

Tipos de ansiedad en el estudiante universitario: Caso educación especial

**Leira Gil, Brizeida Mijares, Marisol Cuicas y
Yasmira Rovero.**

*Universidad del Zulia, Núcleo Costa Oriental del Lago.
leiragil@hotmail.com
bmijares@col.luz.edu.ve
cuicas_marisol@hotmail.com
yasmirarovero@hotmail.com*

Resumen

En este artículo se identifican los tipos de ansiedad presentes en los estudiantes de Educación Especial en el Núcleo Costa Oriental del Lago de la Universidad del Zulia, Venezuela. Se realizó una exhaustiva revisión de la literatura relacionada con la ansiedad para definirla y tipificarla, asumiendo los tipos indicados por Alpert y Haber (1960); es decir, ansiedad facilitadora y debilitadora del rendimiento académico. El tipo de investigación fue descriptivo, con diseño no experimental, de campo, transeccional, contemporáneo, univariable. La muestra fue de tipo intencional con 33 estudiantes. Se empleó un instrumento de 32 ítems, de los cuales sólo se consideraron los seis (6) primeros relacionados con los tipos de ansiedad, para este estudio; su validez de contenido fue determinada por evaluación de expertos, y la de constructo por medio de su aplicación a un grupo piloto; su confiabilidad con el coeficiente Alpha de Cronbach fue de 0.94 con alta confiabilidad. Los resultados permitieron concluir acerca de la presencia de ambos tipos de ansiedad en los estudiantes pertenecientes a la muestra. Se recomienda planificar cursos y talleres trimestrales en la institución, dirigidos a los docentes, así como desarrollar actividades grupales con los estudiantes que presentan ansiedad para ayudarlos a controlar la misma.

Palabras clave: Ansiedad; ansiedad facilitadora; ansiedad debilitadora; estudiantes; educación especial.

Types of anxiety in the university student: Special education case

Abstract

This paper was set out to identify the types of anxiety present in Special Education students in the Eastern Coast of Lake Campus of the University of Zulia, Venezuela. A comprehensive review of the literature related to anxiety was performed in order to define and typify it, assuming the types indicated by Alpert and Haber (1960); i.e. facilitative and debilitating anxiety of academic performance. The research was descriptive, with no experimental, field, transeccional, contemporary, univariable design. The sample was intentional with 33 students. An instrument of 32 items was used, of which for this study were considered only the first six (6) related to types of anxiety; its content validity was determined by expert evaluation, and construct through its application to a pilot group; reliability with Cronbach alpha coefficient was .94. The results concluded about the presence of both types of anxiety in students from the sample. It is advisable to plan courses and workshops quarterly in the institution, aimed at teachers and develop group activities with students who present anxiety to help them control the same.

Keywords: Anxiety; facilitative anxiety; debilitating anxiety; students; special education.

Introducción

Desde mediados del siglo XX, y en lo que va del siglo XXI, el estudio de la ansiedad ha crecido en función al efecto que tiene en las personas, principalmente en adolescentes y jóvenes (Alpert y Haber, 1960; Álvarez, Aguilar y Segura, 2011; Bausela, 2005; Bertoglia, 2005,1999; Birney et al., 1969; Canelones, 2008; Carrobles, 1995; Colina, 2004; Dollan, 2005; Escalona y Miguel-Tobal, 1996; García-Zapatero de Villegas, 1983; Jackson y Frick, 1998; Johnson, 2002; Last, Hersen, Kasdin y Perrin, 2001; Serrano, Rojas y Ruggero, 2013; Spielberg, 1995), en especial en el ámbito educativo donde puede afectar su rendimiento académico.

Al realizar una revisión exhaustiva de la literatura se encuentra cómo la ansiedad ha sido definida de muchas maneras, dependiendo las mismas del marco teórico que sustente el estudio y los aspectos enfatizados en cada uno de ellos. Sin embargo, existe como común denominador, ya sea de forma implícita o explícita, un sentimiento

de miedo o temor provocado por la existencia de un estímulo del cual se prevé un resultado negativo (Bertoglia, 2005).

Así, se tiene como el término ansiedad proviene del latín “anxietas”, angustia o aflicción, y la Asociación Psiquiátrica Americana (2013, p. 189) define a trastornos de ansiedad como “aquellos que comparten características de temores excesivos y ansiedad así como otros trastornos de conducta”. Donde los miedos o temores “son la respuesta emocional ante riesgos inminentes reales o percibidos, mientras que la ansiedad es una anticipación a un riesgo futuro”.

Este concepto dado resume la apreciación dada por diversos investigadores en el área (Colina, 2009; Moles, 2007; Luengo, 2004; Riso, 2005). Asimismo, Rodríguez, Roque y Moleiro (2002) señalan que todos ellos se relacionan entre sí, al manejar a la ansiedad como una reacción que tiene el organismo ante cualquier forma de estimulación intensa, siendo considerada como un trastorno mental prevalente en la actualidad, en un mundo sujeto a grandes cambios, globalizado, con un ritmo de vida enormemente acelerado, con mayor demanda de competencia y especialización.

Considerando los planteamientos anteriores, y contextualizando el problema, se hace necesario destacar la situación particular presente en los estudiantes de Educación Especial, Universidad del Zulia, Núcleo Costa Oriental del Lago, en los cuales se ha podido constatar por medio de la observación directa y en base a la experiencia de las investigadoras como docentes de dicha institución, una ausencia de ciertas competencias emocionales y del manejo de la ansiedad en diversos momentos de sus vidas, principalmente cuando se tratar de presentar evaluaciones, sean orales o escritas, lo cual pudiera estar afectando su rendimiento académico.

De tal situación el equipo investigador se planteó, como primera fase de estudio, identificar los tipos de ansiedad manifestados en los estudiantes de Educación Especial, Universidad del Zulia, Núcleo Costa Oriental del Lago.

Referentes teóricos

A continuación se presenta, de forma coherente, pertinente y sistemática la teoría que sustenta la investigación, es decir, los aportes científicos de autores, de acuerdo a una revisión integral de las referencias bibliográficas; congruentes al desarrollo de la variable ansiedad

En las últimas décadas, el estudio de la ansiedad ha crecido en función al efecto que tiene en los estudiantes en cualquier nivel o subsistema educativo, esto sostenido por innumerables investigaciones que demuestran cómo ésta puede afectar la capacidad de raciocinio y procesos cognitivos en situaciones educativas. Al mismo tiempo, para determinar mejor el rendimiento académico de quienes se enfrentan a las emociones que se manifiestan al momento de estar frente a pruebas evaluativas, bien prácticas, escritas u orales.

De igual modo, desde hace ya tiempo, importantes pensadores y autores sobre procesos de enseñanza y aprendizaje vienen recomendando valorar la ansiedad en estudiantes a fin de lograr la acción necesaria para mejorar el desempeño estudiantil. Con tal fin, se ha producido suficiente material teórico que estudia con profundidad este aspecto propio de la conducta humana, que amerita ser atendido para mejorar la educación.

En consecuencia, el presente artículo se enfoca en los tipos de ansiedad investigados por Alpert y Haber (1960), quienes le atribuían características de ser debilitadoras o facilitadoras del rendimiento académico de los estudiantes. La primera, es decir, la ansiedad debilitadora, es aquella donde se manifiesta una motivación de carácter negativa hacia el aprendizaje, ya sea de una lengua extranjera o de cualquier otra área, que provoca en el estudiante el deseo de huir o evitar el sentir esa emoción. Por su parte, la ansiedad facilitadora, sería, tal como lo indica Pérez Paredes (1999), una ansiedad estimuladora hacia la resolución de una tarea o el logro de una meta.

La ansiedad

La literatura entrega diversas definiciones de ansiedad dependiendo del marco teórico que provienen y de los aspectos que se desee enfatizar; sin embargo, prácticamente todas ellas hacen referencia, en una forma explícita o implícita, aun cierto sentimiento de temor provocado por la existencia de un estímulo que supuestamente va a afectar negativamente. Este aspecto alude indudablemente al carácter individual y subjetivo del proceso, puesto que cada persona experimentará su propio nivel de ansiedad, dependiendo de la intensidad con que interactúa con el estímulo ansiógeno. Según Marcell (2010), la ansiedad en adolescentes normales engloba la consolidación de la identidad, sexualidad, aceptación social y conflictos de independencia.

De igual manera, la explicación teórica de las bases de la ansiedad desde la perspectiva psicológica, en relación a los efectos que produce en los estudiantes, al momento de enfrentarse a escenarios potencialmente ansiógenos, haciendo especial hincapié a las situaciones de evaluación y más en concreto, en la situación de examen.

Definición de ansiedad

El término ansiedad, proviene del latín “anxietas”, angustia o aflicción. Para Marcell (2010) esta consiste, en un estado que se caracteriza por un incremento de las facultades perceptivas ante la necesidad fisiológica del organismo de incrementar el nivel de algún elemento, que en esos momentos se encuentra por debajo del nivel adecuado, o por el contrario, ante el temor de perder un bien preciado. Cuando la ansiedad es muy severa y aguda, en un estado puede llegar a paralizar al individuo, transformándose en pánico.

La ansiedad es un fenómeno humano universal, la cual genera una situación de alerta o un estado emocional en el que las personas se sienten inquietas, aprensivas

o temerosas y pueden desencadenar desde una respuesta adaptativa a un trastorno incapacitante. Al respecto, Colina (2009:34) se refiere a la ansiedad como “una emoción básica que experimentan todos los seres humanos, que puede aparecer como respuesta normal a un peligro o amenaza”.

En este orden, Moles (2007:187) define la ansiedad como “un desorden emocional, el organismo responde de forma similar a cuando experimenta la respuesta de temor, solamente que no hay una situación real de peligro o al menos no con la intensidad para provocar la magnitud de la respuesta de miedo”. En este sentido, se aprecia en estudiantes al momento de las evaluaciones, una serie de reacciones neurovegetativas, como la alteración del ritmo respiratorio y cardiovascular, sudoración, alteraciones digestivas y genitourinarias, entre otras.

En el mismo orden, Luengo (2008:24) expresa: “la ansiedad es un estado de confusión cognitiva que se corresponde con un nivel de bajo control comportamental, que considera básicamente una proliferación sistemáticamente de mayor o menor grado generada a partir de interpretaciones completamente desajustada de estímulos reales”. Es decir, se pierde el control emocional, cognitivo y conductual por cuanto se interpreta el entorno de manera negativa; influye en la actividad laboral o escolar; pues desarrolla una preocupación excesiva difícil de manejar; por lo cual se siente inquietud con síntomas corporales.

Similar a ello, Riso (2005:68) establece: “ansiedad es un progreso respecto al incipiente reflejo condicionado, adelantarse demasiado, tratando de predecir calamidades puede resultar nefasto”, así se establece que la persona se adelanta a los hechos antes que sucedan, de manera negativa y lo asegura tanto que termina en situaciones tristes y lamentables; también experimenta una sensación de angustia miedo y desesperación permanentes, por causas no conocidas a nivel consciente, con deseo de huir.

Los planteamientos presentados por Riso (2005), Moles (2007), Luengo (2008), Colina (2009) y Marcell (2010) se relacionan entre sí, ya que la ansiedad es una reacción que tiene el organismo ante cualquier forma de estimulación intensa, siendo considerada como un trastorno mental prevalente en la actualidad pues el mundo corresponde a una época de grandes cambios, con ritmo de vida enormemente acelerado, mayor demanda de competencia y especialización. Precisamente las contrariedades y exigencias que cotidianamente debe enfrentar el hombre propician estar sometido a muchos momentos de ansiedad, lo que no escapa a que se manifieste en los procesos educativos.

Tipos de ansiedad

Dentro del modelo conductual, según Moles (2004:33) en las investigaciones realizadas demuestran que en el hombre el comportamiento emocional “hay tanto acciones respondientes (Vasoconstricción, tensión muscular, sudoración, aceleración

cardíaca) como operante (Correr, vocabulario empleado, entre otros). En este sentido, dentro de la psicología del paradigma pavloviano, se ha logrado explicar la adquisición de respuestas emocionales inadaptadas. Lo que ha abierto un amplio campo en el diseño de estrategias terapéuticas para el manejo y eliminación de la respuesta de ansiedad. Así se explica la complejidad del comportamiento humano, que amerita del estudio cognitivo-conductual para explicar el proceso psicológico de la ansiedad.

Por lo cual, a partir de la segunda mitad del siglo XX, los estudios sobre ansiedad y rendimiento escolar comenzaron a ser cada vez más frecuentes, demostrando con ello que la preocupación por el tema pasó gradualmente a ocupar un sitio importante en el área de la Psicología Educativa. Las diversas investigaciones realizadas apuntaron, en términos generales, a tratar de indagar los efectos que la ansiedad provocaba en el rendimiento escolar. A este respecto, existen diversas explicaciones posibles que contribuyen a explicar algunas situaciones de la ansiedad. En este sentido, dentro del campo de la psicología se establece la existencia de dos tipos de ansiedad: ansiedad facilitadora y ansiedad debilitadora.

Ansiedad facilitadora

Dentro de este aspecto, autores como Strohn y Brenner (2004) señalan la existencia de comportamientos como la empatía, que suelen ser reconocibles dentro de las dimensiones de la psicología. Esta contribuye con la manifestación de la ansiedad facilitadora, la misma se define como la capacidad de saber escuchar los sentimientos de los demás y asumir decisiones que les tengan en cuenta. La empatía no es sólo saber interpretar las emociones y preocupaciones ajenas, sino también responder ante sus sentimientos de una manera adecuada, llegando a tener una íntima familiaridad con los estudiantes, facilitando así las tareas escolares.

En este sentido, el docente ha de asumir una posición empática y facilitadora. Estos han de saber reconocer y satisfacer las necesidades del otro; ser accesible, saber escuchar lo que los demás tienen que decir; siendo capaces de conectar con un amplio abanico de señales emocionales, lo cual les permite experimentar aunque sea de un modo tácito las emociones que se siente ante una situación evaluativa, comprendiendo la perspectiva de los demás. Así el educador, debe construir una toma de conciencia de sí mismo, cuanto más abierto se esté para captar las propias emociones, más habilidad se tendrá para leer las emociones de los estudiantes.

Considerablemente, algunos estudiantes experimentan poca ansiedad en época de exámenes. Esta poca activación puede repercutir positivamente, no sólo en el rendimiento ante las evaluaciones, sino que puede llegar a equilibrar la salud de los estudiantes ante este tipo de situaciones. Mucho antes de que comiencen los exámenes propiamente, comienzan a experimentar sensaciones físicas muy diversas, acentuándose conforme se van acercando los días para el examen. En este sentido, Escalona y Tobal (1998) estiman que en la enseñanza primaria y secundaria,

aproximadamente entre el 10-20% de los estudiantes presentan niveles de ansiedad facilitadora ante los exámenes.

Esta ansiedad ante los exámenes consiste en una serie de reacciones emocionales positivas que algunos estudiantes sienten ante estos. El anhelo a los exámenes es un estado racional, no en vano la actuación en ellos determina gran parte del futuro académico de la persona. Pero como ocurre la mayoría de las veces con la ansiedad, es cuando se da a niveles bajos, cuando puede no interferir inadecuadamente en la vida de la persona.

La ansiedad ante exámenes, según Escalona y Tobal (1998), constituye una importante situación, no sólo por el elevado porcentaje de estudiantes que la padecen, sino también porque ejerce en ocasiones un saludable muy necesario sobre el rendimiento. Por ello, hay que considerar que el número de estudiantes que sufren fracaso escolar no tienen problemas relacionados con el aprendizaje o con su capacidad, sino con los niveles extremos de ansiedad que presentan ante los exámenes.

La ansiedad facilitadora que los exámenes producen en los estudiantes no es uniforme, sino que está en función de múltiples variables, entre las cuales se destaca, el rasgo de ansiedad del sujeto, esto es, su carácter más o menos influenciado por esta. Según sea su rasgo de ansiedad, se puede clasificar a los estudiantes a lo largo de una línea continua que va desde los poco o escasamente ansiosos a los altamente ansiosos.

En el mismo orden, según la importancia de las evaluaciones, no causa la misma ansiedad un control rutinario, o una prueba parcial con posibilidades de recuperación, que un examen final que implica aprobar o suspender la asignatura y conlleva pasar al curso siguiente o repetir. Cuando el examen es el último de una oposición y el examinando se juega una plaza, la dosis de ansiedad puede ser muy elevada y finalmente los factores relacionados al medio ambiente, tales como: aula desconocida, aspecto de los examinadores, tipo e instrucciones, ruido y calor medioambiental, tiempo disponible, entre otros, también incide sobre los estudiantes facilitando o disminuyendo su nivel de ansiedad.

En consecuencia a lo expuesto, la ansiedad facilitadora corresponde a un tipo de ansiedad que tiene una relación positiva con el rendimiento académico. Es decir tiende a facilitar el rendimiento en tareas más simples y familiares. De aquí que, hay que considerar las características cognoscitivas de los estudiantes, a fin de comprender que su rendimiento académico se encuentra dentro de términos normales. No significando que existan en él compromisos o deficiencias en la capacidad de aprendizaje. Autores como Birneyetal (1995), al referir los hallazgos de las investigaciones sobre ansiedad y rendimiento escolar, hace referencia a este aspecto al indicar que los estudiantes ansiosos actuaban mejor en situaciones cooperativas que competitivas y tenían un mejor rendimiento en tareas familiares de complejidad menor.

Ansiedad debilitadora

Los efectos de la ansiedad sobre el rendimiento son bastante claros y se producen fundamentalmente ante determinadas condiciones: cuando las instrucciones son amenazantes, por ejemplo, de este examen depende tu futuro, si suspendes tendrás que repetir; cuando hay presión de tiempo, sobre todo, cuando el tiempo para su realización es corto; o cuando la tarea es compleja y requiere de un alto nivel de concentración. Ante estas condiciones el estudiante ansioso presentará una reducción considerable de rendimiento, estará debilitado.

En este sentido, para Coll y Martín (2003) el sentimiento de seguridad, las experiencias previas, el miedo al fracaso, que el propio prestigio se vea afectado o la constatación de las propias deficiencias para superar la prueba, son algunos de los factores que también contribuyen a disminuir o incrementar el grado de ansiedad ante el examen, lo que conlleva a disminuir el rendimiento. De estas observaciones los psicólogos concluyen que el rendimiento está en función de la interacción que se produzca entre el nivel de ansiedad del sujeto y la naturaleza o dificultad de la tarea. Esto es: la ansiedad facilita el rendimiento en las tareas fáciles y lo empeora en las difíciles.

Se entiende que los efectos de la ansiedad se dan tanto en lo fisiológico, psicológico y emocional. Las reacciones debilitadoras pueden incluir taquicardia, tensión muscular, náuseas o sudoración. Se puede experimentar imposibilidad de actuar, tomar decisiones, expresarse o manejar situaciones cotidianas. Como consecuencia, se puede tener dificultad a la hora de leer y entender preguntas, organizar pensamientos o recordar palabras o conceptos.

También es posible experimentar un bloqueo mental, lo que se manifiesta en la imposibilidad de recordar las respuestas pese a que estas se conozcan. Y Por último, las reacciones emocionales propias de la ansiedad debilitadora pueden llevar a sentirse aprehensivo, inquieto, enfadado o desvalido.

Por este motivo, las interacciones de los efectos de la ansiedad en el rendimiento escolar, para Colina (2009), son criterios que se describen en esta investigación, como elementos de causa-efecto. Por ello, se analizan algunas características del sistema escolar que pueden provocar o exacerbar la ansiedad en los estudiantes, aumentando el número de alumnos en riesgo de bajo rendimiento y de fracaso del estudiante. En este sentido, las evaluaciones escolares deben ser consideradas como un momento más del aprendizaje, transformándose en una actividad constante y permanente, a fin de disminuir la tensión emocional que provocan especialmente en el alumno ansioso.

Así existen varias razones comunes, para que los estudiantes experimenten ansiedad al tomar un examen, en expresiones de Aquilo (2002), a veces es debido a la poca preparación, o pocas habilidades. Algunas veces se debe a una experiencia negativa, actitud negativa acerca del estudio, bajo nivel de confianza en sí mismo, o también, es posible una combinación de todas estas razones que debilitan la acción del individuo.

A este respecto, en la mayoría de las ocasiones existe un agente real o percibido que activa la ansiedad. Éste puede ser sencillamente una experiencia anterior de bloqueo en un examen, o de haber sido incapaz de recordar respuestas. Similar a ello, la ansiedad puede estar debida a pensamientos negativos o preocupaciones, tales como el estar pensando en exámenes anteriores, en cómo otros compañeros están haciendo el examen o en las consecuencias negativas que se prevé de hacer un mal examen. En otros casos, errores en la distribución del tiempo, malos hábitos de estudio o exceso de estudio la noche anterior, incrementan considerablemente la ansiedad debilitadora.

A tales efectos, la ansiedad debilitadora corresponde a un tipo de ansiedad que afecta negativamente el rendimiento académico. En este sentido, tiende a perturbar el rendimiento en tareas complejas y producir comportamientos ansiosos. A este respecto autores como Mussen y Rosenzweig (1998:106) refiriéndose a este punto señalan lo siguiente: “Hay algunas tareas escolares que los niños ansiosos, pero no en exceso ansiosos, realmente ejecutan mejor que sus compañeros no ansiosos de igual inteligencia.” De lo cual se deduce que en ocasiones y según sea la actividad evaluativa a realizar, la ansiedad pueda afectar en unos casos y favorecer en otros.

Estas son tareas de aprendizaje que involucran elementos sencillos y estructurados con claridad, tareas que requieren un abordaje cauteloso, diligente y una gran cantidad de verificación y re verificación. Pero, en tareas que requieren originalidad, juicio, flexibilidad, creatividad y espontaneidad, los estudiantes menos ansiosos son superiores. Lo que implica que la ansiedad juega un rol facilitador del rendimiento hasta un determinado punto, pero si el nivel de ansiedad sobrepasa ese punto, el rendimiento empieza a verse obstaculizado.

Independientemente de cuál pueda ser la explicación más acertada del problema que se está tratando o si cada una de estas explicaciones constituye una parte de una explicación más global e integrativa, para este autor, existe un consenso importante a lo menos en dos aspectos: a.) El estudiante ansioso se encuentra en una posición desventajosa cuando requiere interactuar con situaciones de mayor complejidad, ya sea a nivel de aprendizaje o de rendimiento. b.) El estudiante ansioso se encuentra en una posición desventajosa cuando interactúa con situaciones que percibe como competitivas, amenazantes y que lo presionan a actuar con rapidez.

El factor común que se identifica para las dos situaciones señaladas se refiere a las decisiones que el estudiante debe adoptar. Tanto en la interacción con áreas complejas como en el actuar en situaciones competitivas y amenazantes, el estudiante debe ser capaz de adoptar un curso propio de acción sin esperar una estructuración externa de la situación, es decir, optar libremente por aquellas conductas que resultan más eficientes y adaptadas en esa situación concreta. Este aspecto es fundamental en la baja de rendimiento que presenta los estudiantes ansiosos.

Metodología

El tipo de investigación fue descriptiva, con un diseño no experimental, transeccional, contemporáneo, de campo y univariable (Hernández y col. 2010; Hurtado de Barrera, 2010). Se consideró como población los 242 estudiantes del Programa de Educación Especial del Núcleo Costa Oriental del Lago de la Universidad del Zulia, Venezuela. La muestra fue determinada de forma intencional tomando los 33 estudiantes participantes de las asignaturas Orientación, Familia y Comunidad, y Orientación II, por ser ellos quienes manifestaron interés de ser parte del estudio. De esta muestra, se determinó que 28 eran del sexo femenino y cinco (5) del masculino, con edades comprendidas entre los 18 y los 23 años.

El instrumento usado constó de 32 preguntas, de las cuales las seis primeras se referían a los tipos de ansiedad, facilitadora y debilitadora (Alpert y Haber, 1960); para el objeto de este artículo serán las únicas a considerar. Este fue validado por su criterio a través del juicio de cinco (5) expertos, tres (3) metodólogos y dos (2) orientadores de la conducta con profesión en psicología, quienes evaluaron cada uno de sus ítems, observando su pertinencia con la variable, dimensiones e indicadores, así como su redacción tanto en contenido como en metodología, de manera que corroboraron la pertinencia de éstos con la ansiedad; las recomendaciones sobre la redacciones de los ítems fueron consideradas para la versión final del instrumento.

En lo que respecta a la validez de constructo, se trabajó con el criterio expresado por Chávez (2007), aplicando el instrumento a un grupo piloto de 16 participantes, encontrándose que no hubo necesidad de eliminar ninguno de los ítems diseñados, por lo cual se determinó su validez discriminante.

En cuanto a la confiabilidad, fue constituida con el coeficiente Alpha de Cronbach, obteniendo como resultado 0.94, con lo cual se estableció que el mismo es altamente confiable. La data se analizó por medio de la estadística descriptiva, específicamente la media aritmética como medida de tendencia central, y la desviación estándar como medida de dispersión. Igualmente, para categorizar los puntajes que derivan de los resultados se elaboró el baremo de contrastación el cual fue usado para la variable ansiedad (Ver Cuadro 1).

Cuadro 1. Baremo para los promedios

| Respuestas | Categoría | Nivel |
|--------------|----------------------|----------|
| Siempre | $3,24 \geq x < 4$ | Muy Alto |
| Casi siempre | $2,49 \geq x < 3,23$ | Alto |
| Casi nunca | $1,74 \geq x < 2,48$ | Bajo |
| Nunca | $1 \geq x < 1,73$ | Muy Bajo |

Fuente: Las autoras (2016)

Análisis y discusión de resultados

Cuadro 2. Variable ansiedad

| Objetivo | Variable | Dimensión | Indicadores | Items |
|--|----------|-------------------|---------------|---------|
| 1. Identificar los tipos de ansiedad que presentan los estudiantes de Educación Especial, Universidad del Zulia, Núcleo Costa Oriental del Lago. | Ansiedad | Tipos de Ansiedad | -Facilitadora | 1, 2, 3 |
| | | | -Debilitadora | 4, 5, 6 |

Fuente: Las autoras (2016)

El objetivo guía del análisis de los resultados, de acuerdo a su dimensión e indicadores de la variable ansiedad, se detalla en el cuadro 2. Los ítems 1, 2 y 3 se referían a la ansiedad facilitadora. En las mismas se les cuestionaba acerca de su sentir hacia sí mismo, su satisfacción en el logro de las metas en las evaluaciones orales y escritas, y su satisfacción por su forma de actuar durante las evaluaciones. Los resultados se resumen en la Tabla 3. Ansiedad facilitadora.

Variable: Ansiedad

Dimensión: Tipos de ansiedad

Indicador: Facilitadora

Cuadro 3. Ansiedad facilitadora

| ESTADÍSTICA | Respuesta | BAREMO | | | |
|---------------------|--------------|----------------------|----------|-----|-----|
| | | Categoría | Nivel | Fa. | % |
| Media Aritmética | Siempre | $3,24 \geq x < 4$ | Muy alto | 10 | 29 |
| | Casi siempre | $2,49 \geq x < 3,23$ | Alto | 13 | 39 |
| Desviación Estándar | Casi nunca | $1,74 \geq x < 2,48$ | Bajo | 4 | 13 |
| | Nunca | $1 \geq x < 1,73$ | Muy bajo | 6 | 19 |
| TOTAL | | | | 33 | 100 |

Fuente: Las autoras (2016)

En el cuadro 3, se presenta el análisis del indicador facilitadora, correspondiente a la dimensión tipos de ansiedad y la variable ansiedad, donde se observa que se ubicó el indicador en la categoría y nivel alto, con un porcentaje del 39%, para una frecuencia de 13, con la alternativa de respuesta “casi siempre”, según el baremo diseñado.

En la media aritmética se alcanzó el valor de 2,80, ubicando el indicador en el nivel alto del baremo; al considerarse la dispersión de los datos medida a través de la desviación estándar fue de 0,99 se observa que el indicador se mueve hacia los niveles

muy alto, bajo y muy bajo, por lo que la dimensión refleja una tendencia a oscilar, con lo que se concluye que en la ansiedad facilitadora los estudiantes de educación especial del Núcleo LUZ COL presentan insatisfacción al momento de presentar evaluaciones, evidencia que los coloca en una posición inapropiada en el manejo emocional de forma operativa.

Este análisis se observa a través de la frecuencia absoluta y la porcentual, ya que el 39% de los estudiantes encuestados respondieron con la alternativa casi siempre, 29 % respondieron siempre, 13% casi nunca y 19% nunca; a tales efectos, se determina que el indicador específicamente asciende hacia el nivel muy alto y baja hacia los niveles bajo y muy bajo.

Variable: Ansiedad

Dimensión: Tipos de Ansiedad

Indicador: Debilitadora

Cuadro 4. Ansiedad debilitadora

| ESTADÍSTICA | Respuesta | BAREMO | | | |
|-------------|--------------|----------------------|----------|----|-----|
| | | Categoría | Nivel | Fa | % |
| Media | Siempre | $3,24 \geq x < 4$ | Muy alto | 8 | 21 |
| Aritmética | Casi siempre | $2,49 \geq x < 3,23$ | Alto | 15 | 47 |
| Desviación | Casi nunca | $1,74 \geq x < 2,48$ | Bajo | 3 | 11 |
| Estándar | Nunca | $1 \geq x < 1,73$ | Muy bajo | 7 | 21 |
| | TOTAL | | | 33 | 100 |

Fuente: Las autoras (2016)

En el cuadro 4, en la variable ansiedad, dimensión tipos de ansiedad, se observa que el porcentaje obtenido para el indicador debilitadora, fue de 47% lo que según el baremo de las variables lo ubica en la categoría del nivel “Alto”, con una frecuencia de 15 y la alternativa de respuesta “Casi siempre”. Las medidas de tendencia central alcanzó el valor de 2,69 para la media aritmética, la cual ubica al indicador en ese nivel y la dispersión de los datos medida a través de la desviación estándar fue de 1,02 por lo que el indicador expresa una tendencia en ascender al nivel muy alto, durante las evaluaciones presentan inseguridad producto de la ansiedad.

Lo expresado evidencia en los estudiantes estudiados dificultad para ejercer actividades en la manifestación de ansiedad de manera responsable, controlada y satisfactoria; así como escaso manejo de conocimientos que se debe tener para mantener un ambiente agradable en la salud mental.

Los resultados presentados, acerca de los tipos de ansiedad manifestados en los estudiantes de Educación Especial, Núcleo Costa Oriental del Lago de la Universidad del Zulia, señalan en relación a la ansiedad del tipo facilitadora, que en su mayoría presentan emociones y comportamientos desfavorables en cuanto a insatisfacción en

el logro de las metas al presentar evaluaciones. Ello implica, según lo señalado por Moles (2007), que el aparato emocional del sujeto experimenta la respuesta de temor ante situaciones desfavorables, lo cual trae consecuencias negativas. Asimismo, para este autor quien padece de ansiedad puede desarrollar perturbaciones intelectuales y desmejorar el nivel de aprendizaje académico.

Aunado a ello, Strohn y Bremer (2004) indican que la familiaridad del estudiante con el entorno escolar, con sus compañeros y profesores, es necesaria para producir un rendimiento óptimo. Exponen además sobre la necesidad de la existencia de empatía de forma recíproca para que se produzca este efecto, el cual conlleva a satisfacer necesidades psicológicas orientadoras hacia el logro académico, siendo este necesario para incrementar el rendimiento académico, al disminuir la ansiedad.

En función al indicador ansiedad debilitadora, Colina (2004) asevera que esta aparece como una respuesta normal ante un peligro o amenaza, la cual debilita la estabilidad y equilibrio emocional del individuo. Esto permite afirmar como los efectos son cónsonos a lo planteado por Bauselas (2005) para quien entre los factores que contribuyen a disminuir o incrementar el grado de ansiedad en un estudiante ante un examen o evaluación están: “en sentimiento de seguridad, las experiencias previas, el miedo al fracaso, que el propio prestigio se vea afectado o la constatación de las propias deficiencias para superar la prueba” (p. 554).

Conclusiones y recomendaciones

Ante estos resultados se puede concluir que ambos tipos de ansiedad se manifiestan en los estudiantes parte de la muestra. Con ello se puede recomendar: Planificar cursos y talleres trimestrales en la institución, dirigidos a los docentes, con el objetivo de darles a conocer la necesidad de educar a los estudiantes en función a conocer sobre la ansiedad y sus efectos en el rendimiento estudiantil y otros procesos psico-fisiológicos.

Desarrollar actividades grupales con los estudiantes que presentan ansiedad, cada 15 días con personal capacitado en técnicas cognitivas conductuales con la finalidad de enseñarlos a controlarse en situaciones escolares que le causen ansiedad y logren un desempeño adecuado en sus estudios. Asimismo, extender este entrenamiento hacia el resto de los estudiantes para que fortalezcan su autocontrol emocional y eviten estados ansiosos.

Referencias bibliográficas

- Alpert, R. y Haber, R. N. (1960). Anxiety in Academic achievement situations. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 61, 207-215.
- Álvarez, J., Aguilar, J. y Segura, S. (2011). El estrés ante los exámenes en los estudiantes universitarios. Propuesta de intervención. *INFAD Revista de psicología*, N°2-VOL.1, pp. 55-63.

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5TH Edition) DSM-5*. Washington DC, USA.
- Bausela, E. (2005). Ansiedad ante los exámenes: evaluación e intervención psicopedagógica. *Revista Venezolana de Educación*, Vol. 9, No. 31, pp. 553-558.
- Bertoglia, L. (2005). Ansiedad y rendimiento en adolescentes escolares. Una alternativa de acción. *Psico-perspectivas*, Vol. IV, pp. 27-32.
- Bertoglia, L. (1999). *La ansiedad y su Relación con el Aprendizaje*, Chile, Valparaíso: Educacional No 5. Instituto de Educación, Universidad Católica de Valparaíso.
- Birney, J. et al. (1969). *Análisis Interactivo de las Reacciones de Ansiedad: Procesos Cognitivos Mediacionales*. España: Tramuz.
- Canelones, M. (2008). *El Manejo de la Ansiedad a Través de las Técnicas Psicológicas en el Personal Administrativo de la UVM*. Trabajo de investigación, nivel maestría.
- Carrobbles, J. (1995). La ansiedad: naturaleza, incidencia y modelos explicativos. En J. A. Carrobbles: *Análisis y modificación de conducta II: Aplicaciones clínicas*. (Vol. 1). Madrid, España: U. N. E. D.
- Colina, L (2004). *El Estudiante Ansioso, una Forma de Enfrentar el Problema*. Chile, Universidad Católica de Valparaíso: Perspectiva Educativa Edic.
- Chávez, N. (2007). *Introducción a la Investigación Educativa*. Caracas, Venezuela: Editorial ARS.
- Dollan, Z. (2005). *Ansiedad Debilitadora y Rendimiento Escolar*. Lima, Perú: Ediciones Universidad Católica.
- Escalona, A y Miguel-Tobal, J. (1996). Ansiedad ante los Exámenes: Evolución Histórica y Aportaciones Prácticas para su Tratamiento. *Ansiedad y Estrés*, Vol. 2, No. 2-3, pp. 195-209.
- García-Zapatero de Villegas, G. (1983). Ansiedad debilitadora y rendimiento escolar. *Revista de Psicología*. Vol. 1, No. 1, pp. 61-65.
- Hernández, R, Fernández, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación (5^a. Ed.)*, México: Editorial Mc. Graw Hill.
- Hurtado de Barrera, J. (2010). *Metodología de la investigación. Guía para la comprensión holística (4^a ed.)*. Bogotá-Caracas, Colombia-Venezuela: Quirón-Sypal.
- Jackson, B. y Frick, A (1998). *Evaluación y Tratamiento Conductual de la Ansiedad*. Barcelona, España: Prentice Hall.
- Johnson, G. (2002). *Comunidad en Estudio de Ansiedad en Niños y Adolescentes*. México: Prentice Hall.

- Last, G, Hersen, M, Kasdin, E y Perrin, S. (2001). *Desordenes de Ansiedad en Niños y Familiares*. New York, USA: General Psychiatry 48.
- Luengo, D. (2004). *La ansiedad al descubierto. Cómo comprenderla y hacerle frente*. Madrid, España: Paidós.
- Moles, J. (2007). *Asesoramiento Clínico*. Caracas, Venezuela: Editorial Greco S.A.
- Pérez Paredes, P. F. (1999). *Actividades comunicativas y su relación con la generación de ansiedad en estudiantes de inglés como lengua extranjera*, Universidad de Murcia
- Riso, W. (2005). *Terapia Cognitiva*. Madrid, España: Norma.
- Rodríguez, R., Roque, Y. y Molerio, O. (2002). *Estrés laboral, consideraciones sobre sus características y formas de afrontamiento*. *Revista Internacional de Psicología*, V. 3, No. 01, Enero. Pp. 1-19.
- Serrano, C., Rojas, A. y Ruggero, C. (2013). *Depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios*. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, Vol. 15, No. 1, Enero-Junio, pp. 47-60.
- Spielberger, C. (1995). *Ansiedad y Cognición*. Buenos Aires, Argentina: H. Tuma y J. Maser (eds).
- Strohn, K. y Brenner, H. (2004). *La Sabiduría y el Juicio Reflexivo*. Bilbao, España: Edic. Desclee.



UNIVERSIDAD
DEL ZULIA

 **mpacto** *Científico*

Revista Arbitrada Venezolana
del Núcleo LUZ-Costa Oriental del Lago

Vol. 12. N°2 _____

*Esta revista fue editada en formato digital y publicada
en diciembre de 2017, por el Fondo Editorial Serbiluz,
Universidad del Zulia. Maracaibo-Venezuela*

www.luz.edu.ve
www.serbi.luz.edu.ve
produccioncientifica.luz.edu.ve