



**FACULTAD DE MEDICINA HUMANA Y CIENCIAS DE LA  
SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA HUMANA**

**TÍTULO**

**ANSIEDAD ESTADO RASGO EN ESTUDIANTES DE UNA  
UNIVERSIDAD PÚBLICA Y PRIVADA DE LIMA, 2017**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA HUMANA**

**AUTORA**

**ANCHELÍA POMALÍA YANET SARITA**

**ASESORA**

**SANCHEZ GARCÍA HENNY**

**LIMA – PERÚ**

**2018**

A mi padre por brindarme siempre su apoyo incondicional en cada una de mis metas; por sus consejos y ánimo que me brindó en los momentos precisos de mi vida a nivel estudiantil, profesional y laboral.

A Dios, por la fuerza y perseverancia para seguir adelante y no rendirme.

A la Universidad Alas Peruanas, por la oportunidad que me brinda para mi desarrollo profesional y personal.

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como propósito describir y comparar la ansiedad, estado y ansiedad rasgo en estudiantes de una universidad pública y una privada en el distrito Lima, 2017. El diseño considerado en el presente trabajo de investigación fue descriptiva comparativa de tipo no experimental transversal. La población son estudiantes de una universidad pública y privada de la Facultad de Psicología y la muestra considerada para la investigación fue de 147 estudiantes varones y mujeres del noveno y décimo ciclo. El instrumento utilizado fue el Inventario de Ansiedad Estado –Rasgo (IDARE).

Los resultados de la investigación muestran que no existen diferencias significativas en relación a los niveles de ansiedad estado ni ansiedad rasgo en estudiantes de una universidad pública y una universidad privada, de la ciudad de Lima en el 2017. En relación a la ansiedad estado y ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada según género, tampoco se encontró diferencias significativas.

*Palabras clave:* Ansiedad estado, ansiedad rasgo y estudiante universitario.

## **ABSTRACT**

The purpose of this research was to describe and compare trait state anxiety in students of a public and private university in the Lima district, 2017. The design considered in this research work was non-experimental quantitative. The population are students of a public and private university of the Faculty of Psychology and the sample considered for research was 147 male and female students of the ninth and tenth cycle. The instrument used was the Anxiety Inventory State-Risk (STAI).

The results of the investigation show that there are no significant differences in relation to state anxiety levels or trait anxiety in students of a public university and a private university, in the city of Lima in 2017. In relation to anxiety state and anxiety trait among students of a public and private university according to gender, no significant differences were found either.

*Key words:* Anxiety status, trait anxiety and university student.

## INTRODUCCIÓN

Como parte de la formación profesional, los estudiantes de las universidades públicas y privadas suelen tener un estilo de vida estresante y difícil por las diversas actividades académicas que asumen durante el desarrollo de los contenidos temáticos, asociado a las exigencias y desafíos evaluativos que se plantea.

Así mismo, lograr cumplir los requisitos que solicita la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria (SUNEDU, 2014). Para obtener el grado de bachiller es necesario la aprobación de todas las asignaturas, presentar un trabajo de investigación y conocer un idioma extranjero. Por otro lado, para licenciarse se debe realizar una tesis o un trabajo de suficiencia profesional. Además, que en mucho de los estudiantes suelen laboral para permanecer en la vida académica y cubrir gastos no solo de una pensión sino de recursos que se requiere en cada asignatura.

Por consiguiente, los estudiantes de universidades públicas y privadas cumplen un conjunto de demandas académicas, familiares y/o laborales generando una fuente de ansiedad, que influye en su bienestar físico, psicológico y conductual.

No obstante, el bajo nivel de ansiedad permite mejorar el rendimiento a nivel profesional y laboral, a diferencia del alto nivel de ansiedad, que se pronuncia de manera excesiva, identificándose como la aprensión ansiosa (Barlow, 1993).

Fiestas& Piazza (2014) señalaron que “en Perú existe poca información acerca de la magnitud de los trastornos mentales, a ello se suma que la salud mental no se encuentra adecuadamente priorizada dentro de la política de salud” (p. 31). Perú se ubica en un nivel

bajo en cuanto a inversión para la salud, en comparación con otros países de Latinoamérica, debido a la insuficiente inversión en programas y servicios para prevenir los trastornos de salud mental, que dentro de ella se encuentra la ansiedad. Por ello tiene gran importancia el estudio de la ansiedad en los universitarios, a fin de brindarles estrategias cognitivas y conductuales para lograr una adaptación adecuada en su entorno.

Por lo tanto, la presente investigación se encuentra estructurada procesalmente con coherencia desde el inicio de la investigación hasta los resultados finales y se presentan de la siguiente manera:

El primer capítulo, plasma las ideas que impulsaron la investigación, que tiene por objetivo describir y comparar la ansiedad estado y rasgo en estudiantes de una universidad pública y privada, en la ciudad de Lima, partiendo del planteamiento del problema que aqueja a la población universitaria siendo vulnerable frente a la ansiedad por las exigencias de la Institución, a nivel laboral y personal tanto en universidades privadas como públicas, pasando luego a describir los objetivos de la investigación.

Así mismo, el segundo capítulo se detalla las investigaciones previas realizadas ante la variable Ansiedad (nacionales e internacionales), para luego continuar con el marco teórico, para explicar la definición de la variable, citando a diferentes estudiosos en el campo psicológico, de quienes se cita sus perspectivas y métodos. Este capítulo concluye con la definición de términos básicos que han sido empleados en la investigación.

El tercer capítulo, abarca la hipótesis planteada ante la problemática de si existe o no, diferencia de ansiedad entre los estudiantes de psicología de universidades públicas y privadas; a su vez, se explica la definición operacional de la misma.

En el cuarto capítulo, se explica el tipo y diseño de investigación, el instrumento empleado, las técnicas de procesamiento de información, los estadísticos empleados y el aspecto ético que rige el correcto desenvolvimiento del investigador durante el proceso de realización de tesis, para que esta sirva de información a futuras investigaciones.

Finalmente, en el quinto capítulo se presentan los principales resultados en tablas y descripción de las mismas, que responden a las interrogantes de la investigación, con correspondencia a cada uno de los objetivos que se planteó. Posterior a ello, en la discusión de resultados se cita a diferentes autores que avalan y explican los resultados encontrados. Por último, se muestran las conclusiones y recomendaciones respectivas, para que sirva de referente en investigaciones venideras y de igual manera, para la institución como medida informativa para sus procesos de mejora y prevención.



# ÍNDICE

	<b>Página</b>
Portada	
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Resumen	iv
Abstract	v
Introducción	vi
Índice	ix
Índice de tablas	xii
<b>CAPÍTULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b>	<b>1</b>
1.1. Descripción de la realidad problemática	1
1.2. Formulación del problema	4
1.2.1. Problema principal	4
1.2.2. Problemas secundarias	4
1.3. Objetivos de la investigación	4
1.3.1. Objetivo general	4
1.3.2. Objetivos específicos	5
1.4. Justificación de la investigación	5
1.5. Limitaciones del estudio	6
<b>CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO</b>	<b>7</b>
2.1. Antecedentes de la investigación	7
2.1.1. Antecedentes Internacionales	7
2.1.2. Antecedentes Nacionales	12
2.2. Bases teóricas	15
2.2.1. Definición de ansiedad	15
2.2.2. Enfoques de ansiedad	18
2.2.3. Síntomas de ansiedad	24

2.2.4. Diferencia de ansiedad y otros términos	26
2.2.5. Factores predisponentes	29
2.3. Definición de términos básicos	30
<b>CAPÍTULO III HIPÓTESIS Y VARIABLES DE LA INVESTIGACIÓN</b>	<b>32</b>
3.1. Formulación de hipótesis principal y derivadas	32
3.1.1. Hipótesis general	32
3.1.2. Hipótesis específicas	32
3.2. Variables; definición conceptual y operacional	33
3.2.1. Definición conceptual de la variable	33
3.2.2. Definición operacional de la variable	34
3.2.3. Operacionalización de la variable, dimensiones e indicadores	34
<b>CAPÍTULO IV METODOLOGÍA</b>	<b>35</b>
4.1. Diseño metodológico	35
4.2. Diseño muestral	35
4.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad	36
4.3.1. Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE)	36
4.4. Técnicas de estadísticas para el procesamiento de la información	39
4.5. Aspectos éticos contemplados	40
<b>CAPÍTULO V RESULTADOS, ANÁLISIS Y DISCUSIÓN</b>	<b>41</b>
5.1. Análisis descriptivos	41
5.2. Análisis inferencial	44
5.3. Comprobación de hipótesis	45
5.4. Discusión	49
5.5. Conclusiones	53
Recomendaciones	54

<b>REFERENCIAS</b>	56
<b>ANEXOS</b>	62
Anexo I: Matriz de consistencia	63
Anexo II: Base de datos de ansiedad estado y ansiedad rasgo	65
Anexo III: Inventario de Ansiedad Rasgo- Estado	76

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Distribución de frecuencia de la población	42
Tabla 2	Distribución de frecuencia por universidad	43
Tabla 3	Distribución de frecuencias de niveles de ansiedad estado	43
Tabla 4	Distribución de frecuencias de niveles de ansiedad rasgo	43
Tabla 5	Distribución por nivel de ansiedad estado por tipo de universidad	44
Tabla 6	Distribución por nivel de ansiedad rasgo por tipo de universidad	44
Tabla 7	Prueba de bondad de ajuste a la curva normal para la variable ansiedad estado/rasgo	46
Tabla 8	Prueba de t de Student para comparar las diferencias de ansiedad estado/rasgo en estudiantes de una universidad pública y privada, de la ciudad de lima en el 2017	47
Tabla 9	Prueba de t de Student para comparar las diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino	48
Tabla 10	Prueba de t de Student para comparar las diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino	48
Tabla 11	Prueba de t de Student para comparar las diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino	49
Tabla 12	Prueba de t de Student para comparar las diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino	50

# **CAPÍTULO I**

## **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **1.1. Descripción de la realidad problemática**

La población estudiantil tanto de universidades públicas como de privadas, conformados en su mayoría por adultos jóvenes, que en esta era globalizada enfrentan exigencias mayores, que les hace asumir nuevas responsabilidades y demandas, tanto en el área académico como laboral, haciéndoles vulnerables a presentar síntomas de ansiedad.

En una investigación sobre prevalencia de trastornos mentales en el Perú Urbano, con una muestra de 3930 personas, cuyas edades fluctuaban entre los 18 a 34 años se encontraron que los trastornos de ansiedad fueron los más comunes con un 14,9% de prevalencia, seguido de los trastornos del humor con 8,2% y trastornos por control de impulsos con 8,1%, mientras que los trastornos por consumo de sustancias tuvieron una prevalencia de 5,8% (Fiestas & Piazza. 2014).

La ansiedad, al igual que la depresión, son los trastornos psicológicos más registrados, en los Centros de Salud en la población general y con mayor presencia en el ámbito universitario (Agudelo, Casadiegos & Sánchez, 2008).

Reconociendo que la ansiedad, cuando se mantiene en unos niveles equilibrados resulta beneficiosa porque ayuda a afrontar los retos que se presentan en la vida universitaria. Sin embargo, si es excesiva puede tener efectos contraproducentes en el universitario (Bolaños, 2014).

Por tanto, la ansiedad cumple una función adaptativa, pero también puede volverse patológica, manifestándose de modo fisiológico, cognitivo y conductual (Casado, 1994). Cuando la ansiedad se convierte en patológica aparece el trastorno de ansiedad, que se da como concepto ansiedad de rasgo o ansiedad de estado (Spielberger, 1972 citado en Idrogo, 2015).

La ansiedad rasgo es aquella que se presenta a lo largo del tiempo y en diferentes situaciones, considerándola como la tendencia que posee el estudiante para percibir un gran número de situaciones como amenazantes, reaccionando de manera ansiosa, sobrevalorando los riesgos y minimizando los recursos que posee para hacer frente a ellas. La ansiedad como estado hace referencia al estado emocional transitorio en el tiempo, se caracteriza por sentimientos subjetivos conscientemente percibidos de tensión y aprensión. (Becerra & Pachamorra, 2015).

Por lo que en ésta investigación conformada por estudiantes entre los 20 a 30 años de edad, etapa en la que la mayoría refiere buscar una independencia económica,

que comienza con la obtención del título universitario, la búsqueda de trabajo, con la finalidad de poner en práctica todo lo aprendido y obtener ingresos para sus gastos estudiantiles y personales (Kuba, 2017). Así mismo obtener calificaciones aprobatorias para no reprobar y lograr el título profesional, generándoles en ellos ansiedad (Ferreira & Olivares, 2007).

Durante mi época de estudiante universitaria he experimentado y observado en mis compañeros de aula, signos y síntomas de ansiedad, durante las exposiciones y exámenes, aunado a ello preocupaciones y temores por los promedios finales y las practicas pre profesionales; así mismo en mi centro de labores, habían compañeros que también estudiaban, siendo la mayoría de ellos de universidades públicas, que también compartían sus tiempos entre el trabajo y la universidad, siendo los resultados académicos y los gastos, motivos de preocupación.

Por tanto, se consideró fundamental investigar este tema, con el objetivo de realizar un análisis de sus resultados y hacer un aporte a la comunidad universitaria. Con la base de la investigación sugerir se inicien acciones oportunas para mejorar y evitar las consecuencias en su estado mental, que los estudiantes se sientan comprometidos, motivados, e interioricen las normas, valores y se sientan satisfechos cumpliendo con sus labores, lo que repercutirá en la mejora de su estado emocional, rendimiento y productividad.

## **1.2. Formulación del problema.**

### **1.2.1. Problema principal**

- ¿Cuáles son las diferencias de ansiedad estado/rasgo en estudiantes de una universidad pública y una privada, de la ciudad de lima en el 2017?

### **1.2.2. Problemas secundarios**

- ¿Cuáles son las diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino?
- ¿Cuáles son las diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino?
- ¿Cuáles son las diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino?
- ¿Cuáles son las diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino?

## **1.3. Objetivos de la investigación**

### **1.3.1. Objetivo general**

- Determinar las diferencias de ansiedad estado/rasgo en estudiantes de una universidad pública y una privada, de la ciudad de lima en el 2017.



### **1.3.2. Objetivos específicos**

- Identificar las diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino.
- Identificar las diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino.
- Identificar las diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino.
- Identificar las diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino.

### **1.4. Justificación e importancia de la investigación**

El presente trabajo de investigación es importante porque permite conocer los niveles de la ansiedad estado y rasgo de los universitarios, considerando la comparación de universidad privada y pública en función a la carrera de Psicología, siendo generada por la presión académica ejercida por las exigencias de la vida universitaria, así mismo las exigencias personales que tenga cada uno sobre su proyecto de vida.

A nivel teórico, esta investigación, tiene como propósito conocer y comparar los niveles de ansiedad estado y rasgo en el alumnado de una universidad pública y privada; para contribuir el análisis de investigación y así mismo para formar futuras investigaciones vinculadas al tema.

A nivel práctico, este trabajo servirá para seguir precisando más sobre el tema y tener conocimiento sobre el actual nivel de prevalencia de ansiedad estado y rasgo en los alumnos de universidad privada o pública, donde se podrá desarrollar programas de intervención para los estudiantes con problemas de ansiedad, con el fin mejorar su desarrollo personal, académico y social.

Por lo tanto, se considera profundizar en el tema, con el objetivo identificar la influencia negativa que tienen en la vida cotidiana y el fin de buscar soluciones o algunas alternativas para canalizar la ansiedad hacia acciones menos perjudiciales para su salud mental, física y social.

### **1.5. Limitaciones del estudio**

Dentro de las limitaciones se encontró las siguientes:

La evaluación en la Institución pública se realizó fuera del local, obteniendo la muestra con participantes voluntarios del IX y X ciclo de la Facultad de Psicología.

Identificar el momento más propicio para la aplicación del instrumento.

La indisposición de los alumnos para responder a la prueba, por lo que se tuvo que sensibilizar para obtener su apoyo.

Poca disponibilidad de tiempo por parte de los estudiantes de universidad pública y privada.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1. Antecedentes de la investigación**

##### **2.1.1. Antecedentes internacionales**

Guerra (2016) investigó sobre la *Ansiedad ante los exámenes y procrastinación académica en estudiantes universitarios*, con el objetivo de estudiar la relación que hay entre ambas variables en la población universitaria. El diseño fue transversal de tipo descriptivo y correlacional. La muestra corresponde a 149 estudiantes universitarios de ambos sexos, de entre 18 a 35 años de edad, que asistían a universidades privadas de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y que se encontraban en el primer y último año de la carrera de administración, ciencias contables, psicología y otras. Para la recolección de datos utilizó los instrumentos: La Escala de Procrastinación de Tuckman, el Inventario Alemán de Ansiedad ante los exámenes en su versión revisada y un Cuestionario socio-demográfico. Los resultados indicaron que se ha encontrado una correlación positiva y estadísticamente significativa entre Procrastinación y la dimensión de Interferencia de Ansiedad frente a los exámenes.

Belén (2015) investigó sobre la *Ansiedad y estrés académico en estudiantes de universidades públicas vs universidades privadas*, de la Universidad de Buenos Aires y Gran Buenos Aires (Argentina), que tuvo como objetivo investigar si existen diferencias en el nivel de ansiedad y estrés académico comparando alumnos de ambas universidades. El diseño que utilizó fue no experimental, de tipo transversal. La cual llevó a cabo en una muestra de 155 alumnos, de los cuales 89 eran mujeres y 66 hombres, que tenían entre 18 y 32 años de edad, de los cuales un 49 % pertenecían a Universidades Públicas y el otro 51 % a Universidades Privadas de la ciudad de Buenos Aires y Gran Buenos Aires. Para evaluar la variable de ansiedad utilizó el Inventario de Ansiedad Rasgo –Estado (IDARE). Los resultados indicaron que no existen diferencias significativas entre el nivel de ansiedad y el nivel de estrés académico respecto al tipo de universidad en la ciudad de Buenos Aires y Gran Buenos Aires. Sin embargo, consideró que los estudiantes de universidades públicas los hombres presentan mayores niveles de estrés académico respecto a las estrategias de afrontamiento a comparación de los estudiantes de universidades privadas. En cuanto al nivel de ansiedad según tipo de universidad los resultados arrojaron que las mujeres de universidad pública, tienen un nivel de ansiedad rasgo significativamente inferior a comparación de las que estudian en universidad privada.

Bolaños (2014) presentó la investigación titulada *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*, para obtener el título de Licenciada en la Universidad Rafael Landívar (Guatemala). En este estudio se buscó determinar los niveles de ansiedad en la población antes citada. El diseño que utilizó fue transversal de tipo descriptiva. La muestra la conformaron 25 estudiantes de 20 a 25 años de ambas carreras. Para la

recolección de datos utilizó el Instrumento Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE), indicando en los resultados que no existe diferencia estadísticamente significativa en niveles de ansiedad entre carrera, género y edad de los estudiantes.

Serrano, Rojas & Ruggero (2013) realizaron una investigación titulada *Depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios*. El objetivo general de la presente investigación fue correlacionar el rendimiento académico con las variables de ansiedad y depresión. El diseño que utilizaron fue transversal de tipo correlacional. La muestra corresponde a 218 alumnos de las licenciaturas en Psicología, Educación y Trabajo Social, de la Facultad de Ciencias de la Conducta de la Universidad Autónoma del Estado de México; con edades que oscilan generalmente entre los 19 y los 25 años, mujeres en su mayoría, solteras y con promedios generales con un rango de entre 7.5 y 9.7, quienes fueron clasificadas de acuerdo con su rendimiento académico en alto de 8.0 a 10.0 puntos y bajo de 7.9 hacia abajo. Para la recolección de datos trabajaron con el Inventory of Depression and Anxiety Symptoms (IDAS). De acuerdo al Instrumentos los resultados arrojan de los 19 factores, 6 correlacionaron significativamente con la variable de rendimiento académico, esto es, de los 7 factores del IDAS indicadores de Depresión respecto del rendimiento académico, sólo 4 factores se presentan como significativos en su correlación, lo cual significa que 57% de indicadores de depresión correlacionaron con rendimiento académico; mientras que de los 12 indicadores del factor Ansiedad respecto del rendimiento académico, sólo 2 se presentan como significativos en su correlación, es decir 16.6%. Sin embargo, los investigadores refieren aún es innegable que tanto el ansioso como el depresivo presentan dificultades en su trabajo, con su rendimiento escolar, en su grupo social. Tienen pérdida de la capacidad de

experimentar placer (intelectual, estético, alimentario o sexual). El depresivo es un agobiado en busca de estímulo. Un ansioso, en busca de calma.

Fonseca, Paino, Sierra, Lemoz & Muñiz (2012) realizaron una investigación titulada *Propiedades Psicométricas del Cuestionario de ansiedad Estado- Rasgo (STAI) en Universitarios*. El objetivo de ese trabajo fue evaluar las propiedades métricas del Inventario de ansiedad estado-rasgo (STAI) en universitarios españoles. El diseño que utilizaron fue transversal de tipo descriptivo. La muestra formaron un total de 588 participantes pertenecientes a distintos estudios de la Universidad de Oviedo: Magisterio, Criminología, Psicología, Medicina, Logopedia, Informática, Economía y Fisioterapia. Para la recolección de datos utilizaron el Cuestionario de ansiedad estado-rasgo STAI (1970). Los resultados mostraron que un porcentaje elevado de la muestra informó de algún síntoma de ansiedad relacionado con cansancio, preocupación, tristeza, angustia o nerviosismo. Las puntuaciones del STAI presentaron adecuadas propiedades psicométricas. El coeficiente alfa de Cronbach para la puntuación total fue 0,93. El análisis de la estructura interna del cuestionario mediante un análisis de ecuaciones estructurales de tipo exploratorio arrojó una posible solución tridimensional o tetradimensional. Se encontraron diferencias estadísticamente significativas en las puntuaciones medias de ansiedad rasgo en función del sexo y la edad. Estos resultados son similares a los encontrados en la literatura previa e indican que el STAI es un auto informe sencillo, breve y útil para la valoración de la sintomatología ansiosa.

Carrillo (2008) realizó una investigación que tuvo como objetivo determinar los niveles de ansiedad y medida fisiológica de los estudiantes universitarios identificados como ansiosos en la Unidad de Atención y Asesoría Psicológica de la Universidad

Autónoma de la Ciudad Juárez-México. Siendo una investigación de enfoque cuantitativo, con un diseño correlacional no experimental. El procedimiento de muestreo fue voluntario correspondiendo a 32 estudiantes voluntarios. Para la recolección de datos utilizó tres pruebas psicológicas : Inventario de Rasgo- Estado (IDARE), Escala de Ansiedad para adultos (AMAS) , Cuestionario de Salud General (GHQ) y Software computacional Freeze-Framer de medición fisiológica. Los resultados indicaron en las mujeres (53.1%), que el 88.2% presentó niveles altos de ansiedad estado y 70.6% en ansiedad rasgo. Por otro lado, en los hombres (46.9%), el 46.7% reportó niveles altos de ansiedad estado y 33.3% en ansiedad rasgo. Es decir, que existe mayor ansiedad en el sexo femenino que en el masculino en ansiedad estado y rasgo. Sin embargo se encontró diferencias significativas en ansiedad estado en mujeres más que en hombres.

Fereira & Olivares (2007) presentaron la investigación titulada *Niveles de ansiedad en estudiantes de psicología durante el proceso de elaboración del trabajo especial de grado*, que tuvo como objetivo determinar los niveles de ansiedad en la población antes mencionada. El diseño que utilizaron fue no experimental de tipo descriptivo. Transaccional. La muestra estuvo comprendida de 128 estudiantes de psicología de la Universidad Rafael Urdaneta (Venezuela) cursantes de las cátedras seminario de tesis I y tesis II, la cual estuvo conformada por estudiantes de género masculino y femenino desde los 18 años hasta los 50 años de edad. y el Instrumento que utilizaron fue el Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado. Los resultados que encontraron que la población general presentó ansiedad total media, presentándose manifestaciones psicológicas y en cuanto a la ansiedad rasgo y estado en relación a la cátedra resultó ansiedad rasgo muy alto en tesis II.

Flores, Jiménez, Pérez, Berenice & Zaira (2007), ejecutaron una investigación titulada *Depresión y ansiedad en estudiantes universitarios*, que tuvo como objetivo encontrar la relación entre la ansiedad y la depresión como predictores en los estudios. El diseño que utilizaron fue transversal de tipo correlacional. La muestra corresponde a 80 estudiantes de la carrera de Psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala (México), 20 de primer semestre, 20 de tercero, 20 de quinto y 20 de séptimo; 10 hombres y 10 mujeres por cada semestre, el rango de edad fue de 16 a 28 años de edad. Para la recolección de datos utilizaron los instrumentos: El Inventario de Depresión de Beck y Test de Hamilton. Obteniendo los puntajes más altos de ansiedad en las mujeres de séptimo semestre siendo el promedio de 28.70 a diferencia de los hombres que obtuvieron el menor puntaje de ansiedad con un promedio de 22.30. Al igual que en la depresión, las mujeres del quinto semestre obtienen mayor promedio de 35.60, siguiendo los hombres de primer semestre con un 33.40 de promedio, mientras que las mujeres de primer semestre son las menos depresivas con un 25.30 y los hombres menos depresivos son los de séptimo semestre con 26.60 de promedio. Sin embargo, pese a las pequeñas diferencias, los resultados estadísticos demuestran que los niveles de ansiedad y depresión no son altos de acuerdo a los datos obtenidos de ambas pruebas, considerando un factor importante la cantidad de la muestra que fue evaluada.

### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

Garavito (2017) ejecutó una investigación sobre *Mindfulness y ansiedad en estudiantes de una Universidad privada de Lima Metropolitana*, la cual fue desarrollada bajo un diseño transversal de tipo correlacional. La muestra fue conformada por 102 estudiantes universitarios, cuyas edades oscilaron entre 16 y 21 año de edad, perteneciendo a la carrera de Psicología (38.2%), la carrera de



Comunicaciones (19.6%) y las carreras de Derecho, Lingüística y Literatura (5.9%). Para la recolección de datos el autor aplicó el Inventario de Rasgo- Estado (IDARE) y el cuestionario de las Cinco Facetas del Mindfulness- Five Facet Mindfulness Questionnaire (FFMQ). Los resultados que presentó demuestran que se hallaron correlaciones inversas significativas entre el puntaje total de Mindfulness y las escalas de ansiedad rasgo y ansiedad estado. Siendo en ambos casos una correlación moderada, según el criterio de Cohen (1988), pero mayor en el caso de la ansiedad rasgo. Esto indica que un mayor puntaje en Mindfulness está asociado a un menor puntaje tanto de la ansiedad rasgo como de la ansiedad estado.

Kuba (2017) realizó una investigación sobre la *Relación entre creencias irracionales y ansiedad social en estudiantes de la facultad de psicología de una universidad privada Lima Metropolitana*, que tuvo como objetivo conocer la relación entre ambas variables en la población antes mencionada. El diseño que utilizó fue transversal de tipo correlacional. La muestra corresponde a la totalidad de la población que está constituida por 124 alumnos, pertenecientes al pre-grado de la facultad de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana cuyas edades oscilan entre los 18 años hasta los 28 años de edad. Para la recolección de datos utilizó el Inventario de Creencias Irracionales de Albert Ellis y Cuestionario de Ansiedad Social para Adultos (CASO - A 30). Los resultados indicaron que existe una relación moderada entre las Creencias Irracionales y la Ansiedad Social en estudiantes de la Facultad de Psicología pertenecientes a una Universidad Privada de Lima Metropolitana.

Becerra & Pachamora (2015) presentaron una investigación titulada *Ansiedad y depresión en estudiantes de la Universidad Peruana Unión, 2015*, cuyo objetivo era

determinar si existe relación significativa entre ambas variables en los estudiantes de dicha universidad. Esta investigación es no experimental transversal de tipo descriptivo correlacional. La muestra corresponde a 292 alumnos de ambos sexos, en las edades entre de 16 a 25 años, siendo 56 (19,12%) de Psicología, 58 (19,94%) de Contabilidad, 60 (20,41%) de Marketing, 28 (9,74%) de Administración, 14 (4,92%) de Asistencia Gerencial, 34 (11,60%) de Ingeniería de Sistemas y 42 (14,37%) de Ingeniería Ambiental de la Universidad Peruana Unión, filial Tarapoto. Para la recolección de datos los investigadores aplicaron Inventario de Ansiedad en Estudiantes Universitarios (GAP), Inventario de Beck adaptado (BDI - IIA). Los resultados que presentó demuestra que la ansiedad se relaciona significativamente con la depresión en los estudiantes, es decir a mayor nivel de ansiedad mayor nivel de depresión.

Collado (2014) realizó una investigación titulada *Comparación de los niveles de ansiedad en estudiantes de las carreras profesionales de derecho, ingeniería, medicina humana, y psicología de instituciones particulares y estatales de Lima Metropolitana*. El diseño de investigación fue descriptivo comparativo. La muestra corresponde a 320 estudiantes universitarios de las carreras profesionales de Derecho, Ingeniería Civil, Medicina Humana y Psicología (160 mujeres y 160 varones) de 4 universidades (2 nacionales y 2 particulares). Para la recolección de datos utilizó el Inventario de Ansiedad Rasgo- Estado (IDARE). Los resultados muestran que no existen diferencias significativas en relación a los tipos de universidades. En relación a la ansiedad estado estudiantes de universidades nacionales y privadas de la carrera de Psicología según género femenino y masculino evidencia diferencias significativas; A diferencia de la ansiedad rasgo donde no se hallaron diferencias significativas entre estudiantes varones de Psicología pertenecientes a una universidad nacional y particular.

Dominguez, Villegas & Sotelo (2012) ejecutaron una investigación sobre la *Revisión Psicométrica del Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE) en una muestra de universitarios de Lima Metropolitana*, que tuvo como objetivo obtener evidencias de validez que apoyen su uso en población universitaria. El diseño que utilizaron fue investigación instrumental, destinada a la adaptación y estudio de las propiedades psicométricas de un test (León & Montero, 2002). La muestra fue intencional de 133 estudiantes del primer año de dos carreras profesionales del área de Salud de una universidad Estatal de Lima Metropolitana, de los cuales 53 fueron varones (39.8%) y 80 mujeres (60.2%), con edades comprendidas entre 16 a 24 años, a quienes se le aplicó la prueba y se obtuvo como resultado indicadores de confiabilidad aceptables a través del método de consistencia interna (Alpha de Cronbach), así como evidencia de validez factorial y de validez convergente. Concluyendo que el IDARE es un instrumento válido y confiable para evaluar la ansiedad en población universitaria.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Definición de Ansiedad**

Según el Diccionario de la Real Academia Española, el término ansiedad proviene del latín “anxietas”, refiriendo un estado de agitación, inquietud o zozobra del ánimo, siendo una de las sensaciones más frecuentes del ser humano.

MINSA (2011) definió a la ansiedad como una sensación de inquietud, terror, o de malos presagios. También se le llama tensión o estrés, y popularmente se le conoce como nerviosismo o tembladeras.

Según el CIE 10, la ansiedad está considerada dentro de los trastornos neuróticos secundarios a situaciones estresantes y somatomorfos, en los cuales son frecuentes las mezclas de síntomas.

Barlow (2001) citado por Idrogo (2005) mencionaron que la Asociación Psiquiátrica Americana (APA) consideró a la ansiedad como “un estado de ánimo caracterizado por un fuerte afecto negativo, síntomas corporales de tensión (opresión en el pecho, sudoración, taquicardia, piloerección, hiperventilación e hipertensión) y aprehensión respecto al futuro” (p.15).

Estos son algunos autores destacados que conceptualizan la ansiedad:

Dominguez, Villegas, Sotelo & Sotelo (2012) mencionaron que Spielberger definió la ansiedad como una reacción emocional desagradable que ocurre en función a un estímulo externo, el cual es considerado como amenazador por el sujeto, lo que produce cambios fisiológicos y conductuales. Posteriormente redefine el término ansiedad como una reacción o estado de displacer que es distinto de otros estados por una combinación de experiencias y cambios fisiológicos, comprendiendo además sentimientos de intranquilidad, tensión y aprensión.

Por otro lado, Barlow (1993) definió a la ansiedad como un estado de ánimo enfocado a una situación a futuro, que está asociado a una expectativa amenazante o de peligro generándole inquietud en sus pensamientos, cuerpo o en las situaciones sociales. Considerando el término ansiedad como una estructura cognitiva-afectiva coherente dentro de nuestro sistema defensivo y

motivacional Garavito (2017) citado por Barlow (2000). Por tanto, Barlow (1993) refirió que una persona ansiosa suele experimentar sensibilidad a situaciones o personas amenazantes, siendo una sensación inconsciente considerándolas como catastróficas y reaccionando con evitación a las situaciones o personas que le generen temor (Collado, 2014).

Ros (2004) consideró que la ansiedad es normal en el ser humano, siendo una respuesta automática y primitiva que se produce en el cerebro específicamente en el sistema límbico; Siendo la huida o evitación los síntomas típicos de la ansiedad generados por un suceso real, a diferencia cuando no ocurre y es creado o imaginado por la misma persona, generándole bloqueo e indefensión.

Lazarus (1976) citado por Virues (2005), señaló que la ansiedad es un fenómeno que en bajos niveles suele mejorar el rendimiento y adaptación al entorno social, laboral y académico. Actuando frente a situaciones amenazantes de forma necesaria como evitar, neutralizar, asumir y afrontarlo adecuadamente.

Por otro lado, Perls & Baumgardner (2006) indicaron que la ansiedad está relacionada con una experiencia de modo interno que todavía no ocurre, pero que la persona presiente y teme. En este caso, la fantasía y autosugestión está correlacionado con la ansiedad, manifestándose como resultado la evasión.

Por tanto, los diferentes autores manifestaron que la ansiedad es implicada en un triple sistema de respuestas, que son a nivel fisiológico, cognitivo y conductual (Carrillo, 2008).

### **2.2.2. Enfoques de la ansiedad**

Según Cullen (1783) citado por Sarudiansky (2013), el término ansiedad fue introducido, formalmente, en la literatura médica por el médico escocés William Cullen en el año 1769, haciendo referencia a enfermedades de los sentidos y del movimiento. Para describir una aflicción del sistema nervioso (Carrillo, 2008).

Durante el estudio de la ansiedad, se han encontrado diversas formulaciones; mencionando en ésta investigación las más resaltantes desde la línea psicodinámica, existencialista, conductista, psicométrico y cognitivo.

#### **Enfoque psicodinámico.**

El principal representante de este enfoque, Freud en el año 1917, menciona que el Yo está justo en el centro de grandes fuerzas; la realidad, siendo la sociedad representada por el Super yo y la biología representada por el Ello. Manifestando que cuando estas dos instancias establecen un conflicto sobre el Yo, es probable que uno se sienta amenazado. A la cual esta sensación es llamada ansiedad y se considera como una señal del Yo que indica necesidad de sobrevivir, protección y cuando se trascurre a todo el cuerpo se considera como una señal de que el mismo está en peligro (Carrillo, 2008).

En tanto su preocupación por explicar éste fenómeno, consideró el concepto de ansiedad como posición central, que aparece como un estado emocional caracterizada por actividades motoras y una sensación de malestar percibida por el individuo; tal estado se produce por la incapacidad del “yo” para reprimir impulsos que por su naturaleza le resultan impropias. Deduciendo luego que la ansiedad no es más que una señal de peligro para el organismo. (Ansorena, Cobo & Romero, 1983). Por tanto según ésta teoría, manifiesta que se produce una lucha entre el rigor del Super yo y los instintos prohibidos del ello, donde para el ser humano se desencadena un estado de ansiedad. (Carrillo, 2008).

Freud (1984) citado por Casado (1994), posteriormente habló de tres tipos de ansiedades: la primera es la ansiedad de realidad, pudiéndolo llamar coloquialmente como miedo. De hecho, Freud habló específicamente de la palabra miedo, pero sus traductores consideraron la palabra como muy mundana. Podríamos entonces decir que, si uno está en un pozo lleno de serpientes venenosas, uno experimentará una ansiedad de realidad. La segunda es la ansiedad moral y se refiere a lo que sentimos cuando el peligro no proviene del mundo externo, sino del mundo social interiorizado del Super yo. Es otra terminología para hablar de la culpa, vergüenza y el miedo al castigo.

La última es la ansiedad neurótica. Esta consiste en el miedo a sentirse abrumado por los impulsos del Ello. Si en alguna ocasión usted ha sentido como si fuésemos a perder el control, su raciocinio o incluso su mente, está experimentando este tipo de ansiedad. “Neurótico” es la traducción literal del latín que significa nervioso, por tanto podríamos llamar a este tipo de ansiedad,

ansiedad nerviosa. Es este el tipo de ansiedad que más interesó a Freud y nosotros le llamamos simple y llanamente ansiedad.

### **Enfoque existencialista.**

May (1996) citado por Carrillo (2008), mencionó que el enfoque existencialista, el origen de la ansiedad reside en la amenaza a los valores, pudiendo ser: física, psicológica, al entorno o lo que sentimos como el amor.

Por consiguiente, se considera que el hombre elige la naturaleza de su propia existencia. Teniendo la capacidad de elección y la que nos responsabiliza de nuestra propia vida y a lo que Heidegger lo denomina fuente de culpa en el caso de no ejercitarla (Tobías & García, 2009).

Por tal motivo, la ansiedad desde el punto de vista de Heidegger, considera que es necesaria para obtener una vida auténtica, que implica libertad en las decisiones que experimente con la vida, compitiendo y logrando objetivos propios y no bajo régimen de la sociedad u otras personas. Ya que entrar en lo desconocido genera ansiedad por ejercitar la libertad y hace que uno sea responsable de las consecuencias de elegir una vida auténtica. Por consiguiente, el hombre que se considera libre, no puede culpar ni a Dios, ni a los padres, ni a los genes, ni a la sociedad, ni a ninguna otra cosa por lo que ha llegado a ser.

Así mismo May propuso que tener miedo a la libertad, es reducir o eliminar la capacidad de elección y libertad personal, considerando esta situación como ansiedad neurótica.



### **Enfoque conductual.**

Skinner (1979) citado por Carrillo (2008), refirió que la ansiedad es el miedo a un evento inminente, que implica respuestas emocionales ante un estímulo aversivo condicionado. Por tanto, consideró a la ansiedad como una conducta que solamente se pone de manifiesto cuando un estímulo precede a ser como un estímulo aversivo, con un intervalo de tiempo extenso para generar cambios en la conducta.

Por otro lado, Eysenck en su teoría manifiesta que la ansiedad es generada por una predisposición genética y una vulnerabilidad a factores constitucionales, considerando 3 dimensiones de la conducta; extraversión, neuroticismo y psicotismo, estando cada una de ellas relacionada con los motores de la conducta (Pueyo, 1997). Y Bandura en su teoría de aprendizaje social, refiere que las respuestas de ansiedad se dan a través de estímulos condicionados, siendo reforzadas por otras personas mediante el condicionamiento vicario u observacional. Por tanto, concluyó que la ansiedad se desarrolla no solo a través de la experiencia o información directa de acontecimientos traumáticos, sino a través del aprendizaje observacional de las personas significativas al entorno (Virues, 2005).

Las teorías conductistas, consideran que la ansiedad es el resultado de un proceso condicionado donde se ha aprendido erróneamente a asociar estímulos favorables o desfavorables adoptando así una connotación que se va mantener posteriormente. En un inicio de modo neutro pero con acontecimientos traumáticos y amenazantes, de manera que en cada contacto con el estímulo

neuro se desencadena como resultado la ansiedad (Belloch, Sandín & Ramos, 2015).

### **Enfoque cognitivo.**

Beck (1990) citado por Ferreira & Olivares (2007), representante del enfoque cognitivo, refirió que la ansiedad procede de un contexto cognitivo hiper valorado a través de pensamientos distorsionados, etiquetando mentalmente la situación afrontando con un estilo y conducta determinada.

Por tanto, Beck (1997) citado por Carrillo (2008), concluyó que es un estado emocional subjetivamente desagradable, interpretando aquello como una señal de alarma y una amenaza para su salud física o psíquica, a lo que genera respuestas neurofisiológicas como tensión, nerviosismo, palpitaciones cardíacas, temblor, náuseas y vértigo desencadenando así la ansiedad.

Así mismo Sandín & Chorot (1995), manifestaron que la ansiedad es una respuesta del organismo que se desencadena ante una situación de amenaza cuyo resultado puede ser de huida o agresión. Considerando una ansiedad clínica o patológica, cuando el estímulo presentado es inofensivo y conlleva una compleja respuesta de alerta, cuando los niveles de alerta persisten y cuando la ansiedad interfiere en el rendimiento de la persona y sus relaciones sociales. (Piqueras, Martínez, Ramos, Rivero, García & Oblitas, 2008).

Igualmente, Beck & Emery (1990) plantearon que la ansiedad representan respuestas complejas en cuatro aspectos. La primera el aspecto cognitivo que es donde percibe y aprecia algún evento amenazante, el segundo

aspecto es emocional, que al apreciar una amenaza dependerá del miedo y de la intensidad que la persona sienta para salir de dicha situación, el tercer aspecto es el conductual, siendo el modo de actuar bien actuando o paralizándose y el cuarto aspecto es fisiológico donde se presentan síntomas fisiológicos como palpitaciones, taquicardias, sudoración y temblores.

Por tanto, la ansiedad desde la perspectiva psicológica, es vista de manera integral considerando el pensamiento, la emoción, la conducta y manifestaciones fisiológicas u orgánicas, siendo elementos claves en el rendimiento laboral (Ferreira & Olivares, 2007).

### **Enfoque psicométrico-factorial.**

El primer intento sistemático para medir e identificar la ansiedad, lo realizó Raimond Cattell, destacando en muchos de sus trabajos expuestos la existencia de dos factores relativos a la ansiedad; siendo ansiedad rasgo y ansiedad estado. Denominando al factor ansiedad estado por la aparición de una serie de respuestas altamente correlacionadas y que se produce en un tiempo determinado. Sin embargo, cuando el estado ansiedad es consistente y prolongado, se denomina “ansiedad rasgo” como lo que Cattell denomina, constituyendo uno de los factores de la personalidad del sujeto. Pudiendo ser medidas ambos a través de cuestionarios (Ansorena, Cobo & Romero, 1983).

El segundo modelo fue de Spielberger, quien rescató los trabajos de Cattell y de Lazarus y establece los pilares principales de su teoría del “estado-rasgo-proceso”, mediante la presentación de algunos trabajos elaborados por él, incluye el Inventario de Ansiedad Estado Rasgo – “STAI”.

Sin embargo, Spielberger tiene la necesidad de clarificar las relaciones entre estos tres conceptos: La ansiedad como estado, la ansiedad como un estado complejo que incluye el miedo y el estrés, por último, la ansiedad como un rasgo de personalidad. Analizó cada uno de estos tres conceptos y llegó a la conclusión de que es erróneo considerar a la ansiedad como un todo unitario. Definiendo a la ansiedad la ansiedad como una secuencia compleja de hechos cognitivos, afectivos y comportamentales evocada por algunas formas de estrés (Ansorena, Cobo & Romero, 1983).

### **2.2.3. Síntomas de ansiedad**

Jarne, Talarn, Armayones, Horta y Requena (2006) indicó que la ansiedad se distingue en tres áreas y que repercute en la salud de las personas.

En el área cognitiva, se manifiesta mediante un temor al peligro, sentimientos pesimistas, malestar difuso, déficit de atención, memoria y concentración.

En el área de conducta o también llamado relacional, se presenta irritabilidad, inquietud, discusiones, temblores, tensión familiar o ambiental.

En el área somática, comprende de hiperventilación vegetativa. Siendo conjunto de síntomas que incluyen los trastornos del sueño, del apetito, los cambios en el peso y el cansancio o fatiga.

Por otro lado, Rodríguez (2008), señaló manifestaciones de signos y síntomas de la ansiedad que afectan al ser humano siendo éstas psicofisiológicos, cognitivos y motores.

Los Síntomas Psicofisiológicos en el Sistema nervioso pueden presentar: Cefaleas, mareos, vértigo, alteraciones visuales, amnesia.

En el sistema autónomo simpático, pueden presentar sofoco, sensación de calor, sudoración excesiva, sequedad de boca, rubor facial, escalofríos. En el Sistema cardiovascular puede generar taquicardia, palpitaciones, hipertensión arterial, opresión torácica.

En el sistema respiratorio podría presentarse dificultades para respirar (disnea), respiración acelerada y/o superficial (hiperventilación), disfonía. En el Sistema digestivo: Dificultades para tragar (disfagia), dolor abdominal (por acidosis gástrica, digestiones pesadas), náuseas, vómitos, diarrea, estreñimiento.

En el aparato locomotor se puede generar tensión muscular (dolor de espalda, articular o contractural), temblores, hormigueo, parestesias, dificultades de coordinación, fatiga o debilidad muscular y en el Sistema genitourinario se puede presentar disuria, alteraciones del ciclo menstrual (amenorrea o dismenorrea), disminución del deseo sexual, eyaculación precoz o retardada y disfunción eréctil.

Los síntomas cognitivos se pueden presentar como: Preocupación injustificada, intensa y constante. Miedo o temor injustificado, desproporcionado e irracional. Aprensión generalizada. Anticipación temerosa de situaciones evaluadas como amenazantes. Recurrencia de ideas negativas, irracionales e inquietantes (distorsiones del pensamiento).

Disminución del rendimiento en procesos mentales superiores, como atención, concentración, aprendizaje y memoria. Entorpecimiento y dificultades en los procesos de toma de decisiones. Pérdida de la confianza en uno mismo. Indefensión o sensación de pérdida del control sobre el entorno.

Los síntomas motores se pueden presentar como: Inquietud, hiperactividad y movimientos repetitivos (tics nerviosos como rascarse o morderse las uñas), reacciones de sobresalto, irritabilidad, escasa tolerancia a la frustración y agresividad. Tartamudeo y dificultades en la comunicación verbal. Dificultades para la conciliación y el mantenimiento del sueño. Conductas sistemáticas y planificadas de evitación. Retraimiento y aislamiento social. Rituales y comportamientos compulsivos.

Así mismo de conductas de riesgo para la salud, como tabaquismo, abuso de alcohol u otras sustancias psicoactivas.

#### **2.2.4. Diferencia de ansiedad y otros términos.**

##### **Ansiedad y miedo.**

A menudo se ha definido la ansiedad como una emoción cercana al miedo o como un subtipo de miedo.

Uno de los criterios para diferenciar ‘ansiedad’ y ‘miedo’ es el de proporcionalidad. Según esta clave estimativa, el miedo sería una reacción más proporcionada al peligro real que la ansiedad.

Sea como fuere, Tobal y Casado (1999) consideraron que ‘ansiedad’ y ‘miedo’ son sinónimos en la mayor parte de los casos, aunque constatan en la literatura psicológica una preferencia por un término u otro en función de la “peligrosidad real del estímulo”, ponderación ésta, por otro lado, harto compleja, toda vez que la reacción personal depende más de la percepción subjetiva que de la amenaza objetiva.

Por mi parte, y sin pasar por alto la complejidad discriminativa, considero, de acuerdo a una posición ampliamente extendida, que la palabra ‘miedo’ debe reservarse para designar la reacción emocional de temor ante un peligro concreto, real y preciso.

El término ‘ansiedad’, en cambio, se refiere al temor que se experimenta de forma indeterminada, sin presencia de objeto. El miedo es estado tímérico de objeto y la ansiedad de sujeto.

### **Ansiedad y angustia.**

Hay autores que diferencian entre angustia y ansiedad. A grandes rasgos, la angustia sería el estado emocional caracterizado por el sobrecogimiento, la inhibición y el predominio de los síntomas somáticos y viscerales, mientras que la ansiedad se distingue por el sobresalto, la inquietud y la mayor riqueza psíquica. Mas como bien dicen Miguel-Tobal y Casado (1999), en nuestros días al hablar de ansiedad se hace referencia tanto a síntomas psíquicos o cognitivos como a físicos y conductuales, que antaño se atribuían con preferencia a la angustia.

Hoy más bien se separan ambos conceptos según las orientaciones psicológicas. El término ‘ansiedad’ es utilizado sobre todo por la psicología científica y el vocablo ‘angustia’ por la psicología humanista y el psicoanálisis.

### **Ansiedad y estrés.**

Entre ansiedad y estrés hay muchos elementos comunes, lo que hace especialmente difícil su diferenciación. Creo, no obstante, que estamos en condiciones de utilizar el término ‘ansiedad’ para referirnos a la experiencia interior de inquietud y desasosiego carente de objeto. En la ansiedad el temor es difuso, vago.

El término ‘estrés’, en cambio, puede reservarse para designar la sobrecarga emocional que se produce por una fuerza externa prolongada que pone al sujeto al borde del agotamiento.

### **Ansiedad y arousal.**

El arousal es una reacción del organismo ante cualquier forma de estimulación intensa. Es el nivel general de activación, común a las distintas emociones. La ansiedad, por su parte, podría definirse como el arousal provocado específicamente por la percepción de peligro.

La proximidad de la ansiedad a otros conceptos, sobre todo al de estrés, complica nuestra pretensión de calibrar en exclusiva su presencia en los alumnos universitarios. Tampoco podemos pasar por alto la comorbilidad de la ansiedad con otros trastornos, como la depresión.



Como recuerdan Serrano, Rojas y Ruggero (2013), la ansiedad y la depresión frecuentemente se solapan, de tal forma que en la práctica no es extraño observar depresiones con una gran carga de ansiedad o cuadros de ansiedad empañados con sintomatología depresiva.

De cualquier modo, creo que estamos en condiciones de señalar que las principales fuentes ansiógenas en los estudiantes son: el ambiente académico competitivo, la tecnificación, la sobrecarga de tareas, la falta de relaciones sólidas con compañeros o profesores, el horizonte de desempleo, etc.

#### **2.2.5. Factores predisponentes**

##### **Genético.**

Bojorquez (2015), en su investigación manifestó que el 24% de pacientes con trastorno de ansiedad tienen parientes que han padecido ansiedad a comparación de un 2 % de pacientes con ansiedad que tienen parientes sanos. Considerando por tanto la predisposición genética y la alta probabilidad de padecerlo.

##### **Personalidad.**

Según Guillamón en el blog de Clínica de la ansiedad refiere que las personas con niveles elevados de neurocitismo, suelen mostrar miedo, tensión y preocupación, considerándoles inestables emocionalmente, a diferencia de los que presentan bajos niveles de neurocitismo, considerándose personas tranquilas y seguras de sí mismas.

### **2.3. Definición de términos básicos:**

#### **Ansiedad.**

Es una sensación que consiste en una tensión física o psicológica que ocurre ante los inconvenientes de la vida cotidiana, ante temores reales o imaginarios, que llegando a proporciones elevadas afecta de manera negativa a la vida.

#### **Ansiedad estado.**

Es un estado emocional transitorio, que se da en un momento definido en respuesta a un estímulo determinado, sea subjetivo o no.

#### **Ansiedad rasgo.**

Es la tendencia a reaccionar de forma ansiosa, con independencia de la situación de peligro real, siendo una predisposición individual vinculada a la estructura de la personalidad.

#### **Sentir.**

Es la percepción de una sensación proveniente de un estímulo externo o del propio cuerpo. Por lo que permite recibir información y gracias a ella la persona puede saber cómo está el mundo exterior frente a situaciones amenazantes o no.

#### **Tensión.**

Es la acción de fuerzas opuestas a que esté sometido el organismo, siendo la falta de tranquilidad ante una posible amenaza.

**Contrariado.**

Es aquel disgusto que tiene una persona, al notar que algo resulta opuesto a sus ideas, previsiones o intereses.

**Contratiempo.**

Es aquel suceso inesperado que retrasa o impide hacer lo que se desea.

**Relajado.**

Es la reducción de tensión física y/o mental, siendo la sensación de descanso que no exige mucha actividad o esfuerzo. Sentirse calmado.

**Aturdimiento.**

Es la perturbación momentánea de los sentidos que impide razonar o actuar de forma adecuada, teniendo la sensación de no poder resolver un problema ya que parece complicado e imposible.

**Neuroticismo.**

Es una dimensión de la personalidad según Eysenck. Considerando que es el más alto grado de inestabilidad emocional, por lo que unas personas son más propensas a padecer ansiedad, histeria, depresión u obsesión.

**Personalidad.**

Es un conjunto de rasgos y cualidades que determinan la manera de ser de una persona y por ende se diferencia de las demás.

## **CAPÍTULO III**

### **HIPÓTESIS Y VARIABLES DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **3.1. Formulación de hipótesis principal y derivada.**

##### **3.1.1. Hipótesis general**

Ha: Existen diferencias de ansiedad estado/rasgo en estudiantes de una universidad pública y privada, de la ciudad de Lima en el 2017.

Ho: No existen diferencias de ansiedad estado/rasgo en estudiantes de una universidad pública y privada, de la ciudad de Lima en el 2017

##### **3.1.2. Hipótesis específicas**

Ha<sub>1</sub>: Existen diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino.

Ho: No existen diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino

Ha<sub>2</sub>: Existen diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino.

Ho: No existen diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino.

Ha<sub>3</sub>: Existen diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino.

Ho: No existen diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino.

Ha<sub>4</sub>: Existen diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino.

Ho: No existen diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino.

## **3.2. Variables, definición conceptual y operacional.**

### **3.2.1. Definición conceptual de la variable**

Becerra & Pachamorra (2015) citaron a Spielberger, Gorsuch & Lushene (1999), quienes definieron a la ansiedad estado como el “estado emocional transitorio, modificable con el transcurso del tiempo, caracterizado por sentimientos subjetivos, conscientemente percibidos, de atención y aprensión, hiperactividad del sistema nervioso autónomo, pensamientos molestos y preocupaciones; a las que se han adherido algunos cambios fisiológicos” (p.

24). En relación a la ansiedad rasgo definen como la “propensión ansiosa relativamente estable, siendo ésta una disposición, tendencia o rasgo, caracterizada por los individuos con predisposición a percibir las situaciones como amenazadoras” (p. 25).

### 3.2.2. Definición operacional de la variable

Operacionalmente la ansiedad estado/rasgo será medida a través de las 40 preguntas del Inventario IDARE; Siendo 10 ítems de la escala directa y 10 ítems de la escala invertida, con un total de 20 preguntas correspondientes a la Ansiedad estado y 13 ítems de la escala directa y 7 ítems de la escala invertida, con un total de 20 preguntas correspondientes de la ansiedad rasgo. Según el inventario para obtener la ansiedad Estado es mediante la fórmula  $AE (A-B)+50$  y en la ansiedad Rasgo la fórmula es  $AR (A-B)+35$ . Siendo aplicada para todas las poblaciones universitarios de Lima.

### 3.2.3. Operacionalización de la variable, dimensiones e indicadores

*Operacionalización de la variable ansiedad*

Variable	Dimensiones	Ítems	Niveles
Ansiedad	Ansiedad Estado	3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18  1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20	Alto: > 45 Medio: 30-44 Bajo: < 30
	Ansiedad – Rasgo	22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 38, 40  21, 26, 27, 30, 33, 36, 39	Alto: > 45 Medio: 30-44 Bajo: < 30

## **CAPÍTULO IV**

### **METODOLOGÍA**

#### **4.1. Diseño metodológico**

La investigación es de diseño “descriptivo comparativo”. De acuerdo a Hernández, Fernández & Baptista (2010), se usa cuando se tiene el propósito de conocer y establecer comparaciones entre las medias de ansiedad estado /rasgo en estudiantes de una universidad pública y una privada. Por otro lado, es de tipo no experimental transversal, pues la variable de estudio no fue modificada, buscando mantener y captar la variable en su estado natural. Asimismo, es transversal, pues se buscó recolectar datos en un solo momento, en un tiempo único (Hernández, et al., 2010).

#### **4.2. Diseño muestral**

La población considerada para la investigación fue de 147 estudiantes de la Escuela de Psicología Humana de una universidad pública y una universidad privada de Lima Metropolitana.

La muestra estuvo conformada de la siguiente forma: En la universidad pública estuvo conformada por 30 estudiantes del IX ciclo (26 mujeres y 04 hombres) y 40 estudiantes del X ciclo (36 mujeres y 04 hombres).

En la universidad privada estuvo conformada por 31 estudiantes del IX ciclo (23 mujeres y 08 hombres) y 46 estudiantes del X ciclo (39 mujeres y 07 hombres).

El tipo de muestreo que se utilizó para la investigación fue de tipo no probabilístico intencional, ya que el procedimiento no es mecánico ni con base en fórmulas de probabilidad, sino que depende del proceso de toma de decisiones y criterios del investigador (Hernández, et al., 2010).

#### **4.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad**

La técnica de recolección de datos fue realizado mediante la encuesta y aplicación del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE).

A continuación, se procederá a explicar más detalladamente sobre el instrumento.

##### **4.3.1. Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE).**

El Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) fue construido por Spielberger, Gorsuch & Lushene (1970) con el propósito de disponer de una escala relativamente breve y confiable para medir las dos dimensiones básicas de la ansiedad: Como ansiedad rasgo (ansiedad personal) percepción de las situaciones como amenazadoras y que se elevan consecuentemente. Y como ansiedad estado siendo la condición emocional transitoria, caracterizándose por



sentimientos subjetivos conscientemente percibidos en el sistema nervioso autónomo (Domínguez, 2012).

La versión en español del inventario fue publicada el 1975 por Spielberger, Martínez, Gonzales, Natalicio & Díaz con la asistencia de psicólogos en 10 países latinoamericanos, incluyendo al Perú. Siendo utilizada en la medición de ansiedad en estudiantes de secundaria, universitarios y de bachillerato, tanto como en pacientes neuropsiquiátricos, médicos y quirúrgicos (Spielberger & Díaz-Guerrero, 1975).

Consta de un total de 40 reactivos. La cual comprende dos dimensiones básicas de la ansiedad: Como rasgo (Ansiedad personal) con 13 reactivos directos y 7 reactivos inversos, teniendo en cuenta las categorías para la escala Ansiedad rasgo son 1-casi nunca, 2-algunas veces, 3-frecuentemente y 4-casi siempre y como Ansiedad estado (Estado actual) con 10 reactivos directos y 10 reactivos inversos, teniendo en cuenta las categorías para la escala Ansiedad Estado son 1-no totalmente, 2-un poco, 3-bastante, 4-mucho (Spielberger& Díaz-Guerrero, 1975).

Las puntuaciones para ambas escalas varían desde una puntuación mínima de 20 a una máxima de 80 en progresión con el nivel de ansiedad. La aplicación de la prueba puede ser individual o grupal, con el fin de medirla ansiedad en adultos, estudiantes de secundaria y de bachillerato, tanto como en pacientes neuropsiquiátricos, médicos y quirúrgicos (Spielberger & Díaz-Guerrero, 1975).

La confiabilidad del Inventario fue calculada en el año 1967 por Spielberger, et al., siguiendo la metodología test retest con una población de 484 estudiantes universitarios no graduados, en una muestra de estudiantes, 231 mujeres y 253 hombres de la Universidad Estatal de Florida.

En la escala Ansiedad Rasgo resultó significativamente alta entre 0.73 y 0.86, a diferencia de la Escala Ansiedad Estado que tienden a ser bajos entre 0.16 y 0.54, siendo un resultado esperado debido a que la escala es diseñada para factores situacionales (Spielberger & Díaz-Guerrero, 1975).

Para validar el Inventario, se correlacionó la Escala rasgo con otros inventarios de ansiedad como la Escala de Ansiedad (IPAT) de Cattell & Scheier (1963), la Escala de Ansiedad Manifiesta (TMAS) de Taylor (1963) y la lista de adjetivos (AACL) de Zuckerman (1960). Se encontró que las correlaciones eran moderadamente altas entre 0.75 y 0.77, tanto para estudiantes universitarios como para pacientes (Spielberger & Díaz-Guerrero, 1975).

Para validar la escala de Ansiedad Estado, fue con una muestra de 977 estudiantes no graduados (332 hombres y 645 mujeres) de la Universidad Estatal de Florida. Se encontró que la calificación en la escala era más alta, tanto para hombres como para mujeres. (Spielberger & Díaz-Guerrero, 1975).

Respecto a la población Peruana Dominguez, en el año 2012, realizó una Revisión Psicométrica del Inventario de Ansiedad Estado Rasgo. Analizando la consistencia interna usando el método Alpha de Cronbach. En la Ansiedad

Estado obtuvo un total de 0.908 y en la Ansiedad Rasgo fue un total de 0.874, siendo en ambas altamente significativas.

En la validez del inventario utilizó el método de componentes principales con rotación promax y el análisis paralelo como técnica de extracción de factores.

Los resultados indicaron una estructura factorial de los dos componentes diferenciados (ausencia y presencia de ansiedad), obteniendo en la ansiedad Estado el 48.608% y en la Ansiedad Rasgo el 42.110% de la varianza.

#### **4.4. Técnicas estadísticas utilizadas en el análisis y procesamiento de la información**

Para realizar el procesamiento de información recogida a través del Inventario seleccionado, se realizó el basado de datos utilizando el programa Microsoft Excel y mediante el programa de análisis predictivo SPSS en su versión 23, se utilizó para realizar operaciones estadísticas y análisis específicos.

En primera instancia, se empleó el estadístico Kolmogorv-Smirnov (K.S) para determinar si las muestras se ajustan a una distribución normal o no, y con ello determinar el estadístico comparativo a emplear. En éste caso, la distribución se ajusta a la normal, por ello se empleó el estadístico comparativo T de Student.

Posterior a ello se utilizaron distribución de frecuencias y tablas comparativas para dar respuesta a los objetivos específicos, en donde se busca comparar la variable con las dos muestras.

#### **4.5. Aspectos éticos contemplados**

Los aspectos éticos de la presente investigaciones están fundamentados en la validez y confiabilidad del instrumento aplicado a la muestra poblacional. Según se menciona en el Capítulo IV y Art. 28º del código de ética de trabajo de investigación de los Psicólogos.

Esta investigación muestra resultados veraces, sin ninguna alteración que corresponda a intereses particulares de la investigadora o de alguna institución.

La muestra poblacional se fundamenta en las características de los (as) estudiantes de universidades pública y privada, con el objeto de esta investigación, además del consentimiento informado de cada uno de los estudiantes.

Los resultados obtenidos ponen de manifiesto la transparencia cuantitativa poniendo de manifiesto el valor ético de la investigadora, desde el punto de vista filosófico y psicológico.

Finalmente, en cuanto al contacto con la Institución universitaria privada, se realizaron todos los procedimientos formales y coordinaciones, que dan transparencia al proceso. En relación a la Institución universitaria pública, se realizó de manera voluntaria por cada uno de los participantes.

## CAPÍTULO V

### RESULTADOS, ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

#### 5.1. Análisis descriptivos tablas de frecuencia.

A continuación, se procede a explicar de manera descriptiva, datos relacionados a la variable y muestras de estudio.

Tabla 1 *Distribución de frecuencia de la población*

	Sexo del evaluado	
	f	%
Masculino	23	15,6
Femenino	124	84,4
Total	147	100,0

La tabla 1 nos muestra el total de la población, siendo representado por un 84.4% de mujeres (124 del sexo femenino) y 15.6% de hombres (23 del sexo masculino), llegando al total de la muestra poblacional de 147.

Tabla 2 *Distribución de frecuencia por universidad*

	Universidad	
	f	%
Publica	70	47,6
Privada	77	52,4
Total	147	100,0

En la tabla 2 se observa que el 52.4% (77 estudiantes) está conformada por estudiantes de la universidad privada y el 47.6 % está conformada por 70 estudiantes, llegando al total de la muestra poblacional de 147.

Tabla 3 *Distribución de frecuencias de niveles de ansiedad estado*

	Ansiedad estado	
	F	%
Alto	44	29,9
Total	147	100,0

En la tabla 3 se observa que existe una mayor predisposición en la dimensión ansiedad estado, representado a nivel Medio con 36.1% (53), seguido de los estudiantes con nivel Bajo 34.0%(50) y por último el nivel Alto 29.9%.(44).

Resaltando la importancia de trabajar los puntos bajos.

Tabla 4 *Distribución de frecuencias de niveles de ansiedad rasgo*

	Ansiedad Rasgo	
	F	%
Alto	48	32,7
Total	147	100,0

En la tabla 4 observamos que la mayoría de estudiantes tienen Nivel de Ansiedad Rasgo Medio 36.1% (53), seguido de un 32.7% (48) en nivel alto y finalmente el 31.3% (46) en el nivel bajo.

Tabla 5 *Distribución por nivel de ansiedad estado por tipo de universidad*

		Ansiedad Estado	
Tipo de universidad	Nivel	F	%
Privada	Bajo	30	39,0
	Medio	21	27,3
	Alto	26	33,8
	Total	77	100,0
Pública	Bajo	20	28,6
	Medio	32	45,7
	Alto	18	25,7
	Total	70	100,0

Nota: n= 147; f= frecuencia de datos observados; % = porcentaje de casos observados.

En la tabla 5 observamos que la mayoría de estudiantes de la universidad privada tienen Nivel de Ansiedad Estado Bajo 39.0% (30), seguido de los estudiantes con nivel Alto 33.8% (26) y luego los que tienen nivel Medio 27.3% (21). Mientras que en los estudiantes de universidad pública la mayoría tienen nivel Medio 45,7% (32) seguido de los que tienen nivel Bajo 28.6% (20) y finalmente los que tienen nivel Alto 25.7% (18).

Tabla 6 *Distribución por nivel de ansiedad rasgo por tipo de universidad*

		Ansiedad Rasgo	
Tipo de universidad	Nivel	F	%
Privada	Bajo	30	39,0
	Medio	24	31,2
	Alto	23	29,9
	Total	77	100,0
Publica	Bajo	16	22,9
	Medio	29	41,4
	Alto	25	35,7
	Total	70	100,0

Nota: n= 147; f= frecuencia de datos observados; % = porcentaje de casos observados

En la tabla 6 podemos observar que el porcentaje de Ansiedad Rasgo es variado: Con respecto a los estudiantes de la universidad privada, la mayoría se encuentra dentro de un nivel Bajo 39.0% (30), seguido de los estudiantes con nivel Medio 31.2% (24) y luego los que tienen nivel Alto 29.9% (23). Por lo contrario en los estudiantes de universidad pública la mayoría tienen nivel Medio 41.4%(29), seguido de los que tienen nivel Alto 35.7% (25) y finalmente los que tienen nivel Bajo 22.9% (16).

## **5.2. Análisis inferencial**

Para poder realizar los estadísticos de comparación, se emplea la prueba K-S (Kolmogorov –Smirnov), con el fin de comprobar el ajuste de la distribución normal. Si  $p \leq 0.05$  entonces los datos no se ajustan a la distribución normal y se aplicaría la prueba U Mann – Whitney; en el caso de que se ajustan a la distribución normal se empleará la prueba T de Student para muestras independientes.

En el caso de la presente investigación se halló lo siguiente:



Tabla 7 Prueba de bondad de ajuste a la curva normal para la variable ansiedad estado/rasgo

Kolmogorov –Smirnov			
Universidad			AE total      AR total
Pública	N		70              70
	Paramétrica Normal	Media	39,44
		D.S	5,970
	Máximas diferencias	Absoluta	,110
		Positivo	,110
		Negativo	-,050
	K-S		,918              ,624
Sig. Asintótica (bilateral)		,368              ,830	
Privada	N		77              77
	Paramétrica Normal	Media	39,05
		D.S	10,244
	Máximas diferencias	Absoluta	,074
		Positivo	,074
		Negativo	-,040
	K-S		,649              ,684
Sig. Asintótica (bilateral)		,794              ,737	

a. La distribución es normal

Podemos observar en la tabla 7, los resultados del estadístico Kolmogorov – Smirnov, no es significativo ( $p > 0.05$ ). Por Tanto el estadístico utilizado fue el T de Student.

### 5.3. Comprobación de hipótesis

#### Hipótesis general:

Ha: Existen diferencias de ansiedad estado/rasgo en estudiantes de una universidad pública y privada, de la ciudad de Lima en el 2017.

Ho: No existen diferencias de ansiedad estado/rasgo en estudiantes de una universidad pública y privada, de la ciudad de Lima en el 2017

Tabla 8 *Prueba de t de Student para comparar las diferencias de ansiedad estado/rasgo en estudiantes de una universidad pública y privada, de la ciudad de Lima en el 2017.*

	Tipo de universidad	N	Media	D.S	T	gl	p
AE total	Pública	70	39,44	5,970	-,279	145	,781
	Privada	77	39,05	10,244			
AR total	Pública	70	42,03	6,347	-,922	145	,358
	Privada	77	40,75	9,860			

En la tabla 8, según la prueba T de Student para muestras independientes no existen diferencias significativas para la dimensión ansiedad estado ( $t = -,279$   $gl = 145$   $p = ,781$ ) y ansiedad rasgo ( $t = -,922$ ,  $gl = 145$ ,  $p = ,358$ ) en estudiantes de una Universidad Pública y Privada. Por tanto se acepta la hipótesis nula.

### **Hipótesis específica 1:**

Ha<sub>1</sub>: Existen diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino.

Ho: No existen diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino.

Tabla 9 Prueba de t de Student para comparar las diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino

	Tipo de universidad	n	Media	D.S	T	gl	p
AE total	Pública	62	39,67	6,137	,052	122	,959
	Privada	62	39,77	10,661			

En la tabla 9, según la prueba T de Student para muestras independientes, se obtuvo que no existen diferencias significativas en la dimensión ansiedad estado ( $t = - ,052$   $gl = 122$   $p = ,959$ ) en estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino. Lo que implica que se acepta la hipótesis nula.

### Hipótesis específica 2:

Ha<sub>2</sub>: Existen diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino.

Ho: No existen diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino.

Tabla 10 Prueba de t de Student para comparar las diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino.

	Tipo de universidad	n	Media	D.S	T	gl	p
AR total	Pública	62	42,37	6,361	-,345	122	,731
	Privada	62	41,85	6,361			

En la tabla 10, según la prueba T de Student para muestras independientes, se obtuvo que no existen diferencias significativas en la dimensión ansiedad rasgo ( $t = - ,345$   $gl = 122$   $p = ,731$ ) en estudiantes de una universidad pública y privada, según

género femenino. Lo que implica que no existen diferencias significativas entre las medias, aceptando la hipótesis nula.

### **Hipótesis específica 3:**

Ha<sub>3</sub>: Existen diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino.

Ho. No existen diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino.

Tabla 11 *Prueba de t de Student para comparar las diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino.*

	Tipo de universidad	n	Media	D.S	T	gl	p
AE total	Pública	8	37,50	4,276	-,473	21	,641
	Privada	15	36,05	7,914			

En la tabla 11, según la prueba T de Student para muestras independientes, se obtuvo que no existen diferencias significativas en la dimensión ansiedad estado ( $t = -,473$   $gl = 21$   $p = ,641$ ) en estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino, por lo que se acepta la hipótesis nula.

### **Hipótesis específica 4:**

Ha<sub>4</sub>: Existen diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino.

Ho: No existen diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino.

Tabla 12 *Prueba de t de Student para comparar las diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino.*

	Tipo de universidad	n	Media	D.S	T	gl	p
AR total	Pública	8	39,38	5,951	-,935	21	,361
	Privada	15	36,20	8,521			

En la tabla 12, según la prueba T de Student para muestras independientes, se acepta la hipótesis nula, porque se obtuvo que no existen diferencias significativas en la dimensión ansiedad rasgo ( $t = -,935$   $gl = 21$   $p = ,361$ ) en estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino.

#### 5.4. Discusión

Los resultados presentados fueron tratados de acuerdo al sistema hipotético planteado en esta investigación, así mismo el proceso de comprobación de la verdad de los enunciados, comparando los niveles de ansiedad estado y rasgo en los estudiantes universitarios de la Carrera de Psicología de una universidad pública y privada de la ciudad de Lima, 2017, a fin de recolectar los datos requeridos que justifiquen y sustenten la investigación.

En este sentido, los resultados del presente estudio al analizar el objetivo general, si existe diferencia de ansiedad estado – rasgo entre estudiantes de una universidad privada y una pública, resultó que hay ausencia de ella, considerando por tanto que no existen diferencias significativas para los niveles de ansiedad estado ( $t = -,279$   $p = ,781$ ) ni ansiedad rasgo en estudiantes de ambas universidades ( $t = -,922$   $p = ,358$ ). Este resultado es similar al de la investigación de Collado (2014) no hallando diferencias estadísticamente significativas entre estudiantes de Universidad Pública y

Privada de la carrera de Psicología. Igual Bolaños (2014) quien buscó determinar los 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 en Guatemala e igual que Belén (2015) en su investigación Ansiedad y estrés académico en estudiantes de universidades públicas vs universidades privadas en donde encontró, puntuaciones no relevantes significando que no existen diferencias estadísticamente significativas, siendo no un factor de interferencia el tipo de universidad privada o pública en la que el estudiante se encuentre.

Considerando sí, que el nivel de ansiedad va creciendo teniendo en cuenta el estadio o ciclo en el que se encuentra el estudiante. Es lo más probable que salieron estos resultados porque para ambas muestras las situaciones son similares ya sea a nivel académico e intereses.

A diferencia que en Argentina, Guerra (2016), en una investigación refiere que la ansiedad en estudiantes universitarios influye significativamente sobre la conducta de procrastinación, que conlleva por tanto a que el estudiante altere su equilibrio homeostático a nivel físico, personal y social, llevando a realizar conductas de afrontamiento pero de manera inadecuada, siendo uno de ellos la evitación y prolongación a actividades de intereses personales de cada estudiante. Concluyendo que los estudiantes de Psicología a comparación de los que estudian carrera de Ciencias Contables o carreras de abogacía, presentan mayor nivel de ansiedad por ser propensos a tener pensamientos distractores y de bloqueo cognitivo, lo que conlleva a la procrastinación.

Siendo los factores principales como la sobrecarga académica, la falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas y realización frente a exámenes para lograr tener una buena calificación y dar inicio a la elaboración de proyecto de tesis. Según la Investigación en Educación América (2016) y según Ferreira & Olivares (2007).

Además Serrano, Rojas & Ruggero (2013), señalaron que la ansiedad puede entremezclarse con la depresión y ser un factor que baje el rendimiento académico del estudiante, debido a las exigencias del actual sistema educativo referente a las competencias del rubro universitario, al mismo tiempo encontrándose implicado los factores psicológicos, económico, social, familiar y personalidad.

Así mismo en el Perú la investigación realizada por Kuba (2017) afirma la existencia de ansiedad en estudiantes de la facultad de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, manteniendo una correlación moderada (0.657) acompañada de creencias irracionales activando ciertos esquemas cognitivo, emocional y conductual. Siendo generada por las creencias irracionales conllevando a interferir en las situaciones sociales, Así mismo Becerra & Pachamora (2015) en su investigación hallaron que existe una relación directa y altamente significativa entre ansiedad y depresión ( $r = ,330$ ;  $p < 0.01$ ), es decir a mayor nivel de ansiedad mayor nivel de depresión. Pues refieren que los estudiantes universitarios están predispuestos a padecer ansiedad y acompañado posteriormente de algún tipo de depresión porque se encuentran en proceso de transición y de ajustes a nivel personal e interpersonal, debido a los cambios y exigencias académicas, económicas y socio-familiares. Mencionando Garavito (2017) quien considera que mayor puntaje en Mindfulness está asociado a un menor puntaje tanto de ansiedad rasgo como de la ansiedad estado.

Considerando que aquellas personas que realizan dicha actividad logran tener menor puntaje de ansiedad estado- rasgo.

Por otro lado de acuerdo al objetivo específico N° 1, fue identificar la diferencia de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino. Por lo que no se encontró diferencias significativas ( $t = -.052$   $p = .959$ ). El resultado obtenido guarda relación con lo hallado por Bolaños (2014), en su investigación sobre 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, indicando en sus resultados que no existe diferencia estadísticamente significativa en niveles de ansiedad estado según género femenino. Pero a diferencia de la investigación realizada por Collado (2014), que según el género femenino presentaron diferencias estadísticamente significativas al comparar los niveles de ansiedad estado entre institución estatal y particular ( $t = -4,41$   $p = 0,00$ )

Respecto al objetivo específico N° 2, consistió en identificar la diferencia de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad Pública y Privada, según género femenino, obteniendo como resultado ( $t = -.345$   $p = .731$ ), es decir que no se encontró diferencias significativas. A diferencia de Collado (2014) en su investigación de comparar los niveles de ansiedad estudiantes de universidades particulares y estatales, refiere que se hallaron diferencias de ansiedad rasgo según el género femenino.

Así mismo en la investigación de Belén (2015), los resultados arrojaron que las mujeres de universidad pública presentan menor índice de ansiedad rasgo,



considerándolas por tanto como las más tranquilas a diferencia de las que estudian en universidad privada,

En cuanto al objetivo específico N° 3, de identificar la diferencia de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino ( $t = -0,473$   $p = 0,641$ ), siendo probable que no existen diferencias significativas.

A diferencia de la investigación de Collado (2014), donde sí encuentra diferencias significativas entre los puntajes de los estudiantes varones según ansiedad estado.

Y sobre el objetivo específico N°4, de identificarla ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino Obteniendo como resultado ( $t = -0,935$   $p = 0,361$ ), es decir que no se encontró diferencias significativas. Igualmente, en los resultados de la investigación de Collado (2014) donde no se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los estudiantes varones de universidad pública y privada.

## **5.5. Conclusiones**

A través del estudio realizado, se pudo verificar y establecer lo siguiente:

No existen diferencias entre los niveles de ansiedad estado/rasgo en estudiantes de una universidad pública y privada, de la ciudad de Lima en el 2017.

No existen diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino.

No existen diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino.

No existen diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino.

No existen diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino.

### **Recomendaciones**

Se sugiere implementar en la currícula universitaria, consejerías y talleres para enseñar a los estudiantes a afrontar las situaciones de estrés y ansiedad. Como talleres de dinámicas grupales asociados a técnicas de relajación con respiración diafragmática y comunicación asertiva.

Se recomienda sesiones de clases interactivas donde los estudiantes expresen libremente sus apreciaciones subjetivas con el fin de reducir los niveles de ansiedad en el aula.

Se recomienda asesorías individualizadas en la preparación de su plan e informe de tesis, que permita el desarrollo de su autoestima y seguridad al finalizar.

Realizar evaluaciones psicológicas con la perspectivas de obtener un diagnóstico institucional, situacional e individual sobre capacidades y competencias en la población universitaria.

Continuar desarrollando investigaciones dirigidas a la población universitaria, mediante la aplicación de instrumentos psicológicos orientado a obtener diagnósticos a nivel de personalidad, procrastinación u orientación vocacional para reorientar sus objetivos profesionales.

## REFERENCIAS

- Agudelo, D., Casadiegos, C. y Sánchez, D. (2008). Características de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. *International Journal of Psychological Research Medellin, Colombia*, 1(1), pp. 34-39.
- Ansorena, A., Cobo, J. y Romero, I. (1983). El constructo ansiedad en Psicología: una revisión. *Estudios de Psicología*. Recuperado el 15 de julio del 2017, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=65892>
- Arcas, S. & Cano, A. (1999). Procesos cognitivos en el trastorno de ansiedad generalizada, según el paradigma del procesamiento de la información. *Psicología.com*, 3 (1), 145 párrafos.
- Barlow, D. (1993). Avances en los trastornos por ansiedad: Una entrevista con David H. Barlow. *Psicología conductual*, 1(2), 291-300. Recuperado el 13 de abril del 2017, de <http://www.behavioralpsycho.com/PDFespanol/1993/num1/Avances%20en%20los.pdf>
- Becerra, J. & Pachamora, R. (2015). *Ansiedad y depresión en estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto, 2015*. (Tesis). Universidad Peruana Unión, Tarapoto.
- Belén, D. (2015). *Ansiedad y estrés académico en estudiantes de universidades públicas vs universidades privadas*. (Tesis). Universidad Argentina de la Empresa, Argentina.
- Belloch, A., Sandín, B. y Ramos, F. (2015). *Manual de Psicopatología*. Madrid. España: McGraw Hill.

- Bolaños, 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*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Bojorquez, J. (2015). *Ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios*. (Tesis de Maestría). Universidad San Martín de Porres, Lima.
- Casado, I. (1994). *Ansiedad, stress y trastornos psicofisiológicos*. (Tesis doctoral) Universidad Complutense de Madrid, España.
- Carrillo, I. (2008). *Ansiedad en estudiantes universitarios*. Juárez, México: Avances.
- CIE-10 (2000). Recuperado el 21 de octubre del 2017, de [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/42326/1/8479034920\\_spa.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/42326/1/8479034920_spa.pdf)
- Clark, D. & Beck, A. (2012). *Terapia cognitiva para trastornos de ansiedad*. New York, USA: Desclée de brouwer.
- Collado, L. (2014). *Comparación de los niveles de ansiedad en estudiantes de las carreras profesionales de derecho, ingeniería, medicina humana, y psicología de instituciones particulares y estatales de lima metropolitana*. (Tesis de licenciatura). Universidad Ricardo Palma, Lima.
- Diccionario de la Real Academia Española. (2017). Ansiedad. Recuperado el 19 de octubre del 2017, de <http://dle.rae.es/?id=2l0oQtn>
- Dominguez, S., Villegas, G., Sotelo, N. y Sotelo, L. (2012). Revisión psicométrica del inventario de ansiedad Estado - Rasgo (IDARE) en una muestra de universitarios de lima Metropolitana. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 1(1), 45-54.

- Fereira, P. & Olivares, E. (2007). *Niveles de ansiedad en estudiantes de psicología durante el proceso de elaboración del trabajo especial de grado*. (Tesis de licenciatura). Universidad Rafael Urdaneta. Venezuela.
- Fiestas, F. & Piazza, M.(2014).Prevalencia de vida y edad de inicio de trastornos mentales en el Perú urbano: Resultados del estudio mundial de salud mental, 2005.*Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 31(1),39-47.
- Figuroa, M. (2001). *Baremación de Inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad*. (Tesis inédita). Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Fonseca, E., Paino, M., Sierra, S., Lemoz, S. &Muñiz, J. (2012). Propiedades Psicométricas del Cuestionario de Ansiedad Estado- Rasgo (STAI) en universitarios. *Psicología conductual*, 20 (3), 547-561.
- Flores, R., Jiménez, S., Pérez, S., Ramirez, P. y Vega, C. (2007). Depresión y Ansiedad en Estudiantes Universitarios. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*. 10(2), 94-105. Recuperado el 12 de junio del 2017, de <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psicclin/vol10num2/art6V10N2jun07.pdf>
- Garabito, P. (2017). *Mindfulness y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de lima metropolitana*.(Tesis de Licenciatura).Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Guerra, I. (2016). *Ansiedad ante los exámenes y procrastinación académica en estudiantes universitarios*. (Tesis de licenciatura). Universidad Argentina de la Empresa, Argentina.
- Guilamón, N. (S.F).Clínica de la ansiedad. Psicólogos especialistas en el tratamiento de la ansiedad. Recuperado 03 de setiembre del 2018, de <https://clinicadeansiedad.com/problemas/introduccion/ansiedad-y-personalidad/>

- González, F., Escoto, M., y Ch. J. (2017). *Estadística aplicada en Psicología y Ciencias de la Salud*. México: El manual moderno. Recuperado el 29 de octubre del 2017, de [https://books.google.com.pe/books?id=19EwDwAAQBAJ&pg=PR19&dq=El+tipo+de+muestreo+fue+no+probabil%C3%ADstico+accidental+\(Kerlinger+y+Lee,+2002\).&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjGiJ2I\\_Y3YAhVD8CYKHaJhCC8Q6wEIjAA#v=onepage&q=El%20tipo%20de%20muestreo%20fue%20no%20probabil%C3%ADstico%20accidental%20\(Kerlinger%20y%20Lee%2C%202002\).&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=19EwDwAAQBAJ&pg=PR19&dq=El+tipo+de+muestreo+fue+no+probabil%C3%ADstico+accidental+(Kerlinger+y+Lee,+2002).&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjGiJ2I_Y3YAhVD8CYKHaJhCC8Q6wEIjAA#v=onepage&q=El%20tipo%20de%20muestreo%20fue%20no%20probabil%C3%ADstico%20accidental%20(Kerlinger%20y%20Lee%2C%202002).&f=false)
- Idrogo, D. (2015). *Niveles de ansiedad estado - rasgo en estudiantes del nivel primaria y secundaria de una Institución Educativa Privada y una Nacional del Distrito de La Victoria*. (Tesis Licenciada). Universidad Peruana Unión, Lima.
- Jarne, A., Talarn, A., Armoyones, M., Horta, E. y Requena, E. (2006). *Psicopatología*. Barcelona, España: Eureka Media, SL.
- Kuba, C. (2017). *Relación entre creencias irracionales y ansiedad social en estudiantes de la facultad de psicología de una universidad privada lima metropolitana*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima.
- Villalobos, A. (2008). Características emocionales de estudiantes de psicología: un estudio basado en el enfoque de investigación formativa. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 26(2), 252-269.
- Perls, F. y Baungardner, P. (2006). *Terapia Gestalt*. Santa Cruz, México: Pax México.
- Piqueras, J., Martínez, A., Ramos, V., Rivero, R., García, L., López, y Oblitas, L. (2008). Ansiedad, depresión y salud. *Suma Psicológica*, 15 (1), 43-73.
- Pueyo, A. (1997). Psicología y biología en la obra de Hans J. Eysenck. *Revista de Psicología General y Aplicaciones*, 50(4), 475-502. Recuperado el 13 de mayo del 2017, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2365121>

- Rodriguez, P. (2008). *Ansiedad y sobreactivación, guía práctica de entrenamiento en control respiratorio*. España: Desclée de Brouwer.
- Ros, R. (2004). *¡Stop a la ansiedad sin pastillas! La fórmula secreta para curar la ansiedad de forma definitiva. Sin pastillas, sin costosas sesiones, sin sufrimiento*. MagalianTraceComunicación, S.L. Recuperado el 03 de setiembre del 2017, de [http://gye.ecomundo.edu.ec/Biblio/Libros\\_Digitales/Ros,%20Ricardo%20-%20Curso%20Stop%20a%20la%20ansiedad.pdf](http://gye.ecomundo.edu.ec/Biblio/Libros_Digitales/Ros,%20Ricardo%20-%20Curso%20Stop%20a%20la%20ansiedad.pdf)
- Santos, B., Julimar, B. & Sandro, M. (2014). Estudiantes universitarios, experiencia laboral y desempeño académico en España. *Revista de Educación*. España.
- Sarudiansky, M. (2013). Ansiedad, angustia y neurosis. Antecedentes conceptuales e históricos. *Psicología Iberoamericana*, 21 (2), 19-28.
- Serrano, C., Rojas, A. & Ruggero, C. (2013). Depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 15 (1), 47-60.
- Sierra, J., Ortega, V & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-estar E Subjetividad*, 3(1), 10 – 59.
- Spielberger, Ch., Diaz-Guerrero, R. (1975). *Inventario de Ansiedad: Rasgo- Estado*. Santa Fe de Bogotá., México: Manual moderno.
- Congreso de la República (09 de julio del 2014). Normas legales. El Peruano. Recuperado el 28 de setiembre del 2017, de <https://www.sunedu.gob.pe/wp-content/uploads/2017/04/Ley-universitaria-30220.pdf>
- Tobias, I. & Garcia, V. (2009). Psicoterapias humanístico-existenciales: fundamentos filosóficos y metodológicos. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 29(2), 437-453. Recuperado el 18 de mayo del 2017, de



[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0211-57352009000200010](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352009000200010)

- Torrejón, C. (2011). *Ansiedad y afrontamiento en universitarios migrantes*. (Tesis de Licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Villalobos, A. (2008). Características emocionales de estudiantes de psicología: Un estudio basado en el enfoque de investigación formativa. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 26(2), 252-269.
- Virues, R. (2005). Estudio sobre ansiedad. *Psicología Científica.com*, 7(8). Recuperado el 05 de mayo del 2017, de: <http://www.psicologiacientifica.com/ansiedad-estudio/>

## **ANEXOS**

## ANEXO I

### MATRIZ DE CONSISTENCIA

TITULO	PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE	DIMENSIONES	METODOLOGÍA
Ansiedad estado rasgo en estudiantes de una universidad pública y privada de Lima, 2017	Problema general: ¿Cuáles son las diferencias entre los niveles de ansiedad estado/rasgo en estudiantes de una universidad pública y una privada, de la ciudad de Lima en el 2017?	Objetivo general: Determinar las diferencias entre los niveles de ansiedad estado/rasgo en estudiantes de una universidad pública y privada, de la ciudad de Lima en el 2017.	Hipótesis general: Ha: Existen diferencias entre los niveles de ansiedad estado/rasgo en estudiantes de una universidad pública y privada, de la ciudad de Lima en el 2017. Ho: No existen diferencias entre los niveles de ansiedad estado/rasgo en estudiantes de una universidad pública y privada, de la ciudad de Lima en el 2017.	Variable de la investigación:  Ansiedad	Ansiedad-Estado (A-Estado).  Ansiedad-Rasgo (A-Rago).	Esta investigación es de diseño descriptivo comparativo, tipo no experimental transversal. La población: 147 estudiantes de la Escuela de Psicología Humana de una universidad privada y pública de Lima Metropolitana. La muestra: En la universidad pública estuvo conformada por 30 estudiantes del IX ciclo (26 mujeres y 04 hombres) y 40 estudiantes del X ciclo (36 mujeres y 04 hombres). En la Universidad privada estuvo conformada por 31
	Problemas específicos P1 ¿Cuáles son las diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino?	Objetivos específicos: O1: Identificar las diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino.	Hipótesis específicos: H1: Existen diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino.			

	<p>P2¿ Cuáles son las diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino?</p> <p>P3¿ Cuáles son las diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino?</p> <p>P4¿ Cuáles son las diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino?</p>	<p>O2: Identificar las diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad Pública y Privada, según género femenino.</p> <p>O3: Identificar las diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino.</p> <p>O4: Identificar las diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una Universidad pública y Privada, según género masculino.</p>	<p>H2. Existen diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género femenino.</p> <p>H3. Existen diferencias de ansiedad estado entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino.</p> <p>H4. Existen diferencias de ansiedad rasgo entre estudiantes de una universidad pública y privada, según género masculino.</p>			<p>estudiantes del IX ciclo (23 mujeres y 08 hombres) y 46 estudiantes del X ciclo (39 mujeres y 07 hombres).</p> <p>El tipo de muestreo fue no probabilístico intencional</p> <p>Instrumento: El Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE).</p> <p>Métodos de análisis de datos: Para estimar la fiabilidad de la prueba final a través de la consistencia interna (índice de homogeneidad), se analizará el coeficiente alfa de Cronbach, en programas estadísticos como SPSS y Excel</p>
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## ANEXO II

### BASE DE DATOS DE ANSIEDAD ESTADO

Alumnos	Item 01	Item 02	Item 03	Item 04	Item 05	Item 06	Item 07	Item 08	Item 09	Item 10	Item 11	Item 12	Item 13	Item 14	Item 15	Item 16	Item 17	Item 18	Item 19	Item 20
1	1	1	4	2	2	2	1	3	2	2	1	1	1	1	1	2	3	1	2	2
2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	2	1
3	2	2	2	2	2	1	1	4	2	3	2	1	1	1	2	3	1	1	4	3
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1
5	1	2	2	1	1	1	2	3	3	2	1	1	1	1	3	2	2	1	2	1
6	2	2	2	1	2	1	1	3	2	2	2	2	1	1	3	3	1	1	1	2
7	3	3	2	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3
8	3	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2
9	2	2	1	1	2	1	2	4	1	3	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1
10	3	3	1	1	3	1	1	4	1	4	3	1	1	1	3	3	1	4	3	3
11	2	2	2	1	1	1	1	4	1	3	2	2	2	1	3	3	2	2	2	1
12	3	3	2	1	3	1	1	4	2	3	3	1	1	1	3	3	1	1	2	2
13	3	2	3	4	3	2	3	3	3	1	2	1	1	3	1	3	2	2	2	3
14	3	1	2	2	1	1	1	2	4	1	4	1	1	4	1	4	1	4	1	1
15	2	2	1	3	4	1	2	4	4	2	4	1	1	3	2	3	1	2	2	2
16	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	1	1	2	3	3	2	3	3	2
17	3	3	2	1	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	3	3	3	1	2	3
18	2	1	1	1	1	1	1	3	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2
19	3	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1
20	1	1	1	1	2	1	3	4	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
21	3	2	2	1	3	1	2	3	1	3	2	2	2	1	4	3	3	1	3	3
22	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	4	1	1	4	1	4	1	3	1	2
23	2	2	2	2	2	1	1	2	3	1	3	1	1	3	3	1	2	2	2	1
24	3	3	2	2	4	2	1	4	2	3	1	3	1	1	4	4	2	2	3	3

25	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2
26	2	2	1	2	2	1	2	3	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2
27	1	1	3	3	1	1	1	2	4	1	4	1	1	3	2	2	1	3	2	2
28	3	2	4	4	2	3	3	4	2	2	1	1	1	1	3	3	3	2	2	2
29	3	2	3	3	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	3	3	2	1	2	2
30	2	3	2	1	2	2	2	4	2	3	3	2	2	1	3	2	2	1	2	2
31	3	3	1	1	3	1	1	4	1	4	3	1	1	1	3	3	1	4	3	3
32	3	3	1	1	3	1	2	4	1	4	1	1	1	2	4	4	1	1	4	3
33	2	2	2	2	4	1	2	3	1	3	4	2	2	2	2	3	2	2	4	4
34	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3
35	2	2	1	1	3	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	3	2	2
36	2	3	1	1	2	1	2	3	1	2	2	1	1	1	2	3	1	1	2	2
37	2	1	2	1	2	2	2	3	1	3	2	1	1	1	3	2	2	1	2	2
38	2	1	2	1	3	1	2	4	1	3	1	2	1	1	3	3	2	1	1	1
39	2	2	1	1	3	1	1	3	2	3	1	1	1	1	3	2	1	1	2	2
40	3	3	2	2	3	1	1	3	2	3	1	3	2	1	3	2	1	1	1	1
41	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1
42	2	3	2	1	2	1	1	3	3	3	2	1	1	1	3	4	1	1	2	2
43	3	2	4	2	4	2	4	2	3	3	3	2	1	3	3	3	4	2	4	4
44	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2
45	2	3	2	1	2	1	3	2	2	3	3	1	2	1	3	3	2	2	2	3
46	4	2	2	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	2	2
47	2	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2
48	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2
49	1	1	2	1	1	1	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1
50	3	3	3	3	1	1	3	3	3	2	2	3	1	1	2	2	2	1	1	1
51	2	2	3	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2
52	2	2	1	1	1	1	1	3	1	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2
53	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	1	2	2	1

54	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
55	3	3	2	1	3	1	4	3	2	4	3	2	1	1	3	4	3	3	4	3
56	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2
57	1	1	2	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
58	2	2	2	1	3	1	1	2	1	3	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1
59	2	2	2	1	3	1	1	3	1	2	1	1	1	2	2	4	2	1	1	1
60	4	4	4	1	4	2	3	4	3	4	4	2	1	4	4	4	4	2	4	4
61	2	3	2	1	2	1	1	3	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2
62	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	1	1	3	4	3	1	3	4
63	2	3	2	1	3	1	2	2	2	2	3	1	1	1	3	3	2	2	3	2
64	2	1	4	3	2	4	3	3	4	2	2	3	3	3	3	2	3	3	1	1
65	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	1	2	1	1	2	2	2	1	2	2
66	1	2	1	1	2	1	1	3	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1
67	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2
68	3	3	3	4	3	2	4	4	3	4	3	3	2	2	4	4	4	3	3	3
69	3	3	1	1	3	1	1	3	1	3	3	1	1	1	3	2	2	1	3	3
70	4	3	4	4	3	3	1	4	4	4	1	1	3	4	4	3	3	4	3	4
71	4	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	1	3	3	2	2	3	3
72	3	3	1	2	4	1	1	4	1	4	3	3	2	1	4	4	2	1	4	4
73	3	2	2	1	2	1	1	4	2	2	2	2	1	1	3	3	1	1	2	2
74	3	2	1	1	2	1	1	3	1	2	2	1	1	1	3	2	2	1	2	2
75	3	2	2	2	3	2	1	3	2	3	2	2	2	1	4	2	2	1	3	3
76	3	1	2	2	2	1	2	4	1	3	1	1	1	1	4	3	3	1	3	3
77	3	3	2	2	3	2	2	4	2	4	4	2	1	2	4	3	3	2	4	3
78	2	2	3	1	3	2	3	4	3	2	3	1	2	1	1	3	2	2	2	4
79	2	2	1	2	2	1	1	3	3	3	2	2	3	2	4	4	2	1	3	2
80	3	3	2	1	2	1	1	3	2	2	3	1	1	1	3	3	1	1	2	2
81	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	1	3
82	1	2	3	1	3	3	2	4	2	3	2	1	1	1	3	2	2	1	2	2

83	2	2	1	1	2	1	1	3	2	2	4	1	1	1	3	2	2	1	4	3
84	1	1	1	1	1	1	1	4	4	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1
85	3	1	2	2	1	1	1	4	2	3	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1
86	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	2	1	2	2
87	3	3	2	2	3	1	2	3	3	2	1	1	2	1	2	3	1	1	3	1
88	3	2	2	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2
89	4	3	1	1	3	2	4	3	3	3	3	3	1	1	1	3	1	1	3	3
90	1	3	2	2	3	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2
91	3	3	1	1	2	2	2	4	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	2	3
92	2	3	2	2	3	1	2	4	1	3	1	1	1	1	2	3	1	3	2	4
93	2	2	1	2	3	1	1	3	2	2	2	2	2	2	1	2	3	1	1	3
94	3	2	3	3	2	1	2	2	1	1	2	4	2	1	3	3	3	2	2	2
95	3	1	2	1	2	2	3	3	3	1	2	1	1	1	3	4	1	1	2	1
96	4	3	4	1	3	1	1	2	4	1	4	1	1	1	2	2	1	1	3	2
97	3	2	2	1	3	2	2	4	4	2	4	1	1	1	2	3	2	1	1	2
98	3	3	2	1	2	1	2	3	3	3	3	1	1	1	3	3	1	1	2	1
99	2	3	1	2	3	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2
100	1	2	1	1	2	2	1	3	1	2	2	1	1	1	3	3	1	1	1	2
101	3	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1
102	2	3	1	1	3	2	4	3	3	3	3	3	1	1	3	3	2	1	3	2
103	4	3	4	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1
104	3	2	2	1	3	2	2	4	1	3	1	1	1	1	3	3	2	1	3	2
105	3	3	2	2	1	1	1	3	1	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	3
106	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	1	1	2	2	1	3	3	2	3	2
107	3	1	2	1	3	1	4	3	3	3	3	3	1	1	3	1	2	1	2	1
108	2	3	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	3	3	1	1	1	2
109	2	3	3	2	3	1	1	3	2	3	4	2	1	2	4	3	3	2	3	3
110	1	3	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2	1	1	3	2	1	2	4	2
111	3	2	4	2	4	2	2	3	3	3	2	2	3	1	3	2	4	1	3	3



112	2	3	1	1	3	2	1	2	4	1	4	1	1	1	2	2	1	1	2	3
113	3	2	2	2	2	1	2	4	4	2	4	1	2	2	1	3	2	2	3	2
114	3	1	2	1	1	2	2	4	1	4	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1
115	2	3	1	1	3	2	2	3	1	3	4	2	1	1	3	3	1	1	2	2
116	2	3	1	2	2	1	2	3	3	2	2	3	2	1	2	2	1	1	2	1
117	3	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	3	3	1	1	2	3
118	1	2	1	2	3	1	2	3	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2
119	1	2	1	1	2	2	2	3	1	3	2	1	1	1	3	2	1	1	2	1
120	2	2	2	2	3	1	2	4	1	3	1	2	2	2	3	3	2	2	3	2
121	3	3	1	1	2	2	2	4	1	4	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1
122	1	2	1	1	3	1	2	3	1	3	4	2	1	1	1	3	1	1	2	1
123	2	3	1	1	2	2	2	3	3	2	2	3	1	1	2	1	2	1	1	1
124	3	2	2	1	3	2	1	2	2	2	2	1	1	1	3	2	1	1	2	2
125	3	3	1	2	2	1	2	3	1	2	2	1	2	1	3	1	2	1	3	2
126	2	2	1	1	3	2	2	3	1	3	2	1	1	1	1	2	1	1	2	3
127	1	3	1	1	2	1	2	4	1	3	1	2	1	1	2	3	2	1	3	2
128	3	3	2	1	3	2	1	3	2	2	2	2	1	1	3	2	1	1	2	1
129	3	2	4	2	4	2	4	2	3	3	3	1	2	1	2	3	4	2	3	3
130	3	1	2	1	3	2	2	3	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1
131	2	2	1	1	2	2	2	3	1	3	2	1	1	1	1	3	1	1	1	2
132	3	3	3	1	3	1	2	4	1	3	1	2	1	1	3	1	2	1	2	2
133	3	2	3	1	3	2	1	3	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	3	1
134	3	3	2	2	2	1	2	4	4	2	4	1	2	2	3	3	2	2	2	1
135	3	2	4	3	3	1	3	2	2	3	2	2	1	2	2	1	1	1	3	3
136	2	3	1	1	1	2	1	4	1	3	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2
137	1	2	1	1	2	2	1	4	2	3	3	1	1	1	3	1	1	1	2	1
138	2	3	2	1	3	1	3	3	3	1	2	1	1	1	1	3	2	1	2	3
139	3	2	4	1	2	1	1	2	4	1	4	1	1	1	3	3	1	1	3	2
140	4	3	2	2	1	1	2	4	4	2	4	1	2	2	1	3	2	2	2	2

141	3	2	3	2	2	1	2	3	3	3	3	1	2	1	4	2	2	1	3	1
142	2	3	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	3	3	1	1	2	1
143	1	4	1	2	3	2	1	3	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2
144	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	3	3	2	1	1	3
145	2	2	1	1	3	1	3	4	3	1	1	1	1	1	2	2	2	2	3	3
146	4	1	3	1	2	2	2	4	4	2	4	1	1	1	3	3	2	2	2	2
147	4	3	3	3	3	3	1	4	3	4	2	1	2	3	4	3	3	4	3	4

### **BASE DE DATOS DE ANSIEDAD RASGO**

Alumnos	Item 21	Item 22	Item 23	Item 24	Item 25	Item 26	Item 27	Item 28	Item 29	Item 30	Item 31	Item 32	Item 33	Item 34	Item 35	Item 36	Item 37	Item 38	Item 39	Item 40
1	1	1	1	2	2	3	1	2	2	2	3	1	2	3	1	2	3	2	2	3
2	3	2	2	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2
3	3	1	1	1	3	4	2	1	1	3	2	1	2	2	1	3	2	2	2	1
4	1	3	2	4	1	1	1	1	1	1	3	1	1	2	1	1	1	1	1	1
5	2	2	1	3	1	2	3	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2
6	2	2	1	3	1	3	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	4	1	1	1
7	2	4	2	4	4	1	4	2	3	3	4	4	1	3	3	2	3	3	3	3
8	2	2	2	4	3	3	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	4
9	1	1	1	3	1	4	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	2	1	1
10	3	1	2	3	3	3	1	2	2	2	4	2	3	2	1	3	3	2	2	4
11	2	4	1	3	2	3	2	3	2	1	1	2	2	3	1	1	3	3	1	3
12	1	2	2	3	2	3	3	1	2	1	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2
13	2	2	1	2	1	2	3	1	2	2	3	1	2	2	1	2	2	3	2	2
14	1	2	1	2	1	3	1	2	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1
15	1	3	1	2	2	3	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1
16	3	1	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	1	3	2	2	3	2
17	3	1	1	4	1	3	2	2	1	2	1	1	2	2	1	3	1	2	2	2

18	2	1	1	1	2	3	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	1
19	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2
20	1	1	1	2	3	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1
21	2	1	2	1	1	3	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1
22	1	2	1	4	1	1	2	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1
23	1	2	2	3	4	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	3	2	1	2
24	3	3	1	4	2	3	1	3	3	3	1	2	3	2	1	3	3	3	4	2
25	2	1	1	3	2	3	1	2	1	2	2	2	3	2	1	2	1	1	2	3
26	1	1	1	4	1	3	3	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	3	1	2
27	2	2	2	4	2	4	1	3	3	2	4	4	2	3	2	2	2	3	4	3
28	1	3	2	3	2	3	1	3	1	1	3	1	1	1	2	2	2	1	1	2
29	2	3	3	4	2	3	3	3	4	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	1
30	2	2	1	4	2	3	1	1	2	1	2	2	3	2	1	3	2	2	1	2
31	3	1	2	3	3	3	1	2	2	2	4	2	3	2	1	3	3	2	2	4
32	1	2	1	2	1	3	4	2	1	3	1	2	2	1	2	4	2	1	3	4
33	2	2	1	4	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2
34	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2
35	2	3	3	1	3	1	2	2	3	4	2	2	4	3	3	4	1	2	3	2
36	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	4	2	2	3	3	1	2
37	2	1	1	1	1	3	3	1	1	2	2	1	2	3	1	2	2	1	2	2
38	1	2	2	4	1	3	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1
39	1	3	1	4	1	3	3	1	2	1	1	1	1	3	1	1	1	1	2	2
40	1	3	2	3	2	3	3	3	3	2	4	2	2	2	4	1	4	4	3	2
41	1	2	1	2	1	3	2	2	1	2	1	1	1	4	1	2	1	1	2	1
42	2	2	2	3	4	3	3	2	4	2	3	1	2	3	2	2	2	2	2	2
43	4	3	3	4	3	2	1	2	4	4	4	2	3	1	4	4	3	4	3	2
44	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1
45	3	2	2	2	2	4	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2
46	2	2	1	2	2	4	4	2	2	2	2	2	3	2	1	3	2	2	2	2

47	2	2	1	4	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1
48	2	1	1	3	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1
49	2	2	4	2	3	3	1	2	3	2	2	1	1	3	2	2	2	1	1	2
50	2	1	2	3	2	3	2	1	3	1	3	3	2	1	2	2	3	2	3	2
51	2	2	1	3	3	2	2	2	2	1	2	2	3	4	2	1	1	1	2	1
52	2	3	2	4	2	4	3	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	2	2
53	2	3	2	4	2	3	3	2	2	2	4	2	3	3	2	1	2	2	1	2
54	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	4	1
55	2	4	2	4	2	4	3	4	4	2	4	4	3	4	2	3	3	4	2	4
56	2	1	1	1	1	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1
57	1	2	1	2	2	3	4	1	1	1	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1
58	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2
59	2	1	1	1	1	3	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1
60	4	2	4	2	4	4	3	4	3	4	3	2	4	3	4	4	3	4	4	2
61	2	2	1	4	2	1	3	2	4	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2
62	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3
63	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	4	2	1	4	1	1	2	1
64	1	4	2	4	3	3	2	3	2	2	3	4	1	4	3	2	3	3	2	3
65	2	2	1	4	3	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	3
66	2	2	1	2	1	4	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1
67	2	1	1	2	2	2	3	1	3	3	1	3	4	1	3	4	2	2	2	1
68	3	1	2	3	4	4	3	2	4	2	4	4	1	3	2	4	1	3	3	4
69	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2
70	3	2	3	1	4	3	4	4	4	1	4	1	2	1	2	2	3	3	4	4
71	3	2	2	4	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	1	2	3	2
72	3	2	1	2	1	3	3	2	2	3	1	2	2	2	2	3	1	2	2	2
73	2	1	1	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	1	2	2
74	2	1	1	3	1	3	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	2
75	2	1	2	4	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2

76	2	3	1	3	1	4	3	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2
77	3	3	2	3	2	4	2	4	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2
78	2	2	2	1	1	2	3	4	1	4	2	3	1	1	2	3	1	2	2	1
79	1	1	1	2	2	3	3	4	2	3	3	3	2	3	1	2	2	3	2	3
80	2	2	1	3	1	3	2	2	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	3
81	2	3	2	4	4	1	4	2	3	3	4	4	1	3	2	2	3	2	2	3
82	1	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	1	1	1
83	3	2	1	1	1	4	2	1	1	3	3	1	2	2	2	3	2	1	2	1
84	1	3	2	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	2	2	1	1	1	1
85	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	4	2	3	2	2	2	1	2	1	1
86	3	2	3	1	4	3	4	4	1	1	1	2	2	3	1	1	1	1	2	2
87	3	2	2	4	3	3	2	2	1	1	2	3	3	2	1	2	3	2	1	1
88	3	2	1	2	1	3	3	2	1	2	3	1	2	2	2	3	3	1	3	3
89	2	1	1	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	4	2	2	1	1	2	4
90	2	1	1	3	1	3	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1
91	2	1	2	4	1	2	2	1	2	2	4	4	2	3	1	2	2	1	2	4
92	2	3	1	3	1	4	3	2	1	4	2	1	4	2	1	3	1	2	3	4
93	3	3	2	3	2	4	2	4	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	1	1
94	2	2	2	1	1	2	3	4	4	2	3	2	2	3	2	2	2	2	4	2
95	3	2	2	2	2	4	3	2	3	1	1	1	1	3	2	1	1	1	2	1
96	2	2	1	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	2	1	1	2	1	1	1
97	2	2	1	4	1	1	2	1	1	2	1	1	1	4	1	2	4	1	2	2
98	2	1	1	3	2	2	1	2	2	2	3	1	2	3	2	2	3	2	1	1
99	2	2	4	2	3	3	1	2	1	4	4	2	3	1	1	2	1	2	3	3
100	2	1	2	3	2	3	2	1	3	1	2	1	2	2	3	1	1	1	2	4
101	2	2	1	3	3	2	2	2	1	3	2	2	3	2	1	3	3	2	1	1
102	2	3	2	4	2	4	3	1	2	2	2	2	3	2	2	1	3	1	2	4
103	2	3	2	4	2	3	3	2	1	1	1	1	2	2	1	3	2	2	1	3
104	1	1	1	3	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	3	2

105	2	4	2	4	2	4	3	4	1	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2
106	1	2	2	4	1	3	1	1	3	2	4	2	3	3	2	2	2	2	1	1
107	1	3	1	4	1	3	3	1	2	1	1	1	2	1	1	3	2	1	2	1
108	1	3	2	3	2	3	3	3	1	2	4	4	3	4	2	3	1	1	3	2
109	2	2	1	3	2	3	3	3	2	2	1	1	2	1	1	2	2	3	2	2
110	1	2	2	3	2	4	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	4	2	2
111	3	2	2	4	2	2	2	2	3	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	3
112	2	4	2	4	2	4	3	4	3	2	1	1	2	1	2	1	4	1	1	1
113	2	1	1	1	1	3	1	1	1	1	2	1	1	4	1	2	1	1	2	2
114	1	2	1	2	2	3	4	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1
115	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	4	3	1	3	3
116	2	1	1	1	1	3	1	2	3	4	3	2	4	3	2	2	2	2	2	4
117	4	2	4	2	4	4	3	4	1	2	2	2	2	2	1	3	2	1	1	1
118	2	2	1	4	2	1	3	2	2	3	3	4	3	2	3	3	2	3	2	4
119	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	2	2	4	2	2	2	1	1	1	3
120	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	4	1	4	3	2	1	1	3	2
121	1	4	2	4	3	3	2	3	2	1	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2
122	2	2	1	4	3	2	2	2	2	1	1	1	1	2	3	2	3	1	1	1
123	2	2	1	2	1	4	1	1	1	3	1	3	4	1	1	1	1	2	2	1
124	2	1	1	2	2	2	3	1	2	2	4	4	1	3	2	2	2	1	1	2
125	3	1	2	3	4	4	3	2	1	2	2	2	3	2	3	1	2	2	3	2
126	2	2	2	3	2	3	3	2	2	1	4	1	2	1	1	1	1	3	1	2
127	3	2	3	1	4	3	4	4	3	3	2	2	3	3	2	3	3	1	3	2
128	3	2	2	4	3	3	2	2	3	1	3	2	4	3	2	2	2	2	1	3
129	4	2	2	3	2	3	2	2	3	4	3	2	2	1	4	3	1	3	1	2
130	1	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	1	1
131	2	2	1	3	2	3	3	3	1	3	3	1	2	2	1	3	2	2	2	1
132	1	2	2	3	2	4	3	3	1	1	1	1	1	4	1	2	1	2	1	1
133	3	2	2	4	2	2	2	2	1	2	4	2	3	2	1	2	1	1	1	1

134	2	4	2	4	2	4	3	4	1	1	1	2	2	3	1	1	1	1	2	2
135	2	1	1	1	1	3	1	1	2	1	2	3	3	2	2	2	3	1	1	1
136	1	2	1	2	2	3	4	1	3	2	3	1	2	2	1	3	3	1	3	3
137	1	1	1	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	4	1	2	1	1	2	4
138	2	1	1	1	1	3	1	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1
139	4	2	4	2	4	4	3	4	2	2	4	4	2	3	1	2	2	1	2	4
140	2	2	1	4	2	1	3	2	3	4	2	1	4	2	1	3	1	1	3	4
141	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	1	1
142	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	1	2	2	2	4	2
143	2	2	1	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1	3	1	1	1	1	2	1
144	2	3	2	4	2	4	3	1	2	2	4	2	2	2	1	1	2	1	1	1
145	2	3	2	4	2	3	3	2	3	2	1	1	1	4	3	2	4	1	2	2
146	2	2	1	3	2	3	3	3	3	2	1	1	1	1	3	2	3	2	1	1
147	3	2	3	1	4	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	1	2	3

**ANEXO III**

**IDARE**

**INVENTARIO DE ANSIEDAD:  
RASGO-ESTADO**

**DR. CHARLES D. SPIELBERGER**  
Director y Profesor del Programa de  
Psicología Clínica y de la Comunidad  
University of South Florida, EUA

**DR. ROGELIO DÍAZ-GUERRERO**  
Investigador de la Facultad de Psicología  
en la Universidad Nacional Autónoma de México  
Presidente del Instituto Nacional de Ciencia del Comportamiento  
y de la Actitud Pública, A.C., México

**MANUAL E INSTRUCTIVO**



**Editorial El Manual Moderno**  
México, D.F. - Santafé de Bogotá



## Actividad de aprendizaje 4. Manual IDARE



# IDARE

Inventario de Autoevaluación  
por

C.D. Spielberger, A. Martínez-Urrutia, F. González-Reigosa, I. Natalicio y R. Díaz-Guerrero

SXE

Nombre: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

**Instrucciones:** Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y llene el círculo numerado que indique cómo se *siente ahora mismo*, o sea, en *este momento*. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos *ahora*.

	NO EN LO ABSOLUTO	UN POCO	BASANTE	MUCHO
1. Me siento calmado(a) .....	①	②	③	④
2. Me siento seguro(a) .....	①	②	③	④
3. Estoy tenso(a) .....	①	②	③	④
4. Estoy contrariado(a) .....	①	②	③	④
5. Estoy a gusto .....	①	②	③	④
6. Me siento alterado(a) .....	①	②	③	④
7. Estoy preocupado(a) actualmente por algún posible contratiempo .....	①	②	③	④
8. Me siento descansado(a) .....	①	②	③	④
9. Me siento ansioso(a) .....	①	②	③	④
10. Me siento cómodo(a) .....	①	②	③	④
11. Me siento con confianza en mí mismo(a) .....	①	②	③	④
12. Me siento nervioso(a) .....	①	②	③	④
13. Me siento agitado(a) .....	①	②	③	④
14. Me siento "a punto de explotar" .....	①	②	③	④
15. Me siento reposado(a) .....	①	②	③	④
16. Me siento satisfecho(a) .....	①	②	③	④
17. Estoy preocupado(a) .....	①	②	③	④
18. Me siento muy agitado(a) y aturdido(a) .....	①	②	③	④
19. Me siento alegre .....	①	②	③	④
20. Me siento bien .....	①	②	③	④

D.R. © 1990 por  
EDITORIAL EL MANUAL MODERNO, S.A. DE C.V.  
Miembro de la Cámara Nacional  
de la Industria Editorial Mexicana, Reg. núm. 39

Impreso en verde y negro. NO LO ACEPTE SI ES DE UN SOLO COLOR.

0101

# IDARE

Inventario de Autoevaluación

SXR

**Instrucciones:** Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y llene el círculo numerado que indique cómo se siente *generalmente*. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa cómo se siente *generalmente*.

	CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	FRECUENTEMENTE	CASI SIEMPRE
21. Me siento bien .....	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 parecen serlo .....	1	2	3	4
25. Pierdo oportunidades por no poder decidirme rápidamente .....	1	2	3	4
26. Me siento descansado(a) .....	1	2	3	4
27. Soy una persona "tranquila, serena y sosegada" .....	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(a) .....	1	2	3	4
33. Me siento seguro(a) .....	1	2	3	4
34. Procuro evitar enfrentarme a las crisis y dificultades .....	1	2	3	4
35. Me siento melancólico(a) .....	1	2	3	4
36. Me siento satisfecho(a) .....	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 mis preocupaciones actuales me pongo tenso(a) y alterado(a) .....	1	2	3	4

UNIFORME