test

Variables	Máx	Mín	\bar{X}	S^2
Pretest afrontamiento de estresores	24,00	7,00	16,77	3,89
Pretest Percepción de Estrés	26,00	6,00	13,45	4,86
Pretest (EPGE)	50,00	14,00	30,22	6,68

Nota: 61 participantes.

De acuerdo a la escala de percepción global de estrés (EPGE), se encontró dos sub escalas, la primera corresponde al afrontamiento de estresores con una puntuación $Max=24,00$ y una puntuación $Min= 7,00$, por su parte se obtuvo una $\bar{X} = 16,77$ y $S^2= 6,21$. Por otro lado, la segunda sub escala comprende la percepción de estrés en el cual se puede evidenciar un $Max=26,00$ estableciendo la puntuación $Min=6,00$ además de una $\bar{X} = 13,45$ y $S^2 = 4,86$. En cuanto a la puntuación global se obtuvo un valor $Max=50,00$ y $Min=14,00$ además de una $\bar{X} = 30,22$ y $S^2 = 6,68$ (ver gráfico 4.23).

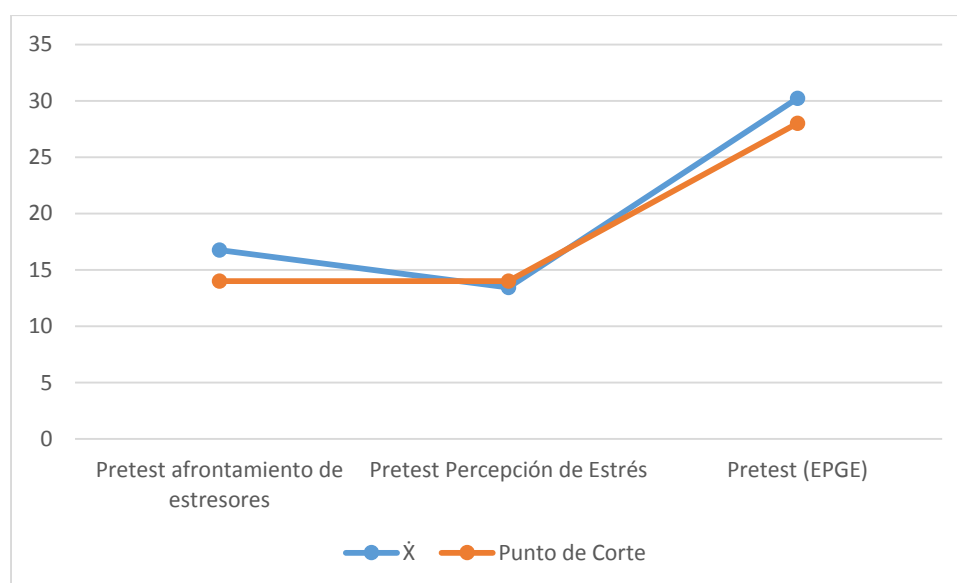


Gráfico 4.23. Representación gráfica de los puntajes de la EPGE etapa pre-test

En cuanto a lo expuesto en la representación gráfica de los resultados del reactivo, se observa que la sub escala referente a afrontamiento de estresores se encuentra por encima del punto de corte. En cuanto a la sub escala percepción de estrés, la puntuación de la media se mantiene parcialmente bajo el punto de corte. Finalmente, el valor obtenido en la escala de percepción global de estrés durante el pre-test, se encuentra sobre el punto de corte. Lo que implica que los estudiantes al aproximarse

a las evaluaciones parciales, plantean la necesidad de utilizar sus mecanismos de afrontamiento en vista de los estresores específicamente académicos.

En la Tabla 4.8. se evidencia el análisis descriptivo de la Escala de Percepción Global de Estrés en la segunda aplicación (post-test).

Tabla 4.8. Análisis descriptivo (EPGE) etapa pos-test

Variables	Máx	Mín	\bar{X}	S^2
Post-test afrontamiento de estresores	24,00	6,00	15,73	4,20
Post-test Percepción de Estrés	23,00	2,00	12,81	4,71
Post-test (EPGE)	44,00	13,00	28,55	6,00

Nota: 61 participantes.

En la escala de percepción global de estrés (EPGE), se encontró dos sub escalas, la primera corresponde al afrontamiento de estresores con una puntuación $Max=24,00$ y una puntuación $Min= 6,00$, por su parte se obtuvo una $\bar{X} = 15,73$ y $S^2 = 4,20$. Por otro lado, la segunda sub escala comprende la percepción de estrés en el cual se puede evidenciar un $Max=23,00$ estableciendo la puntuación $Min=2,00$ además de una $\bar{X} = 12,481$ y $S^2 = 4,71$. En cuanto a la puntuación global se obtuvo un valor $Max=44,00$ y $Min=13,00$ además de una $\bar{X} = 28,55$ y $S^2 = 6,00$ (ver gráfico 4.24).

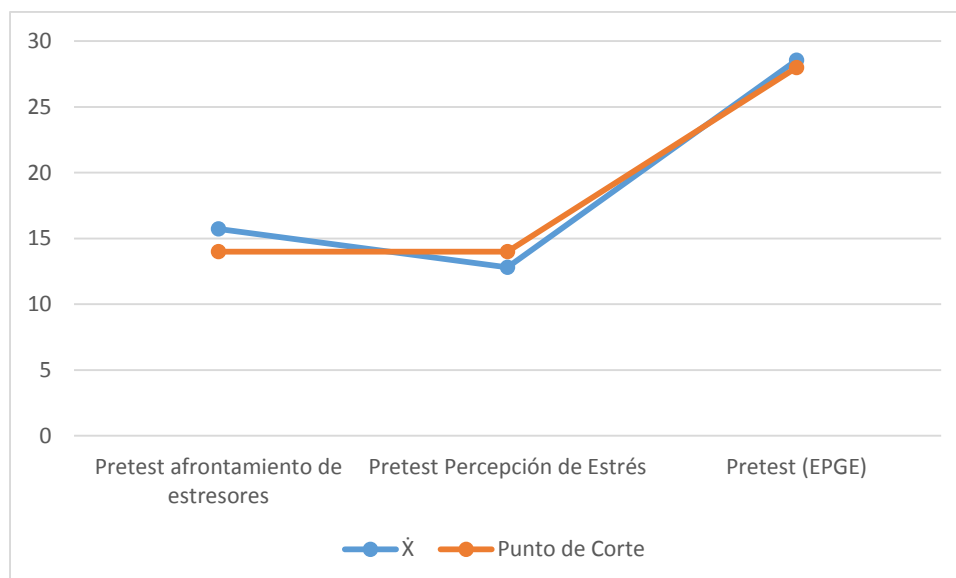


Gráfico 4.24. Representación gráfica de los puntajes de la EPGE etapa pos-test

La representación gráfica señala que durante el pre-test, la sub escala de afrontamiento de estresores se mantiene sobre el punto de corte. En cuanto al valor obtenido en la sub escala percepción de estrés, se sitúa bajo el punto de corte. De tal manera que, la puntuación de la escala de percepción global de estrés se mantiene parcialmente sobre el punto de corte lo que indica que los estudiantes presentan una tendencia a disminuir gradualmente sus niveles de estrés en el post-test.

4.3.4. Análisis Pre-test y Post-test de Estrés Académico.

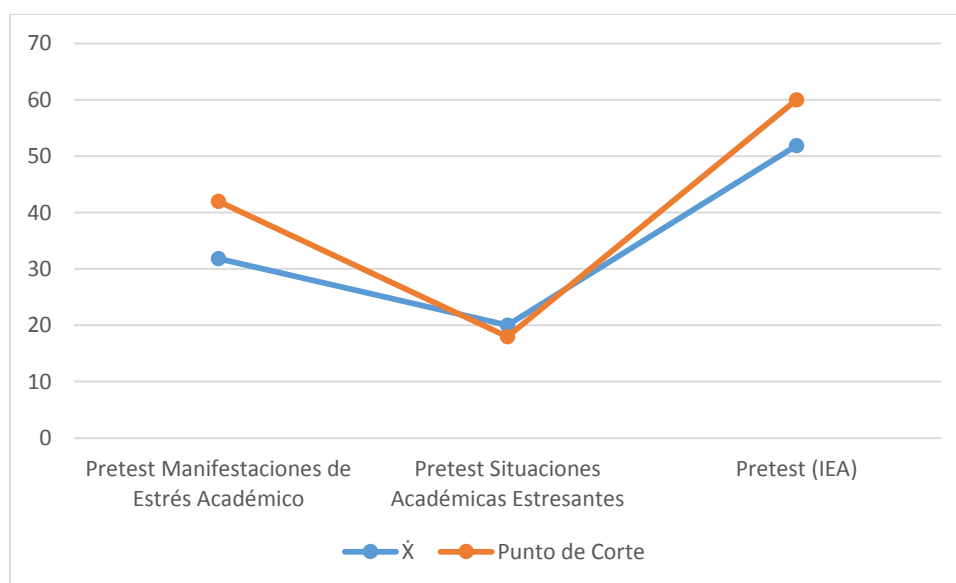
A continuación se puede evidenciar el análisis descriptivo pre y post- test en el Inventario de Estrés Académico. De tal manera, la Tabla 4.3 expondrá el análisis descriptivo durante la primera aplicación (pre-test).

Tabla 4.9. Análisis descriptivo (IEA) etapa pre-test

Variables	Máx	Min	\bar{X}	S^2
Pretest Manifestaciones de Estrés Académico	63,00	14,00	31,83	11,60
Pretest Situaciones Académicas Estresantes	28,00	10,00	20,03	4,37

Nota: 61 participantes.

En lo que respecta a la primera sub escala del Inventario de estrés académico, correspondiente a las manifestaciones de estrés académico, se identificó los valores $Max = 63,00$ y $Min = 14,00$ además de una $\bar{X} = 31,83$ y $\sigma = 11,60$. Mientras que en la sub escala referente a las situaciones académicas estresantes se encontró una puntuación $Max = 28,00$ y $Min = 10,00$ observándose el valor de $\bar{X} = 20,03$ y $\sigma = 4,37$ (ver gráfico 4.25).

**Gráfico 4.25. Representación gráfica de los puntajes del IEA etapa pre-test**

La representación gráfica muestra que el punto de corte de la media de la sub escala, manifestaciones de estrés académico se encuentra bajo el mismo. Mientras que, el valor obtenido de la media de la sub escala de situaciones académicas estresantes se

mantiene sobre el punto de corte. Finalmente, el valor de la media del Inventario de estrés académico se sitúa por debajo del punto de corte. Lo que señala que, los estresores académicos y las situaciones académicas estresantes como lo son las evaluaciones, generan el despliegue de mayor cantidad de estrés académico en el pre-test.

A partir de la Tabla 4.10. se observa el análisis descriptivo del Inventario de Estrés Académico durante el post- test.

Tabla 4.10. Análisis descriptivo del (IEA) post-test

Variables	Máx	Mín	\bar{X}	S^2
Post-test Manifestaciones de Estrés Académico	61,00	14,00	29,57	11,91
Post-test Situaciones Académicas Estresantes	30,00	8,00	18,68	5,02

Nota: 61 participantes.

En lo que respecta a la primera sub escala del Inventario de estrés académico, correspondiente a las manifestaciones de estrés académico, se identificó los valores $Max = 61,00$ y $Min=14,00$ además de una $\bar{X} = 29,57$ y $\sigma = 11,91$. Mientras que en la sub escala referente a las situaciones académicas estresantes se encontró una puntuación $Max= 30,00$ y $Min=8,00$ observándose el valor de $\bar{X} = 18,68$ y $\sigma = 5,02$ (ver gráfico 4.26).

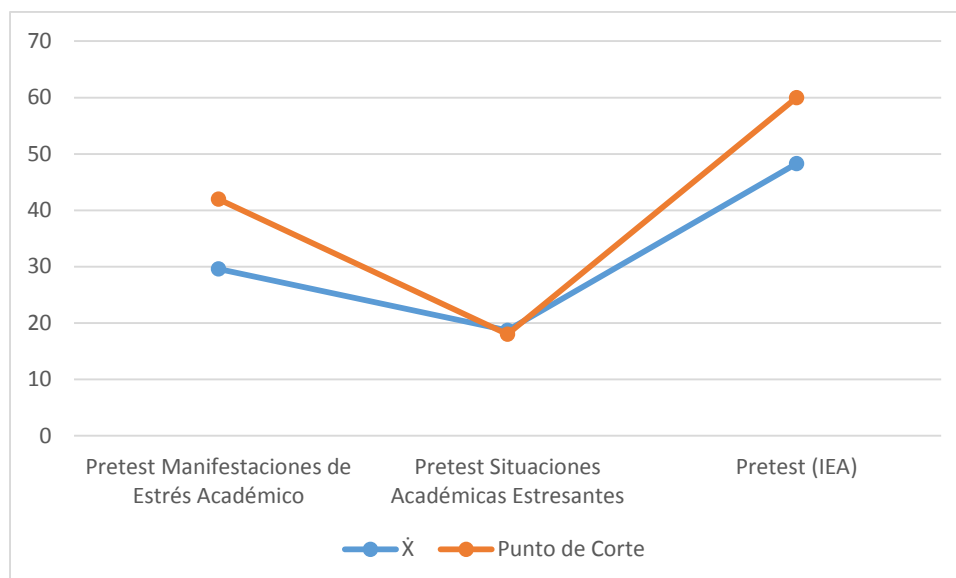


Gráfico 4.26. Representación gráfica de los puntajes del IEA post-test

En cuanto a lo expuesto en la representación gráfica de los resultados del reactivo en el post-test, se observa que la sub escala referente a las manifestaciones de estrés académico se encuentra bajo el punto de corte. En cuanto a la sub escala situaciones académicas estresantes, la puntuación de la media se mantiene parcialmente por encima del punto de corte. Finalmente, el valor global obtenido del Inventario de estrés académico, se encuentra bajo el punto de corte. Lo que implica que los estudiantes presentan un decremento de estrés académico posterior a los exámenes.

4.4. Análisis Comparativo de la fase Pre-test y Post-test

El presente análisis es un estudio no paramétrico de grupos comparados, destinado a obtener los rangos de distribución de las variables en individuos establecidos evaluados en dos momentos diferentes de tiempo, utilizando así la prueba estadística no paramétrica W de Wilcoxon. Es así como Bezanilla (2014), afirma que “Wilcoxon se usa para comparar dos muestras relacionadas; es decir, para analizar

datos obtenidos mediante el diseño antes-después”. Por lo tanto, las puntuaciones obtenidas que probablemente indiquen el contraste se pueden observar en dos tablas distintas. Para una mejor visualización en la primera tabla se expondrán 3 sub categorías necesarias para comprender los rangos obtenidos antes y después de los procesos de evaluación. En la primera sub categoría, se puede observar los rangos negativos, que señalan los casos en los que el resultado del pre test es mayor que la del pos test, la segunda categoría nos indica los rangos positivos, es decir, cuando el resultado del pos test es mayor a la del pre test, por último encontramos los empates, en los cuales, las puntuaciones no varían en el pre y post test, al contrario se mantienen.

Tabla 4.11 Análisis comparativo Inventario de Ansiedad Estado y Rasgo (IDARE)

		N	Rango promedio	Suma de rangos	Z	p
Pretest,	Rangos negativos	30	29,53	886,00	-,236	,813
Postest	Rangos positivos	28	29,46	825,00		
Estado	Empates	3				
Pretest,	Rangos negativos	30	29,03	871,00	-,354	,723
Postest	Rangos positivos	27	28,96	782,00		
Rasgo	Empates	4				

Nota: 61 participantes

De acuerdo a los resultados obtenidos en el Inventario de Ansiedad Estado Rasgo (IDARE), del estudio pre y post-test, se encontró en 30 casos que la sub escala ansiedad estado (AE) es mayor antes de los procesos de evaluación con un rango promedio de 29,53 mientras que después de las evaluaciones la ansiedad estado aumentó en 28 estudiantes obteniendo un rango promedio de 29,46. Por su parte, se encontró 3 casos en los cuales las puntuaciones fueron similares en la etapa pre test y

post test; es decir, existe un aumento transitorio en el estado emocional de la mayor cantidad de los casos de interés, durante el pre-test. En cuanto a los resultados obtenidos en la sub escala Ansiedad Rasgo (AR), se encontró que 30 participantes obtuvieron mayores resultados durante el pre-test, lo que equivale a un rango promedio de 29,03. Por otro lado, se puede observar que después de las evaluaciones (post-test), en 27 estudiantes se incrementa la ansiedad Rasgo con un rango promedio de 28,96. Por su parte, 4 estudiantes obtuvieron los mismos resultados durante el pre y post test.

Los valores obtenidos en la presente tabla nos permiten comprobar la presencia de diferencias estadísticamente significativas entre el pre y post test. Por lo tanto, el valor de probabilidad asociada al estadístico pre y post test de Ansiedad Estado (AE) es de 0,813, valor mayor que p (0,05), lo que implica ausencia de diferencias estadísticamente significativas. Del mismo modo el valor de la probabilidad asociada al estadístico pre y post test de Ansiedad Rasgo (AR) es de 0,723, valor que también se encuentra por encima del índice de probabilidad (0,05). En definitiva, las diferencias encontradas en las puntuaciones obtenidas en la comparación antes y después de los procesos de evaluación en las escalas de ansiedad, no son estadísticamente significativas, no existiendo una predisposición la sintomatología ansiosa ante situaciones de evaluación.

Para concluir, los resultados recopilados del Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE), nos permiten observar que pese a existir diferencias parciales que resaltan mayor ansiedad antes de los exámenes, las diferencias halladas no son significativas. De donde se infiere que la presencia de evaluaciones parciales no influye en el

aumento o decremento significativo de los niveles de ansiedad de los estudiantes aleatorizados de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ambato. Dichos resultados se relacionan con lo encontrado en otras investigaciones, como el estudio experimental realizado por Goya del Castillo, (2017) sobre 102 estudiantes de Psicología, donde no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en las evaluaciones pre-test y post-test de los grupos control y experimental. Por otro lado, los datos obtenidos por Bolaños Flores (2014), en estudiantes de Psicología Clínica e Industrial de la Universidad Rafael Landívar Guatemala, se evidencia que no hubo diferencia estadísticamente significativa en los niveles de ansiedad rasgo, estado y total antes y después de las evaluaciones.

Tabla 4.12. Análisis comparativo Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)

		<i>N</i>	<i>Rango promedio</i>	<i>Suma de rangos</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
Pretest, Postest BAI	Rangos negativos	38	27,76	1055,00	-2,390	,017
	Rangos positivos	17	28,53	485,00		
	Empates	6				

Nota: 61 participantes.

En cuanto al análisis del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI), se encontró que en 38 casos la sintomatología ansiosa es mayor en el pre- test, mientras que únicamente 17 casos obtuvieron mayor puntuación en el post-test. Además, se encontró 6 casos en que los resultados fueron similares durante el pre y post-test.

En cuanto al análisis comparativo del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI), el valor de probabilidad asociada al estadístico pre y post test es de 0,017, valor menor que p (0,05). Por tanto, se puede afirmar que existen diferencias estadísticamente significativas entre las puntuaciones de pre-test y post-test. Afirmando así, que los niveles de ansiedad clínica, juntamente con la sintomatología ansiosa tienden a

elevarse significativamente antes de los procesos de evaluación. La presente evaluación concuerda con lo encontrado por Furlan (2011) sobre 43 estudiantes argentinos, en donde la ansiedad ante los exámenes fue mayor en el pre-test, produciéndose disminuciones estadísticamente significativas en el post-test. Del mismo modo, los datos obtenidos por Figueroa (2011), señalan la existencia de diferencias estadísticamente significativas en el nivel de ansiedad entre ambos sexos en estudiantes que ingresan por primera vez a la Universidad Rafael Landívar, siendo la mujer mayormente susceptible de padecer ansiedad que el hombre.

Tabla 4.13. Análisis comparativo Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE)

		N	Rango promedio	Suma de rangos	Z	p
Pre, Post Test Afrontamiento de los Estresores	Rangos negativos	35	26,16	915,50	-2,380	,017
	Rangos positivos	16	25,66	410,50		
	Empates	10				
Pre, Post Test Percepción de Estrés	Rangos negativos	34	29,75	1011,50	-1,475	,140
	Rangos positivos	23	27,89	641,50		
	Empates	4				
Pre, Post Test Escala de Percepción Global de Estrés	Rangos negativos	37	28,96	1071,50	-2,531	,011
	Rangos positivos	18	26,03	468,50		
	Empates	6				

Nota: 61 participantes.

En la sub escala Afrontamiento de estresores se evidencia que 35 participantes presentaron valores más altos en el pre-test, mientras que 16 estudiantes obtuvieron altas puntuaciones en el post-test. Por último 10 estudiantes mantuvieron sus respuestas en el pre y post-test.

De acuerdo a la sub escala de Estrés Global Percibido, se encontró que en 34 casos la puntuación del pre test es mayor que la del pos test ya que, únicamente 23 participantes elevaron sus niveles de estrés durante la segunda aplicación (post-test), por otro lado se puede evidenciar en 4 estudiantes, resultados similares en el pre y pos-test.

Finalmente, en la Escala de percepción global de estrés se puede observar que en 37 casos los valores obtenidos son mayores en el pre test, mientras que en 18 casos los resultados obtenidos son mayores en el pos test, además se puede evidenciar que existen 6 resultados similares en el pre y pos test.

En la sub escala afrontamiento de estresores, el valor de la probabilidad asociada es de 0,017, puntuación que se encuentra por debajo de p (0,05), confirmando la presencia de diferencias estadísticamente significativas. Por tanto, se puede observar en los estudiantes aleatorizados de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Ambato, que el afrontamiento de situaciones estresantes se eleva significativamente antes de los procesos de evaluación. Por otro lado, el valor de probabilidad asociada a la sub escala percepción de estrés es de 0,140 valor que se encuentra sobre p (0,05), anulando la presencia de diferencias estadísticamente significativas. En cuanto a la escala de Percepción global de estrés el valor de la probabilidad es de 0,011, resultado que se encuentra sobre p (0,05), lo que revela que los estudiantes presentan una cantidad importante de estrés antes de los procesos de evaluación (pretest).

Los datos arrojados en la presente investigación se pueden corroborar con el estudio realizado por Quintana Peña (1998), sobre 236 estudiantes de ambos sexos de una

academia preuniversitaria, donde los resultados encontrados indicaban diferencias estadísticamente significativas en los modos de afrontamiento del estrés usados por los sujetos en la etapa previa del examen en comparación con los usados en la etapa posterior; además daba a conocer una relación significativa entre el estrés experimentado frente al examen y la evaluación del examen como estresante. De tal manera García-Ros, Pérez-González, Pérez-Blasco y Natividad (2011), en 199 esudiantes universitarios de ingreso a las titulaciones de Psicología en Valencia-España, en el cual se afirma que las situaciones que manifiestan niveles elevados de estrés son falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas, sobrecarga académica, poniendo especial énfasis en la aproximación a los exámenes.

Tabla 4.14. Análisis comparativo Inventario de Estrés Académico (IEA)

		<i>N</i>	<i>Rango promedio</i>	<i>Suma de rangos</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
Pre y Post Test Manifestaciones de estrés Académico	Rangos negativos	33	26,48	874,00	-1,404	,160
	Rangos positivos	20	27,85	557,00		
	Empates	8				
Pre y Post Test Situaciones Académicas Estresantes	Rangos positivos	24	22,54	541,00	-2,102	,036
	Rangos negativos	32	32,97	1055,00		
	Empates	5				

Nota: 61 participantes.

En la sub escala manifestaciones de estrés académico se puede observar que 33 estudiantes presentaron altos niveles de estrés antes de los procesos de evaluación (pre-test), mientras que 20 estudiantes obtuvieron mayores resultados en el post-test. Además, se puede evidenciar que 8 estudiantes presentan resultados similares en el pre y post-test.

En cuanto a las situaciones académicas estresantes se encontró que 32 participantes obtuvieron mayores puntajes en el pre-test, mientras que únicamente 24 estudiantes

presentaron mayores puntuaciones en el pos-test. Por último, se evidenció que 5 estudiantes obtuvieron los mismos resultados en la primera y segunda aplicación.

Los valores obtenidos en la presente tabla nos permiten verificar el valor de la probabilidad, es decir si los valores obtenidos son menor o igual que $p(0,05)$. Por tanto, en el Factor 1 o manifestaciones de estrés se puede observar que no existe una diferencia estadísticamente significativa puesto que, el valor de la probabilidad se mantiene en 0,160; es decir que, existe una similitud entre los resultados de las evaluaciones obtenidos en la primera y segunda aplicación. En cuanto al factor II, referente a las situaciones académicas estresantes, se puede evidenciar que el valor de probabilidad asociada al estadístico calculado es de 0,036 resultado que se encuentra por debajo de $p(0,05)$, que determina que los estudiantes de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Ambato perciben mayor cantidad de situaciones académicas estresantes antes de los procesos de evaluación (pre- test).

Los resultados obtenidos coinciden con la Investigación realizada por Martín Monzón (2017), en 40 estudiantes Universitarios de Sevilla, que estableció que antes de los exámenes existe mayor cantidad de estrés académico, pues las evaluaciones (exámenes), son una fuente de estrés fundamental en la vida académica; y los estudiantes presentan sensibles efectos a nivel conductual, cognitivo y fisiológicoemocional ante ellos. De la misma manera, García-Ros, Pérez-González, Pérez-Blasco y Natividad (2011), al utilizar el IEA para su estudio, identificaron que situaciones relevantes elevan significativamente los niveles de estrés académico encontrados; el exceso de responsabilidad para cumplir las obligaciones académicas,

obtener notas altas en las distintas asignaturas, acabar la carrera en plazos estipulados.

Así también, los estudiantes de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Ambato, presentan puntuaciones significativas de estrés académico antes de los procesos de evaluación (pretest), en vista de las situaciones académicas estresantes.

4.5. Análisis de Fiabilidad

El análisis de fiabilidad de los Instrumentos de evaluación empleados, se realiza a través del Alfa de Cronbach (α), coeficiente que busca establecer la confiabilidad de una herramienta de medición. En el alfa de Cronbach (α), los ítems analizados estadísticamente debe aproximarse a 1, por tanto, como principio general se recomienda que un coeficiente alfa $>.9$ es excelente, $>.8$ es bueno, $>.7$ es aceptable, $>.6$ es cuestionable, $>.5$ es pobre, y $<.5$ es inaceptable. (George & Mallery, 2003, p. 231)

Los resultados obtenidos en cuanto al coeficiente alfa de Cronbach del *IDARE*, fue de *0,779*, el cual se considera aceptable. Por otro lado, el coeficiente alfa de Cronbach del *BAI* fue de *0,947*, considerado excelente. El alfa de Cronbach de la *EPGE* fue de *0,778*, lo que equivale a una consistencia aceptable. Finalmente, el alfa de Cronbach del *IEA* fue de *0,913*, obteniendo una consistencia interna excelente. Los valores obtenidos indican que los Instrumentos de medición utilizados presentan adecuada fiabilidad y consistencia interna (ver tabla 4.19).

Tabla 4.15. Análisis de fiabilidad

Instrumento	Alfa de Cronbach	N de elementos
IDARE	,779	40
BAI	,947	21
EPGE	,778	14
IEA	,913	20

Por tanto, y a partir del análisis señalado, se establece que se cumplen con las condiciones técnicas necesarias para la valoración de ansiedad y estrés académico.

4.6. Contraste de Hipótesis

A continuación se puede apreciar el resumen de contraste de hipótesis de los instrumentos de evaluación utilizados, lo cual permite confirmar o rechazar las hipótesis planteadas para propósitos de esta investigación.

- **Hipótesis general**

Los niveles de ansiedad y estrés académico de los estudiantes de la PUCE Ambato, varían antes y después de los procesos de evaluación.

- **Hipótesis 1.**

Los niveles de ansiedad de los estudiantes de la PUCE Ambato, varían antes y después de los procesos de evaluación.

- **Hipótesis 1.1.**

La ansiedad estado de los estudiantes de la PUCE Ambato, varían antes y después de los procesos de evaluación.

- **Hipótesis 1.2.**

La ansiedad rasgo de los estudiantes de la PUCE Ambato, varían antes y después de los procesos de evaluación.

- **Hipótesis 1.3.**

La ansiedad situacional de los estudiantes de la PUCE Ambato, varían antes y después de los procesos de evaluación.

- **Hipótesis 2.**

El estrés de los estudiantes de la PUCE Ambato, varía antes y después de los procesos de evaluación.

- **Hipótesis 2.1.**

El estrés global percibido de los estudiantes de la PUCE Ambato, varían antes y después de los procesos de evaluación.

- **Hipótesis 2.2.**

Las manifestaciones de estrés académico de los estudiantes de la PUCE Ambato, varían antes y después de los procesos de evaluación.

- **Hipótesis 2.3**

Las situaciones académicas estresantes de los estudiantes de la PUCE Ambato, varían antes y después de los procesos de evaluación.

En cuanto a los resultados obtenidos en el Inventario de Ansiedad Rasgo- Estado, se señala lo siguiente (ver tabla 4.16).

Tabla 4.16. Resumen de contrastes de hipótesis del IDARE
Resumen de contrastes de hipótesis

	Hipótesis nula	Prueba	Sig.	Decisión
1	La mediana de las diferencias entre PRE_ESTADO y POST_IDARE_ESTADO es igual a 0.	Prueba de Wilcoxon de los rangos con signo para muestras relacionadas	,813	Conserve la hipótesis nula.
	Hipótesis nula	Prueba	Sig.	Decisión
1	La mediana de las diferencias entre PRE_IDARE_RASGO y POST_IDARE_RASGO es igual a 0.	Prueba de Wilcoxon de los rangos con signo para muestras relacionadas	,723	Conserve la hipótesis nula.

Se muestran significaciones asintóticas. El nivel de significancia es ,05.

En base a de los resultados expuestos, se conserva la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alternativa, debido a que en las dos sub escalas del Inventario de Ansiedad Rasgo (como se siente habitualmente) – Estado (como se siente ahora mismo) no se evidencian diferencias estadísticamente significativas.

Con respecto a los resultados obtenidos en el Inventario de Ansiedad de Beck, se observa lo siguiente (ver tabla 4.17).

Tabla 4.17. Resumen de contrastes de hipótesis del BAI

Resumen de contrastes de hipótesis				
	Hipótesis nula	Prueba	Sig.	Decisión
1	La mediana de las diferencias entre PRE_BAI y POST_BAI es igual a 0.	Prueba de Wilcoxon de los rangos con signo para muestras relacionadas	,017	Rechace la hipótesis nula.

Se muestran significaciones asintóticas. El nivel de significancia es ,05.

De acuerdo a los resultados de ansiedad situacional obtenidos en la tabla, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa, debido a que se muestran diferencias estadísticamente significativas entre el pre y post – test del Inventario de Ansiedad de Beck.

Los resultados obtenidos en la Escala de Percepción Global de Estrés, revelan lo siguiente (ver tabla 4.18).

Tabla 4.18. Resumen de contrastes de hipótesis de la EPGE

Resumen de contrastes de hipótesis				
	Hipótesis nula	Prueba	Sig.	Decisión
1	La mediana de las diferencias entre PRE_EPGE y POST_EPGE es igual a 0.	Prueba de Wilcoxon de los rangos con signo para muestras relacionadas	,011	Rechace la hipótesis nula.

Se muestran significaciones asintóticas. El nivel de significancia es ,05.

En cuanto al estrés global percibido el último mes, se observa que el contraste de hipótesis, nos permite rechazar la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa,

en vista que se muestran diferencias estadísticamente significativas entre las dos aplicaciones.

Finalmente, en las sub escalas del Inventario de Estrés Académico se puede apreciar lo siguiente (ver tabla 4.19).

Tabla 4.19. Resumen de contrastes de hipótesis del IEA

Resumen de contrastes de hipótesis

	Hipótesis nula	Prueba	Sig.	Decisión
1	La mediana de las diferencias entre PRE_IEA_FACTOR1 y POST_IEA_FACTOR1 es igual a 0.	Prueba de Wilcoxon de los rangos con signo para muestras relacionadas	,160	Conserve la hipótesis nula.
1	La mediana de las diferencias entre PRE_IEA_FACTOR2 y POST_IEA_FACTOR2 es igual a 0.	Prueba de Wilcoxon de los rangos con signo para muestras relacionadas	,036	Rechace la hipótesis nula.

Se muestran significaciones asintóticas. El nivel de significancia es ,05.

En los resultados expuestos se puede observar que en las manifestaciones de estrés académico (factor 1) no se encontró ninguna diferencia en el pre y post-test, lo que genera que se conserve la hipótesis nula.

Por otro lado, en cuanto a las situaciones académicas estresantes (factor 2), se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa, debido a que se encuentran diferencias estadísticamente significativas en las dos aplicaciones.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

Basándose en el proceso de investigación realizado, a partir de los datos obtenidos y el análisis al respecto de los mismos, se concluye:

- La ansiedad es percibida como una sensación displacentera frecuente, que funciona como signo de alarma ante situaciones de gran demanda, provocando manifestaciones cognitivas, fisiológicas y motoras. Se considera como una experiencia de carácter adaptativo necesario para el manejo normal de las exigencias en la cotidianidad. Sin embargo, llega a ser patológica al constar de respuestas desproporcionadas, irracionales y de gran intensidad.
- El estrés académico es una respuesta experimentada por los estudiantes en algún momento de su vida académica, en vista de nuevas obligaciones, exigencias y retos, movilizados por el temor a responder eficazmente o no. Los eventos vitales generadores de mayor estrés académico son: la sobrecarga académica, la falta de tiempo para cumplir con las tareas, y la realización de un examen; siendo este último, uno de los más importantes ya

que genera desequilibrio y obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento efectivas.

- Respecto al análisis sociodemográfico, el grupo de estudiantes se distribuyó según el sexo de la siguiente manera: 50,8% pertenece al género masculino y el 49,2% pertenece al género femenino. El sector de residencia predominante es el urbano con un 85,2%, mientras que el restante corresponde al sector rural, lo que equivale al 14,8%. En cuanto a la Autoidentificación étnica, el 98,4% se considera mestizo y el 1,6% se ubica como blanco. En relación al estado civil, el 95,1% de los estudiantes es soltero, mientras los estudiantes divorciados son 3,3% y viven en unión libre 1,6%. La situación económica familiar se encuentra distribuida de la siguiente manera: el 70,5% de los estudiantes mantiene economía buena, mientras que 14,85% presenta una economía muy buena, el 13,1% señala economía regular y el 1,6% manifiesta economía regular (*ver tabla 4.1*).
- Dentro de la situación académica existe mayor presencia de los estudiantes de la escuela de Psicología con un 26,2%, mientras que los estudiantes de la escuela de Sistemas, Jurisprudencia y Administración representan el 24,6%, respectivamente. El estudio se conformó por un alto nivel de estudiantes que cursan niveles superiores como son: sexto, séptimo y octavo semestre. Los estudiantes con rendimiento académico muy bueno corresponden al 45,9%, porcentaje aproximado a los estudiantes que mantienen un rendimiento bueno 44,3%, por su parte, los estudiantes que presentan un rendimiento académico sobresaliente y regular conforman la menor cantidad de la población con el

4,9%. Dentro de las diferentes escuelas el 16,4% de los estudiantes, tiene beca u otro tipo de financiamiento que le permita continuar con sus estudios, mientras que el 83,6% maneja autofinanciamiento. La información obtenida en cuanto a los condicionamientos se encuentra distribuida de la siguiente manera: 88,5% de los estudiantes no posee condicionamientos a diferencia de la cantidad restante constituido por el 11,5% quienes presentan primer condicionamiento. El 82% de los participantes organiza su tiempo de estudio y plantea de 3-4 horas el tiempo adecuado para las actividades académicas extracurriculares (*ver tabla 4.2*).

- A partir de la aplicación del reactivo *IDARE*, se evidencia dentro de la sub escala estado un rango de 30 estudiantes con puntuaciones altas en el pre-test mientras que, 28 estudiantes obtuvieron puntuaciones altas en el post-test. Por tanto el valor de la probabilidad asociada es de 0,813 valor que es mayor que p (0,05), lo que implica ausencia de diferencias estadísticamente significativas. Del mismo modo 30 estudiantes universitarios presentaron puntuaciones mayores en el pre-test, mientras que 27 alcanzaron puntuaciones altas en el post-test. Por esta razón el valor de la probabilidad asociada al estadístico pre y post test de Ansiedad Rasgo (AR) es de 0,723, valor que también se encuentra por encima del índice de probabilidad (0,05), anulando diferencias significativas. Por consiguiente, en el grupo de estudiantes aleatorizados, existe diferencias parciales que resaltan mayor ansiedad antes de los exámenes sin embargo, las diferencias halladas de ansiedad estado y ansiedad rasgo no son significativas.

- El análisis de resultados del *BAI* precisa que 38 participantes obtuvieron valores altos de ansiedad en el pre-test, no obstante, se encontró que 17 estudiantes lograron puntuaciones altas en el post-test. De manera que, el valor de probabilidad asociada al estadístico pre y post test es de 0,017, valor menor que p (0,05). Por tanto, se afirma que existen diferencias estadísticamente significativas, indicando mayores niveles de ansiedad clínica y sintomatología ansiosa, antes de los procesos de evaluación (pre-test), produciéndose disminuciones prominentes de ansiedad en el post-test, estableciendo una tendencia en la mujer a padecer mayor ansiedad que el hombre.
- Los resultados obtenidos en la *EPGE*, señalan que en la sub escala Afrontamiento de estresores, un rango de 35 participantes presentaron valores más altos en el pre-test, mientras que 16 estudiantes obtuvieron altas puntuaciones en el post-test, lo que indica que el valor de la probabilidad asociada es de 0,017, puntuación que se encuentra por debajo de p (0,05), confirmando la presencia de diferencias estadísticamente significativas. Con respecto a la sub escala Estrés Global Percibido, 34 casos obtuvieron puntajes altos en el pre-test, análogamente, 23 participantes elevaron sus niveles de estrés durante el post-test. Por esta razón, el valor de probabilidad asociada a la sub escala percepción de estrés es de 0,140 valor que se encuentra sobre p (0,05), anulando la presencia de diferencias estadísticamente significativas. En cuanto a la Escala de percepción global de estrés se puede observar que en 37 casos los valores obtenidos son mayores en el pre test, mientras que en 18 casos los resultados obtenidos son mayores en el pos test. De tal manera, el

valor de la probabilidad es de 0,011, resultado que se encuentra sobre p (0,05), lo que revela que los estudiantes de la Pontifica Universidad Católica del Ecuador Ambato presentan una cantidad importante de estrés antes de los procesos de evaluación.

- A partir del análisis del *IEA* se encontró en la sub escala manifestaciones de estrés académico, que 33 estudiantes presentaron altos niveles en el pre-test, mientras que 20 estudiantes obtuvieron mayores resultados en el post-test. Por tanto, se puede afirmar que, no existe una diferencia estadísticamente significativa puesto que, el valor de la probabilidad se mantiene en 0,160 es decir, ($p > 0,05$). De acuerdo a la sub escala situaciones académicas estresantes se encontró que un rango de 32 participantes obtuvieron mayores puntajes en el pre-test, mientras que 24 estudiantes presentaron mayores puntuaciones en el pos-test. De tal manera, el valor de probabilidad asociada al estadístico calculado es de 0,036 resultado que se encuentra por debajo de p (0,05), que determina que los estudiantes de la Pontifica Universidad Católica del Ecuador Ambato perciben mayor cantidad de situaciones académicas estresantes antes de los procesos de evaluación (pre- test), dado que, los exámenes representan una fuente de estrés fundamental en la vida académica que genera sensibles efectos a nivel conductual, cognitivo y fisiológicoemocional.

5.2. Recomendaciones

Con la finalidad de contribuir a futuras investigaciones, se plantea las siguientes recomendaciones:

- Se sugiere realizar programas de intervención que promuevan el uso de estilos de afrontamiento eficaces, técnicas cognitivo conductuales de control de la ansiedad, brindar acompañamiento, espacios de apoyo, y el ensayo anticipado ante exámenes con el fin de disminuir los niveles de ansiedad y estrés académico previos a los procesos de evaluación. Además es de gran relevancia realizar estudios de otros factores que inciden en el desarrollo de la sintomatología vinculada con la ansiedad y estrés que no fueron considerados en esta investigación.
- Al elaborar futuras investigaciones dentro de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Ambato, sobre la temática planteada, se recomienda realizar un cronograma de aplicación que incluya a los estudiantes de la escuela de Diseño, tomando en cuenta su itinerario académico. Además, se propone usar el Inventario de Estrés académico de Polo, Hernández y Pozo, para futuras investigaciones, debido a que la consistencia interna y fiabilidad permitió obtener resultados aceptables y adecuados para el presente trabajo.
- Se sugiere utilizar el Cuestionario de Ansiedad ante Exámenes (CAEX), para identificar de manera más precisas las respuestas, motoras, fisiológicas y

cognitivas además de otras características propias de la ansiedad ante los exámenes.

- Se sugiere realizar un estudio con mayor alcance, que cubra mayor población y posea un diseño longitudinal. Dicho estudio debe englobar los tres momentos de evaluación académica (1er, 2do, 3er parcial), incentivando a los estudiantes a participar de manera activa, evitando la muerte muestral.

BIBLIOGRAFÍA

- Alonso Rodríguez, S., & Haces de Villa, G. (s.f.). *Propuesta de bases para medir el desempeño de las universidades privadas sin fines de lucro en la República Mexicana sustentada en el Balanced Scorecard*. México: Departamento de Finanzas y Contaduría. Escuela de Negocios y Economía, Universidad de las Américas Puebla.
- Álvarez, J., Aguilar, J., & Lorenzo, J. (2012). *La Ansiedad ante los Exámenes en Estudiantes Universitarios: Relaciones con variables personales y académicas*. *Redalyc*, 10(26), 345.
- Álvarez, J., Aguilar, J., & Lorenzo, J. (2012). La Ansiedad ante los Exámenes en Estudiantes Universitarios: Relaciones con variables personales y académicas. *Redalyc*, 10(26), 345.
- Aparicio, M., Calderón, M., Rodríguez, G., Durand, J., Chiavacci, M. C., & Funes, M. (2013). *RENDIMIENTO ACADÉMICO Y DESERCIÓN*. XIII Coloquio de Gestión Universitaria en América del Sur .
- Arnau, J., & Bono, R. (2008). *Estudios longitudinales. Modelos de diseño y análisis*. Barcelona: Facultad de Psicología. Universidad de Barcelona.
- Baeza Villarroel , J. C. (2008). *Tu Salud Mental*. Obtenido de La Ansiedad: <http://tusaludmental.info/que-es-ansiedad>
- Barraza, A. (16 de Noviembre de 2007). *El Estrés de Examen* (Vol. 17). Durango, México: ISSN. Obtenido de <http://www.psicologiacientifica.com/estres-de-examen/>
- Benguria, S., Martín, B., Valdés, V., Pastellides, P., & Gómez, L. (2012). *OBSERVACIÓN*. Obtenido de https://www.uam.es/personal_pdi/stmaria/jmurillo/InvestigacionEE/Presentaciones/Curso_10/Observacion_trabajo.pdf
- Bezanilla, J. (2014). *Pruebas no Paramétricas*. Obtenido de <https://es.slideshare.net/pei.ac01/pruebas-no-parametricas-de-wilcoxon-2007>
- Blai, R. (2008). *Ansiedad:Definición y Características*. *PsicoSitio*. <https://psicositio.wordpress.com/dr-ramon-blai-psicologo-y-nutricionista/la-ansiedad-definicion-y-caracteristicas/>
- Bolaños Flores, M. (2014). *"niveles de ansiedad en estudiantes de psicología clínica e industrial de la universidad rafael landívar de tercer año de la jornada vespertina que están por iniciar las prácticas de intervención psicológica*. Obtenido de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Bolanos-Maricarmen.pdf>

- Castillo, C., Chacón, T., & Díaz, G. (2016). *Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud*. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 5(20), 230-237.
- Camargo, B. d. (2010). *Estrés, síndrome general de adaptación o reacción general de alarma*. *Revista Médico Científica*, 17(2), 79-82.
- Cano-Vindel, A. (2003). *Desarrollos actuales en el estudio del control emocional. Ansiedad y Estrés*. (Vol. 9).
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385-396.
- Cohen, S. and Williamson, G.M. (1988) Perceived stress in a probability sample of the United States. In: S. Spacapan and S. Oskamp (Eds.) *The social psychology of health*. Newbury Park, CA: Sage.
- Conti, N. A., & Stagnaro, J. C. (2007). *Historia de la Ansiedad*. En W. Cullen, *Historia de la Ansiedad*. Buenos Aires: Polemos S.A.
- Corado Urizar, A. J. (2013). *Estrés académico en estudiantes del primer semestre de la facultad de ciencias médicas y de la salud de la universidad mariano galvez de guatemala (guatemala enero – junio 2013)*. Guatemala: Universidad Mariano Gálvez de Guatemala Facultad de Ciencias Médicas y de la Salud.
- Del Canto, E., & Silva Silva, A. (2013). *Metodología Cuantitativa: Abordaje desde la Complementariedad en Ciencias Sociales*. *Revista de Ciencias Sociales*, III(141), 25-34.
- Diccionario de la Real Academia Española. (2017). *Ansiedad*. Obtenido de <http://dle.rae.es/?id=210oQtn>
- Escalona, A., y Miguel-Tobal, J. J. (1996). *Ansiedad ante los exámenes: evolución histórica y aportaciones prácticas para su tratamiento*. *Ansiedad y Estrés*, 2(2-3),195-209.
- Escolar-LLamazares, M. C., & Serrano-Pintado, I. (2016). *Afrontamiento de la ansiedad ante los exámenes universitarios mediante un programa de Inoculación de Estrés: Caso Clínico*. 2184-2190.
- Espinoza, I. (2016). *Tipos de Muestreo*. Obtenido de <http://www.bvs.hn/Honduras/Embarazo/Tipos.de.Muestreo.Marzo.2016.pdf>
- Furlan, L. A. (2011). *Intervención para Disminuir la Ansiedad frente a los Exámenes en Estudiantes Universitarios Argentinos*. Dialnet.
- García Morilla, S. (2015). *Cuándo y por qué sufrimos Ansiedad*. Obtenido de Psico-Salud: <http://www.psicosaludtenerife.com/ansiedad-y-termostatos/>

- García, R., Pérez, F., Natividad, L., & Pérez, J. (2012). *Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad*. Revista Latinoamericana de Psicología, 44(2).
- George, D., & Mallery, P. (2003). *SPSS for Windows step by step: A Simple Guide and Reference*. Boston: Allyn & Bacon.
- Goya del Castillo, P. (2017). *La ansiedad ante los exámenes*.
- Grandis, A. M. (2009). *Evaluación de la ansiedad frente a los exámenes universitarios*. Facultad de Ciencias Médicas. Córdoba-República de Argentina. p.69.
- Hernandez Pozo, M., Coronado Alvarez, O., Araujo Contreras, V., & Cerezo Resendiz, S. (2008). Desempeño Académico de Universitarios en relación con Ansiedad Escolar y Auto-Evaluación. *Acta Colombiana de Psicología*, 11(1), 13-23
- Hickis González, G. (2016). *Arousal*. Obtenido de Arousal: <https://es.scribd.com/doc/92021616/Arousal>
- Ibáñez, B. C. (1994). *Pedagogía y Psicología Interconductual*. México: Revista Mexicana de Análisis de la Conducta.
- Jimenez Brito, D. (2012). *Programa de intervención para disminuir el estrés laboral en el personal de enfermería del hospital vicente corral moscoso cuenca 2011*. Obtenido de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/3922/1/MAIS43.pdf>
- Jiménez , R., Lozano, L., & Montes , K. (2016). *Ansiedad ante los exámenes universitarios*. Universidad de San Buenaventura.Cartagena-Colombia p. 46
- Lazarus , R., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Ediciones Martínez Roca.
- Lang, P. (1971). *The application of psychophysiological methods to the study of psychotherapy and behavior modification*. . New York , Wiley: In A. E. Bergin & S. L. Garfield (Eds.). *Handbook of Psychotherapy and Behavior Change* .
- Lozano, A. (2008). *Estilos de aprendizaje y enseñanza. Un panorama de la estilística educativa*. EGE, 22-116.
- Martín Monzón, I. (2017). *Estrés académico en estudiantes universitarios*. Dialnet, 25(1), 87-99.

- Martínez-Otero Pérez, V. (2014). *Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la Facultad de Educación*. *Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, 2(29).
- Mayorga Lascano, M. (2018). *Escuelas de Psicología. Un Breve Recorrido por las Teorías de la Personalidad*. Quito: PUCE.
- Mischel, W. (1990). *Teorías de la Personalidad*. México: Mc Graw-Hill Interamericana.
- Mondéjar García, Á. (Septiembre de 2009). *Características clínicas y tratamiento de la ansiedad académica y ante los exámenes como fobia específica de tipo situacional*. Obtenido de <http://openaccess.uoc.edu/webapps/o2/bitstream/10609/1922/1/AngelMondejar2009.pdf>
- Montero, I., & León, O. G. (2007). A guide for naming research studies in Psychology. *International Journal of clinical and Health psychology*, 7(3), 847-862.
- Moreta, R. & Durán, T. (2018). Estructura factorial y fiabilidad del Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) en una muestra de estudiantes del Ecuador. *Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica* 10(3), en prensa.
- Moreta, R., Reyes, C., Mayorga, M. & León-Tamayo, L. (2017). Estimación sobre niveles y factores de riesgo psicosocial en adolescentes escolarizados de Ambato, Ecuador. *Revista Pensando Psicología* 13(22), 29-40.
- Moreta Herrera, R., Gaibor, I., Barrera, L. (2017). El Bienestar Psicológico y la Satisfacción con la Vida como predictores del Bienestar Social en una muestra de universitarios ecuatorianos. *Revista Salud & Sociedad* 8(2), 172-184.
- Moreta-Herrera, R., Mayorga-Lascano, M., León-Tamayo, L. & Ilaja-Verdesoto, B. (2018). Consumo de sustancias legales, ilegales y fármacos en adolescentes y factores de riesgo asociados a la exposición reciente. *Health & Addictions/Salud y Drogas* 18(1), 39-50.
- Morales, P. (23 de 09 de 2011). *Tamaño necesario de la muestra: ¿Cuántos sujetos necesitamos?* Estadística aplicada a las Ciencias Sociales, 17.
- Navas, J. (1989). *Ansiedad en la toma de exámenes: Algunas explicaciones cognoscitivas-conductuales*. *Revista Aprendizaje y Comportamiento*, 7(1), 21-41.
- OEI. (2014). *Principios Y Estructura Del Sistema Educativo*. Obtenido de <file:///Users/jacke/Downloads/ecu04.pdf>

- OUNANE, A. (2014). *El estrés estudiantil en alumnos del tercer curso de lenguas extranjeras de secundaria*. República Argelina : Ministerio de la Enseñanza Superior y de la Investigación Científica Universidad Abou Bakr Belkaid – Tlemcen.
- Osorio Vargas, M. (2015). *Reconocer, prevenir y afrontar el estrés académico*. Obtenido de <http://www.uchile.cl/portal/presentacion/centro-de-aprendizaje-campus-sur/114600/reconocer-prevenir-y-afrontar-el-estres-academico>
- Otero Pérez, V. (2014). *Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la Facultad de Educación*. ENSAYOS, Revista de la Facultad de Educación de Albacete, 2(29).
- Parrado, A. (2008). *Ansiedad (aspectos conceptuales) y Trastornos de Ansiedad en niños y adolescentes*. Universidad Autónoma de Barcelona, Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya. Familianova-Schola.
- Pérez Gómez, Á. (1992). *La función y formación del profesor en la enseñanza para la comprensión. Diferentes perspectivas*. En J. Gimeno Sacristán y A. Pérez Gómez (Coords.). Madrid, Morata: Comprender y transformar la enseñanza.
- Pimentel, J. (2010). *Investigacion Descriptiva*. Obtenido de <https://es.scribd.com/doc/33936895/Investigacion-Descriptiva>
- Piemontesi, S. E., Heredia, D. E., Furlan, L. A., Sánchez Rosas, J., & Martínez, M. (2012). Ansiedad ante los exámenes y estilos de afrontamiento ante el estrés académico en estudiantes universitarios. *Redalyc*, 28(1), 95.
- Quintana Peña, A. (1998). *Estrés y afrontamiento del estrés frente al examen en educación superior: ¿un estilo o un proceso?* *IPSI Revista de Investigación en Psicología*, 1(2), 113 - 133.
- Remor E. & Carroble JA. (2001). Versión Española de la escala de estrés percibido (PSS-14): Estudio psicométrico en una muestra VIH+. *Ansiedad y Estrés*, 7 (2-3), 195-201
- Reyes Tejada, Y. N. (2003). *Relación entre el Rendimiento Académico, la Ansiedad ante los Exámenes, los rasgos de Personalidad, el Autoconcepto y la Asertividad en los Estudiantes del Primer Año de Psicología de la UNMSM*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Psicología, Lima.
- Rodríguez, E. (2012). *Influencia de un Programa de Hábitos y Técnicas de Estudio en la reducción del nivel de ansiedad durante las pruebas objetivas en alumnos de quinto grado primaria de una Institución Educativa Privada, ubicada en el municipio de San José Pínula, Guatemala*.
- Rosato , A., & Boivin, M. (2013). *Los tipos de análisis: etnográfico, comparativo y procesual. Diferencias, semejanzas y cruces*. En U. Sección de Antropología

Social. Instituto de Ciencias Antropológicas. Facultad de Filosofía y Letras (Ed.). Buenos Aires: VII Jornadas Santiago

Sanchez Gallo, María De La Paz y Castañeiras, Claudia Elena (2010). *ANSIEDAD ANTE EXÁMENES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVII Jornadas de Investigación Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Selye, H. (1956). *The stress of life*. New York: McGraw-Hill.

Sierra, J., Ortega, V., & Zubeidat, I. (Marzo de 2003). *Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar*. *Mal-estar E Subjetividade*, 3(1), 10-59.

Simons, R.F.; Detenber, B.H.; Roedema , T.M.; Reiss, J.E. (1999). *Emotion processing in three systems: The medium and the message*. (Vol. 36(5)). *Psychophysiology*.

Spielberg, C. (1980). *Tensión y Ansiedad*.

Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1997). *Cuestionario de ansiedad Estado-Rasgo, STAI*. Madrid: TEA.

Steiman, J. (2007). *¿Qué debatimos hoy en la didáctica? Las prácticas de enseñanza en la educación superior*. Buenos Aires: Jorge Baudino Ediciones.

Valero Aguayo, L. (1999). Evaluación de ansiedad ante exámenes: Datos de aplicación y fiabilidad de un cuestionario CAEX. *Anales de Psicología*, 15(2), 223.

Vayas, W. (2011). *Ansiedad*. Obtenido de Slideshare: <https://es.slideshare.net/wellingtonvayas/ansiedad-9182782>

Weymann, L. (2012). *Efectividad del Programa de Arte Terapia en la Disminución de Ansiedad en Adolescentes*.

ANEXOS

ANEXO A: Hoja de presentación del proyecto de Investigación



Pontificia Universidad
Católica del Ecuador

Sede
Ambato

**PROYECTO DE INVESTIGACIÓN: ANSIEDAD Y ESTRÉS ACADÉMICO
EN LOS ESTUDIANTES DE LA PUCE AMBATO ANTES Y DESPUÉS DE
LOS PROCESOS DE EVALUACIÓN. ESTUDIO COMPARATIVO
HISTÓRICO.**

BATERIAS DE EVALUACIÓN SOCIODEMOGRÁFICA Y PSICOLÓGICA

INFORMACIÓN ACADÉMICA

Fecha de evaluación: _____14/11/2017_____

Carrera: Administración de empresas

Nivel/ Semestre:

1ro ___ 2do ___ 3ro ___ 4to ___ 5to ___
6to ___ 7mo ___ 8vo ___ 9no ___ 10mo ___

INSTRUCCIONES

- Estos cuestionarios investigan algunos datos sociodemográficos, educativos y personales así como los niveles de ansiedad y estrés académico antes y después de los procesos de evaluación.
- Por favor lea cuidadosamente cada pregunta o enunciado y conteste con la verdad.
- No hay respuestas buenas o malas, por tanto, no se preocupe por calificaciones.
- **NO DEJE NINGUNA PREGUNTA SIN RESPONDER**, si tiene alguna duda, con toda confianza pregunte y con mucho gusto le orientaremos.
- La información que proporcione será confidencial.

Agradecemos su participación.

No de vuelta a la hoja hasta que se le indique

ANEXO C: Ficha *Ad Hoc* Sociodemográfica

FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

1. Información general

Edad: _____ **Sexo:** Masculino () Femenino ()
Ciudad Domicilio actual: _____
Ubicación del domicilio: Sector urbano () Sector rural ()
Identificación étnica: Mestizo/a () Indígena () Afro () Blanco/a ()
Estado Civil: Soltero/a () Unión Libre () Casado/a () Separado/a ()
 Divorciado/a () Viudo/a ()
Cargas familiares: No () Si () **¿Cuáles?:** Hijos/as () Esposo/a () Familiares cercanos ()

2. Escolaridad

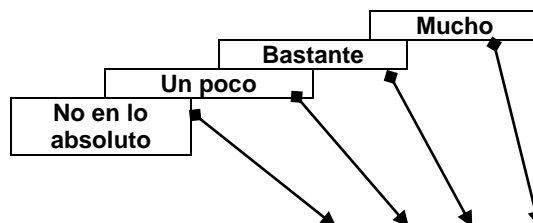
Rendimiento académico: Sobresaliente () Muy bueno () Bueno () Regular ()
 Deficiente ()
Posee Beca de estudios: Si () No ()
Tipo de beca: Excelencia académica () Comunidad indígena o afroecuatoriana ()
 Cultural () deportiva () discapacidad () otra () _____
Repite curso: Si () No () **Repite alguna asignatura:** Si () No ()
¿Realizó estudios universitarios en una institución educativa distinta a la actual?
 Si () No ()
Realizó estudios universitarios en otra carrera de la PUCESA?
 Si () No ()
Tiene condicionamientos?
 Si () No ()
Nivel de condicionamiento
 Primero () Segundo () Tercero ()
Organiza su tiempo para el estudio? Si () No ()
Cuántas horas del día dedica para el estudio?
 1-2 () 3-4 () 5-6 () 7 o más ()

3. Economía y trabajo

Situación económica familiar: Muy buena () Buena () Regular () Mala ()
¿La situación económica actual le permite continuar con sus estudios?: Si ()
 No ()
Su situación actual le permite estudiar y trabajar? Si () No ()

ANEXO D: Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE)

A continuación, hay cuatro afirmaciones con las cuales usted puede estar muy de acuerdo o nada en lo absoluto. Lea cada una de ellas y después ponga una X en la que mejor describa su grado de acuerdo o desacuerdo.

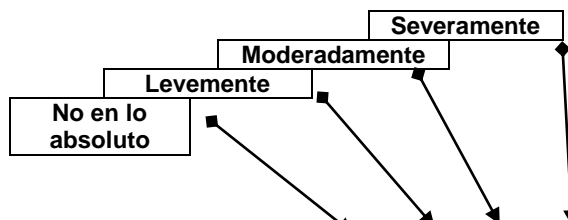


N°	Cuestionario	1	2	3	4
1	Me siento calmado	1	2	3	4
2	Me siento seguro	1	2	3	4
3	Estoy tenso	1	2	3	4
4	Estoy contrariado	1	2	3	4
5	Estoy a gusto	1	2	3	4
6	Me siento alterado	1	2	3	4
7	Estoy preocupado actualmente por algún posible contratiempo	1	2	3	4
8	Me siento descansado	1	2	3	4
9	Me siento ansioso	1	2	3	4
10	Me siento cómodo	1	2	3	4
11	Me siento con confianza de mí mismo	1	2	3	4
12	Me siento nervioso	1	2	3	4
13	Me siento agitado	1	2	3	4
14	Me siento "a punto de explotar"	1	2	3	4
15	Me siento reposado	1	2	3	4
16	Me siento satisfecho	1	2	3	4
17	Estoy preocupado	1	2	3	4
18	Me siento muy preocupado y aturdido	1	2	3	4
19	Me siento alegre	1	2	3	4
20	Me siento bien	1	2	3	4
21	Me siento mal	1	2	3	4
22	Me canso rápidamente	1	2	3	4

23	Siento ganas de llorar	1	2	3	4
24	Quisiera ser tan feliz como otros parece serlo	1	2	3	4
25	Pierdo oportunidades por no poder decidirme rápidamente	1	2	3	4
26	Me siento descansado	1	2	3	4
27	Soy una persona “tranquila, serena y templada”	1	2	3	4
28	Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas	1	2	3	4
29	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	1	2	3	4
30	Soy feliz	1	2	3	4
31	Tomo las cosas muy a pecho	1	2	3	4
32	Me falta confianza en mí mismo	1	2	3	4
33	Me siento seguro	1	2	3	4
34	Trato de sacarle el cuerpo a la crisis y dificultades	1	2	3	4
35	Me siento melancólico	1	2	3	4
36	Me siento satisfecho	1	2	3	4
37	Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente y me molestan	1	2	3	4
38	Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza	1	2	3	4
39	Soy una persona estable	1	2	3	4
40	Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me pongo tenso y alterado	1	2	3	4

ANEXO E: Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)

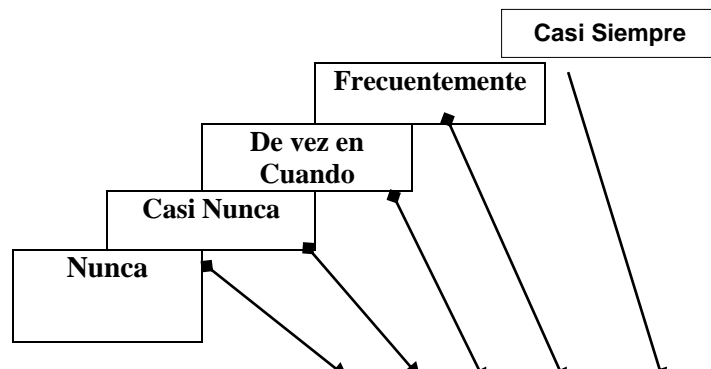
Coloque una X para responder afirmativamente o negativamente a las preguntas sobre los síntomas generales de la ansiedad. Responda este cuestionario considerando sus dificultades actuales.



N°	Cuestionario	0	1	2	3
1	Torpe o entumecido	0	1	2	3
2	Acalorado	0	1	2	3
3	Con temblor en las piernas	0	1	2	3
4	Incapaz de relajarse	0	1	2	3
5	Con temor a que ocurra lo peor	0	1	2	3
6	Mareado, o que se le va la cabeza	0	1	2	3
7	Con latidos del corazón fuertes y acelerados	0	1	2	3
8	Inestable	0	1	2	3
9	Atemorizado o asustado	0	1	2	3
10	Nervioso	0	1	2	3
11	Con sensación de bloqueo	0	1	2	3
12	Con temblores en las manos	0	1	2	3
13	Inquieto, inseguro	0	1	2	3
14	Con miedo a perder el control	0	1	2	3
15	Con sensación de ahogo	0	1	2	3
16	Con temor a morir	0	1	2	3
17	Con miedo	0	1	2	3
18	Con problemas digestivos	0	1	2	3
19	Con desvanecimientos	0	1	2	3
20	Con rubor facial	0	1	2	3
21	Con sudores, fríos o calientes	0	1	2	3

ANEXO F: Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE)

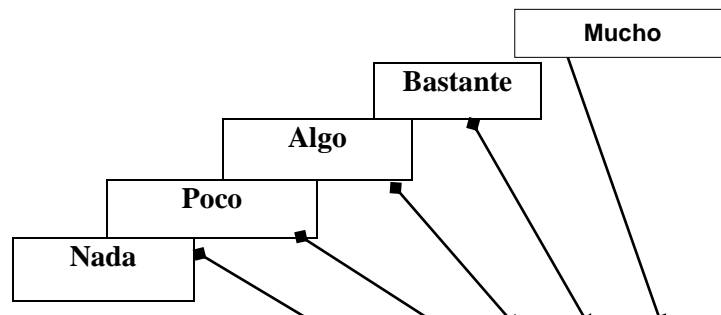
Las preguntas de este cuestionario se refieren a los sentimientos y pensamientos que has tenido durante el último mes. Marca con una X en el casillero aquella opción que exprese mejor su situación actual, teniendo en cuenta el último mes. Para cada pregunta coloca solo una opción.



N°	Cuestionario	0	1	2	3	4
1	En el último mes, ¿Te has sentido molesto a causa de alguna situación inesperada?.	0	1	2	3	4
2	En el último mes, ¿Te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?.	0	1	2	3	4
3	En el último mes, ¿Te has sentido continuamente tenso?.	0	1	2	3	4
4	En el último mes, ¿Resolviste de manera exitosa las discusiones desagradables en tu vida?.	0	1	2	3	4
5	En el último mes, ¿ Sentiste que enfrentaste exitosamente los cambios importantes que estaban ocurriendo en tu vida?.	0	1	2	3	4
6	En el último mes, ¿Confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales?.	0	1	2	3	4
7	En el último mes, ¿Sentiste que las cosas te estaban resultando como querías?.	0	1	2	3	4
8	En el último mes, ¿Notaste que no podías resolver todas las situaciones que tenías que enfrentar?.	0	1	2	3	4
9	En el último mes, ¿Has podido controlar los hechos desagradables de tu vida?.	0	1	2	3	4
10	En el último mes, ¿Sentiste que estabas colapsado con las situaciones que te ocurrieron?.	0	1	2	3	4
11	En el último mes, ¿Te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?.	0	1	2	3	4
12	En el último mes, ¿Te has encontrado pensando en las situaciones que tienes que resolver?.	0	1	2	3	4
13	En el último mes, ¿Has sido capaz de manejar tu tiempo según tus propias necesidades?.	0	1	2	3	4
14	En el último mes, ¿Sentiste que los problemas se te habían acumulado?.	0	1	2	3	4

ANEXO G: Inventario de Estrés Académico (IEA)

Coloque una X para responder a las preguntas sobre los síntomas generales del estrés académico. Responda este cuestionario tomando en cuenta el nivel de estrés que le generan las siguientes situaciones.



N°	Cuestionario	1	2	3	4	5
1	La competencia con compañeros del grupo	1	2	3	4	5
2	Exceso de responsabilidad por cumplir las obligaciones escolares	1	2	3	4	5
3	Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	1	2	3	4	5
4	Las evaluaciones de los profesores	1	2	3	4	5
5	El tipo de trabajo que te piden los maestros	1	2	3	4	5
6	Trastornos en el sueño	1	2	3	4	5
7	Fatiga crónica	1	2	3	4	5
8	Dolores de cabeza o migrañas	1	2	3	4	5
9	Problemas de digestión dolor abdominal o diarrea	1	2	3	4	5
10	Somnolencia o mayor necesidad de dormir	1	2	3	4	5
11	Inquietud, incapacidad de relajarse y estar tranquilo	1	2	3	4	5
12	Sentimientos de depresión y tristeza	1	2	3	4	5
13	Ansiedad, mayor predisposición a miedos, temores, etc.	1	2	3	4	5
14	Problemas de concentración	1	2	3	4	5
15	Sensación de tener la mente vacía	1	2	3	4	5
16	Fumar	1	2	3	4	5
17	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	1	2	3	4	5
18	Aislamiento de los demás	1	2	3	4	5
19	Desgano para realizar las labores escolares	1	2	3	4	5
20	Ausentismo de las clases	1	2	3	4	5

