

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA
FACULTAD DE CIENCIAS Y TECNOLOGÍAS SOCIALES Y
HUMANIDADES
PROGRAMA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



**“ESTILO ATRIBUCIONAL NEGATIVO Y ANSIEDAD RASGO EN
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”**

Borrador de Tesis presentado por los
Bachilleres:

Eduardo Franco Chalco

Linda Lizz Mendoza Beltrán

Para obtener el Título Profesional de
Licenciado en Psicología.

AREQUIPA – PERÚ
2014

Índice

Resumen

Abstract

Capítulo I

Planteamiento Teórico

| | |
|---|----|
| Introducción | 11 |
| Problema | 12 |
| Variabes | 12 |
| Objetivos | 13 |
| Antecedentes teórico investigativos. | 14 |
| Estilos atribucional | 14 |
| Indefensión aprendida | 16 |
| Ansiedad | 21 |
| Investigaciones Previas..... | 27 |
| Hipótesis | 30 |

Capítulo II

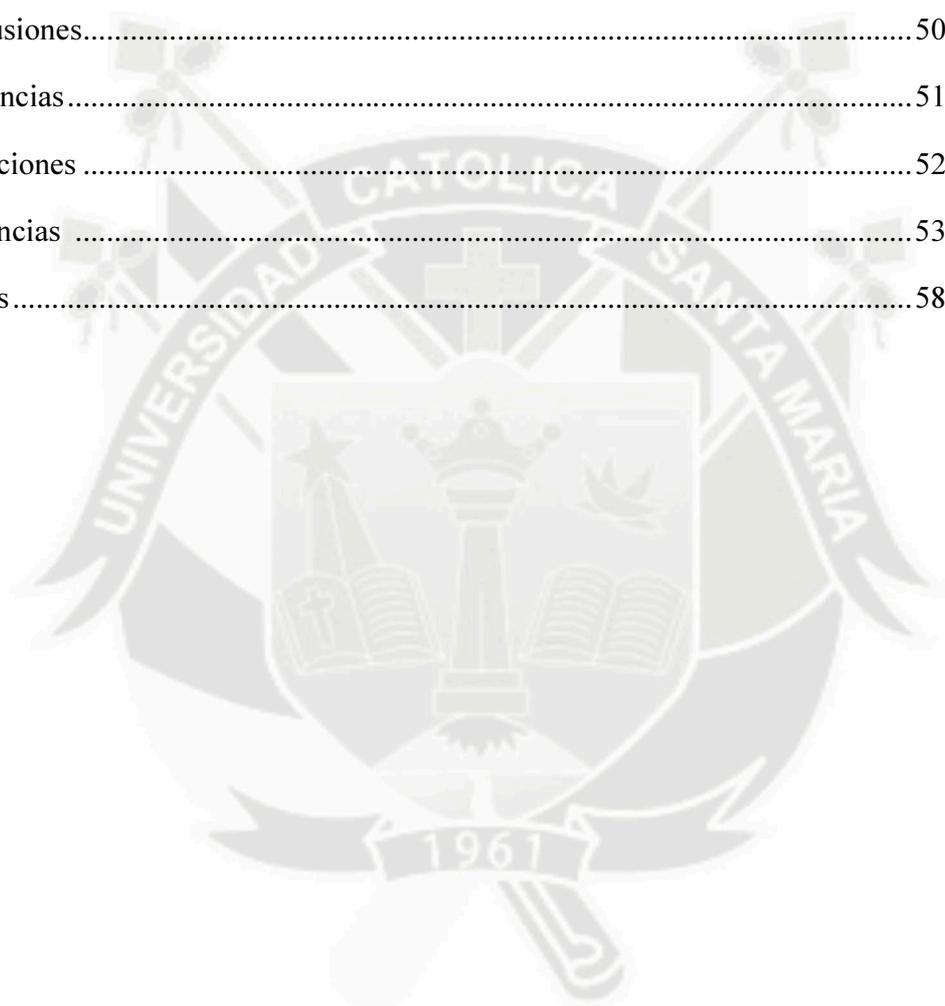
Metodología

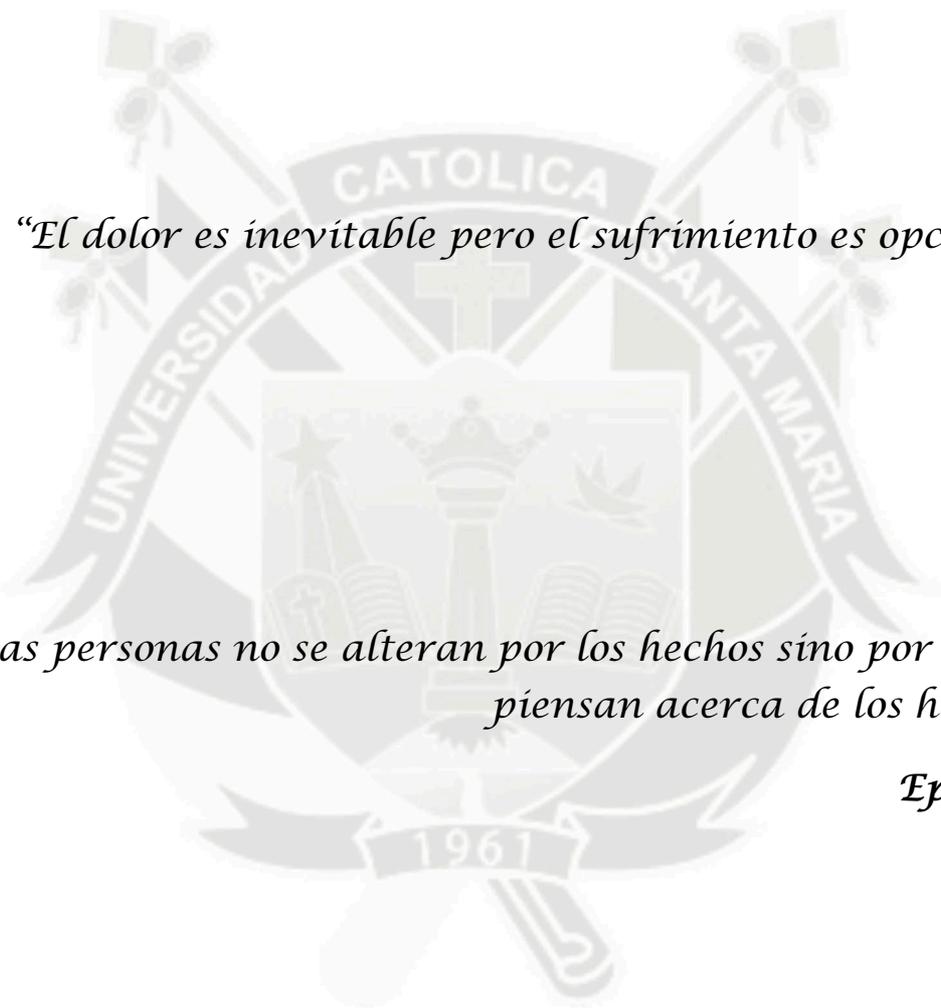
| | |
|--|----|
| Diseño de investigación..... | 32 |
| Instrumentos | 32 |
| Cuestionario de estilos atribucionales | 32 |
| Inventario de ansiedad rasgo-estado..... | 34 |
| Población | 35 |
| Estrategia de recolección de datos..... | 36 |
| Criterios de procesamiento de información..... | 37 |

Capítulo III

Resultados

| | |
|--------------------|----|
| Resultados..... | 39 |
| Discusión | 47 |
| Conclusiones..... | 50 |
| Sugerencias | 51 |
| Limitaciones | 52 |
| Referencias | 53 |
| Anexos..... | 58 |



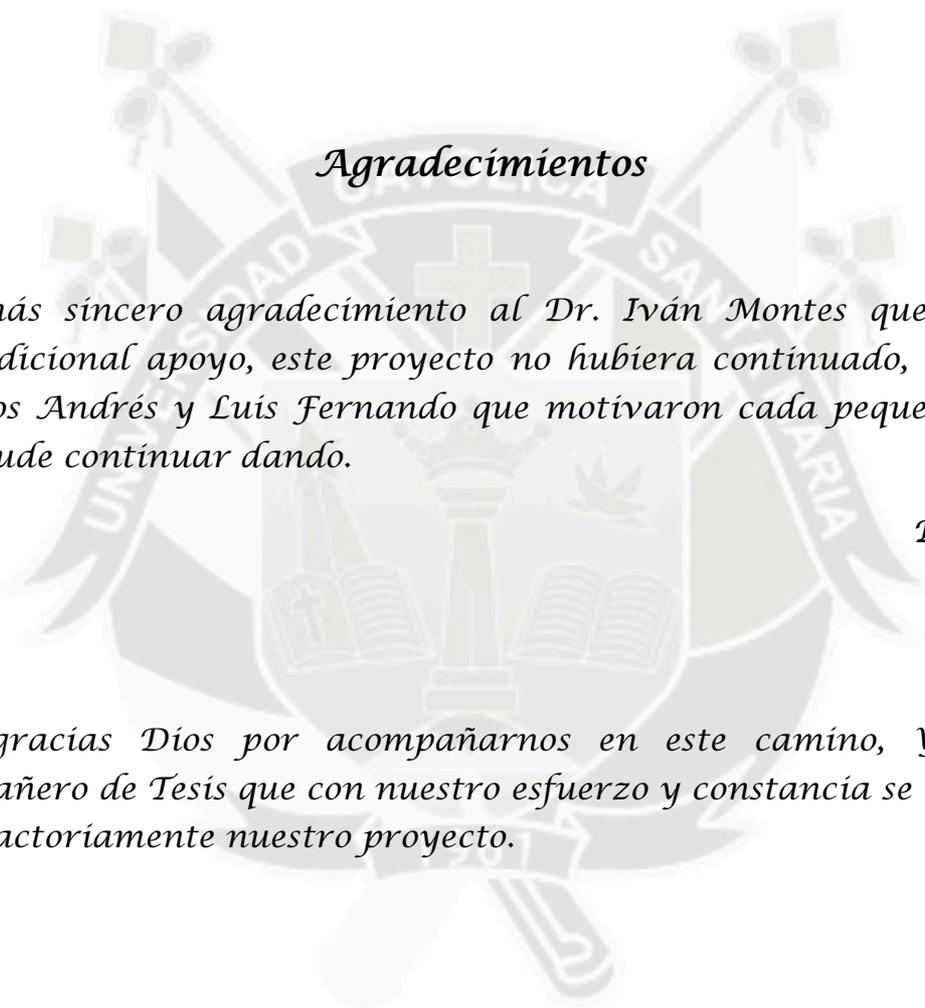


“El dolor es inevitable pero el sufrimiento es opcional”

Buda

“Las personas no se alteran por los hechos sino por lo que piensan acerca de los hechos”

Epicteto



Agradecimientos

Mi más sincero agradecimiento al Dr. Iván Montes que sin su incondicional apoyo, este proyecto no hubiera continuado, y a mis amigos Andrés y Luis Fernando que motivaron cada pequeño paso que pude continuar dando.

Eduardo

Mil gracias Dios por acompañarnos en este camino, y a mi compañero de Tesis que con nuestro esfuerzo y constancia se culminó satisfactoriamente nuestro proyecto.

Linda

Dedicatoria

A mis padres Elly y Eduardo que juntos fueron, son y serán mi más grande apoyo en momentos de dificultad, y a mis hermanos Jesús y José que cada día con sus logros me motivan a seguir mejorando.

Eduardo

Dedico este trabajo a mi persona, ya que gracias a mi esfuerzo y a mis ganas de querer seguir adelante puedo hoy lograr una gran meta en mi vida. También se lo dedico mi madre y a mi abuela Teresa por aquel cariño y apoyo incondicional que siempre me dan; a mi hermana, mi padre y mi familia, que estuvieron apoyándome y dando alientos de continuar; a Franco quien siempre estuvo a lado mío, motivándome a seguir en lo que creo.

Linda

Resumen

La presente investigación correlacional tuvo por objetivo encontrar la relación entre el estilo atribucional para situaciones negativas y la ansiedad rasgo. Fueron encuestados 396 (213 varones; 198 mujeres) estudiantes universitarios entre las edades de 16 a 36 años, de 3 carreras profesionales de una universidad arequipeña. Para la evaluación del estilo atribucional se usó el Cuestionario de Estilos Atribucionales (ASQ) desarrollado por Peterson, Semmel, Von Baeyer, Abramson, Metalsky y Seligman (1982) y para la ansiedad rasgo se usó el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) desarrollado por Spielberger, Gorsuch y Lushene (1970). Se verificó la existencia de una correlación altamente significativa ($p < 0.01$) entre los estilos atribucionales para situaciones negativas y la ansiedad rasgo; del mismo modo se realizaron comparaciones entre la edad, sexo y la carrera profesional de los encuestados.

Palabras clave: Estilo atribucional, Ansiedad rasgo, Estudiantes universitarios.

Abstract

The present correlational research had for the main objective to find significant correlations between attributional style for negative outcomes and trait anxiety. The sample consisted of 396 university students who were evaluated (213 males; 198 females) between the ages of 16 and 36 years, from 3 different professional careers of an arequipenian university. The attributional style was measured with the Attributional Style Questionnaire (ASQ) developed by Peterson, Semmel, Von Baeyer, Abramson, Metalsky & Seligman (1982) and the trait anxiety was measured with the State-Trait Anxiety Inventory (STAI) developed by Spielberger, Gorsuch & Lushene (1970). A highly significant correlation of attributional style for negative outcomes and trait anxiety was verified ($p < 0.01$); also comparisons between age, sex, and professional careers were made.

Key words: Attributional style, Trait anxiety, University students.



CAPITULO 1

MARCO TEÓRICO

Introducción

La tradición investigativa de los teóricos de las atribuciones, nos han demostrado que las atribuciones causales guardan relación con uno de los trastornos psicológicos más expandido de todos, la depresión mayor (Abramson, Metalsky, & Alloy, 1989). Igualmente muchas investigaciones y la experiencia clínica ha encontrado que durante estados depresivos la persona tiene altos niveles de ansiedad, llegando esto a ser uno de los síntomas principales (Sue, Sue y Sue, 2010) por lo cual la lógica nos permitiría hacer una relación directa entre estos tres fenómenos psicológicos. Pero para hacer una afirmación de este tipo es necesario tener datos científicamente comprobados. La evidencia científica ha mostrado que existe un estilo atributivo negativo que se entiende como una tendencia estable, a dar explicaciones a las situaciones negativas como internas, estables y globales (San Juan, 2007); este estilo está ciertamente relacionado a la depresión (Peterson et al., 1982), mientras que muy poca teoría sustenta la existencia de la relación de este estilo atributivo con la ansiedad, es por eso que nos parece importante brindar esta caracterización en específico; además, después de analizar una serie de investigaciones, se notó que existe evidencia científica para casi todos los continentes pero muy poca en Latinoamérica (Abramson, Seligman, & Teasdale, 1978) y por tanto muy poca adaptada a la realidad peruana. Es por este motivo que se ha visto importante investigar la relación entre el estilo atribucional negativo y la ansiedad, para adaptar y verificar esta teoría en nuestro medio.

En la presente investigación se decide utilizar el concepto de ansiedad rasgo debido a que es un tipo de característica relativamente permanente a través del tiempo (Spielberger et al., 1970). Por lo cual de encontrarse una relación con la variable de estilo atribucional

negativo nos permitirá observar un factor más que afecta a la personalidad y los esquemas mentales de las personas.

La investigación de las atribuciones no es solo importante para poder caracterizar y operacionalizar la ansiedad, sino también nos ayuda a tener más herramientas de tratamiento en la terapia cognitiva conductual; esta terapia tiene por objetivo el cambio de creencias e ideas disfuncionales, por tanto se podría cambiar el estilo atributivo de las personas ayudándolas a superar cuadros ansiosos y depresivos.

Problema

¿Existe relación significativa entre el estilo atribucional negativo y la ansiedad rasgo en estudiantes de la Universidad La Salle de Arequipa?

Variables

Variable 1:

Estilo atribucional negativo: Es el fenómeno por el cual las personas atribuyen a eventos negativos una causalidad interna, estable y global. (Peterson, Semmel, von Baeyer, Abramson, Metalsky, Seligman, 1982).

Variable 2:

Ansiedad Rasgo: Factor de personalidad que predispone al sujeto a sufrir ansiedad, debido a que es una tendencia estable a observar el ambiente de forma amenazante (Guillén-Riquelme & Buela-Casal, 2011).

Objetivos

General

- Identificar relaciones significativas entre el estilo atribucional negativo y la ansiedad rasgo en los estudiantes de la Universidad La Salle de Arequipa.

Específicos

- Identificar relaciones significativas entre el estilo atribucional en situaciones positivas y la ansiedad rasgo en los estudiantes de la Universidad La Salle de Arequipa.
- Comparar el estilo atribucional para situaciones negativas, para situaciones positivas y ansiedad rasgo, entre los estudiantes de las carreras profesionales de Administración y Negocios Internacionales, Derecho e Ingeniería de Software de la Universidad La Salle de Arequipa.
- Comparar el estilo atribucional para situaciones negativas, para situaciones positivas y ansiedad rasgo, entre hombres y mujeres estudiantes de la Universidad La Salle de Arequipa.
- Comparar el estilo atribucional para situaciones negativas, para situaciones positivas y ansiedad rasgo, entre los estudiantes de diferentes edades de la Universidad La Salle de Arequipa.

Antecedentes teórico investigativos

Estilo Atribucional

Las personas a lo largo de nuestras vidas pasamos a través de diversas situaciones positivas y negativas, que conllevan sensaciones de éxito o fracaso; y nuestra búsqueda por entender las razones que nos llevaron a estas situaciones clásicamente ha sido llamada estilo atribucional. Este efecto ha llamado la atención de los psicólogos desde mediados del siglo pasado; el primer psicólogo en esbozar una caracterización de las atribuciones fue Franz Haider (1958) en su libro *La Psicología de las Relaciones Interpersonales*. Él postuló que las personas podían explicar los resultados de las situaciones de su vida a factores internos (capacidad personal, motivación, etc.) o externos (Factores ambientales, suerte, etc). Por ejemplo una persona que logra cruzar un lago en un bote puede atribuir su éxito a su propio esfuerzo y capacidad o podría atribuirlo a la corriente de viento de ese momento guío su bote hasta su destino.

Las explicaciones y observaciones de Haider abrieron las puertas a que más investigadores tomaran interés sobre la temática de las atribuciones causales, tal es el caso de Rotter (1966), quien realizó una serie de experimentos, mediante los cuales halló que algunas personas piensan que los reforzadores dependen de sus acciones, y otros creen que los reforzadores son controlados por otras personas y fuerzas externas a ellos. A este concepto lo llamó locus de control (Schultz & Schultz, 2010). Aquellas personas que presentan un locus de control interno, sienten y piensan que su conducta controla el reforzamiento que perciben, mientras que aquellas personas que tienen un locus de control

externo piensan que otros individuos, los factores ambientales o la suerte controlan los reforzadores que ellos reciben (Rotter, 1966).

La teoría del locus de control de Rotter tiene una fuerte vigencia hasta el día de hoy, pero otros teóricos de las atribuciones empezaron a encontrar más dimensiones además de la internalidad o externalidad; tal es el caso de Weiner, Frieze, Kukla, Reed, Rest y Rosenbaum (1971) quienes observaron que era necesaria una segunda dimensión de las atribuciones para poder explicar mejor este efecto. Ellos notaron que algunas causas internas tenían cierta fluctuación en el tiempo, mientras que otras eran relativamente estables. Por ejemplo la inteligencia es percibida como una característica constante, mientras que el humor es más variable, y puede cambiar de tiempo en tiempo y de periodo en periodo. Para las causas externas existía el mismo tipo de lógica (Weiner, 1985). Es aquí donde se define la dimensión de estabilidad en las atribuciones.

Posteriormente, Rosenbaum (1972, mencionado en Weiner, 1985) observó que algunas causas internas e inestables (p.e. Esfuerzo, fatiga, humor) se diferenciaban entre sí en el sentido de que uno tenía cierto nivel de control sobre esta característica. En este sentido si ejemplificamos podríamos tener un estudiante, que para exámenes de matemática se esfuerza mucho y obtiene buenas calificaciones, mientras que para exámenes de literatura no se esfuerza y obtiene bajas calificaciones; para ambas situaciones existe una causalidad interna e inestable que es el esfuerzo, pero el estudiante tiene el control de decidir cuándo esforzarse y cuando no; si pensáramos que la causa de que el estudiante obtenga buenas o malas calificaciones es la inteligencia, el sujeto no tiene control sobre la situación. Esta dimensión de las atribuciones causales fue posteriormente nombrada como controlabilidad (Weiner, 1979).

Weiner (1985) postuló que la internalidad, estabilidad y controlabilidad eran las tres dimensiones de la atribución con mayor cantidad de investigaciones, y con mayor capacidad de explicar las atribuciones de las personas, pero otros teóricos postularon la existencia de una dimensión más, la cual hacía referencia a la globalidad o especificidad de la causa (Abramson et al., 1978), por ejemplo algunas personas atribuyen su éxito en los estudios a su alta inteligencia, lo cual es una característica interna y estable, pero la inteligencia puede afectar a su desempeño en los estudios y a otra gran variedad de situaciones en su vida, por lo cual también tiene la cualidad de ser global; en cambio si una persona atribuye su bajo rendimiento a que tiene muy poca motivación es una característica interna, relativamente estable y por el hecho de solo afectar a los estudios tiene la cualidad de ser específica.

Abramson y cols. (1978) explicaron la existencia de la tercera dimensión de las atribuciones en el marco de formular una teoría que posteriormente fue ampliamente estudiada y sobre la cual también se enmarca la presente investigación. Esta teoría fue llamada la indefensión aprendida.

Indefensión Aprendida

Overmier y Seligman (1967, mencionado en Maier y Seligman, 1976) realizaron diversos experimentos con perros, los cuales utilizaron tres grupos de perros: un grupo era sometido a descargas eléctricas en un arnés, estos perros tenían la posibilidad de detener la descarga al empujar con la nariz un botón que tenían frente a ellos; el segundo era sometido a la misma duración e intensidad de descargas eléctricas que el primer grupo, pero con la diferencia de que el presionar el botón que tenían en frente no causaba ningún efecto en la

descarga; y un tercer grupo control que no recibía ninguna descarga previa; estos tres grupos posteriormente fueron puestos en una caja con dos cámaras, que eran divididas por un obstáculo lo suficientemente grande como para que los perros lo puedan cruzar con un salto medianamente elevado, la cámara de la caja donde eran colocados inicialmente los perros tenía una base metálica la cual enviaba descargas eléctricas durante 1 minuto.

Overmaier y Seligman (1967, mencionado en Maier y Seligman, 1976) observaron que los perros del primer grupo, a los que se les brindó el control de detener las descargas eléctricas, aprendían después de algunos intentos, que si saltaban el obstáculo entre las dos cámaras evitarían la descarga eléctrica, del mismo modo ocurrió con el grupo control; pero observaron una fuerte diferencia con el grupo que no recibió la posibilidad de controlar la descarga eléctrica: estos perros al iniciar la descarga en la caja, corrían durante algunos segundos y terminaban reaccionando pasivamente a recibir la descarga eléctrica hasta que esta terminara, esto ocurrió en todos los intentos de la prueba.

Después de realizar variaciones de este experimento en otras especies de animales como peces, gatos, monos, ratas y seres humanos, se recolectó suficiente información como para poder postular la primera teoría de la indefensión aprendida (Maier y Seligman, 1976), la cual mencionaba que cuando un organismo es sometido a situaciones aversivas e incontrolables, aprende que su conducta y los resultados de las situaciones son independientes; este aprendizaje produce efectos motivacionales donde el organismo no intenta evitar la situación aversiva; cognitivos donde el organismo pierde la capacidad de hacer relaciones entre sus conductas y los resultados de ellas; y emocionales donde los organismos muestran signos de ansiedad y afecto deprimido.

En un meta-análisis de 132 investigaciones se observó que los efectos de las descargas eléctricas inevitables que generaban indefensión, eran considerablemente más fuertes en los seres humanos que en los animales (Schultz & Schultz, 2010). Con todas estas observaciones y cantidad considerable de experimentos se intentó llevar esta teoría fuera del laboratorio y demostrarla en el mundo real.

Seligman (1975, mencionado en Overmier, 1986), posteriormente a un detallado análisis de la teoría de la indefensión aprendida, sugirió que ésta podía ser una forma de depresión o al menos un modelo que explicaría las causas, síntomas y prevención. Esta afirmación generó una serie de debates que permitieron dar mayor apertura a la investigación y obtener nuevas perspectivas de la teoría.

Algunos años después Abramson et al., (1978) observaron que existían dos problemas que afectaban la hipótesis clásica de la teoría de la indefensión aprendida en los seres humanos. Primero, muchas situaciones independientemente de si eran controlables o incontrolables en la realidad, las personas tendían a sentirse indefensas, sólo si interpretaban la situación aversiva como incontrolable; y segundo, no se clarifica si la indefensión aprendida es específica a algún aspecto de la vida, o se generaliza a todos los aspectos, o si es crónica o aguda. Además criticaron el hecho de que teoría se formó en base a la experimentación con animales por lo cual no se tomaron tantos aspectos de la naturaleza humana como eran necesarios. Por esta razón que se vio necesaria una reformulación de la teoría que incluye a las atribuciones causales (Abramson et al., 1978) Estas, según los autores, brindaban las respuestas que hacían falta para terminar de formular la indefensión aprendida en seres humanos.

El primer problema que observaron acerca de la incontrolabilidad de las situaciones y la percepción que tenían las personas de estas situaciones. Se generó la necesidad de buscar una respuesta en la dimensión de internalidad/externalidad de las atribuciones. Para resolver este problema fue necesario realizar una distinción entre la indefensión personal y la indefensión universal; la indefensión personal hace referencia a cuando las personas perciben situaciones negativas, con una alta probabilidad de que les ocurra a ellos y no a sus pares; este tipo de personas, tiende a atribuir las causas a factores internos; mientras que la indefensión universal hace referencia a cuando las personas perciben situaciones negativas con una alta probabilidad de que les ocurra a ellos y a sus pares; estas personas tienden a atribuir las causas a factores externos (Abramson et al., 1978). Para clarificarlo mejor esto se puede explicar con dos ejemplos, un padre que gasta todo su dinero en intentar curar la leucemia de su hijo sin ningún resultado, atribuye esta situación a factores externos a él porque piensa que la leucemia es incurable y ninguno de sus pares podría curarla tampoco; mientras que un estudiante universitario que hace todos los intentos posibles por aprobar un examen de matemática y lo desaprueba de todos modos, atribuye esta situación a factores internos porque piensa que sus compañeros son más inteligentes que él y él por ser tonto desaprueba el curso.

Como señaló Abramson y sus colaboradores (1978), la autoestima se ve directamente afectada por la indefensión personal (atribuciones internas) debido a que el sujeto se ve disminuido frente a sus pares, sin ocurrir esto en la indefensión universal porque el sujeto percibe que tiene las mismas probabilidades de que las situaciones negativas le ocurran como a sus pares.

Para el segundo problema, encontrado con respecto a la teoría clásica de la indefensión aprendida, referida a la cronicidad y generalidad de los déficits motivacionales, cognitivos y emocionales; se postuló que estos también dependían de factores atribucionales, pero en específico la cronicidad hace referencia a la dimensión de estabilidad/inestabilidad de Weiner y colaboradores (1971), debido a que por ejemplo cuando un estudiante desaprueba un examen importante, puede atribuirlo a que es poco inteligente o a que esa día estuvo muy cansado y no pudo concentrarse. Ambas son atribuciones internas, pero la primera es más estable que la segunda, en esta medida si el estudiante desarrolla indefensión, esta persistirá durante más tiempo (Abramson et al., 1978). Por otro lado en esta reformulación de la teoría de la indefensión aprendida, se postuló la existencia de una tercera dimensión de las atribuciones, llamada especificidad/globalidad, debido a que se observó que algunas personas mostraban los síntomas de la indefensión sólo en algunos aspectos de su vida, mientras que otros mostraban la indefensión en casi todos los aspectos de su vida; por ejemplo un hombre que perdió su trabajo puede atribuir esta situación a que no era muy bueno en ese trabajo o puede atribuirlo a que no es bueno para nada. La dimensión específica se observa en la primera parte del ejemplo, mientras que la dimensión global aparece en la segunda, este tipo de atribuciones determinan cuan intensos y generales serán los síntomas de la indefensión (Abramson et al., 1978).

Por tanto se investigó la relación que existía entre un estilo atribucional interno, estable y global para eventos negativos con los síntomas depresivos, encontrando en muchos casos una alta relación (Peterson & Vaidya, 2001). Podemos observar que según Abramson, Metalsky, y Alloy (1989) los estudios transversales no han podido aclarar si el

estilo atribucional negativo es una de las posibles causas de la depresión o una consecuencia; en cambio la realización de estudios longitudinales, sí permiten probar que el estilo atribucional negativo es un factor de vulnerabilidad para desarrollar depresión. Trabajos longitudinales como el de Temple-Wisconsin (Citado en Abramson et al., 2002) en cual encuentra significativamente que en personas con un estilo atribucional negativo, se producía una mayor incidencia de episodios de depresión mayor a comparación de las personas que se caracterizaban por un estilo atributivo positivo.

Los estilos atribucionales tuvieron muchas correlaciones con la depresión, pero hubo muy pocos, con ansiedad, ira, hostilidad, también se realizaron otras investigaciones intentando relacionar el estilo atribucional negativo con personalidad (Sanjuán & Magallares, 2006; Camuñas et al., 1999). Se toma conjuntamente todos estos resultados e indica que probablemente el estilo atribucional negativo no es un factor específico de riesgo para desarrollar sintomatología depresiva, sino que podría constituir una predisposición general que aumentaría la probabilidad de experimentar malestar psicológico. (Alloy & Clements, 1999 mencionado en Pilar Sanjuan, 2007)

A partir de una serie de observaciones, de cómo se relacionaban las expectativas de la persona indefensa con las situaciones que vendrían en el futuro, se hizo una nueva formulación de la teoría pero esta se le llamo desesperanza, y se le relacionó con la depresión y la ansiedad (Waikar & Craske, 1997) en esta postulación teórica se hace referencia a que las personas que han atravesado por situaciones aversivas, que generaron indefensión global y estable, pueden presentar una alta expectativa a que nuevamente las situaciones les ocurrirán y piensan que estas nunca cambiarían (Peterson et al., 1982), estos pensamientos en sí mismos son depresogénicos y ansiogénicos.

Para Lega, Caballo, y Ellis (1997) el estilo atribucional negativo no es suficiente para causar depresión en las personas, según ellos estas atribuciones para eventos negativos podrían causar tristeza, pero para que una persona desencadene una depresión, necesita tener una filosofía dogmática, exagerada, absolutista y grandiosa, descrita por la terapia racional emotiva conductual.

Se realizaron investigaciones donde analizaron las diferencias de género y edad en cuanto a los estilos atribucionales. En la investigación de Docampo (2002) donde usaron el Children Attributional Style Questionnaire en 409 estudiantes, en la adolescencia temprana, con una edad media de 13,4 años; los resultados obtenidos en esta investigación son, que el estilo explicativo tiende a ser más optimista en las chicas. Sin embargo, las diferencias desaparecen cuando se analizan de forma separada las dimensiones de internalidad, estabilidad y globalidad. Y tal cual resultado, se obtuvo en la investigación de DeMoss, Milich, y DeMers (1993) que las mujeres tienen un alto nivel en creatividad, niveles bajos de depresión y un estilo atribucional positivo. Pero en el trabajo realizado por Pilar Sanjuan y Alejandro Magallares (2007) se muestra lo contrario, ya que ellos no encontraron diferencias significativas entre hombres y mujeres en cuanto a los estilos atribucionales que presentaban.

En cuanto a la edad, el estilo atribucional fue estudiado en diversas etapas de desarrollo y encontraron, que las chicas presentan un estilo atribucional positivo en la pre-adolescencia, y los niños mayores presentan puntuaciones en depresión más elevadas (Sanchez & Méndez, 2009). Otro artículo, en cual se muestra el estilo atribucional de niños de 9 a 12 años frente a las interacciones sociales en el aula de clase, en una muestra de 371 participantes en 35 colegios; predominó un estilo de atribución interno, estable y

controlable, siendo este un estilo atribucional negativo con tendencia de dominio motivacional social. (Navarro, 2007).

Ansiedad

Las primeras formas conocidas de ansiedad se encuentran representadas por pinturas paleolíticas, en las cuales se observan fuentes de miedo, como son los depredadores. Posteriormente se observó mayor interés por entender la ansiedad en el siglo IV en la medicina hipocrática y la filosofía aristotélica (Horwitz, 2013).

En Grecia y luego más tarde en Roma, tenían como concepto base de la ansiedad, que esta era “la expectativa del mal”, que encerraba todos los males, por ejemplo: desgracia, la pobreza, la enfermedad, soledad y la muerte. A pesar de ello, la ansiedad también fue tomada como beneficio ya que se centró en el temor que surgía en situaciones de peligro, en particular, en el combate (Horwitz, 2013).

La ansiedad definida por Aristóteles en 384-322 a.c. (mencionado en Horwitz, 2013), de una manera contextual, provee el más amplio debate, enfatizando cuan normal es el miedo y la ansiedad en situaciones amenazantes, este dice: “Permite que el miedo te invada, luego permite que el dolor y la perturbación resultantes de la imaginación de impedir el peligro, por más que sea destructivo o doloroso, por eso el porqué el peligro esta tan próximo a lo terrorífico”, Entonces los síntomas característicos de la ansiedad surgen naturalmente cuando la gente percibe algún peligro próximo. Cicerón un filósofo de los años 106 a 43 a.c. hace mención y realza los aspectos ansiosos de la personalidad, dichos aspectos se desarrollaron en situaciones amenazantes y peligrosas. (Horwitz, 2013)

Las concepciones antiguas sobre la ansiedad tienden a ser vinculados con valores culturalmente específicos, puesto que reconocen la ansiedad como una emoción natural pero a menudo está vinculado con las virtudes morales. Consideraban a los hombres honorables o no, en función de su capacidad de controlar su ansiedad; es por eso que la ansiedad en el mundo antiguo, era más visto como un signo de fracaso moral que como una disfunción médica. (Horwitz, 2013)

En la psiquiatría, la ansiedad es tomada en cuenta partir de la publicación del término ansiedad en el DSM III que fue publicado en 1980 (Horwitz, 2013). La ansiedad por ser un fenómeno muy complejo y subjetivo, ha tomado diferentes conceptos en sus diferentes contextos; los diversos autores, dependiendo de su postura teórica han planteado la ansiedad como:

Un síntoma que supone una sensación o sentimiento de incomodidad personal, relacionada a un miedo o temor indefinido, que genera la aceleración de las cogniciones, el estado en alerta del sistema nervioso central y excitación motora (Meza & Rodriguez, 2007).

Los teóricos conductistas postulan que la ansiedad está condicionada por el miedo a estímulos ambientales específicos. La formulación de Watson en 1952 (citado en Velásquez, 2002), respecto al condicionamiento clásico, identifica la ansiedad como respuestas condicionadas provocados por estímulos condicionados, que en el pasado estuvieron temporalmente asociados con hechos o estímulos traumáticos incondicionados.

Pero existen otros conceptos de ansiedad como del diccionario de psicología de Olortegui que describe la ansiedad como: “Sentimiento de aprensión, incertidumbre y

temor sin estímulo manifiesto, y acompañado de cambios fisiológicos (taquicardia, sudación temblor, etc.)” (Olortegui, 2008. pp.91). Así mismo, esta es explicada en el manual de psicopatología general de Mesa y Rodríguez, tomando a la ansiedad patológica como un síntoma que conserva un sentimiento de incomodidad personal, asociado a un temor indefinido, una aceleración mental y neurovegetativa y una actividad motora aumentada. Según este manual, las personas que se sienten ansiosas definen su estado como de tensión, una tensión que afecta tanto al componente psíquico que son los miedos abstractos, aceleración del pensamiento, hipervigilancia y desconcentración; como a los componentes físicos que son las molestias más o menos localizadas, un nudo en la garganta, dificultad para respirar, taquicardia, sensaciones vertiginosas y tensión muscular; también afecta al componente conductual que refieren a la evitación, inmovilidad, defensa agresiva, búsqueda protección, hiperactividad (Meza & Rodríguez, 2007).

La ansiedad es uno de los problemas psicológicos con mayor prevalencia (Guillén-Riquelme & Buela-Casal, 2011), del mismo modo es un mecanismo natural de alerta que predispone a las personas a enfrentarse a las diversas situaciones de la vida diaria; el problema se genera en el momento en el cual, los estados ansiosos son constantes y causan estragos en la salud, tal cual temblores, movimiento involuntarios o sacudidas, tensión, fatiga, insomnio, dificultad para respirar, manos frías. En el aspecto emocional, genera una sensación de peligro, preocupación exagerada, un sentimiento de que “algo va a suceder” poca concentración y una hipersensibilidad a estímulos inesperados (Olortegui, 2008).

Para Martínez-Sánchez y colaboradores (1995) la ansiedad tiene tres componentes el cual constituyen, componentes cognitivos: anticipaciones amenazantes, evaluaciones del riesgo, pensamientos automáticos negativos, imágenes importunas, etc. Los componentes

fisiológicos: activación de diversos centros nerviosos, particularmente del sistema nervioso autónomo, que implica cambios vasculares, respiratorios, etc. Y los componentes motores y de conducta: inhibición o sobreactivación motora, comportamiento defensivo, búsqueda de seguridad, sumisión, evitación, agresividad, etc.

Del mismo modo, Chua y Dolán (mencionado en Arenas y Puigcerver, 2009) dicen que, la ansiedad en su componente cognitivo, se entiende como la indefensión, cuya principal característica es la sensación de incontrolabilidad ante posibles situaciones de daño o amenaza.

Considerando todos los conceptos anteriores e investigaciones realizadas, la ansiedad y el malestar emocional y físico que supone, es un aviso de alerta, y cumple una útil función de prevención. Sin embargo, la ansiedad también puede volverse excesiva y desmesurada, en cuyo caso, en lugar de ayudar a la persona a buscar una solución, lo que hace es mantener su mente ocupada en preocuparse (Grases, Sanchez-Curto, Rigo, & Adrover-Roig, 2012).

Estudios demuestran que la prevalencia de la ansiedad en la población mundial muestra rangos que van desde 2.4% hasta 18.2% en países de América, Europa y Asia (Kessler y Ustun, 2004 mencionado en Pavez, Mena, & Vera-Villaruel, 2012). Además autores chilenos mencionan que la ansiedad en Chile después de la depresión es uno de los principales trastornos psicológicos por los que consultan las personas en los centros de salud. (Vicente, Rioseco, Saldivia, Kohn, & Torres, 2002)

Se realizaron numerosos cuestionarios para medir la ansiedad, ya que actualmente es un problema grave en todas las sociedades; diversos autores pusieron empeño y se crearon diferentes cuestionarios como El Inventario de Ansiedad de Beck, Inventario de Situación y

Respuestas Ansiosas, Escala de Ansiedad Manifiesta de Taylor. Entre los cuestionarios para evaluar este trastorno se encuentra el State-Trait Anxiety Inventory (STAI), desarrollado por Spielberger, Gorsuch y Lushene (1970). Este instrumento fue creado para evaluar la ansiedad según el modelo del propio Spielberger, que postulaba que dicho trastorno está constituido por dos componentes: Un factor de ansiedad rasgo y otro de ansiedad estado.

La ansiedad fue tomada en cuenta en distintos ámbitos de la psicología, pero más importante aún, en rasgos de la personalidad, ya que está mencionada en diferentes teorías: Eysenk (mencionado en Schmidt, DecostaOliván, Firpo, Vion, & Casella, 2009) realizó estudios psicofisiológicos y de genética con el cual explica su teoría de la personalidad, en un principio tuvo en sus dimensiones de la personalidad tres grupos que eran normalidad, neurosis y psicosis. La propuesta teórica que da en su inventario de personalidad, da la clasificación de los tres grupos que son Psicoticismo – Control de impulsos, extroversión – introversión y neuroticismo – estabilidad emocional; teniendo en cuenta la última dimensión llamada neuroticismo que tiene como rasgos: Ansiedad, depresión, baja autoestima, irracionalidad y malhumor, entonces aquí la ansiedad ya es considerada como rasgo de la personalidad por Eysenk (Schultz & Schultz, 2010).

El contenido original del término neurosis “Irritabilidad o trastorno del sistema nervioso”, introducido por el psiquiatra escocés William Cullen (1769, mencionado en Conti & Stagnaro, 2007), se refería a una enfermedad general del sistema nervioso que no incluía fiebre y ninguna afección local de algún órgano, este comprometía los sentimientos. A lo largo de los siglos XIX y XX diversos autores se ocuparon de distinguir sus características, y del gran grupo inicial se fueron desgajando diversas enfermedades que

permitieron precisar más rigurosamente sus contornos y límites, pero las disputas en torno a su especificidad siguieron siendo numerosas y apasionantes. Es un acontecer humano que gira en torno a la experiencia de la angustia, que fue sintetizado en las categorías clínicas y psicopatológicas elaboradas por Sigmund Freud (Conti & Stagnaro, 2007).

Freud (mencionado en Joiner, Catanzaro, Laurent, Sandín, & Blalock, 1996) desarrolla el concepto de neurosis y el de ansiedad; en cual expresa que la ansiedad constituía el componente central de la neurosis y a su vez lo clasificaba en: Ansiedad experimentada, que refiere como neurosis para describir los síntomas del malestar emocional o de ansiedad, en cual Seligman habla del mismo pero como ansiedad observada, ejemplo: Fobias, pánico, TAG, estrés postraumático. Y ansiedad inferida que refiere como neurosis para describir los mecanismos de defensa contra la ansiedad, por ejemplo: TOC, histeria, somatoforme. (Joiner et al., 1996).

Entonces Freud (mencionado en Schultz & Schultz, 2010) define la ansiedad como sentimiento que se asemeja al miedo sin causa evidente, ya que no podemos señalar su origen o el objeto concreto que lo provoco, comenta que la ansiedad neurótica es un conflicto entre el ello y el yo. Este sentimiento para Freud es importante, ya que lo coloca dentro de su teoría de la personalidad, y considera que toda ansiedad es el trauma del nacimiento.

En los años 403-106 a.c. el filósofo romano Cicerón distinguió relativamente los aspectos de la ansiedad, considera "La ansiedad rasgo (anxietas) se diferencia de la ansiedad estado (angor) en el sentido de que, los que a veces muestran el miedo no son necesariamente siempre ansiosos, ni tampoco aquellos que siempre están ansiosos muestran

necesariamente el miedo en todas las situaciones" (pp.29). Anxietas era una predisposición relativamente estable, mientras que angor era más transitoria. (Horwitz, 2013).

Luego Cattell define los rasgos de personalidad como: tendencias, características estables y permanentes a conductas, que son unidades estructurales básicas de la personalidad. El neuroticismo siendo rasgo de superficialidad, Cattell en 1963 (citado en Schultz & Schultz, 2010; Moscoso, 1998) tiene en cuenta que este es formado por la ansiedad, la indecisión y el miedo irracional, quien fue uno de los primeros que distingue la ansiedad en dos dimensiones, Ansiedad Rasgo y Estado.

Siendo luego Spielberg, que siguiendo la línea teórica, postulaba que la ansiedad, está constituida por dos componentes: La ansiedad estado (sensaciones en el momento) es una condición emocional transitoria del organismo humano, que se caracteriza por sensación de tensión y de aprensión subjetiva, que es conscientemente percibida, además de la activación del sistema nervioso autónomo; esta es definida como un periodo transitorio. En general este concepto se refiere a una respuesta desagradable frente a un evento futuro específico. En cambio la ansiedad rasgo (disposición biológica) es una característica relativamente estable de la personalidad, que genera una propensión a la ansiedad, en general a ver el mundo como algo peligroso y amenazante, y que constantemente se experimenta esta sensación por un lapso prolongado de tiempo (Spielberger et al., 1970; Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg, & Jacobs, 1983; Chávez & Rospigliosi, 1994).

Estudios realizados por Camuñas et al., (1999) en el que intentan encontrar relación de las emociones negativas con los estilos atribucionales, encontraron que si hay relación entre el estilo atribucional interno-estable-global (Estilo atribucional negativo), y las

respuestas de ansiedad a nivel cognitivo, que se dan en situaciones amplias de la vida diaria.

En 1999 se realizó un estudio por Richaud de Minzi & Sacchi, en el cual estudiaban la influencia del estilo atribucional, la confianza de las personas y el soporte social sobre la percepción de la amenaza; mediante su investigación encontraron que las personas indefensas, atribuyen sus éxitos a causas externas e incontrolables y sus fracasos a causas internas, estables y controlables. Estas personas tienden a percibir más amenaza, y a presentar mayores niveles de ansiedad cognitiva.

Fresco, Alloy, & Reilly–Harrington (2006) en un estudio, en el cual buscaban correlación entre los estilos atribucionales en eventos negativos y positivos con depresión y ansiedad, en 239 estudiantes, encontraron como resultados y conclusiones que las personas con depresión, ansiedad y distimia tienen relación significativa con el estilo atribucional en situaciones negativas; mientras que la depresión, tiene niveles significativos en relación con el estilo atribucional en situaciones positivas, a diferencia del resto.

En un estudio de Grases y cols., (2012) se relacionó el estilo atribucional positivo y la ansiedad rasgo y estado. En el cual fueron evaluados con el Cuestionario de Estilos Atribucionales en niños, para poder reducir los niveles de Ansiedad-Estado y Ansiedad Rasgo, siendo evaluados mediante el State-Trait Anxiety Inventory, fue realizado en una muestra de 41 estudiantes. Los resultados dieron una relación significativa entre la ansiedad-rasgo y el estilo atribucional positivo, puesto que los participantes que mostraron un bajo nivel de ansiedad-rasgo mostraron un mayor número de pensamientos positivos; en

conclusión los resultados de estos fueron que con un mayor número de pensamientos positivos se asocian un nivel bajo de Ansiedad Rasgo y Estado.

En cuanto a las diferencias de género, la ansiedad ha mostrado tener una serie de diferencias significativas; por ejemplo en el trabajo de Arenas y Puigcerver (2009) se observó que las mujeres tienen una mayor vulnerabilidad (3 a 4 veces más) que los hombres, a sufrir trastornos de ansiedad. Otros estudios como el de Inglés, Piqueras, García-Fernández, García-López, Delgado, y Ruiz-Esteban (2010) muestran en su investigación que las mujeres tienen mayores niveles de ansiedad social, a diferencia de los hombres, puesto que los hombres pueden evitar de manera más fácil la ansiedad social; del mismo modo no se encontraron diferencias de edad entre los participantes de la investigación que oscilaban entre los 12 y 17 años.

Hipótesis

H_1 : Existe relación significativa entre el estilo atribucional negativo y la ansiedad rasgo en los estudiantes de la Universidad La Salle de Arequipa.

H_0 : No existe relación significativa entre el estilo atribucional negativo y la ansiedad rasgo en los estudiantes de la Universidad La Salle de Arequipa.



CAPITULO 2

**DISEÑO
METODOLÓGICO**

Diseño de investigación

La presente investigación es de tipo transversal, correlacional debido a que describe la relación entre dos variables en un momento determinado sin atribuir a una variable el efecto observado en otra (Salkind, 1999).

Instrumentos

Se utilizó el Cuestionario de Estilos Atribucionales creado por Peterson y colaboradores (1982). Este cuestionario fue traducido del inglés, y fue validado por un experto. El cuestionario tiene un cociente validez interna de 0.75 utilizando la prueba estadística de Alfa de Cronbach y la confiabilidad con la prueba de Test – Retest se observa el puntaje menor de 0.57 y el mayor de 0.70, lo cual confirma que esta es una prueba válida y confiable.

Este cuestionario contiene 12 situaciones que se encuentran divididas en dos categorías.

Situaciones Positivas: Ítems 1, 3, 6, 9, 10, 12.

Situaciones Negativas: Ítems 2, 4, 5, 7, 8, 11.

La consigna señala que el sujeto debe leer cada situación e imaginarla como que le está sucediendo en ese momento, luego debe decidir cuál siente que podría ser la causa más importante de la situación y se le pide que la escriba en espacios en blanco destinados para ello. Posteriormente, debe responder tres preguntas acerca de la causa:

- La primera pregunta, solicita al evaluado que decida en qué nivel del 1 al 7 identifica la causa como interna o externa a él, siendo 1 completamente externo y 7 completamente interno.
- La segunda pregunta, solicita al evaluado que decida en qué nivel del 1 al 7 identifica la causa como estable o inestable, siendo 1 completamente inestable y 7 completamente estable.
- La tercera pregunta, solicita al evaluado que decida en qué nivel del 1 al 7 identifica la causa como específica o global, siendo 1 completamente específico y 7 completamente global.

Para la calificación se suman las medias de los puntajes en situaciones positivas, y realizando un promedio de ellas, este puntaje es considerado como el puntaje del estilo atribucional para situaciones positivas. Para las situaciones negativas, se realiza el mismo procedimiento. Los puntajes obtenidos que oscilen entre 4 y 7 son considerados como internos, estables y globales; y los puntajes que oscilen entre 1 y 3.99 son considerados como externos, inestables y específicos. Para la calificación de esta prueba se creó una plantilla electrónica en MS Excel.

Muchas investigaciones han caracterizado a los altos puntajes en situaciones negativas como Estilo atribucional negativo, y altos puntajes en situaciones positivas son consideradas como Estilo atribucional positivo (Peterson et al., 1982; SanJuán & Magallares, 2006; SanJuán, 2007; Abramson et al., 1978)

Para la medición de la ansiedad rasgo, se utilizó el Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE) creado por Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg, y Jacobs (1983). Este

inventario tiene dos escalas distintas, la de ansiedad rasgo y ansiedad estado. Por la naturaleza de la investigación y el problema a estudiar sólo se utilizó la escala ansiedad rasgo, la cual posee un cociente de validez interna de 0.86 a 0.95 con la prueba estadística de Alfa de Cronbach, y un cociente de confiabilidad con la prueba Test – Retest de 0.65 a 0.75, datos que confirman la alta validez y confiabilidad del inventario en la ciudad de Arequipa (Chávez & Rospigliosi, 1994).

Este inventario tiene 20 reactivos distribuidos en una escala de Likert de 4 niveles de respuesta, los cuales son: Casi nunca, algunas veces, frecuentemente, casi siempre; dentro de los 20 reactivos existen 7 inversos.

Para la calificación se creó una plantilla de MS Excel en la cual se ingresaron las respuestas de cada una de las pruebas. La plantilla sumó los puntajes teniendo en cuenta los 7 reactivos inversos. Por último estos puntajes fueron transformados según los baremos para percentiles adaptados en Arequipa por Chávez y Rospigliosi en 1994; se encuentran las siguientes categorías para el diagnóstico:

Tabla N°1:
Escala rasgo varones

| Percentil | Rango | Puntaje | Categoría diagnóstica |
|------------------|--------------|----------------|------------------------------|
| 95 a + | I | 58 – 70 | Ansiedad severa |
| 75 a 94 | II | 49 – 57 | Ansiedad marcada |
| 25 a 74 | III | 36 – 48 | Ansiedad moderada |
| 6 a 24 | IV | 29 – 35 | Ansiedad mínima |
| 1 a 5 | V | 24 – 28 | No hay presencia de ansiedad |

Tabla N°2:*Escala rasgo mujeres*

| Percentil | Rango | Puntaje | Categoría diagnóstica |
|------------------|--------------|----------------|------------------------------|
| 95 a + | I | 63 – 71 | Ansiedad severa |
| 75 a 94 | II | 53 – 62 | Ansiedad marcada |
| 25 a 74 | III | 39 – 51 | Ansiedad moderada |
| 6 a 24 | IV | 31 – 38 | Ansiedad mínima |
| 1 a 5 | V | 25 – 30 | No hay presencia de ansiedad |

Población

La población total de los estudiantes de la Universidad La Salle de Arequipa es 411 individuos distribuidos en tres carreras profesionales: Administración y negocios internacionales (214), derecho (150) e ingeniería de software (47). Las edades de los sujetos oscilaban entre 16 y 36 años, siendo 213 varones y 198 mujeres. La Universidad La Salle al ser una universidad que entre sus estudiantes presenta diversos estratos socio-económicos, y al ser una población accesible a los investigadores, se aplicó las encuestas a todos los estudiantes y por tanto se utilizó técnicas de muestreo sensal.

Tabla N° 3*Características de la Muestra – Carrera Profesional*

| Carrera Profesional | N | % |
|---|------------|------------|
| Derecho | 150 | 36.5 |
| Administración y negocios internacionales | 214 | 52.1 |
| Ing. de Software | 47 | 11.4 |
| Total | 411 | 100 |

Tabla N°4*Características de la Muestra – Edad*

| Edad | N | % |
|--------------|------------|------------|
| 16 – 18 | 207 | 52.8 |
| 19 – 23 | 156 | 39.4 |
| >=24 | 31 | 7.8 |
| Total | 396 | 100 |

Tabla N° 5
Características de la Muestra – Género

| Género | N | % |
|---------------|------------|------------|
| Masculino | 213 | 51.82 |
| Femenino | 198 | 48.18 |
| Total | 411 | 100 |

Estrategia de recolección de datos

Se solicitó el permiso escrito a la presidencia de la Universidad La Salle, para poder ingresar a todas las aulas de todos los semestres de las distintas carreras profesionales. Posteriormente se realizó un cronograma de ingreso a aulas, solicitando el permiso a los docentes de turno para poder ingresar y aplicar los cuestionarios a los estudiantes en horas de clase.

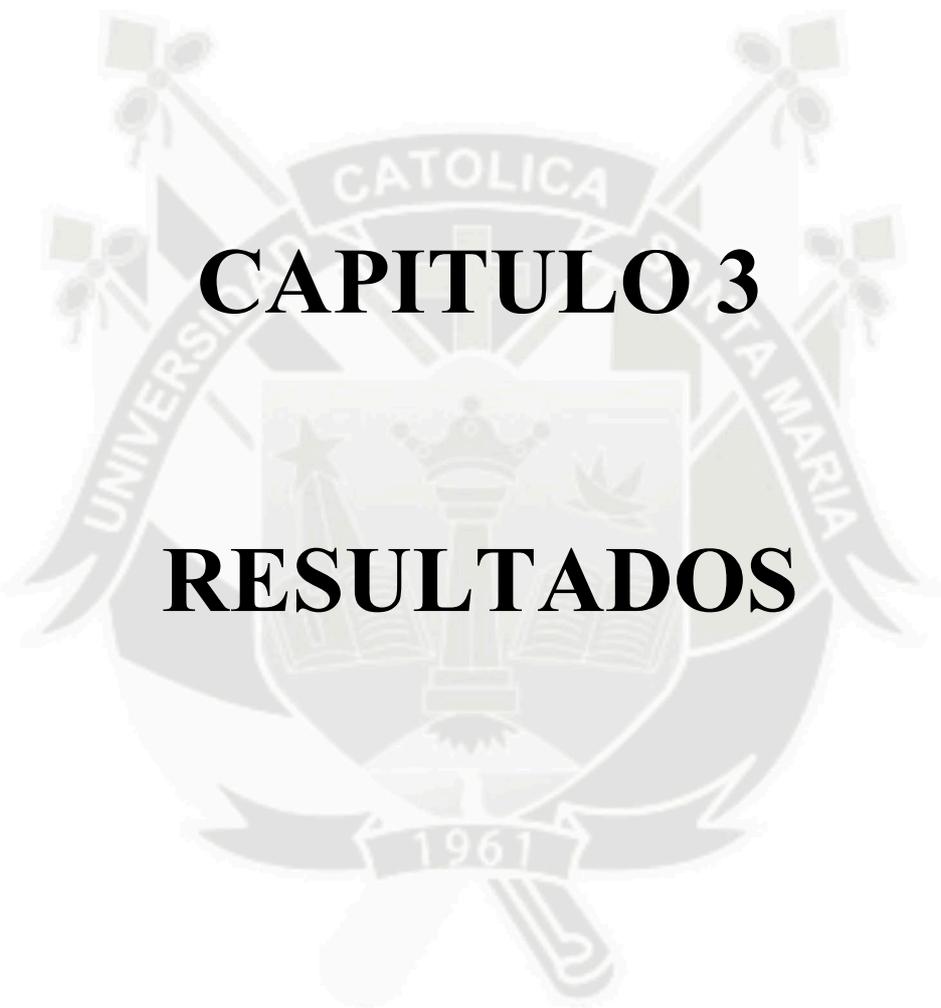
La aplicación fue de manera colectiva, en un tiempo aproximado de 25 a 30 minutos por salón. Posteriormente fueron dictadas las instrucciones pertinentes a los estudiantes para la correcta resolución de los cuestionarios, donde se hizo hincapié en que los cuestionarios fueron anónimos; los autores permanecieron en aula para de este modo garantizar la correcta resolución de los cuestionarios y resolver las dudas que se suscitaron durante la evaluación.

Criterio de procesamiento de información

Los puntajes obtenidos en el ASQ para eventos negativos y eventos positivos, con los puntajes obtenidos en el IDARE para ansiedad rasgo, fueron ingresados y codificados en una matriz de datos en el software de procesamiento estadístico SPSS versión 22, ingresando de igual manera datos característicos de la muestra como edad, género y

programa profesional. Para la tabulación de datos, solo se tomaron en cuenta las encuestas con todos los datos completos y correctamente llenados, el resto fueron invalidadas.

Posteriormente se verificó la normalidad de los datos obtenidos del estilo atribucional, observándose que el estilo atribucional para situaciones negativas tiene una distribución normal, mientras que el estilo atribucional para situaciones positivas no tiene una distribución normal; por tanto se buscaron relaciones significativas entre el estilo atribucional para situaciones negativas y la ansiedad rasgo, utilizando la prueba estadística de ANOVA. Del mismo modo para el estilo atribucional para situaciones positivas se hizo uso de la prueba estadística de ANOVA de Kruskal-Wallis; para las comparaciones entre carrera, sexo y edad con estilo atribucional para situaciones negativas, se utilizaron las pruebas de T-Student y ANOVA; para la comparación de estas con el estilo atribucional positivo se usaron las pruebas de ANOVA de Kruskal-Wallis y U de Mann-Whitney; para comparaciones de carrera, sexo y edad con Ansiedad Rasgo se usó la prueba Chi cuadrado.



CAPITULO 3

RESULTADOS

Descripción de los resultados

Para mostrar los resultados obtenidos, a partir de los resultados obtenidos en las pruebas de ANOVA, ANOVA de Kruskal-Wallis, X^2 , T-Student. U de Mann-Whitney se elaboraron 11 tablas y 2 figuras que se muestran a continuación:

Tabla N°6

Niveles de ansiedad de la muestra

| Características | N | % |
|------------------------------|------------|------------|
| No hay presencia de ansiedad | 29 | 7.3 |
| Ansiedad mínima | 122 | 30.8 |
| Ansiedad moderada | 193 | 48.7 |
| Ansiedad marcada | 41 | 10.4 |
| Ansiedad severa | 11 | 2.8 |
| Total | 396 | 100 |

La tabla N°6 muestra que el 7.3% de la población no presenta ningún signo de ansiedad rasgo, el 30.8% muestra un nivel mínimo de ansiedad rasgo, el 48.7% de los encuestados presenta un nivel moderado de ansiedad rasgo; el 10.4% muestra un nivel marcado de ansiedad rasgo; mientras que un 2.8% de la población muestra un nivel severo de ansiedad rasgo. Esto demuestra que un amplio número de estudiantes de la Universidad La Salle, presentan ansiedad rasgo.

Tabla N°7

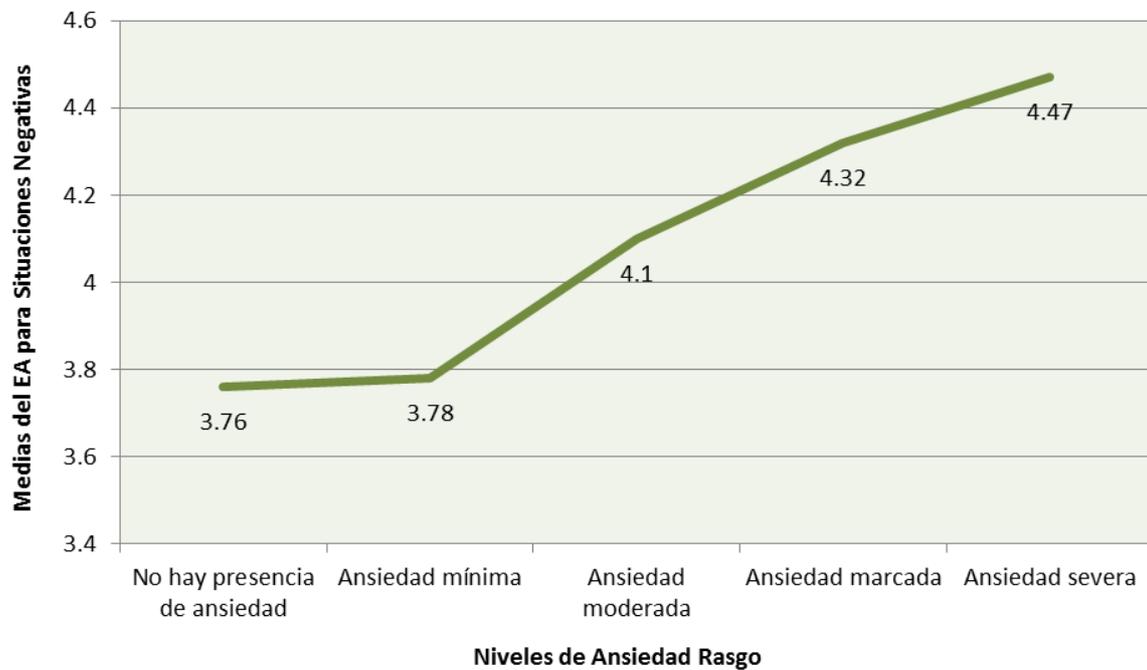
Estilos atribucionales

| | Mínimo | Máximo | \bar{x} | D.S. |
|--|---------------|---------------|-----------------------------|-------------|
| Estilo Atribucional en situaciones Positivas | 0.67 | 7.00 | 5.33 | 0.81 |
| Estilo Atribucional en situaciones Negativas | 1.40 | 6.78 | 4.01 | 0.82 |

El presente cuadro descriptivo muestra las características estadísticas de estilos atribucionales de los estudiantes de la Universidad la Salle; El estilo atribucional en situaciones positivas muestra una media de 5.33, y el estilo atribucional en situaciones negativas muestra una media de 4.01. Lo cual nos indica que los estudiantes tienden a pensar de una manera más interna, estable y global para situaciones positivas que para negativas.

Figura N°1

Estilo atribucional para situaciones negativas y ansiedad rasgo.



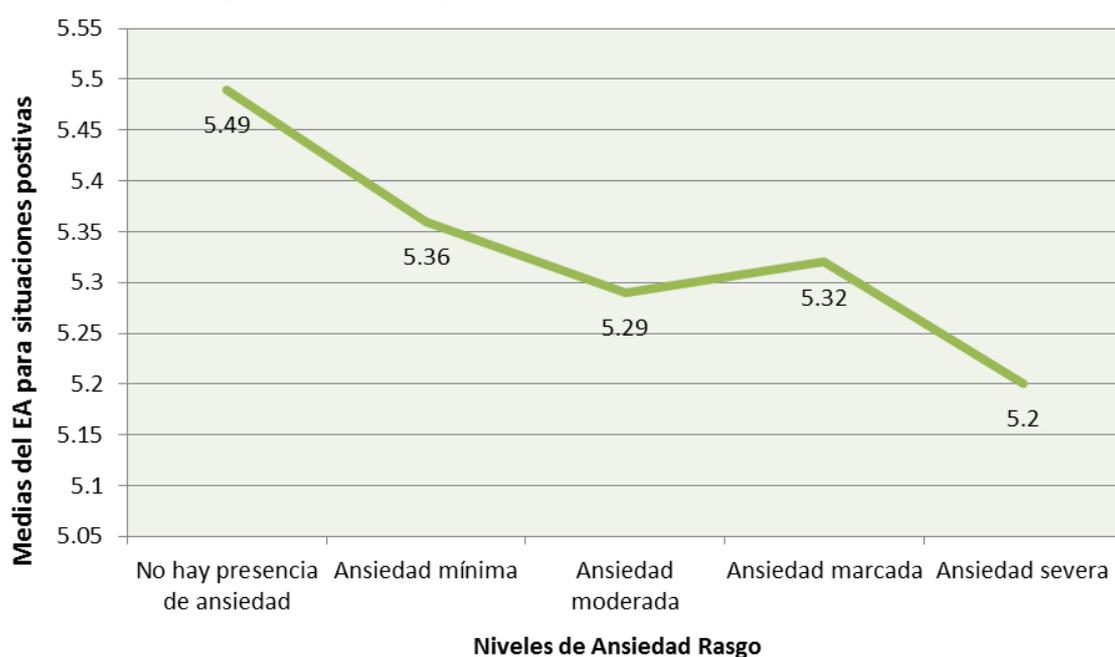
$$F= 6.45 \quad p=0.00 \quad (p < 0.01) \quad S.S.$$

En la figura 1, se muestran las medias de el puntaje en estilo atribucional para situaciones negativas con respecto a los niveles de ansiedad rasgo. Se observa que a mayor puntaje en el estilo atribucional para situaciones negativas aumentan los niveles de ansiedad rasgo, con un alto nivel de significancia según la prueba de Análisis de Varianza ($p < 0.01$). Podemos interpretar a partir de esto que las personas que tienden a pensar que las situaciones

negativas que les ocurren, son debidas a factores internos, estables y globales, son más ansiosas.

Figura N°2

Estilo atribucional para situaciones positivas y ansiedad rasgo.



$p=0.727$ ($p>0.05$) N.S.

En la figura 2, se muestran las medias de el puntaje en estilo atribucional para situaciones positivas con respecto a los niveles de ansiedad rasgo. Se observa que a menor puntaje en el estilo atribucional para situaciones positivas aumentan los niveles de ansiedad rasgo, pero los datos no son estadísticamente significativos según la prueba de ANOVA de Kruskal-Wallis ($p > 0.05$).

Tabla N°7

Comparación de las medias del estilo atribucional para situaciones negativas y carrera profesional

| Carrera Profesional | N | \bar{x} | D.S. |
|---|----------|-----------------------------|-------------|
| Derecho | 146 | 3.94 | 0.87 |
| Administración y Negocios Internacionales | 203 | 4.06 | 0.79 |
| Ingeniería de Software | 47 | 3.97 | 0.73 |

$p=0.357$ ($p>0.05$) N.S.

La tabla 7 muestra la comparación de medias para el puntaje del estilo atribucional para situaciones negativas siendo comparadas con las carreras profesionales, se observa que la carrera de administración y negocios internacionales tiene una media de 4.06 siendo esta la más alta entre todas, pero no muestran diferencias estadísticamente significativas según la prueba de análisis de varianza ($p>0.05$).

Tabla N°8

Comparación de las medias del estilo atribucional para situaciones positivas y carrera profesional

| Carrera Profesional | N | \bar{x} | D.S. |
|---|----------|-----------------------------|-------------|
| Derecho | 146 | 5.32 | 0.82 |
| Administración y Negocios Internacionales | 203 | 5.36 | 0.81 |
| Ingeniería de Software | 47 | 5.29 | 0.79 |

$p=0.369$ ($p>0.05$) N.S.

La tabla 8 muestra la comparación de las medias del estilo atribucional para situaciones positivas y la carrera profesional. Se observa que la carrera de administración y negocios internacionales tiene una media de 5.36 siendo esta la más alta entre todas, pero no muestran diferencias estadísticamente significativas según la prueba de Kruskal-Wallis ($p>0.05$).

Tabla N°9*Comparación de los niveles de ansiedad rasgo y carreras profesionales*

| Ansiedad Rasgo | Derecho | | Administración y Negocios Internacionales | | Ingeniería de Software | | Total |
|------------------------------|----------------|------------|--|------------|-----------------------------------|------------|--------------|
| | N | % | N | % | N | % | |
| No hay presencia de ansiedad | 7 | 4.8 | 18 | 8.9 | 4 | 8.5 | 29 |
| Ansiedad mínima | 43 | 29.5 | 65 | 32.0 | 14 | 29.8 | 122 |
| Ansiedad moderada | 72 | 49.3 | 99 | 48.8 | 22 | 46.8 | 193 |
| Ansiedad marcada | 21 | 14.4 | 14 | 6.9 | 6 | 12.8 | 41 |
| Ansiedad severa | 3 | 2.1 | 7 | 3.4 | 1 | 2.1 | 11 |
| Total | 146 | 100 | 203 | 100 | 47 | 100 | 396 |

p=0.449 (p>0.05) N.S.

En la tabla 9 se observa la comparación de los niveles de ansiedad rasgo entre las carreras profesionales. Se expone que la carrera profesional de derecho presenta un mayor porcentaje en la ansiedad moderada y marcada con respecto a las otras carreras profesionales (49.3%, 14.4%) del mismo modo la carrera de administración y negocios internacionales presenta un mayor porcentaje en la ansiedad severa con respecto a las otras carreras (3.4%); pero estas diferencias no son estadísticamente significativas según la prueba de Chi Cuadrado (p>0.05).

Tabla N°10*Comparación de las medias del estilo atribucional para situaciones negativas y sexo*

| Sexo | N | \bar{x} | D.S. |
|-------------|----------|-----------------------------|-------------|
| Masculino | 203 | 4.03 | 0.79 |
| Femenino | 193 | 3.99 | 0.85 |

p=0.149 (p>0.05) N.S.

La tabla 10 muestra la comparación de medias para el puntaje del estilo atribucional para situaciones negativas en contraste con sexo. Se observa que el sexo masculino (4.03)

tiene el promedio más alto en contraste con el sexo femenino (3.99), pero estas diferencias no son estadísticamente significativas según la prueba de T-Student. ($p > 0.05$).

Tabla N°11

Comparación de las medias del estilo atribucional para situaciones positivas y sexo

| Sexo | N | \bar{x} | D.S. |
|-------------|----------|-----------------------------|-------------|
| Masculino | 203 | 5,2669 | ,78135 |
| Femenino | 193 | 5,3916 | ,83208 |

$p = 0.05$ ($p < 0.05$) S.S.

La tabla 11 muestra la comparación de medias para el puntaje del estilo atribucional para situaciones positivas en contraste con sexo, se observa que el sexo femenino (5.39) tiene el promedio más alto en contraste con el sexo masculino (5.27), y se toma en cuenta que estas diferencias son estadísticamente significativas según la prueba U de Mann-Whitney ($p < 0.05$). Esto nos permite inferir que las mujeres tienen un estilo atribucional más interno, estable y global que los varones, ante situaciones positivas.

Tabla N°12

Comparación de los niveles de ansiedad rasgo y sexo

| Ansiedad Rasgo | Masculino | | Femenino | | Total |
|------------------------------|------------------|------------|-----------------|------------|--------------|
| | N | % | N | % | |
| No hay presencia de ansiedad | 15 | 7.4 | 14 | 7.3 | 29 |
| Ansiedad mínima | 68 | 33.5 | 54 | 28.0 | 122 |
| Ansiedad moderada | 92 | 45.3 | 101 | 52.3 | 193 |
| Ansiedad marcada | 26 | 12.8 | 15 | 7.8 | 41 |
| Ansiedad severa | 2 | 1.0 | 9 | 4.7 | 11 |
| Total | 203 | 100 | 193 | 100 | 396 |

$p = 0.056$ ($p > 0.05$) N.S.

En la tabla 12 se observa la comparación entre los niveles de ansiedad rasgo y sexo, se expone que el sexo masculino presenta un mayor porcentaje en la ansiedad mínima y ansiedad marcada (33.5%, 12.8%) mientras que el sexo femenino presenta un mayor

porcentaje en la ansiedad moderada y ansiedad severa (52.3%, 4.6%); pero estas diferencias no son estadísticamente significativas según la prueba de Chi Cuadrado ($p > 0.05$).

Tabla N°13

Comparación de las medias del estilo atribucional para situaciones negativas y edad

| Edad | N | \bar{x} | D.S. |
|-----------|-----|-----------|------|
| 16-18 | 209 | 4.06 | 0.76 |
| 19-23 | 156 | 3.89 | 0.80 |
| ≥ 24 | 31 | 4.26 | 1.13 |

$p = 0.036$ ($p < 0.05$) S.S.

La tabla 13 muestra la comparación del estilo atribucional para situaciones negativas y edad. Se observa que entre los 19-23 años de edad existe una media menor en contraste con los otros dos rangos de edad (3.89). Estos datos según la prueba de Análisis de Varianza son estadísticamente significativos ($p < 0.05$); esto nos muestra que la edad es un factor que puede determinar la predisposición a atribuir las situaciones negativas con una causalidad interna, estable y global.

Tabla N°14

Comparación de las medias del estilo atribucional para situaciones positivas y edad

| Edad | N | \bar{x} | D.S. |
|-----------|-----|-----------|------|
| 16-18 | 209 | 5.27 | 0.81 |
| 19-23 | 156 | 5.39 | 0.80 |
| ≥ 24 | 31 | 5.45 | 0.82 |

$p = 0.331$ ($p > 0.05$) N.S.

La tabla 14 muestra la comparación de medias para el puntaje del estilo atribucional para situaciones positivas en contraste con edad, se observa que el rango de edad de 16-18 presenta una media menor en contraste con los otros dos rangos de edad (5.27). Estas diferencias no son estadísticamente significativas según la prueba Kruskal-Wallis ($p > 0.05$)

Tabla N°15*Comparación de los niveles de ansiedad rasgo y edad*

| Ansiedad Rasgo | 16-18 | | 19-23 | | >=24 | | Total |
|------------------------------|--------------|------------|--------------|------------|----------------|------------|--------------|
| | N | % | N | % | N | % | |
| No hay presencia de ansiedad | 16 | 7.7 | 11 | 7.1 | 2 | 6.5 | 29 |
| Ansiedad mínima | 58 | 27.8 | 53 | 34.0 | 11 | 35.5 | 122 |
| Ansiedad moderada | 104 | 49.8 | 73 | 46.8 | 16 | 51.6 | 193 |
| Ansiedad marcada | 28 | 13.4 | 13 | 8.3 | 0 | 0 | 41 |
| Ansiedad severa | 3 | 1.4 | 6 | 3.8 | 2 | 6.5 | 11 |
| Total | 209 | 100 | 156 | 100 | 31 | 100 | 396 |

p=0.210 (p>0.05) N.S.

En la tabla 15 se observa la comparación entre los niveles de ansiedad rasgo y edad, se expone que las personas que tiene 24 años a más, presentan mayor porcentaje en la ansiedad mínima, moderada y severa, en comparación con las otras edades (35.5%, 51.6%, 11%); pero estas diferencias no son estadísticamente significativas según la prueba de Chi Cuadrado (p>0.05).

Discusión

El principal resultado obtenido en esta investigación, nos permite confirmar nuestra hipótesis, acerca de la existencia de relaciones significativas entre el estilo atribucional para situaciones negativas y la ansiedad rasgo, teniendo un nivel estadísticamente significativo ($p < 0.01$). Este resultado se contrasta con el trabajo de Camuñas y cols. (1999) y el trabajo de Fresco y cols. (2006), quienes también encontraron relaciones significativas entre la ansiedad y estilo atribucional negativo. El trabajo de Fresco y cols. (2006), al igual que el presente trabajo dedicó especial interés, a la relación entre la ansiedad rasgo y el estilo atribucional negativo, lo cual nos permite hacer una reafirmación de este resultado.

En la presente investigación también se relacionó el estilo atribucional positivo con la ansiedad, teniendo en cuenta que a menor puntaje en estilo atribucional positivo aumenta la ansiedad, pero sin significancia estadística alguna. A diferencia del resultado encontrado por Grases y cols. (2012) quienes sí observaron una relación significativa entre estos dos fenómenos; esto puede darse debido a que la investigación realizada por Grases y cols. aplicó sus pruebas en niños, en cambio en la presente investigación, encuestó a estudiantes universitarios.

Del mismo modo se realizaron comparaciones entre los estilos atribucionales para situaciones negativas y las carreras profesionales, donde se observó que la carrera profesional de administración y negocios internacionales muestran un puntaje mayor en comparación a las otras carreras, sin ser esto estadísticamente significativo. Esto puede deberse, a que existe una mayor cantidad de alumnos en esta carrera; los estilos atribucionales clásicos de la indefensión aprendida aparecen cuando la persona sufre

situaciones aversivas, y las percibe como incontrolables, debido a que compara su desempeño con el de sus compañeros (Abramson et al., 1978) y al haber mayor cantidad de alumnos, los estudiantes de administración y negocios internacionales, pueden percibir que sus fracasos son causados por factores internos a ellos, al momento de compararse con el resto de sus compañeros.

En general, en los resultados encontrados no se pueden observar diferencias significativas al momento de comparar, los estilos atribucionales y la ansiedad con las carreras profesionales, lo cual nos indica que probablemente la orientación vocacional no tiene relación con estos otros fenómenos psicológicos. Esto puede ser contrastado con el hecho de que no existen investigaciones referidas a la temática.

Comparando las medias del estilo atribucional para situaciones negativas, con el sexo de los participantes, se encontró que los hombres tiene mayor puntaje en comparación a las mujeres, no siendo estadísticamente significativos. Y cuando se compararon los puntajes de las medias de los estilos atribucionales positivos, se encontró que con una alta significancia estadística, las mujeres tienden a atribuir situaciones positivas a factores internos, estables y globales, con mayores puntajes que los hombres; lo cual se puede corroborar con el trabajo de Sanchez y Méndez (2009), quien encontró el mismo resultado que la presente investigación, al igual que Docampo (2002) y DeMoss et al. (1993). En otras investigaciones como la de SanJuan & Magallares (2007) no se encontraron diferencias significativas entre hombres y mujeres.

En un análisis más detallado se puede observar que, el trabajo de Sanchez y Méndez (2009), Docampo (2002) y DeMoss et al. (1993) tuvieron como muestra a niños y

adolescentes, mientras que el trabajo de SanJúan y Magallares (2007) trabajaron con una muestra de entre 19 y 60 años, pudiendo ser esta la razón de las diferencias encontradas. Del mismo modo en la presente investigación en contraste con la de SanJúan y Magallares, se utilizó una muestra de estudiantes universitarios, más uniforme que la de los investigadores anteriormente mencionados. Siendo esta la razón de las diferencias encontradas. Por tanto se puede inferir que las mujeres tienden a pensar más positivamente que los hombres.

Además, se obtuvo como resultado estadísticamente significativo, que las personas de 24 años a más, presentan una tendencia mayor a atribuir las situaciones negativas a factores internos, estables y globales, ninguno de los trabajos comparados en esta investigación presentaron diferencias significativas, entre las edades trabajadas. Esto nos permite decir que los estudiantes de la Universidad La Salle con mayor edad, son más vulnerables a las atribuciones negativas.

Como resultado de la comparación entre ansiedad rasgo y sexo, no se encontraron diferencias significativas, a diferencia de lo hallado por Arenas y Puigcerver (2009), quienes mencionan que en las mujeres existe una mayor vulnerabilidad a padecer trastornos de ansiedad. Esto puede deberse a que el trabajo de Arenas y Puigcerver fue realizado en una población clínica y la presente investigación en una población universitaria. La investigación de Inglés y cols. (2010) habla de una diferencia en la ansiedad social entre hombres y mujeres, encontrando que las mujeres tienen mayores niveles de ansiedad social, al comparar este resultado con la presente investigación, podemos pensar que las características de la ansiedad rasgo y la ansiedad social no son las mismas, y por tanto no fueron encontradas dichas diferencias significativas.

En conclusión, tomando en cuenta todos los resultados obtenidos, se ha podido verificar la existencia de la relación entre la ansiedad rasgo y el estilo atribucional negativo, de este modo se puede pensar que las atribuciones negativas pueden ser un factor predisponente de la ansiedad, por el hecho que una persona que espera que las situaciones negativas de su vida sean incontrolables, internas, estables y globales, generará un estado ansioso ante esa expectativa.



Conclusiones

PRIMERA.- De acuerdo a los resultados obtenidos, se acepta la hipótesis de investigación, que postula la existencia de relaciones significativas entre el estilo atribucional negativo y la ansiedad rasgo en estudiantes universitarios de La Salle.

SEGUNDA.- De acuerdo a los resultados obtenidos, no se observan relaciones significativas entre el estilo atribucional positivo y la ansiedad rasgo.

TERCERA.- De acuerdo a los resultados obtenidos, no existe diferencia significativa en el estilo atribucional para situaciones negativas, situaciones positivas y ansiedad rasgo entre los estudiantes de las tres distintas carreras profesionales de la Universidad La Salle de Arequipa.

CUARTA.- De acuerdo a los resultados obtenidos, se encuentra una relación significativa entre el estilo atribucional para situaciones positivas y el sexo, mas no con el estilo atribucional en situaciones negativas y la ansiedad con el sexo de los estudiantes de la Universidad La Salle de Arequipa.

QUINTA.- De acuerdo a los resultados obtenidos, se encuentra una relación significativa entre la edad y el estilo atribucional para situaciones negativas, mas no con el estilo atribucional para situaciones positivas y la ansiedad rasgo con la edad de los estudiantes universitarios de La Salle de Arequipa.

Sugerencias

PRIMERA.- Se sugiere investigar la posible relación entre el estilo atribucional negativo y la depresión en nuestra sociedad, ya que no ha sido investigada por ningún autor de la ciudad de Arequipa.

SEGUNDA.- Para futuras investigaciones se recomienda realizar estudios longitudinales, donde se pueda evaluar constantemente a las personas en cuanto a sus niveles de ansiedad estado.

TERCERA.- Se recomienda realizar estudios experimentales, con programas cognitivo conductuales dirigidos al cambio del estilo atribucional, para la reducción de ansiedad.

CUARTA.- Se recomienda realizar estudios en el área de la psicología educativa, y en la organizacional donde demuestren la indefensión aprendida en estos ámbitos.

QUINTA.- Realizar investigaciones de estilos atribucionales en escolares, teniendo en cuenta como esto puede afectar su motivación y expectativa ante el logro académico.

SEXTA.- Se recomienda realizar una investigación de los estilos atribucionales, ansiedad y depresión, con los rasgos de personalidad como variable moderadora.

Limitaciones

PRIMERA.- La dificultad de acceso a una muestra universitaria más representativa de la ciudad de Arequipa, llevó a los autores de este estudio a intentar demostrar la relación de los estilos atribucionales con ansiedad rasgo, en la población de una universidad relativamente nueva y con características variadas.



Referencias

- Abramson, L., Metalsky, G., & Alloy, L. B. (1989). Hopelessness depression: A theory-based subtype of depression. *Psychological Review*, *96*(2), 358–372.
doi:10.1037/0033-295X.96.2.358
- Abramson, L., Seligman, M. E. P., & Teasdale, D. C. (1978). Learned helplessness in humans: critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, *81*(1), 49–74.
doi:1979-00305-001
- Abramson, L. Y., Alloy, L. B., Hogan, M. E., Whitehouse, W. G., Donovan, P., Rose, D. T., Leahy, R. L., Dowd, E. T., Ranieri, D. (2002). Cognitive vulnerability to depression: Theory and evidence. En Leahy, R. L. & Dowd, E. T. (Eds.), *Clinical advances in cognitive psychotherapy: Theory and Application* (pp. 75–92). New York, NY, US: Springer Publishing Co.
- Alloy, L., & Clements, C. M. (1999). Depressogenic cognitive styles: Predictive validity, information processing and personality characteristics and developmental origins. *Behaviour Research and Therapy*, *37*(6), 503–531.
- Arenas, C., & Puigcerver, A. (2009). Diferencias entre hombres y mujeres en los trastornos de ansiedad: una aproximación psicobiológica. *Escritos de psicología*, *3*(1), 20–29.
- Camuñas, N., Perez, M., Ferrandiz, P., Miguel-Tobal, J., Cano-Vindel, A., & Iruarriza, I. (1999). Ansiedad, depresión e ira: Relaciones entre el estilo atribucional y las emociones negativas. *Ansiedad y estrés*, *5*(2-3), 175–189.

Chávez, L. M., & Rospigliosi, R. E. (1994). *Inventario de ansiedad rasgo-estado (IDARE)*.

Universidad Nacional de San Agustín, Arequipa.

Conti, N. A., & Stagnaro, J. C. (2007). *Historia de la ansiedad. Textos escogidos* (1ª ed.).

Buenos Aires: Polemos.

DeMoss, K., Milich, R., & DeMers, S. (1993). Gender, creativity, depression, and attributional style in adolescents with high academic ability. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 21(4), 455–467.

Docampo, M. M. (2002). Diferencias de género en las explicaciones causales de adolescentes. *Psicothema*, 14(3), 572–576.

Fresco, D. M., Alloy, L. B., & Reilly–Harrington, N. (2006). Association of Attributional Style for Negative and Positive Events and the Occurrence of Life Events with Depression and Anxiety. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(10), 1140–1160. doi:10.1521/jscp.2006.25.10.1140

Grases, G., Sanchez-Curto, C., Rigo, E., & Adrover-Roig, D. (2012). Relación entre el Humor Positivo y la Ansiedad Rasgo Estado. *Ansiedad y estrés*, 18(1), 79–90.

Guillén-Riquelme, A., & Buela-Casal, G. (2011). Actualización psicométrica y funcionamiento diferencial de los ítems en el State Trait Anxiety Inventory (STAI). *Psicothema*, 23(3), 510–515.

Heider, F. (1958). *The Psychology of Interpersonal Relations*. Psychology Press.

Horwitz, A. V. (2013). *Anxiety: A short History* (1ª ed.). Baltimore: Johns Hopkins.

- Inglés, C. J., Piqueras, J. A., García-Fernández, J. M., García-López, L. J., Delgado, B., & Ruiz-Esteban, C. (2010). Diferencias de género y edad en respuestas cognitivas, psicofisiológicas y motoras de ansiedad social en la adolescencia. *Psicothema*, *22*(3), 376–381.
- Joiner, T. E., Catanzaro, S. J., Laurent, J., Sandín, B., & Blalock, J. A. (1996). Modelo tripartito sobre el afecto positivo y negativo, la ansiedad: Evidencia basada en estructura de los síntomas y en diferencias sexuales. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, *1*(1), 27–34.
- Lega, L., Caballo, V. E., & Ellis, A. (1997). *Teoría y Práctica de la Terapia racional emotiva-conductual* (1ª ed., Vol. 1). Madrid: Siglo XXI de España editores.
- Maier, S. F., & Seligman, M. E. P. (1976). Learned Helplessness: Theory and Evidence. *Journal of Experimental Psychology*, *105*(1), 3–46.
- Martínez-Sánchez, F., Cano-Vindel, A., Castillo, J. C., Sanchez, J., Ortiz, B., & Gordillo del Valle, E. (1995). Una Escala Reducida de Ansiedad basada en el Inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad (I.S.R.A.): Un estudio exploratorio. *Anales de Psicología*, *11*(1), 97–104.
- Meza, P. J., & Rodríguez, J. F. (2007). Psicopatología de la afectividad. En *Manual de psicopatología general* (1ª ed., pp. 193–216). Madrid: Ediciones Pirámide.
- Moscoso, M. (1998). Estrés, salud y emociones; Estudio de la ansiedad, Cólera y Hostilidad. *Revista de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos*, *2*(2).

Navarro, C. P. (2007). Estilo atribucional frente a la interacción social de niños en el aula.

Pensamiento Psicológico, 3(9), 149–161.

Olortegui, F. V. (2008). Ansiedad. En *Diccionario de Psicología* (2da ed., Vols. 1-2, Vol.

1, pp. 91–93). Lima: San Marcos.

Overmier, J. B. (1986). Lecciones estratégicas de la desesperanza aprendida. *Revista*

Latinoamericana de Psicología, 18(3), 387–404.

Pavez, P., Mena, L., & Vera-Villaruel, P. (2012). El rol de la felicidad y el optimismo

como factor protector de la ansiedad. *Universitas psychologica*, 11(2), 369–380.

Peterson, C., Semmel, A., Von Bayer, C., Abramson, L., Metalsky, G., & Seligman, M. E.

P. (1982). The attributional style questionnaire. *Cognitive Therapy and Research*, 6(3), 287–300.

Peterson, C., & Vaidya, R. S. (s. f.). Explanatory style, expectation, and depressive

symptoms. *Personality and Individual Differences*.

Richaud de Minzi, M., & Sacchi, C. (1999). Variables moderadoras del estrés. *Revista*

Latinoamericana de Psicología, 31(2), 355–365.

Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of

reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied*, 80(1), 1–28.

doi:10.1037/h0092976

Sanchez, O., & Méndez, F. X. (2009). El optimismo como factor protector de la depresión

infantil y adolescente. *Clínica y Salud*, 20(3), 273–280.

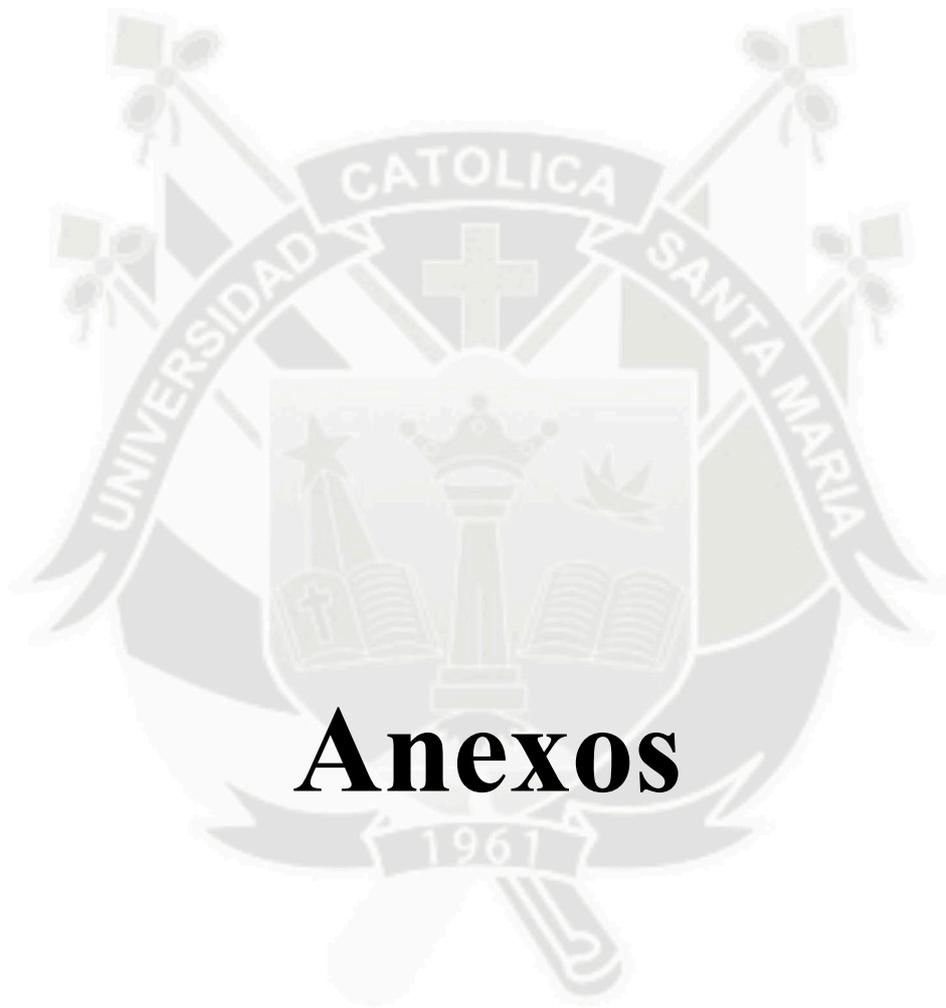
- SanJuán, P. (2007). Estilos explicativos, Bienestar Psicológico y Salud. *Ansiedad y estrés*, 13, 203–214.
- SanJuán, P., & Magallares, A. (2006). Estilo atributivo negativo, sucesos vitales y sintomatología depresiva. *Revista de psicopatología y psicología clínica*, 11(2), 91–98.
- SanJuán, P., & Magallares, A. (2007). Estilos explicativos y estrategias de afrontamiento, 18(1), 83–98.
- Schmidt, V., DecostaOliván, M. E. de C., Firpo, L., Vion, D., & Casella, L. (2009). Hans Jürgen Eysenck. Vida y obra de uno de los más influyentes científicos de la historia de la psicología. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 26(2), 304–317.
- Schultz, D. P., & Schultz, S. E. (2010). *Teorías de la personalidad* (9ª ed.). México: Cengage Learning.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. (1970). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., Lushene, R., Vagg, P. R., & Jacobs, G. A. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory: STAI (Form Y)*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Velásquez, J. M. (2002). *Creencias Irracionales y ansiedad en ingresantes de la Universidad Nacional de Ingeniería*. Universidad Nacional de San Marcos, Lima.
- Vicente, B., Rioseco, P., Saldivia, S., Kohn, R., & Torres, S. (2002). Estudio chileno de prevalencia de patología psiquiátrica. *Revista Médica de Chile*, 130(5), 277–284.

Waikar, S. V., & Craske, M. G. (1997). Cognitive Correlates of Anxious and Depressive Symptomatology: An examination of the helplessness/hopelessness model. *Journal of Anxiety Disorders, 11*(1), 1–16.

Weiner, B. (1979). A theory of motivation for some classroom experiences. *Journal of Educational Psychology, 71*(1), 3–25. doi:10.1037/0022-0663.71.1.3

Weiner, B. (1985). An attributional theory of achievement motivation and emotion. *Psychological Review, 92*(4), 548–573.

Weiner, B., Frieze, I. H., Kukla, A., Reed, L., Rest, S., & Rosenbaum, R. M. (1971). *Perceiving the causes of success and failure*. General Learning Press.



Anexos

Cuestionario de Estilos Atribucionales (ASQ)

Sexo: () M / () F Edad: _____ Carrera profesional: () Derecho () Adm. y negocios internacionales
() Ing. de software

A continuación se presentarán una serie de situaciones, por favor: Lee cada situación e imagina que te está ocurriendo. Luego decide cual es para ti la causa que mejor explicaría la situación y escríbala en el espacio en blanco. Después responde a las siguientes preguntas, por último pase a la siguiente situación.

Situación 1: Encuentras un amigo(a) que te da un cumplido acerca de tu apariencia

- A. Escribe la causa que más explicaría la situación 1 _____
- B. El cumplido de tu amigo(a) es causado por: ¿Algo que tiene que ver contigo, o con otras personas o circunstancias? (Marca un número)

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|
| Totalmente debido a otras personas o circunstancias | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Totalmente debido a mi |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|

- C. En el futuro si recibieras otro cumplido de tu amigo(a), ¿sería generado por la misma causa? (Marca un número)

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|
| Nunca sería generado por la misma causa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Siempre ocurrirá por la misma causa |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|

- D. ¿Lo que causó el cumplido de tu amigo(a) es algo que sólo influye en esa situación o influye en otras áreas de tu vida también? (Marca un número)

| | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Influye solo en esta situación en particular | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Influye en todas las situaciones de mi vida |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|

Situación 2: Has estado buscando trabajo por algún tiempo sin lograr conseguir alguno.

- A. Escribe la causa que más explicaría la situación 2 _____
- B. El hecho de no conseguir trabajo es causado por: ¿Algo que tiene que ver contigo o con otras personas o circunstancias?

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|
| Totalmente debido a otras personas o circunstancias | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Totalmente debido a mi |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|

- C. En el futuro si estuvieras buscando trabajo nuevamente y no lo consiguieras, ¿sería generado por la misma causa?

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|
| Nunca sería generado por la misma causa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Siempre ocurrirá por la misma causa |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|

- D. ¿Lo que causó que no consigas trabajo es algo que sólo influye en esa situación, o influye en otras áreas de tu vida también?

| | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Influye solo en esta situación en particular | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Influye en todas las situaciones de mi vida |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|

Situación 3: Te vuelves muy adinerado(a).

- A. Escribe la causa que más explicaría la situación 3 _____
- B. El hecho que te conviertas en alguien adinerado es causado por: ¿Algo que tiene que ver contigo o con otras personas o circunstancias?

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|
| Totalmente debido a otras personas o circunstancias | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Totalmente debido a mi |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|

- C. En el futuro si te hicieras aún más adinerado(a), ¿sería generado por la misma causa?

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|
| Nunca sería generado por la misma causa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Siempre ocurrirá por la misma causa |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|

- D. ¿Lo que causó que te vuelvas adinerado(a) es algo que sólo influye en esa situación o influye en otras áreas de tu vida también?

| | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Influye solo en esta situación en particular | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Influye en todas las situaciones de mi vida |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|

Situación 4: Un amigo(a) viene a ti con un problema y tú no intentas ayudarlo(a).

- A. Escribe la causa que más explicaría la situación 4 _____
- B. El hecho de no intentar ayudar a tu amigo(a) es algo causado por: ¿Algo que tiene que ver contigo o con otras personas o circunstancias?

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|
| Totalmente debido a otras personas o circunstancias | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Totalmente debido a mi |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|

- C. En el futuro si no lo(a) intentases ayudar, ¿sería generado por la misma causa?

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|
| Nunca sería generado por la misma causa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Siempre ocurrirá por la misma causa |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|

- D. ¿Lo que causó que no intentes ayudar a tu amigo(a) es algo que solo influye en esa situación o en otras áreas de tu vida también?

| | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Influye solo en esta situación en particular | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Influye en todas las situaciones de mi vida |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|

Situación 5: Das una importante charla en frente a un grupo y la audiencia reacciona negativamente.

- A. Escribe la causa que más explicaría la situación 5 _____
- B. El hecho de que la audiencia reaccione negativamente es algo causado por: ¿Algo que tiene que ver contigo o con otras personas o circunstancias?

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|
| Totalmente debido a otras personas o circunstancias | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Totalmente debido a mi |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|

- C. En el futuro si una audiencia reaccionase negativamente después de escucharte, ¿sería generado por la misma causa?

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|
| Nunca sería generado por la misma causa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Siempre ocurrirá por la misma causa |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|

D. ¿Lo que causó la reacción negativa de la audiencia es algo que sólo influye en esta situación o en otras áreas de tu vida también?

| | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Influye solo en esta situación en particular | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Influye en todas las situaciones de mi vida |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|

Situación 6: Realizas un proyecto que es muy elogiado.

A. Escribe la causa que más explicaría la situación 6 _____

B. El hecho de recibir los elogios a tu proyecto es algo causado por: ¿Algo que tiene que ver contigo o con otras personas o circunstancias?

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|
| Totalmente debido a personas o circunstancias | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Totalmente debido a mi |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|

C. En el futuro si recibieras elogios por otro proyecto, ¿sería generado por la misma causa?

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|
| Nunca sería generado por la misma causa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Siempre ocurrirá por la misma causa |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|

D. ¿Lo que causó los elogios hacia tu proyecto es algo que solo influye en esta situación o influye en otras áreas de tu vida también?

| | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Influye solo en esta situación en particular | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Influye en todas las situaciones de mi vida |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|

Situación 7: Te encuentras con un amigo(a) y el actúa hostilmente contigo.

A. Escribe la causa que más explicaría la situación 7 _____

B. La hostilidad de tu amigo(a) es algo causado por: ¿Algo que tiene que ver contigo o con otras personas o circunstancias?

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|
| Totalmente debido a otras personas o circunstancias | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Totalmente debido a mi |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|

C. En el futuro si él fuese nuevamente hostil contigo, ¿sería generado por la misma causa?

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|
| Nunca sería generado por la misma causa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Siempre ocurrirá por la misma causa |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|

D. ¿Lo que causó la hostilidad de tu amigo es algo que solo influye en esa situación o influye en otras áreas de tu vida también?

| | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Influye solo en esta situación en particular | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Influye en todas las situaciones de mi vida |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|

Situación 8: No logras hacer todo el trabajo que otros esperaban que hicieras.

- A. Escribe la causa que más explicaría la situación 8 _____
- B. El hecho de no acabar el trabajo es algo causado por: ¿Algo que tiene que ver contigo o con otras personas o circunstancias?

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|
| Totalmente debido a otras personas o circunstancias | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Totalmente debido a mi |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|

- C. En el futuro si no pudieras acabar todo el trabajo que otros esperan que hagas, ¿sería generado por la misma causa?

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|
| Nunca sería generado por la misma causa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Siempre ocurrirá por la misma causa |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|

- D. ¿Lo que causó que no acabes el trabajo es algo que solo influye en esa situación o influye en otras áreas de tu vida también?

| | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Influye solo en esta situación en particular | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Influye en todas las situaciones de mi vida |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|

Situación 9: Tu pareja te ha estado tratando más amorosamente.

- A. Escribe la causa que más explicaría la situación 9 _____
- B. El hecho de que tu pareja te trate más amorosamente es algo causado por: ¿Algo que tiene que ver contigo o con otras personas o circunstancias?

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|
| Totalmente debido a otras personas o circunstancias | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Totalmente debido a mi |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|

- C. En el futuro si te tratase más amorosamente, ¿sería generado por la misma causa?

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|
| Nunca sería generado por la misma causa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Siempre ocurrirá por la misma causa |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|

- D. ¿La causa es algo que sólo influye en que tu pareja te trate más amorosamente o también influye otras áreas de tu vida?

| | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Influye solo en esta situación en particular | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Influye en todas las situaciones de mi vida |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|

Situación 10: Aplicas para un puesto que tu deseas mucho (Ej. un trabajo importante, examen de admisión, etc.) y lo consigues.

- A. Escribe la causa que más explicaría la situación 10 _____
- B. El hecho de conseguir el puesto que deseas mucho es algo causado por: ¿Algo que tiene que ver contigo o con otras personas o circunstancias?

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|
| Totalmente debido a otras personas o circunstancias | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Totalmente debido a mi |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|

C. En el futuro si consigues otro puesto que desees mucho, ¿sería generado por la misma causa?

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|
| Nunca sería generado por la misma causa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Siempre ocurrirá por la misma causa |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|

D. ¿Lo que causó que consigas el puesto es algo que solo influye en esa situación o influye en otras áreas de tu vida también?

| | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Influye solo en esta situación en particular | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Influye en todas las situaciones de mi vida |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|

Situación 11: Sales a una cita y sientes que te fue mal.

A. Escribe la causa que más explicaría la situación 11 _____

B. El hecho de que la cita vaya mal es causada por: ¿Algo que tiene que ver contigo o con otras personas o circunstancias?

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|
| Totalmente debido a otras personas o circunstancias | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Totalmente debido a mi |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|

C. En el futuro si tuvieses otra cita y también fuera mal, ¿sería generado por la misma causa?

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|
| Nunca sería generado por la misma causa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Siempre ocurrirá por la misma causa |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|

D. ¿Lo que causó que su cita fuera mal es algo que solo influye en esa situación o influye en otras áreas de tu vida también?

| | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Influye solo en esta situación en particular | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Influye en todas las situaciones de mi vida |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|

Situación 12.-Recibes un aumento de sueldo.

A. Escribe la causa que más explicaría la situación 12 _____

B. ¿El recibir un aumento es algo causado por algo que tiene que ver contigo o con otras personas o circunstancias?

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|
| Totalmente debido a otras personas o circunstancias | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Totalmente debido a mi |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------|

C. En el futuro si recibieras otro aumento, ¿sería generado por la misma causa?

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|
| Nunca sería generado por la misma causa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Siempre ocurrirá por la misma causa |
|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------------|

D. ¿Lo que causó el aumento de sueldo es algo que solo influye esa situación o influye en otras áreas de su vida también?

| | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Influye solo en esta situación en particular | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Influye en todas las situaciones de mi vida |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|

IDARE

INVENTARIO DE AUTOEVALUACIÓN

Sexo: () M () F Carrera Profesional: () Derecho
 () Administración y Negocios Internacionales
 () Ing. de Software

Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y marque con una X la respuesta que indica cómo se siente ahora mismo, ósea en este momento. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos ahora.

| | Casi nunca | Algunas Veces | Frecuentemente | Casi siempre |
|--|------------|---------------|----------------|--------------|
| 1. Me siento bien | | | | |
| 2. Me canso rápidamente | | | | |
| 3. Siento ganas de llorar | | | | |
| 4. Quisiera ser tan feliz como otros parecen serlo | | | | |
| 5. Pierdo oportunidades por no poder decidirme rápidamente | | | | |
| 6. Me siento descansado (a) | | | | |
| 7. Soy una persona "tranquila, serena, sosegada" | | | | |
| 8. Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas | | | | |
| 9. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia | | | | |
| 10. Soy feliz | | | | |
| 11. Tomo las cosas muy a pecho | | | | |
| 12. Me falta confianza en mi mismo(a) | | | | |
| 13. Me siento seguro(a) | | | | |
| 14. Procuvo evitar enfrentarme a las crisis y dificultades | | | | |
| 15. Me siento melancólico(a) | | | | |
| 16. Me siento satisfecho(a) | | | | |
| 17. Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente y me molestan | | | | |
| 18. Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza. | | | | |
| 19. Soy una persona estable | | | | |
| 20. Cuando pienso en mis preocupaciones actuales me pongo tenso(a) y alterado(a) | | | | |