



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

**Ansiedad ante los exámenes en estudiantes del Instituto Nacional de  
Educación Diversificada del Municipio de Fraijanes**  
(Tesis de Licenciatura)

Ruth del Rosario Diéguez Salazar

Guatemala, junio 2020

**Ansiedad ante los exámenes en estudiantes del Instituto Nacional de  
Educación Diversificada del Municipio de Fraijanes**

(Tesis de Licenciatura)

Ruth del Rosario Diéguez Salazar

M.A. Gloria Patricia Samayoa Azmitia (Asesor)

M. A. Vilma Eugenia Solórzano De García (Revisor)

Guatemala, junio 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 Cóbar
Secretaria General	EMBA Adolfo Noguera

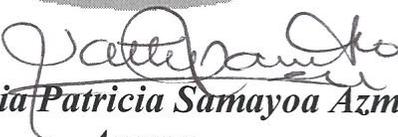
## **Autoridades Facultad de Humanidades**

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



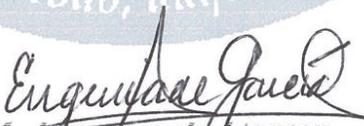
**UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala mes diciembre año 2019.**

*En virtud de que la presente Tesis con el tema: **“Ansiedad ante los exámenes en estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Fraijanes”**. Presentada por el (la) estudiante: **Ruth del Rosario Diéguez Salazar** 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.*

  
**Mgr. Gloria Patricia Samayoa Azmitia**  
**Asesor**

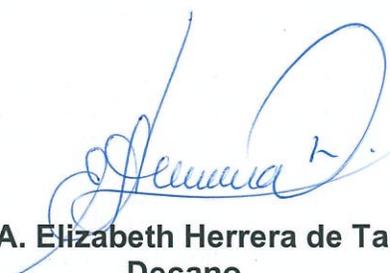
**UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala, abril 2020.**

En virtud de que la presente Tesis con el tema: “Ansiedad ante los exámenes en estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Fraijanes”. Presentada por el (la) estudiante: Ruth del Rosario Diéguez Salazar 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.

  
M.A. Eugenia de Garcia  
Revisora

**UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala, mayo 2020. -----**

En virtud que la presente Tesis con el tema "**Ansiedad ante los exámenes en estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Fraijanes**" presentado por el (la) estudiante **Ruth del Rosario Diéguez Salazar**, reúne los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, esta Decanatura extiende **Dictamen de Aprobación** previo a optar grado académico de 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

<b>Resumen</b>	<b>i</b>
<b>Introducción</b>	<b>ii</b>
<b>Capítulo 1 Marco Referencial</b>	
1.1. Antecedentes	1
1.2. Planteamiento del problema	3
1.3.. Justificación del estudio	6
1.4.. Pregunta de investigación	7
1.5. Objetivos	8
1.5.1. Objetivo general	8
1.5.2. Objetivos específicos	8
1.6. Alcances y límites	8
<b>Capítulo 2 Marco Teórico</b>	
2.1. Desarrollo de la adolescencia	10
2.1.1. Fases de la adolescencia	12
2.1.2. Cambios físicos	13
2.1.3 Cambios cognitivos	14
2.1.4 Cambios emocionales	14
2.2. Trastorno	15
2.3. Miedo	18
2.4. Ansiedad	19
2.5. Fobia específica	21
2.6 Problemas escolares en la adolescencia	23
2.7. Testofobia	27
<b>Capítulo 3 Marco Metodológico</b>	
3.1. Método	29

3.2.	Tipo de investigación	29
3.3.	Niveles de investigación	29
3.4.	Pregunta de investigación	30
3.5.	Variables	30
3.6.	Muestra	30
3.7.	Sujetos de la investigación	30
3.8.	Instrumentos de la investigación	31
3.9.	Procedimiento	32

#### **Capítulo 4 Presentación y Discusión de resultados**

4.1.	Presentación de resultados	33
4.2.	Discusión de resultados	38

<b>Conclusiones</b>	41
---------------------	----

<b>Recomendaciones</b>	42
------------------------	----

<b>Anexos</b>	50
---------------	----

#### **Lista de gráficas**

Gráfica No. 1 Resultados de aplicación del Cuestionario CAEX de Ansiedad ante exámenes	33
Grafica No. 2 Respuesta de pensamientos y preocupaciones cognitivas sobre los exámenes	35
Grafica No. 3 Reacciones fisiológicas de ansiedad ante los exámenes	36
Grafica No. 4 Reacciones de ansiedad en diferentes situaciones ante los exámenes	37
Grafica No. 5 Factores de evitaciones presentadas ante los exámenes	38

#### **Lista de cuadros**

Cuadro No. 1 factores asociados al fracaso escolar	25
--	----

## **Resumen**

La palabra ansiedad hoy en día es un término utilizado con frecuencia, sin embargo, pocas personas saben realmente el significado del término. En Guatemala la población adolescente se encuentra en constantes desafíos, ya que es una etapa en la que ocurren cambios biopsicosociales que llevan al niño a convertirse en adulto. Consecuentemente durante la etapa escolar del adolescente también se enfrentan con diversas dificultades tanto académicas, económicas y sociales.

Es por ello que es de suma importancia promover el apoyo psicológico, ya que hoy en día son muchos los jóvenes que manifiestan sentir nerviosismo y/o miedo, ante un examen y como resultado se ve reflejado negativamente el rendimiento académico de la juventud guatemalteca, ya que la mayoría de esta población desconoce las características de la ansiedad.

Seguidamente en el presente estudio, se realiza una breve reseña en donde se busca describir las manifestaciones de la ansiedad ante exámenes presentada por los alumnos de diversificado, mediante una investigación exploratoria con un método cuantitativo de campo, utilizando una muestra de 35 sujetos (hombres y mujeres) en edades comprendidas entre 15 y 18 años, para realizar este estudio y obtener el análisis correspondiente, determinar la factibilidad y viabilidad de la investigación se utiliza el Cuestionario de Ansiedad ante Exámenes (CAEX).

A su vez se indaga sobre el desarrollo de la adolescencia siendo esta una etapa de desarrollo y maduración física, psicológica y social, por lo que en estas fases podemos clasificarla en temprana, intermedia y tardía. Relacionado a la gravedad de la presencia de síntomas ansiosos y riesgos de que esta sintomatología pueda desencadenar una patología.

Seguidamente se explican las características de la fobia específica, la definición de la testofobia y los problemas escolares que esto conlleva.

## **Introducción**

La presente investigación surge debido a la experiencia personal y familiar que se ha obtenido, ya que se considera que debido a la exigencia de los progenitores hacia los hijos para que obtengan “buenas” calificaciones se deriva un miedo anticipatorio, que conlleva reacciones físicas, pensamientos negativos y dudas acerca de la capacidad propia. Así mismo el estudio se desarrolla para delimitar las manifestaciones de ansiedad ante exámenes en los estudiantes de 4° Bachillerato en Computación y 5° Perito Contador del Instituto Nacional de Educación Diversificada en el Municipio de Fraijanes.

En el primer capítulo se desarrollan los antecedentes en los que se citan diferentes autores que abordan el tema del que se trata el estudio, también se encuentra el planteamiento del problema, la justificación del estudio, la pregunta de investigación, el objetivo general, los objetivos específicos, los alcances y límites.

Dentro del capítulo dos se plantean los temas de investigación para sustentar los resultados del estudio los cuales son: desarrollo de la adolescencia; fases de la adolescencia, cambios físicos, cognitivos, emocionales; trastorno, miedo, ansiedad, autoeficacia, fobia específica. Por lo que también se puede mencionar la testofobia que se considera como un miedo irracional e intenso ante los exámenes.

En el capítulo tres se lleva a cabo el estudio con método cuantitativo de campo, con nivel de investigación exploratorio, con una muestra de 35 sujetos mixtos en edades de 15 a 18 años, para realizar el análisis correspondiente y determinar la factibilidad y viabilidad de la investigación, con un Cuestionario de Ansiedad ante Exámenes (CAEX).

Por último, en el capítulo cuatro se muestra la presentación y discusión de resultados sobre la ansiedad ante los exámenes, dando a conocer el porcentaje de alumnos evaluados que presentan sintomatología ansiosa generada en situaciones durante los exámenes.

# Capítulo 1

## Marco Referencial

### 1.1 Antecedentes

Dentro de los estudios relacionados a la variable de la presente investigación realizada por Rodríguez citando a Morales (2016) mediante un estudio desarrollado en Quetzaltenango, Guatemala, con el objetivo de determinar los niveles de ansiedad Estado-Rasgo, presentes en los adolescentes, realizado con una muestra de 264 adolescentes entre 14 y 18 años de edad, utilizando el instrumento de evaluación STAI-82 se determinó que la ansiedad es factor presente en los adolescentes, el cual ha tomado mayor relevancia durante el presente siglo.

Morales (2016) realiza un estudio titulado como “El estudio sobre ansiedad en adolescentes según género de una institución educativa privada” en Guatemala, con el objetivo de determinar la existencia de ansiedad entre géneros, con una muestra de 50 adolescentes, 25 hombres y 25 mujeres en las edades de 12 a 15 años, utilizando el instrumento de evaluación CMASR-2 escala de ansiedad manifestada en niños, en donde concluye que no existe diferencia estadísticamente significativa en ansiedad en adolescentes hombres y mujeres.

Rojas, Torres & Rodríguez (2016) realizan un estudio con el objetivo de describir el índice de ansiedad en los componentes cognitivos, fisiológicos y conductual ante los exámenes parciales en estudiantes universitarios. Este estudio fue efectuado en Colombia con una muestra de 176 estudiantes, por medio del cuestionario de ansiedad frente a exámenes universitarios (CAFEU), y determinó que las mujeres evidencian ansiedad en niveles más elevados que los hombres.

Por otro lado, una investigación realizada por Escobedo, Margot, Paredes & Nielsen (2016) en Perú, con el objetivo de determinar las diferencias respecto a los niveles de ansiedad ante los exámenes que experimentan los estudiantes con una muestra de 134 estudiantes universitarios de Ingeniería Civil y Enfermería, mediante el Cuestionario de Ansiedad ante los Exámenes (CAEX).

En la que concluyen que un nivel de significancia del 5% los estudiantes del primer año de Ingeniería Civil muestran mayor nivel de ansiedad ante los exámenes en comparación a los estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Enfermería.

Así mismo, estudios realizados en Madrid, por Ardiaca (2016) con el objetivo de evaluar la presencia de ansiedad infantojuvenil, con una muestra de 1004 alumnos con edades comprendidas entre 8 y 12, evaluados a través de: CASI-N, el SCARED y el CDI, CASI-N, SCARED y IME, concluyen que padecer un problema psicológico en las primeras fases de la vida constituye uno de los principales factores de riesgo para la salud física y psicosocial futura.

De la misma manera Lara, Calderón, Parco & Navarro (2017) en Perú, realizaron estudios con el objetivo de conocer si existe una relación entre la ansiedad y el rendimiento académico, con una muestra de 76 estudiantes entre 18 y 30 años sin diferencias significativas entre hombres y mujeres, se evaluó mediante el Test Anxiety Inventory – Estado (TAI-Estado), y dos medidas breves, de autoeficacia académica y agotamiento emocional académico. Los resultados obtenidos fue negativa ya que no existe una relación entre la ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico, por lo que la diferencia entre ambas correlaciones es moderada.

Jiménez y Polanco (2017) mediante un estudio realizado en México, con 40 estudiantes que oscilan entre los 18 y 32, por medio del Cuestionario de autoevaluación de la ansiedad ante los exámenes de la Universidad de Navarra, se identificó que de los 40 estudiantes que contestaron el cuestionario, 33 presentan nivel bajo de ansiedad, 5 presentan nivel medio y 2 presentan nivel alto, por lo que se concluyó que el nivel de ansiedad ante los exámenes presentado en alumnos se ve reflejado en el estado emocional, por lo que afecta las áreas cognitivas, conductuales y fisiológicas. .

Seguidamente García y Martínez citados por Mazariegos (2018) mediante un artículo llamado ¿Cómo se relaciona la ansiedad escolar con el rendimiento académico? mencionan que se conoce poco en relación sobre el tema.

Por medio de un estudio realizado con una muestra de 520 estudiantes entre las edades de 12 a 18 años, en la provincia de Alicante, España; en donde se utilizó el instrumento de evaluación IAES (Inventario de Ansiedad Escolar) y el STAI (Inventario de ansiedad estado y ansiedad rasgo) concluyen que los alumnos con alto rendimiento evidencian síntomas significativos de ansiedad por miedo al fracaso, castigo escolar, éxito académico y tiene repercusiones tanto conductual como fisiológicamente .

Por su parte Cori citado por Aquino & Espinoza (2018) realizó un estudio en la ciudad de Juliaca, con el objetivo de describir los niveles de ansiedad que presentan los estudiantes ante los exámenes, con una muestra de 84 estudiantes, utilizando el cuestionario de autoevaluación de ansiedad ante los exámenes del Dr. José Manuel Hernández, evidenció que 42.9% de los estudiantes, se encuentra en el nivel medio indicando que puede obstruir su rendimiento académico, seguido de un alto nivel con 29.8% manifestando una clara interferencia y finalmente nivel bajo con 27.4% en la cual no resulta preocupante la situación como el examen.

Finalmente, Mazariegos (2018) realizó un estudio en Quetzaltenango, Guatemala, con el objetivo de establecer la relación de la ansiedad con el rendimiento escolar, utilizando una muestra de 45 niños, evaluados por medio del test IDAREN que mide ansiedad estado y rasgo, y los promedios de las primeras tres unidades de cada estudiante, concluyó que la ansiedad si está relacionada con el rendimiento académico ya que está intermedia en el proceso de aprendizaje en los niños, y los síntomas se hacen presentes durante el ciclo escolar porque buscan obtener óptimos resultados.

## 1.2. Planteamiento del problema

Rojas (2014) define la ansiedad como una emoción negativa, percibida por la persona afectada como una amenaza o miedo anticipado, siendo resistente y provocando síntomas fisiológicos a quien la padece. Finalmente el autor menciona que entre un 10% y 20% de la población ya sea urbana o rural manifiestan ansiedad, dependiendo del ritmo de vida que estos sobrelleven, por lo que también hace referencia que un 30% de la población que visita un médico general presentan síntomas ansiosos. .

Por otro lado Oblitas (2019) afirma

La ansiedad es una sensación que cualquier persona en cualquier momento puede experimentar ya sea en mayor o menor cantidad. A su vez menciona que en cantidades contenidas o mínimas, la ansiedad es funcional para los procesos de motivación e impulsa a enfrentarse a cualquier situación. Por otro lado, menciona que la ansiedad impide y paraliza cualquier oportunidad de enfrentamiento ante cualquier situación. (p.76)

A su vez, menciona que existen dos condiciones en las cuales se determina la ansiedad, la primera condición es la ansiedad como componente distintivo de la personalidad normal y la segunda condición se refiere a una ansiedad clínica o patológica. La primera condición es considerada descriptiva, el segundo es explicativo y comprende modelos de la ansiedad patológica procedentes de diferentes temas de investigación.

Menciona Oblitas (2009) que en los centros de salud entre los motivos de consulta más frecuentes se encuentran los trastornos por ansiedad, siendo una tercera parte de adultos quienes sufren de sintomatología ansiosa, se hace énfasis en que estos trastornos varían entre géneros, clase social, jóvenes y personas de la tercera edad.

En la presente investigación se determinará si los alumnos de los grados de 4° bachillerato y 5° perito contador del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Fraijanes, presentan ansiedad ante los exámenes. Lo que posiblemente se deriva de las siguientes problemáticas:

### 1.2.1. Pensamientos negativos

Define García (2016) los efectos que provocan los pensamientos negativos en un individuo se caracteriza por no logran alcanzar un nivel de concentración, sintiéndose paralizado, dejándose invadir por el pánico.

Para López y Acuña (s,f) los pensamientos negativos presentados ante la ansiedad en exámenes conlleva a preocupación sobre su propia capacidad de tener calificaciones sobresalientes, pensamientos de comparación con compañeros.

### 1.2.2. Miedo anticipado

Explica Hernandez (s,f). Que en el miedo anticipado se experimenta tensión, falta de confianza, temor, inquieto, enfadado. Por lo que se vivencia irritabilidad, preocupaciones continuas, vergüenza excesiva, miedo a perder el control, miedo a tener un infarto o enfermedad grave y la necesidad de escapar o evitar las situaciones.

### 1.2.3. Fobia Específica

Barnihill (2018) asegura, que la fobia específica es el miedo no deseable, irracional y excesivo ante una situación concreta, desencadenando estímulos ansiosos, y las sensaciones se pueden activar rápidamente, haciendo que el individuo tenga reacciones fisiológicas, cognitivas y motoras, por lo que se evita la situación a la que se teme.

### 1.2.4. Baja auto-eficacia

De acuerdo con Ruiz (s,f), afirma que la autoeficacia influye en el rendimiento académico, ya que existe diferencia en estudiantes con el mismo conocimiento y con falta de interés, por lo que el

buen desarrollo eficaz en el área académica hace que los alumnos presenten motivación, pensamientos positivos y regulación de emociones.

### 1.3. Justificación del estudio

En la presente investigación se determinará si los alumnos de los grados de 4° bachillerato y 5° perito contador del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Fraijanes, presentan ansiedad ante los exámenes.

Dentro de esta investigación se pretende evidenciar la ansiedad ante los exámenes, posiblemente como resultado de los pensamiento negativos que los alumnos presentan antes de realizarlo, como resultado del miedo anticipado y los pensamientos negativos que se presentan antes de los exámenes, así como lo menciona Fina (2015) haciendo referencia a que el miedo es una emoción universal que comprende la evitación y facilita la percepción de peligro, el miedo es una manera de incertidumbre ante alguna situación real o imaginaria, a su vez también es percibido como una amenaza, provocando vulnerabilidad ante la percepción de inseguridad.

Un elemento muy importante es lo que refiere Diaz citado por Aquino & Espinoza (2018) describe que la ansiedad es un técnica de alerta y activación ante alguna situación que se perciba amenazante, teniendo como función principal evitar, asumir, afrontar o neutralizar el miedo. Así mismo el miedo produce un efecto paralizador sobre el individuo que lo experimenta, por lo que es considerado un interventor social de alta eficacia.

De acuerdo con Díaz (2018), el miedo desactiva y comprime la capacidad de firmeza y vigilancia, causando que las personas tengan dificultad para ordenar sus ideas, también, se paraliza la función cognitiva y se disipan las habilidades de resolución de problemas no pudiendo establecer destrezas de búsqueda alternativa y conlleva a un período traumático en el cual la persona que lo experimenta se percibe como si fuese perseguida o víctima, manteniendo un estado de alerta.

Dentro del ámbito educativo es importante mencionar que los estudiantes pueden manifestar diferentes síntomas y emociones anticipadas, dentro de los que se puede mencionar el miedo intenso que se presenta ante los exámenes por lo que tal reacción obstaculiza en la vida de la persona de manera simbólica.

En otras palabras Aquino & Espinoza (2008) mencionan que el detonante que hace que los estudiantes lleguen al fracaso en las evaluaciones, impidiendo logros, metas importantes, disminuyendo la valía personal de estos individuos, es la aparición de síntomas ansioso en la etapa de exámenes siendo este el mayor factor amenazante.

Mencionan Aquino & Espinoza (2018) que el nivel del estado de ansiedad es más alto durante los exámenes vistos como difíciles, que durante los percibidos como fáciles, y que cualquier examen estricto expone a los estudiantes a dos grandes desventajas que son: la dificultad intrínseca de las preguntas y el posible nivel distorsionador de la ansiedad. Mientras que un aumento moderado en el nivel del estado de ansiedad, puede ser ventajoso si motiva al estudiante a extender sus esfuerzos y encaminar su atención en el contenido del examen, un mayor aumento de la ansiedad puede producir también, resultados insatisfactorios.

#### 1.4. Pregunta de investigación

Desde el punto de vista de la Psicología Clínica y Consejería Social, se considera que la ansiedad ante los exámenes puede ser un factor que afecte a los estudiantes, por lo que se plantea la siguiente pregunta.

¿Cómo se manifiesta la ansiedad ante los exámenes en los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Fraijanes?

## 1.5. Objetivos

### 1.5.1. Objetivo general

Analizar la manifestación de la ansiedad ante los exámenes en los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificado del Municipio de Fraijanes.

### 1.5.2. Objetivos específicos

- Describir la ansiedad anticipada provocada por los exámenes.
- Explicar las características de una fobia específica en estudiantes de diversificado.
- Examinar las situaciones que les provocan ansiedad a los alumnos durante los exámenes.

## 1.6. Alcances y límites

### 1.6.1. Alcances

- La presente investigación tiene como alcance analizar la manifestación de la ansiedad ante los exámenes en los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Fraijanes, y como afecta en las áreas cognitivas, conductuales y fisiológicas de estos alumnos.
- El estudio tiene como alcance proponer a los estudiantes, técnicas para que anticipen la preparación ante los exámenes y el nivel de ansiedad disminuya.

### 1.6.2. Límites

- Como limitantes el tiempo de los alumnos para realizar las evaluaciones debido a las actividades planificadas por la institución.
- Los espacios para realizar las técnicas debido a que los maestros no apoyan para el desarrollo de dichas técnicas.

## **Capítulo 2**

### **Marco Teórico**

Es importante agregar sobre el desarrollo en la adolescencia ya que es el desarrollo que se produce posteriormente de la niñez, esta etapa se clasifica entre adolescencia temprana, intermedia y tardía, por lo que el individuo tendrá diversidad de cambios tanto como fisiológicos, cognitivos y emocionales. El adolescente se enfrentara a diferentes situaciones entre los cuales se pueden mencionar; miedos, patologías, alteraciones somáticas, psíquicas, y problemas escolares.

#### **2.1 Desarrollo de la adolescencia**

Refiere Gaete (2015) el término adolescencia deriva del latín «adolescente» que significa «crecer hacia la adultez». La adolescencia es aquella etapa del desarrollo ubicada entre la infancia y la adultez, en la que ocurre un proceso creciente de maduración física, psicológica y social que lleva al ser humano a transformarse en un adulto.

La etapa adolescente es una etapa llena de desafíos y dificultades, comprendida entre los 10 y 20 años de edad como lo menciona el autor Morris (2001). Antiguamente esta etapa no era considerada independiente, sino hasta el siglo XX, que fue en donde la adolescencia se define como una etapa vital independiente, actualmente esta etapa muestra el ingreso a cambios extensos y muchas veces confusos, perteneciendo a procesos complejos de maduración.

Indica Papalia (2009) que, a principios del siglo XX una gran cantidad de personas consideraban la adolescencia como una etapa llena de desequilibrio y emociones aceleradas, caracterizada por angustia, frenesí y rebeldía contra cualquier figura de autoridad, pero, actualmente se considera que la una parte de la población adolescente logra mantener bajo control el estrés y ansiedad durante este periodo, logrando así un desarrollo sin dificultades y sin problemas cotidianos .

A su vez el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia , UNICEF ( 2011) hace énfasis que dentro del planeta tierra habitan 1,200 millones de personas comprendidas entre los 10 y 19 años

de edad, de los cuales una gran cantidad de ellos se ve afectada por el aumento de la tasa de desempleo, por ende, la confianza económica mundial se ha desvanecido, obteniendo como resultado que los ingresos económicos líquidos de las familias haya disminuido considerablemente o bien ha dejado de aumentar.

Consecuentemente esta incertidumbre económica ha provocado recortes en los ámbitos relacionados con la infancia, destinando la mayor parte de estos recursos económicos a los primeros 10 años de vida; es por ello que UNICEF propone cinco razones por las cuales debería de invertirse en los adolescentes, estas son las siguientes:

La primer razón gira entorno a los tratados de los derechos humanos incluir la conversión acerca de los Derechos del Niño y la discriminación hacia la mujer, la segunda razón propone que se debería de invertir también en los adolescentes, ya que a través de ellos se logra visualizar los grandes avances en todo el mundo desde 1990.

Por lo tanto resalta el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2011) que, otro de los motivos por las cuales invertir en los adolescentes, es que estos son una pieza clave para acelerar los procesos de lucha contra la pobreza, la desigualdad y discriminación de género, debido a que estas problemáticas son transmitidas a la siguiente generación, entonces, como la adolescencia es una década central en la vida, si se logra erradicar en este periodo la pobreza, la desigualdad y la discriminación de género estas no serán transmitidas a la próxima generación.

La cuarta razón equivale a que, los adolescentes no importando su estatus económico, son los que tendrán que enfrentarse a las consecuencias de la deficiencia económica que se está viviendo, también tendrán que enfrentarse al cambio climático, a el desempleo, la urbanización, migración y las pandemias de VIH/sida y por último, la quinta razón menciona que los adolescente son una parte importante dentro del proceso de reconstrucción socia.

Menciona el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, (2011) que, esta etapa de la vida se ven mayormente marcadas las desigualdades de tipo económica, limitando así al adolescente de

bajos recursos continuar con la educación secundaria, exponiendo principalmente a las adolescentes a un matrimonio prematuro, al inicio sexual temprano, violencia, trabajo en la esfera doméstica, minorando las oportunidades de desarrollo pleno.

Otro aspecto relevante durante esta etapa es que ocurren cambios físicos debido a los procesos hormonales que este conlleva; pero, no solo ocurren cambios en su físico, sino que también existen cambios cognitivos y emocionales.

### 2.1.1 Fases de la adolescencia

Para Gaete (2015) el desarrollo puede aplicarse a todo joven, por lo que es un proceso que varía referente al crecimiento tanto biológico, psicológico, y social de diferentes personas y no ocurrir como un continuo, sino presentar períodos frecuentes de regresión en relación a los estresores que se presentan.

- Adolescencia temprana

Finalmente refiere Gaete (2015) que la adolescencia temprana inicia entre los 10 y los 13 años, durante esta etapa en donde se presentan los primeros cambios físicos, en donde inicia el proceso de maduración psicológica, el adolescente en esta etapa empieza a establecer los propios criterios, deja de relacionarse con niños. La desadaptación social causa alteraciones emocionales en las que puede provocar ansiedad y depresión, por lo que inicia a presentar aislamiento y cambios de conducta.

- Adolescencia intermedia

Por otra parte Casas (s,f) refiere que, la adolescencia intermedia empieza entre los 14 a 16 años, en esta fase los adolescentes tienen mayor comunicación con los pares, e inicia conflicto con los progenitores aumentando la experimentación, generando conductas en donde ellos tiene la razón,

por lo que los riesgos aumentan, se presenta preocupación por la apariencia, deseo de poner el cuerpo más atractivo, fascinación por la moda.

- Adolescencia tardía

La UNICEF (s,f) determina que la adolescencia tardía abarca la parte posterior de la segunda década de la vida, en líneas generales entre los 15 y los 19 años de edad. Para entonces, ya usualmente han tenido lugar los cambios físicos más importantes, aunque el cuerpo sigue desarrollándose. El cerebro también continúa desarrollándose y reorganizándose, y la capacidad para el pensamiento analítico y reflexivo aumenta notablemente. Las opiniones de los miembros de su grupo aún tienden a ser importantes al comienzo de esta etapa .

### 2.1.2 Cambios físicos

Iglesias (2013) menciona que, en el inicio del desarrollo de la adolescencia, se presentan cambios hormonales referente a los caracteres sexuales secundarios, en donde aparece el dimorfismo sexual, crecimiento de longitud, cambios corporales y la transformación en el desarrollo psicosocial. Todos los cambios manifestados tienen una cronología que no influye en todos los individuos, siendo más tardía en los hombres que en las mujeres, estos son los primeros signos que se presentan en la pubertad.

Por otro lado Morris (2001) clasifica dentro de los cambios físicos: aumento de peso y talla, agrandamiento de manos, pies, brazos y piernas, incremento del torso y ensanchamiento del tórax, ensanchamiento de caderas y presencia de muslos más pesados en las mujeres, cambios en el rostro, aumento del grosor de los labios, aumento de las glándulas sebáceas y sudoríparas que benefician la presencia de acné, expansión del corazón, pulmones y el aparato digestivo, crecimiento de los testículos y aumento del pene en los varones, aparición de vello púbico, cambios en el sonido de voz.

#### 2.1.4 Cambios cognitivos

Desde el punto de vista de Serrano (s,f). menciona que, los adolescentes tienen nuevas perspectivas; los pensamientos son complejos, lógicos y sistemáticos, esta etapa inicia a capacitar al individuo para que logre afrontar las situaciones complicadas que se acercan, mejorando las condiciones evolutivas para el cambio hacia la edad adulta, a través de las propuestas didácticas se puede reforzar el propio aprendizaje, mediante instrucciones desde el mismo criterio.

Por otro lado Morris (2001) menciona que la madurez de patrones de pensamiento durante este proceso de maduración los adolescentes muestran un incremento en la capacidad de razonamiento abstracto, pudiendo comprender y reflexionar acerca de opciones y razonamiento hipotético, desarrollo de la motivación e impulsividad, (debido al subdesarrollo del lóbulo frontal), explicando así la predisposición de los adolescentes a optar conductas de riesgo.

- Tendencia a sentirse observado constantemente por los demás.
- Timidez e intranquilidad por el aspecto personal.
- Transformación de la dependencia a la independencia personal.

#### 2.1.4. Cambios emocionales

Durante la adolescencia se manifiestan cambios emocionales, los cuales muchas veces son mal vistos por la población adulta, es por ello que Bauzá, Fernández & del Carmen refieren que “Los estados afectivos, más que ser un estorbo para el buen juicio, la razón o la convivencia, tal como se ha concebido a lo largo de la historia, desempeñan un papel esencial en el desarrollo de las capacidades de relación, de la inteligencia así como de la condición ética (Asensio, sf)” (Acarín y Romero, 2006, p.238)

Por otro lado Morris (2001) menciona que dentro de los cambios emocionales se puede encontrar: acompañamiento de estrés relacionado con el entorno familiar, escolar y social, sentimiento de impotencia e invulnerabilidad, búsqueda de una red de apoyo social y emocional a través de los compañeros, disminución de la relación afectuosa entre padres e hijos, conflictos con los padres, miedo exagerado ante distintas problemática, por ejemplo, rendimiento escolar, apariencia, fracaso y la muerte.

Para Ortiz (2015) el adolescente puede cambiar inmediatamente de estado de ánimo de una tristeza profunda hasta una alegría excesiva. Por lo que es importante estar pendiente para escucharle y ayudarle si es necesario. Deduce que es importante que se fortalezca la comunicación entre hijos y padres en donde pueda existir confianza y respeto , hacer de la relación con ellos un vínculo donde se eduque con amor y la firmeza necesaria para permitirles crecer al tiempo que se protege de los peligros que acechan a la juventud hoy en día

La opinión de los amigos es importante, para ellos pertenecer a un grupo social para así pueda desarrollar nuevos pensamientos y positivos.

Por último es importante mencionar que durante este periodo los adolescentes pueden desarrollar diferentes patologías en donde pueden estar involucrados genéticamente, psicológica, ambiental y emocional.

## 2.2. Definición de Trastorno

En resumen es importante mencionar que el trastorno psicológico que se puede conocer también como trastorno mental, en donde están involucrados diversidad de síntomas y signos que pueden ser psicológicos y de comportamiento afectando diferentes áreas de la vida del individuo personales, académicas, familiares, emocionales y laborales.

Posteriormente Mebarak, Castro, Salamanca & Quintero (2009), mencionan sobre la duda que tienen los individuos del comportamiento de otras personas ya que es de manera diferente a lo

establecido por la normalidad social. Deduciendo que en la Antigua Grecia la mente humana se denominaba con el nombre de alma, suponiendo que esta se encontraba aislada del cuerpo, por lo que buscaban una conducta anormal.

Ruiz (2015) afirma que:

El comportamiento de los trastornos mentales y del comportamiento en los años 2014-2015, revela que en ambos años continúan ponderando para el cuartil más alto seis áreas de salud, Petén norte, Guatemala Central, Jutiapa, Zacapa, Guatemala Nor oriente, Santa Rosa y Escuintla. Para el año 2014 en el cuartil más alto Zacapa (3,159.0), Jutiapa (1,450.1), Guatemala Nor occidente (823.4), Guatemala central (823.1), Petén Norte (750.7), Santa Rosa (522.7), Baja Verapaz (419.0). Para el año 2015 Petén norte (1,137.5), Jutiapa (1,061.8), Guatemala Central (996.7), Guatemala Nor occidente (682.3), Zacapa (495.6), Escuintla (452.5), Santa Rosa (430.7). (p.3)

Así mismo Ruiz (2015) indica que las mujeres manifiestan un 53% más trastornos mentales y del comportamiento a comparación con los hombres. También refiere que este porcentaje varía según el ciclo de vida en el que se encuentren, haciendo énfasis que entre los 20 a los 59 años es en donde se presenta un mayor riesgo tanto para hombres y mujeres, así mismo cabe resaltar que por cada dos mujeres un hombre asiste a los servicios de salud por algún trastorno mental o del comportamiento.

Según García, Silva, López, Alfaro, Román y Ambeliz, (2017) refieren que, en Guatemala se observa una prevalencia de 3.7% y 4.2% de trastornos depresivos y ansiosos, respectivamente. 4 Según el departamento de epidemiología del MSPAS de Guatemala del 2008 al 2015 hubo un incremento de un 40% los casos de trastornos mentales, y en el 2016 se sitúa al departamento de Santa Rosa en el cuarto lugar a nivel nacional, en este mismo informe se reportan los trastornos de ansiedad y depresión como el primer y segundo lugar dentro de los trastornos mentales.

Mebarak, Castro, Salamanca y Quintero (2009) indican que los trastornos se atribuyen a enfermedades o a desequilibrios químicos. Asimismo, Hipócrates creía que los trastornos psicológicos podrían tratarse como cualquier otra enfermedad, ya que consideraba que podían tener por causa de traumatismo cerebral y verse influido por la herencia.

Por el contrario la perspectiva psicológica conceptualiza que los trastornos surgen de la dificultad de procesos psicológicos adecuados y a las circunstancias del entorno social del individuo, atribuyéndoles también el nombre “Enfermedad Mental”. Por otro lado Raheb (2008) refiere que la enfermedad mental es una definición importante dentro de la psiquiatría que a su vez la define como una particularidad médica caracterizada por una patología descrita por signos y síntomas.

A su vez, la autora Clare, menciona que se dificulta acertar con una definición concreta para la descripción del término propio, es por ello que Clare citado por Raheb (2008) delimita tres conceptos claves de enfermedad mental:

- La ausencia de salud
- La presencia de un sufrimiento
- Un proceso patológico.

La Clasificación Estadística Internacional de Enfermedades y Problemas Relacionados con la Salud (2008) refiere que, los trastornos mentales son definidos como la presencia de un comportamiento o de un grupo de síntomas identificables en la práctica clínica, que en la mayoría de los casos se acompañan de malestar o interfieren con la actividad del individuo.

Por otro lado la Asociación Americana de Psiquiatría APA (2014) refiere que dentro de cada trastorno mental se caracteriza una alteración clínicamente significativa de la cognición, la regulación emocional o la conducta del individuo que expresa una disfunción en los procesos psicológicos, biológicos o del desarrollo que se encuentran en el funcionamiento mental. También puede ser asociado como malestar o discapacidad.

Se considera que entre la clasificación de los trastornos, también es importante mencionar que uno de los factores precipitantes para el miedo son los pensamientos negativos los cuales son recurrentes en adolescentes.

### 2.3. Miedo

El miedo es una emoción universal que comprende la evitación y facilita la percepción de peligro, el miedo es una manera de incertidumbre ante alguna situación real o imaginaria, a su vez también es percibido como una amenaza, provocando vulnerabilidad ante la percepción de inseguridad.

Así mismo Fina (2015) define, que el miedo produce un efecto paralizador sobre el individuo que lo experimenta, por lo que es considerado un interventor social de alta eficacia. De la misma manera, el miedo desactiva y comprime la capacidad de firmeza y vigilancia, causando que las personas tengan dificultad para ordenar sus ideas, también, se paraliza la función cognitiva y se disipan las habilidades de resolución de problemas no pudiendo establecer destrezas de búsqueda alternativa y conlleva a un período traumático en el cual la persona que lo experimenta se percibe como si fuese perseguida o víctima, manteniendo un estado de alerta.

Por otro lado López (2015) menciona que el miedo es percibido como una experiencia generadora de un efecto emocional, causado por alguna situación, objeto, persona, o algún estímulo apreciado como amenaza o peligro, provocando un sentimiento de inseguridad y alarma ante ello, por lo que la persona que está experimentando el miedo buscará algún contexto percibido como seguro; así mismo hace énfasis en que la principal función del miedo es que el organismo ya sea animal o humano, reaccione ante el estímulo que provoca miedo y se defienda de este.

En particular Bastida (s,f) refiere que el miedo es una emoción normal, necesaria para alertar al individuo ante un estímulo de peligro ya sea real o imaginario; también los niños en desarrollo experimentan diversidad de miedos entre los que se pueden mencionar: miedo a la separación, a

personas extrañas, a los ruidos fuertes, a la oscuridad, a los animales, al colegio, por lo que algunos pueden ser transitorios y no representar ningún problema, estos miedos pueden aparecer y desaparecer dependiendo del desarrollo del infante.

Cabe destacar que el miedo es una emoción normal por lo que es un componente relacionado con la ansiedad ya que es la amenaza o alarma ante una situación de peligro, por lo que se ven involucrados síntomas y signos fisiológicos, cognitivos y emocionales.

## 2.4 Ansiedad

Oblitas (2009) enfatiza que la ansiedad es una sensación que cualquier persona en cualquier momento puede experimentar ya sea en mayor o menor cantidad. A su vez menciona que en cantidades contenidas o mínimas, la ansiedad es funcional para los procesos de motivación e impulsa a enfrentarse a cualquier situación. Por otro lado, menciona que la ansiedad en cantidades mayores impide y paraliza cualquier oportunidad de enfrentamiento ante cualquier situación.

De acuerdo con Oblitas (2009), menciona que existen dos condiciones en las cuales se determina la ansiedad, la primera condición es la ansiedad como componente distintivo de la personalidad normal y la segunda condición se refiere a una ansiedad clínica o patológica. Agrega además que los trastornos por ansiedad son las patologías más consultadas en los centros de salud mental, siendo una tercera parte de adultos que sufren estos síntomas, resaltando que dentro de estos trastornos existe diferencia entre género, nivel social, y edades.

A si también la autora Morales (2016) considera que la ansiedad es una emoción estándar cuya función es ayudar a el individuo se adapte a alguna situación determinada, siendo esta un mecanismo de vigilancia que todo ser humano necesita para asegurar su supervivencia.

Por otro lado García, Silva, López, Alfaro, Román y Ambeliz, (2017) realizan un estudio en Guatemala durante el año 2011 en donde evidenció que el 28.9% de los entrevistados presenta uno o más trastornos mentales, siendo el trastorno de ansiedad el de mayor prevalencia.

A su vez García, Silva, López, Alfaro, Román y Ambeliz, (2017)

Realizan un estudio en la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala (USAC) informando que en el año 2016, el 38.7% de la población entre las edades de 14 a 18 años manifestaban algún rasgo de depresión y ansiedad. Por otro lado mencionan que el 74.1% de la población evaluada presentaba sintomatología depresiva severa y el 77.4% de los individuos presentaba síntomas ansiosos, toda la población examinada residía en los municipios de Cuilapa, Barberena y Nueva Santa Rosa del departamento de Santa Rosa. (p.6).

Consecuentemente Sanz, (s,f) menciona que la población más afectada que padecen trastornos de ansiedad son los adolescentes ya que con mayor frecuencia presentan reacciones intensas de miedo, por lo que hace que limiten las actividades diaria en todos los ámbitos del individuo.

Por otro lado Tayeh, González, y Chaskel (s/f) determinan que las patologías ansiosas son comunes en la niñez y adolescentes, dando resultados negativos en la estima personal, las relaciones sociales, rendimiento académico, la dinámica familiar, y los objetivos y logros.

Por otro lado, la Asociación Americana de Psiquiatría (APA) (2014) a través del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5) refiere que la ansiedad es una respuesta anticipatoria al peligro futuro, y el miedo es una respuesta emocional a una amenaza, en los que estas dos manifestaciones se presentan en exceso siendo complementos detonantes para los trastornos de ansiedad.

Por otra parte, el Consejo de Salubridad General de México (2010), refiere que, la ansiedad es un estado emocional displacentero que perturba los procesos mentales produciendo ideas distorsionadas de la realidad, del medio que lo rodea y de sí mismo, dificultando la capacidad de análisis e incapacitando al individuo, generando alteraciones psíquicas y somáticas dentro de las cuales cabe mencionar:

- Alteraciones somáticas

Acentuación de tensión muscular, mareos, sudoración, aumento exagerado de la reacción del sistema nervioso autónomo, dilatación de las pupilas, taquicardia, dificultades del sistema digestivo, variaciones en la presión arterial, pérdida parcial del conocimiento, entumecimiento en cualquier parte del cuerpo.

- Alteraciones psíquicas:

Preocupación exagerada, nerviosismo, impresión de muerte inaplazable, miedo disparatado, sensación de huir, pensamientos catastróficos.

En otras palabras es importante agregar que el sujeto que experimenta síntomas de ansiedad los manifiesta mediante cambios somáticos y psíquicos, estos cambios se pueden dar ante diferente situación pueden ser específicas.

## 2.5 Fobia específica

En relación a la fobia específica es importante mencionar que es miedo irracional, anticipado que se presenta ante una situación puntual, que les causa terror por lo general se evidencia cuando se exponen a animales, sangre, payasos entre otros, manifestándose en niños, adolescentes y adultos

La Asociación Americana de Psiquiatría (2014) refiere que el trastorno de fobia específica es caracterizado por un miedo o ansiedad a determinados objetos o situaciones denominados “estímulos fóbicos” aclarando que para que estos miedos sean diagnosticados dentro del trastorno mencionado, deben de ser anormales y exagerados de los miedos normales que, al ser expuestos ante ellos deben de provocar una respuesta de ansiedad inmediata aumentando la activación fisiológica.

Asociación Americana de Psiquiatría APA, (2014) afirma

Que el trastorno de fobia específica se desarrolla después de haber vivido alguna situación traumática, enfatizando que la mayoría de fobias específicas son desarrolladas durante la infancia y adolescencia. También menciona que en Estados Unidos la prevalencia anual de la fobia específica entre la población general es del 7-9% aproximadamente, mientras que en Asia la prevalencia dentro de la población es relativamente baja, mientras que en África y en los países de América Latina la prevalencia es de 2-4% , dejando a las mujeres con mayor prevalencia a comparación de los hombres (p.199).

La Asociación Americana de Psiquiatría (APA) (2014) determina que para un trastorno de fobia específica existen factores importantes que elevan el riesgo y pronóstico tales como, el temperamento, neurosis, o la inhibición conductual, sobreprotección, divorcio de los progenitores, y asimismo es importante mencionar que las causas tanto genéticas como fisiológicas pueden ser significativamente propensas para tener fobia.

Durante un episodio de fobia, la persona que lo padece puede referir diversos síntomas tales como los criterios diagnósticos del trastorno de Fobia específica que menciona el DSM-5:

A. Miedo o ansiedad intensa pro un objeto o situación específica.

En los niños, el miedo o la ansiedad pueden ser expresados con llanto, rabietas, quedarse paralizado o aferrarse.

- B. El objeto o la situación fóbica casi siempre provoca miedo o ansiedad inmediata.
  - C. El objeto o la situación fóbica se evita o resiste activamente con miedo o ansiedad intensa.
  - D. El miedo o la ansiedad es desproporcionado al peligro real que plantea el objeto o situación específica y al contexto sociocultural.
  - E. El miedo, la ansiedad o la evitación es persistente, y dura típicamente seis o más meses.
  - F. El miedo, la ansiedad o la evitación causa malestar clínicamente significativo o deterioro en lo social, laboral u otras áreas importantes del funcionamiento.
  - G. La alteración no se explica
  - H. mejor por los síntomas de otro trastorno mental, como el miedo, la ansiedad y la evitación de situaciones asociadas a síntomas tipo pánico u otros síntomas incapacitantes (como en la agorafobia), objetos o situaciones relacionados con obsesiones (como en el trastorno obsesivo-compulsivo), recuerdo de sucesos traumáticos (como el trastorno de estrés postraumático), dejar el hogar o separación de las figura de apego (como el trastorno de ansiedad por separación), o situaciones sociales (como el trastorno de ansiedad social)
- (p.197)

## 2.6 Problemas escolares en la adolescencia

Lazaro (2013) indica que en la etapa de adolescencia se tienen problemas escolares afectando el desenvolvimiento del mismo, cuando estos persisten es probable que se llegue al fracaso escolar, complicando todas las áreas del desarrollo y entorno, la causa contiene muchos factores. Por lo que para el diagnóstico de este es necesario conocer el ambiente social, escolar, familiar por lo que es de utilidad utilizar la historia clínica, y pruebas complementarias.

Consecuentemente, dicho autor menciona que, un problema escolar está ligado a que los alcances de objetivos pedagógicos no han sido alcanzados por el adolescente, o bien, estos están por debajo de la capacidad intelectual del mismo. Si estos problemas escolares persistieran podrían tener como consecuencia la llegada del fracaso escolar, complicando así el óptimo desarrollo biopsicosocial del adolescente y por ende a su entorno.

Refiere Lázaro (2013) que, esta complicación del desarrollo biopsicosocial conlleva a otros daños en el adolescente tales como: daño a lo largo de sus vidas, reducción en las oportunidades de participación en ámbitos sociales, culturales y económicos, aumento del riesgo de desempleo, pobreza, exclusión social, efecto negativo directo en sus ingresos, bienestar y salud tanto para los adolescentes como para sus futuros hijos, tomando en cuenta que se reducen las posibilidades de que su descendencia obtenga éxito en la culminación de sus estudios al igual que el padre o madre.

Consecuentemente el mencionado autor, hace referencia a que el bajo rendimiento escolar es el resultado de la interacción de un incorporado de variables que son conocidas como condicionantes del rendimiento académico, estos pueden ser:

- Factores personales: tales como las capacidades intelectuales, aptitudes, formas de aprendizaje, atención, estimulación, establecimiento de metas, autoconcepto, destrezas sociales, toma de decisiones, nivel de ansiedad, estado anímico, progreso moral, edad, género, uso o abuso de sustancias nocivas para el cuerpo.
- Factores familiares: Actitud que tenga hacia la escuela, nivel educativo y sociocultural, estatus socioeconómico, tiempo o espacio de estudio, estilo educativo, esfera afectiva o tipo de apego entre los padres e hijos, comunicación y lazos intrafamiliares, relación con el medio que lo rodea, alternativas para con su tiempo libre.

- Factores escolares: Aspectos organizados tales como: la zona en la que se encuentre el centro educativo , tamaño, ratio, legislación vigente, distribución del centro: documentos de centro, participación de los órganos de la comunidad educativa, recursos humanos y materiales.

Estructura del salón de clases: metodología utilizada, modelo docente, tutoría, conjunto docente, expectativas de los profesores hacia los estudiantes y viceversa, clima dentro del entorno escolar para los alumno y de trabajo para los docentes, clasificación de la atención individualizada: medidas extraordinarias de atención a la diversidad, calidad de la convivencia entre alumnos y profesores/acoso escolar, comunicación que haya entre la familia y el centro educativo, apertura de la escuela a la comunidad.

- Por último, los factores sociales: Ambiente sociocultural, perspectiva de género, filiación grupal y valores de pandilla, uso de tecnologías de la información y la comunicación, destitución y uso de recursos en la zona como centro de salud y servicios sociales, redes de apoyo, acceso al consumo de sustancias, Lázaro (2013).

Por su parte los autores Zaragoza, Godoi, Gomez & Gallo (s/f) mencionan que solo entre el 20% y el 30% de la población adolescente experimentan problemas graves dentro del periodo adolescente, debido a que las necesidades propias del joven no son siempre conducidas de una manera adecuada dentro del ámbito familiar y escolar.

Asi mismo la autora Romàn (2009) menciona que, existen dos factores que se encuentran fuertemente ligados al fracaso escolar, reflejándolos mejor dentro de la siguiente tabla:

**CUADRO No. 1**  
**Factores Asociados Al Fracaso Escolar**

Dimensión	Factores exógenos	Factores endógenos
Material/Estructural	➤ Nivel socioeconómico de la familia.	➤ Infraestructura escolar ➤ Equipo docente

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Escolaridad de los padres y de adultos del hogar</li> <li>➤ Estructura familiar</li> <li>➤ Características de la vivienda</li> <li>➤ Vulnerabilidad social</li> <li>➤ Origen étnico</li> <li>➤ Nutrición de los integrantes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Material educativo</li> <li>➤ Programas de salud, alimentación y académicos.</li> </ul>
Política/Organizacional	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Políticas económicas o sociales</li> <li>➤ Organizaciones y redes comunitarias</li> <li>➤ Políticas de mejoramiento económico y laboral</li> <li>➤ Estrategias no gubernamentales de promoción de escolarización y disminución de deserción escolar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Descentralización del sistema escolar</li> <li>➤ Financiamiento de la educación</li> <li>➤ Estructura del sistema educativo</li> <li>➤ Propuesta y metodología curricular</li> <li>➤ Situación docente</li> </ul>
Cultural	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Actitud y valoración hacia la educación</li> <li>➤ Crianza y socialización</li> <li>➤ Comunicación y núcleo familiar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Cultura de los docentes</li> <li>➤ Estilo y practica pedagógica</li> <li>➤ Valoración y expectativas del</li> </ul>

- |                    |                          |
|--------------------|--------------------------|
| ➤ Cultura familiar | docente-alumno           |
| ➤ Hobbies          | ➤ Ambiente escolar       |
|                    | ➤ Liderazgo y conducción |

Fuente: Recuperado de Romàn (2009). El Fracaso Escolar De Los Jóvenes En La Enseñanza Media. ¿Quiénes Y Por Qué Abandonan Definitivamente El Liceo En Chile?

Por esta razón cabe mencionar que los adolescentes pueden padecer de trastorno de Fobia Específica debido a diferentes motivos dentro de los cuales se encuentran situaciones, personales familiares, sociales, académicas y también se puede encontrar ansiedad ante los exámenes que se clasifica como Testofobia ya que esto se da por la falta de preparación con anticipación.

## 2.7 Testofobia

El experimentar ansiedad ante un examen es algo que los seres humanos han experimentado durante décadas, es por ello que Chávez, Chávez, Ruelas y Gómez (2014) indican que un 27% de estudiantes manifiestan un nivel alto de ansiedad ante los exámenes, mientras que el 33.38% y 39.63% manifiesta un nivel bajo y moderado de ansiedad ante los exámenes. Asimismo, menciona la existencia de un mayor nivel de ansiedad en el sexo femenino con un 17.13% a comparación del sexo masculino que presenta un 9.88%.

Núñez (2018) describe la testofobia como un miedo absurdo, constante e intenso ante los exámenes. La testofobia se encuentra clasificada dentro de las fobias específicas y al igual que las demás fobias, la persona que lo padece manifiesta un malestar clínicamente significativo, impidiendo que este pueda seguir normalmente su vida personal o académica.

El autor menciona que el inicio de esta fobia puede aparecer durante la adolescencia normalmente, pero también puede estar presente durante la infancia. Durante un ataque de testofobia el sistema nervioso simpático es activado y ya que este es el encargado de preparar al cuerpo para escenarios que demandan un estado de alerta estimulando los músculos cardiacos, aumentando la retención de oxígeno e incrementando el suministro de sangre.

Núñez (2018) refiere que, en la aparición de los episodios de testofobia pueden manifestarse una variedad de reacciones motoras involuntarias; como mareos, taquicardia, sudoración, hipertensión, malestares intestinales y sensaciones de ahogo.

Finalmente Torrano, Quiles, Marín & Pina (2017) estiman que los estudiantes muestran niveles elevados de ansiedad ante los exámenes, evidenciándose un efecto negativo en el área escolar del alumno siendo este uno de los detonantes en el fracaso estudiantil.

## **Capítulo 3**

### **Marco Contextual**

#### **3.1. Método**

El método que se utilizará en ésta investigación será cuantitativo como lo refieren Hernández, Fernández y Baptista (2014), es el inicio de un proceso que se aprovecha, en donde se va describiendo; Partiendo de los objetivos y la pregunta de investigación, seguidamente se revisa literatura formándose el marco teórico. Determinándose las variables, analizando métodos, estadísticas y por último se obtienen conclusiones.

#### **3.2. Tipo de investigación**

Brevemente Graterol (s,f) define que, la investigación de campo se entiende que se presenta mediante el manejo de una variable externa no comprobada, con el fin de describir de qué modo o por qué se produce un acontecimiento en particular, permitiendo obtener nuevos conocimientos en el campo de la realidad social. Por lo que se ejecutará este tipo de investigación en el presente documento con el objetivo de realizar evaluaciones y analizar las manifestaciones de la ansiedad ante los exámenes en los alumnos del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Fraijanes.

#### **3.3. Niveles de investigación**

De acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2014) refieren que el nivel de investigación exploratorio es un tema poco investigado, del cual se tienen muchas dudas y no se ha tratado con anterioridad. Por lo que en el presente estudio se utilizará el nivel exploratorio.

El objetivo de la investigación es conocer la presencia de sintomatología de ansiedad ante un examen de los alumnos del Instituto Nacional de Educación Diversificada. Dentro del municipio

de Fraijanes se desconocen las causas por las que los alumnos manifiestan ansiedad o un miedo anticipado ante la presencia de un examen. Es por ello que esta investigación va dirigida a resolver la siguiente interrogante:

### 3.4. Pregunta de investigación

¿Cómo se manifiesta la ansiedad ante los exámenes en los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Fraijanes?

### 3.5. Variables

Ansiedad ante los exámenes en estudiantes de diversificado.

### 3.6. Muestreo

La investigación será por medio del muestreo no probabilístico, ya que se desconoce la posibilidad que tienen los diferentes sujetos de estudio a ser seleccionados como lo menciona Salvadó (s/f).

El presente estudio se llevará a cabo en el Instituto Nacional de Educación Diversificado del Municipio de Fraijanes, siendo el Director de la institución quien brindó su colaboración para elegir la población de alumnos siendo 4º bachillerato y 5º perito contador con el propósito de describir la ansiedad ante los exámenes.

### 3.7. Sujetos de la investigación

Se estará trabajando con 15 alumnos de ambos sexos, de 4º bachillerato y con 20 alumnos de ambos sexos, de 5º perito contador, entre las edades de 15 a 18 años de edad del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Fraijanes.

### 3.8. Instrumentos de la investigación

Para la presente investigación se utilizará el instrumento de evaluación CAEX, que es un cuestionario para medir los niveles de ansiedad ante exámenes, cuyo autor es Luis Valero.

El cuestionario CAEX de ansiedad ante exámenes mide diferentes características de la ansiedad, por lo que tiene como objetivo, identificar los siguientes factores; preocupación, reacciones fisiológicas, situaciones, y evitación por lo que se describe a continuación cada factor;

- Factor preocupación: En este factor se encuentra nerviosismo si el profesor se encuentra cerca, llorar con facilidad después del examen, pensar en estar haciendo mal el examen, ansiedad si lo demás entregan el examen antes, morder objetos durante el examen, pensamientos de reprobar las evaluaciones, tener la sensación de haber hecho mal el examen.
- Factor de reacciones fisiológicas: Dentro de este factor cabe mencionar los síntomas, sudor en las manos, malestar en el estómago, se nubla la vista al comenzar el examen, dolor de cabeza, sensación de desmayo, falta de aire, nerviosismo al ver al profesor, rigidez de manos y brazos, ganas de ir al baño durante el examen, insomnio, entre otros.
- Factor de situaciones: en el área de situación se encuentra influyen las condiciones en donde se realiza el examen, sentirse nerviosos en los espacios grandes, que comenten los exámenes antes de iniciar, un examen de entrevista personal, un examen oral en público, una exposición de un trabajo en clase, un examen con pregunta alternativas y abiertas, desarrollar un tema completo, un examen de cálculos matemáticos.
- Factor respuesta evitación: Se describe como factor evitación llegar tarde a un examen y no entrar, al comenzar el examen leo las preguntas y me salgo, soler darle muchas vueltas antes de presentarse a las evaluaciones.

El cuestionario cuenta con 50 ítems, estos se clasifican en seis niveles, siendo: 0 nunca me ocurre, 1 muy pocas veces, 2 algunas veces, 3 a menudo suele ocurrirme, 4 muchas veces, 5 siempre me ocurre), por lo que se califica de 0 a 5 para identificar la ansiedad anticipada que se presenta ante los exámenes de los alumnos. Consiguiendo ser interpretado con las siguientes pautas: mayor a 0.80, sobresaliente; mayor de 0,70 hasta 0.80, regular; superior a 0,60 hasta 0,70, mediocre; superior a 0,50 hasta 0,60, despreciable; y por debajo de 0,50, inaceptable.

La fiabilidad interna, hallada como consistencia interna mediante el coeficiente Alpha, es bastante elevada para el cuestionario en cuanto a las puntuaciones de ansiedad ( $\alpha=0.9230$ ) y las puntuaciones de frecuencia ( $\alpha=0.9427$ ), y algo menor para los ítems referidos a situaciones ( $\alpha=0.859$ ).

### 3.9. Procedimiento

- Se autoriza tabla de variables por la facultad.
- Autorización de la institución educativa en donde se aplicaran las evaluaciones.
- Se entrega consentimiento informado al director de la institución.
- Se aplica el cuestionario de evaluación CAEX con el fin de recolectar información sobre ansiedad ante exámenes, en los cuales también se evaluarán diferentes factores de la misma.
- Se realiza la interpretación de los resultados, en lo cual consiste en identificar cuáles de los factores tienen mayor puntuación y así obtener que área sintomatología es más manifestada.
- Se lleva a cabo la discusión, las conclusiones y recomendaciones.
- Se elabora el informe final de tesis.

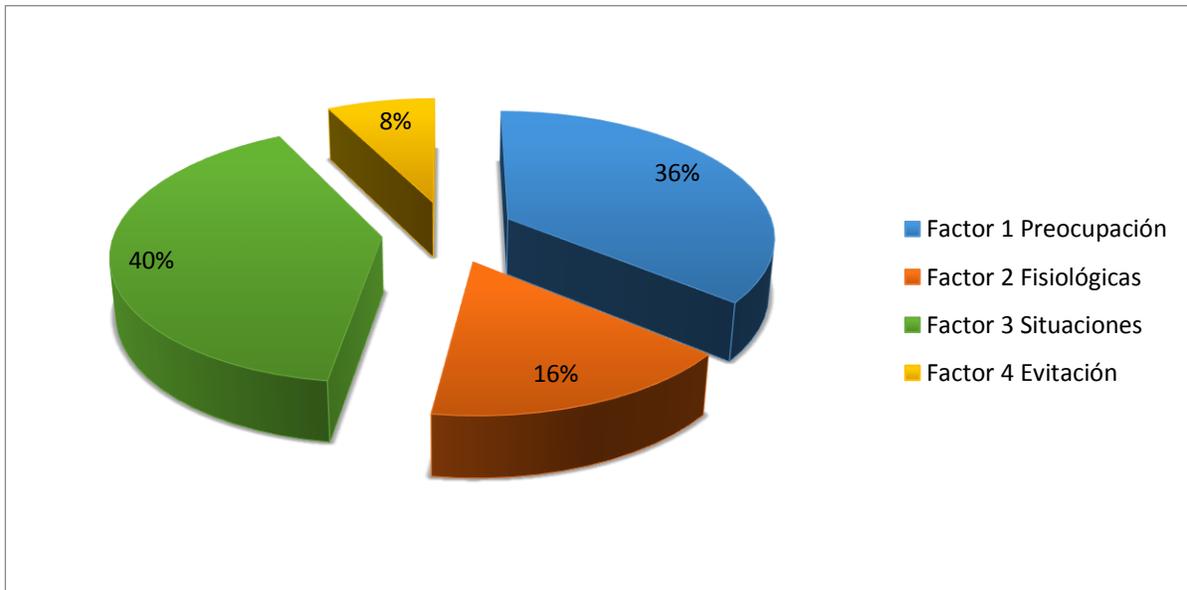
## Capítulo 4

### Presentación y discusión de Resultados

#### 4.1 Presentación de resultados

En este capítulo se presentan los resultados de los hallazgos del estudio realizado mediante el cuestionario CAEX de ansiedad ante exámenes, a una muestra de 15 alumnos de ambos sexos, de 4° bachillerato y 20 alumnos de ambos sexos, de 5° perito contador, entre las edades de 15 a 18 años de edad del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Fraijanes, con el objetivo de evaluar manifestaciones de sintomatología ansiosa.

**Gráfica No.1**  
**Resultado de la aplicación del Cuestionario CAEX de ansiedad ante exámenes**



Fuente: Cuestionario aplicado a adolescentes entre las edades de 15 a 18 años.

Los resultados obtenidos dentro de la Gráfica 1, dan a conocer que el 40% de la población presenta ansiedad ante situaciones en los exámenes por lo que deducen las siguientes

características; influyen las condiciones en donde se realiza el examen, sentir nerviosismo en espacios grandes, un examen de entrevista, un examen oral en público, una exposición de un trabajo en clase, entre otros por lo que se evidencia encontrarse en un rango alto.

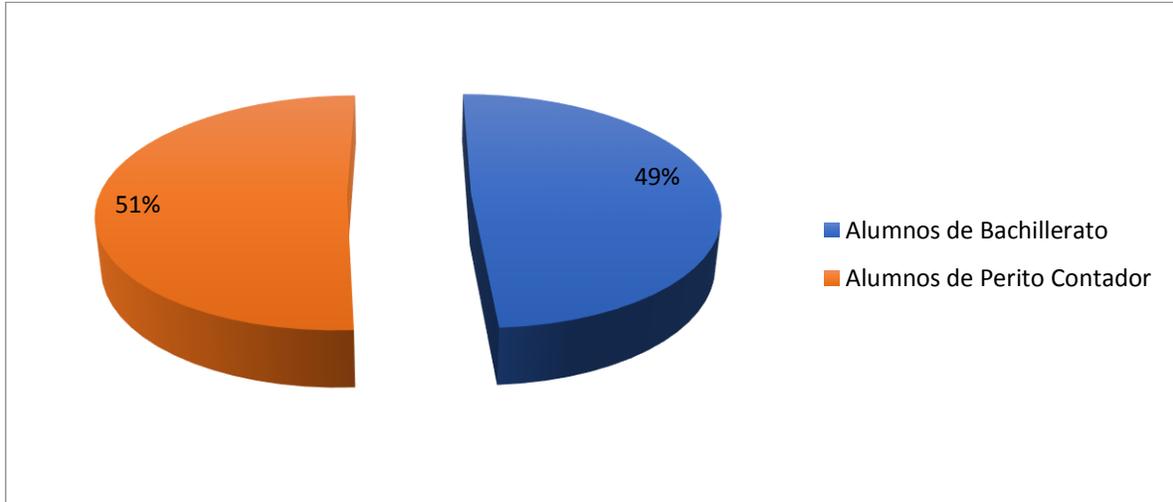
Por lo tanto en el factor de preocupación los alumnos muestran el 36% manifestando ansiedad baja ante exámenes demostrando los síntomas siguientes; nerviosismo si el profesor se encuentra cerca, pensamientos de estar haciendo mal el examen, ansioso si los demás entregan las evaluaciones antes.

Mientras que un 16% presentan manifestaciones fisiológicas como: malestares gastrointestinales, visión borrosa, aumento de calor o frío, nerviosismo, dolor de cabeza, sensación de desmayo, manos o brazos rígidos, aumento en el palpito del corazón, temblor de manos y piernas por lo que en estas manifestaciones de ansiedad son bajas.

Así mismo un 8% de la población manifiesta evitación ante los exámenes por lo que se manifiestan las siguientes situaciones; no ingresar si se llega tarde cinco minutos, entregar el examen en blanco si se escuchan las preguntas o se leen.

**Gráfica No 2**

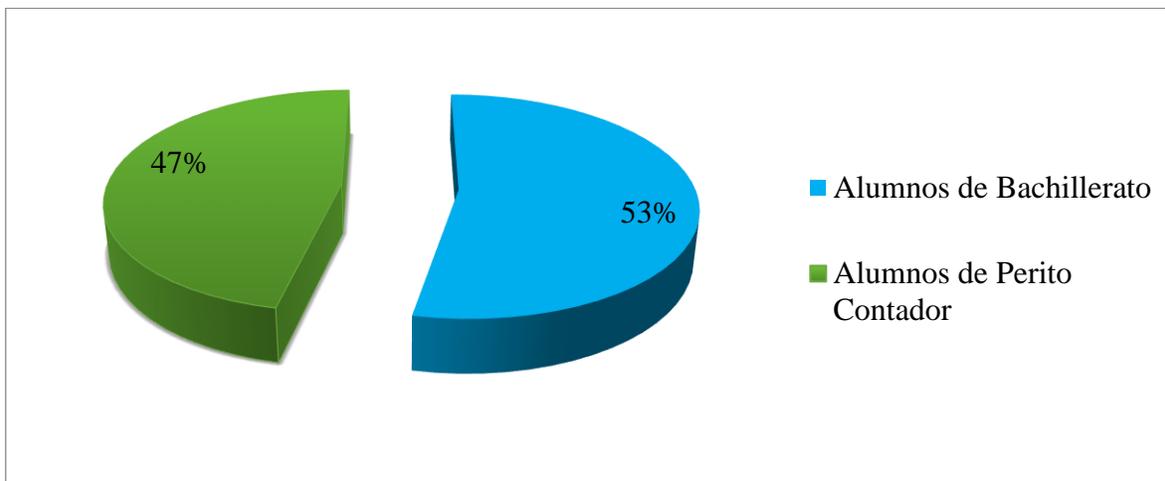
**Respuestas de pensamiento y preocupaciones cognitivas sobre los exámenes**



Fuente: elaboración propia

En la gráfica muestra que el 51% de los alumnos de perito contador presentan preocupación ante exámenes, y el 49% de los alumnos de bachillerato manifiestan preocupación durante las evaluaciones. Demostrando que aunque los estudiantes de ambas carreras tienen resultados similares, son los de Perito Contador los que manifiestan más este factor.

**Gráfica No. 3**  
**Reacciones fisiológicas de ansiedad ante los exámenes**

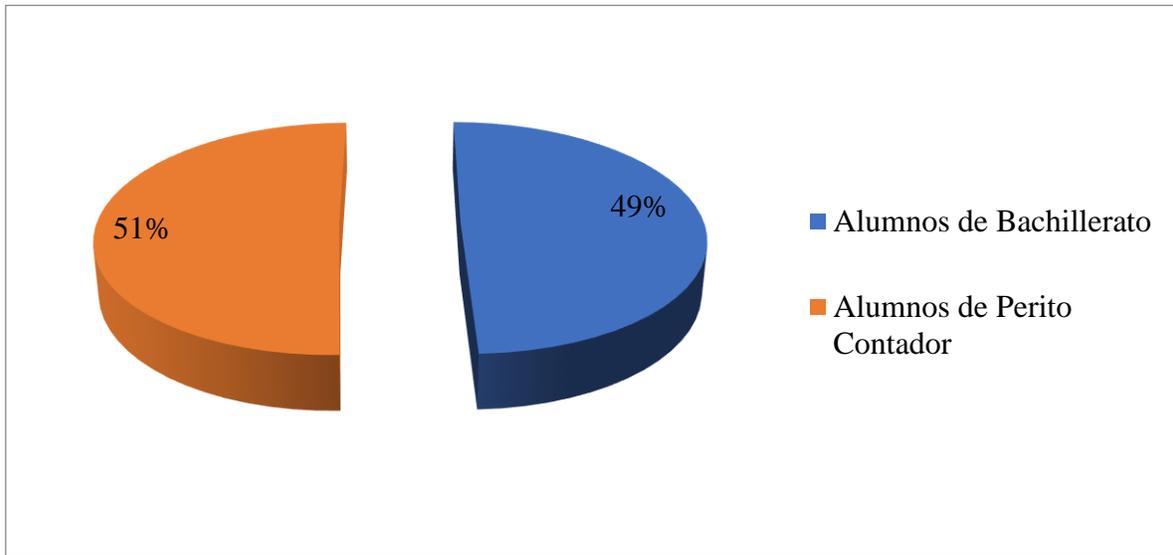


Fuente: elaboración propia

En la gráfica muestra la diferencia de reacciones fisiológicas que presentan los alumnos del Instituto Nacional de Educación Diversificado ante los exámenes por lo que los estudiantes de bachillerato refieren el 53% de reacciones y el 47% los alumnos de perito contador manifiestan síntomas físicos. Demostrando que los alumnos de bachillerato son los que manifiestan mayormente reacciones fisiológicas.

**Gráfica No. 4**

**Reacciones de ansiedad en diferentes situaciones ante los exámenes**

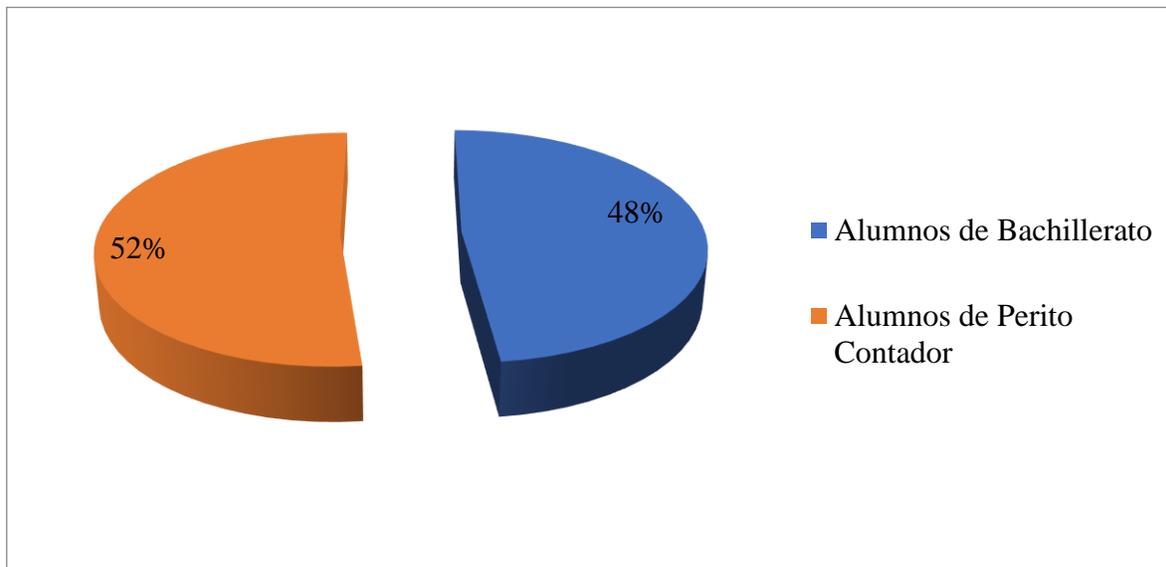


Fuente: elaboración propia

En la gráfica muestra las el porcentaje de las situaciones que presentan los alumnos ante los exámenes; se observa que es mínima la diferencia entre los estudiantes el 51% presentan ansiedad ante situaciones en exámenes los alumnos de perito contador, y el 49% presentan ansiedad ante situaciones los estudiantes de bachillerato.

**Gráfica No. 5**

**Factores de evitación presentados ante los exámenes**



Fuente: elaboración propia

En el porcentaje obtenido en respuestas de evitación se encontró que el 52% de los estudiantes de perito contador muestra evitar diferentes situaciones que le provocan ansiedad ante exámenes, y el 48% de los alumnos muestra que los estudiantes de bachillerato evitan situaciones ansiosas.

#### 4.2 Discusión de resultados

Como ya se ha visto con anterioridad, el desarrollo de los niños dentro de la edad escolar depende de cómo el infante vaya evolucionando, tomando en cuenta que a pesar que se pueden definir características generales biológicas, psicológicas y sociales de los niños en este periodo escolar (de 6 a 12 años), no se puede generalizar, es decir, que no todos los niños evolucionan de la misma manera ni en el mismo tiempo.

El primer objetivo específico, plantea describir la ansiedad anticipada provocada por los exámenes, así pues, los resultados evidencian que un 40% de la población presenta ansiedad ante

situaciones en los exámenes, un 36% manifiesta ansiedad baja ante exámenes, un 8% de la población manifiesta evitación ante los exámenes y un 16% presentan manifestaciones fisiológicas propias de la ansiedad.

En diversas personas, la perspicacia de la situación de un examen es potencialmente amenazante y promotora de ansiedad, relacionándose con el hecho de que fracasar en el examen, esto puede obstruir con el logro de metas importantes; o porque frente a una ejecución pobre, tienden a disminuir su sentido de auto valía. (Spielberger, y Diaz, 2014) (Aquino & Espinoza, 2018)

Por ende, de acuerdo a la investigación realizada a los sujetos evaluados mediante el instrumento de evaluación Cuestionario CAEX de ansiedad ante exámenes, se evidencia que los adolescentes manifiestan la presencia de evitación ante los exámenes, manifestaciones fisiológicas tales como: malestares gastrointestinales, visión borrosa, aumento de calor o frío, nerviosismo, dolor de cabeza, sensación de desmayo, manos o brazos rígidos, aumento en el palpito del corazón, temblor de manos y piernas y preocupación ante los exámenes.

Consecuentemente, Nuñez (2018) menciona que los síntomas de la testofobia presentan reacciones motoras de modo involuntario como; mareos, taquicardia, elevación arterial, malestares gastrointestinales y sensación de ahogo, estos episodios pueden aparecer durante la infancia y adolescencia.

Seguidamente el objetivo específico propuesto, trata de explicar las características de una fobia específica en estudiantes de diversificados, definiéndose que los estudiantes manifiestan sintomatología ansiosa; presentando nerviosismo si el profesor se encuentra cerca, malestares gastrointestinales, visión borrosa, aumento de calor o frío, dolor de cabeza, sensación de desmayo, manos o brazos rígidos, aumento en el palpito del corazón, temblor de manos evitaciones como: no ingresar si se llega tarde cinco minutos, entregar el examen en blanco si se escuchan las preguntas o se leen.

Aquino & Espinoza (2018) mencionan que la ansiedad aumentan durante los exámenes, indicando que las evaluaciones exponen a los estudiantes a dos grandes desventajas que son; la dificultad de las preguntas y el nivel de distorsión de ansiedad. Asimismo el nivel de ansiedad moderado puede tener ventajas motivando al estudiante a esforzarse y concentrarse en el contenido de los exámenes, por lo que el exceso de ansiedad puede ser negativo e insatisfactorio.

Finalmente, el tercer objetivo específico trata de examinar las situaciones que les provocan ansiedad a los alumnos durante los exámenes. Así pues, la población evaluada deduce que dentro de los factores que influyen al aumento de ansiedad se presentan las condiciones en donde se realiza el examen, sentir nerviosismo en espacios grandes, un examen de entrevista, un examen oral en público, una exposición de un trabajo en clase, entre otros por lo que se evidencia encontrarse en un rango alto.

## Conclusiones

Con base a los resultados obtenidos en la aplicación del Cuestionario de Ansiedad Ante Exámenes (CAEX), se concluye que dentro de la población evaluada un 40% presenta ansiedad ante situaciones en los exámenes, un 36% manifiesta ansiedad baja ante exámenes, un 8% de la población manifiesta evitación ante los exámenes y un 16% presentan manifestaciones fisiológicas tales como: malestares gastrointestinales, visión borrosa, aumento de calor o frío, nerviosismo, dolor de cabeza, sensación de desmayo, manos o brazos rígidos, aumento en el palpito del corazón, temblor de manos y piernas.

Los alumnos evaluados presentan sintomatología perteneciente a una fobia específica, manifestando: miedo intenso que persiste durante un tiempo estipulado, desencadenándose de pensamientos irracionales anticipados, de los cuales pueden mostrarse hacer mal el examen y/o no aprobar, pensamientos que se olvidará el contenido durante la evaluación, responder mal al profesor e incluso utilizar palabras incorrectas. También presentan nerviosismo si el profesor se encuentra cerca, sudoración, sensaciones de mareo, insomnio, molestias digestivas, entre otras respuestas.

Por otro lado señalan sobre la aparición de pensamientos negativos y preocupaciones sobre los exámenes, por último los estudiantes evitan diferentes situaciones que provocan ansiedad durante los exámenes y las clases.

Finalmente las situaciones que les provocan ansiedad a los alumnos durante los exámenes son: que el profesor se encuentre cerca de ellos durante la realización del examen, un examen oral en público, una exposición de un trabajo en clase, exámenes con preguntas alternativas y preguntas abiertas, no ingresar si se llega tarde, entregar el examen en blanco, escuchar las preguntas o leer las preguntas en voz alta.

## **Recomendaciones**

Se recomienda a los padres de familia, tutores o encargados: que propongan métodos o implementen técnicas de estudio, con el objetivo de modificar los malos hábitos de estudio y así reducir la ansiedad y los síntomas que se presentan ante un examen. También se añade que los padres o encargados cuenten con un espacio de tiempo a la semana para reunirse con sus hijos y que puedan exponer el progreso de los métodos o reglas de estudio implementadas y tener la libertad de poder proponer deferentes metodologías que podrían resultar mayormente efectivas o atractivas.

Seguidamente se recomienda a los estudiantes que lleven un registro de pensamientos negativos y así poder reemplazar los mismos por afirmaciones positivas, lo que ayudará al alumno a sustituir pensamientos irracionales y disminuir la preocupación sobre los exámenes. Esto se puede implementar por medio de un resumen gráfico al finalizar cada tema y así poder evaluar si el contenido quedó claro y poder resolver dudas que surjan.

Finalmente se recomienda al centro educativo Instituto Nacional de Educación Diversificado, que los docentes reciban psico-educación sobre las características de la fobia específica y las situaciones que la provocan, con el objetivo de que tengan conocimiento del deterioro funcional a nivel académico que pueda llegar a tener los alumnos si esta no llega a tener control.

## Referencias

- Abaitua, M. (1990). *Expectativas de auto-eficacia y de resultados en la resolución de tareas de anagramas*. Recuperado de <file:///C:/Users/Keyvin%20HP/Downloads/Dialnet-ExpectativasDeAutoeficaciaYDeResultadoEnLaResoluci-2789261.pdf>
- Aguirre, J; Blanco, J; Villalobos J & Ornelas M . (2015). *Autoeficacia General Percibida en Universitarios Mexicanos, Diferencias entre Hombres y Mujeres*. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3735/373544192011.pdf>
- Asociación Americana de Psiquiatría APA (2014). *Manual Diagnóstico Y Estadístico De Los Trastornos Mentales, DSM-5. España: Editorial Medica Panamericana*.
- Aquino, J & Espinoza, Y. (2018). *Niveles de ansiedad ante los exámenes parciales en los estudiantes de la escuela profesional de educación secundaria en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión-Pasco 2018*. Recuperado de [http://repositorio.undac.edu.pe/bitstream/undac/524/1/T026\\_71464634\\_73436380\\_T%20PDF.pdf](http://repositorio.undac.edu.pe/bitstream/undac/524/1/T026_71464634_73436380_T%20PDF.pdf)
- Ardiaca, C. (2016). *Evaluación de la ansiedad en niños y adolescentes: análisis de las propiedades psicométricas del SCARED y del CASI-N en población infanto-juvenil madrileña* . Recuperado de <https://eprints.ucm.es/37627/1/T37200.pdf>
- Bandura (1995). *Influencia de la autoeficacia en el ámbito académico. Concepto de autoeficacia*. Recuperado de <file:///C:/Users/lucesita/Downloads/Dialnet-InfluenciaDeLaAutoeficaciaEnElAmbitoAcademico-4775384.pdf>
- Barnihill (2018). *Trastornos fóbicos específicos. Fobia específica*. Recuperado de <https://www.msmanuals.com/es/professional/trastornos-psiqui%C3%A1tricos/trastorno-de-ansiedad-y-trastornos-relacionados-con-el-estr%C3%A9s/trastornos-f%C3%B3bicos-espec%C3%ADficos>

- Bastida, A. (s,f). *Miedos, ansiedad y fobias. Diferencias, normalidad o patología*. Recuperado de [http://fundacioncadah.org/j289eghfd7511986\\_uploads/20130110\\_wXO2Y3NkxjVszUYzFP1q\\_0.pdf](http://fundacioncadah.org/j289eghfd7511986_uploads/20130110_wXO2Y3NkxjVszUYzFP1q_0.pdf)
- Bauzá, J; Fernández, B; del Carmen, M. (s/f). *Adolescencia y desarrollo emocional en la sociedad actual*. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832320025.pdf>
- Casas, L. (s,f). *Un adolescente en la consulta. Adolescencia intermedia*. Recuperado de <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Un%20adolescente%20en%20la%20c%20onsulta%20Mario%20Casas%20Lopez.pdf>
- Consejo de salubridad general, C. D. (2010). *Guia de practica clinica Diagnostico y tratamiento de los trastornos de ansiedad en el adulto*. Recuperado de [http://www.cenetec.salud.gob.mx/descargas/gpc/CatalogoMaestro/392\\_IMSS\\_10\\_Ansiedad/EyR\\_IMSS\\_392\\_10.pdf](http://www.cenetec.salud.gob.mx/descargas/gpc/CatalogoMaestro/392_IMSS_10_Ansiedad/EyR_IMSS_392_10.pdf)
- Chávez, H., Chávez, J., Ruelas, E y Gómezb, M. (2014). *Ansiedad ante los exámenes en los estudiantes del Centro Preuniversitario - UNMSM ciclo 2012-I*. Recuperado de <file:///C:/Users/Keyvin%20HP/Desktop/TESIS%20RUTH/11266-Texto%20del%20art%C3%ADculo-39409-1-10-20150915.pdf>
- Iglesias (2013). *Desarrollo del adolescente: aspectos físicos, psicológicos y sociales*. Recuperado de <https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2013/xvii02/01/88-93%20Desarrollo.pdf>
- Escobedo,A; Margot, R; Paredes, C & Nielsen, O. (2016). *Ansiedad ante los exámenes en los Estudiantes del Primer Año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca – 2016*.

Recuperado de

[https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/639/Ruth\\_Tesis\\_bachiller\\_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/639/Ruth_Tesis_bachiller_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Fina, A. H. (2015). *Antropología del miedo*. Recuperado de

<https://www.redalyc.org/pdf/4415/441542974008.pdf>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia UNICEF (2011). *Estado Mundial De La Infancia 2011*. Recuperado de [https://www.unicef.org/bolivia/UNICEF\\_-\\_](https://www.unicef.org/bolivia/UNICEF_-_Estado_Mundial_de_la_Infancia_2011_-_La_adolescencia_una_epoca_de_oportunidades.pdf)

[Estado Mundial de la Infancia 2011 -](https://www.unicef.org/bolivia/UNICEF_-_Estado_Mundial_de_la_Infancia_2011_-_La_adolescencia_una_epoca_de_oportunidades.pdf)

[La adolescencia una epoca de oportunidades.pdf.](https://www.unicef.org/bolivia/UNICEF_-_Estado_Mundial_de_la_Infancia_2011_-_La_adolescencia_una_epoca_de_oportunidades.pdf)

Gaete, V. (2015). *Desarrollo psicosocial del adolescente. El proceso de adolescencia*.

Recuperado de [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0370-](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-41062015000600010)

[41062015000600010](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-41062015000600010)

García (2016). *Emociones Positivas, Pensamiento Positivo Y Satisfacción Con La Vida. Cuando Una Persona Piensa En Negativo*. Recuperado de

<https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851777002.pdf>

Graterol, R. (s/f). *Metodología de la Investigación*. Recuperado de

<https://jofilop.files.wordpress.com/2011/03/metodos-de-investigacion.pdf>

Hernández (s,f). *Ansiedad Ante A Las Evaluaciones. Sintomas De La Ansiedad Ante Las Evaluaciones. Emocional*. Recuperado de

<http://ead.uis.edu.co/empresarial/images/stories/doc/ansiedad%20ante%20a%20las%20evaluaciones.pdf>

- Hernández, Fernández y Baptista, (2014). *Metodología de la investigación. 6ª edición*. Recuperado de <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Herrera, J. (2015). *La formación docente incide en el rendimiento escolar de alumnos de sexto grado primaria*. Recuperado de [http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/29/29\\_0308.pdf](http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/29/29_0308.pdf)
- Jiménez, P & Polanco, R. (2017). *Las emociones y el rendimiento académico: La ansiedad ante los estudiantes universitarios*. Recuperado de <http://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v14/doc/2176.pdf>
- Juárez, K. (2015). *Bajo rendimiento escolar a causa de la violencia de las pandillas que operan en la colonia El Milagro zona 6 de Mixco*. Recuperado de <http://www.repositorio.usac.edu.gt/4413/1/T13%20%282941%29.pdf>
- Lara, S; Calderón, G; Parco D & Navarro, J. (2017). *Relación entre Ansiedad ante exámenes y rendimiento en exámenes en universitarios: análisis preliminar de la diferencia según asignatura*. Recuperado de <http://www.scielo.org.pe/pdf/ridu/v11n1/a11v11n1.pdf>
- Làzaro, P. (2013). *Los problemas escolares en la adolescencia*. Recuperado de <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Los%20Problemas%20escolares%20%20en%20la%20Adolescencia%20PJ%20ruiz%20Lazaro.pdf>
- López, F. (2015). *Miedo, Emoción e Historiografía*. Recuperado de <file:///C:/Users/Keyvin%20HP/Desktop/TESIS%20RUTH/miedo.pdf>
- López y Acuña (s,f). *Ansiedad Ante Exámenes En Estudiantes De Secundaria: Un Programa De Intervención Cognitivo-Conductual. La Ansiedad Ante Los Exámenes Y Su Relación Con El Rendimiento*. Recuperado de [https://www.researchgate.net/profile/Gabriela\\_Lopez\\_Aymes/publication/285581176\\_An](https://www.researchgate.net/profile/Gabriela_Lopez_Aymes/publication/285581176_An)

[siedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria un programa de intervención cognitivo conductual/links/565fc55f08ae1ef929856a5e/Ansiedad-ante-los-exámenes-en-estudiantes-de-secundaria-un-programa-de-intervención-cognitivo-conductual.pdf](http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/22/Paredes-Mildred.pdf)

Mazariegos, M. (2018). *Ansiedad y su relación con el rendimiento escolar*. Obtenido de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/22/Paredes-Mildred.pdf>

Mebarak, Castro, Salamanca y Quintero. (2009). *Salud mental: un abordaje desde la perspectiva actual de la psicología de la salud*. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/n23/n23a06.pdf>

Morales, V. (2016). *Ansiedad un estudio en adolescentes según género de una institución educativa privada*. Obtenido de <https://glifos.umg.edu.gt/digital/94309.pdf>

Morris, A. M. (2001). *Introducción a la psicología*. Mexico: PEARSON Educación.

Núñez, P. (2018). *Testofobia: síntomas, causas y tratamiento*. Recuperado de <https://lamenteesmaravillosa.com/testofobia-sintomas-causas-y-tratamiento/>

Oblitas, L. (2009). *Psicología de la salud y calidad de vida*. Mexico, D.F: CENGAGE Learning

Orellana, C. (2017). *Relación entre el rendimiento académico y la autorregulación de los estudiantes de primer año de bachillerato del colegio Externado de San José*. Recuperado de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2017/05/83/Hernandez-Claudia.pdf>

Ortiz, D. (2015). *Factores que provocan la conducta rebelde en los estudiantes del ciclo básico del nivel medio. Cambios emocionales*. Recuperado de

<http://www.repositorio.usac.edu.gt/47/1/22T%28605%29Psico%20DIANA%20ELIZABETH%20ORTIZ%20VASQUEZ.pdf>

Papalia, D. E. (2009). *Psicología del desarrollo*. Mexico. D.F: McGRAW-HILL/INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.

Raheb, C. (2008). *Clasificación en psiquiatría. Conceptos y enfoques. Sistemas de clasificación DSM-IV, ICD 10*. Recuperado de [http://www.paidopsiquiatria.cat/files/sistemas\\_clasificacion\\_dsm-iv\\_cie-10.pdf](http://www.paidopsiquiatria.cat/files/sistemas_clasificacion_dsm-iv_cie-10.pdf)

Ramírez, L. (2015). “*Los hábitos de estudio y su incidencia en el rendimiento académico, de los estudiantes del ciclo básico de la Escuela Nacional Nocturna De Estudios Comerciales – ENNEC- área urbana de Mazatenango, departamento de Suchitepéquez*”. Recuperado de <http://www.repositorio.usac.edu.gt/5308/1/TESINA%20%20DE%20GRADUACION%20.pdf>

Rojas, R; Torres, L & Rodríguez, K. (2016). *Ansiedad ante los exámenes universitarios*. Recuperado de [http://bibliotecadigital.usb.edu.co/bitstream/10819/4054/1/Ansiedad%20ante%20los%20ex%C3%A1menes\\_Roxana%20Jim%C3%A9nez%20R.\\_2016.pdf](http://bibliotecadigital.usb.edu.co/bitstream/10819/4054/1/Ansiedad%20ante%20los%20ex%C3%A1menes_Roxana%20Jim%C3%A9nez%20R._2016.pdf)

Rojas, E. (2014). *Cómo superar la ansiedad*. Barcelona: Editorial planeta, S.A.

Román, M. (2009). *El fracaso escolar de los jóvenes en la enseñanza media. ¿quiénes y por qué abandonan definitivamente el liceo en Chile?* Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/551/55114094006.pdf>

Ruiz, F. (s/f). *Influencia de la autoeficacia en el ámbito académico* . Recuperado de <file:///C:/Users/Keyvin%20HP/Desktop/TESIS%20RUTH/Dialnet-InfluenciaDeLaAutoeficaciaEnElAmbitoAcademico-4775384.pdf>

Serrano, A. (s/f). *El desarrollo cognitivo del adolescente*. Recuperado de <https://www3.uji.es/~betoret/Instruccion/Aprendizaje%20y%20Personalidad/Curso%201213/Apuntes%20Tema%202%20El%20desarrollo%20cognitivo%20del%20adolescente.pdf>

Sollod, R., Wilson, J & Monte, C. (2009). *Teorias De La Personalidad Debajo de la mascara*. Mexico, D.F: Mc Graw Hill.

Salvadò, I. (s/f). *Tipos de muestreo*. Recuperado de <http://www.bvs.hn/Honduras/Embarazo/Tipos.de.Muestreo.Marzo.2016.pdf>

UNICEF (s,f). La adolescencia temprana y tardía La adolescencia tardía. Recuperado de <https://www.unicef.org/spanish/sowc2011/pdfs/La-adolescencia-temprana-y-tardia.pdf>

Zaragoza,C; Godoi, I; Gomez, F; Gallo, M. (s/f). *Principales problemas del adolescente* .  
Recuperado de [https://www.emagister.com/uploads\\_courses/Comunidad\\_Emagister\\_57862\\_57862.pdf](https://www.emagister.com/uploads_courses/Comunidad_Emagister_57862_57862.pdf)

## **Anexos**

## Anexo 1

### Tabla de Variable

**Nombre completo: Ruth Del Rosario Diéguez Salazar**

**Título de la Tesis: Ansiedad ante los exámenes en estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Fraijanes.**

**Carrera: Psicología Clínica y Consejería Social.**

Problemática	Variabl e de Estudio	Sub temas de la variable de estudio	Pregunta de investigación	Objetivo General	Objetivos específicos	Instrumentos de Investigación	Sujetos de Estudio
1. Miedo anticipado 2. Pensamiento negativos sobre la propia capacidad. 3. Fobias específicas	Ansiedad ante los exámenes en estudiantes de diversificado.	1. Ansiedad anticipada 2. Autoeficacia 3. Fobia específica	¿Cómo se manifiesta la ansiedad ante los exámenes en los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Fraijanes?	Analizar la manifestación de la Ansiedad ante los exámenes en los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Fraijanes.	1. Describir la ansiedad anticipada provocada por los exámenes. 2. Examinar las situaciones que les provocan ansiedad a los alumnos durante	Cuestionario CAEX de Luis Valero <a href="https://www.google.com/search?q=ansiedad+ante+los+exámenes+tesis&amp;rlz=1C1GC EU esGT820&amp;oq=ansiedad+ante+los+examenes&amp;aqs=chrome.4.69i57j0l5.10183j0j8&amp;source=chrome&amp;ie=UTF-8#">https://www.google.com/search?q=ansiedad+ante+los+exámenes+tesis&amp;rlz=1C1GC EU esGT820&amp;oq=ansiedad+ante+los+examenes&amp;aqs=chrome.4.69i57j0l5.10183j0j8&amp;source=chrome&amp;ie=UTF-8#</a>	15 alumnos de cuarto bachillerato en ciencias y letras y 20 alumnos de quinto perito contador entre las edades de 15 a 18 años de edad en el Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Fraijanes.

					los exámenes. 3. Explicar las características de una fobia específica en estudiantes de diversificado.		
--	--	--	--	--	--	--	--

## **Anexo 2**

### **Consentimiento informado**

**Yo, \_\_\_\_\_, director del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Fraijanes, de \_\_\_\_\_ años de edad, que me identifico con el siguiente número de documento (DPI) \_\_\_\_\_ manifiesto que he sido informado sobre las evaluaciones de ansiedad ante exámenes, dirigido por Ruth del Rosario Diéguez Salazar, estudiante de decimocuarto trimestre de la Universidad Panamericana. Como parte de su estudio de tesis.**

- 1. He recibido suficiente información sobre (el estudio, evaluación, investigación, etc.)**
- 2. He podido hacer todas las preguntas que he creído conveniente y se me han respondido satisfactoriamente**

**He sido también informado de que los datos personales serán protegidos y que mis datos NO serán transmitidos a terceras personas o instituciones, a menos que sea por orden de Juez Competente o mi integridad o la de otros, se encuentre comprometida. Tomando ello en consideración, OTORGO mi CONSENTIMIENTO a participar en este estudio, para cubrir los objetivos especificados.**

**Firma del participante**

**Nombre y fecha**

**Firma del estudiante**

**Nombre y fecha**

