



Facultad de Humanidades
Escuela de Ciencias Psicológicas
Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social

**Nivel de ansiedad en adolescentes de tercero, sección “A”, en el proceso de
elección de carrera de diversificado del Instituto Nacional de Educación
Básica –INEB- de Concepción Tutuapa, San Marcos**
(Tesis de Licenciatura)

María Antonieta Girón Muñoz

San Marcos, septiembre 2020

**Nivel de ansiedad en adolescentes de tercero, sección “A”, en el proceso de
elección de carrera de diversificado del Instituto Nacional de Educación
Básica –INEB- de Concepción Tutuapa, San Marcos**
(Tesis de Licenciatura)

María Antonieta Girón Muñoz

Licda. Karina Lisbeth Escobar de Ochoa (Asesora)

Licda. Lorena Machorro Sagastume (Revisora)

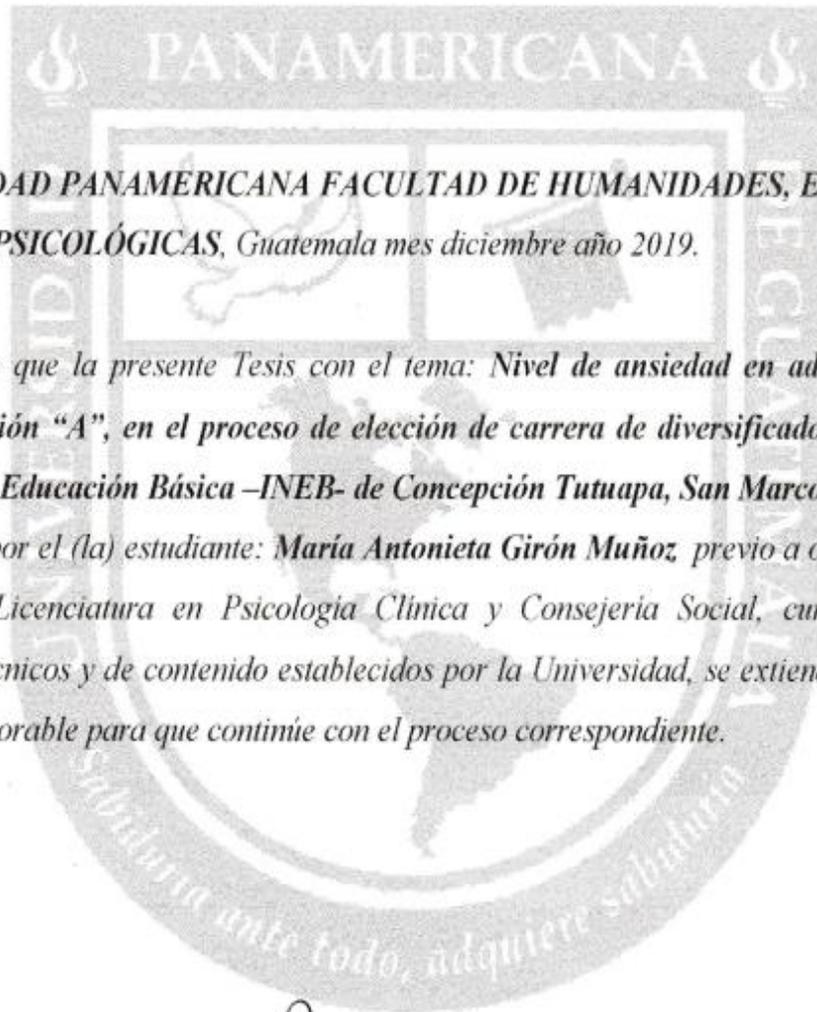
San Marcos, septiembre 2020

Autoridades Universidad Panamericana

Rector	M. Th. Mynor Augusto Herrera Lemus
Vicerrectora Académica	Dra. Alba Aracely Rodríguez de González
Vicerrector Administrativo	M.A. César Augusto Custodio Cobar
Secretaria General	EMBA Adolfo Noguera

Autoridades Facultad de Humanidades

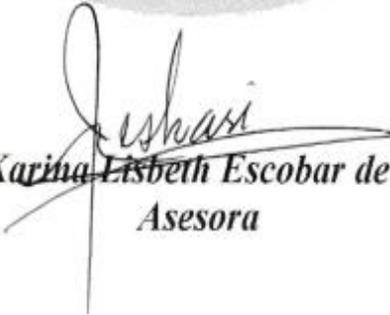
Decano	M.A. Elizabeth Herrera de Tan
Vicedecano	M.Sc. Ana Muñoz de Vásquez

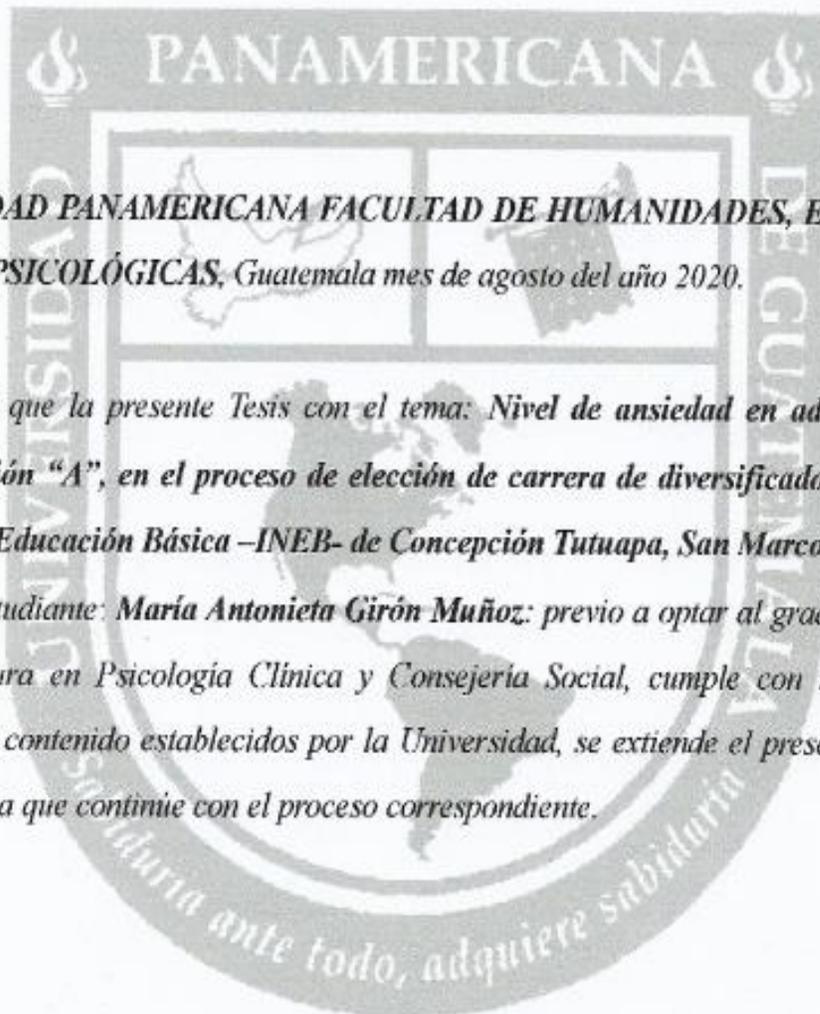


UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala mes diciembre año 2019.

En virtud de que la presente Tesis con el tema: Nivel de ansiedad en adolescentes de tercero, sección "A", en el proceso de elección de carrera de diversificado del Instituto Nacional de Educación Básica –INEB- de Concepción Tutuapa, San Marcos.

Presentada por el (la) estudiante: María Antonieta Girón Muñoz previo a optar al grado Académico Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.


M.A. Karina Lisbeth Escobar de Ochoa
Asesora



UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala mes de agosto del año 2020.

*En virtud de que la presente Tesis con el tema: Nivel de ansiedad en adolescentes de tercero, sección "A", en el proceso de elección de carrera de diversificado del Instituto Nacional de Educación Básica –INEB- de Concepción Tutuapa, San Marcos. Presentada por el (la) estudiante: **María Antonieta Girón Muñoz**: previo a optar al grado Académico de Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.*

Lorena M. de Rubio
Lcda. Lorena Machorro de Rubio
Revisor

UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA
DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala, septiembre 2020. _____

En virtud que la presente Tesis con el tema "*Nivel de ansiedad en adolescentes de tercero, sección "A", en el proceso de elección de carrera de diversificado del Instituto Nacional de Educación Básica -INEB- de Concepción Tutuapa, San Marcos*", presentado por el (la) estudiante: *María Antonieta Girón Muñoz* reúne los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, esta Decanatura extiende **Dictamen de Aprobación** previo a optar grado académico Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, para que el (la) estudiante proceda a la entrega oficial en Facultad.



M.A. Elizabeth Herrera de Tan
Decano
Facultad de Humanidades



Nota: *Para efectos legales, únicamente el sustentante es responsable del contenido del presente trabajo.*

Contenido

Resumen	i
Introducción	ii
Capítulo 1	1
Marco Contextual	1
1.1 Antecedentes	1
1.2 Planteamiento del problema	2
1.3 Justificación del estudio	4
1.4 Pregunta de investigación	5
1.5 Objetivos	5
1.5.1 Objetivo general	5
1.5.2 Objetivos específicos	5
1.6 Alcances y límites	6
Capítulo 2	7
Marco Teórico	7
2.1 Proceso de elección de carrera	7
2.1.2 Selección de carrera de diversificado	8
2.1.3 La dificultad de elegir	10
2.1.4 Implicaciones en la elección de carrera de diversificado	11
2.1.5 Factores que influyen en el proceso de elección de carrera	11
2.1.6 El género como variable que influye en la elección de carrera	13
2.1.7 Características biopsicosociales de los adolescentes que deben elegir carrera de diversificado	14
2.2 Ansiedad	17
2.2.2 Ansiedad estado	18
2.2.3 Ansiedad rasgo	18
2.2.4 Ansiedad en la adolescencia	19
2.2.5 Origen de la ansiedad	20
2.2.6 Tipos de Ansiedad	21

2.2.7	Causas de la ansiedad	23
2.2.8	Consecuencias de la ansiedad	25
2.2.9	Reacciones del cuerpo ante la ansiedad	26
2.2.10	Niveles de ansiedad	28
2.2.11	Síntomas emocionales de la ansiedad	28
2.2.12	Manifestaciones fisiológicas de la ansiedad	29
Capítulo 3		31
Marco Metodológico		31
3.1	Método	31
3.2	Tipo de investigación	31
3.3	Niveles de investigación	32
3.4	Pregunta de investigación	32
3.5	Hipótesis	33
3.6	Variables	33
3.6.1	Definición conceptual de las variables	33
3.6.2	Definición operacional de las variables	34
3.7	Muestreo	34
3.8	Sujetos de la investigación	35
3.9	Instrumentos de la investigación	35
3.10	Procedimiento	35
Capítulo 4		37
Presentación y discusión de Resultados		37
4.1	Presentación de resultados	37
Gráfica No.1		37
Ansiedad Estado		37
Gráfica No. 2		38
Ansiedad Rasgo		38
Gráfica No. 3		39
Gráfica No. 4		40
Gráfica No. 5		41

Gráfica No. 6	42
Gráfica No. 7	43
Gráfica No. 8	44
Gráfica No. 9	45
Gráfica No. 10	46
Gráfica No. 11	47
Gráfica No. 12	48
4.2 Discusión de resultados	48
Conclusiones	51
Recomendaciones	52
Referencias	53
Anexos	57
Anexo 1	58
Tabla de Variables	58
Anexo 2	60
Inventario de Autoevaluación IDARE	60
Anexo 3	62
Boleta de Encuesta	62
Resultados de la prueba IDARE	63
Cuadro No. 1	63
Tabla No.1	63
Tabla No. 2	64

Resumen

La ansiedad presenta diversidad de sintomatología tanto física como emocional, psicológica y social. Los estudiantes en proceso de elección de carrera de diversificado suelen presentar síntomas que deben ser detectados y atendidos antes de que puedan presentar mayores complicaciones, afectando su estabilidad y equilibrio en sus diferentes actividades cotidianas.

La presente investigación se realizó en el Instituto Nacional de Educación Básica –INEB- de Concepción Tutuapa, San Marcos, se trabajó con la totalidad de estudiantes de la sección A de tercero básico, que corresponde a 25 estudiantes de ambos sexos.

Para la realización del estudio se plantearon los siguientes objetivos específicos: Relacionar el nivel de ansiedad en adolescentes de tercero básico, Sección “A”, con el proceso de elección de carrera de diversificado, identificar el nivel de ansiedad en adolescentes en el proceso de selección de carrera de diversificado, determinar la situación de los estudiantes en cuanto a la elección de carrera de diversificado y proveer al centro educativo de un estudio que les permita establecer líneas de acción para el acompañamiento a los estudiantes de tercero básico en la elección de carrera. Para lograr los objetivos antes mencionados se utilizó el método cuantitativo, ya que éste utiliza la recolección de datos para probar una hipótesis. Para la elaboración del presente trabajo, también se utilizó la investigación combinada (de campo y documental), en un nivel correlacional.

A través de este estudio se logró establecer que el proceso de elección de carrera de diversificado genera ansiedad en los adolescentes, concluyendo con los siguientes resultados: con respecto a la ansiedad estado: el 80% presenta ansiedad estado alta, el 8% ansiedad estado leve, también el 8% presenta ansiedad estado mínima y el 4% presenta ansiedad estado moderada. Con respecto a la ansiedad rasgo: el 48% presenta ansiedad rasgo alta, el 20% ansiedad rasgo leve, también el 20% presenta ansiedad rasgo mínima y el 12% presenta ansiedad rasgo moderada.

Introducción

El proceso de elección de carrera de diversificado puede traer consigo algunos resultados o consecuencias esperadas o previstas con anterioridad, o todo lo contrario, como lo puede ser el fracaso escolar, abandono de estudios, sentimientos de frustración al respecto de los estudios, de sus capacidades, de sus decisiones así como también inseguridad hacia lo que quiere hacer, pues se puede presentar el inconformismo, el descontento y el aislamiento social. (Ceballos, 2006). Dicho proceso puede llegar a provocar estados emocionales diversos en los estudiantes que atraviesan por esta etapa de su vida, mismos que deben ser tratados oportunamente y así evitar consecuencias graves.

El presente trabajo fue realizado en el Instituto Nacional de Educación Básica –INEB- de Concepción Tutuapa, San Marcos, con la finalidad de determinar el nivel de ansiedad en estudiantes de tercero básico que se encuentran en proceso de elección de carrera de diversificado, dar a conocer la forma en que ésta afecta en su vida cotidiana y principalmente proveer al centro educativo de un estudio que les permita establecer líneas de acción para el acompañamiento a los estudiantes de tercero básico en la elección de carrera.

Los capítulos que contiene el presente informe son: el capítulo uno corresponde al marco referencial que incluye antecedentes, planteamiento del problema, justificación del estudio, pregunta y objetivos de la investigación; el capítulo dos contiene la fundamentación teórica en la que se incluyeron los temas principales como el proceso de selección de carrera de diversificado, ansiedad y cambios psicosociales de los adolescentes, entre otros; el capítulo tres se presenta el método, el tipo de investigación, nivel de investigación, hipótesis, definición conceptual y operacional de las variables, también da a conocer los instrumentos para la realización del estudio; y finalmente en el capítulo cuatro se presentan el análisis y la discusión de los resultados obtenidos en la investigación de campo a través de los diferentes instrumentos utilizados.

Capítulo 1

Marco Contextual

1.1 Antecedentes

El presente estudio hace énfasis en el nivel de ansiedad en adolescentes de tercero básico, sección “A”, en el proceso de elección de carrera de diversificado del Instituto de Educación Básica – INEB- de Concepción Tutuapa, San Marcos, para efectos del presente estudio se consideran los siguientes antecedentes.

(Loarca, 2013) Realizó un estudio cualitativo titulado “Ansiedad y procesos de adaptación en estudiantes que ingresan al primer grado de educación básica de Institutos Nacionales de Educación Básica INEB”. Los resultados concluyeron en que los adolescentes manejan un alto grado de Ansiedad Rasgo como parte de su personalidad, así también de Ansiedad Estado, ésta ha sido incrementada por el proceso de adaptación al nuevo ciclo escolar y por la escasa orientación acerca de los cambios físicos, psicológicos, sociales y académicos.

(Guerra, 2016) Llevó a cabo un estudio cualitativo titulado “Alumnos, hombres y mujeres, previo a una evaluación académica”. Con el cual llegó a la conclusión de que la ansiedad es una respuesta normal que el ser humano utiliza cuando se siente amenazado, su objetivo principal es defender de dicha amenaza, la ansiedad en el individuo es una reacción que se tiene ante algo que está por suceder.

(Mendoza, 2000) En su investigación cualitativa o interpretativa “Elección de carrera profesional, visiones, promesas y desafíos”; en sus reflexiones finales menciona que la elección profesional es una práctica social, es decir, un proceso interactivo de búsqueda personal y de recreación y reproducción de valores sociales y culturales.

(Montes, 2015) Realizó una investigación de carácter exploratorio: “Factores que motivan la elección de carrera profesional de educación en los estudiantes de Ciencias Sociales”, en la que

encontró como resultados que los primeros pasos en la elección de la carrera profesional están inmersos en las necesidades y la motivación. En esta etapa, se busca determinar cuál es el motor que conduce a un organismo a restaurar su estado de equilibrio, teniendo como base factores externos como los refuerzos, que son determinantes en la motivación.

(Méndez, 2013) Presenta un estudio cualitativo titulado: “Elección de carrera, aspectos que influyen en los jóvenes”, en el que obtuvo como resultados que la elección de carrera hace que los jóvenes piensen más seriamente ante la vida y su entrada encaminada al mundo laboral y adulto. Esto implica que imagine y construya una idea de lo que quiere llegar a ser y cómo lograrlo, pero debe ser consciente de que pueden existir impedimentos que no le serán muy fáciles de sobrepasar.

(Conde, 2014) Realizó el estudio denominado: “La orientación vocacional y el proceso de elección de carrera”, para el que utilizó el método cualitativo, en una investigación documental descriptiva. Algunas de las conclusiones más relevantes de la investigación son: la Orientación Vocacional debe ayudar al adolescente a conocerse para elegir una carrera en la que pueda desempeñarse con efectividad; la Orientación Vocacional debe tomar en cuenta el contexto sociocultural del adolescente; la Orientación Vocacional debe contribuir a la adaptación y desarrollo del sujeto, a fin de que tenga un mejor ajuste laboral; existen diversos enfoques del Asesoramiento Vocacional, pero el de mayor tradición es el de la Teoría del Rasgo Psicológico, que mide rasgos del sujeto para un mejor desempeño profesional.

1.2 Planteamiento del problema

La ansiedad se define como una reacción de tensión o aprensión ante un peligro o situación angustiada y tiende a representarse de manera fisiológica, con dolores de cabeza, problemas estomacales, presión arterial alta, entre otros síntomas (Mardomingo, 1994)

La ansiedad no es considerada anormal ni como una patología fuera de lo común, sino más bien una de las formas más representativas de auto conservación del organismo, para salvaguardar su vida. Pero esta ansiedad tiende a volverse anormal cuando no obedece a causas reales.

En niveles bajos, la ansiedad es natural, hasta beneficiosa para el desempeño humano, pues crea los estímulos necesarios para que el individuo reaccione a su ambiente ante diversas situaciones, pero al alcanzar niveles muy altos, representa una amenaza para la salud y además impide el desarrollo integral de las personas.

Es común que, en la actualidad, los estudiantes del INEB de Concepción Tutuapa en proceso de elección de carrera de diversificado, se relacionen con variaciones en su nivel de ansiedad, debido a la incertidumbre acerca de la carrera a elegir, debido a que existen diferentes problemáticas que pueden afectar dicho proceso, provocando en ellos bajo rendimiento académico, problemas de conducta, nerviosismo, aislamiento, inseguridad y en algunos casos hasta problemas a nivel físico.

La ansiedad es un estado que genera diversos síntomas que imposibilitan a quien la experimenta. En el caso de los estudiantes, este malestar que genera puede dar por resultado un descenso en su rendimiento académico, por tal razón es importante prestar atención a su salud mental en esta etapa, ya que está ligado con su funcionalidad en todas las áreas y no es la excepción la escolar.

A raíz de ello, surge la siguiente interrogante: ¿Cuál es el nivel de ansiedad en adolescentes de tercero básico, Sección “A”, en el proceso de elección de carrera de diversificado del Instituto de educación básica INEB de Concepción Tutuapa, ¿San Marcos?

Por tal razón, a continuación, se presenta la investigación titulada “Nivel de Ansiedad en adolescentes de Tercero Básico Sección “A” en el proceso de elección de carrera de diversificado, del Instituto de Educación Básica INEB de Concepción Tutuapa, San Marcos”, misma que servirá para determinar cuál es el estado emocional en cuanto a ansiedad en dicho proceso.

1.3 Justificación del estudio

La salud mental es uno de los derechos fundamentales e inalienables de todo ser humano, su estudio es una aproximación al estado, condiciones, necesidades y problemas tanto individuales como colectivos de las personas, grupos y comunidades en general.

En el contexto del municipio de Concepción Tutuapa, con el presente estudio se pretende que tanto los maestros como autoridades del Instituto se interesen más y le brinden apoyo emocional a los alumnos en proceso de elección de carrera de diversificado, ya que cuando están en esta etapa sufren cambios emocionales, bajo rendimiento académico, problemas de conducta, signos y síntomas a nivel físico, nerviosismo, aislamiento e inseguridad, además pueden presentar diferentes niveles de ansiedad y necesitan este tipo de apoyo. Esta situación afecta el bienestar integral de los alumnos por la incertidumbre de no saber dónde estudiar el siguiente año y los tropiezos que atraviesan al tratar de elegir la profesión a seguir.

Al conocer científicamente esta realidad, el presente estudio le permitirá al centro educativo tomar acciones concretas de apoyo y de coordinación de esfuerzos a nivel local para fortalecer este proceso en los jóvenes y la importancia de su salud mental y emocional en cuanto al problema, mismos que beneficiarán no solo al alumno, sino también el ambiente escolar, su contexto y su núcleo familiar en general.

Gracias a la presente investigación, el instituto contará con un diagnóstico real del nivel de ansiedad que manejan los adolescentes que se encuentran en proceso de selección de carrera profesional, lo cual permitirá proponer acciones y alternativas, no a partir del problema, sino a partir de las necesidades que éste conlleva, pudiendo así incidir positivamente en la satisfacción de las mismas, como promoción de salud mental y tratamiento a los diferentes síntomas de ansiedad provocados por la problemática en cuestión.

Los resultados de la presente investigación serán de utilidad para impulsar procesos y estrategias de incidencia en la salud mental y el cambio estratégico y positivo en cada uno de los estudiantes.

Finalmente, la realización de esta investigación permite poner en práctica los conocimientos adquiridos en la formación académica universitaria y la búsqueda del desarrollo de la misma.

1.4 Pregunta de investigación

¿Cuál es el nivel de ansiedad en adolescentes de tercero básico, Sección “A” en el proceso de elección de carrera de diversificado del Instituto de Educación Básica de Concepción Tutuapa, San Marcos?

1.5 Objetivos

1.5.1 Objetivo general

Relacionar el nivel de ansiedad en adolescentes de tercero básico, Sección “A”, con el proceso de elección de carrera de diversificado del Instituto de Educación Básica –INEB- de Concepción Tutuapa, San Marcos.

1.5.2 Objetivos específicos

- Identificar el nivel de ansiedad en adolescentes en el proceso de selección de carrera de diversificado.
- Determinar la situación de los estudiantes en cuanto a la elección de carrera de diversificado.
- Proveer al centro educativo de un estudio que les permita establecer líneas de acción para el acompañamiento a los estudiantes de tercero básico en la elección de carrera.

1.6 Alcances y límites

En la presente investigación se aplicará una boleta de encuesta y un instrumento para determinar el nivel de ansiedad que manejan los estudiantes de tercero básico, sección A, del Instituto Nacional de Educación Básica de Concepción Tutuapa, San Marcos, se realizará la consulta documental correspondiente para identificar y describir los cambios físicos y emocionales que experimentan en el proceso de elección de carrera y se proveerá al establecimiento de un diagnóstico que les permita establecer líneas de acción para apoyar a los estudiantes en el proceso de elección de carrera a nivel diversificado.

El estudio no contempla el trabajo terapéutico con estudiantes que, según los resultados del instrumento a utilizar, presenten altos niveles de ansiedad, debido al período de tiempo en que se realizará el estudio.

Capítulo 2

Marco Teórico

2.1 Proceso de elección de carrera

La elección de carrera de diversificado puede traer consigo algunos resultados o consecuencias esperadas o previstas con anterioridad, o, todo lo contrario, como lo puede ser el fracaso escolar, abandono de estudios, sentimientos de frustración al respecto de los estudios, de sus capacidades, de sus decisiones y también inseguridad hacia lo que quiere hacer, pues se puede presentar el inconformismo, el descontento y el aislamiento social. (Ceballos, 2006)

Al momento de la selección de carrera los estudiantes pueden atravesar por distintos tropiezos que pueden afectar este proceso, situación que les provoca inseguridad, ya que no siempre se cuenta con los elementos necesarios como la orientación vocacional en algunos casos o el apoyo económico por parte de los padres o tutores, situación que afecta su estado emocional, al no contar con lo necesario para llevar con normalidad este proceso. Otra situación importante en este proceso es que se puede llegar a caer al inconformismo o descontento, ya que en su comunidad no se cuenta con una amplia gama de carreras de diversificado y no se cuenta con los recursos necesarios para poder trasladarse a otros lugares a continuar los estudios, provocando en algunos casos el abandono o deserción escolar.

La elección de carrera es referirse a un proceso escalonado en el joven, que toma en cuenta las capacidades, aptitudes, intereses y valores como un conjunto que forma parte de un proceso, cuya meta es la elección de carrera. (Martín, 2006)

Al hablar de elección de carrera, se debe tener en cuenta que éste es un proceso, por lo tanto es necesario atravesar por diferentes fases, pueden ser positivas o negativas, pero todas llevan al mismo objetivo que es la de elección de carrera.

La elección de carrera puede entenderse también como un proceso en el que se busca que el propio joven pueda identificar y conocer todos aquellos factores que le pueden servir de apoyo y que le ayudarán para reconocer aquellas dificultades que puedan llegar en el desarrollo de su formación profesional. (Vanegas A. d., 2000)

Cuando el estudiante llega al proceso de elección de carrera de diversificado, puede darse cuenta de que existen diferentes factores de apoyo en cuanto al tema, como puede ser el contar con orientación vocacional oportuna, como apoyo y seguridad de no equivocarse al elegir, también debe reconocer con qué oportunidades cuenta para no caer en frustración o inconformismo en dicho proceso.

2.1.2 Selección de carrera de diversificado

(Vanegas A. , 2000) Menciona que, en la actualidad, cuando llega el momento en que los jóvenes toman la decisión de lo que quieren estudiar conviene que sea de una manera no tan superficial, pues, en ocasiones, la elección de una carrera se realiza estando en una etapa en la cual aún no tienen la suficiente madurez para hacer frente a ésta.

Para no caer en elegir una carrera inadecuada, es importante contar con el apoyo tanto de la escuela en donde estudian actualmente con orientación vocacional oportuna y eficaz, así también con el apoyo de los progenitores, ya que ellos son quienes los apoyarán en los gastos que ésta conlleva.

Aunque se considera que la elección de carrera que realiza el joven es personal e individual, existen algunos factores que intervienen en la elección y que son vistos como algo externo, estos pueden ser la familia, maestros, orientador y la economía entre muchos otros. (García, 2001)

Los factores que intervienen en la elección de carrera de diversificado no siempre son favorables o positivos para los jóvenes, ya que aquí entran en juego muchos aspectos en los que se ve involucrado el futuro profesional, entre ellos es fundamental el factor económico.

Cuando los jóvenes pasan por el proceso de elección de carrera es importante que tengan claro qué es lo que quieren estudiar, y las expectativas que tienen de cada una de las carreras de su interés o de las carreras que aspiran o en las que se pueden desarrollar en su futuro laboral, esto es algo en lo que vale la pena poner énfasis, ya que la elección debe estar clara, deben estar seguros y conscientes de su elección, ya que es una decisión seria, no para el momento sino para su futuro.

Para los jóvenes en este proceso es de suma importancia contar con el apoyo de sus progenitores, tanto en lo económico como parte fundamental para no caer en abandono o deserción académica, como en lo emocional, que es fundamental debido a los cambios por los que atraviesan en este proceso y a la importancia de una buena elección, ya que la carrera que elijan será para su futuro laboral.

La orientación vocacional es un factor importante para una buena elección, ésta debe ser brindada en el establecimiento de educación básica como base fundamental en el apoyo a los estudiantes en este proceso.

En la actualidad, el proceso de elección de carrera de diversificado ya no se lleva a cabo como era antes, ya que la carrera a seguir estudiando era elegida por los progenitores o simplemente por tradición familiar, pero siempre se hace necesario dialogar con ellos y ayudarlos a elegir la mejor opción en el proceso de elección de su carrera posterior a sus estudios de tercero básico, ya que es una decisión que formará parte de su vida.

Cuando el adolescente decide y tiene la posibilidad de continuar con sus estudios, lo primero que debe preguntarse es: ¿Qué futuro quiero? ¿Cómo me veo en mi futuro?, de eso va a depender su elección. Ya que lo que desea profesionalmente hablando va a depender de sus deseos y la relación que ha establecido con sus padres o su ambiente familiar en general.

El adolescente en este proceso juega un papel muy importante y se da cuenta de su realidad, su vida social, y su crecimiento hacia su adultez como futuro profesional.

La elección de carrera de diversificado aparece así, como punto de llegada de una niñez que termina. Aquí, se juega la renuncia a las ilusiones infantiles y a crear proyectos realistas y objetivos hacia su futuro, ampliando su visión en beneficio individual y de su familia. En esta etapa de su vida, el adolescente empieza a hacerse responsable de su propio destino.

El papel que juega la orientación vocacional es fundamental, ya que el adolescente debe procurar su bienestar futuro, el orientador debe animarlo a tomar esta decisión, su papel sería el de facilitar, estar disponible, donde no se exige nada, no se presiona, no se abrevia, no se juzga, sólo se acompaña y se trata de comprender.

2.1.3 La dificultad de elegir

(Peña, 2003) dice que el estudiante necesita de otras personas que lo orienten y lo apoyen en la elaboración de su proyecto de vida, en donde el joven acumulará información ya sea interna como externa. El estudiante debe aprender a reconocer sus intereses, aptitudes y áreas dominantes, de manera que cuente con elementos para una mejor elección vocacional.

La orientación vocacional es indispensable en este proceso, ya que la elección de carrera siempre será un desafío para el estudiante, más cuando es joven y nunca se había preocupado por pensar en esa decisión. La orientación vocacional le brinda los elementos necesarios como el reconocimiento de sí mismo y el conocimiento de las carreras que ofrecen las instituciones educativas de su comunidad y el mercado laboral de la región.

En este punto es fundamental que el estudiante sepa lo que espera de él su familia y sobre todo lo que él espera de sí mismo, sus intereses y beneficio personal, para que su elección sea con optimismo y prosperidad.

No en todos los casos es indispensable la orientación vocacional, ya que algunos adolescentes siempre han tenido claro lo que desean ser en su futuro profesional, pero lamentablemente no siempre podrá ser lo que él desee, en muchos casos deben seguir un patrón familiar o aceptar la

imposición de sus padres de acuerdo con recursos económicos con que se cuenta. También entra en juego aquí aparte de las posibilidades económicas, la capacidad intelectual con que cuenta como estudiante.

2.1.4 Implicaciones en la elección de carrera de diversificado

La elección de carrera no es un proceso simple para el joven, sino todo lo contrario, ésta es parte de su desarrollo como persona y de vida y puede traer consecuencias negativas o positivas (Bordas M. D., 1972) (s.p.)

El proceso de elección de carrera siempre ha sido un proceso difícil para el estudiante, ya que no solo depende de lo que él quiere, sino que también depende de muchos otros factores que debe tomar en cuenta, como su familia, los recursos económicos para los costos de la carrera, así como también la existencia de esa carrera en su comunidad.

Cuando el estudiante de tercero básico está en el proceso de elegir la carrera que quiere estudiar, se enfrenta a un proceso de definición de proyecto profesional, van de la mano y en conjunto con el desarrollo de todas aquellas características incluidas en el proceso. (García, 2001) (s.p)

En el proceso de elección de carrera, el estudiante debe tomar en cuenta que está planteándose su proyecto de vida profesional en el que debe tomar en cuenta todos los tropiezos que éste pueda presentar a lo largo del proceso, para más adelante hacer una buena elección que le procurará bienestar integral.

2.1.5 Factores que influyen en el proceso de elección de carrera

Según (Vanegas A. , 2000), algunos factores que se deben tomar en cuenta para poder realizar una buena elección de carrera son los factores del individuo y los factores de la realidad social. Dentro de los factores del individuo se encuentran algunas características como el nivel intelectual,

aptitudes específicas, intereses, nivel de conocimientos adquiridos, vínculos familiares, valores, personalidad, aspiraciones, motivación, entre otros. Los factores de realidad social son los que marcan aspectos como ubicación geográfica, cultura, estrato social al que pertenece, instituciones educativas, fuentes de trabajo, situación económica familiar, entre otros.

Al momento de que el estudiante realizará la elección de carrera de diversificado, debe tomar en cuenta todos los factores mencionados con anterioridad, esto le ayudará a tomar una buena elección y sin complicaciones tanto personales como familiares, la familia es la base de la economía para continuar o no con sus estudios, es un factor que no se debe dejar de lado ni restarle importancia para optar por la mejor decisión.

(Bordas, 1999) Manifiesta que ante la diversidad de factores que intervienen en la elección de carrera como lo puede ser la historia social y familiar, la institución educativa, factores de apoyo, expectativas y necesidades del joven, entre muchas otras.

La familia, la situación económica y las aptitudes que los jóvenes presenten y demuestren son las que tienen mayor relevancia al momento de elegir la carrera de diversificado para continuar con sus estudios.

2.1.5.1 Factores internos

(Ackoff, 1991) Manifiesta que en este aspecto entran en cuenta las características personales de cada estudiante, ya que la elección de carrera es también una expresión de su propia personalidad que involucra el reconocimiento de sus habilidades e intereses y de sus gustos particulares. Este es un proceso de cuestionamiento propio que resulta ser fundamental en esta toma de decisión.

Los factores internos son determinantes para la elección de carrera, ya que es como hacerse un autoexamen y reconocer para que se es bueno y para qué no y de esto dependerá la mejor decisión, tomando en cuenta la personalidad y las carreras que van acorde a sus intereses y capacidades.

2.1.5.2 Factores externos

(Ackoff, 1991) Manifiesta que los factores externos que influyen en la toma de decisiones son los siguientes: familia, económicos, sociales, culturales, políticos, legales, tecnológicos y ambientales.

En este aspecto se debe tomar en cuenta cada uno de los factores ya que lo externo es importante, fundamentalmente el papel que juega la familia en esta decisión ya que son ellos los del apoyo económico para continuar o no con los estudios de diversificado.

2.1.6 El género como variable que influye en la elección de carrera

Una vez señalados los factores que condicionan la elección académico-profesional de los estudiantes, previamente será necesario diferenciar los conceptos, sexo/género, que a menudo se han utilizado indistintamente. Así, se entiende que el sexo hace referencia a las diferencias biológicas y anatómicas asociadas a cada categoría sexual. (Sáez, 1994)

Cuando se habla de género en la elección de carrera, se puede mencionar que en algunos lugares del país aún hacen diferencia sobre las capacidades distintas entre hombres y mujeres. En algunos casos es crucial hablar de este tema, ya que existen creencias de que los hombres y las mujeres no tienen derecho a las mismas oportunidades de continuar con sus estudios, debido a sus costumbres y creencias, y en algunos otros casos no es bien visto ante la sociedad que las mujeres estudien las mismas carreras que estudian los hombres como es el caso de la carrera de mecánica automotriz, electricidad, entre otras.

Cuando se habla de elección de carrera, se hace referencia al género como condicionante de las diferencias entre sexos en el desarrollo vocacional, ya que la relación del sexo con la elección se basa en las implicaciones sociales que éste todavía tiene en la actualidad y la incidencia de las personas en los factores personales de la elección vocacional (Hernández, 1987)

La incidencia de la sociedad en algunos sectores del país sigue siendo un tropiezo en este proceso, resultando ser un factor determinante en el abandono de los estudios en el caso de las mujeres, ya que en algunos lugares sigue la creencia errónea de que la mujer no tiene por qué estudiar porque su función es la de casarse, tener hijos y dedicarse únicamente a ellos, esta situación es un obstáculo grande para el crecimiento y desarrollo profesional de la mujer en este país.

2.1.7 Características biopsicosociales de los adolescentes que deben elegir carrera de diversificado

El síndrome de la adolescencia normal se caracteriza por la búsqueda de sí mismo y de la identidad, necesidad de intelectualizar y fantasear, crisis religiosas, de su ubicación temporal, fluctuaciones del humor y del estado de ánimo, contradicciones de la conducta, evolución del autoerotismo a la heterosexualidad, actitud social reivindicatoria, tendencia grupal y separación progresiva de los padres. (Santa Cruz, 2018)

En esta etapa de la vida, el individuo sufre al tratar de conocerse a sí mismo, en la búsqueda de su identidad y en los cambios que ésta conlleva, trata de ubicarse en un mundo que no conoce como los diferentes cambios por los que atraviesan, en todos los ámbitos de su vida cotidiana, como los cambios en su estructura física y la necesidad de pertenencia a los diferentes grupos a los que se someterá posteriormente.

Otros autores como (Bianculli, 2013) creen que, como crisis individual, la adolescencia es una etapa del ciclo vital, de gran importancia, que ha sido considerada un segundo nacimiento, un nuevo desprendimiento. El conflicto central reside en superar un «proceso de duelo» que abarca: pérdida del cuerpo infantil, pérdida de los primitivos vínculos familiares, y sustitución por otros nuevos menos conocidos y pérdida de las identificaciones y procesos mentales infantiles. En la adolescencia temprana, que incluye edades de los 10 a los 13 años, la inteligencia se demuestra a través de la manipulación lógica y sistemática de símbolos relacionados con objetos concretos. El interés hacia las partes del cuerpo favorece la intervención en salud, pero su pensamiento concreto

previene la forma de dar la información. En esta etapa es necesario integrarlo a la toma de decisiones, que generen responsabilidad y a su vez autonomía.

Como da a conocer este autor, en la adolescencia los jóvenes pasan por varias etapas, mismas que son de gran importancia y trascendencia, que van desde los cambios físicos hasta los cambios que se dan en sus vínculos familiares, ya que empiezan a tomar sus propias decisiones como la elección de carrera de diversificado que es un cambio significativo en su vida ya que será una elección no solo de momento sino de futuro.

En esta etapa de la vida es de suma importancia la cultura, ya que para muchos de los jóvenes es más difícil que para otros, puesto que algunos viven en un ambiente en el que su cultura familiar sigue patrones, y en esto entra en juego la elección de carrera de diversificado, ya que al seguir patrones, es difícil que le permitan tomar libremente la decisión, obligándolo así a seguir un estilo de vida que quizá no se adapte a sus propias necesidades.

En esta etapa dentro de los cambios en el estilo de vida diaria, los jóvenes cambian también su forma de actuar en donde pueden comportarse de manera egoísta, irritables, manipuladores, impredecibles, independientes, irresponsables, exigentes, inseguros, entre otras conductas que pueden cambiar de un momento a otro. Situaciones que pueden conducirlos a padecer estrés, ansiedad, entre otros trastornos.

Según (Bakken, 2008), existen tres tipos de autonomía: emocional, de comportamiento y de valores. En la emocional, los adolescentes cambian la dependencia afectiva de los padres y la trasladan a los compañeros o amigos. En la adolescencia media, que va desde los 14 a los 16 años, la disminución de su interés en el cuerpo, limita las acciones en salud, ya que los mismos no se van a integrar a través de la estética, sin embargo, el creciente interés en la búsqueda de pareja puede ser un objetivo relacionado. También en esta etapa, la inteligencia se demuestra a través del lógico uso de símbolos relacionados con conceptos abstractos. Por fortuna, el desarrollo de este pensamiento puede originar la evaluación de consecuencias, y lograr el manejo de la información de manera preventiva, por ejemplo, con énfasis en que unos hábitos inadecuados pueden ocasionar

problemas en un futuro. Al estar muy influidos por los compañeros o amigos, la intervención debe dirigirse al grupo, si dentro del grupo hay líderes positivos, de lo contrario elegir la intervención individualizada sería lo más conveniente. Por otro lado, en la adolescencia tardía, que compromete las edades de 17 a 19 años, la comunicación se facilita, porque existe la influencia tanto familiar como de los pares en la toma de decisiones. Esto implica que en la adquisición y mantenimiento de hábitos saludables pueden nuevamente intervenir los padres.

En todos los cambios, entre la adolescencia temprana a tardía, según las edades por las que atraviesan, los jóvenes van de un cambio a otro, mismos que en algún momento de su vida resultan ser hasta confusos para ellos, ya que en parte dejan de lado el querer estar todo el tiempo con sus padres y empiezan a relacionarse más con otros adolescentes de su misma edad, lo cual es importante para ellos y los ayudan a estructurar su propia personalidad e independencia.

Entre los hábitos que van tomando en los diferentes cambios por los que atraviesan se ve afectada la relación con sus padres, ya que muchas veces toman hábitos perjudiciales para su salud, como el consumo de sustancias dañinas, por ejemplo.

Los adolescentes desarrollan habilidades que les permiten manejar su propia independencia y manejo de sus propias vidas, tratando de escoger sus actividades, tomando conciencia de que éstas deben ser positivas y saludables.

En esta fase de la vida, los padres de familia y personas cercanas juegan un papel muy importante, ya que son quienes deben guiarlos y ayudarlos en su desarrollo de autodominio, autoestima, responsabilidades y toma de decisiones, aproximándolos a su autonomía. En algunos casos es aquí en donde se ve la necesidad de ayuda de profesional de psicología, que los encamine a la adecuada toma de decisiones y aceptación de su realidad.

Según los autores citados, cada etapa que atraviesan los adolescentes trae sus propias crisis, que con el apoyo necesario lograrán ir resolviendo.

En la interacción social los adolescentes van experimentando hábitos que los encaminan a cometer actos no solo positivos sino también negativos como el consumo de sustancias psicoactivas, tabaco, alcohol, desórdenes de alimentación, así como embarazos en la adolescencia. Esto como resultado de que no todas las experiencias que adquieren son benéficas para su salud, siendo estos uno de los tantos factores de riesgo que no solo afectan su salud física sino también las relaciones en los diferentes ámbitos en los que se desempeñan. Guatemala no es la excepción, siendo todo esto una problemática por la que atraviesan las familias con hijos adolescentes.

A manera de resumen, se puede mencionar que los adolescentes sufren cambios tanto físicos como emocionales que influyen en su salud, ya que los adolescentes en estas edades son más propensos a desarrollar diversas enfermedades ya sea por malos hábitos o por respuestas hormonales, propias de la adolescencia. En el ámbito social, el adolescente es vulnerable el consumo de alcohol y otras sustancias psicoactivas, desórdenes alimenticios y embarazos a temprana edad, situaciones que generan consecuencias a nivel integral.

A partir de la adolescencia los individuos cumplen con un papel muy importante dentro de la sociedad, por tal razón, deben desarrollar buenos hábitos para mantener una salud integral, disminuir los riesgos de adquirir enfermedades y lograr su buen desempeño en todos los ámbitos en que se desenvuelve. Los diferentes factores psicosociales son determinantes en la toma de decisión de los estudiantes de tercero básico al momento de elegir su carrera de diversificado.

2.2 Ansiedad

La ansiedad es una respuesta emocional que se presenta en el sujeto ante situaciones que percibe o interpreta como amenazantes o peligrosas, aunque en realidad no se pueden valorar como tal, esta manera de reaccionar de forma no adaptativa, hace que la ansiedad sea nociva porque es excesiva y frecuente, es por eso que la ansiedad es considerada como un trastorno mental prevalente en la actualidad, ya que engloba toda una serie de cuadros clínicos que comparten como rasgo común, es de carácter patológico, y se manifiesta en múltiples disfunciones y desajustes a nivel cognitivo,

conductual y psicofisiológico. Estos factores son expresados en diferentes ámbitos como el familiar, social o laboral. (Elizondo, 2005)

Dado que el adolescente en proceso de elección de carrera de diversificado se encuentra en un proceso de toma de decisión, puede sentirse ansioso por los diversos factores involucrados en este tipo de situaciones, lo cual puede ser normal en él, lo malo en este caso sería que surja una ansiedad excesiva, perjudicando así su estilo de vida e imposibilitándolo para continuar desempeñándose adecuadamente en el ámbito académico, y llegar hasta cambiar sus hábitos y comportamientos, provocando malestar y desequilibrio emocional significativo.

La ansiedad al no ser tratada a tiempo puede llegar a provocar pensamientos negativos o de carácter obsesivo que termina desembocando en serias patologías. Para entender de manera más clara la ansiedad es importante diferenciar la ansiedad estado de la ansiedad rasgo.

2.2.2 Ansiedad estado

Según (Spielberger, 1972), es “un estado emocional inmediato, modificable en el tiempo caracterizado por una combinación única de sentimientos de tensión, aprehensión y nerviosismo, pensamientos molestos y preocupaciones, junto a cambios fisiológicos”. (s.p.)

Este tipo de ansiedad, como su nombre lo indica es el que afecta por situaciones del momento, no se trata de una forma habitual de responder ante las situaciones del diario vivir, puede obedecer a algún proceso pasajero como es el caso de la toma de decisión para elegir carrera de diversificado en los alumnos que culminan los estudios de tercero básico.

2.2.3 Ansiedad rasgo

Se refiere a las diferencias individuales relativamente estables en la propensión a la ansiedad, es decir a las diferencias entre las personas en la tendencia a responder a situaciones percibidas como

amenazantes con elevaciones en la intensidad de la ansiedad estado. (Spielberger, 1972, pág. 1)

La ansiedad rasgo es el tipo de ansiedad que forma parte de nuestra personalidad, ésta no depende del momento o la situación que se esté viviendo, sino es una característica normal, varía en cada persona, algunas presentan nivel de ansiedad rasgo alto y otras bajo.

La diferencia entre ambos tipos de ansiedad radica en que la ansiedad estado depende de lo que se está viviendo en el momento o de la circunstancia en que la persona se encuentre, mientras que ansiedad rasgo es una característica fija de la personalidad de cada individuo.

En el presente estudio se toman en cuenta los dos tipos de ansiedad, ya que los dos son punto de análisis en el tema del proceso de elección de carrera de los estudiantes que terminan sus estudios de tercero básico e ingresan a diversificado.

2.2.4 Ansiedad en la adolescencia

Cada fase de la adolescencia suscita una ansiedad de transición tanto más intensa, cuanto más importante y rápido sea el cambio. (Ausubel, 2016)

Los adolescentes en las diferentes etapas que atraviesan sufren cambios, mismos que se reflejan en su día a día, mientras más cambian, más propensos se encuentran a procesos ansiosos. Cada cambio puede generar incertidumbre y a su vez ansiedad.

(Santos, 2017) indica que la adolescencia es un periodo de transición entre la niñez y la juventud en la cual, los individuos sufren grandes cambios en el área física, intelectual, emocional, social y espiritual. (p.21.)

En los cambios de la adolescencia es en donde pueden aparecer problemas de ansiedad, mismos que deben ser detectados a tiempo para darles tratamiento con especialistas de salud mental. En esta etapa de la vida de los adolescentes es de suma importancia prestar la debida atención al estado emocional de los jóvenes pudiendo así prevenir complicaciones severas. La detección temprana de

problemas emocionales se debe realizar tanto en la casa como en los centros educativos ya que son los lugares en donde pasan la mayor parte de su tiempo los jóvenes.

Si se reconoce la adolescencia como una etapa crucial que todo ser humano atraviesa permitirá poner mayor atención en los cambios que se presentan en cada una de las etapas, ya que las responsabilidades de los jóvenes aumentan y con ello las variaciones en los estados de ansiedad.

2.2.5 Origen de la ansiedad

Elizondo (2005), manifiesta que:

“Sigmund Freud considera que la ansiedad surge a raíz del conflicto mental. Sería como una transformación tóxica de las energías, de un Ello que necesita determinadas cosas y que no puede alcanzar ni satisfacer. También de esas obsesiones que a menudo se esconden y que traen miedos injustificados o incluso la sombra persistente de ciertos traumas enquistados”. (p.155)

Para Sigmund Freud, la ansiedad era una parte indiscutible de la personalidad, de las necesidades insatisfechas del Ello y de los conflictos mentales que cada quien genera en su mente de acuerdo a sus vivencias y experiencias de vida.

La ansiedad surge también como respuesta a un sistema de alerta ante situaciones que consideramos amenazantes, es como un mecanismo de defensa innato de cada persona, éste nos mantiene alerta y nos puede ayudar a prevenir situaciones negativas, nos mantiene dispuestos para reaccionar ante riesgos y amenazas y nos ayuda a tomar medidas convenientes como huir, atacar, afrontar, adaptarse, entre otras.

2.2.5.1 Factores predisposicionales

Según (Sierra, 2006) los factores que predisponen a la ansiedad son:

- Los factores biológicos, que pueden ser genéticos.
 - Los patrones de personalidad, que son los factores que ya forman parte del estilo de vida.
 - Los factores ambientales, que dependen del contexto en que el individuo se desenvuelve.
- (p. 43)

2.2.5.2 Factores activadores o desencadenantes

Continúa manifestando el autor antes mencionado que dentro de estos factores se pueden mencionar los siguientes:

- Consumo de sustancias nocivas para nuestra salud.
- Situaciones o acontecimientos que salen de lo habitual.
- Acontecimientos graves como enfermedades, muertes o accidentes de nuestros seres queridos.
- Dificultad para alcanzar nuestras metas. (p.43)

2.2.6 Tipos de Ansiedad

Elizondo (2005), menciona que: Sigmund Freud manifiesta que existen 3 tipos de ansiedad: mismos que se presentan a continuación:

2.2.6.1 Ansiedad realista

Este tipo de ansiedad surge como reacción a un hecho concreto, objetivo y ante todo real. Hay miedos que pueden aparecer en un momento dado por un fin muy concreto: para animar a huir de

lo que hace daño, de lo que atenta a la integridad, a la supervivencia.

Para Sigmund Freud, este es el tipo de ansiedad que más identifica al individuo, porque es el de la realidad, ya que todos están expuestos a los miedos en cualquier ámbito de la vida y éstos aparecen en cualquier momento y magnitud.

2.2.6.2 Ansiedad neurótica

La ansiedad neurótica o secundaria surge a partir de la anticipación de hechos o circunstancias. El ser humano reacciona ante hechos, pensamientos e ideas que solo tienen realidad en su mente, pero no fuera de ella, no en su entorno. Así, ante este miedo surgido en la psique se despliega toda una serie de procesos defensivos: nerviosismo, necesidad de huida y descontrol.

En este tipo de ansiedad lo que prevalece es el Ello es como la parte de los deseos frustrados, los miedos que se traen desde la infancia, situaciones que impiden ser felices y vivir en plena libertad el presente.

2.2.6.3 Ansiedad moral

Este tipo de ansiedad es la que más extrañeza causa, porque es la que hace referencia a la moral, es como una angustia que proviene del superyó en el mundo interno, el de los deberías, los mandatos inconscientes y el miedo o vergüenza al fracaso o incluso al castigo o desprestigio, desamor, despidos, soledad. (p.155)

En este tipo de ansiedad vemos también que es el los deseos reprimidos y miedos al qué dirán. Miedo a lo que pueda suceder ante los demás y pueda provocar vergüenza.

2.2.7 Causas de la ansiedad

Cuando se sufre de ansiedad, superficialmente se desconocen las causas, y qué es lo que realmente la está ocasionando, sin tomar en cuenta que la ansiedad es un signo de que algo no está bien y de que es momento de visitar a un profesional de la salud mental.

Algunas de las causas de la ansiedad pueden ser los acontecimientos traumáticos, enfermedad o muerte de algún ser querido, problemas familiares, sociales, escolares, o cualquier situación que provoca inquietud o incertidumbre. (s.p.)

Reyes, D. (s.f), manifiesta que también existen causas médicas por las que las personas padecen de ansiedad, en algunas ocasiones los signos y síntomas de ansiedad son los primeros indicadores de alguna enfermedad, a continuación, se presentan algunas enfermedades que pueden manifestarse a través de síntomas de ansiedad:

- Enfermedades cardíacas
- Problemas de hipotiroidismo
- Diabetes
- Trastornos respiratorios
- Uso de sustancias o abstinencia, entre otras (p.10)

Es importante tomar en cuenta que la ansiedad puede erradicarse si se identifica la causa, pueden ser acontecimientos recientes o de hace mucho tiempo atrás que pudieron irse acumulando hasta el punto de generar este trastorno.

En conclusión, la ansiedad es uno de los problemas psicológicos más relevantes hoy en día, sus manifestaciones son diversas, y es un problema que aunque las causas se encuentren escondidas, ésta puede hacerse presente en la vida y provocar cambios significativos en todos los aspectos de

la vida cotidiana. Por tal razón, es importante tratar la ansiedad, buscar ayuda profesional y no simplemente acostumbrarse a vivir con ella como parte de la rutina.

(Garano, 2012) expone que algunos expertos proponen teorías de causa única de la ansiedad, dichas teorías simplifican los trastornos de ansiedad y quedan susceptibles a dos líneas equivocadas que son: la falacia biológica y la falacia psicológica. (p.9.)

La falacia biológica da por sentado que un tipo concreto de trastorno de ansiedad está causado por un desequilibrio biológico o fisiológico del cerebro o del cuerpo.

La falacia psicológica comete el mismo error, pero de forma contraria, supone que una fobia social o el trastorno de ansiedad están únicamente provocados por haber sido criado por unos padres que descuidaron, abandonaron o abusaron de la persona que lo sufre, y eso dio como resultado inseguridad o vergüenza que provocan fobia y ansiedad. Las causas de las dificultades de la ansiedad varían no solo por el nivel si no también según el periodo de tiempo en que se producen. (J.C. Baeza, 2008) (s.p.)

A continuación, se analizan algunas causas típicas:

- Causas de predisposición a largo plazo: este tipo de causas se presentan como manifestaciones o predisposiciones que se tienen desde la infancia, que incluyen la herencia, causas disfuncionales de los padres, traumas diversos o abusos infantiles.
- Causas de circunstancias recientes: estas pueden desencadenar la aparición de ataques de pánico o agorafobia. Estas causas incluyen un nivel más alto de estrés o una acumulación de estrés a lo largo del tiempo.
- Causas de mantenimiento: son factores de conducta, actitud y estilos de vida de una persona que permite que la ansiedad siga existiendo una vez iniciado su curso. Incluyen tensión muscular, sensaciones de miedo, creencias erróneas sobre uno mismo, los demás o la vida.

- Causas neurobiológicas: son afecciones del cerebro que afectan el curso y la intensidad de la ansiedad. Entre estas destacan el desequilibrio de algunos neurotransmisores, como serotonina, norepinefrina y GABA, y reacción excesiva en determinadas estructuras cerebrales, especialmente la amígdala y el locus. (Balaguer, 2008, pág. 19)

Sarason, S. (2006), manifiesta que en las personas donde el sistema nervioso es sensible a la estimulación es más propensa a experimentar ansiedad severa.

La fuerte influencia de los genes en la personalidad no implica que los factores heredados determinen irremediablemente el perfil de las personas. Los genes influyen hasta un 60% en la personalidad del hombre, no olvidando la importancia de los factores ambientales para que los rasgos se expresen. (Guillespie, 2001, p.1)

2.2.8 Consecuencias de la ansiedad

Sentir ansiedad de vez en cuando es normal en la vida, sin embargo, las personas que sufren de algún trastorno de ansiedad con frecuencia tiene preocupaciones excesivas y miedos intensos sobre situaciones de su vida diaria.

García (2011), indica sobre las posibles alteraciones físicas por la inadaptación del organismo ante los estresores, que se puedan presentar en las diferentes situaciones que se dan en la vida, y como consecuencia de todo ello el organismo activa diversas enfermedades que llegan a ser muy vulnerables y propensas a padecer cualquier tipo de afección leve o grave para el rendimiento físico y mental del cuerpo. En otra de las consecuencias del estrés crónico, se puede encontrar los trastornos de tipo psicológico y conductual que pueden llegar a provocar los siguientes conceptos:

- Baja motivación,
- Pérdida de autoestima,
- Depresión y otros trastornos afectivos,

- Trastorno del sueño,
- Síndrome del quemado o Burnout,
- Trastornos esquizofrénicos,
- Ansiedad, miedos y fobias,
- Trastorno de la personalidad,
- Conductas adictivas (consumo de diferentes sustancias),
- Alteración en la conducta alimentaria,
- Suicidio.

2.2.9 Reacciones del cuerpo ante la ansiedad

La experiencia emocional a lo que sentimos y pensamos durante una reacción emocional, se suele clasificar en tres ejes o dimensiones fundamentales: placer-desagrado, intensidad y grado de control. (Schmidt-Atzert, 1985)

Dicho en otras palabras, las reacciones que se presenten ante la ansiedad siempre van a depender de cada persona, no siempre será la misma, ya que depende de lo que le provoque a cada persona. Dependiendo de lo que provoque será la forma en que ésta active sus mecanismos de defensa, contra la ansiedad.

Los mecanismos de defensa aparecen instantáneamente ante algún peligro, en situaciones en que la persona se siente con temor o inquietud ante alguna situación desencadenante como eventos traumáticos o situaciones de estrés excesivo. Sin embargo, aunque los mecanismos de defensa se activen y funcionen inmediatamente, las reacciones de la persona ansiosa siempre repercuten en sus actividades cotidianas y hasta en su estilo de vida en general provocando malestar significativo en nuestra vida personal. Situación que lleva a plantear la siguiente interrogante: ¿Cómo afecta la ansiedad al organismo? A continuación, se dan a conocer algunas formas:

- **Tensión en los músculos:** Los músculos del cuerpo tienden a tensarse ante un episodio de ansiedad y esto genera más presión en los músculos, pudiendo provocar rigidez en los hombros y dolor de cuello y de cabeza, entre otros.
- **Problemas del corazón:** Mayores riesgos de enfermedades cardiovasculares por el aumento del ritmo cardíaco y la presión sanguínea que se aceleran en un momento de ansiedad excesiva. Elevación del peligro de hipertensión, arritmia, derrames y ataques al corazón.
- **Cambios en el funcionamiento del hígado:** Según la Asociación Americana de Psicología (s.a.) los periodos de ansiedad hacen que el sistema suprarrenal produzca más cortisol (hormona del estrés), esto provoca a su vez que el hígado genere más glucosa. Si bien es inofensivo en las personas sanas, para los diabéticos o quienes padecen más riesgo de sufrir esta enfermedad, es un problema mayor al elevarse los niveles de azúcar.
- **Daño cerebral:** Los niveles altos de estrés y ansiedad afectan zonas del cerebro relacionados con la memoria a largo y corto plazo, así como también provocan daños en el sistema nervioso, situación que provoca que otros sistemas del cuerpo se vean afectados, y como consecuencia, puede provocar otras manifestaciones físicas negativas.
- **Sistema inmune:** El estrés y la ansiedad, debilitan el sistema inmune, aumentando las posibilidades de enfermarse, situación que nos hace más propensos a resfriarnos, tener gripe, tos, etc.
- **Sistema digestivo:** Las manifestaciones de ansiedad, provocan que las personas que lo padecen, tengan problemas digestivos, esto es porque afecta los intestinos y la absorción de nutrientes, provocando ardor, hinchazón, diarrea e incluso problemas de esfínteres.
- **Erupciones cutáneas:** Cuando se sufre de ansiedad el sistema nervioso simpático, lleva más sangre a los músculos, esto provoca enrojecimiento de la piel, exceso de transpiración, etc.
- **Alteración del metabolismo:** La ansiedad hace al individuo más propenso al sobrepeso y la obesidad.

2.2.10 Niveles de ansiedad

La ansiedad es una serie de sintomatologías que varían de persona a persona, de igual manera varían los niveles, éstos pueden presentarse desde mínimo, leve, moderado hasta grave. (Spielberger, 2006)

De la misma forma y niveles puede afectar tanto a niños como adolescentes y niños, no distingue edades, la intensidad de ésta es la que determina los efectos que causa en las personas.

Cuando la ansiedad se presenta como una respuesta natural a circunstancias, contexto y momento, es cuando es posible determinar que se trata de un tipo de ansiedad normal y no es dañina, no presenta síntomas negativos, sino que ayuda a mantener el equilibrio entre la eventualidad y la propia personalidad. Sin embargo, si ésta se vuelve crónica y dura mucho tiempo, puede generar consecuencias negativas en el organismo, llegando a producir síntomas como dolor de cabeza, vómitos, dolores musculares, problemas gastrointestinales, dolores musculares, entre otros. Si no es tratada a tiempo y por profesionales de salud mental, puede provocar serias consecuencias como trastornos de ansiedad. (Flores, 2014)

En resumen, los niveles de ansiedad pueden variar de leves a intensos, pueden incapacitar a las personas a tal grado de afectar su bienestar tanto físico como emocional, y por ende, su estilo de vida.

2.2.11 Síntomas emocionales de la ansiedad

Los síntomas emocionales más relevantes provocados por la ansiedad son:

- Inseguridad
- Miedos
- Fobias

- Sensación de irrealidad
- Sensación de despersonalización
- Conductas o hábitos nerviosos
- Falta de concentración
- Impaciencia
- Impulsividad
- Dificultad para memorizar
- Falta de concentración
- Entre otras. (Elizondo, 2005, s.p.)

La ansiedad se considera patológica y de tratamiento urgente cuando su sintomatología dura más de 6 meses, según el DSM 5, pasa de determinado límite, no desaparece y continúa incrementando su intensidad y no podemos controlarla, ya que la ansiedad es normal únicamente cuando se está expuesto a situaciones estresantes y extremas, entonces la ansiedad resulta ser útil, ya que ésta tiene la capacidad de facilitar el rendimiento intelectual y conductual. (p.185)

2.2.12 Manifestaciones fisiológicas de la ansiedad

Dentro de las manifestaciones fisiológicas más relevantes de la ansiedad están:

- Temblores
- Sudoración
- Opresión en el pecho
- Falta de aire
- Palpitaciones
- Molestias digestivas
- Náuseas
- Taquicardia
- Vómitos

- Hormigueo
- Tensión y rigidez muscular
- Cansancio
- Sensación de mareo e inestabilidad.
- Alteraciones de la alimentación (Sierra, 2003)

La intensidad de estos síntomas siempre va depender del nivel de ansiedad que se esté padeciendo, y varía de persona a persona, sin embargo, lo que no varía es la necesidad y urgencia de tratamiento a través de un profesional de salud mental, vale la pena mencionar que en algunos casos, dependiendo de la gravedad también es necesario el tratamiento farmacológico.

Capítulo 3

Marco Metodológico

3.1 Método

El método utilizado para la presente investigación es el cuantitativo, ya que éste utiliza la recolección de datos para probar una hipótesis, con el fin de establecer pautas de comportamientos y probar teorías.

De acuerdo con (Tamayo, 2007) la metodología cuantitativa utiliza la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis establecidas previamente, y confía en la medición numérica, el conteo y frecuentemente el uso de estadística para esta establecer con exactitud patrones de comportamiento en una población. (p.26)

Según dicho autor, el método cuantitativo tiene su base en el positivismo, que busca las causas mediante métodos tales como cuestionarios que producen datos susceptibles de análisis estadístico. En el presente estudio se recolectaron datos cuantitativos para establecer los niveles de ansiedad en el proceso de elección de la carrera de diversificado de los sujetos de la muestra seleccionada.

3.2 Tipo de investigación

Para la elaboración del presente trabajo se utiliza la investigación combinada (de campo y documental). En estas investigaciones se combinan en forma más o menos equitativa los dos tipos de investigación antes señalados (de campo 50 por ciento y documental 50 por ciento). Los porcentajes varían según las condiciones y necesidades de la propia investigación. (Razo, 2011, p.150)

La elección de este tipo de investigación corresponde a que se utilizan ambos tipos, ya que se lleva a cabo el conocimiento y análisis de todo lo relacionado al tema de ansiedad, por medio de la

investigación documental, posteriormente se hace el trabajo de campo directamente con los sujetos de investigación en donde se aplica el Inventario de ansiedad Rasgo-Estado IDARE, mismo que sirve para poder identificar el nivel de ansiedad rasgo y estado en los jóvenes en proceso de elección de carrera de diversificado del Instituto INEB de Concepción Tutuapa, San Marcos.

3.3 Niveles de investigación

La presente investigación pertenece al nivel correlacional, puesto que se pretende establecer la relación que existe entre dos conceptos, elección de carrera y ansiedad.

Asimismo, se pretende medir el nivel de ansiedad estado y rasgo de los jóvenes del instituto antes mencionado, para ello, se recaba información de campo de manera individual, mediante una prueba psicológica, misma que se adapta a las variables que guían la presente investigación, así como con una boleta de encuesta para establecer la situación en la que los jóvenes se encuentran respecto a la elección de carrera de diversificado.

La elección de este nivel se debe a que lo que se pretende investigar con la presente investigación es el nivel de ansiedad de los jóvenes en proceso de elección de carrera de diversificado, para luego poder determinar cómo se da este proceso en ellos y como es el manejo de la ansiedad en esta etapa que ellos atraviesan al pasar de tercero básico a la carrera de diversificado.

3.4 Pregunta de investigación

¿Cuál es el nivel de ansiedad en adolescentes de tercero básico, Sección “A”, en el proceso de elección de carrera de diversificado del Instituto de Educación Básica –INEB- de Concepción Tutuapa, San Marcos?

3.5 Hipótesis

Los estudiantes sufren de ansiedad en el proceso de elección de carrera de diversificado.

3.6 Variables

Proceso de elección de carrera de diversificado

Ansiedad

3.6.1 Definición conceptual de las variables

3.6.1.1 Proceso de elección de carrera

(Barttolucci, 1994) Explica que, durante el ingreso del joven a la educación de diversificado, hay un momento de especial importancia: la elección de carrera. La elección es un acto trascendente de profundas implicaciones emocionales, personales, laborales, familiares y profesionales, que obedece a aspectos presentes y pasados y a expectativas hacia el futuro. A su vez, en la elección operan múltiples variables interrelacionadas, como el género, el nivel socioeconómico, los estereotipos profesionales y otros. (p. 2).

3.6.1.2 Ansiedad

(Virues, 2005) define la ansiedad como una respuesta emocional que se presenta en el sujeto ante situaciones que percibe como peligrosas para su integridad física, en la cual se activa el sistema nervioso, por estímulos externos, aunque en realidad no se pueden valorar como tal, esta manera de reaccionar del individuo hace que la ansiedad sea perjudicial porque es excesiva y frecuente. (p.11)

Es por esto que la ansiedad es considerada como un trastorno mental frecuente en la actualidad, ya que engloba toda una serie de cuadros clínicos que comparten, como rasgos comunes, con extremo de carácter patológico, que se manifiesta en múltiples disfunciones y desajustes a nivel cognitivo, conductual y psicofisiológico.

3.6.2 Definición operacional de las variables

Las variables de estudio se operacionalizarán a través de la aplicación de una boleta de encuesta para determinar la situación en la que los estudiantes se encuentran respecto a la elección de carrera de diversificado y del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado IDARE, que tiene como objetivo determinar el nivel de ansiedad rasgo y estado.

3.7 Muestreo

Para la realización de este estudio se utilizó un muestreo no probabilístico intencional que consiste en obtener muestras representativas mediante la selección de grupos típicos que acepten ser incluidos, esto se fundamenta en la conveniente proximidad y accesibilidad de los sujetos al investigador. (Otzen, T. & Manterola, C., 2017)

La investigación se trabajó con una muestra de 25 estudiantes, entre ellos jóvenes y señoritas, todos en proceso de selección de carrera de diversificado del Instituto Nacional de Educación Básica de Concepción Tutuapa, San Marcos.

Se trabajó con esta población debido a que está conformada por un número apto y considerable para poder obtener los elementos clave que sirven para determinar el nivel de ansiedad que los estudiantes presentan por estar en proceso de elección de carrera de diversificado.

3.8 Sujetos de la investigación

Para la presente investigación, se toma como base elemental a los adolescentes de tercero básico sección “A”, en el proceso de elección de carrera de diversificado del Instituto de Educación Básica de Concepción Tutuapa, San Marcos; comprendidos en las edades de 15 a 18 años, todos con nivel socioeconómico medio bajo, provenientes de la cabecera municipal de Concepción Tutuapa y comunidades vecinas del mismo municipio, profesan diferentes religiones y se dedican, la mayoría de ellos, a desempeñarse únicamente como estudiantes.

3.9 Instrumentos de la investigación

Para el presente estudio se utilizará una boleta de encuesta y el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado IDARE, que fue creado con el objetivo de evaluar la ansiedad en dos dimensiones, estado y rasgo, esta permite obtener medidas objetivas de evaluación de la ansiedad, así como también permite evaluar las circunstancias y condiciones que parecen evocar niveles altos de ansiedad en las diferentes personas objeto de estudio.

La elección de estos instrumentos se debió a que se pretende determinar con esta investigación el nivel de ansiedad en los adolescentes en proceso de selección de carrera de diversificado, con la boleta de encuesta y la prueba se obtendrán los datos necesarios que le dan sustento y confiabilidad a la investigación.

3.10 Procedimiento

A continuación, se detallan todas las actividades realizadas durante el proceso, para dar respuesta a la pregunta de investigación planteada desde el inicio del presente trabajo de investigación:

- Conocimiento de la problemática de los estudiantes en proceso de elección de carrera de diversificado, del Instituto INEB de Concepción Tutuapa, San Marcos

- Elección del tema de investigación
- Solicitud de aprobación del tema seleccionado
- Elaboración de tabla de variables
- Elaboración del Marco Referencial
- Investigación en las diferentes bibliotecas nacionales e internacionales por medio de internet relacionados con el tema de investigación
- Recopilación de la información para desarrollar el marco teórico
- Elaboración del marco metodológico
- Levantado de información de campo, por medio del instrumento seleccionado
- Elaboración de boleta de investigación para el estudio
- Validación de la boleta de investigación
- Administración de la boleta de investigación
- Elaboración de la presentación y discusión de resultados
- Elaboración de introducción
- Elaboración de conclusiones
- Elaboración de recomendaciones
- Elaboración de referencias bibliográficas
- Elaboración de anexos
- Elaboración de tabla de contenidos
- Elaboración y entrega del informe final

Capítulo 4

Presentación y discusión de Resultados

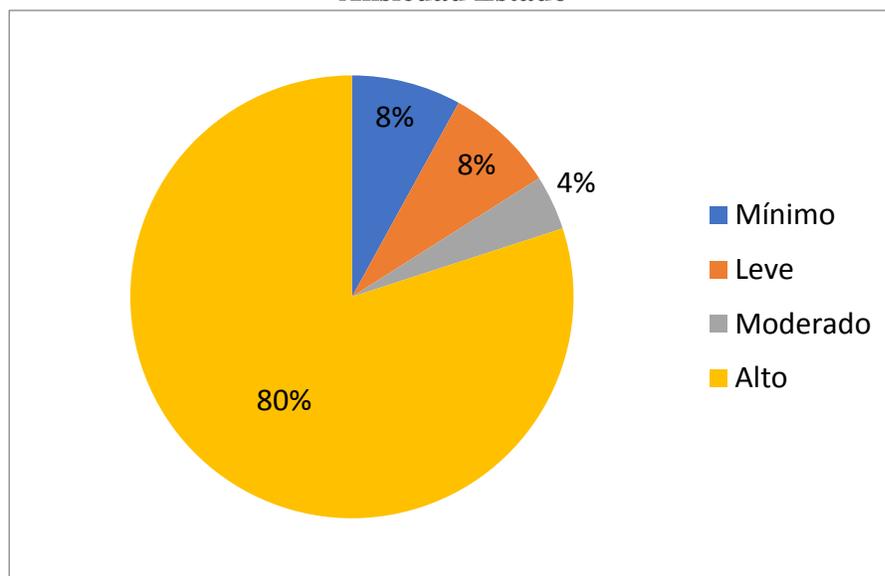
4.1 Presentación de resultados

A continuación, se presentan los resultados obtenidos de la investigación de campo realizada con los estudiantes de tercero básico, sección “A”, en el proceso de elección de carrera de diversificado del Instituto de Educación Básica –INEB- de Concepción Tutuapa, San Marcos.

Para la investigación mencionada se utilizaron dos herramientas: el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE): que mide dos dimensiones de la ansiedad: Ansiedad Estado y Ansiedad Rasgo y una boleta de encuesta que se administró con el objetivo de extraer datos e información relevantes y determinantes para el presente estudio, que consta de 10 preguntas que posteriormente se darán a conocer.

Gráfica No.1

Ansiedad Estado

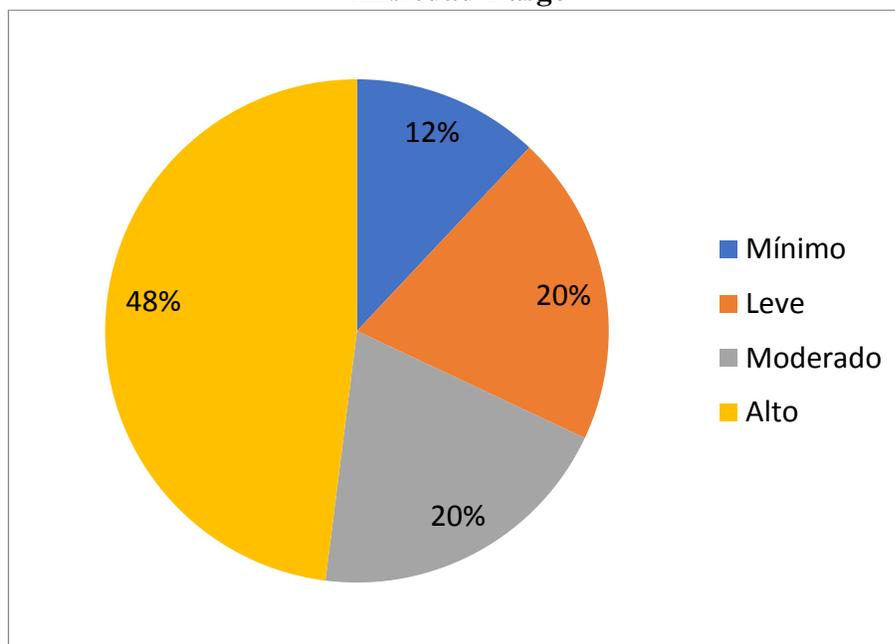


Fuente: Elaboración propia (2019) con base en resultados prueba IDARE.

En la gráfica No.1 se puede observar que de los estudiantes que respondieron la prueba, el 80% presenta ansiedad estado alta, el 8% ansiedad estado leve, el 8% presenta ansiedad estado mínima y el 4% presenta ansiedad estado moderada.

Gráfica No. 2

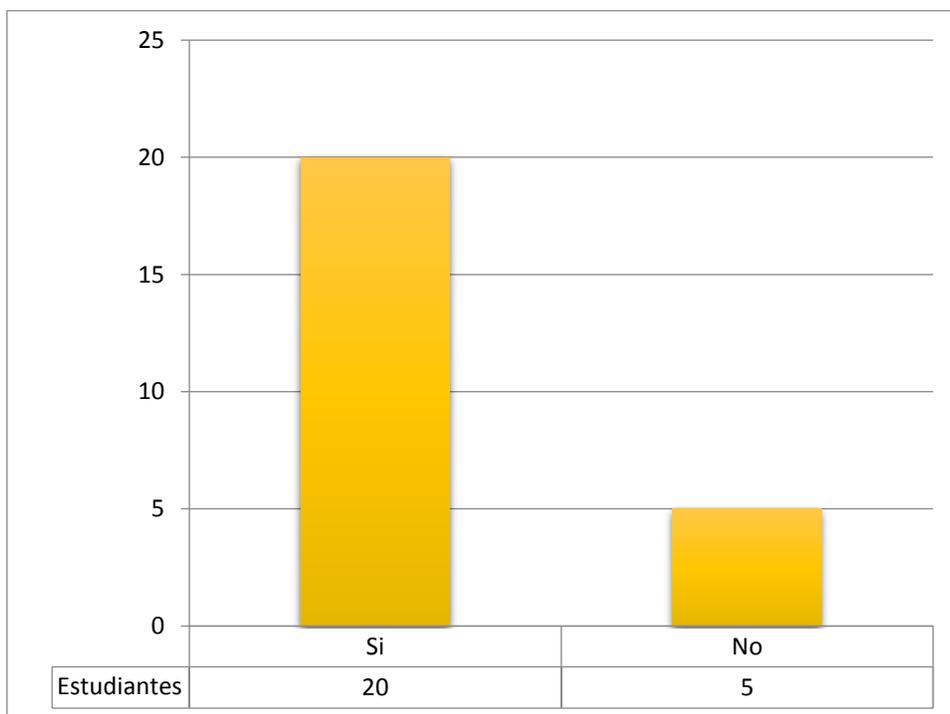
Ansiedad Rasgo



Fuente: Elaboración propia (2019) con base en resultados prueba IDARE

La gráfica No. 2 da a conocer que de los estudiantes que respondieron la prueba el 48% presenta ansiedad rasgo alta, el 20% ansiedad rasgo leve, también el 20% presenta ansiedad rasgo mínima, y el 12% presenta ansiedad rasgo moderada.

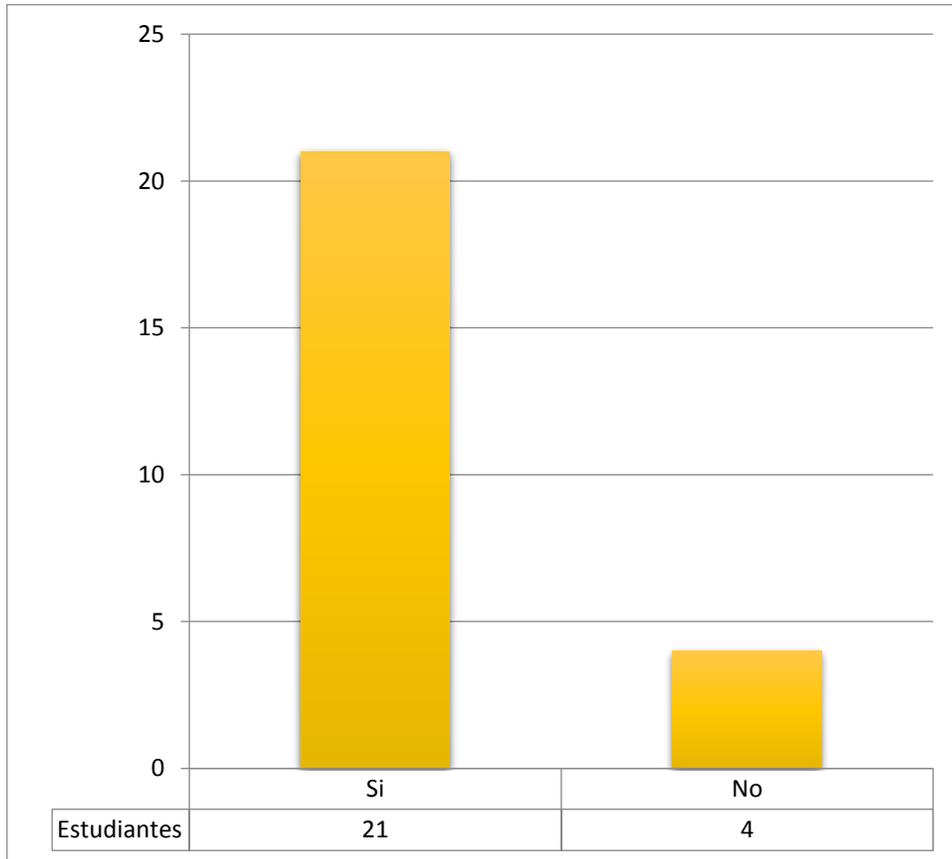
Gráfica No. 3
¿Conoce usted el proceso de Orientación Vocacional?



Fuente: Elaboración propia (2019)

En la gráfica No.3 se observa que del total de estudiantes encuestados 20 respondieron que sí conocen el proceso orientación vocacional y 5 manifiestan no conocerlo. Los estudiantes que conocen el proceso de orientación vocacional manifiestan que en el mismo Instituto básico les brindaron este apoyo. Los que no conocen el proceso, es porque no asistieron a clases el día que les dieron la orientación.

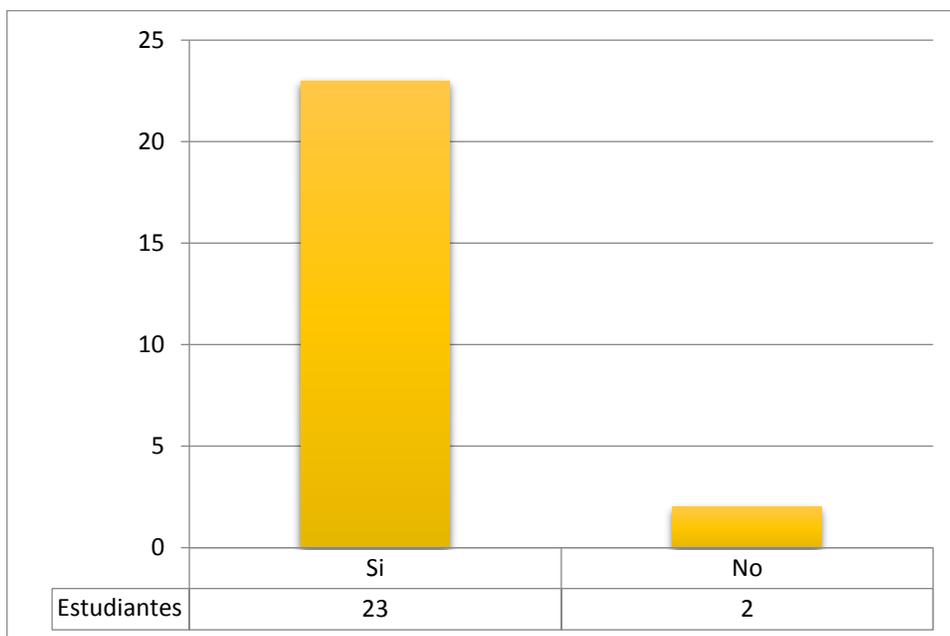
Gráfica No. 4
¿Recibió usted orientación vocacional para elegir la carrera del ciclo de diversificado?



Fuente: Elaboración propia (2019)

Se observa en la gráfica 4 que, de los 25 estudiantes encuestados, 21 respondieron que sí recibieron orientación vocacional para la elección de carrera del ciclo de diversificado, 4 estudiantes manifestaron que no. Los estudiantes que respondieron que si recibieron orientación vocacional manifiestan que esta fue de mucha importancia para ellos al momento de elegir la carrera que van a seguir estudiando. Los que no recibieron la orientación fue debido al poco interés por continuar con sus estudios de diversificado.

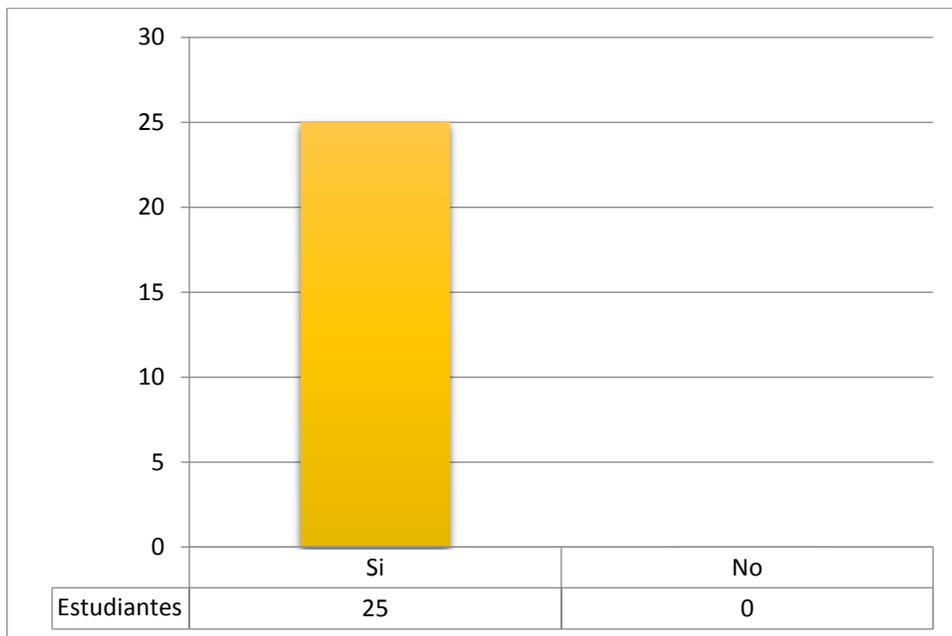
Gráfica No. 5
¿Usted ya eligió la carrera de diversificado que va estudiar?



Fuente: Elaboración propia (2019)

Se observa en la gráfica No. 5 que, del total de estudiantes encuestados, 23 respondieron que ya eligieron la carrera que van a estudiar, 2 de ellos manifiestan que no. Los estudiantes que respondieron que no han elegido la carrera que van a estudiar, es debido a que no van a continuar con sus estudios, esto es por diferentes causas como por ejemplo la falta de recursos económicos.

Gráfica No. 6
¿Usted sólo eligió la carrera de diversificado que va a seguir estudiando o se vio influenciado por terceras personas al momento de elegir?

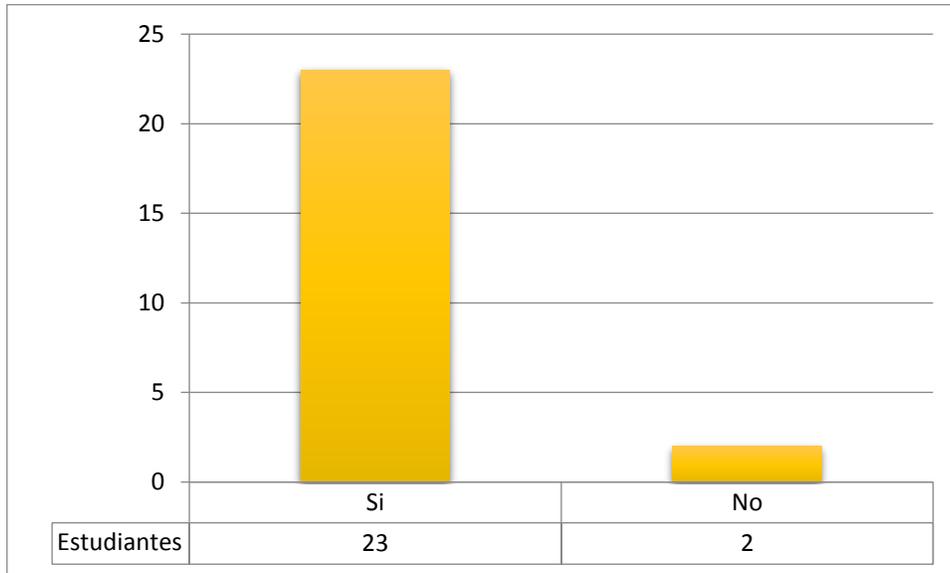


Fuente: Elaboración propia (2019)

En la gráfica No. 6 se observa que, de los 25 estudiantes encuestados, todos respondieron que no se vieron influenciados al momento de elegir la carrera de diversificado que van a estudiar. Los estudiantes manifiestan que sus padres les dieron la oportunidad de elegir la carrera que van a estudiar porque si a ellos les gusta lo que estudian van a ser buenos profesionales y no les va costar estudiar.

Gráfica No. 7

¿Se siente satisfecho con la carrera de diversificado que eligió para continuar estudiando?

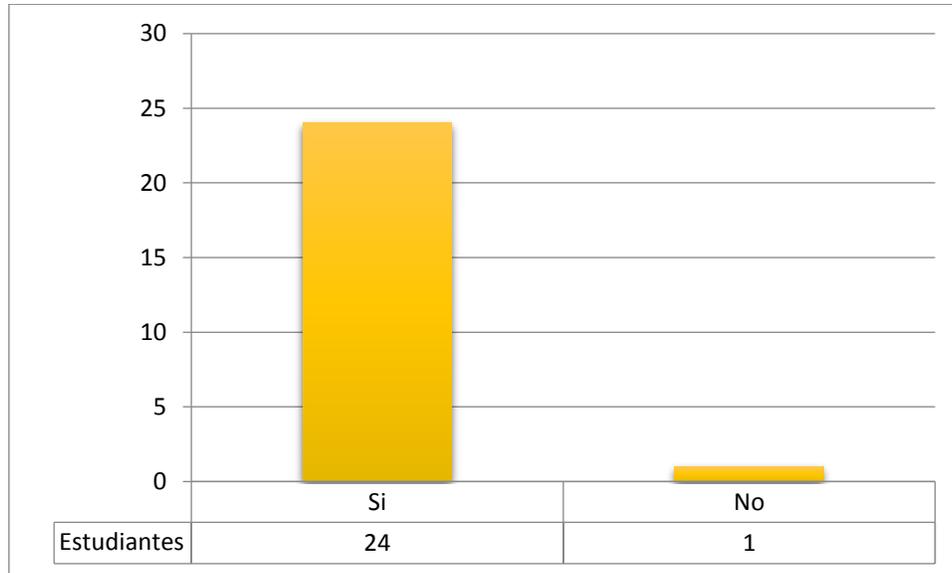


Fuente: Elaboración propia (2019)

La gráfica No. 7 muestra que, del total de estudiantes encuestados, 23 de ellos manifiestan sentirse satisfechos con la carrera que eligieron, 2 respondieron que no. Los estudiantes manifiestan que se sienten emocionados por la carrera que eligieron porque van a estudiar lo que ellos quieren y sus padres los van a apoyar. Los que respondieron que no es debido a que no van a continuar con sus estudios.

Gráfica No. 8

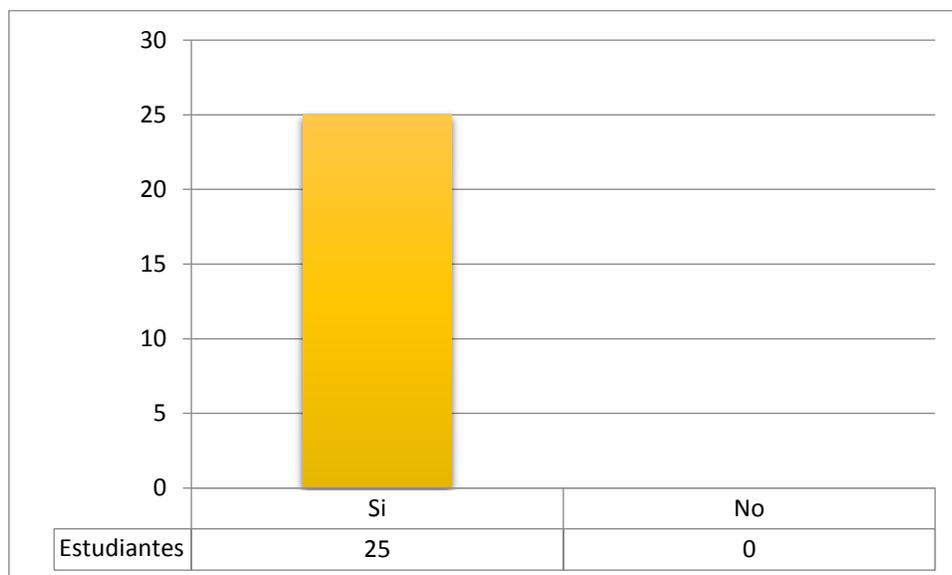
¿Considera usted que se adapta en cuanto sus capacidades académicas para la carrera de diversificado que eligió?



Fuente: Elaboración propia (2019)

Se muestra en la gráfica No. 8 que, de los 25 estudiantes encuestados, 24 respondieron que si se adaptan en cuanto a sus capacidades académicas para la carrera de diversificado que eligieron, 1 manifiesta que no. Los estudiantes manifiestan que cuentan con las capacidades académicas para continuar con sus estudios, porque en el instituto que estudiaron el ciclo básico los han educado muy bien. El estudiante que responde que no, manifiesta que también cuenta con las capacidades, pero no va continuar con sus estudios porque tiene que trabajar para apoyar económicamente a su familia.

Gráfica No. 9
¿Investigó si imparten en su municipio la carrera de diversificado que eligió?

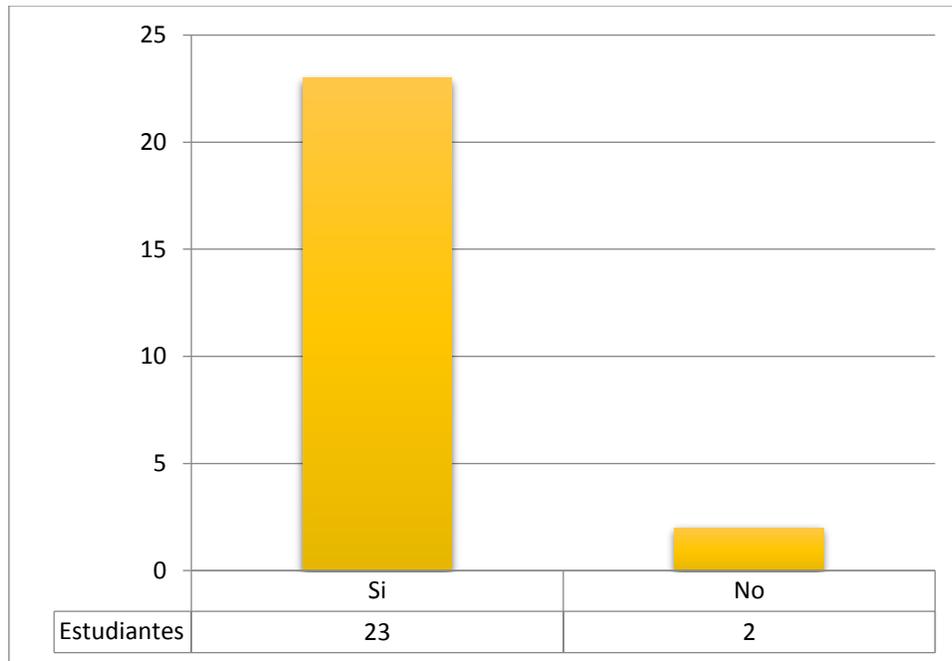


Fuente: Elaboración propia (2019)

En la gráfica No. 9 se muestra que, del total de estudiantes encuestados, respondieron que ya investigaron si imparten en su municipio la carrera de diversificado que eligió. Los estudiantes coinciden en su respuesta, manifestando que por la satisfacción de pasar a un ciclo más de estudios desde hace tiempo investigaron si imparten la carrera de su interés en los diferentes institutos locales.

Gráfica No. 10

¿Cuenta usted con el consentimiento de sus padres para continuar estudiando el ciclo diversificado?

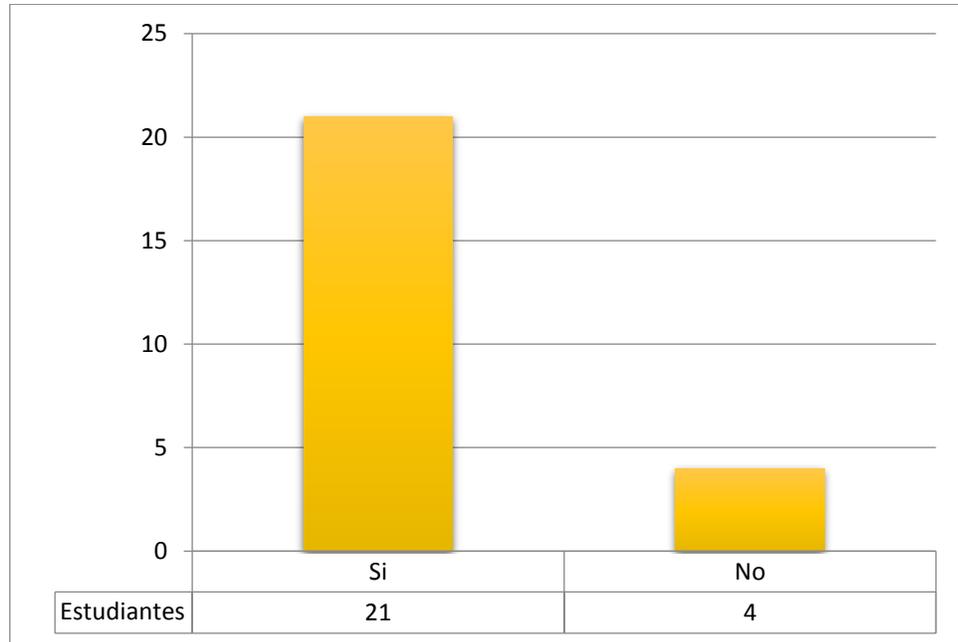


Fuente: Elaboración propia (2019)

La gráfica No. 10 muestra que, del total de estudiantes encuestados, 23 respondieron que si cuentan con el consentimiento de sus padres para continuar estudiando el ciclo de diversificado, 2 manifiestan que no.

Gráfica No. 11

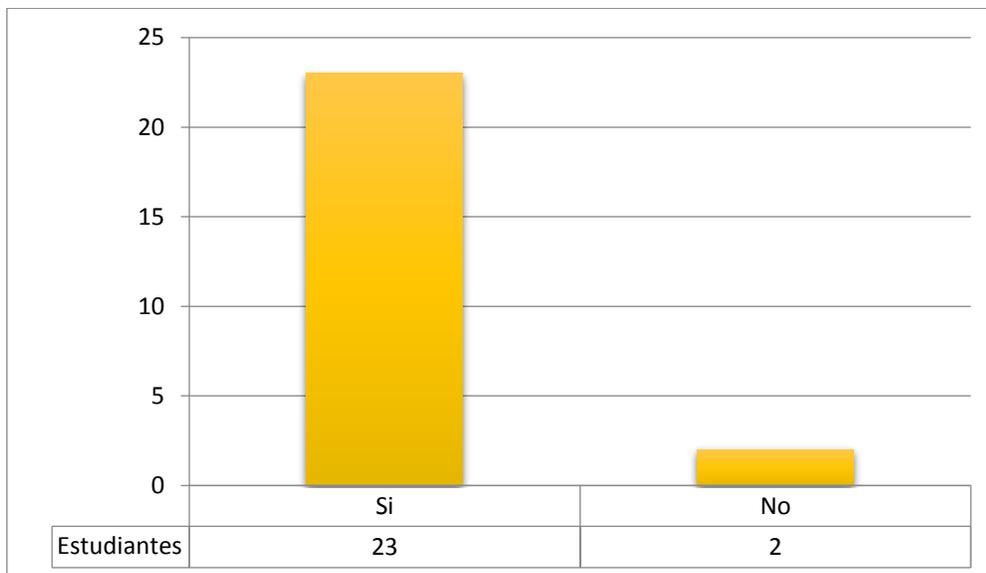
¿Cuenta con el apoyo económico de sus padres para continuar con sus estudios del ciclo de diversificado?



Fuente: Elaboración propia (2019)

Se muestra en la gráfica No. 11 que, de los 25 estudiantes encuestados, 21 respondieron que si cuentan con el apoyo económico de padres para continuar con sus estudios del ciclo de diversificado, 4 manifiestan que no. Los estudiantes que respondieron que no cuentan con el apoyo económico de sus padres para continuar con sus estudios, argumentan que no cuentan con los recursos necesarios ya que no son profesionales y se le dificulta conseguir buenos empleos, por tal razón en lugar de seguir estudiando deben empezar a trabajar para ayudar económicamente para el sostenimiento del hogar.

Gráfica No. 12
Si sus padres no lo apoyaran económicamente para continuar con sus estudios del ciclo diversificado, ¿Ha pensado qué hacer?



Fuente: Elaboración propia (2019) con base en resultados prueba IDARE.

En la gráfica No 12 se muestra que, del total de estudiantes encuestados, 23 manifiestan que si han pensado que hacer en caso de que sus padres no los apoyaran económicamente para continuar con sus estudios del ciclo de diversificado, 2 respondieron que no. Los estudiantes manifiestan que, en caso de no contar con el apoyo económico de sus padres, tienen la intención de trabajar para pagar sus estudios. En el caso de los estudiantes que respondieron que no, es debido a que ya tienen la certeza de que no podrán continuar estudiando.

4.2 Discusión de resultados

Para (Ayuso, 1988-1986)

el término ansiedad alude a “la combinación de distintas manifestaciones físicas y mentales que no son atribuibles a peligros reales, se manifiestan ya sea en forma de crisis o bien como un estado persistente y difuso, pudiendo llegar al pánico, no obstante pueden estar

presentes otras características neuróticas tales como síntomas obsesivos o histéricos que no dominan el cuadro clínico.

Si bien la ansiedad se destaca por su cercanía al miedo, se diferencia de éste en que, mientras el miedo es una perturbación cuya presencia se manifiesta ante estímulos presentes, la ansiedad se relaciona como la anticipación a peligros futuros, indefinibles e imprevisibles”

(s.p.)

En resumen, la ansiedad es un estado de agitación e inquietud desagradable que se caracteriza por la anticipación ante un peligro, presentando una fuerte combinación entre síntomas tanto cognitivos como fisiológicos.

La ansiedad es un estado que puede afectar los diferentes ámbitos de la vida del ser humano y puede resultar bastante notoria en un contexto diferente o alguna etapa por la que se esté atravesando en el momento, como en el caso del proceso de toma de decisiones.

A continuación, se discuten y analizan los resultados obtenidos del trabajo realizado.

Como respuesta a la hipótesis: Los estudiantes sufren de ansiedad en el proceso de elección de carrera de diversificado, se presentan los siguientes resultados: con respecto a la ansiedad estado: el 80% presenta ansiedad estado alta, el 8% ansiedad estado leve, también el 8% presenta ansiedad estado mínima y el 4% presenta ansiedad estado moderada. Con respecto a la ansiedad rasgo: el 48% presenta ansiedad rasgo alta, el 20% ansiedad rasgo leve, también el 20% presenta ansiedad rasgo mínima y el 12% presenta ansiedad rasgo moderada.

Con los resultados presentados se puede observar que los estudiantes que poseen como rasgo una conducta ansiosa son los que manifiestan un alto nivel de ansiedad por el proceso de elección de carrera, situación que les afecta tanto en el entorno escolar como familiar.

En comparación con otros estudios similares, es posible comprobar que los resultados concuerdan en ambas investigaciones, como es el caso del estudio de Loarca (2013), quien realizó un estudio cualitativo titulado: Ansiedad y procesos de adaptación en estudiantes que ingresan al primer grado de educación básica de Institutos Nacionales de Educación Básica INEB. Los resultados concluyeron en que los adolescentes manejan un alto grado de Ansiedad Rasgo como parte de su personalidad, así también de Ansiedad Estado, ésta ha sido incrementada por el proceso de adaptación al nuevo ciclo escolar y por la escasa orientación acerca de los cambios físicos, psicológicos, sociales y académicos.

En conclusión, es importante mencionar que el nivel de ansiedad que presentan los jóvenes de tercero básico del Instituto INEB del municipio de Concepción Tutuapa del Departamento de San Marcos es alto, tanto en ansiedad estado como en ansiedad rasgo. No obstante, a través de la información obtenida por medio de la boleta de encuesta se puede deducir que la mayoría de estudiantes recibieron orientación vocacional, que ya han elegido la carrera a estudiar, que cuentan con apoyo de los padres de familia y ya han identificado un centro educativo en el cual estudiar el ciclo diversificado, lo que significa que tener que enfrentarse a la decisión elegir una carrera de diversificado no es para ellos un factor que incida directamente en el surgimiento de síntomas ansiosos.

Por lo que se refuta la hipótesis de este estudio que indica que los estudiantes de tercero sufren de ansiedad en el proceso de elección de carrera del ciclo diversificado. Presentar síntomas ansiosos, en el caso de esta población específica, puede deberse a otras causas que no fueron investigadas en este estudio.

Conclusiones

Por medio de la administración del Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo –IDARE- se logró identificar el nivel de ansiedad que sufren los estudiantes de tercero, sección A, del Instituto de Educación Básica de la cabecera municipal de Concepción Tutuapa, departamento de San Marcos, determinándose que el 80% de los estudiantes presenta ansiedad estado en un nivel alto, mientras que el 48% presenta ansiedad rasgo alta, lo que indica que de momento la mayoría de la población tomada como muestra para este estudio está presentando síntomas ansiosos debido al proceso de elección de carrera de diversificado.

Mediante la aplicación de la boleta de encuesta utilizada para obtener información acerca de la situación en la que se encontraban los estudiantes en cuanto a la elección de carrera del ciclo diversificado, se determinó que todos recibieron orientación vocacional, que 23 de los 25 adolescentes ya han elegido una carrera, que cuentan con el apoyo de los padres de familia y consideran que cuentan con las aptitudes necesarias para desempeñarse en sus estudios de diversificado. Mientras que 2 de los estudiantes indicaron que ya tienen la certeza de que no continuarán estudios, siendo la causa principal, la falta de recursos económicos.

Los resultados de este estudio serán un valioso aporte para las autoridades y docentes del centro educativo, ya que les permitirá establecer líneas de acción para brindar acompañamiento a los estudiantes, no solamente para la elección de la carrera de diversificado, sino para prevenir que la ansiedad que experimentan debido a diversas causas sea gestionada de manera adecuada a fin de evitar que se vean afectados en el rendimiento escolar, en las relaciones interpersonales y en su autoestima.

Recomendaciones

Realizar estudios que se enfoquen en las posibles causas del surgimiento de ansiedad en estudiantes del último grado del ciclo básico, con el fin de determinar hacia dónde deben enfocarse los apoyos tanto de autoridades educativas como de docentes y padres de familia.

Que se implemente de forma permanente y formal la orientación vocacional, ya que es un proceso de suma importancia para la elección de carrera de diversificado, esto les genera más seguridad y certeza de que van a elegir de acuerdo con sus capacidades y aptitudes.

Que dentro del instituto se implemente un área de psicología para poder brindarles a los estudiantes el apoyo psicológico oportuno en cada una de las etapas por las que atraviesan los adolescentes en el ciclo básico, elaborando y ejecutando un plan de apoyo para prevenir psicopatologías y contribuir en la salud emocional.

Referencias

- Ackoff. (1991). *El paradigma de Ackoff, una administración sistémica*. México: s.d.
- Association, A. P. (2005). *Manual Diagnóstico y eeadísitco de los Trastornos Mentales*. España Editorial Masson.
- Ausubel, D. (2016). *Teoría y problemas del desarrollo adolescente*. Washington D.C.: s.e.
- Ayuso, B. (1988-1986). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista MAL ESTAR E SUBJETIVIDADE*.
- Bakken, R. (2008). *Adolescencia: Cambios biopsicosociales y salud oral*. Universidad del Valle. Colombia: s.e.
- Balaguer. (2008). *Origen de la ansiedad*. México: s.e.
- Barttolucci. (1994). *Elección de carrera docente*. España: s.e.
- Bianculli. (2013). Características biopsicosociales del adolescente . *Características biopsicosociales del adolescente* .
- Bordas. (1999). *LA elección de carrera: aspectos que influyen en los jóvenes*. México: s.d.
- Bordas, M. D. (1972). *Cómo elegir carrera y profesión* (primera ed.). España, Barcelona, España: Oikos. Tau. S.A. Ediciones.
- Ceballos, C. (2006). *Proceso de elección de carrera*. México: s.d.

- Conde, C. A. (2014). *La orientación Vocacional y el proceso de elección de carrera*. Universidad Pedagógica Nacional Unidad Ajusco. México: s.e.
- Elizondo, R. A. (2005). *Estudio sobre Ansiedad*. Universidad Autónoma de Nuevo León .
Monterey, México: s.e.
- Flores, M. B. (2014). *Niveles de ansiedad en estudiantes de Psicología Clínica e industrial*.
Universidad Rafael Landivar , Guatemala . Guatemala: s.e.
- Garano. (2012). *Ansiedad en hijos varones de madres con nueva pareja*. Quetzaltenango: s.e.
- García, S. (2001). *Elección de carrera: aspectos que influyen en los jóvenes*. México: s.e.
- Guerra, H. M. (2016). *Ansiedad, estudio en alumnos hombres y mujeres previo a una evaluación académica*. Universidad Mariano Galvez. Guatemala: s.e.
- Guillespie, N. (2001, p.1). Los expertos afirman que la herencia genética influye hasta un 60% en la personalidad. *s.n.*, 1.
- Hernández. (1987). *La elección Vocacional. Concepto y determinantes*. Murcia, Cajamurcia: s.e.
- J.C. Baeza, G. B. (2008). *Higiene y prevención de la Ansiedad* . España: Editorial Diaz de Santos .
- Loarca, A. P. (2013). *Ansiedad y procesos de adaptación en estudiantes que ingresan al primer grado de educación básica*. Universidad Rafael Landivar , Quetzaltenango. Guatemala: s.e.

- Mardomingo. (1994). *Psiquiatría del niño y del adolescente: método, fundamentos y síndromes*. (Ilustrada ed.). Madrid: Ediciones Díaz de Santos.
- Martín. (2006). *Orientación Vocacional*. Argentina: s.e.
- Méndez, L. C. (2013). *Elección de carrera: aspectos que influyen en los jóvenes*. Universidad Pedagógica Nacional . México: s.e.
- Mendoza, M. T. (2000). *Elección de carrera profesional, visiones, promesas y desafíos*. Universidad Autónoma de Ciudad Juárez. México: s.e.
- Montes, M. L. (2015). *Factores que motivan la elección de carrera profesional de educación en los estudiantes de ciencias sociales*. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. Lima-Perú: s.e.
- Otzen, T. & Manterola, C. (2017). Muestreo no probabilístico. En T. O. Manterola, *Técnicas de muestreo sobre una población a estudio* (pág. 230). Chile: [s.e].
- Peña, R. (2003). *El efecto de la orientación vocacional en la elección de carrera*. Revista Mexicana de orientación educativa . México: s.e.
- Razo, C. M. (2011). *Cómo elaborar y asesorar una investigación de tesis*. México: s.e.
- Sáez, L. (1994). *El género como factor condicionante de la elección de carrera*. Madrid: s.e.
- Santa Cruz, y. D. (2018). *Adolescencia: cambios biopsicosociales*. Universidad del Valle , Colombia.
- Santos, C. D. (2017). *Ansiedad en la adolescencia*. Madrid: s.e.

Schmidt-Atzert. (1985). *Emociones y Salud*. España: s.e.

Sierra, J. C. (2003). *Ansiedad, angustia y estrés*. Ciudad de Guatemala: s.e.

Sierra, J. C. (2006). *Factores asociados a la ansiedad y fobia social*. México: s.d.

Spielberger. (1972). *Relaciones entre ansiedad estado y ansiedad rasgo en competiciones deportivas*. Universidad de Murcia. España: s.e.

Spielberger. (2006). *Inventario de Ansiedad estado-rasgo*. México: Manual Moderno.

Tamayo, M. T. (2007). *El proceso de ña investigación científica* . México: Limusa Noriega .

Vanegas, A. (2000). *Elección de carrera "Aspectos que influyen en los jóvenes"*. Universidad Pedagógica Nacional. México: s.e.

Vanegas, A. d. (2000). *Edad Preescolar*. Bogotá, Colombia: s.e

Virues. (2005). *Principales factores de ansiedad de un grupo de colaboradores de una empresa Gubernamental, al momento de producirse un terremoto en el Departamento de San Marcos*. Universidad Rafael Landivar , San Marcos . Guatemala: s.e.

Anexos

Anexo 1

Tabla de Variables

Problema	Variable de Estudio (tema de investigación)	Sub temas de la variable de estudio	Pregunta de Investigación	Objetivo General	Objetivos Específicos	Instrumentos de Investigación	Sujetos de estudio
<ul style="list-style-type: none"> Bajo rendimiento académico Problemas de conducta Signos y síntomas a nivel físico Nerviosismo Aislamiento Inseguridad 	<ul style="list-style-type: none"> Proceso de elección de carrera <p>Ansiedad</p>	<ul style="list-style-type: none"> Selección de carrera de diversificado Implicaciones en la elección de carrera de diversificado Factores que influyen en el proceso de elección de carrera de diversificado Características biopsicosociales de los adolescentes de 14 a 16 años que deben elegir carrera de diversificado 	¿Cuál es el nivel de ansiedad en adolescentes de tercero básico Sección "A" en el proceso de elección de carrera de diversificado del Instituto de educación básica INEB de Concepción Tutuapa, San Marcos?	Identificar el Nivel de ansiedad en adolescentes de tercero básico Sección "A" en el proceso de elección de carrera de diversificado del Instituto de educación básica INEB de Concepción Tutuapa, San Marcos.	<ul style="list-style-type: none"> Identificar el nivel de ansiedad en adolescentes en el proceso de selección de carrera de diversificado. Determinar la situación de los estudiantes en cuanto a la elección de carrera de diversificado. Proveer al centro educativo de un estudio que les permita establecer líneas de acción para el acompañamiento a los estudiantes de tercero básico en la 	Boleta de encuesta IDARE Inventario de ansiedad Rasgo-Estado	25 estudiantes de tercero básico

		<ul style="list-style-type: none"> • Ansiedad en la adolescencia • Origen de la ansiedad • Tipos de ansiedad • Causas de la ansiedad • Consecuencias de la ansiedad • ¿Cómo reacciona nuestro cuerpo a la ansiedad? • Niveles de ansiedad • Síntomas emocionales de la ansiedad <p>Manifestación fisiológicas de la ansiedad</p>			elección de carrera.		
--	--	--	--	--	----------------------	--	--

Fuente: Elaboración propia (2019)

Anexo 2

Inventario de Autoevaluación IDARE

20 • IDARE

ITP
28-2

IDARE

SXE

Inventario de Autoevaluación
por

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

Nombre: _____ Fecha: _____

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

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

† PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN



D.R. © 1980 por
EDITORIAL EL MANUAL MODERNO, S.A. DE C.V.
Miembro de la Cámara Nacional
de la Industria Editorial Mexicana, Reg. núm. 39

Nota: Este Inventario está impreso en verde y negro. NO LO ACEPTE SI ES DE UN SOLO COLOR.

0101

IDARE

SXR

Inventario de Autoevaluación

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

	CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	FRECUENTEMENTE	CASI SIEMPRE
21. Me siento bien	①	②	③	④
22. Me canso rápidamente	①	②	③	④
23. Siento ganas de llorar	①	②	③	④
24. Quisiera ser tan feliz como otros parecen serlo	①	②	③	④
25. Pierdo oportunidades por no poder decidirme rápidamente	①	②	③	④
26. Me siento descansado(a)	①	②	③	④
27. Soy una persona "tranquila, serena y sosegada"	①	②	③	④
28. Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas	①	②	③	④
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	①	②	③	④
30. Soy feliz	①	②	③	④
31. Tomo las cosas muy a pecho	①	②	③	④
32. Me falta confianza en mi mismo(a)	①	②	③	④
33. Me siento seguro(a)	①	②	③	④
34. Procuero evitar enfrentarme a las crisis y dificultades	①	②	③	④
35. Me siento melancólico(a)	①	②	③	④
36. Me siento satisfecho(a)	①	②	③	④
37. Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente y me molestan	①	②	③	④
38. Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza	①	②	③	④
39. Soy una persona estable	①	②	③	④
40. Cuando pienso en mis preocupaciones actuales me pongo tenso(a) y alterado(a)	①	②	③	④

+ PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN

EDITORIAL
EL MANUAL MODERNO, S.A. DE C.V.
Av. Sonora núm. 206, Col. Hipódromo, Deleg. Cuauhtémoc
06100 México, D.F.

Nota: Este Inventario está impreso en verde y negro. **NO LO ACEPTE SI ES DE UN SOLO COLOR.**

Anexo 3

Boleta de Encuesta

Boleta de Investigación



Instrucciones: A continuación, se le presenta una serie de planteamientos, a los cuales respetuosamente se le solicita responder con toda sinceridad de acuerdo a su experiencia y conocimiento, ya que la información que usted proporcione será fundamental para realizar un estudio acerca del proceso de selección de carrera del Ciclo Diversificado, del Instituto donde usted estudia, indicándole que la información que usted proporcione será estrictamente confidencial.

1. ¿Conoce usted el proceso de Orientación Vocacional? Si ____ No ____ ¿por qué? _____

2. Recibió usted Orientación Vocacional para elegir la Carrera del Ciclo de Diversificado? Si ____ No ____
¿por qué? _____

3. ¿Usted ya eligió la Carrera de Diversificado que va estudiar? Si ____ No ____ ¿por qué? _____

4. Usted sólo eligió la Carrera de Diversificado que va seguir estudiando o se vio influenciado (a) por terceras
personas al momento de elegir? Si ____ No ____ ¿por qué? _____

5. ¿Se siente emocionado por la carrera de Diversificado que eligió para continuar estudiando? Si ____ No ____
¿por qué? _____

6. ¿Considera usted que se adapta en cuanto sus capacidades académicas para la carrera de diversificado que
eligió? Si ____ No ____ ¿por qué? _____

7. ¿Ya investigó si imparten en su municipio la carrera de diversificado que usted eligió? Si ____ No ____
¿por qué? _____

8. ¿Cuenta usted con el consentimiento de sus padres para continuar estudiando el Ciclo Diversificado? Si ____
No ____ ¿por qué? _____

9. ¿Cuenta usted con el apoyo económico de sus padres para continuar con sus estudios del Ciclo de
Diversificado? Si ____ No ____ ¿por qué? _____

10. ¿Si sus padres no lo apoyaran económicamente para continuar con sus estudios del Ciclo Diversificado, ha
pensado que hacer? Si ____ No ____ ¿por qué? _____

OBSERVACIONES _____

Resultados de la prueba IDARE

El grado de ansiedad manifestado a través de la prueba IDARE se presenta en cuatro rangos:

Cuadro No. 1
Rangos prueba IDARE

1 a 30 puntos	Mínimo
31 a 40 puntos	Leve
41 a 55 puntos	Moderado
56 a más puntos	Alto

Fuente: Manual IDARE (2019)

Tabla No.1
Ansiedad Estado

Rango	Cantidad	Porcentaje
Mínimo	2	8%
Leve	2	8%
Moderado	1	4%
Alto	20	80%
Total	25	100%

Fuente: Manual IDARE (2019).

Tabla No. 2
Ansiedad Rasgo

Rango	Cantidad	Porcentaje
Mínimo	3	12%
Leve	5	20%
Moderado	5	20%
Alto	12	48%

Fuente: Manual IDARE (2019).