

2018 |

LA ANSIEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS ANTE LOS EXAMENES

ANXIETY IN UNIVERSITY STUDENTS BEFORE EXAMINATIONS

Lilian Ferrante Roca, Roxana Alcocer Coca y Pamela Cuéllar Castro

4º semestre Psicología Educativa
Docente Dra. Claudia Llanos Baldivieso

RESUMEN

El objetivo de este estudio fue comparar el nivel de ansiedad ante los exámenes entre hombres y mujeres y entre estudiantes de distintas facultades de la Universidad Privada de Santa Cruz de la Sierra (UPSA). Además de. En el estudio participaron 110 estudiantes de la UPSA de 18 a 21 años. Encontramos que las mujeres presentaron mayores niveles de ansiedad que los varones ante la semana de exámenes y que la facultad con menores niveles de ansiedad fue la Facultad de Arquitectura, mientras que las Facultades de Humanidades y de Ciencias Empresariales presentaban los niveles más altos de ansiedad.

Palabras clave: estudiantes, ansiedad, exámenes

The objective of the present study was to compare anxiety levels between sexes and between students from different faculties of the Private University of Santa Cruz de la Sierra (UPSA), In the study, 110 students aged 18 to 21 participated. We found that women have higher levels of anxiety than men before exams and the faculty with lower levels of anxiety was the Faculty of Architecture, while the Humanities Faculty and the Faculty of Business Sciences had the highest levels of anxiety.

Key words: students, anxiety, examinations

Desde el siglo XX se ha conceptualizado la ansiedad como una respuesta emocional que tiene como síntoma la sensación de ahogo, sobresaltos y síntomas psíquicos o cognitivos así como también síntomas conductuales y físicos. Ya Freud conceptualizó el término ansiedad en alemán, como “Angst” para hacer referencia a una sensación negativa acompañada de un estado somático incómodo (Sierra, Ortega, & Zubeidat, 2003). Tobal, (1990 en Jiménez, Lozano T, & Montes, 2016). afirma que la ansiedad provoca que la persona vea una amenaza irreal o se sienta en una situación de peligro, esto es observable cuando los estudiantes se enfrentan a los exámenes. Hernández, Pozo y Polo (1994) definen la ansiedad ante los exámenes como un evento estresante que se genera desde antes de rendir el examen y durante el mismo, produciendo una ansiedad muy elevada para el estudiante universitario. Esta respuesta emocional provoca un rendimiento deficiente y como resultado bajas calificaciones en las materias (Alegre, 2013).

La ansiedad ante los exámenes se ha conceptualizado como un rasgo situacional que se da cuando las aptitudes personales van a ser evaluadas. En estos casos, los estudiantes tienden a responder con mucha preocupación, activa-

ción fisiológica y sentimientos de aprehensión. A nivel cognitivo ellos muestran preocupación ante la posibilidad de tener un mal desempeño y tener que enfrentarse a consecuencias negativas para su autoestima, valoración social o algún castigo familiar (Furlan, Kohan, Piemontesi & Heredia, 2008).

Aunque no todo lo que se dice en torno a la ansiedad es negativo, ya que Papalia (1994) plantea que la ansiedad tiene un rol importante debido a que el aumento moderado de ansiedad ayuda al estudiante a incrementar su esfuerzo y su concentración en el examen. Jiménez, Lozano y Montes (2016) mencionan varios estudios realizados en universidades, que demuestran que la preocupación que experimentan los estudiantes al sentirse incapaces de poder enfrentar situaciones de riesgo, como las evaluaciones. En estas situaciones aparece el temor al fracaso acompañado por pensamientos negativos como “voy a sacar malas notas”, “se me va a olvidar todo lo que estudié”, “tengo la mente vacía” y como resultado el estudiante tiene dificultad para concentrarse en sus tareas o actividades diarias, logrando así, la ansiedad excesiva, perjudicar al estudiante ya que interfiere en las estrategias de aprendizaje y sus actividades cognitivas (Alegre, 2013).

En la investigación de Kleijn, Phoeg y Topmman, (1994) se pudo ver una clara diferencia entre los niveles de ansiedad ante los exámenes entre varones y mujeres, demostrando que los varones presentan un mayor grado de ansiedad en relación con una imagen negativa de ellos mismos y a su vez preocupación por un bajo rendimiento académico. Sin embargo, Alegre (2013) menciona las investigaciones de Sud y Sharma (1989) y la de Williams (1994) que mostraron que las mujeres son mucho más ansiosas que los hombres, pero esta ansiedad no influye en los resultados de sus exámenes.

Según Forlan (2006), existen tres factores importantes que hacen que la ansiedad influya en el rendimiento académico del estudiante, el factor fisiológico, el cognitivo y el conductual. A nivel fisiológico, la ansiedad en los estudiantes se manifiesta en sudor, pupilas dilatadas, agitación motora, músculos tensionados, palidez en el rostro, etcétera. De manera interna se puede manifestar mediante aceleración del corazón, fatiga, la boca seca, entre otros a nivel cognitivo, se relaciona con el miedo, el pánico, la inquietud, las obsesiones y los pensamientos negativos (Jiménez et al, 2016). Asimismo, el factor conductual hace referencia a

cambios en las expresiones del rostro, en la actitud corporal, en la forma de caminar, etcétera. Estos cambios suelen ser una reacción dirigida a evitar cualquier evento que genere ansiedad (Jiménez et al., 2016).

Mediante el presente estudio se pretende comparar el nivel de ansiedad durante el periodo de exámenes en los estudiantes de las distintas facultades de la Universidad Privada de Santa Cruz de la Sierra (UPSA). También se busca comparar el nivel de ansiedad entre varones y mujeres para saber quiénes tienen mayores niveles de ansiedad ante la semana de exámenes y así tomarlo en cuenta en posibles intervenciones a futuro.

Método

Muestra

Se seleccionó una muestra de 110 estudiantes de la Universidad Privada de Santa Cruz de la Sierra (UPSA) pertenecientes a las cinco facultades: Facultad de Humanidades y Comunicación (FHC), Facultad de Arquitectura, Diseño y Urbanismo (FADU), Facultad de Ingeniería (FIE), Facultad de Ciencias Empresariales (FACE) y Facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales (FCJS). El rango de edad de los participantes fue de 18 a 21 años ($M = 20,25$ años, $DT = 1,05$) de cada

facultad se tomaron 22 participantes, la mitad del sexo masculino y la otra mitad del femenino, es decir 11 varones y 11 mujeres.

Instrumento

El instrumento utilizado para este estudio fue el Cuestionario de Ansiedad Frente a los Exámenes Universitarios (CAFEU) (Grandis, 2009). Este instrumento está compuesto por 34 ítems los cuales usan una escala tipo Likert para responder siendo: 1 Nunca, 2 Solamente en una ocasión, 3 En más de una ocasión, 4 Muchas veces y 5 Siempre. El estudio que utilizó esta escala tenía por objetivo medir las respuestas fisiológicas, cognitivas y motrices de la ansiedad ante los exámenes entre los estudiantes de 42 carreras de la Universidad Nacional de Río Cuarto (UNRC). Grandis (2009) encontró que la consistencia interna de los ítems era muy alta (alfa de Crombach = 0,94).

Procedimiento

Para realizar el estudio se aplicó el instrumento a los estudiantes durante la semana de exámenes en las áreas comunes de la UPSA: cafetería principal, sala de estudios, biblioteca, pasillos, cabaña de jatata antigua y jatata nueva.

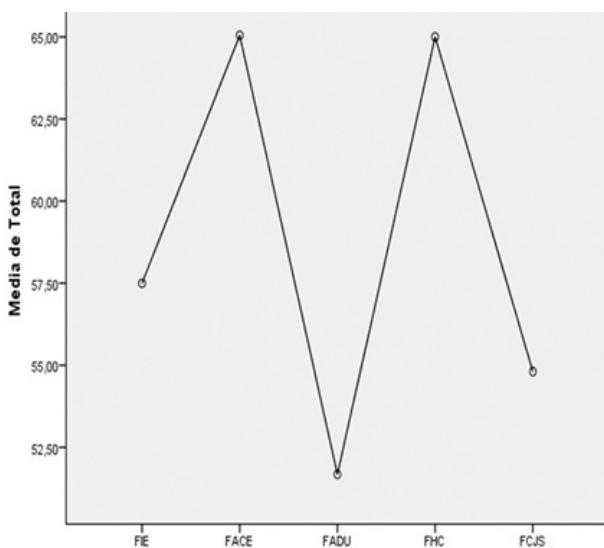
Resultados

Para ver si había diferencias el nivel de ansiedad ante los exámenes de varones y mujeres se utilizó la t de Student para grupos independientes. Los ocho ítems presentados a continuación muestran diferencias significativas entre ambos sexos, siendo las mujeres más ansiosas que los varones en todos ellos. Los resultados muestran que en la época de exámenes las mujeres puntúan más en los siguientes ítems: "...presento fuertes dolores de estómago" ($t_{(104,35)} = -4,90, p=0,01$), "a pesar de ver bien, al leer un examen se me nubla la vista y no entiendo lo que leo" ($t_{(83,23)} = -5,80, p < 0,001$), "casi siempre llego tarde a los exámenes y en ocasiones no entro a dar el examen" ($t_{(85,49)} = 0,00, p < 0,001$), "durante los exámenes me falta el aire, siento que me voy a desmayar,..." ($t_{(93,26)} = -4,24, p < 0,001$), "siento que se me endurecen las manos durante los exámenes" ($t_{(100,67)} = 0,00, p < 0,001$), "solamente al leer o escuchar las preguntas del examen lo entrego en blanco y me voy" ($t_{(92,50)} = 0,00, p < 0,001$), "No puedo dormir la noche anterior al examen" ($t_{(105,47)} = 0,00, p=0,02$).

Para ver si había diferencias entre las facultades de la UPSA se llevó a cabo un ANOVA simple y se encontró diferencias significativas entre grupos con el nivel de

ansiedad. En el presente gráfico se puede observar una diferencia significativa entre facultades ($F_{(4, 102)} = 3,18; p = 0,01$) y su nivel de ansiedad ante los exámenes. La facultad que presenta menores niveles de ansiedad es la Facultad de Arquitectura, Diseño y Urbanismo frente a las que presentan mayores niveles de ansiedad que son la Facultad de Humanidades y Comunicación y la Facultad de Ciencias Empresariales ($M_{FADU} = 21,58; M_{FHC} = 65; M_{FACE} = 65,05; p=0.01$).

Figura 1
Diferencias de ansiedad ante los exámenes entre facultades



Discusión

En relación al tema podemos decir que los niveles de Ansiedad son mayores en mujeres que en hombres; si comparamos estos resultados con los de las autoras Arenas y Puigcerver, (2009) encontramos que esto puede deberse tanto a factores biológicos (hormonas, bioquímica cerebral) y como a factores sociales. Jiménez et al. (2016) mencionan que a las mujeres se las educa para ser más sociables y empáticas, mientras que a los hombres se les enseña a ser más seguros y confiados en sí mismos, lo que puede explicar estas diferencias.

En cuanto a la diferencia entre los niveles de Ansiedad entre Facultades, al hacer el ANOVA entre facultades se pudo ver que los estudiantes de la Facultad de Humanidades y Comunicación y la Facultad de Ciencias Empresariales fueron los que mayor niveles de Ansiedad presentaron. Jiménez et al. (2016) compararon los niveles de ansiedad entre tres carreras: Psicología, Fisioterapia e Ingeniería Química, y sus resultados mostraron que los niveles bajos de ansiedad se daban en los estudiantes de Ingeniería. En nuestros datos, los de ingeniería tampoco tienen altos niveles de ansiedad.

Grandis (2009), por otra parte, encontró que los estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas de la Universidad Nacional de Córdoba fueron los que más ansiedad mostraron ante los exámenes frente a los de las Facultades de Ciencias Económicas e Ingeniería.

Como conclusión se podría afirmar que las mujeres se ponen más ansiosas que los varones y que hay diferencias entre los estudiantes de distintas facultades. Queda por determinar, en futuros estudios, los motivos por el cual se dan estas diferencias.

Bibliografía

- Alegre, A. (2013). Ansiedad ante exámenes y estrategias de aprendizaje en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana. *Propósitos y Representaciones*, 1(1), 107-130. doi: 10.20511/pyr2013.v1n1.9
- Arenas, M. C., & Puigcerver, A. (2009). Diferencias entre hombres y mujeres en los trastornos de ansiedad: una aproximación psicobiológica. *Escritos de Psicología*, 3(1), 20-29.
- Forlan, L. (2006). Ansiedad ante los exámenes. Qué se evalúa y cómo? *Evaluar*, 6, 32-51. Recuperado en <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar/article/view/533>
- Jimenez R., Lozano, L. T., & Montes, K. E. (2016). *Ansiedad ante los exámenes universitarios*. Trabajo de Investigación Universitario. Universidad de San Buenaventura Seccional Cartagena Facultad de Educación, Ciencias Humanas y Sociales Recuperado de http://bibliotecadigital.usbcali.edu.co:8080/bitstream/10819/4054/1/Ansiedad%20ante%20los%20ex%20%C3%A1menes_Roxana%20Jim%C3%A9nez%20R._2016.pdf
- Grandis, A. M. (2009). *Evaluación de la ansiedad frente a los exámenes universitarios*. Trabajo de Tesis para optar al Título Doctora en Ciencias de la Salud Universidad Nacional de Córdoba Facultad de Ciencias Médicas Recuperado de http://lildbi.fcm.unc.edu.ar/lildbi/tesis/grandis_amanda_mercedes.pdf
- Sierra, J. C., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Malestar E Subjetividade*, 3(1), 10-59.