



Ansiedad ante los Exámenes y Engagement Académico en Estudiantes Universitarios

Autoras:

Diana Marcela Cano

Paula Andrea Mendoza Lubo

Leidy Sofia Rodríguez Daconte

Facultad de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades

Programa de Psicología

Barranquilla

2019



Ansiedad ante los Exámenes y Engagement Académico en Estudiantes Universitarios

Autoras:

Diana Marcela Cano

Paula Andrea Mendoza Lubo

Leidy Sofia Rodríguez Daconte

Trabajo de grado como pre-requisito para la obtención del título de:

Psicólogo

DIRECTORA:

Mg. Ailed Daniela Marenco Escuderos

Facultad de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades

Programa de Psicología

Barranquilla

2019

Dedicatoria

Este trabajo está dedicado primeramente a Dios porque ha sido nuestra ayuda en todo este proceso, luego a esas personas importantes de nuestras vidas como lo son nuestros padres y nuestros hermanos, que siempre han estado ahí en cada proceso de esta carrera, y son los que nos han motivado a dar lo mejor cada día, aunque muchas veces las situaciones no han sido fáciles ahí han estado para apoyarnos y con su amor darnos las fuerzas para seguir adelante.

Al igual que nosotras, sabemos que nuestras familias también se han esforzado mucho para que hoy pudiéramos estar donde estamos, a muy poco tiempo de culminar esta carrera, lo cual es un logro que hemos estado anhelando, con mucho esfuerzo y dedicación, y ante todo Dios que siempre ha estado ahí para animarnos y levantarnos en los momentos más difíciles cuando creíamos tirar la toalla, ahí siempre estuvo su mano sosteniéndonos.

Este trabajo también va dedicado a nuestros docentes, compañeros y amigos porque también han sido parte de todo este proceso, los docentes por su dedicación, por su tiempo, paciencia, a la hora de enseñarnos y explicarnos cada temática, clase, por sus conocimientos compartidos y por siempre animarnos.

A nuestros compañeros porque más de uno se ha convertido en un verdadero amigo y en un apoyo para este proceso, porque sabemos que juntos es mejor que uno.

A aquellas personas que han aportado su granito de arena, con una palabra de aliento, con un abrazo, por las puertas abiertas y sus conocimientos compartidos.

Agradecimientos

En el presente trabajo agradecemos a Dios primeramente por su guía, dirección y sabiduría, que no ha dado para llevar acabo su finalización, y así terminar con éxito nuestras metas propuestas.

A nuestros padres por ser nuestro pilar fundamental y habernos apoyado de forma incondicional, pese a las adversidades e inconvenientes que se presentaron a lo largo de este proceso.

Agradecemos a nuestra directora Ailed Daniela Marengo Escuderos por su dedicación y por su paciencia a la hora de explicarnos cada detalle de nuestro proyecto y aun por su tiempo para resolver cualquier duda que teníamos, nunca se negó a prestarnos su ayuda y atención, pudimos encontrar en ella un apoyo incondicional y reconocemos que gracias a ella y a todo lo que nos aportó podemos decir que esto fue un éxito, aunque muchas veces lo creímos imposible, pero su motivación a seguir avanzando siempre estuvo ahí.

Y finalmente agradecemos a todos los docentes que, con su sabiduría, conocimiento y apoyo, motivaron a desarrollarnos como personas y profesionales en la Corporación Universitaria Reformada.

Nota de aceptación

Jurado

Jurado

Presidente del Jurado

Barranquilla, _____ de 2019.

Contenido

Introducción.....	1
1. Justificación.....	3
2. Marco Teórico.....	6
3. Planteamiento del problema.....	15
4. Objetivos.....	18
4.1 Objetivo General.....	18
4.2 Objetivos Específicos.....	18
5. Metodología.....	20
5.1 Diseño.....	20
5.2 Población.....	20
5.3 Instrumentos.....	21
5.4. Procedimientos.....	22
5.4.1 Análisis de datos.....	22
6. Resultados.....	23
7. Discusión.....	26
Referencias.....	32

Lista de Tablas

Tabla 1. Manifestaciones de la ansiedad.....	8
Tabla 2. Manifestaciones de las dimensiones del Engagment.....	12
Tabla 3. Estadísticos descriptivos de las variables de estudio.....,	22
Tabla 4. Estadísticos descriptivos de las variables de estudio.....	23
Tabla 5. Análisis de situaciones que generan ansiedad a estudiantes.....	24
Tabla 6. Comparación de la ansiedad y el engagement de acuerdo con el sexo y programa de los estudiantes.....	25
Tabla 7. Comparación del olvido por programa académico/facultad.....	26

Resumen

El objetivo de este trabajo fue identificar si existe relación entre los niveles de ansiedad ante los exámenes y el *engagement* de estudiantes universitarios de acuerdo con el género y el programa académico. Se trabajó con tipo de estudio asociativo-comparativo de corte transversal y enfoque cuantitativo, para evaluar una muestra de 300 estudiantes de 3° a 7° semestre. Se utilizaron dos instrumentos: UWES-S (*Student Academic Engagement Scale* por sus siglas en inglés) y el Cuestionario de Evaluación de Ansiedad ante los Exámenes para el caso de las tres manifestaciones de ansiedad (cognitivas, fisiológicas y conductuales). Los resultados más relevantes mostraron que la ansiedad general se encuentra en un nivel medio, en cambio sus manifestaciones obtuvieron niveles diferentes en primer lugar estuvieron las cognitivas, seguidas por las motoras y las fisiológicas; por otro lado, en orden se presentaron los componentes del *engagement*, vigor dedicación y absorción. Casi todas las situaciones académicas generan ansiedad a excepción del control ejercido y la evaluación, finalmente la comparación del *engagement* de acuerdo con el sexo mostró que los hombres tienen más ansiedad al *no estudiar, calificación y el olvido*.

Palabras clave: Engagement académico, ansiedad ante los exámenes, estudiantes universitarios.

Abstract

The objective of this work was to identify if there is a relationship between the levels of anxiety before exams and the deceit of university students according to gender and the academic program. We worked with a methodology of associative-comparative type, cross-sectional and quantitative approach, to evaluate a sample of 300 students from 3rd to 7th semester two instruments were used: UWES-S (Student Academic Engagement Scale for its acronym in English) and the Examination Anxiety Questionnaire in the case of the three manifestations of anxiety (cognitive, physiological and behavioral). The most relevant results showed that general anxiety is at a medium level, instead its manifestations obtained different levels, firstly, there were cognitive ones, followed by motor and physiological ones; on the other hand, in order the components of deception, vigor dedication and absorption were presented. Almost all academic situations generate anxiety except for the control exercised and the evaluation, finally the comparison of the deception according to sex showed that men have more anxiety when not studying, qualification and forgetting.

Keywords: Academic engagement, exam anxiety, university students.

El estudiante universitario se expone a una serie de exigencias y desafíos del entorno educativo que están en ese proceso de aprendizaje y que por medio de este y poder tener un buen rendimiento desata una serie de manifestaciones emocionales negativas entre ellas la ansiedad en el cual se entiende como las respuestas emocionales más intensas y frecuentes de lo habitual que interfieren con la atención concentración y realización de los exámenes (Rosario et al., 2008). La ansiedad le prohíbe al estudiante desarrollar ese potencial que este tiene para dar, pero por el miedo que en ese momento padece se lo prohíbe.

La Ansiedad ante los Exámenes (AE) es uno de los síntomas más comunes presentes en los estudiantes que se enfrentan a diversas pruebas académicas. Esta situación produce respuestas de tensión física y psicológica que pueden repercutir en la salud mental de los estudiantes (Fernández, 1990), así como causar interferencias con su desempeño educativo. Por lo anterior, la AE ha sido asumida como un rasgo específico o situacional, que se caracteriza por el miedo al desempeño inadecuado y por sus consecuencias negativas para el rendimiento académico (Gutiérrez-Calvo & Avero, 1995).

En el medio académico, existe un amplio número de variables que generan estrés y pueden asociarse a la pérdida de control por parte del estudiante (Ayora, 1993). Las investigaciones en esta área han demostrado la existencia de índices notables de estrés en las poblaciones estudiantiles, especialmente en los primeros cursos de educación y en los periodos previos a los exámenes (Muñoz, 1999). De manera más concreta, entre los estresores académicos se han resaltado: el excesivo trabajo para la casa, los exámenes finales y el estudiar para los mismos (Martín, 2007), así como la percepción de la carga académica por parte de los estudiantes y su

capacidad para el manejo del tiempo (Sansgiry & Sail, 2006). Como vemos entonces, una de las principales condiciones asociadas a la AE la constituye la evaluación académica, que en ocasiones supone una respuesta excesiva del estudiante al producir una sobrecarga en la memoria de trabajo, lo cual interfiere con las respuestas cognitivas encaminadas a la resolución de la tarea y aumenta la ansiedad percibida (Lancha & Carrasco, 2003). En este sentido, varios estudios han considerado la naturaleza estresora que supone una situación de examen, dado que puede activar en el estudiante elevados niveles de ansiedad y vulnerar en algunos casos el equilibrio físico y psicológico disminuyendo, en consecuencia, el nivel de rendimiento esperado (Viñas Poch & Caparrós, 2000).

Tales dificultades son muy habituales entre la población universitaria (Gutiérrez-Calvo, 1996; Valero, 1999), en la cual la ansiedad aparece asociada con frecuencia a conductas como el aumento del consumo de café, tabaco o alcohol, y a la reducción de horas de sueño, alteraciones conductuales y otras formas de inadaptación (Ortiz et al., 2008). Todos estos estados contribuyen, por demás, a que los estudiantes desconfíen de sus posibilidades (Álvarez et al., 2010), la propuesta desarrollado en este trabajo de investigación busca mostrar un acercamiento a la comprensión de la AE en nuestro contexto local, con miras a la diferenciación de los factores que se relacionan directamente con las diferentes fuentes generadoras de ansiedad, junto con una mirada positiva y de potencialización de factores que mejoren el compromiso estudiantil frente a su labor académica, el cada vez más importante *engagement académico*.

1. Justificación

Las dinámicas actuales de la vida universitaria han demostrado una demanda de recursos importantes para el estudiantado, es normal que las presiones propias del rendimiento, el cumplimiento de metas y tareas, trabajos grupales, presentar informes, llevar a cabo prácticas (Caballero, Abello & Palacio, 2007), enfrentarse a exigentes y selectivas evaluaciones, así como la responsabilidad social sobre la consecución de estudios a nivel superior terminen significando una carga emocional y física fuerte. En el ámbito educativo cada día es más evidente que el proceso de adaptación al ritmo universitario es delicado y generador de un fuerte impacto negativo debido a los cambios en los que los jóvenes se ven envueltos, por ejemplo, pasar de horarios y compromisos más flexibles a estar siempre activos, haciendo actividades educativas y aumentos en responsabilidades (Arco, López, Heilborn & Fernández, 2005).

La notable necesidad que enfrentan los estudiantes por obtener y mantener un rendimiento académico adecuado lleva a muchos a padecer un nivel de angustia y desesperación como resultado ante los factores descritos. Ahora bien, en general el rendimiento académico ha sido estudiado y analizado desde diversos enfoques multidimensionales que integran aspectos sociales, familiares e incluso administrativos de las instituciones educativas (Pérez, Martín, Borda & Del Río, 2003), con el fin de abarcar la interrelación completa de factores que median en el resultado satisfactorio o insatisfactorio del cumplimiento de las metas educativas. En esta línea de ideas, queda claro que el estudiante universitario se expone a un sinnúmero de exigencias y desafíos del ambiente educativo que denotan o hacen del proceso de aprendizaje y del rendimiento fuentes permanentes de estrés.

Es aquí donde, producto de tales dificultades personales, sociales y académicas surgen una serie de manifestaciones emocionales negativas, entre ellas la ansiedad, constructo entendido como las respuestas emocionales más intensas y frecuentes de lo habitual que interfieren con la atención, concentración y realización de los exámenes (Rosario, et al., 2008).

Frente al ya mencionado problema de los estudiantes para afrontar las demandas del ambiente académico, surge ahora la clara necesidad de potencializar su bienestar, es aquí donde el concepto de *engagement* académico protagoniza un giro interesante que se ha privilegiado en el estudio de las variables negativas sobre los estudiantes y que ha encontrado apoyo desde el punto de vista de la psicología positiva la cual intenta abordar los déficits y las patologías desde un enfoque contrabalanceado en donde se promueven los estados psicológicos beneficiosos. Este trabajo pretende guiarse bajo esa misma línea, en donde las emociones negativas y preocupaciones se traten como posibilidades de potencialización, gracias a que el *engagement* académico entendido como un estado de implicación psicológica positiva con tres características diferenciadas: *Vigor*, *Dedicación* y *Absorción*, le permite al estudiante buscar herramientas de aprendizaje relacionado con una planificación, organización y reto consigo mismo frente al trabajo académico y las relaciones con los compañeros.

Los efectos positivos del *engagement* académico se evidencian directamente en el rendimiento académico de los estudiantes (Reschly & Christerson, 2012), los mismos podrían acceder a estrategias más efectivas en su proceso de aprendizaje relacionadas con la autorregulación para el establecimiento de metas, la planificación, la organización y la monitorización de sus estudios, de

igual forma presentarían mayor esfuerzo, persistencia, reto consigo mismo, disfrute del reto y del propio aprendizaje (Brooks, Brooks & Goldstein, 2012).

En consecuencia, la disminución en el rendimiento puede deberse tanto a la interferencia de diversidad de pensamientos durante la recuperación de la información, como a la experimentación de sentimientos negativos entorno a las actividades académicas y la falta de autogestión en procesos personales positivos. Sin embargo, toda esta información nos lleva a preguntarnos si a sabiendas de las implicaciones de la ansiedad en la vida académica de un estudiante, las instituciones de educación superior en todo momento les prestan la *debida* atención a dichos padecimientos, llevando incluso al posible aumento y prolongación del rendimiento insatisfactorio y que a su vez esto signifique el deterioro del bienestar estudiantil y en consecuencia la salida o deserción de los estudios.

De ahí, la mayor de las importancias de abordar este tipo de temáticas en el área de la psicología educativa, ya que la búsqueda de conocimiento y comprensión sobre el carácter particular de las variables negativas mencionadas y la presencia y relación directa de los componentes del *engagement* en los estudiantes universitarios se convierten en un referente esencial para aclarar el panorama y brindar atención integral a los estudiantes, fruto de la identificación de recursos psicológicos positivos que podrían relacionarse por un lado con la sensación de desesperanza, cinismo y baja realización y por otro con las manifestaciones de ansiedad, sumando a ello la vinculación o implicación con el buen rendimiento en el trabajo académico de diferentes programas profesionales y por qué no a futuro significar una vía para el descenso del afecto negativo en el estudiantado.

2. Marco Teórico

Hace décadas los investigadores se han interesado en el estudio de los procesos psicológicos que resultan del contexto académico y que por consiguiente producen cambios en los métodos de aprendizaje y en el desempeño académico de los estudiantes. Perkun y Perry (2014) manifiestan que una de las variables principalmente asociadas al bienestar físico y mental ha sido la ansiedad, debido a sus múltiples manifestaciones de tipo cognitivo, físico, conductual y psicológico, las cuales pueden darse en situaciones y contextos muy variados. Resultado de la revisión de diversos estudios se afirma que esta problemática no solo se evidencia en escenarios clínicos sino también es común en aquellos espacios donde el ser humano es expuesto a la evaluación o juicios sociales (Ávila-Toscano, Pacheco, González & Polo, 2011).

Es precisamente por tales manifestaciones que la ansiedad ha sido una de las variables mayormente estudiadas en el área de la psicología (Celis, Bustamante, Cabrera, Alarcón & Monge, 2001). En esta línea, Gutiérrez, Calvo y Avero (1995), mencionan que la situación que genera mayor ansiedad en los estudiantes es la presentación de evaluaciones académicas, de allí el concepto general de Ansiedad ante los Exámenes (AE), la cual definen como un rasgo situacional de preocupación progresiva caracterizado por sentimientos de posible fracaso, que puede desencadenarse por miedo a la obtención de un bajo rendimiento académico o pérdida de algún beneficio. Esta definición coincide con los aportes empíricos de Hernández (2005), quien identificó en su estudio una prevalencia de AE del 20.8 % en estudiantes de 16 universidades de España, de acuerdo con los datos los estudiantes analizados manifestaban tener apoyo especializado para evitar la tensión causada por la evaluación académica.

En 1908 se implementaron las primeras investigaciones con apoyo de Yeks y Dodson, quienes afirman con sus estudios que las personas con un alto nivel de ansiedad tienden a centrar más pensamientos negativos, temores que a lo largo de la vida han desarrollado y por ende no se concentran en realizar bien el examen, en otras palabras, más prácticas estas personas suelen en compartir su atención en esas necesidades básicas que la ansiedad requiere. A diferencia de los sujetos con un nivel bajo de ansiedad tienen la facilidad de centrar su atención en tareas relacionadas con exámenes y desviar el interés hacia la ansiedad. Chávez de Anda (2004) habla de la teoría “Reducción o Interferencia Atencional”, desarrollada por Sarason (1984), Sarason, y Pierce (1990); esta teoría expresa que las personas que tienen elevados niveles de ansiedad enfocan su atención en pensamientos relativamente irracionales sobre momentos que puedan generar ansiedad, en donde el cuerpo se encargará de reflejar por manifestaciones fisiológicas, y por ende la atención se desviara perdiendo la persona toda concentración.

Desde el campo de la psicología existen diversas teorías y enfoques que definen la ansiedad entre esos están Spielberg (1980), el cual señala que la ansiedad se da por estímulos externos en donde la persona ve situaciones que para él pueden ser de amenazas y el cuerpo va a responder ya sea fisiológica o conductualmente. Así mismo, Navas (1991) define la ansiedad como un estado emocional, y debe entenderse que son sentimientos de culpas, enojo, irritación malestar a cualquier situación presentada. En ocasiones la persona estará en un estado en donde llegará a crear una serie de situaciones que pueden ser irreales o reales y esto se dará por la incertidumbre por la tensión (Papalia, 1994).

La ansiedad ante los exámenes se explica inicialmente como consecuencia de ser una problemática habitual que obstaculiza el cumplimiento exitoso en la realización de las evaluaciones académicas llevadas a cabo por los estudiantes. Sin embargo, múltiples estudios se han preocupado por explicar este fenómeno y sus implicaciones. Como es el caso de la teoría tridimensional de la ansiedad propuesta por Peter Lang en 1968 se ha utilizado para comprender la ansiedad y los trastornos que se derivan de esta. La ansiedad puede observarse de tres formas: cognitivo, fisiológico y motor en donde cada uno se manifiesta de diferentes formas ante la situación presente.

Tabla 1. Manifestaciones de la ansiedad.

Cognitivas	Fisiológicas	Motoras
<ul style="list-style-type: none"> • Pensamientos y sentimientos de amenaza • Preocupación • Ataques de pánico • Dificultad para estudiar • Hipervigilancia • Dificultad para concentrarse 	<ul style="list-style-type: none"> • Aumento en la actividad cardiovascular • Aumento en la frecuencia respiratoria • Sensaciones gástricas. • Contracturas musculares. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tics • Temblores (inquietud motora) • Tartamudeo • Gesticulaciones innecesarias. • Alejarse de personas cercanas.

Fuente: Elaboración propia a partir de Álvarez, Aguilar y Lorenzo (2012).

De acuerdo con lo anterior, vale decir que la ansiedad frente a los exámenes es una problemática compleja, que debe ser estudiada de manera amplia ya que comprende múltiples factores asociados con la salud física, el estado psicológico y el comportamiento, así como los procesos psicosociales, los cuales afectan al ser humano en los distintos momentos de la vida (Ávila-Toscano, Rambal-Rivaldo & Vargas, 2018).

Conde (2004), Onyeizogbo (2010) y Rosario et al. (2008), el temer miedo o temor hacia los exámenes no es algo irracional ya que de este resultado puede depender el futuro académico del

estudiante dentro del mundo universitario, de igual forma padecer ansiedad ante los exámenes ya es un comportamiento común en estudiantes ya que se ven obligados a dar buenos resultados ante una sociedad que está lista para opinar. La mayoría de los universitarios presentan presión social en donde cada uno de ellos tienden preocuparse más por segundas o terceras personas y esto lleva a que el nivel de ansiedad aumente y pueda tener una serie de reacciones emocionales negativas que se pueden ver reflejadas al momento de presentar evaluaciones académicas.

En un estudio afirma que aproximadamente entre el 15-25 % de estudiantes de primaria y secundaria de un colegio español, padecen altos niveles de ansiedad ante los exámenes (Escalona & Miguel-Tobal, 1996). En esta línea, a nivel internacional en una muestra de 28.559 estudiantes de 16 universidades de España, en donde el estudio arroja que el 20.84 % afirman tener ansiedad ante exámenes además de presentar síntomas tan intensos que necesitan apoyo especializado para aliviar los efectos que repercuten en su salud.

Así mismo, a nivel nacional, en Colombia los estudios referentes a este tema son escasos, como marco de referencia encontramos el estudio descrito por Ávila-Toscano et al. (2011) donde se evaluaron 200 estudiantes universitarios, con el objetivo de identificar la presencia de AE y su posible relación con el rendimiento y los tipos de pruebas académicas, los autores indicaron que las manifestaciones cognitivas de AE presentaron un porcentaje de aparición de 22.5 %, y las fisiológicas y motoras se reportaron en 18.5 % de los estudiantes.

La ansiedad ante los exámenes también ha sido estudiada en relación con otras variables como género y rendimiento académico. Con base a la ansiedad y la variable del sexo hay numerosas

investigaciones que afirman que las mujeres son más propensas que los hombres a padecerla, Fuentes (2001), por otro lado, Rosario et al. (2008) ha encontrado en diferentes investigaciones diferencias en la ansiedad ante los exámenes en función al sexo siendo las mujeres más propensas a experimentar las manifestaciones que resultan de la ansiedad ante los exámenes en el ámbito académico, sin embargo, es cierto que no todos los estudios han arrojado los mismos resultados por lo que se considera importante indagar aún más sobre la relación entre estas variables de estudio.

En cuanto al nivel académico, los fundamentos teóricos y empíricos parecen variar en función de su relación. En primer lugar, el nivel de formación académica en el que se encuentre el estudiantado —ya sea básica, primaria, secundaria o educación superior— comprende un conjunto de actividades, responsabilidades y altos retos que impactan en los estudiantes y ocasionan comportamientos nuevos que pueden ser tanto positivos como negativos y por ende inciden en el cumplimiento de las labores académicas, así como en las actitudes de estos grupos académicos frente a las tareas que exige cada nivel educativo. De acuerdo con Rosenthal et al. (1987) no se hallaron evidencias suficientes que demostraran diferencias en los niveles académicos con relación a la presentación de los síntomas de la AE. Sin embargo, en una investigación reciente sobre la evaluación educativa y la relación con el rendimiento de los alumnos por Álvarez (2009), se mostró que la mayoría de los estudiantes se ven afectados por los exámenes y los lleva a padecer tensión y ansiedad, no obstante, hasta el momento no hay consenso en la literatura sobre la relación de estas variables.

Por otro lado en tiempo de estudio y la relación con la ansiedad revelan como la mayoría de estudiantes expresan tener pensamientos de tipo obsesivos acerca del tiempo que le están dando a los estudios y en consecuencia de esto tienden a presentar pensamientos de tipo así, “ No me va a dar el tiempo”, “sin ansiedad no rendiré lo suficiente”, “ sin la ansiedad no puedo aprobar”, la ansiedad me ayuda a estudiar”, “tengo que aprovechar más el tiempo para rendir más”, “ en épocas de exámenes no se puede disfrutar” Mas y Cuesta (2004).

Seligman y Csikszentmihalyi, (2000) y Vecina (2006) establecen la idea de que se debe evitar el solo centrarse en el estudio de patologías y estado negativos del estudiantado, sino que también debe sumársele interés al estudio de procesos o aspectos positivos que analicen el buen funcionamiento del ser humano.

En esta línea la psicología positiva a potencializado el desarrollo de perspectivas y conceptos ligados al bienestar como el *Engagement académico*, el cual se considera como un estado psicológico positivo que motiva la autorregulación y el funcionamiento óptimo del estudiante en sus actividades académicas de lo que resulta una condición de bienestar frente a las demandas del ambiente educativo Parra y Pérez (2010), tal estado se caracteriza por tres manifestaciones definidas como *Vigor*, *Dedicación* y *Absorción*, componentes que estudiados en el contexto educativo han contribuido a distintas investigaciones relacionadas con variables como el rendimiento académico (Parra et al., 2010), la inteligencia emocional, el bienestar subjetivo (Serrano & Andreu, 2016) entre otras.

Tabla 2. Manifestaciones de las dimensiones del Engagement.

Vigor	Dedicación	Absorción
<ul style="list-style-type: none"> • Altos niveles de energía y resistencia mientras se estudia. • Fuerte deseo de persistencia y esfuerzo en las tareas, aunque se presenten dificultades. • Resistencia mental frente a los desafíos académicos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Entusiasmo e inspiración. • Satisfacción de cumplir con las metas propuestas. • Alta implicación en las actividades académicas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sentimiento de realización • Niveles de concentración y disciplina. • Actitudes positivas que son el resultado del interés y el disfrute por las actividades.

Fuente: Ávila-Toscano, et al. (2018).

De acuerdo con lo anterior, los componentes de vigor, dedicación y absorción se definen de manera general como un conjunto de comportamientos y actitudes, que promueven el desarrollo académico positivo generando en el estudiante una plena condición de bienestar (Baena-Extremera & Granero-Gallegos, 2013).

Por otro lado, como resultado de la revisión de literatura generalmente se encontró que los estudios con relación al *Engagement académico* y la variable género son muy escasos, a pesar de ello, algunos estudios sustentan que las mujeres poseen mayores niveles de dedicación y absorción que los hombres (Pacheco et al. 2007), sin embargo, también hay otros estudios que no determinan diferencias entre hombres y mujeres con relación al *Engagement* (Seppälä, et al., 2009).

Por otro lado, se ha encontrado que existe una relación positiva entre los estados psicológicos o manifestaciones del *engagement* con el rendimiento académico, sin embargo, hay que tener en cuenta que en sí mismo el *engagement* no representa un factor único frente al buen desempeño (Caballero, Gutiérrez & Palacio, 2015).

En un estudio realizado con una muestra de 202 estudiantes colombianos de psicología, con edades que oscilaban entre 18 y 58 años, se encontró que el Engagement el 51 % de la muestra estudiantil resaltó por sus niveles de vigorosidad, su dedicación y compromiso e inmersión en las actividades; en relación con el rendimiento académico el 41 % de los estudiantes tuvo un promedio bueno y 7.4 % excelente, datos no esperados por los investigadores. Se concluye que en los individuos estudiados existen niveles significativos de engagement y burnout, además de analizar que la variable de satisfacción frente a los estudios se correlaciona de manera positiva con el engagement y negativa con el burnout (Palacio, 2007). Tales estudios amplían el campo de estudio en relación con las variables asociadas al engagement académico.

Así lo demuestran Bresó y García (2007) en un estudio realizado en una muestra de 602 estudiantes universitarios de la Universitat Jaime I de Castellón y 349 empleados del sector hostelero de la Comunidad Valenciana y Baleares. El principal objetivo del estudio era poner a prueba la invarianza del constructo del engagement comparando la estructura psicométrica de la medida del engagement en ambos colectivos. Secundariamente se comprobó la relación del engagement con la eficacia académica y profesional en cada una de las muestras medidas mediante el MBI-GS y a través de la misma escala adaptada a estudiantes (Bresó & García, 2007).

Un estudio realizado en la Universidad Hermilio Valdizan de Huánuco Perú en donde el objetivo es establecer relación entre nivel *engagement* y rendimiento académico que presentan los estudiantes de ciencias de la salud de esta universidad. Para su realización se tomó una población de alumnos de tres escuelas académicas profesionales de ciencias de la salud de la UNHEVAL, tomando una muestra representativa de un total de 194 alumnos, para evaluar el Engagement

académico se utilizó una versión española del cuestionario *Utrecht Work Engagement Scale Student*. La información del rendimiento académico se obtuvo a través de un reporte de notas proporcionado por la unidad de procesos académicos UNHEVAL. Los resultados muestran que no hay relación entre engagement y rendimiento académico de los estudiantes universitarios —a excepción de las escuelas de enfermería y ostetricia—, por lo cual se concluyó que el engagement no incide en el rendimiento.

El engagement es parte clave para el rendimiento académico en estudiantes universitarios ya que por medio de este el estudiante puede moldear pensamiento supremamente negativo que llegue a tener dentro de su carrera y los cambios que adquiera al estar en este ambiente. Por ser prácticamente un estado emocional positivo (engagement) tiene métodos para que un estudiante que pueda presentar síntomas de ansiedad pueda hacer una modificación de conductas y pensamiento a nivel psicológico, ya que por medio de estas que se ve afectado el estudiante. Dado que hay muchas investigaciones sobre el engagement académico en diversas universidades, muchos de esos estudios arrojan que en los estudiantes universitarios el engagement no influye con el rendimiento académico (UNHEVAL-2015), sin embargo en escuelas de estudios profesionales sí se vio relación entre engagement y rendimiento académico, por ende, se pudo observar que muchos estudiantes de esta escuela ponen en práctica el engagement siendo más dedicado y preocuparse por situaciones positivas y no negativas por ejemplo; otra forma de implementarlo es tener como guía de enseñanza un docente y que este haga seguimiento al avance que puedan tener los estudiantes, desplazando así todo síntoma de ansiedad.

Si se desarrollara o se pondría más en práctica la psicología positiva dentro de las universidades se vería resultados más positivos que incentiven al estudiante. Se ha visto por medio de diversas investigaciones que el engagement es el recurso para que toda la comunidad estudiantil pueda tomar riendas de su propia conducta y emociones. La ansiedad académica se ha considerado como el peor enemigo del estudiante universitario ya que es por esta que la mayoría ponen limitaciones a la hora de querer rendir académicamente, y es por ende el engagement se ha convertido en esa pieza fundamental para que el estudiante pueda tener buena relación en el aprendizaje, poniendo en práctica las dimensiones como son vigor, dedicación y adsorción en donde cada una de estas energía, entusiasmo, inspiración orgullo por cada trabajo realizada, de igual forma se obtiene con una total concentración en tareas, trabajos en donde el estudiante pueda tomarse el tiempo necesario para poder realizar ciertos compromisos que le son dejados y así a la hora de cualquier examen, exposición, mesa redonda o hasta participación este no entre en un cuadro de ansiedad.

3. Planteamiento del Problema

La ansiedad ante los exámenes produce en algunos alumnos una serie de reacciones emocionales negativas que pueden inhibir la ejecución de los estudiantes de acuerdo con su potencial académico (Onyeizogbo, 2010). El miedo a los exámenes no es un miedo irracional; no en vano, la actuación en ellos determina gran parte del futuro académico de la persona. Pero, como ocurre la mayoría de las veces con la ansiedad, es cuando se da a niveles muy elevados, cuando puede interferir seriamente en la vida de la persona. Según Rosario et al. (2008), la ansiedad ante los exámenes es un comportamiento muy frecuente, sobre todo entre la población escolar que afronta una presión social muy centrada en la obtención de un gran éxito académico. Asimismo,

Conde (2004) afirma que los alumnos al ser evaluados se sienten amenazados, por lo que pueden llegar a padecer ansiedad perjudicial.

Atendiendo a experiencias realizadas como la de Escalona y Miguel-Tobal (1996), la mayoría de los estudiantes experimentan una elevada ansiedad en época de exámenes. Esta elevada activación no solo repercute negativamente en el rendimiento ante los exámenes, sino que puede llegar a desequilibrar la salud de los alumnos. Así, antes de que inicien los exámenes, el alumnado con ansiedad, comienza a padecer trastornos físicos muy diversos (insomnio, dolores de cabeza, náuseas, vómitos, entre otros), agravándose conforme se van acercando los días para el examen.

Según la Teoría Tridimensional de la Ansiedad (Lang, 1968, citado en Oblitas, 2004), la reacción emocional de la ansiedad puede observarse a un triple nivel: cognitivo subjetivo, haciendo referencia a la experiencia; fisiológico, haciendo referencia a los cambios corporales; y motor, haciendo referencia a las conductas claramente observables. Los estudiantes tienen más manifestaciones de tipo cognitivo que de tipo fisiológico o motor. En cuanto a las manifestaciones de tipo cognitivo, por las puntuaciones obtenidas en el IEA, en 661 (65 %) sujetos su situación no es preocupante, para 257 (25 %) sujetos la situación es preocupante y para 103 (10 %) es muy preocupante. En esta variable se encuentra una media de 2.75. Las manifestaciones de tipo fisiológico, en 793 (77 %) sujetos su situación no es preocupante, para 171 (17 %) la situación es preocupante y para 57 (6 %) es muy preocupante. En esta variable se encuentra una media de 2.31. En cuanto a las manifestaciones de tipo motor, en 843 (83 %) sujetos su situación no es preocupante, para 134 (13 %) la situación es preocupante y para 44 (4 %) es muy preocupante. En esta variable se encuentra una media de 2.15. Con estos valores de media, se puede rechazar la

hipótesis de igualdad de medias entre los pares de manifestaciones con los niveles de significación. En general se hallaron diferencias significativas entre todas las manifestaciones del *engagement*.

Aproximadamente entre el 15-25 % de los estudiantes de primaria y secundaria en España presentan niveles elevados de ansiedad ante los exámenes (Escalona & Miguel-Tobal, 1996). El estudio más importante realizado en este país ha sido el coordinado por Hernández (2005), sobre una muestra de 28.559 alumnos de 16 universidades españolas, que representan la mayoría de las titulaciones de la comunidad universitaria española. En este estudio se destaca que un 20.84 % informa tener una importante manifestación de Ansiedad a la hora de enfrentarse a los exámenes y podría necesitar ayuda especializada. En esta misma línea, Álvarez (2009), en una investigación reciente sobre la evaluación educativa y la relación con el rendimiento de los alumnos, encontró que el 68 % de los alumnos que afirmaban que el examen les provocaba una gran tensión y ansiedad.

En cuanto a la relación de la ansiedad y la variable sexo, existe numerosa literatura científica al respecto que señala niveles mayores de ansiedad en mujeres que en hombres. Así, por ejemplo: Fuentes (2001), señala en su estudio que existen diferencias significativas entre las variables sexo y ansiedad, y una correlación entre ansiedad y rendimiento académico global en las variables intervinientes sexo femenino. Por su parte, Rosario et al. (2008) han encontrado reiteradas veces diferencias significativas en la ansiedad ante los exámenes en función del sexo, siendo las chicas más ansiosas que los chicos.

Como podemos observar la realidad del estudiantado frente a las demandas académicas es una situación de gran interés para la psicología y desde el punto de vista positivo un aporte significativo resultaría en la identificación de los factores beneficiosos para los estudiantes en momentos de gran ansiedad que les impidan desarrollar sus labores de manera adecuada. Es por esta razón que para abordar este trabajo se ha planteado la siguiente pregunta problema a resolver: ¿Existe relación entre los niveles de ansiedad ante los exámenes y el *engagement* de estudiantes universitarios de acuerdo con el género y el programa académico?

4. Objetivos

4.1 Objetivo General

Establecer si existe relación entre los niveles de ansiedad ante los exámenes y el *engagement* de estudiantes universitarios de acuerdo con el género y el programa académico.

4.2 Objetivos Específicos

Identificar las manifestaciones de ansiedad ante los exámenes que presentan los estudiantes universitarios.

Describir los componentes del *engagement académico* (vigor, dedicación y absorción) que presentan los estudiantes universitarios.

Comparar las manifestaciones de ansiedad ante los exámenes y los componentes del *engagement* de los estudiantes universitarios de acuerdo con el género y el programa académico.

5. Metodología

5.1 Diseño

El presente trabajo es de tipo correlacional simple de corte transversal y de enfoque cuantitativo (Ato, López & Benavente, 2013), cuyo fin es evaluar si existe relación entre la ansiedad ante los exámenes y el *engagement* académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Barranquilla.

5.2 Población

Este estudio se abordó con una población de 300 estudiantes de una institución universitaria de la ciudad de Barranquilla 136 (45.3 %) hombres y 164 (54.7 %) mujeres, 76 % ($n=228$) procedentes de colegio públicos u oficiales y el restante 24 % ($n=72$) de instituciones privadas; sus edades oscilaban entre los 18 a 45 años ($M=23.01$; $DE=3.59$), la mayoría son solteros ($n=260$; 86.7 %), seguido por los que están casados o en unión libre ($n=37$; 12.3 %) y en menor prevalencia están los separados o divorciados ($n=3$; 1 %). De los estudiantes evaluados, 209 (69.7 %) no han reprobado asignaturas durante su carrera, mientras que 91 (30.3 %) si lo han hecho, en concordancia con esto, el 86 % ($n=258$) tienen matrícula regular —cursan asignaturas de un mismo semestre— y el 24 % ($n=42$) irregular.

5.3 Instrumentos

A continuación, se muestra el detalle de cada uno de los instrumentos que se utilizarán para medir las variables objeto de estudio en este trabajo de investigación:

Engagement Académico: Para cumplir con la medición de esta variable se utilizó la escala del UWES-S (*Student Academic Engagement Scale*) creada por Schaufeli, Martínez, Marques, Salanova y Bakker (2002), que permite la medición de la variable a través de tres sub-escalas: vigor, dedicación y absorción. En total el instrumento cuenta con 17 ítems con opción de respuesta tipo Likert que va desde 0=nunca a 7=siempre. Los ítems se encuentran distribuidos de la siguiente manera: *a)* Vigor: comprende 6 ítems los cuales evalúan los niveles de energía y esfuerzos del estudiante en su periodo de clases ($\alpha=0.62$); *b)* Dedicación: comprende 5 ítems estos evalúan los niveles de entusiasmo, orgullo y motivación para asumir los retos ($\alpha=0.79$); *c)* Absorción: Comprende 6 ítems donde se evalúa el grado de satisfacción de los estudiantes frente a sus estudios ($\alpha=0.6$) (Caballero, Abello & Palacio, 2007; Caballero, González & Palacio, 2015).

Ansiedad ante los exámenes: Se utilizará el *Cuestionario de Evaluación de Ansiedad ante los Exámenes* que fue diseñado por investigadores de la Universidad de Navarra (España) y posteriormente fue adaptado por Ávila-Toscano et al., (2011) en total el cuestionario tiene 12 ítems de respuesta tipo Likert con cinco opciones de respuesta (1=nunca, 2=casi nunca, 3=regularmente, 4=casi siempre, 5=siempre). Este instrumento permite evaluar la ansiedad a partir tres manifestaciones: *cognitivas* (Atención, toma de decisiones, pensamientos), *fisiológicas* (dolores corporales, tensión muscular, náuseas) y *conductuales*, (utilización del tiempo, evitación de los

deberes). Tras su aplicación el cuestionario ha mostrado una fiabilidad de .829 calculado con el Alfa de Cronbach (Ávila-Toscano et al., 2011).

5.4 Procedimiento

Para llevar a cabo este trabajo en primer lugar se solicitó el aval institucional al Comité de Investigaciones de la Facultad de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades de acuerdo con lo estipulado en el Reglamento de Investigaciones de la Corporación Universitaria Reformada.

Una vez obtenido el aval, los investigadores se acercaron salón por salón en donde se les explicó a los estudiantes universitarios que cumplieran con los criterios los objetivos y alcances de esta investigación, de igual manera se solicitó su participación voluntaria de la cual se dejó evidencia con la firma del consentimiento informado. A aquellas personas que desearon participar se les aplicó en primer lugar, una ficha de datos sociodemográfica, luego el UWES-S y finalmente el *Cuestionario de Evaluación de Ansiedad ante los Exámenes*. La aplicación de instrumentos se cumplió de manera autoadministrada y grupal en los salones de clases naturales de acuerdo con los horarios académicos por cada programa (Administración de empresas, administración marítima y portuaria, administración de negocios internacionales, contaduría pública, ingeniería ambiental, ingeniería biomédica, ingeniería industrial, licenciatura en educación bilingüe, música, psicología y teología).

5.4.1 Análisis de datos

En primer lugar, se realizó un análisis descriptivo de los datos a través del software SPSS 19.0 con el fin de mostrar los datos generales de los participantes, además del análisis de frecuencias y estadísticos descriptivos de las variables de estudio. Posteriormente, se hizo una evaluación con procedimientos no paramétricos de comparación de grupos teniendo en cuenta que no se cumplieron los supuestos de normalidad y homocedasticidad necesarios para el análisis. En general se utilizaron las pruebas H de Kruskal-Wallis —variables agrupadas en más de tres grupos— y la U de Mann-Whitney —variables agrupadas en dos grupos—. Como agrupadoras se utilizaron el género y el programa académico como estaba definido en los objetivos de este estudio, además de otras variables académicas recopiladas. Finalmente, los resultados donde se encontraron diferencias significativas se sometieron de nuevo al análisis de la U de Mann-Whitney con el fin de identificar los grupos específicos en cada caso.

6. Resultados

Para iniciar el análisis de resultados y teniendo en cuenta los objetivos propuestos se hizo un análisis descriptivo de los programas académicos a los que pertenecían los estudiantes evaluados. En la Tabla 3 podemos ver la descripción porcentual y en frecuencias de los programas incluidos, teniendo en cuenta que la distribución era bastante dispersa se agruparon por facultades a excepción del programa de psicología, ya que representaba el grupo más grande de estudiantes, situación esperable por el número de matriculados general de la institución.

Tabla 3. Estadísticos descriptivos de las variables de estudio.

<i>Facultad/Programa académico</i>	<i>Datos descriptivos</i>	
	\bar{x}	%
CEAC*	48	16.1
Ingenierías	30	10
CSAH**	37	12.3
Psicología	185	61.6
Total	300	100

*Ciencias Económicas, Administrativas y Contables

**Ciencias Sociales, Artes y Humanidades

Fuente: elaboración propia.

Continuando con el análisis descriptivo de las variables, en la Tabla 4 se muestran los estadísticos de la *ansiedad ante los exámenes* y el *engagement académico* con todas las dimensiones de cada variable, este análisis se desarrolló teniendo en cuenta los valores bajo, medio y alto. Las puntuaciones fueron bastante distantes como se observa en los valores mínimos y máximos; en primer lugar, la ansiedad general mostró valores medios de prevalencia entre el estudiantado, en cambio la descripción de cada manifestación de la ansiedad obtuvo niveles diferentes, el valor más alto lo ocuparon las manifestaciones cognitivas, seguidas por las motoras y en último lugar las fisiológicas.

Tabla 4. Estadísticos descriptivos de las variables de estudio.

<i>VARIABLES DE ESTUDIO</i>	μ	de	Mín.	Máx.	Baja	Media	Alta
Ansiedad general	26.84	9.57	11	60	25.7%	49%	25.3%
Manifestaciones cognitivas	2.16	.9	.1	5.2	30%	21%	49%
Manifestaciones fisiológicas	1.92	.83	.1	5.0	26%	34%	40%
Manifestaciones motoras	1.95	1.0	.1	6.6	33%	18.3%	48.7%
Vigor	21.72	6.42	6	36	28.3%	47.7%	24%
Dedicación	23.57	5.66	7	38	31%	38.3%	30.7%
Absorción	21.92	5.88	3	36	32.7%	39.7%	27.7%

Fuente: elaboración propia.

Luego, para cumplir con el segundo objetivo específico propuesto se incluyó en la descripción los componentes del engagement académico. Los estudiantes presentan niveles medios en todos

los componentes, en primer lugar, se encuentra el *vigor*, seguido por la *dedicación* y por último la *absorción*. Sin embargo, los porcentajes se encuentran distribuidos de manera casi equitativa entre todos los niveles contemplados —en segundo lugar, los niveles bajo y los porcentajes menores fueron los del nivel alto—.

Ahora bien, revisando más de cerca las diferentes situaciones que generan ansiedad en los universitarios, encontramos que en realidad casi todas suelen ser generadoras de ansiedad, a excepción del control ejercido por el docente y la evaluación en sí misma. En la Tabla 5 se muestra el análisis descriptivo completo de las situaciones que más generaron ansiedad específicamente hablando fueron —en igual proporción— la *calificación* y el *olvido* ($n= 193$; 64.3 %), seguidos por las *preguntas* que les harán y, en tercer lugar, el *tiempo* que tendrán para desarrollar sus evaluaciones.

Tabla 5. Análisis de situaciones que generan ansiedad a estudiantes.

<i>Situaciones</i>	Si		No	
	\bar{X}	%	\bar{X}	%
No estudiar	213	71*	87	29
Calificación	193	64.3*	107	35.7
Preguntas	173	57.7	127	42.3
Tiempo para terminar exámenes	162	54	137	45.7
Olvidar lo estudiado	193	64.3*	107	35.7
Control docente	112	37.3	188	62.7
Evaluación	144	48	156	52

Fuente: elaboración propia.

Finalmente, para el cumplimiento del objetivo general, se procedió a relacionar el engagement y la ansiedad general las cuales no mostraron relaciones significativas entre ellas, por lo cual y teniendo en cuenta el género y el programa académico se analizaron los comportamientos de las variables por diferentes grupos.

El sexo como variable de agrupación se analizó con la U de Mann-Whitney frente a la ansiedad general y sus manifestaciones, las situaciones que la generan y el *engagement*, en la Tabla 6 se evidencia que cuatro de las siete situaciones que generan ansiedad, específicamente *no estudiar*, *calificación*, *olvido* y el *control docente*, así como con el componente de *absorción* del *engagement* cambian de acuerdo con el sexo de los estudiantes. Mientras que la facultad o programa académico fueron medidos a través de la H de Kruskal-Wallis, su análisis nos mostró que solo existen diferencias en una situación que genera ansiedad: *olvidar lo estudiado*.

Tabla 6. Comparación de ansiedad y el *engagement* de acuerdo con el sexo y programa de los estudiantes.

	Sexo					Facultad/Programa	
	Mann-Whitney				>RM	Kruskal-Wallis	
	U	Z	r	p		X ²	p
Ansiedad general	10258	-1.196	-	.232	-	3.942	.268
Manifestaciones Cognitivas	10502	-.871	-	.384	-	4.872	.181
Manifestaciones Físicas	11055	-.130	-	.897	-	1.491	.684
Manifestaciones Motoras	10372	-1.048	-	.295	-	2.041	.564
No estudiar	9868	-2.184	.13	.029*	Hombre	3.319	.345
Calificación	9278	-3.020	.18	.003*	Hombre	5.979	.113
Olvido	9728	-2.295	.14	.022*	Hombre	11.521	.009*
Control docente	9468	-2.687	.16	.007*	Mujer	.161	.984
Vigor	9929.5	-1.637	-	.102	-	7.899	.048*
Dedicación	10354	-1.069	-	.285	-	.361	.948
Absorción	9537	-2.299	.13	.022*	Mujer	5.423	.143

Fuente: elaboración propia. * $p < .005$

Los resultados por grupos demostraron que los hombres presentan mayor ansiedad ante las situaciones de *no estudiar* (RM=159.94), *calificación* (RM=164.67) y *olvido* (RM=160.97), mientras que las mujeres son más ansiosas ante el *control docente* (RM=150.24) durante los exámenes y presentan niveles más elevados de *absorción* (RM=157.46) frente a su situación académica, sin embargo, al estos resultados al tener un tamaño de efecto bastante bajo deben ser

tomadas con medida. En cuanto al análisis de diferencias en el programa académico o la facultad, el análisis *pos hoc* realizado con la U de Mann-Whitney (Tabla 7) nos mostró que en general es la facultad de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades fue la que reportó diferencias significativas frente a las demás con respecto a la situación de olvidar durante el examen lo que se había estudiado, sin embargo, se presenta un tamaño de efecto pequeño.

Tabla 7. Comparación del olvido por programa académico/facultad.

Grupo 1	Grupo contraste	U de Mann-Whitney			
		Z	p	r	>RM
CEAC	CSAH	-1.999	.046*	.11	CSAH
CSAH	Psicología	-3.387	.001*	.19	CSAH

Fuente: elaboración propia. * $p < .005$

Finalmente, al comparar el vigor entre facultades sólo se encontró diferencia ($Z = -2.376$; $p = .018$; $r = .13$) entre la Facultad de Ciencias Económicas, Administrativas y Contables y el programa de psicología, siendo el Rango Medio del último el mayor (122.34).

7. Discusión

Esta investigación tuvo como objetivo general establecer si existía relación entre los niveles de ansiedad ante los exámenes y el *engagement* de estudiantes universitarios de acuerdo con su género y programa académico, para lo cual en primera instancia se identificó de manera descriptiva la prevalencia de las dos variables de estudio, su relación y posteriormente se comparó en el caso del género en dos grupos. Por último, se analizaron las diferencias entre los programas académicos o facultades a las cuales se encontraban adscritos los estudiantes incluidos en el estudio.

Según los resultados obtenidos se evidenció que en general, el nivel de ansiedad ante los exámenes se encuentra en un nivel medio-alto en los estudiantes universitarios barranquilleros, lo que se ajusta a los planteamientos teóricos encontrados previamente (Fernández et al., 2006; Ortiz et al., 2008) pero contrario a lo presentado por Valero (1999), esto resultaba esperable teniendo en cuenta que de forma general el marco teórico planteaba que cierta cantidad de ansiedad es deseable y necesaria para la realización de las tareas que resultan importantes para los sujetos, sin embargo, este nivel debe llegar un punto de control que permita atender de manera correcta a las responsabilidades del medio académico sin que se ponga en riesgo el bienestar del estudiantado.

Específicamente se encontró que la ansiedad se manifiesta en primer lugar de manera cognitiva, seguidas por las motoras y fisiológicas. En este caso coincidimos con los reportado por Ávila-Toscano et al. (2011) y Ortíz et al. (2008) quienes expresan que son precisamente las tensiones cognitivas las que abren el camino al padecimiento de las demás manifestaciones de ansiedad, es decir, si queremos combatir o disminuir la prevalencia de esta variable para la mejora de la salud mental de los estudiantes, se debe analizar en primer lugar la mejora de la tensión o estrés desde las actividades que generan mayor envergadura cognitiva.

Ahora bien, dentro de las situaciones específicas que generan mayores niveles de ansiedad en los estudiantes se encuentra el hecho de *no haber estudiado* o haberse preparado, seguido por el *temor a la calificación* que el docente les pueda asignar y por último el *olvidar la información estudiada*, ya sea para un examen o exposición. La evidencia de estudios previos señala que el género suele ser una variable diferenciadora que se relaciona con el nivel de ansiedad y sus manifestaciones (Guzmán, 2008), en nuestro caso se pudo observar que los hombres muestran

menor compromiso a la hora de prepararse para un examen y por eso resultarían más propensos a tener niveles de ansiedad mucho más altos que el de las mujeres en situaciones puntuales. En el caso de las mujeres las situaciones que les generan ansiedad son diferentes, por un lado, está el *control docente* y por otro el hecho de *sentirse vigilada* por este.

En general, la literatura ha evidenciado que las mujeres tienden a padecer más ansiedad que los hombres, debido a que suelen ser más emocionales, sin embargo, los resultados del presente estudio arrojaron que son los hombres los que en general padecen ansiedad ya que el nivel de compromiso es más bajo que el del sexo femenino. Un estudio realizado por (Mind, 2010) nos explica que los hombres suelen buscar ayuda en menor medida que las mujeres, solo el 23 % de los hombres van al médico solamente si sienten problemas de salud a diferencia de las mujeres que lo hicieron en el 33 % de los casos. Si se analiza a fondo la situación, al parecer los hombres expresan difícilmente los sentimientos angustiantes, así como decir cuándo y por qué se encuentran de tal manera.

Relacionándolo con nuestros resultados de investigación se llegó a la conclusión que los dos sexos en algún momento pueden llegar a padecer ansiedad, pero por qué los resultados arrojaron que son los hombres más propensos que las mujeres, en este caso se puede decir que las mujeres por ser más sensibles y demostrar su preocupación ante cualquier situación generadora de estrés tiene niveles más bajos de ansiedad que los hombres. Si nos damos cuenta las actividades a las que les temen más las mujeres son aquellas que muestran una interacción directa con el docente, mientras que a las mujeres se les refuerzan las conductas prosociales y empáticas, a los hombres se les fomentan los comportamientos de autonomía e independencia, la asertividad y la iniciativa

a la hora de desempeñar distintas actividades, por ende, al parecer estas actividades cumplen un rol “más acorde” con el género femenino (Grandis, 2009).

Por otro lado, al realizar el análisis por programa, no se encontraron diferencias significativas con relación a la ansiedad. La Ansiedad ante los Exámenes (AE) es uno de los síntomas más comunes presentes en los estudiantes que se enfrentan a diversas pruebas académicas. Esta situación produce respuestas de tensión física y psicológica que pueden repercutir en la salud mental de los estudiantes (Fernández, 1990), así como causar interferencias con su desempeño educativo. Por lo anterior, la AE ha sido asumida como un rasgo específico o situacional, que se caracteriza por el miedo al desempeño inadecuado y por sus consecuencias negativas para el rendimiento académico (Gutiérrez-Calvo & Averó, 1995).

En el medio académico, existe un amplio número de variables que generan estrés y pueden asociarse a la pérdida de control por parte del estudiante (Ayora, 1993). Las investigaciones en esta área han demostrado la existencia de índices notables de estrés en las poblaciones estudiantiles, especialmente en los primeros cursos de educación y en los periodos previos a los exámenes (Muñoz, 1999). De manera más concreta, entre los estresores académicos se han resaltado: el excesivo trabajo para la casa, los exámenes finales y el estudiar para los mismos (Martín, 2007), así como la percepción de la carga académica por parte de los estudiantes y su capacidad para el manejo del tiempo (Sansgiry & Sail, 2006).

Como ya vemos, una de las principales condiciones asociadas a la AE la constituye la evaluación académica, que en ocasiones supone una respuesta excesiva del estudiante al producir

una sobrecarga en la memoria de trabajo, lo cual interfiere con las respuestas cognitivas encaminadas a la resolución de la tarea y aumenta la ansiedad percibida (Lancha & Carrasco, 2003). En este sentido, varios estudios han considerado la naturaleza estresora que supone una situación de examen, dado que puede activar en el estudiante elevados niveles de ansiedad y vulnerar en algunos casos el equilibrio físico y psicológico disminuyendo, en consecuencia, el nivel de rendimiento esperado (Viñas Poch & Caparrós, 2000).

En cuanto a los componentes del *engagement* académico —en primer lugar, la absorción— encontramos diferencias de acuerdo con el género de los participantes: las mujeres presentan mayor nivel de absorción frente a los hombres, esto podría traducirse en que las mujeres muestran más compromiso a la hora de estudiar y prepararse para un examen académico o un nivel mayor de frente a una actividad que deban presentar, mientras que los hombres son más dispersos en este aspecto. Este resultado tiene relación entonces, con lo reportado por los niveles de ansiedad, al ser las mujeres más comprometidas con su labor académica reducen la aparición de la ansiedad, además del grado de valoración alta de la propia capacidad de estudios determina la perseverancia ante los obstáculos que enfrentan y que, a los hombres, por ejemplo, les merecen mayor dificultad (Caballero et al., 2015).

Como se mencionó en los resultados, si bien se encontraron diferencias entre algunos grupos de análisis, el tamaño del efecto de las mismas era bajo por lo cual las conclusiones que se exponen al final deben ser entendidas de manera precavida, además algunos de los grupos de análisis tendían a ser pequeños en comparación a otros —como es el caso de la comparación entre facultades/programas—, si bien esto era una respuesta a la composición natural de los grupos en

la institución se sugiere que para futuras investigaciones se procure su integración de forma más homogénea en número de acuerdo con las variables de agrupación definidas. Sin embargo, los resultados nos expresan que en general, existen variables que deben ser evaluadas de manera causal para poder entender su participación en el comportamiento de la ansiedad y de la potencialización del engagement.

En síntesis, por una parte, las observaciones y análisis arrojados en este estudio apoyan y son consistentes con las relaciones establecidas y esperadas de las variables estudiadas con base en los desarrollos teóricos y empíricos en el campo, los cuales no son realmente escasos entre población universitaria de nuestro medio tanto a nivel nacional, regional y local. Desde luego, se requerirán posteriores investigaciones que apoyen la postulación de factores predictivos que ayuden a comprender la reducción de la ansiedad y la potencialización del engagement, y que a su vez estos aumenten su capacidad de generalización y especifiquen los mediadores contextuales y del sujeto en su eficacia académica.

Referencias

- Álvarez, J. M. (2009). La evaluación en la práctica de aula. Estudio de campo. *Revista de Educación, 350*, 351-374
- Álvarez, J., Carrión, J., Casanova, P., Rubio, R., Miras, F., Salvador, M., & Sicilia, M. (2010). *Programa autoaplicado para el control de la ansiedad ante los exámenes*. Universidad de Almería. Ministerio de Educación y Ciencia. España. Recuperado de: <http://www.ual.es/Universidad/GabPrensa/controlexamenes/index.htm>
- Arco, J., López, S., Heilborn, V. A., & Fernández, F. D. (2005). Terapia breve en estudiantes universitarios con problemas de rendimiento académico y ansiedad: eficacia del modelo “La Cartuja”. *International Journal of Clinical and Health Psychology, 5*, 589-608.
- Ato, M., López, J.J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de psicología, 29*(7), 682-690.
- Ávila-Toscano, J. H., Pacheco, S. L. H., González, D. P., & Polo, A. C. (2011). Relación entre ansiedad ante los exámenes, tipos de pruebas y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicogente, 14*(26), 255-268.
- Ávila-Toscano, J.H., Rambal-Rivaldo, L., & Vargas-Delgado, L. (2018). Ansiedad ante la evaluación académica y engagement: revisión conceptual, perspectivas, evidencias y líneas de discusión. En: A.D Marenco-Escuderos. *Estudios del desarrollo humano y socioambiental*. (pp.208-235). Barranquilla: Ediciones CUR.
- Ayora, F. (1993). Ansiedad en situaciones de evaluación o examen, en estudiantes secundarios de la ciudad de Loja (Ecuador) *Revista Latinoamericana de Psicología, 25*(3), 425-431.
- Brooks, R. Brooks, S., & Goldstein, S. (2012). The power of mindsets: Nurturing student engagement, motivation and resilience in students. En S. L. Christenson, A. L. Reschly &

- C. Wylie (Eds.), *Handbook of Research on Student Engagement* (pp.541-562). New York: Springer.
- Breso, E. (2007). *Relación entre burnout y engagement académicos con variables sociodemográficas y académicas*. Jornades de Foment de la Investigació. Recuperado de www.uji.es/bin/publ/edicions/jfi9/psi/6.pdf
- Caballero, C., Abello, R., & Palacio, J. (2007). el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 25(2), 98-111.
- Caballero, C., González, O., & Palacio, J. (2015). Relación del *engagement* con depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Salud Uninorte*, 31(1), 59-69.
- Caballero, C., González, O., & Palacio, J. (2015). Relación del burnout y el engagement con depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Salud Uninorte*, 31(1), 59-69. doi: 10.14482/sun.30.1.4309
- Celis, J., Bustamante-Araujo, M., Cabrera, D., Cabrera, M., Alarcón, W., & Monge, E. (2010). Ansiedad y Estrés Académico en Estudiantes de Medicina Humana del Primer y Sexto Año. *Anales de la Facultad de Medicina*, 62(1), 25-30.
- Chávez De Anda, E. G. (2004). *Estrategias de afrontamiento a ansiedad de evaluación y su relación con el desempeño académico en estudiantes universitarios incorporados a modelos educativos innovadores*. México: Universidad de Colima. Facultad de Psicología.
- Conde, E. (2004). La ansiedad en la educación musical. *Revista de Psicodidáctica*, 17, 101- 107.
- Escalona, A., & Miguel-Tobal, J. J. (1996) *La ansiedad ante los exámenes: evolución histórica y aportaciones prácticas para su tratamiento*. *Ansiedad y Estrés*, 2/3(2), 195-209.

- Fernández, L. (1990). Cambios conductuales y su efecto sobre las puntuaciones en los exámenes. *Revista Psicológica*, 11, 1-18.
- Hernández, J. M. (2005). Ansiedad ante los exámenes: una evaluación de sus manifestaciones en los estudiantes universitarios españoles. *Barcelona, Universidad de Barcelona: PAU Education*, 1, 13-18.
- Gutiérrez, M. (1996). Ansiedad y deterioro cognitivo: incidencia en el rendimiento académico. *Ansiedad y Estrés*, 2(2-3), 173-194.
- Gutiérrez-Calvo, M. (1984). Ansiedad evaluativa y deterioro del rendimiento. Los mediadores cognitivos directos. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 39(5), 963-982.
- Gutiérrez Calvo, M., & Averó, P. (1995). Ansiedad, estrategias auxiliares y comprensión lectora: déficit de procesamiento versus falta de confianza. *Psicothema*, 7(3), 569-578.
- Guzmán, D. (2008). La relación entre la ansiedad y la atribución causal en la población universitaria. *Revista Eos*, 2, 1-13.
- Grandis, M. (2009). Evaluación de la ansiedad frente a los exámenes universitarios. *Tesis doctoral*, Universidad de Córdoba, Argentina. Disponible en: http://lildbi.fcm.unc.edu.ar/lildbi/tesis/grandis_amanda_mercedes.pdf
- Hernández, J. M. (2005) Ansiedad ante los exámenes: una evaluación de sus manifestaciones en los estudiantes universitarios españoles. *Barcelona, Universidad de Barcelona: P.A.U. Education*, 13-18.
- Lancha, C., & Carrasco, M. A. (2003). Intervención en ansiedad a los exámenes, obsesiones y compulsiones contenidas en un trastorno obsesivo compulsivo. *Acción Psicológica*, 2(2), 173-190.

- Lang, P. J. (1968). Fear reduction and fear behavior: Problems in treating a construct. In *Research in psychotherapy conference, 3rd, May-Jun, 1966, Chicago, IL, US*. American Psychological Association.
- Marenco-Escuderos, A., Suárez, Y., & Palacio, J. (2017). Síntomas relacionados con problemas de salud mental en universitarios colombianos. *Psychologia, 11*(2), 45-55. doi: 10.21500/19002386.2926
- Martín, I. M. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología, 25*(1), 87- 99.
- Muñoz, F. J. (1999). El estrés académico: incidencia del sistema de enseñanza y función moduladora de las variables psicosociales en la salud, el bienestar y el rendimiento de los estudiantes universitarios. Tesis doctoral. Facultad de Psicología de la Universidad de Sevilla, España.
- Navas, J.J. (1991). *Cómo controlar su ansiedad en situaciones de evaluación o examen*. San Juan, Puerto Rico: Centro Caribeño de Estudios Postgraduados.
- Onyeizogbo, E. U. (2010). Auto-eficacia, sexo y rasgo de ansiedad como moderadores de la ansiedad ante exámenes. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology, 20*(8), 299-312.
- Ortíz, R., Torres, A., Rodríguez, J., Rodríguez, M., Trujillo, J., & Huerta, P. (2008). Prevalencia de la ansiedad en universitarios. Intraforo UV (2008). Memorias II Foro Intrauniversitario de Investigación en Salud. Universidad Veracruzana. Xalapa-Veracruz: México.
- Pekrun, R. (2006). The control-value theory of achievement emotions: Assumptions, corollaries, and implications for educational research and practice. *Educational Psychology Review, 18*, 315-341.

- Pérez, M., Martín, A., Borda, M., & Del Río, C. (2003). Estrés y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Cuadernos de Medicina Psicomática y Psiquiátrica de Enlace*, 67, 26-33.
- Papalia, D. (1994). *Psicología*. Madrid: McGraw-Hill.
- Parra, P., & Pérez, C. (2010). Propiedades psicométricas de la escala de compromiso académico, UWES-S (versión abreviada), en estudiantes de psicología. *Revista de Educación de Ciencias de la Salud*, 7(1), 128-133.
- Parra, P. (2011). Relación entre el nivel de Engagement y el rendimiento teórico/práctico. Tesis para optar al grado de Magíster en Educación Médica para las Ciencias de la Salud. Concepción, Chile: Universidad de Concepción.
- Pekrun, R., & Perry, R. (2014). Control-value theory of achievement emotions. En R. Pekrun, y L. Linnenbrink-García (Eds.), *International handbook of emotions in education* (pp. 120-141). New York: Rout.
- Reschly, A. L., & Christenson, S. L. (2012). Jingle, Jangle, and Conceptual Haziness: Evolution and Future Directions of the Engagement Construct. En S. L. Christenson, A. L. Reschly & C. Wylie (Eds.), *Handbook of Research on Student Engagement* (pp. 3-19). New York: Springer. doi:10.1007/978-1-4614-2018-7_1
- Rosario, P., Núñez, J., Salgado, A., González-Pianda, J., Valle, A. Joly, C., & Bernardo, A. (2008). Ansiedad ante los exámenes: relación con variables personales y familiares. *Psicothema*, 20(4), 563-570.
- Sarason, I. G., & Sarason, B. R. (1984). Life changes, moderators of stress and health. En A. Baum, S. E. Taylor & J. E. Singer (Eds.), *Handbook of Psychology and Health*. New Jersey: Hillsdale.

- Sansgiry, S., & Sail, K. (2006). Effect of Students' Perceptions of Course Load on Test Anxiety. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 70(2), 1-6.
- Seligman, M.E.P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). *Positive Psychology: An introduction*. *American Psychologist*, 55, 3-6.
- Schaufeli, W., Martínez, I., Marques, P.A., Salanova, M., & Bakker, A. (2002). Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464-472.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1997). *Inventario de Ansiedad Estado/Rasgo (STAI)*. Madrid: TEA Ediciones.
- Valero, L. (1999). Evaluación de ansiedad ante exámenes: Datos de aplicación y evaluación de un cuestionario CAEX. *Anales de Psicología*, 15(2), 223-231.
- Vecina, M.L. (2006). Emociones Positivas. *Papeles del psicólogo*, 27(1), 9-17.
- Viñas Poch, F., & Caparrós, B. (2000). Afrontamiento del periodo de exámenes y sintomatología somática autoinformada en estudiantes universitarios. *Revista Electrónica de Psicología*, 4(1).
- Zeidner, M. (1998). *Test anxiety: The state of the art*. New York: Plenum.