



**UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE
CHIMBOTE**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA

**ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DEL CUARTO AÑO DE
SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
ZARUMILLA - TUMBES, 2019.**

TESIS PARA OPTAR EL TITULO PROFESIONAL DE

LICENCIADA EN PSICOLOGIA

AUTORA

CURAY LUPU DE CLAVIJO, CARMEN KARINA

ORCID: 0000-0003-3708-1556

ASESOR:

GUILLERMO ZETA RODRÍGUEZ

ORCID: 0000-0002-4031-5061

TUMBES – PERU

2020

EQUIPO DE TRABAJO

AUTORA

Curay Lupu de clavijo, Carmen Karina

ORCID: 0000-0003-3708-1556

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado,
Tumbes, Perú.

ASESOR

Zeta Rodríguez, Guillermo

ORCID: 0000-0002-4031-5061

Universidad, católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de la
Salud, Escuela Profesional de Psicología, Tumbes, Perú.

JURADO

Bravo Barreto Elizabeth Edelmira

ORCID: 0000-0003-3526-8069

Zapata Coronado Carlos Alberto

ORCID: 0000-0003-3526-8069

Reto Otero de Arredondo, Narcisa Elizabeth

ORDI: 0000-0002-8107-1657

JURADO EVALUADOR DE TES

MGTR. ELIZABETH EDELMIRA BRAVO BARRETO

Presidente

MGTR. CARLOS ALBERTO CORONADO ZAPATA

Miembro

MGTR. NARCISA ELIZABETH RETO OTERO DE ARREDONDO

Miembro

MGTR. GUILLERMO ZETA RODRÍGUEZ

Asesor

DEDICATORIA

La presente tesis está dedicada a mi esposo Orlando y a mis hijos, Christopher, Jennifer, Thiago, Jofre y Betsabeth mis, mis cinco tesoros que Dios me regaló y que por amor a ellos he logrado superar muchas dificultades en el camino hacia esta culminación de mi carrera profesional.

A mis queridos padres Felipe y Aminita, quienes me dieron la fortaleza para continuar a con su apoyo espiritual y moral, para así poder continuar en esta larga travesía que es la culminación de mi carrera profesional.

Dedico a mi asesor Guillermo Zeta Rodríguez por su Comprensión y paciencia en conducirme hasta lograr los objetivos y las metas trazadas.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por ser mi guía y acompañarme en el transcurso de mi vida por derramar muchas bendiciones, sabiduría e inteligencia, los cuales me permitió concluir con mi proyecto de investigación, sobre todo por haberme dado la fortaleza en los momentos difíciles.

Agradezco a mi asesor. Guillermo Zeta Rodríguez quien con su experiencia, conocimiento, motivación, paciencia y dedicación me oriento en la investigación con los cuales se me han hecho fácil lo difícil, de esta manera ha sido un privilegio poder contar con su ayuda y guía.

RESUMEN

La presente investigación se planteó como problema de estudio conocer ¿Cuál es el nivel la ansiedad en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla - Tumbes, 2019? tuvo como objetivo general Determinar nivel de ansiedad en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla - Tumbes, 2019, el tipo de metodología fue descriptiva, nivel cuantitativo, no experimental. Se trabajó con toda la población la cual estuvo constituida por 90 estudiantes del cuarto año de secundaria, se aplicó como instrumento escala de autovaloración de la ansiedad de Zung. Los resultados obtenidos de la variable de estudio, muestra que los estudiantes del cuarto año de secundaria el 47.77% se encuentra en el nivel de ansiedad mínima, mientras que el 44.44% se ubican en el nivel límites normales, así mismo un 7.77% se ubican en el nivel de ansiedad marcada.

Palabra Clave: estudiantes, institución educativa, ansiedad, secundaria, niveles, adolescentes

ABSTRACT

The present investigation was raised as a study problem to know What is the level of anxiety in the students of the fourth year of secondary school of the Educational Institution Zarumilla - Tumbes, 2019? Its general objective was to determine the level of anxiety in the students of the fourth year of secondary school of the Educational Institution Zarumilla - Tumbes, 2019, the type of methodology was descriptive, quantitative level, not experimental. We worked with the entire population, which was made up of 90 students in the fourth year of secondary school, and Zung's anxiety self-assessment scale instrument was applied. The results obtained from the study variable, show that the students of the fourth year of secondary school 47.77% are in the minimum anxiety level, while 44.44% are in the normal limits level, also 7.77% are located at the level of marked anxiety.

Keyword: students, educational institution, anxiety, secondary, levels, adolescents

Contenido

TITULO DE TESIS.....	i
EQUIPO DE TRABAJO	ii
JURADO EVALUADOR DE TESIS	iii
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO.....	v
RESUMEN	vi
ABSTRAC.....	vii
CONTENIDO	viii
INDICE DE TABLAS.....	x
INDICE DE GRAFICOS.....	xi
I INTRODUCCION.....	1
II REVISION DE LITERATURA.....	02
2.1 Antecedentes.....	03
2.1.1 Antecedentes Internacionales.....	18
2.1.2. Antecedentes Nacionales.....	04
2.1.2 Antecedentes Locales.....	28
2.2 Bases Teóricas.....	30
2.3 Hipotesis.....	72
III. METODOLOGÍA.....	73
3.1 Tipo de investigación	73
3.2 Nivel de investigación.....	73

3.3	Diseño de la investigación.....	73
3.4	Poblacion y muestra.....	74
3.4.1	Poblacion.....	74
3.4.2	Muestra.....	75
3.5	Definición y operacionalización de la variable.....	76
3.6	Técnicas e instrumentos.....	79
3.6.1	Técnica.....	79
3.6.2	Instrumento.....	79
3.7	Plan de análisis.....	82
3.8	Matriz de consistencia.....	82
3.9	Principios eticos.....	85
IV.	RESULTADOS.....	87
4.1	Resultados.....	87
4.2	Análisis de Resultados.....	92
V.	Conclusiones y recomendaciones.....	96
5.1	Conclusión.....	96
5.2	Recomendaciones.....	97
	REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	98
	ANEXOS.....	102

Anexo 1: Escala de autovaloración de la ansiedad.....	103
Anexo 2: Consentimiento informado.....	104
Anexo 3: Promedios.....	106

INDICE DE TABLAS

Tabla 1. Distribución poblacional de los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institucion educativa Zarumilla- Tumbes, 2019.....	74
Tabla 2. Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de ansiedad de los estudiantes del cuarto año de secundaria de Institucion Educativa Zarumilla –Tumbes, 2019.....	87
Tabla 3. Distribución de frecuencia y porcentaje según la edad de los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla - Tumbes, 2019.....	88
Tabla 4. Distribución de frecuencia y porcentaje según el genero de los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla - Tumbes, 2019.....	89

INDICE DE GRAFICOS

Figura 1. Distribución circular del nivel de ansiedad de los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla - Tumbes, 2019.....	87
Figura 2. Distribución circular según edad de los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla - Tumbes, 2019.....	88
Figura 3. Distribución circular por género de los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla - Tumbes, 2019.....	64

I. Introducción

El estudio procedió de la línea de estudio científica Problemas de salud mental, al hablar de ansiedad se define como un estado de sentimientos de aprehensión, tensión que surge anticipadamente ante una amenaza, un hecho real o imaginario, por lo que el tipo de reacción y grado dependerán de la predisposición del individuo con inquietud y esta puede ser excesiva. Esta ansiedad puede jugar un papel estimulante o inhibidor del rendimiento académico Según Ava (2017) con el transcurrir del tiempo, las patologías de la intranquilidad, han estimulado cada vez más tendencia en los autores en confrontación con las demás patologías psíquicas. Como resultado de la comprobación que más pasa el tiempo aumenta el número de individuos que sufren de algún modelo de patología de la intranquilidad causando un desajuste en su vida diaria y el ambiente de la familia, lo laboral como también en la sociedad. Así mismo es exclusivamente impresionable en fases muy tempranas de su vida. En los últimos años la demanda estudiantil y las costumbres laborales conseguidas del método formativo con permutas constantes y donde la intranquilidad tiende a ser un elemento significativo, causando que los seres humanos conserven distintas confusiones tanto orgánicas como mentales. La hazaña de haberse incorporado a la escuela, esencialmente implica recientes apariencias que para la mayoría resulta ser significativo vengero de la intranquilidad y un elemento que se vincule con la productividad académica (Mayta, 2011). Al incorporarse al entorno educativo, los alumnos hacen frente a un suceso de aclimatación y un reciente curso de enseñanza estudio, los cuales se transforman en circunstancias agobiantes, los que repercuten a nivel individual, didáctico y social, causando en los alumnos permutas en sus costumbres de somnolencia, nutrición y de apreciación, sucesos de intranquilidad,

miedos, fobias, incertidumbre desplegando la ansiedad que perjudica la productividad académica como indicio de una oportuna o no oportuna constitución académica.

En los alumnos de cuarto año de secundaria es muy común hallar problemas dentro del salón de clase. Así mismo también conflictos simples y característicos de la etapa de la adolescencia, podrían perjudicar a los adolescentes debido a que observan perturbada su exigencia de sentirse aceptados y valorados por los demás individuos así mismo se pueden expresar objetivos o ataques físicos hacia sus compañeros de aula los cuales menguan en las relaciones interpersonales satisfactorias. (Córdova, J. 2017)

Por esta razón el estudio de investigación permitió describir como se encuentra la ansiedad en los estudiantes de educación de cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla - Tumbes, 2019 pretendiendo corroborar si estos adolescentes cuentan o no con las capacidades, habilidades o recursos para enfrentarse a la vida con mayor confianza, optimismo y por consiguiente alcanzar más fácilmente sus objetivos y metas.

Por lo tanto, frente a la situación de la problemática descrita anteriormente se planteó la siguiente interrogante: ¿Cuál es el nivel de ansiedad en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla - Tumbes, 2019? El estudio de investigación tuvo como objetivo general determinar el nivel de ansiedad en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla - Tumbes, 2019. Así mismo se plantearon los objetivos específicos¹. Establecer el nivel de ansiedad según edad de estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla – Tumbes, 2019; 2. Establecer el nivel de ansiedad según genero de los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla – Tumbes, 2019. Así mismo el estudio de investigación se justificó porque pretendió

aportar al ámbito teórico demostrando la importancia que tiene la ansiedad en los procesos de aprendizaje de los estudiantes, puesto que muchas veces, en nuestro país, este elemento no es tomado en cuenta en el aprendizaje por los jóvenes en el Perú. En el ámbito empírico, la investigación da entender que los desafíos en la ejecución escolástica de los estudiantes han sido observados continuamente, especialmente durante las pruebas académicas, lo que se visualiza en su rendimiento estudiantil. Se fundamenta porque ayuda a determinar como la ansiedad puede ser un factor de cambio en la productividad académica de los alumnos de esta institución educativa ya que como se hace mención previamente la productividad académica es un indicio si hay una oportuna o no enseñanza, pero que se puede ver perjudicada por distintos conflictos dentro de los cuales se encuentran los conflictos psicológicos tales como la intranquilidad y muchos más por lo tanto es de suma importancia ya que a través de sus resultados permitirá ampliar el conocimiento sobre la variable planteada en el estudio de investigación, incorporando al cuerpo de conocimientos nuevos planteamientos teóricos, que apoyara de soporte para venideros estudios y beneficiará en la valoración avanzada en todos los cursos, de todo el proceso de formación integral del estudiante donde accederá y aventajar de forma prematura los conflictos en las posturas y mejorando a lo largo de su vida académica, avalando las conclusiones de forma eficiente del docente. En el ámbito metodológico se utilizó para llevar a cabo el estudio de investigación que interpreta el tipo y nivel de investigación; cuantitativo descriptivo; diseño de investigación; no experimental de corte transversal; siendo la población los alumnos del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla – Tumbes, 2019; se trabajó con la totalidad de la población convirtiéndose en una población muestral. Los datos y resultados se obtuvo por medio de la encuesta, y del instrumento Escala de ansiedad de

Zung, se tuvo en cuenta el plan de análisis y los principios éticos se definió y operacionalizara las variables. Para el análisis y procesamiento de los datos se realizó en el Software SPSS versión 22.0 y el programa informático Microsoft Excel 2013, haciendo uso de la estadística descriptiva mediante la prueba de independencia.

En los resultados, se puede observar que de los estudiantes de cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla – Tumbes, 2019 el 47,3% de ellos se encuentra en el nivel de ansiedad mínima, mientras que el 44,4% de los educandos se ubican en el nivel límites normales, así mismo un 8,3% se ubican en el nivel de ansiedad marcada. Así mismo en Análisis de los resultados, se realizó el análisis y discusión de los resultados obtenidos, con las bases teóricas y antecedentes de la investigación. En las conclusiones se expusieron, en resumen, los resultados que se obtuvieron en la investigación, en donde se concluyó que el 48% de los estudiantes se encuentra en el nivel de ansiedad mínima. Así mismo el 56% de los estudiantes se ubican dentro de la edad de 15 años, así mismo tenemos que el 24% se ubica dentro de la edad de 14 años, y por consiguiente el 20% se ubican dentro del rango de la edad de 16 años. También el 59% de los estudiantes del cuarto grado de secundaria se ubica en el género femenino, y el 41% de los estudiantes en el género masculino. Se observó que el 35.5 % de los estudiantes se ubica en el nivel de ansiedad mínima así como también en el rango de edad de 15 años, por otro lado el 24.2% de los estudiantes se ubica en el nivel límites normales así mismo en la edad de 14 años, el 20.18% se ubica en el nivel límites normales así como también en la edad de 15 años, el 11.82% se ubica en el nivel ansiedad mínima el mismo porcentaje también se ubica en la edad de 16 años, el 8.3% de los estudiantes se ubica en el nivel de ansiedad marcada ese mismo porcentaje se presenta en la edad de 16 años . El 24.2% de los estudiantes se ubica en el nivel de

ansiedad límites normales así como también en el género femenino, por otro lado encontramos que el 23.65% de los estudiantes se ubica en el nivel ansiedad mínima así mismo en el género masculino y femenino, el 20.2% se ubica en el nivel límites normales así como también en el género masculino, el 8.3% se ubica en el nivel ansiedad marcada el mismo porcentaje también se ubica en el género femenino.

El estudio de investigación se encontró estructurado de la siguiente manera: Título de la investigación, equipo de trabajo, hoja de jurado evaluador de tesis, agradecimiento, dedicatoria, resumen, abstract, contenido, índice de tablas, índice de gráficos, introducción, revisión de la literatura, metodología, resultados, conclusiones y recomendaciones del estudio, referencias bibliográficas, y finalmente en anexos.

II. Revisión de la literatura

2.1. Antecedentes

2.1.1 Antecedentes Internacionales

Paredes (2018) llevo a cabo un estudio de investigación titulado “Ansiedad y su relación con el rendimiento escolar (Estudio realizado con los alumnos de 4°. a 6°. del Colegio Canaán del municipio de Quetzaltenango)” Quetzaltenango- Guatemala. Tuvo como objetivo es establecer la relación de la ansiedad con el rendimiento escolar de los niños de 4to a 6to primaria del Colegio Cristiano Canaán de la ciudad de Quetzaltenango, se trabajó con 45 niños, el test utilizado para este proceso fue IDAREN que mide ansiedad estado y rasgo, y los promedios de las primeras tres unidades de cada estudiante, y esto para relacionar las variables de estudio. Se concluye que la ansiedad se relaciona con el rendimiento escolar ya que interviene en el proceso de aprendizaje en los niños, y los síntomas se hacen presentes durante el ciclo escolar porque buscan obtener buenos resultados por lo que se recomienda que el centro educativo apoye actividades de relajación en los niños a través de un orientador o maestros guías para que puedan proporcionar a estudiantes técnicas adecuadas para que se sientan cómodos y se puedan desenvolver.

Cánovas (2017) llevo a cabo un estudio denominado El objetivo general de esta investigación fue examinar la relación entre ansiedad, autoconcepto y rendimiento académico en alumnos de Educación Secundaria con TDAH y las posibles diferencias en estas variables con respecto a los que no muestran el trastorno. Los objetivos específicos fueron cuatro. Primero, estudiar en la etapa de la adolescencia posibles diferencias en ansiedad (estado y rasgo) entre el alumnado con y sin diagnóstico de

TDAH, en general y atendiendo al subtipo concreto. Segundo, analizar en adolescentes posibles diferencias en autoconcepto (social, académico, emocional, familiar y físico) entre estudiantes con y sin TDAH, globalmente considerado y en función de los diferentes subtipos. Tercero, estudiar posibles diferencias de rendimiento académico (en las materias de Matemáticas, Lengua, Ciencias Sociales, Ciencias Naturales, Educación Física e inglés) entre los dos grupos de adolescentes, con y sin TDAH, en general y según los subtipos de esta alteración. Cuarto, examinar los hallazgos sobre las variables de ansiedad y autoconcepto, relacionándolos con el rendimiento académico de los adolescentes con y sin TDAH. La muestra estuvo formada por un total de 200 alumnos, de los cuales 100 pertenecían al grupo control y otros 100 al grupo experimental, siendo un 60.7 % (n = 121) chicos y un 39.3% (n = 79) chicas, cuya edad osciló entre los 11 y 20 años, con un promedio de 14.3 años (DT = 2.0). Los estudiantes estaban escolarizados en diversos Institutos de Educación Secundaria (IES) de la Región de Murcia y contaron con el consentimiento de sus padres para participar en el estudio. Todos los adolescentes cumplimentaron los siguientes cuestionarios: Cuestionario de datos socio-demográficos, clínicos y de rendimiento académico; Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI); Cuestionario de Autoevaluación de Ansiedad Estado-Rasgo para niños (STAIC); Cuestionario de Autoconcepto-Forma 5 (AF-5). Los adolescentes de la muestra respondieron a los criterios DSM-5 para el TDAH, siendo cumplimentada la información diagnóstica por un profesional clínico. En cuanto a nuestros resultados, no se han encontrado diferencias estadísticamente significativas en ansiedad (estado y rasgo) entre los grupos control y experimental., y tampoco entre subtipos. Sí se han constatado diferencias significativas en el autoconcepto académico y social entre los alumnos sin y con TDAH, los cuales muestran puntuaciones más bajas.

También hemos encontrado diferencias en autoconcepto en cuanto a la presentación clínica de TDAH, mostrando los alumnos con subtipo inatento puntuaciones significativamente superiores en autoconcepto familiar y físico que aquellos pertenecientes al subtipo combinado. Respecto a las calificaciones, hemos observado diferencias entre los adolescentes dependiendo de si presentan o no el trastorno de hiperactividad, con resultados sensiblemente inferiores en las asignaturas de Ciencias Naturales, Ciencias Sociales, Lengua y Matemáticas en el grupo de alumnos con TDAH. Las diferencias de rendimiento académico entre los subtipos de TDAH no alcanzan la significación estadística. Finalmente, nuestros hallazgos han corroborado la hipótesis de que a mejor autoconcepto (académico y social) mejores son los resultados académicos (en Ciencias Naturales y Sociales, Lengua y Matemáticas) y también el supuesto de que la ansiedad rasgo puede repercutir negativamente en el rendimiento académico, al menos en las materias instrumentales de Lengua y Matemáticas. Estos resultados son congruentes con la literatura previa, al tiempo que sugieren la necesidad de proseguir en esta línea de investigación, incorporando variables no contempladas en el presente estudio, tales como los síntomas de depresión y la autoestima, que son relevantes para el desarrollo psicológico y desempeño académico de los adolescentes.

García (2017) llevó a cabo una investigación titulada Ansiedad y Rendimiento Académico en estudiantes de 7 a 15 años de la Unidad Educativa Navarra del sur de Quito, durante Junio y Julio del 2017 para la Pontificia Universidad Católica de Ecuador para lo cual utilizó un estudio cuantitativo con diseño transversal y una población de 135 estudiantes, el instrumento utilizado para medir el nivel de ansiedad fue el cuestionario de Ansiedad Manifiesta en Niños Revisada – 2 (CMASR –2) y para el rendimiento académico se recurrió al promedio de notas finales; entre los resultados obtenidos se

tiene que los estudiantes cuyo nivel de ansiedad es alto obtuvieron un bajo rendimiento académico, así mismo al realizar el análisis por sexos se concluyó que las mujeres tienen un mayor nivel de ansiedad que los varones. De esta manera se encontró una relación de proporcionalidad inversa entre ansiedad y rendimiento académico.

Domblás (2016) realizó un estudio al que denominó “Ansiedad, personalidad y rendimiento académico en alumnado de educación primaria” llevado a cabo en la Universidad pública de Navarra Pamplona – España. Tuvo como objetivo Evaluar las características y la distribución de la respuesta de ansiedad en el alumnado con edades comprendidas entre los 10 y 12 años. Se trata de un estudio correlacional, de carácter descriptivo y transversal. La información se ha recogido en dos momentos: las variables de ansiedad y personalidad a través de pruebas de autoinforme; y las variables de rendimiento a través de las pruebas diagnósticas elaboradas por el Departamento de Educación del Gobierno de Navarra. La muestra de este estudio está compuesta por un total de 1.147 sujetos. Se trata de niños y niñas que a lo largo del curso 2010-11 estaban escolarizados en centros públicos y concertados de la Comunidad Foral de Navarra y cursaban 4º de Educación Primaria. Los resultados obtenidos por la muestra se ajustan a los parámetros referenciados para la validación española del cuestionario SCARED.

Proaño (2016) realizó una investigación a la cual denominó: Habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de octavo, noveno y décimo grado de la Unidad Educativa Dr. Ricardo Cornejo Rosales, por la Universidad Central del Ecuador como objetivo determinar la relación entre habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de octavo, noveno y décimo grado de la Unidad Educativa Dr. Ricardo Cornejo Rosales. La metodología se enmarcó en la investigación cualitativa, en razón de que se interpretó el problema, que siendo de carácter social, implicó investigar los

pensamientos y sentimientos de los estudiantes y sustentar a través del marco teórico y de la investigación mediante datos estadísticos. Se utilizó la técnica psicométrica aplicando el test BAS que permitió medir el nivel de desarrollo de las habilidades sociales y el test CR-MAS para determinar los niveles de ansiedad. Dando como resultado una relación medianamente significativa, que da origen a la elaboración de un Programa de entrenamiento en las habilidades sociales y técnicas que permitirán disminuir los niveles de ansiedad, tomando en cuenta que las habilidades sociales son fundamentales para el desenvolvimiento social de las personas.

Otero (2014) realizó un estudio denominado “Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la facultad de educación”; Este trabajo pone de manifiesto la necesidad de investigar en el ámbito de la prevención de la ansiedad. La muestra del estudio está integrada por 106 estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Complutense de Madrid, que cumplimentaron el Cuestionario de ansiedad Estado-Rasgo (STAI). Los resultados revelaron un significativo porcentaje de alumnos con ansiedad elevada. Los niveles altos de ansiedad en los estudiantes de Educación tienen relevantes implicaciones que se extienden más allá del contexto universitario. Los resultados son útiles para el análisis de la salud mental en el ámbito universitario y como guía para planear nuevas prospecciones; La muestra está constituida por 106 alumnos (89 mujeres y 17 varones), con una edad media de 22,09 años. Son estudiantes del primer curso del Grado de Educación Social y del último curso de la Licenciatura de Pedagogía de la Facultad de Educación de la UCM. En el alumnado de ambas titulaciones predomina el género femenino, lo que explica que en la muestra haya mayoría de mujeres; Los valores medios de las puntuaciones directas en Ansiedad Rasgo son significativamente más elevados que los de Ansiedad Estado ($p=0.017$) (tabla

4), especialmente en las mujeres ($p=0.027$) (tabla 5) y en el alumnado de Educación Social ($p=0.004$) (tabla 6).

2.1.2. Antecedentes nacionales

Chávez (2018) realizó una investigación titulada “Rendimiento académico y ansiedad ante los exámenes en estudiantes de un centro pre universitario de Lima”. Esta investigación tuvo como finalidad conocer la relación existente entre el rendimiento académico y la ansiedad ante los exámenes en los estudiantes de un centro pre universitario de Lima. La muestra estuvo conformada por 156 estudiantes de ambos sexos, cuyos promedios ponderados fueron categorizados por la tabla de rendimiento académico elaborada por Reyes, y a quienes se aplicó el Inventario de Autoevaluación de la Ansiedad sobre exámenes (IDASE). Se utilizó el paquete SPSS (versión 22.0) para el análisis de datos. Se procedió a establecer el análisis de las propiedades psicométricas para el IDASE, se determinó un alto índice de validez y confiabilidad, así también se determinaron los baremos para esta población, los cuales podrían ser utilizados para poblaciones con características similares a las del presente estudio. Se muestra que no existe correlación entre rendimiento académico y Ansiedad ante los exámenes, ni con las dimensiones de Emocionalidad y Preocupación. En cuanto al rendimiento académico se encontró al 46% de estudiantes en el nivel deficiente. Con respecto a la ansiedad ante exámenes el 51% presenta un nivel medio de ansiedad y el 25% presenta nivel alto.

Zapata (2018) realizó un estudio de investigación al que denominó “Relación entre memoria de trabajo, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de un istp en el distrito de san Martín de Porres”. La investigación realizada tuvo como objetivo general determinar la relación entre memoria de trabajo, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de un ISTP en el distrito de San Martín de Porres. El propósito fue contribuir a los avances de diagnóstico neuropsicológicos en jóvenes adultos y asentar desde qué punto trastornos como la ansiedad interviene en la performance del individuo como

estudiante. La investigación es de tipo descriptiva correlacional. Para el estudio se tomó en cuenta al total de la población que ascendía a 205 sujetos, cumpliendo todos los criterios de inclusión. El rango de edad de los participantes se encuentra entre los 18 a 30 años de edad, entre hombres y mujeres. Así mismo, se tomaron como referencias investigaciones que mostraron correlacionales directas e indirectas entre las dos y tres variables. Teniendo en cuenta estos datos se aplicaron dos pruebas: la primera para determinar el nivel de ansiedad y la segunda para analizar la memoria de trabajo. Para realizar la correlación con la variable rendimiento académico se tomaron las calificaciones finales conforme a un semestre de cada uno de los participantes del estudio. Los resultados se obtuvieron a través de una correlación múltiple e indicaron que existe una relación alta entre dos de la variable: memoria de trabajo y rendimiento académico esto es $r=0,665$; Sin embargo, la correlación entre las variables ansiedad rasgo y memoria de trabajo y, rendimiento académico y ansiedad rasgo, indican un $r= - ,057$ y $r=0.017$, que expresan una correlación negativa y positiva respectivamente.

Amoretti (2017) en su estudio titulado “Ansiedad frente a exámenes y afrontamiento de estrés en adolescentes de un Centro Educativo de Villa el Salvador” de la ciudad de Lima. Tuvo como objetivo general determinar la relación que existe entre la ansiedad frente a exámenes y el afrontamiento de estrés en los adolescentes de 1° al 5° grado de secundaria; la población muestral estuvo constituida por 326 estudiantes de ambos sexos cuyas edades eran entre 12 a 18 años. Como resultado se obtuvo que el 52.45% se ubican en el nivel promedio de ansiedad frente a exámenes, el 57.36% vivencian un nivel promedio de ansiedad frente a exámenes según el área de emocionalidad, el 52.15% experimentan un nivel promedio de ansiedad frente a exámenes según el área de preocupación; así mismo el 49.08% se ubican en el nivel promedio de afrontamiento de

estrés, basándose frecuentemente en buscar diversiones relajantes, esforzarse y tener éxito, fijarse en lo positivo y dejar de lado el buscar apoyo social en relación con los demás, así como, el reducir la tensión mediante el afrontamiento improductivo; según el sexo femenino indicaron que si existe relación significativa entre ansiedad frente a exámenes con el afrontamiento de estrés ya que tuvo como valor 0.013, siendo las mujeres quienes cuentan mayor capacidad para afrontar el estrés, por lo tanto no presentan ansiedad frente a exámenes; según la edad de 12 a 14 años si existe relación significativa entre la ansiedad frente a exámenes y afrontamiento de estrés ya que su valor fue de 0.034, siendo estos estudiantes quienes expresan un mayor nivel de afrontamiento de estrés y por ello una baja ansiedad frente a exámenes. Se concluye que si existe relación negativa y altamente significativa entre ansiedad frente a exámenes y afrontamiento de estrés en adolescentes de un Centro Educativo de Villa el Salvador”.

Egoavil (2016) llevo a cabo una investigación que título “Ansiedad y rendimiento académico en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to año de la escuela académico profesional de ingeniería de sistemas y computación de la universidad peruana los andes”; La presente tesis titulada ansiedad y rendimiento académico en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to año de la escuela académico profesional de ingeniería de sistemas y computación de la universidad peruana los andes, es de carácter descriptivo correlacional como tal constituye un esfuerzo por conocer la relación entre la ansiedad y el rendimiento académico, la cual forma parte de la problemática actual. La investigación partió del siguiente problema: ¿Qué relación existe entre la ansiedad y el rendimiento académico en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to año de la escuela académico profesional de ingeniería de sistemas y computación de la Universidad Peruana los Andes? Se ejecutó con el método descriptivo y el diseño correlacional, en una muestra de 140 estudiantes;

los datos acerca de la ansiedad fueron recopilados con las técnicas de encuesta y psicometría, mediante el cuestionario para encuesta y la escala tipo Likert. Para la variable rendimiento académico se tomaron los resultados reportados por los docentes en las actas de evaluación del ciclo 2015 - I. Para hallar la correlación se utilizó la r de Pearson y para determinar el nivel de significación la T de Student de correlación. En conclusión, se estableció que existe una relación inversa y significativa entre la ansiedad y el rendimiento académico en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to año de la escuela académico profesional de ingeniería de sistemas y computación de la Universidad Peruana los Andes.

Bojórquez (2015) realizó un estudio denominado “Ansiedad y rendimiento Académico en estudiantes universitarios” llevado a cabo en la ciudad de Lima. El objetivo fue Determinar la asociación entre el nivel de ansiedad clínica y el rendimiento académico en los estudiantes del primer año de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad de San Martín de Porres (2012 y 2013). Se realizó un estudio observacional de cohorte retrospectivo. La población fue de 687 alumnos de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad de San Martín de Porres, a los que se aplicó la Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung, durante el examen de salud mental (2012 y 2013). Según estos resultados, los alumnos que obtuvieron un puntaje de 50 o más en el “Índice de Ansiedad”, fueron el grupo expuesto; y los que obtuvieron un resultado normal, fueron el grupo no expuesto; a los que se le evaluó el rendimiento académico para determinar la asociación con el nivel de ansiedad. Los resultados mostraron que el rendimiento académico fue de regular/malo en el 30.9 % de los alumnos con ansiedad clínica; frente a un 17.9 % de los alumnos que no presentaron ansiedad, lo que es estadísticamente significativa, pues al aplicar el riesgo relativo, los alumnos con ansiedad clínica

presentan 73% más probabilidad de tener un rendimiento académico regular o malo en comparación a los alumnos sin ansiedad, (IC95% 1.25 – 2.41; valor p χ^2 = 0.002). En los varones la probabilidad de un rendimiento regular/malo, cuando presentan ansiedad clínica es mayor, llegando al 96% en comparación de los que no presentan ansiedad, lo que es también estadísticamente significativa (IC95% 1.23 – 3.12; valor p χ^2 = 0.007).

Tanguis (2014) realizó una investigación a la cual denominó “Relación entre el rendimiento, estrés académico y dimensiones de personalidad en universitarios” La siguiente investigación presenta como objetivo principal identificar la relación que existe entre el rendimiento, el estrés académico y las dimensiones de personalidad de los universitarios. Para ello, se realiza una revisión de las variables mencionadas, considerando los aspectos más relevantes para el presente estudio, como definiciones, características, causas, clasificaciones, entre otros. Asimismo, una revisión sobre las relaciones existentes entre las mismas. Posteriormente, se presenta información fundamental para comprender dicho estudio, como los objetivos, hipótesis, diseño, muestra, instrumentos utilizados y aspectos éticos. De igual modo, se exponen los resultados encontrados en la muestra de estudiantes, dando lugar a la respectiva discusión de los datos hallados, relacionándolos con lo expuesto en otras investigaciones. Finalmente, se concluye el texto a través de nuevas ideas inferidas de lo encontrado en el mismo. Respecto a la idea central de la siguiente investigación, los resultados arrojan que, a mayores niveles de extraversión, menores serán las situaciones percibidas como generadoras de estrés académico y menores serán los síntomas presentados por el alumno. No se encontró relación entre la dimensión extraversión y el rendimiento académico. Por otro lado, las evidencias señalan que, a mayores niveles de neuroticismo, mayores serán las situaciones percibidas como generadoras de estrés

académico y mayores serán los síntomas presentados por el alumno. No se encontró relación entre la dimensión neuroticismo y el rendimiento académico.

Sauna (2017) realizó una investigación a la cual denominó “Ansiedad, Estrategias De Afrontamiento, Agresividad. – Perú”. La siguiente investigación presenta como objetivo principal determinar la relación que existe entre las variables, en los adolescentes de Alto Trujillo – Trujillo, 2016, el presente estudio de tipo cuantitativo, descriptivo, correlacional; tuvo como finalidad estudiar la ansiedad, estrategias de afrontamiento y agresividad para determinar la relación que existe entre las variables, en los adolescentes de Alto Trujillo – Trujillo, 2016; con una población de 337 adolescentes y una muestra de 206 adolescentes que oscilan entre los 13 y 18 años de edad. Instrumentos utilizados fueron: La Escala de Zung, diseñada en 1971 Estandarizada por Lozano, A y Vega, J (2013), Escala de Afrontamiento para Adolescentes ACS con una validez de 67.7% y su confiabilidad de 0.48 a 0.84, adaptada por Canessa (2002), citado por Orihuela (2015) y Cuestionario de Buss Durkee, (G.I.26; 2,056 $r = 0.41- 0.78$) todos con validez y confiabilidad. Se concluye que más de la mitad de adolescentes (56.8%), evidencian una ansiedad mínima o moderada, así mismo que predomina en ellos la estrategia de la Falta de Afrontamiento (9.2%), y por último en los niveles de agresividad predomina un nivel medio que oscilan entre 43.7% a 74.8%, en las dimensiones irritabilidad, agresión verbal, agresión indirecta, resentimiento y sospecha.

2.1.3. Antecedentes locales

García (2017) realizó un estudio titulado “Relación entre motivación de logro y la ansiedad en los estudiantes de secundaria de la institución educativa San Jacinto del distrito de San Jacinto - Tumbes, 2017” Por tal razón, la investigación tiene como objetivo general determinar la relación entre motivación de logro y la ansiedad en los estudiantes de la “Institución Educativa secundaria San Jacinto del Distrito de San Jacinto – Tumbes, 2016. La metodología utilizada corresponde al nivel descriptivo correlacional, con un diseño no experimental, transversal; la muestra estuvo conformada por 169 estudiantes. Para el análisis de los datos, se utilizó el programa estadístico SPSS versión 22.0 y para la contratación de hipótesis se utilizó la prueba no paramétrica de Tau c de Kendall; así mismo para la elaboración de tablas y figuras se utilizó el software Microsoft Excell 2010. De los resultados obtenidos, se concluye que no existe relación significativa entre la motivación de logro y la ansiedad en los estudiantes de la “Institución Educativa secundaria San Jacinto del Distrito de San Jacinto – Tumbes, 2017.

Melgar (2017) llevó a cabo un estudio de investigación denominado Relación entre la autoestima y la ansiedad en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa N°019 Isabel Salinas Cuenca de Espinoza del distrito de Corrales Tumbes, 2016” tuvo como objetivo general, determinar la relación entre autoestima y la ansiedad en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa N° 019 Isabel Salinas Cuenca de Espinoza del distrito de Corrales –Tumbes, 2016. Se utilizó una metodología de tipo descriptivo correlacional y un diseño no experimental, transversal; la población muestral estuvo conformada por 108 estudiantes, a quienes se les aplicó la escala de autoestima de Rosenberg y la escala de autoevaluación de ansiedad de Zung. Para el análisis

estadístico se utilizó el programa estadístico SPSS versión 22 y para la contratación de la hipótesis, se utilizó la prueba no paramétrica de Tau-c de Kendall. Asimismo, para la elaboración de tablas y figuras se utilizó el software Microsoft Excel 2010. De los resultados obtenidos, y de la contratación de la hipótesis se concluye que no existe relación significativa entre autoestima y la ansiedad de los estudiantes de la Institución Educativa N° 019 Isabel Salinas Cuenca de Espinoza.

2.2 Bases teóricas

2.2.1 Ansiedad

2.2.1.1. Definición

La ansiedad a través de la época ha sido conceptualizada de diferentes modos y luego se han ejecutado diferentes experimentos con el único propósito de explicar y conceptualizar con mayor arraigo a dicho trastorno.

Vallejo-Nájera (Citado por Céspedes, 2015) nos informa que, de acuerdo a sus orígenes lingüísticos, la ansiedad y la desesperación y su uso idiomático poseen un mismo alcance, donde la ansiedad tiene su origen del latín *anxietas* que quiere decir fase de agitación, inquietud o zozobra del ánimo.

Mientras que la angustia deriva del latín *angustia* *ángor* que incorpora significados como angostura, complicación, aflicción congoja, miedo opresivo sin razón justa, angostura del lugar o del venidero según el diccionario de la real academia, mientras que para otros autores la opresión, ahogo, angostura se muestran principalmente en la región precordial o abdominal.

Bandura (Citado por San Condoma, 2015) enseñó que el “modelado” es tan o mayor eficaz que el condicionamiento clásico o el operante para marcar comportamientos incorrectos.

Por otro lado, Bandura y Menlove (Citado por San Condoma, 2015 pag.59) hicieron uso de un método de imitación con el propósito de extinguir en los infantes el temor hacia los caninos, luego de muchos intentos entre un canino y modelo que no les tenía temor, los infantes.

A los principios miedosos mostraron un notorio incremento en su comportamiento de acercarse e interactuar con el canino.

Según Spielberger (Citado por San Condoma, 2015 pág. 110) la ansiedad es la evolución que inicia por tasación de parte del sujeto, cuando los incentivos valorados no son riesgosos no se generara una reacción de ansiedad.

Estos dispositivos defensivos son avezados como respuestas adaptativas que el sujeto ha ejecutado constantemente a circunstancias o incentivos parecidos.

Reyes (2017) manifiesta que la ansiedad es una experiencia emocional que todos estamos familiarizados con ella, pero no por eso fácil de definir.

La ansiedad es un fenómeno normal que lleva al conocimiento del propio ser, que moviliza las operaciones defensivas del organismo, es base para el aprendizaje, estimula el desarrollo de la personalidad, motiva el logro de metas y contribuye a mantener un elevado nivel de trabajo y conducta.

En exceso, la ansiedad es nociva, mal adaptativa, compromete la eficacia y conduce a las enfermedades.

Para Aguilera y Whetsell (2017) la ansiedad se hace presente a través del sujeto y avanza en una contestación que se acopla hasta un trastorno incapacitante, esto quiere decir que en circunstancias normales aumentan su eficacia y la adaptación al ambiente social y estudiantil.

El periodo de ansiedad puede hacer que el sujeto se movilice ante circunstancias peligrosas o preocupantes de manera que hace de todo para contrarrestar el peligro, neutralizarlo, asumirlo o hacerle frente correctamente.

Mientras tanto cuando sobrepasa alcances la ansiedad se vuelve un conflicto de salud, obstaculiza su salud y complica considerablemente en las tareas con la sociedad y

tareas intelectuales, cada sujeto según su predisposición anatómica y mental, se ven más voluble o susceptible a algunos signos.

Por tal la ansiedad es una particularidad del mundo actual y existen señales que cuando es alta es un conflicto para muchos infantes y púberes, trascendiendo en su evolución psicológica y social.

Cano (2017) hace mención que la ansiedad es una respuesta humanitaria que inicia ante circunstancias peligrosas ambiguas o de un producto incierto y nos dispone para reaccionar ante ellas o un hecho venidero, acelerando un triple nivel, mente cuerpo y comportamiento.

Así mismo localiza la ansiedad como una respuesta poco agradable pasando a un sistema de alarma ante probabilidades de ganar un producto negativo para nuestro interés (peligro), por ello nos prepara para dar una respuesta adecuada ante situaciones de amenaza.

Es así que el presente trabajo toma como postura describir la ansiedad como un estado emocional que se hace presente ante situaciones de peligro o riesgo, en donde el niño presenta procesos cognitivos sobrevalorados sobre el peligro, observándose una distorsión; perjudicándolo de forma íntegra en todos los contextos en los que se desenvuelve, como lo son problemas relacionados con el fracaso escolar, baja autoestima, soledad y salud física. (Cisneros y Mantilla, 2016 pag. 58)

Endler (citado en Vargas 2018 pag. 31) explica la ansiedad, basándose en la Teoría del constructo personal de Kelly, como el reconocimiento de que los eventos a los que el individuo hace frente se encuentran fuera de su sistema de constructos

propios, es decir, se percibe ansiedad cuando la persona no logra entenderse a sí misma y a los eventos de experiencias pasadas.

La predisposición a la ansiedad es innata; sin embargo, los acontecimientos específicos que pueden convertirse en amenazas son aprendidos.

Navas (1989 citado por Vargas 2018 pag. 32) define la ansiedad como un estado emocional, es decir, es una gama de sentimientos, conductas y reacciones o sensaciones de carácter fisiológico.

En el aspecto subjetivo, la ansiedad sería un sentimiento o emoción que es diferente de cualquiera de otros estados emocionales como tristeza, miedo, ira, depresión o pesadumbre.

Se caracteriza por diversos grados de sentimientos de aprensión, temor, terror o nerviosismo.

En el aspecto más objetivo o referente a lo conductual, la ansiedad es causada por una elevada actividad del sistema nervioso autónomo y por ciertos síntomas como las palpitaciones cardíacas, sudoración, alteraciones respiratorias, y tensión muscular.

Para Mischel (1990 citado por Vargas 2018 pag. 32), el significado o definición de la ansiedad no puede limitarse a una sola concepción.

Él menciona que cada uno tiene diversas amenazas personales diferentes a las de otros, lo cual puede provocar menor o mayor ansiedad; ya que cada uno puede percibir los estados de excitación de una forma distinta, las vivencias que pueden catalogarse como ansiedad son innumerables, y van desde los traumas del nacimiento hasta los

temores con respecto a la muerte, así mismo la manera más sencilla de definir a la ansiedad es un temor aprendido.

Para Sarason y Sarason (1996 citado por Vargas 2018 pag. 33) la ansiedad es un sentimiento de miedo y aprensión confuso, vago y muy desagradable.

La persona que presenta ansiedad se preocupa constantemente, en especial por los peligros desconocidos, también muestra síntomas como aceleración del ritmo cardiaco, respiración entrecortada, diarreas, pérdida del apetito, desmayos, mareos, sudoración excesiva, insomnio, micción frecuente, entre otros.

Todos estos síntomas se presentan en el miedo como en la ansiedad.

El miedo y la ansiedad se diferencian por que el objeto del primero puede ser identificado por la persona que lo percibe, mientras en la ansiedad hay vaguedad en identificar las causas, por parte del mismo sujeto.

2.2.1.2. Etiología de la ansiedad

Clark y Beck (citado por Chapí, 2015, p.48) refieren la explicación productora de la ansiedad ha sido afrontada desde diversas vertientes a través del molde cognoscitivo de la intranquilidad.

Manifiestan que el ser humano a través de la prolongada práctica de su vitalidad ha conseguido una lista de bosquejos cognoscitivos que hacen referencia a las hostigaciones que impulsan en ciertos sucesos.

Aquella activación crea alteraciones cognoscitivas y raciocinios involuntarios establecidos en posibilidades, discapacidad vista de hacer frente, imágenes amenazantes que originaría también la activación comportamental de huida.

Adicionan que la apreciación del ser humano intranquilo no es la adecuada, se basa en hipótesis no correctas.

Por tal esas apreciaciones se transforman en temas hostigadores para las ganancias del individuo por tanto incrementa la ineptitud para enfrentarlos.

La manera más fuerte de mostrarse estas alteraciones cognoscitivas de presentarse estas distorsiones cognitivas expone la determinada patología con intranquilidad generalizada.

Lazarus y Folkman (citado por Chapí, 2012, p. 49) según esta visión mencionan la aclaración de la ansiedad incidiendo en la relación de la valoración cognoscitiva y el afrontamiento que se emplea.

Coexistiendo la valoración cognoscitiva el transcurso que decreta un orden de relaciones al conocer el ambiente de parte del sujeto, mientras que el rescate se convierte en el proceso por lo cual el sujeto controla las solicitudes de la correlación sujeto – entorno, al ser estimado como tenso y estresante, por tal la probabilidad de ejecutar o no la intranquilidad según el manejo del entorno.

Hollander y Simeón (citado por Chapí, 2015, p. 49) conforme al conductismo mencionan que intranquilidad es resultado debido a un ciclo limitado de forma que los sujetos que la sufren han asimilado equivocadamente relacionar impulsos en un inicio neutro, sucesos impresionantes como terribles.

Por ello, hostigadores, de este modo, cuando se origina la relación con ciertos impulsos se desata la carga relacionada al hostigamiento.

De la misma manera la suposición de la enseñanza social expresa que se origina intranquilidad no solo de lo vivido o testimonios espontáneos de acontecimiento traumáticos, por medio del aprendizaje observado de los individuos sujetos al ambiente.

Barlow (citado por Chapí, 2012, p.49) mencionan que el testimonio que procede del estudio psicofisiológico, neurobiológico, genético, endocrinológico.

Debería ser también revisado a las demás posiciones de origen de la intranquilidad sugiere que las patologías de la intranquilidad de la ansiedad como el miedo, la aversión, el legado desarrolla un rol significativo de los ajustes de los síntomas ansiosos, a aquello se acompaña las investigaciones bioquímicas y farmacológicas que se han constituido la seguridad que las patologías de la intranquilidad, se puedan originar mediante dispositivos químicos, con una fisiopatología peculiar.

Las significantes investigaciones expusieron que en diversos estadios de la intranquilidad los dispositivos de aclimatación se observaron rápidamente por el hallazgo del complicado receptor GABA que influye en el acto de muchedumbre de sedantes o de elementos somníferos.

Se logra notar que los dispositivos de creación de la intranquilidad no son esclarecidos y los lineamientos de investigación se expanden a otros métodos de neurotransmisión, por ende, no solo el método gabaérgico, se halla en correlación con la intranquilidad, que se ha involucrado a otros métodos, como el serotoninérgico, este ajusta un semblante más a meditar en el estudio biológico.

2.2.1.3. Enfoques psicológicos en la historia de la ansiedad

La ansiedad es un método de alarma del ser humano ante circunstancias peligrosas quiere decir circunstancias que perjudican y se gana o se pierde.

Según, Rivera, Murillo y Sierra (2017) la definición de neurosis ha sido estimado como todo un problema desde sus inicios en 1769 William Cullen indica que la «irritabilidad» del sistema nervioso se liga al modo general sistema, establecido por un orificio que supuestamente llenaría el sistema nervioso.

Del mismo modo muestran que la neurosis consta de irritabilidad, nervios, depresión y otros signos parecidos originados por una alteración del sistema nervioso

Muchos estudios pretenden explicar cómo se da inicio a la ansiedad, dado que es un tema de relevancia a causa de distintos conflictos clínicos (Virues, 2015). Ellas son las que señalan a continuación:

b. el modelo psicodinámico planteado por Sigmund Freud manifiesta que la angustia es más una evolución biológica (fisiológico) no satisfecha (contestación del cuerpo humano sobre la sobreexcitación que deriva del impulso sexual o libido, para luego concluir en que la angustia sería un indicio riesgoso en circunstancias de riesgo.

Según este modelo la angustia deriva de la guerra del sujeto entre superyó y de los instintos imposibles donde los incentivos inaceptables para el ser humano lograrían un estado de ansiedad.

c. modelos conductistas, el conductismo consta en que todos los comportamientos son aprendidos y en alguna circunstancia de la vida se asocian a incentivos adecuados o inadecuados captando así una afinidad que se va a conservar

para después, según este modelo la intranquilidad es el producto de un curso manejado de manera que los seres humanos que la sufren han aprendido equivocadamente a agrupar incentivos en un principio neutro con circunstancias subsistidas como dolorosas y por ende hostigadoras, de forma que cada vez se produce contacto con estos incentivos se genera la angustia ligada al peligro.

d. modelos cognitivistas cree que la ansiedad como producto de cogniciones patológicas se podría decir que el sujeto "etiqueta" mentalmente la circunstancia y le hace frente con un modo y una manera de conducta determinada.

2.2.1.4. Propiedades de la contestacion de la ansiedad

Según Melgar (2017) se encontraría un verdadero asentimiento en aceptar que la intranquilidad es un estadio emocional contrario adelantado de una circunstancia de riesgo.

La contestación de la intranquilidad desde la mirada del consumismo, se particulariza por ser una acción exagerada o disconforme, instintiva, absurda, constante que no se adapta y subordinada del ambiente del ser humano.

Hoy en día se ha dejado progresivamente la imagen de que la intranquilidad es un prodigio individual para optar por otra idea que avala de que la contestación de la intranquilidad está conformada por tres métodos: motriz, orgánico y cognoscitivo que se causa por ciertas variantes procedentes que pueden ser impulsos o contestaciones del ser humano que procede como impulso.

En conclusión, se origina una proposición en condiciones de estudios funcionales que cooperara a demarcar con fulgor como se da la contestación de la intranquilidad que

particularidades poseen sus soluciones y cuáles son los resultados de esta sobre la vitalidad del ser humano.

Igualmente otros investigadores distinguen el beneficio de una propuesta de estas peculiaridades en base a que accede a distinguir entre la intranquilidad grave y la intranquilidad por aversión facilita la dimensión y cuantificación de los distintos elementos de la intranquilidad, de la posibilidad de constituir moldes de transacción del comportamiento por aversión, y por ultimo orienta el venidero del tratamiento del comportamiento de intranquilidad en base del dominio de cada uno de sus elementos

En base al método psicofisiológico comprueba un prodigio de extrema actividad vegetativa que se interpreta en un incremento del simpático que conlleva a una sucesión de efectos fisiológicos.

Estas expresiones son en base al DSMIII- R APA (citado por Reyes, 2003, p. 31) las siguientes: impedimento para la respiración o percepción de sofoco, latido o métrica del corazón, sudoración a garras frías y mojadas, deshidratación de la boca, vértigos o percepción de inseguridad, vómitos, etc.

Dentro de estas afirmaciones se han hallado relaciones adecuadas entre la actividad electro dermal, el índice cardiaco y la dimensión sanguínea que en conjunto con las patologías digestivas son los componentes más básicos desde una visión orgánica en la intranquilidad.

En el método motriz, las expresiones se van a dar principalmente si es individuo está sujeto a una circunstancia de intranquilidad o de si por lo contrario no es necesario hacer frente a esta.

En segunda opción se originarias contestaciones de evasión que se puedes activar si el sujeto realiza conductas que imposibilitan el surgimiento de impulsos que causa la intranquilidad.

2.2.1.5. Componentes de la Ansiedad

Según Sandlin y Chorot (citado en Mayta 2017 pág. 25) la ansiedad no es un fenómeno unitario (Sandín y Chorot, 2013).

Desde hace bastante tiempo se conoce que la ansiedad, al igual que cualquier otra emoción, implica al menos tres componentes, modos o sistemas de respuesta: subjetivo (o cognitivo), fisiológico (o somático) y motor (o conductual). De forma resumida, el contenido de la ansiedad según estos sistemas es la siguiente:

- Subjetivo-cognitivo. También denominado verbal-cognitivo, es el componente de la ansiedad relacionado con la propia experiencia interna.

Incluye un amplio espectro de variables relacionadas con la percepción y evaluación subjetiva de los estímulos y estados asociados con la ansiedad.

Así, por ejemplo, a esta dimensión pertenecen las experiencias de miedo, pánico, alarma, inquietud, preocupación, aprehensión, obsesiones, pensamientos intrusivos, etc.

La persona con ansiedad experimenta subjetivamente un estado emocional desagradable cualitativamente diferente de la ira y tristeza y semejante a la experiencia conocida comúnmente como miedo.

A nuestro juicio, el componente subjetivo es el elemento central, ya que sin el difícilmente la ansiedad puede tener algún valor clínico.

- Fisiológico-somático. La experiencia de ansiedad suele acompañarse de un componente biológico.

Los cambios fisiológicos más característicos consisten en un incremento de la actividad del sistema nervioso autónomo, que puede reflejarse tanto en cambios externos (sudoración, dilatación pupilar, temblor, incremento de la tensión muscular, palidez facial), como internos (aceleración cardiaca, descenso de la salivación, aceleración respiratoria), algunos pertenecen a funciones corporales que pueden ser controladas voluntariamente (agitación, defecación, respiración) y otros a funciones involuntarias o parcialmente voluntarias (palpitaciones, vómitos. temblor).

La experiencia subjetiva de estos cambios orgánicos suele ser percibida de forma molesta y desagradable, pudiendo contribuir de esta manera a conformar el estado subjetivo de ansiedad.

- Motor-conductual. Corresponde a los componentes observables de conducta que, aparte de implicar variables como la expresión facial y movimientos o posturas corporales, fundamentalmente hacen referencia a las respuestas instrumentales de escape (huida) y evitación.

2.2.1.6. Causas de la ansiedad

En la ciencia de la medicina se denomina causa, en la experiencia galena, el galeno general, surge la intranquilidad como sus expresiones aparece la ansiedad con sus manifestaciones.

La intranquilidad es definida como estadio de alarma del individuo que crea una emoción que es de incertidumbre.

Por ende, el hostigamiento se localiza en dos caras: el psíquico y físico, para que se pueda demostrar cómo se origina es preciso diferenciar la ansiedad. Se hablará de la ansiedad exógena, endógena y la angustia.

La angustia existencia no es patológica, la tienen todas las personas por la gesta de realizarlo. Asimismo, deriva de la desesperanza de la vitalidad, que se presenta cara a cara con cada dirección, con la mortandad y el más allá. Según Rojas (2014, p.34)

En momentos, un sabio introducido en diferentes apreciaciones desboca sin observar que la intranquilidad patológica, planteándose así la siguiente interrogante ¿De dónde venimos, a donde vamos, y que percepción posee la vitalidad?, la intranquilidad exógena no se determina aun intranquilidad, lo recomendable sería nombrarla de otra manera.

Se define como el estadio de hostigamiento ocasionado por elementos de afuera de diferente estipulación: problemas aguzados, inesperados, circunstancias encronizadas de la carga sensible, de la crisis de afinidad individual, conflictos del entorno que nos rodea .hoy ha tomado importancia en el argot psiquiátrico dialogar de los acontecimientos: sucesos de la vitalidad que se hallan de la intranquilidad practicando un vigor y un poderío de crear situaciones incluyen algún trance o amenaza, que conforman un grupo de elementos que van para los conflictos efectivos, problemas de trabajo decepciones amorosas hasta los conflictos económicos , extravió de algún ser querido.

La parte endógena, la herencia somática, aquí menciona que el soporte biológica, es la contextura interna, el endon se activa, va, manifiesta dos laderas primordiales: los sucesos de afuera y el curso corporal se encuentra hallado en una línea de límite entre lo

mental y somático, es la eficiencia a la que hace referencia anteriormente al dialogar de las emociones la parte endógena dependerá aunque en muchas circunstancias , ya que los sucesos exógenos destruyen de este plano y así se fabrican sucesos ansiosos desencadenantes.

La intranquilidad no solo tiene un solo principio, sino que se combinan muchas cosas, y la biología actúa desligando la intranquilidad de dos formas principales:

La ansiedad como un signo más de una afección por ellos es recurrente en las de evidente gravedad: cáncer de diferentes tipos, afecciones vasculares, adicciones, sida.

Lo que se presenta en un primer momento es el mal endémico que no accede a la probable intimidación de un signo de abstinencia, que se expone a esa persona a margen de una situación límite.

La intranquilidad como riesgo agregado, que surge de manera súbita, de imprevisto. Ya que es la ejecución psicológica que se origina tras un sufrimiento.

Concierno a los psíquico, se menciona a lo que Freud conoce con el nombre de psicodinámico, la articulación de los diversos momentos biográficos, que se conectan entre si y puedan hacer surgir la ansiedad , cuando se enfatiza o recorre la vida , sin poder haber digerido muchos aspectos más importantes : padres separados o distantes , hecho que el sujeto no puede superar , experiencias negativas que hayan dejado un gran impacto en su personalidad , al volverlas a recordar , dejan pasos a estados de inquietud , preocupación , todo viaje hacia el pasado de la vida es siempre dolorosa .

La existencia, a diferentes alturas en curso, siempre es desprovista, y eso llega a ser doloroso, y pueda favorecer que nazcan nuevos sentimientos de dos clases: depresiva y ansioso, se distinguen tres esferas de los factores psicológicos.

- Traumas biográficos: todo ser humano tiene a lo largo de su vida algunos que otros traumas, el individuo sano los logra superar, los acepta y da por aceptado que se produjeran, ya que, por lo general, sirven para la maduración de la personalidad, el lado neurótico queda alcanzado en ellos, no sabe salir de ellas, el individuo psicológicamente sano, vive situado en el presente, tiene obtenido el pasado y vive el presente.

- Factores predisponentes: se va a situar, para lograr que el tema se haga más entendible , un inventario de elementos que , van a ir poniendo al individuo en situaciones ansiosas , en las que se agrupan con diversos sentimientos , como la agresividad , frustración , pequeñas situaciones contrarias , problemáticas afectivas aun no resueltas , personalidad sin realizar (que no han tenido un molde de identidad , no se ha encontrado en si misma) , se encuentra ahí en forma de inseguridad , o temor .en estos casos se trata de algo determinado por convertir en ansiedad .

- Factores desencadenantes: el camino de los diversos factores y elementos que van a irse moviendo, la biografía hacia la ansiedad presume una oscilación indeterminadamente que desata oleadas de temor: la ansiedad, aquí tenemos que tomar los tramos finales de una cadena.

Ya un fondo, un terreno en el que es factible que perfeccionen sentimientos angustiosos ante diferentes circunstancias.

Aquí puedan congregarse todos los adjuntos psíquicos, pero con una nota nueva, se presentan en el momento puntual, invaden sobre un edificio agrietado, actúan como atronadores.

Por ello, en esos momentos se puede perder el control y llevar consigo, una amenaza de peligro contra sí mismo, sería el intento de suicidio. Rojas (2014, p.38).

2.2.1.7. Causas que generan ansiedad en niños

Csóti (2014) aclara que un infante que posee disposición a controlar la intranquilidad se desasosiega por situaciones pequeñas, conmuta su conducta con sus progenitores, amigos y personas de su entorno.

se debe estar en alerta a las permutas que hacen presentes para tomar las decisiones oportunas y entre las causas que la provocan se mencionan: alejamiento de los progenitores, ir al colegio, permutas en sus horarios que tenía establecido por ejemplo los infantes se acostumbran a que los recojan de la escuela pero con esto optan por retirarse solo en autobús, les realizan permutas en sus horarios de deporte, se encuentran fuera de su casa por muchas horas, exigencia de complacer al resto, se debe estar precavidos a las permutas que expresan y ejecutan en su ambiente en el que ellos se desarrollan.

2.2.1.8. Tipos de ansiedad

5.2.1.8.1. Ansiedad Estado

Es un curso emocional fugaz peculiar por emociones subjetivas, racionalmente captados de atención y opresión y por hiperactividad del sistema nervioso autónomo.

Es una emoción eventual que dependerá de un suceso preciso y que puede reconocer.

La contestación de la ansiedad estado tiende a ser cambiante mediante el tiempo. Hay oportunidades en que este modelo de ansiedad se incrementa o posee una elevada intensidad en tal caso de ansiedad aguda Spielberg (1966) citado en Bolaños (2014).

El curso de ansiedad se hace presente mediante una serie de sucesos cognitivos, emocionales, físicos y de conducta.

Las reactivaciones a las circunstancias angustiosas se centran en las apreciaciones e interpretación que cada sujeto le asigna luego otras circunstancias son más intensas que las demás, Bolaños (2014).

Este curso puede ser a causa de un incentivo estresante que se interpreta como riesgoso o peligroso, o ser un raciocinio que diagnostica una amenaza al recordar una circunstancia anterior riesgosa.

Los seres humanos que tienen un alto nivel de ansiedad como característica de personalidad que viene ser ansiedad rasgo, moldean condicionamientos más veloces y permanentes por hacer presente un sub sistema del sistema nervioso autónomo lábil y sobreactivo, Rojas (2015).

2.2.1.8.2. Ansiedad Rasgo

La ansiedad se halla en altos niveles particularmente permanentes que se caracteriza en sujetos que hacen presente un molde a percibir las circunstancias como peligrosas luego se visualiza un modelo peculiar o tendencia temperamental de contestación todo el tiempo del mismo modo, sean sucesos de estrés o no.

Un sujeto que es ansioso todo el tiempo, presenta una actitud de aprensión y a formado toda una edificación más o menos estable de vida en base al rasgo de ansiedad, también llamada ansiedad crónica, este sujeto tiene más inclinación a desarrollar un trastorno de ansiedad que otra que no tenga este rasgo, poseyendo así mayor posibilidad de ser volubles al estrés donde a su vez estimara un gran número de circunstancias como riesgosas (Spielberg, citado en Bolaños 2014).

Luego los seres humanos con ansiedad de rasgo en nivel bajo se les estima como sujetos insensibles o indiferentes con el resto de los sujetos.

En general, los sujetos con alto nivel de ansiedad peculiar con más volubles al desarrollo del resto porque se sub estima y les falta confianza en sí mismo (Spielberger, citado en Bolaños 2014).

2.2.1.9. Características generales de la ansiedad

En las características de la ansiedad se estima como una manifestación esencialmente emocional, consta de una experiencia de un estadio psicológico o de una vivencia interna que se cataloga de emoción.

Por lo que González, Mata y Mena (2017) localizan algunas particularidades de la ansiedad y que lo tienen trabajadores como melancolía, apatía, indiferencia, anestesia afectiva, pensamiento negativo, pérdida de autoestima, desesperanza, ideas de suicidio, déficit de concentración, abandono personal, hipotonía general, aislamiento, llanto frecuente, intentos de suicidio, alteraciones del sueño, trastornos digestivos, alergias, disfunciones sexuales.

También va de la mano con alteraciones de la concentración, atención de la memoria que mejora cuando desarrolla los signos depresivos.

Algunos escritores manifiestan que cuando son de alto nivel los signos traen consigo mayor afectación del componente afectivo y emocional. Debería ser más intensa para perjudicar el funcionamiento del trabajo del sujeto. Si las recaídas son constantes será estimado que a largo plazo puede limitar la capacidad laboral.

1. no son patologías en el sentido médico, su etiopatogenia es básicamente psicológico menos en las crisis de angustia y en los trastornos obsesivos.
2. Su esencia es dimensional es un elemento de la personalidad que cambia contablemente
3. La clínica es cuantitativa, los signos suelen hacer presente en cualquier ser humanos normal, si se complica o se estructuran es cuando pueden considerarse patológicos.
4. el diagnóstico es cambiante y dependerá de variables individuales sociales y terapéuticas.
5. Curso crónico con fluctuaciones.
6. La medicación es básicamente mental menos en la crisis de angustia y del trastorno obsesivo.

2.2.1.10. Modelos teóricos de la ansiedad

Desde la perspectiva subjetiva hay distintos y diferentes propuestas de entender la ansiedad en las cuales influyen tanto los aportes filosóficos e históricos. De esta manera describiremos los más resaltantes:

1. sentido psicodinámico

La palabra ansiedad se interna en la psicología en el año 1926 con la publicación de una obra de Sigmund Freud “Inhibición, Síntoma, Angustia”. Fue el pionero que

visualizo la consideración del problema de ansiedad para entender los trastornos emocionales y psicológicos.

Sigmund Freud enseña mediante dos visiones diferentes al inicio comprende la ansiedad como destello de fuerza sexual reprimida por lo psicológico y luego pasa a estimar la ansiedad como una contestación interna que alarma al sujeto de la inminencia de algún peligro. El riesgo es la aparición de los reprimidos de la conciencia (Vallejo y Gastó, 2013).

2. Sentido conductista

Los modelos conductistas muestran sobre el comportamiento observable, la ansiedad es el producto de una evolución condicionada donde se ha aprendido equivocadamente a relacionar incentivos en un inicio como neutros con circunstancias vividas como traumáticas de forma que en cada roce con el incentivo neutro se desarrolla la reacción de ansiedad (Belloch, Sandín y Ramos, 2015).

Dentro de estas tenemos la teoría de Eysenck que expone que la ansiedad es consecuencia por un factor genético y una vulnerabilidad a elementos constitucionales, quien postuló a 3 sub escalas del comportamiento humano que son: Extraversión, el neuroticismo y el psicoticismo, cada una de estas está relacionada con lo que Eysenck estimó las bases del comportamiento (Pueyo, 2017).

Para Valiente, Bonifacio, Chorot (2015) pone vigor en el primer molde sobre la genética de las fobias: la contestación de la ansiedad se adquiere mediante el condicionamiento clásico, considerando que la ansiedad es una contestación condicionada.

Bandura en su modelo de enseñanza social hace mención que las contestaciones de ansiedad a incentivos condicionados se llevan a cabo mediante cursos vicarios o información que posibilita hacer una correlación que son comportamientos reforzados en otros seres humanos (condicionamiento vicario u observacional).

Concluimos que la ansiedad evoluciona no solo mediante lo vivido o información directa de sucesos traumáticos sino mediante la enseñanza observacional de los sujetos significativos al entorno. (Virues, 2015).

3. Estado cognitivo

La gran aportación del sentido cognitivo ha sido hacer frente el modelo estímulo respuesta que se había hecho uso de el para explicar la ansiedad.

Por tal desde la época de las 60 afloran las teorías cognitivas de la emoción.

Para el modelo cognitivo estiman que la ansiedad causa su respuesta dependiendo de la significancia o la interpretación de la circunstancia que hace el ser humano.

Es decir que si del producto de la evaluación es que tal circunstancia estima cualquier tipo de peligro para el mismo sujeto se inicia una respuesta de ansiedad aunque esta respuesta estará medida por sucesos cognitivos o el ser humano estima que tal circunstancia no es un peligro objetivo, pero a pesar de esto no puede manejar su respuesta de ansiedad.

En conclusión, el estado cognitivo nos enseña los pensamientos, raciocinio, creencias e imágenes que van de la mano con la ansiedad, estos raciocinios inducidos por la ansiedad giran alrededor de una amenaza (Sierra, Ortega y Zubeidat, 2016).

4. Sentido fisiológico

Barlow (2016) estima que la base que deriva de investigaciones genéticas, psicofisiológicas, endocrinológicas y neurobiológicas debería ser revisada e incorporada a diferentes visiones etiológicas de la ansiedad.

Expone que en las patologías de la ansiedad como el de las fobias específicas, la genética desempeña un rol esencial en la organización de los síntomas ansiosos, a esto se le añade el estudio bioquímico y farmacológico que también ha ido formando la clara evidencia de que pocos trastornos de la ansiedad son a causa de factores bioquímicos particulares con una fisiopatología determinada.

Las primeras investigaciones enseñaron que diversos estados de ansiedad, los elementos de aclimatación son acelerados por el descubrimiento del complejo receptor GABA que mediatiza la acción de multitud de sustancias ansiolíticas y sedantes.

Se ve que los factores de producción de la ansiedad no están muy claros del todo y las líneas de investigación se amplían a otros sistemas de neurotransmisión, por tal no solo el sistema gabaérgico está en correlación con la ansiedad, sino que ha implicado a distintos sistemas de neurotransmisión como el serotoninérgico, el cual se ajusta una apariencia a estimar en el estudio somático de la intranquilidad.

2.2.1.11. Tratamiento de la ansiedad

El propósito de la medicación en los distintos modelos de ansiedad va dirigidos a reducir la entrada de la ansiedad y a acelerar elementos de aclimatación estimados haciendo posible que el paciente pueda en un venidero ponerle un alto e imposibilitar que surja de esta manera manejar la situación. (Rojas, 2018).

Psicoterapia: para Rojas (2014) la psicoterapia es la correlación terapeuta – paciente mediante la cual se va la ansiedad y se genera un ambiente de influencia adecuada que posibilita corregir los elementos incorrectos de la personalidad.

El terapeuta es calificado para comprender, ponerse en la posición de otro establecer el rapport afable y un clima en el que el paciente pueda sentirse en confianza y contar su intimidad sin ningún tipo de inconveniente.

El principio de la psicoterapia es dar apoyo al paciente a comprenderse mejor a sí mismo, saber conocer e interpretar mejor la realidad, aprender a tener un mayor autocontrol: dominar los impulsos y llegar a ser dueño de sí mismo; ir teniendo reacciones más lógicas y comprensibles en la que exista una mejor relación estímulo-respuesta.

Psicofarmacológico: para García (2016), este tipo de tratamiento debe ser llevado a cabo por un especialista psiquiatra. Se emplean diversos fármacos

2.2.1.12. Ansiedad y adolescencia

Ross (citado por Zevallos 2015, p.33).la pubertad es una etapa de pasar un periodo que une la infancia con la vida adulta y se determina por las enseñanzas de recientes roles en la sociedad, no es un infante, pero menos un adulto es decir que su condición en la sociedad es confusa.

Es este curso del reciente papel en la sociedad, el púber busca la individualización frente a sus progenitores.

Brotan recientes incoherencias entre anhelos y la subordinación del resto ya que ven muy perjudicados por las visiones de los demás. Esta mirada marca el dominio de elementos de fuera.

La adolescencia en un periodo que se torna inestable, por eso se presentan conflictos de intranquilidad surgen recurrentemente.

Se terminó la niñez, el estudiante comienza a ser retenido por la familia, y la sociedad a posesionarse en responsabilidad de la vida adulta, y eso puede generar temor en el joven.

Recientemente las patologías de la intranquilidad se inician a diagnosticar a los 14 años y en ocasiones más temprana edad.

Los signos son más endémicos, pero poseen buena visión si los familiares del púber ven los signos que se están iniciando son de la intranquilidad.

Chapi (2012) refiere que el púber con intranquilidad recurrentemente se halla desasosegado y abrumado de ideas desmoralizadas que en ocasiones aparecen injustificados provocados por elementos individuales más que externos o del entorno.

Intervienen muchos elementos para que se ejecute este mal que normalmente se confunde con un estado fugaz, es notorio que la historia de la familia, los antecedentes de herencia, las peculiaridades de su ambiente que lo rodea, su identidad y estado emocional son los factores básicos que influyen en sus emociones y percepciones.

Chapi (2015) cita a Bassas y Tomas quienes consideran que entre los síntomas más significativos de la ansiedad en la adolescencia se encuentran: Excesiva preocupación de su persona y para realizar sus actividades, temor a actuar en público o

en situaciones nuevas, sensación de tensión corporal, sensación de cansancio y agotamiento, dificultad para concentrarse, irritabilidad, problemas con el sueño, algunos síntomas fisiológicos, como sudoración, signos vegetativos, entre otros (p.51).

Chapi (2015) cita a Caballed quien manifiesta que la intranquilidad se vive fuertemente por los púberes por tal algunos signos psicógenos van de la mano de signos físico como son del corazón aceleración cardiaca, hipertensión arterial, percepción de carencia de oxígeno, males abdominales, sedentarismo, dolores de cabeza, los problemas dignos de un trance del púber puede cubrir los signos de un abatimiento o cohibición y ser tomados como flojera, travesuras, aburrimiento, o intentos de llamar la atención.

Chapi (2015) cita a Bassas y Tomas quienes acotan entre las principales consecuencias: Constantes ausencias a clase o dificultades para terminar el período de escolaridad, deterioro en las relaciones sociales con sus pares, baja autoestima, abuso de alcohol u otro tipo de drogas, problemas de ajuste en situaciones laborales, trastornos de ansiedad en edad adulta (p.52).

2.2.1.13. Técnicas para disminuir los síntomas de ansiedad

Plummer y Rivas (2014) explican que para mejorar la calidad de vida y disminuir los niveles de ansiedad, los niños deben sentirse aceptados, amados los cumplidos deben ser sinceros ya que ellos tienen un recepción muy buena y perciben si la alabanza o el alago que reciben es dicho de buena manera, si se les dice por compromiso esto genera que su autoestima baje y llegue al punto que no crean en ellos mismos, así mismo enseñarle a tener expectativas y metas que sean alcanzables de

acuerdo a la edad y actividades que ellos realicen, y se debe transmitir sentimientos de valor y comprensión tales como

- Realiza una buena presentación de la tarea debe felicitarlo
- Debes aprender a compartir con tus compañeros y hermanos
- Las tareas que se te han asignado las realizan muy bien
- Felicitarle por el buen comportamiento durante la cena

A los adolescentes se les debe enseñar que en cada etapa de la vida se tienen dificultades, problemas que los hagan alarmarse si es normal que esto suceda, y estos mismos pueden llegar a preocuparlos más de la cuenta y esto genera ansiedad en ellos y el ambiente cada vez más se sale de control por eso mismo hay que enseñarles que no es bueno preocuparse más de lo normal, ni ser tan aprensivos con los problemas o inquietudes, estos van enfocados a las diferentes técnicas para trabajar con ellos y de esta manera poder mejorar los episodios de ansiedad que cualquier dificultad o suceso que se les presente estas ayudaran a los niños a reconocer y controlar los patrones de los sentimientos y pensamientos, investigar cuáles son las ideas que les generan preocupación y ayudarles a distinguir la magnitud de esos pensamientos que les perjudican su estado emocional y se mencionan las siguientes:

- Auto regulación de emociones. Es una de las principales tareas que se deben aplicar con los niños ya que esto les ayudará a mantener una mejor relación con su entorno, deben desarrollar la destreza de auto-regular y auto calmar sus emociones y así se le evitaran situaciones de ansiedad o agotamiento, los encargados de trabajar las emociones de los niños son los padres y si ellos consideran que no pueden o no tienen las herramientas necesarias para ayudar a

los niños deben buscar apoyo de un profesional para obtener mejores resultados en el comportamiento del niño o adolescente.

- Técnicas de relajación. Los adolescentes se mueven a través del mundo por medio de los juegos y por eso es importante enseñar a los niños técnicas de relajación por medio de este ya que estas producen un bienestar emocional al momento en que se presente un cuadro de ansiedad esto les ayudará a bajar los niveles de tensión, presión arterial, y a controlar la respiración, enseñándoles las técnicas adecuadas por medio del juego se sentirán en un ambiente más ligero y beneficioso, de igual manera ellos aprenderán a controlar muy bien al momento de presentar manifestaciones de ansiedad enérgicas.

Los padres deben tener conocimiento de dichas reglas para que puedan ayudar a los niños en los momentos en que se presente un episodio de ansiedad, así mismo el terapeuta debe explicar a los familiares las técnicas y los pasos a seguir para obtener mejores resultados en el tratamiento que se aplicará en los niños.

- Juegos y relajación activa. Técnica muy interesante ya que ayudan a mejorar los niveles de estrés o ansiedad que los niños presentan, en este caso manejar la bicicleta, jugar fútbol, o el deporte que a él le guste para que de esa manera el aprenda a manejar y canalizar la ansiedad o estrés que le afecta en determinadas situaciones, estos se aplicarán de acuerdo a la situación en la que ellos presenten, si un niño tiene agorafobia esta técnica es la más adecuada en el mejoramiento del problema
- Imágenes. Es una técnica que ayuda mucho ya que aquí pueden imaginar, sentir e incluso oler de acuerdo a la imagen que se les puso al o los niños a trabajar, con esto se activa la interiorización y la kinestesia ya que es una parte natural del

ser humano y con las imágenes es mucho más fácil asignar un mejor sentido al mundo en el que se desenvuelven.

Se les puede decir que imaginen un campo con montañas donde hay animales los que a ellos les gusten, un río y como se escucha como corre el agua, el viento suave que corre por sus mejillas, que acarician a su mascota, ayudar a los niños a que imaginen un lugar que les guste, que les produzca paz o en el que ellos se sientan cómodos y seguros, así mismo los niños pueden imaginar aromas que sean agradables para ellos o que les recuerde algo bonito y de esa manera puedan canalizar la ansiedad, dentro de este proceso de las imaginaciones hay que tomar en cuenta que para iniciar se debe tener en su cabeza historias, imágenes o formas, como les gustaría que estas fueran, la parte de ellos que consiguen lo que quieren, donde sucede lo mejor para ellos, donde no suceden cosas malas y donde guardan sus sueños.

El trabajo imaginativo debe marcar objetivos y producir cambios, para realizar el compromiso se debe iniciar con una idea, que esta sea muy especial, que empiecen a surgir las imaginaciones, lo más importante dar las instrucciones correctas con un buen tono de voz, en la siguiente gráfica se mencionan los pasos para lograr un buen trabajo imaginativo.

- Pensamientos atrapados causan sentimientos de nerviosismo, intranquilidad pero no son los encargados de generar la situación, se lee el texto y por tiempos se les pide que reflexionen sobre los pensamientos que les han generado la preocupación y que los atrapen antes de que hagan travesuras en ellos.

En diversas ocasiones viene a la mente pensamientos que los preocupan o los hacen sentir impacientes y es por ello que deben aprender a capturarlos con la

red atrapa pensamientos negativos, ahora que este pensamiento ya se encuentra en la red se deben dar cuenta que solo es un pensamiento de preocupación, y deben quedarse dentro de la red y se concluye con la siguiente pregunta: “¿Qué se debe hacer con ese pensamiento que ha atrapado o capturado?”

2.2.1.14. Cómo detectar la ansiedad en los alumnos

La ansiedad es un estado del organismo que trata de responder a una situación que considera amenazante, así que en realidad es una reacción de alarma que se mantiene en el tiempo, mucho después de que sea apropiado que lo haga.

En un momento dado nos sirve para superar situaciones comprometidas, pero se convierte en un trastorno si se mantiene en el tiempo. Los signos en los que puede manifestarse, y que podemos observar en los alumnos, son los siguientes:

- Podemos comprobar que el alumno se preocupa mucho y por muchas cosas, de una forma que no se puede considerar normal.

- Cuando hablamos con él / ella, vemos que le cuesta mucho trabajo controlar esa preocupación.

- Se muestra inquieto, impaciente, como esperando que suceda algo malo sin que pueda decirte exactamente qué es eso que le preocupa.

- Puede tener dificultades para concentrarse o simplemente no pensar en nada.

- Se muestra irritable, en guardia y suele malinterpretar las situaciones que se producen a su alrededor, calificándolo todo como amenaza.

- Presenta problemas de sueño y alimentación. En cuanto al sueño, pueden experimentar dificultad para conciliar el sueño, sueño intermitente o sensación de que al despertar no se encuentran descansados.

Respecto a la alimentación pueden empezar los atracones de comida seguidos de largos períodos de no comer lo suficiente.

- La inquietud, la preocupación, la agitación y todos estos síntomas provocan una sensación de malestar general que va en aumento y que motiva descensos en el rendimiento académico, la calidad de la relación social, etc.

Estos síntomas que hemos sintetizado se pueden producir en menor o mayor grado dependiendo de las características especiales de nuestros alumnos.

Junto a ello, debemos tener en cuenta que la ansiedad es un cuadro clínico que presenta diversas fases, que debemos conocer para poder detectarla en el aula del modo más eficaz posible:

a) Fase de alarma

En la primera fase se detecta un problema amenazante y se activan nuestros recursos. Es un "subidón" de adrenalina y se experimenta un estado general de nerviosismo, agitación, inquietud y angustia muy agudas.

b) Fase de resistencia

Si la situación amenazante persiste, nuestra mente ordena a nuestro cuerpo que mantenga elevados los niveles de activación, así que comenzamos a utilizar nuestras "reservas de energía".

Estas reservas garantizan que durante un tiempo, nuestra capacidad para afrontar amenazas sigue siendo la óptima; sin embargo, nos produce una serie de efectos "colaterales" no deseados, como hipervigilancia, incapacidad para dormir, trastornos de la alimentación, inquietud, incapacidad para concentrarnos, irritabilidad, etc..

c) Fase de agotamiento.

Si a pesar del tiempo que ha transcurrido, seguimos percibiendo que la amenaza no ha desaparecido, nuestra mente sigue ordenando activarse a nuestro cuerpo que ya ha agotado sus reservas, así que toda esta fase es una constante bajada, una sensación de agotamiento de nuestras defensas que se manifiesta con una sensación de infelicidad, abandono, fatiga constante, incapacidad para dormir, disminución del aprecio por uno mismo, taquicardias y fatiga general.

Ello conlleva que estamos entrando en una fase de vulnerabilidad hacia trastornos como la depresión, con lo cual debemos saber actuar a tiempo.

2.2.1.15. Pautas de actuación frente a la ansiedad.

- Tener presente que la adolescencia es un periodo en el que las emociones se amplifican, luego debemos calcular cómo las cosas que le pasan a nuestros alumnos pueden llegar a afectarles, no desde nuestro punto de vista, sino desde el suyo.

- Estimular una toma de decisiones racional por parte de nuestros alumnos adolescentes.

- Las experiencias de vividas en el pasado, "vacunan" a los alumnos frente a la depresión. Un chico que ya haya pasado por dificultades sociales, probablemente superará mejor una pelea con sus amigos que otro chico que jamás ha tenido esa experiencia. Debemos proporcionar a nuestros alumnos experiencias de todo tipo,

recordándoles que ya han pasado por situaciones problemáticas anteriormente y fueron capaces de superarlas.

- Es aconsejable transmitir a los alumnos la visión de un mundo seguro.

- No es conveniente exigir a los alumnos por encima de sus capacidades, en especial si no sabemos realmente de qué son capaces. Por ello son tan importantes las evaluaciones previas.

- Tratar de impedir la evitación. Debemos conseguir un clima de afrontamiento y de superación constructiva de los miedos. Nuestros alumnos deben estar convencidos de que existe una forma eficaz de superar cualquier miedo y que lo peor que se puede hacer es no afrontar las situaciones que le causan temor o nerviosismo.

- Vigilar las alteraciones en el sueño y en la alimentación. Es conveniente preguntar con frecuencia sobre sus hábitos, de una forma natural, sincera, abierta y espontánea.

- Crear un clima agradable en clase, donde nuestros alumnos se sientan valorados. Los expertos coinciden en que el sentido del humor es muy aconsejable para los trastornos basados en la ansiedad y el miedo.

- Crear en el aula un clima de saludable comunicación, afrontando los conflictos en cuanto surjan, haciendo partícipes a nuestros alumnos del proceso de toma de decisiones y escuchando con atención sus opiniones.

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo de investigación

La presente investigación fue de tipo descriptivo. Hernández, Fernández y Baptista (2014) la investigación descriptiva busca especificar propiedades, características y los perfiles de los individuos a fin de extraer generalizaciones significativas que contribuyan al conocimiento.

3.2 Nivel de la investigación de la tesis

El nivel de la investigación fue cuantitativo. De acuerdo a Hernández y Cols (2010) el nivel cuantitativo permite examinar los datos de manera científica, o más específicamente en forma numérica, generalmente con ayuda de herramientas del campo estadístico.

3.3 Diseño de la investigación

El tipo de diseño de la investigación fue no-experimental, de tipo transversal, no experimental porque la investigación se realizó sin manipular deliberadamente las variables, transversal porque se recolectaron los datos en un solo momento y en un tiempo.

3.3.1 Esquema del diseño no experimental de la investigación



M: Muestra

Vi: Ansiedad

Oi: Resultado de la Variable

3.4 Población y muestra

3.4.1 Población

La población estuvo formada 130 estudiantes de ambos sexos del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla de la Provincia de Zarumilla - Tumbes, 2019.

Tabla 1

Distribución poblacional según sexo y grado de los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla de la Provincia de Zarumilla - Tumbes, 2019.

Distribución de la población				
Año	Sección	Femenino	Masculino	Total
4°	A	16	14	30
4°	B	18	12	30
4°	C	19	11	30
Total		53	37	90

Fuente: *Curay. C. Ansiedad en los estudiantes de la Institución Educativa Zarumilla del cuarto año del nivel secundaria de la Provincia de Zarumilla - Tumbes, 2019.*

3.4.2 Muestra

La muestra es toda la población convirtiéndose en una población muestral, obteniendo una población muestral de 90 estudiantes del cuarto año del nivel secundario de la Institución Educativa Zarumilla de la Provincia de Zarumilla - Tumbes, 2019.

Criterios de inclusión

- Estudiantes de ambos sexos, del cuarto año de la Institución Educativa Zarumilla de la Provincia de Zarumilla
- Estudiantes que aceptaron participar en la investigación.
- Estudiantes que contestaron la totalidad de los ítems.
- Estudiantes que evidencian facultades físicas y mentales para brindar información.
- Estudiantes que asistieron al día de la aplicación del instrumento.

Criterios de exclusión

- Estudiantes que solo llegan a clases del primer al tercer año de la Institución Educativa Zarumilla de la Provincia de Zarumilla. .
- Estudiantes que no aceptaron participar en la investigación.
- Estudiantes que no contestaron la totalidad de los ítems.

3.5 Definición y operacionalización de variables

3.5.1. Ansiedad

3-5.1.1. Definición conceptual (DC)

Según Bulbena (1986) La ansiedad es una parte de la existencia humana, todas las personas sienten un grado moderado de la misma, siendo ésta una respuesta adaptativa.

3.5.2 Definición operacional (DO)

Zung (1971) manifestó que la escala de ansiedad se creó con el objetivo de acomodar de una herramienta que consintiera la igualación de casos y datos significativos de pacientes con ansiedad, la cual comprende un cuestionario de 20

preguntas o relatos con características de ansiedad, como síntomas o signos, cabe decir, que la ansiedad es un fenómeno mental que conlleva a la aparición de un sentimiento que de forma automática en circunstancias de coacción o riesgo, lo cual sirve para tomar medidas a pelea o escabullirse. El nivel de ansiedad en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la institución educativa Zarumilla de la Provincia de Zarumilla fue a través de la aplicación de escala de autovaloración de la ansiedad de Zung.

3.5.3. Cuadro de operacionalización de variables

Variable	Dimensiones/ Areas	Indicadores	Niveles	Tipo de Variable	Escala de Medición
Ansiedad	Estados afectivos Estados somaticos		Dentro de los límites normales-No hay ansiedad presente: Debajo de 45 Presencia de ansiedad mínima moderada: 45 – 59 Presencia de ansiedad marcada a severa: 60 – 74 Presencia de ansiedad en grado máximo :75 ó más	Categórica	Ordinal
Características	Edad	Edad	Edad	Categórica	Ordinal
Sociodemográficas	Sexo	Femenino Masculino	Femenino Masculino	Categórica	Nominal

3.6. Técnicas e instrumentos

3.6.1. Técnicas

Se utilizó la técnica de la encuesta. Al respecto Rodríguez (2008) refiere que la técnica es el medio utilizado para recolectar información, entre las que destacan la observación, cuestionario, entrevistas y encuestas.

3.6.2 Instrumento

Para el recojo de la información se aplicará la escala de autovaloración de la ansiedad de Zung (EA – Zung); la misma que se describirán a continuación:

3.6.2.1 Escala de autovaloración de la Ansiedad

A. Ficha técnica de escala de autovaloración de la ansiedad

I. Datos generales

1.1. **Título original de la prueba:** SELF-RATING ANXIETY SCALE

1.2. **Título en español** : Escala de autovaloración de ansiedad

1.3. **Autor (es)** : W. ZUNG

1.4. **Año de publicación:** 1971

1.5. **Procedencia** : Berlín

II. Administración

2.1. **Edades de aplicación** : Adultos

2.2. **Tiempo de aplicación** : No determinado

2.3. **Aspectos que evalúa** : intensidad de Ansiedad

III. Descripción de la prueba

La Escala de autovaloración de la Ansiedad comprende un cuestionario de 20 informes o relatos, cada uno referido a manifestaciones características de ansiedad, como síntoma o signo.

El conjunto abarca una amplia variedad de síntomas de ansiedad, como expresión de trastornos emocionales.

Los ítems deben ser valorados por el examinador en una entrevista con el paciente y utilizando tanto las observaciones clínicas como la información aportada por el paciente.

Las preguntas deben hacer referencia a un periodo anterior de una semana

Las palabras utilizadas en el cuestionario de la escala han sido escogidas para hacerles accesibles a la gran mayoría de los pacientes, empleando su propio lenguaje.

IV. Normas

Las respuestas son cuantificadas mediante una escala de cuatro puntos (1 a 4) en función de la intensidad, duración y frecuencia de los síntomas.

Un ítem es anotado como positivo y presente cuando el comportamiento es observado, cuando es descrito por el paciente como que le ha ocurrido o cuando él mismo admite que el síntoma es todavía un problema.

Por el contrario, es presentado como negativo o ausente cuando no ha ocurrido o no es un problema, el paciente no da información sobre el mismo o cuando la respuesta es ambigua tras una investigación adecuada.

La escala está estructurada en tal forma que un índice bajo indica la inexistencia de ansiedad, y un índice elevado, ansiedad clínicamente significativa.

El índice de la EAA orienta sobre “cuál es el grado de ansiedad del paciente” en términos de una definición operacional, expresada en porcentaje.

V. Calificación

$$\text{IAA} = \frac{\text{Puntaje total}}{\text{Ptje Max. 80}} \times 100$$

Ptje Max. 80

INDICE “EAA” IMPRESIÓN GLOBAL DE EQUIVALENCIA CLINICA

Debajo de 45 : Dentro de los límites normales.

No hay ansiedad presente.

45 – 59 : Presencia de ansiedad mínima **moderada**

60 – 74 : Presencia de ansiedad **marcada a severa**.

75 ó más : Presencia de ansiedad en grado **máximo**

B. Validez y confiabilidad

Validez:

Disponemos de pocos estudios de validación de sus valores psicométricos.

La correlación entre la puntuación de cada ítem y el total oscila entre 0.34 y 0.65.

Fiabilidad:

Los coeficientes de correlación fueron estudiados por Zung. Entre ASI y SAS es de 0,66 y entre ASI y *Taylor Manifest Anxiety Scale* de 0,33.

3.7 Plan de análisis

Los datos recolectados fueron tabulados en una matriz de consistencia en Microsoft Excel 2010 posteriormente fueron ingresados en una base de datos en el SPSS versión 22 para ser procesados y presentados.

Se obtuvieron medidas estadísticas descriptivas como tablas de distribución de frecuencias y porcentuales.

Matriz de consistencia

Problema	Variable	Indicadores	Objetivos	Metodología	Técnica
¿Cuál es el nivel de ansiedad en estudiantes del cuarto año de secundaria de la institución educativa Zarumilla - Tumbes, 2019?	Ansiedad	Ansiedad General Edad Genero	Objetivo General Determinar el nivel de ansiedad en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla - Tumbes, 2019. Objetivos Específicos Establecer el nivel de ansiedad en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la	Tipo de investigación: Descriptiva de nivel cuantitativa. Diseño No Experimental, transversal Población y Muestra La población estuvo formada 130 estudiantes de ambos sexos del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla de la Provincia de Zarumilla - Tumbes, 2019.	Encuesta Instrumento La Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung. Donde Zung (1971) manifestó esta escala se creó con el objetivo de acomodar de una herramienta que consintiera la igualación de casos y datos significativos

		<p>Institución Educativa Zarumilla – Tumbes, 2019.</p> <p>Establecer el nivel de ansiedad según edad de los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla – Tumbes, 2019.</p> <p>Establecer el nivel de ansiedad según género de los estudiantes del cuarto año de secundaria de la</p>	<p>La muestra estará constituida por 90 estudiantes</p>	<p>de pacientes con ansiedad, la cual comprende un cuestionario de 20 preguntas o relatos con características de ansiedad, como síntomas o signos, cabe decir, que la ansiedad es un fenómeno mental que conlleva a la aparición de un sentimiento que de</p>
--	--	--	---	---

			Institución Educativa Zarumilla – Tumbes, 2019		forma automática en circunstancias de coacción o riesgo, lo cual sirve para tomar medidas a pelea o escabullirse.
--	--	--	--	--	---

3.9 Principios éticos

En toda investigación, el investigador previamente debió valorar los aspectos éticos de la misma, tanto por el tema elegido como por el método seguido, así como plantearse si los resultados que se puedan obtener son éticamente posibles.

Anonimato: Se solicitó la escala de evaluación y se aplicó el cuestionario indicándoles a los estudiantes que la investigación es anónima y que la información obtenida es solo para fines de la investigación.

Privacidad: Toda la información recibida en el presente estudio se mantuvo en secreto y se evita ser expuesto respetando la intimidad de los estudiantes, siendo útil solo para fines de la investigación.

Honestidad: Se informó a los alumnos los fines de la investigación, cuyos resultados se encontrarán plasmados en el presente estudio.

Consentimiento: Solo se trabajó con los estudiantes que sus padres firmen el consentimiento voluntariamente que sus hijos participen en el presente trabajo.

IV. Resultados y análisis de los resultados

4.1. Resultados

Tabla 02

Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de ansiedad de los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla - Tumbes, 2019.

NIVEL DE ANSIEDAD	Frecuencia	Porcentaje
Límites Normales	40	44.44%
Ansiedad Mínima	43	47.77%
Ansiedad Marcada	7	7.77%
Ansiedad En Grado Maximo	0	0.00%
Total	90	100%

Fuente: Curay, C. Escala de autovaloración de ansiedad de Zung.

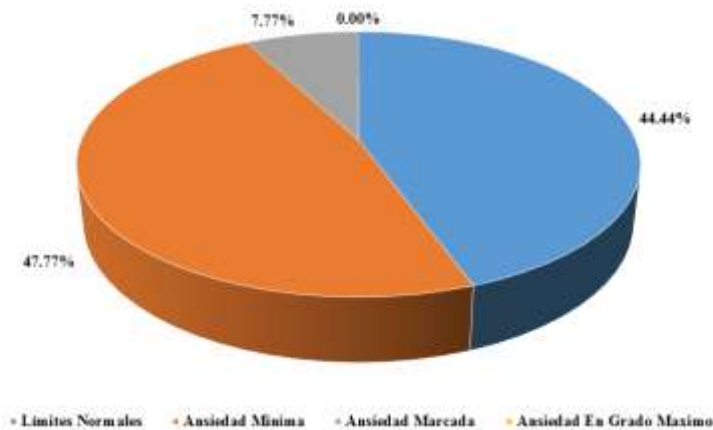


Figura 01: Distribución circular del nivel de ansiedad de los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla - Tumbes, 2019.

Fuente: Tabla 1

En la presente tabla 02 figura 01 se observa que el 47.77% de los estudiantes se encuentra en el nivel de ansiedad mínima, mientras que el 44.44% de los educandos se

ubican en el nivel límites normales, así mismo un 7.77% se ubican en el nivel de ansiedad marcada.

Tabla 03

Distribucion de frecuencia y porcentaje del nivel de ansiedad según la edad de los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla - Tumbes, 2019.

Nivel de ansiedad	Años						Total	
	14 años		15 años		16 años		F	%
	F	%	F	%	F	%		
Límites normales	20	22.21%	15	16.66%	5	5.55%	40	44.44%
Ansiedad mínima	2	2.22%	35	38.89%	6	6.67%	43	47.77%
Ansiedad marcada	0	0.00%	0	0.00%	7	7.77%	7	7.77%
Ansiedad en grado máximo	0	0.00%	0	0.00%	0	0.00%	0	0.00%
Total	22	24.44%	50	55.56%	18	20.00%	90	100%

Fuente: Curay, C. Escala de autovaloración de ansiedad

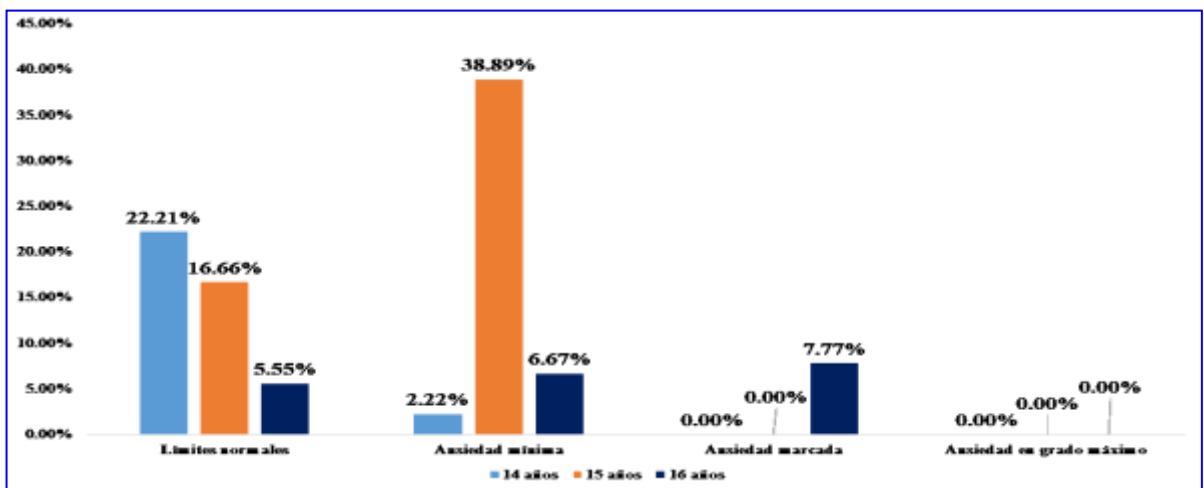


Figura 02: Distribución de barras según edad de los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla - Tumbes, 2019.

Fuente: tabla 2

En la tabla 03 y figura 02 se observa que el 38.89% de estudiantes de 15 años se ubican en el nivel ansiedad mínima, así mismo el 22.21% de estudiantes de 14 años se encuentran en el nivel límite normal de ansiedad, el 16.66% de estudiantes de 15 años se ubican en el nivel límite normal de ansiedad, el 7.77% y el 6,67% de estudiantes de 16 años se ubican en los niveles de ansiedad mínima y ansiedad marcada, el 5.55% de estudiantes de 16 años se ubican en el nivel límite normal y el 2.22% de estudiantes de 14 años se ubican en el nivel ansiedad mínima.

Tabla 04

Distribucion de frecuencia y porcentaje del nivel de ansiedad según el genero de los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla - Tumbes, 2019.

Nivel de ansiedad	Genero				Total	
	Femenino		Masculino		F	%
	F	%	F	%		
Límites normales	30	33.32%	10	11.11%	40	44.44%
Ansiedad mínima	23	25.55%	20	22.22%	43	47.77%
Ansiedad marcada	0	0.00%	7	7.77%	7	7.77%
Ansiedad en grado máximo	0	0.00%	0	0.00%	0	0.00%
Total	53	58.88%	37	41.11%	90	100%

Fuente: Curay, C. (2019) Escala de autovaloración de ansiedad de Zung.

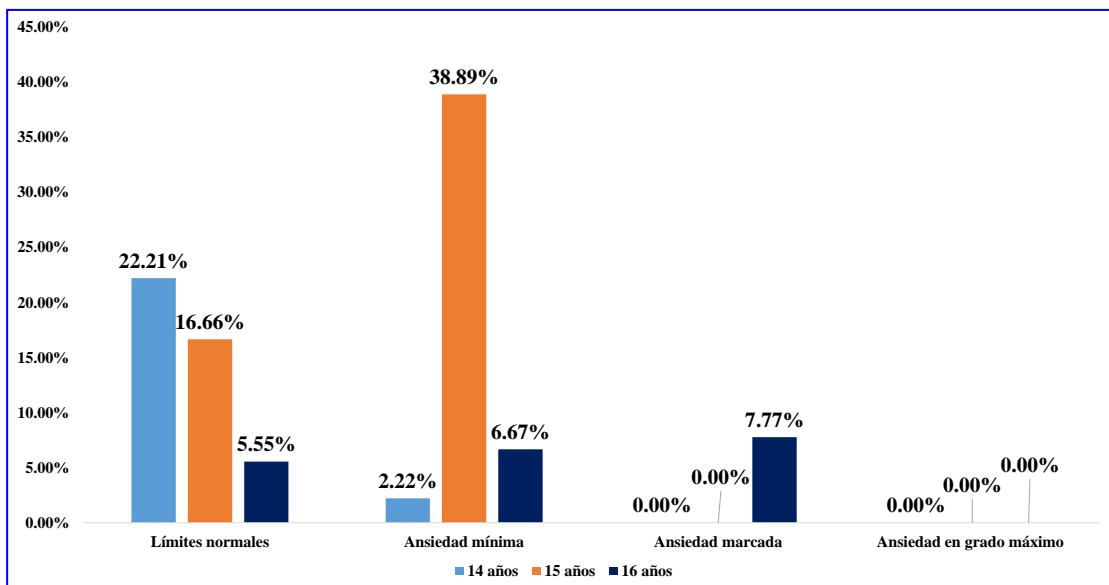


Figura 03: Distribución de barras según género de los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla - Tumbes, 2019.

Fuente: tabla 3

En la tabla 4 y figura 3 se observó que el 33.32% de estudiantes del género femenino se ubican en el nivel límites normales, el 25.55% del género femenino se encuentran en el nivel ansiedad mínima, así mismo el 22.22% de estudiantes masculinos se ubican en el nivel ansiedad mínima, el 11.11% el 7.77% del género masculino se ubican en el nivel límites normales y ansiedad marcada.

4.2. Análisis de los resultados

Luego de haber realizado la interpretación de los resultados, se planteó el siguiente análisis de los resultados:

El estudio de investigación adquirió como primer objetivo específico, establecer el nivel de ansiedad en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla – Tumbes 2019; en el cual se evidencia que el 47.77% de los estudiantes se encuentra en el nivel de ansiedad mínima, mientras que el 44.44% de los educandos se ubican en el nivel límites normales, así mismo un 7.77% se ubican en el nivel de ansiedad marcada.

La investigación presente tuvo como segundo objetivo establecer el nivel de ansiedad según edad de los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla – Tumbes 2019; en donde se encontró que el 38.89% de estudiantes de 15 años se ubican en el nivel ansiedad mínima, así mismo el 22.21% de estudiantes de 14 años se encuentran en el nivel límite normal de ansiedad, el 16.66% de estudiantes de 15 años se ubican en el nivel límite normal de ansiedad, el 7.77% y el 6.67% de estudiantes de 16 años se ubican en los niveles de ansiedad mínima y ansiedad marcada, el 5.55% de estudiantes de 16 años se ubican en el nivel límite normal y el 2.22% de estudiantes de 14 años se ubican en el nivel ansiedad mínima. Los resultados encontrados se asemeja a lo investigado por Amoretti (2017) en su estudio titulado “Ansiedad frente a exámenes y afrontamiento de estrés en adolescentes de un Centro Educativo de Villa el Salvador” de la ciudad de Lima. Tuvo como objetivo general determinar la relación que existe entre la ansiedad frente a exámenes y el afrontamiento de estrés en los adolescentes de 1° al 5° grado de secundaria; la población muestral

estuvo constituida por 326 estudiantes de ambos sexos cuyas edades eran entre 12 a 18 años. Como resultado se obtuvo que el 52.45% se ubican en el nivel promedio de ansiedad frente a exámenes, el 57.36% vivencian un nivel promedio de ansiedad frente a exámenes según el área de emocionalidad, siendo las mujeres quienes cuentan mayor capacidad para afrontar el estrés, por lo tanto no presentan ansiedad frente a exámenes; según la edad de 12 a 14 años si existe relación significativa entre la ansiedad frente a exámenes y afrontamiento de estrés ya que su valor fue de 0.034, siendo estos estudiantes quienes expresan un mayor nivel de afrontamiento de estrés y por ello una baja ansiedad frente a exámenes. Se concluye que si existe relación negativa y altamente significativa entre ansiedad frente a exámenes y afrontamiento de estrés en adolescentes de un Centro Educativo de Villa el Salvador”.

La investigación presente tuvo como tercer objetivo, establecer el nivel de ansiedad según genero de los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla – Tumbes 2019 en donde el 33.32% de estudiantes del género femenino se ubican en el nivel límites normales, el 25.55% del género femenino se encuentran en el nivel ansiedad mínima, así mismo el 22.22% de estudiantes masculinos se ubican en el nivel ansiedad mínima, el 11.11% el 7.77% del género masculino se ubican en el nivel límites normales y ansiedad marcada. Los resultados encontrados se asemejan a lo investigado por Domblás (2016) quien en su estudio “Ansiedad, personalidad y rendimiento académico en alumnado de educación primaria” llevado a cabo en la Universidad pública de Navarra Pamplona – España. Tuvo como objetivo Evaluar las características y la distribución de la respuesta de ansiedad en el alumnado con edades comprendidas entre los 10 y 12 años. Se trata de un estudio correlacional, de carácter descriptivo y transversal. La información se ha recogido en dos momentos: las

variables de ansiedad y personalidad a través de pruebas de autoinforme; y las variables de rendimiento a través de las pruebas diagnóstico elaboradas por el Departamento de Educación del Gobierno de Navarra. La muestra de este estudio está compuesta por un total de 1.147 sujetos. Los resultados obtenidos por la muestra se ajustan a los parámetros referenciados para la validación española del cuestionario SCARED

V. Conclusiones y Recomendaciones

5.1. Conclusiones

- Se concluye que el 47.77% de los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla – Tumbes 2019, se encuentra en el nivel de ansiedad mínima.
- Se concluye que referente a la edad el 38.89% de estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla – Tumbes 2019 de 15 años se ubican en el nivel ansiedad mínima.
- Se concluyó que según el género el 33.32% de los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla – Tumbes 2019 del género femenino se ubican en el nivel límites normales.

5.2. Recomendaciones

- El señor Director de la Institución Educativa Zarumilla socialice los resultados encontrados a través de esta investigación, con la plana docente y los trabajadores administrativos para así conocer las sugerencias y aportes para mejorar el estado emocional de los estudiantes.
- El señor Director de la Institución Educativa Zarumilla, realice coordinaciones con la UGEL Zarumilla y Dirección Regional de Educación de Tumbes para el cumplimiento de la normativa legal del tener un profesional de psicología en cada una de las Instituciones Educativas en el estado Peruano.
- El señor director de la Institución Educativa Zarumilla, realice coordinaciones con la UGEL Zarumilla, para la creación del departamento de psicología dentro del plantel con la participación de toda la plana docente y trabajadores administrativos.
- El señor director de la Institución Educativa Zarumilla, realice coordinaciones con la UGEL Zarumilla, se incorporen en el currículo escolar actividades para poner en práctica estrategias de afrontamiento de ansiedad en los estudiantes.
- El servicio de psicología y la coordinación de tutoría, realice actividades con los padres de familia para dar a conocer la situación que está viviendo el estudiante en relación a la morbilidad de ansiedad y como apoyar a sus hijos en situaciones de crisis.

Referencias Bibliográficas

- Arreaga, I. (2012) Ansiedad en escolares que habitan en zona de riesgo de deslizamiento de tierra y escolares sin este riesgo (Tesis de licenciatura inédita), Universidad Mariano Gálvez de Guatemala, Campus Quetzaltenango.
- Campo, A. y Oviedo, H. (2018). Propiedades Psicométricos de una Escala: la consistencia interna. Revista de Salud Pública, 10(5), 831-839. Recuperado de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S012400642008000500015.com
- Chávez, H., Chávez, J., Ruelas, E., Gómez, M. (2014). Ansiedad ante los exámenes en los estudiantes del Centro Preuniversitario-UNMSM ciclo 2012-I. Revista de Investigación en Psicología, Vol. 17, N.º 2.
- Idrogo (2017) “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” recuperado de: http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/132/Doris_Tesis_bachiller_2015.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Mamani, S. (2017). Ansiedad-Rasgo en estudiantes universitarios pertenecientes al primer año de estudios de una universidad privada de Lima Metropolitana (Tesis de pregrado). Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima-Perú.
- Montealegre, (2017) relación entre autoestima escolar y la ansiedad en los estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la institución educativa n° 098 “El Gran

Chilimasa” de la provincia de Zarumilla –Tumbes, 2017

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2481/AUTOESTIMA_ESCOLAR_MONTEALEGRE_APONTE_NUCCIA_RAIZA_MARIELL.pdf?sequence=1

Montero M (2018) “la expresión de cualquier emoción diferente de la ansiedad”.

<https://www.psicologia-online.com/como-curar-la-ansiedad-la-terapia-de-joseph-wolpe-2288.html>

Oliver, J C. Multinivel regresión models: applications in Scholl psychology. En: CSI Psicothema. 2000; (12), 487-494.

Papalia, D., Wendkos, S. Psicología del desarrollo de la infancia a la adolescencia. México: Mc Graw-Hill / Interamericana, 1992.

Quezada, L. Moncada, C. Araya, M. Molina & A. Sarabia (2014), Revista Electrónica de Investigación Educativa (2014).

Sauna Caspita, D.C. (2017). Ansiedad, estrategias de afrontamiento y agresividad en adolescentes de alto Trujillo - Trujillo, 2016. (Tesis para optar el título profesional de licenciada en Psicología). Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Trujillo

Spielberger, Ch. (1980). Tensión y Ansiedad. México: Harla.

Zung, W.K.: Una escala para medir la ansiedad. Psychosomatics Medicine.1971; 12: 371-379.

ANEXOS

Anexo 01: Escala de autovaloración de la Ansiedad ZUNG

Nombre:	NUNCA	ALGUN	BUEN	LA
Fecha:	O	AS	NUMER	MAYORI
	RARAS	VECES	O DE	A DE LAS
	VECES		VECES	VECES
1. Me siento más nervioso y ansioso que de costumbre.				
2. Me siento con temor sin razón				
3. Despierto con facilidad o siento pánico				
4. Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos.				
5. Siento que todo está bien y que nada malo puede sucederme				
6. Me tiemblan los brazos y las piernas				
7. Me mortifican dolores de cabeza, cuello o cintura.				
8. Me siento débil y me canso fácilmente				
9. Me siento tranquilo y puedo permanecer en calma fácilmente				
10. Puedo sentir que me late muy rápido el corazón				
11. Sufro de mareos				
12. Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar.				

13. puedo inspirar y expirar fácilmente.				
14. Se me adormecen o me hincan los dedos de las manos y pies.				
15. Sufro de molestias estomacales o indigestión				
16. Orino con mucha frecuencia.				
17. Generalmente mis manos están secas y calientes				
18. Siento bochornos.				
19. Me quedo dormido con facilidad y descanso bien durante la noche.				
20. Tengo pesadillas				

Anexo 02: Consentimiento informado

1. INTRODUCCIÓN

Estimados padres: Su menor hijo ha sido invitado (a) a participar en el estudio titulado: “Ansiedad en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla – Tumbes, 2019”.

Su participación es voluntaria y antes de tomar su decisión debe leer cuidadosamente.

Este formato, hacer todas las preguntas y solicitar las aclaraciones que considere necesarias para comprenderlo.

2. OBJETIVO DEL ESTUDIO

Determinar el nivel de ansiedad en los estudiantes de cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla – Tumbes, 2019”.

3. PROCEDIMIENTOS GENERALES DEL ESTUDIO:

Su aceptación y firma del presente formato autoriza a su menor hijo al llenado de un cuestionario de motivación de logro. El cuestionario será aplicado en su centro educativo.

4. BENEFICIOS

Se espera que el conocimiento derivado de este estudio, ayudara a obtener información sobre la ansiedad.

La importancia de realizar este trabajo radica en dar a conocer a los y las estudiantes adolescentes la ansiedad que poseen y que de esta forma puedan

visualizar los diferentes factores, externos e internos, que influyen en el grado de satisfacción que tienen de sí mismos/as, los cuales pueden influir de forma positiva o negativa.

5. CONFIDENCIALIDAD

Toda información es de carácter confidencial y no se dará a conocer con nombre propio a menos que así lo exija la ley, o un comité de ética.

En tal caso los resultados de la investigación se podrán publicar, pero sus datos no se presentan en forma identificable.

6. COSTOS Y COMPENSACIÓN

Los procedimientos que hacen parte de la investigación serán brindados sin costo alguno para usted.

Usted no tiene derecho a compensaciones económicas por participar en la investigación.

7. INFORMACIÓN Y QUEJAS

Cualquier problema o duda, deberá informar a la responsable del estudio, CARMEN KARINA CURAY LUPU cuyo número de celular es 928 567 789.

Se le entregará una copia de este documento, firmada por la responsable del estudio, para que la conserve.

Declaro haber leído el presente formato de consentimiento y haber recibido respuesta satisfactoria a todas las preguntas que he formulado, antes de aceptar voluntariamente la participación de su menor hijo/a en el estudio.

Nombre del padre/ apoderado/ tutor: _____ Firma: _____ DNI: _____ Fecha: _____	Investigadora: Carmen Karina Curay lupu Firma: _____ Fecha: _____
---	--

Anexo 03: Matriz de Consistencia

Problema	Variable	Indicadores	Objetivos	Metodología	Técnica
¿Cuál es el nivel de ansiedad en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la institución educativa Zarumilla - Tumbes, 2019?	Ansiedad	Ansiedad General Edad Genero	Objetivo General Determinar el nivel de ansiedad en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla - Tumbes, 2019. Objetivos Específicos Establecer el nivel de ansiedad en	Tipo de investigación: Descriptiva de nivel cuantitativa. Diseño No Experimental, transversal Población y Muestra La población estuvo formada 130 estudiantes de ambos sexos del cuarto año de secundaria de la Institución	Encuesta Instrumento La Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung. Donde Zung (1971) manifestó esta escala se creó con el objetivo de acomodar de una herramienta que

			<p>los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla – Tumbes, 2019.</p> <p>Establecer el nivel de ansiedad según edad de los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla –</p>	<p>Educativa Zarumilla de la Provincia de Zarumilla - Tumbes, 2019.</p> <p>La muestra estará constituida por 90 estudiantes</p>	<p>consintiera la igualación de casos y datos significativos de pacientes con ansiedad, la cual comprende un cuestionario de 20 preguntas o relatos con características de ansiedad, como síntomas o signos, cabe decir, que</p>
--	--	--	---	---	--

			<p>Tumbes, 2019.</p> <p>Establecer el nivel de ansiedad según genero de los estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Zarumilla – Tumbes, 2019</p>		<p>la ansiedad es un fenómeno mental que conlleva a la aparición de un sentimiento que de forma automática en circunstancias de coacción o riesgo, lo cual sirve para tomar medidas a pelea o escabullirse.</p>
--	--	--	---	--	---