



FACULTAD DE HUMANIDADES

**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE
PSICOLOGÍA**

TESIS

**ADAPTACIÓN A LA VIDA UNIVERSITARIA Y
ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES EN
ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD
PARTICULAR**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

Autor:

Bach. Yesenia Herminia Guerrero Chapoñan

Asesor:

Mg. Prada Chapoñán Rony Edinson

Línea de Investigación:

Psicología y Desarrollo de Habilidades

Pimentel – Perú

2019

ADAPTACIÓN A LA VIDA UNIVERSITARIA Y ANSIEDAD ANTE LOS EXAMENES EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR

Aprobación del informe de investigación

Mg. Prada Chapoñán Rony Edinson

Asesor metodológico

Mg. Olazábal Boggio Roberto Dante

Presidente de jurado

Mg. Delgado Vega Paula Elena

Secretaria de jurado

Mg. Asenjo Zapata Cornelia Yajaira

Vocal de jurado

DEDICATORIA

A Dios.

Por haberme permitido llegar hasta este punto, haberme dado salud para lograr mis objetivos, además de su infinita bondad y amor.

A mi madre.

Por haberme apoyado en todo momento, por sus consejos, sus valores, por la motivación constante que me ha permitido ser una persona de bien, pero más que nada, por su amor.

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, a Dios, por ser mi guía e iluminar cada uno de mis caminos, cuidándome y dándome fortaleza para poder seguir hacia adelante.

A mis padres que han sido el pilar fundamental de mi vida, que desde mi nacimiento hasta hoy han velado por mi bienestar y educación, siendo motivación y encaminándome día con día hacia la consecución de mis metas y objetivos.

A mi docente que ha sido un eslabón importante en mi formación profesional, puesto que ha nutrido mis conocimientos y me ha brindado su amistad y respaldo; cabe recalcar el apoyo del Mg. Rony Prada Chapoñan quien, con su dedicación y tiempo me brindó sus conocimientos, facilitando el desarrollo de la presente investigación.

RESUMEN

El presente estudio tiene como objetivo determinar la relación entre adaptación a la vida universitaria y ansiedad ante los exámenes en estudiantes universitarios de una universidad particular. Para ello se trabajó con 250 estudiantes universitarios cuyas edades comprenden entre los 18 a 29 años, siendo el 61.2 % hombres y el 38.8% mujeres. Siendo un estudio no experimental, transaccional, de tipo correlacional.

Se utilizó los instrumentos el Cuestionario de Vivencias Académicas versión reducida (QVA-r) e Inventario de Autoevaluación de la ansiedad ante los exámenes (Idase). Los resultados muestran de que existe relación negativa entre la ansiedad ante los exámenes y las dimensiones de adaptación universitaria: Interpersonal, Estudio, Institucional. Por otro lado, existe relación positiva con la dimensión Personal. Asimismo, el nivel general de adaptación a la vida universitaria en estudiantes becarios, presentan un nivel promedio en cuanto a la interacción de aspectos personales y contextuales; y con respecto a los niveles de ansiedad ante los exámenes en estudiantes becarios, indica que los estudiantes poseen respuestas de moderada preocupación. En conclusión, los hallazgos son discutidos en cuanto a sus implicancias para la detección y prevención temprana de dificultades para la adaptación a la vida universitaria y la ansiedad ante los exámenes.

Palabras claves: Estudiantes universitarios, becarios, adaptación a la vida universitaria, ansiedad ante los exámenes.

ABSTRACT

The objective of this study is to determine the relationship between adaptation to university life and test anxiety in university students of a private university. To this end, we worked with 250 university students whose ages range from 18 to 29 years old, 61.2% being men and 38.8% women. Being a non-experimental, transactional, correlational type study.

The instruments were used the Academic Experiences Questionnaire reduced version (QVA-r) and Self-Assessment Inventory of the anxiety before the exams (Idase). The results show that there is a negative relationship between exam anxiety and the dimensions of university adaptation: Interpersonal, Study, Institutional. On the other hand, there is a positive relationship with the Personal dimension. Likewise, the general level of adaptation to university life in scholarship students, present an average level in terms of the interaction of personal and contextual aspects; and with respect to the levels of anxiety in the exams in student-grantees, indicates that the students have answers of moderate concern. In conclusion, the findings are discussed in terms of their implications for the detection and early prevention of difficulties for adaptation to university life and test anxiety.

Keywords: University students, scholars, adaptation to university life, anxiety before exams.

Índice

DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTO	iv
RESUMEN	v
ABSTRACT	vi
I. INTRODUCCIÓN	8
1.1. Realidad Problemática.	10
1.2. Antecedentes de Estudio	11
1.3. Teorías relacionadas al tema.	14
1.4. Formulación del Problema.	19
1.5. Justificación e importancia del estudio.	19
1.6. Hipótesis.	20
1.7. Objetivos	21
1.7.1. Objetivos General	21
1.7.2. Objetivos Específicos	21
II. MÉTODO:	22
2.1. Tipo y Diseño de Investigación.	22
Tipo de investigación:	22
Diseño de investigación:	22
2.2. Población y muestra.	23
Población.....	23
Muestra.....	23
2.3. Variables, Operacionalización.	23
2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.	26
2.5. Procedimientos de análisis de datos.	27
2.6. Criterios éticos	28
III. RESULTADOS	29
3.1. Resultados en Tablas	29
3.2. Discusión de resultados	42
IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	45
Conclusiones	45
Recomendaciones	47
REFERENCIAS:	48
ANEXOS	52

I. INTRODUCCIÓN

Hoy en día, la preocupación de los jóvenes acerca de su futuro profesional, es un desafío lleno de retos, donde elegir una universidad conlleva al estudiante a buscar las necesidades básicas de calidad que requiere el universitario para estudiar una profesión, cabe resaltar que la vida universitaria es un proceso de adaptación que se tendrá que afrontar a nuevos cambios como, aprendizajes, amigos, exámenes, plana docente entre otros, siendo estos lo que influyen en el entorno universitario y en cuanto a la ansiedad ante los exámenes para el estudiante es una reacción normal porque la padece con naturalidad cuando se siente evaluado o cuando desconoce los resultados de un esfuerzo. Esta ansiedad cumple fines positivos y adaptativos pues permiten estar alerta y concentrar la energía para el cumplimiento de una meta. Sin embargo, la tensión provocada por los exámenes puede llegar a jugar una mala pasada a los estudiantes y traer consigo problemas en el rendimiento académico, muchas veces desaprobando las evaluaciones perjudicando así al joven en cuanto a su categoría que en este caso sería su beca.

Asimismo, investigaciones recientes nos muestran que los niveles de ansiedad según el género, ambos sexos presentan una baja ansiedad ante las evaluaciones, además las estrategias de afrontamiento predominantes ante un examen son las evitativas y conductuales. En conclusión, se encontraron relaciones significativas entre ansiedad ante exámenes y estrategias de afrontamiento, como también entre estas variables en relación al género y el año de cursado (Casari, Anglada y Daher,2014).

Cabe destacar que al realizar un estudio teniendo como objetivo conocer la prevalencia de ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios de Lima, los resultados demostraron que el 26.23% presenta una elevada Ansiedad ante los Exámenes, sin diferencias en cuanto al sexo de los participantes, pero sí en relación a la carrera y ciclo de estudios (Domínguez, vilela y caro,2016).

Por otro lado, Pretty manifiesta que al explorar la relación entre la calidad de sueño y la adaptación a la vida universitaria Los resultados fueron que la calidad de sueño está deteriorada en los estudiantes universitarios y que está relacionada con la adaptación a la vida universitaria. En conclusión, existe relación significativa entre calidad de sueño y adaptación a la vida universitaria esto quiere decir que el sueño está estrechamente vinculado a la adaptación del estudiante a la vida universitaria Pretty (2016).

Entonces en los últimos años podemos darnos cuenta que existen investigaciones que estudian estas variables que nos brindan información del porque sucede que el estudiante tenga dificultades para adaptarse a la vida universitaria y sobre todo que tenga problemas al rendir un examen.

Según lo planteado anteriormente, se formuló lo siguiente: ¿Cuál es la relación entre Adaptación a la vida universitaria y ansiedad ante los exámenes?

El presente estudio se justifica de manera práctica, por la ausencia de estudios de ambas variables, es por ello, que se deseó conocer y explorar la adaptación a la vida universitaria y ansiedad ante los exámenes ya que de esa manera se sabrá si hay repercusión en la población a estudiada. La presente investigación tuvo como objetivo principal determinar la relación entre la adaptación a la vida universitaria y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular. Así mismo se plantearon los siguientes objetivos específicos, conocer la relación entre la dimensión personal y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular. Conocer la relación entre la dimensión interpersonal y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular. Conocer la relación entre la dimensión carrera y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular. Conocer la relación entre la dimensión Estudio y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular. Conocer la relación entre la dimensión institucional y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular.

Finalmente es importante realizar este trabajo de investigación porque responde a un tema de innegable impacto social, necesario de producir información y generar conocimientos desde una óptica local en este caso de la Ciudad de Chiclayo, donde se trabajará con una Universidad privada permitiendo de esta manera que tanto los profesores como autoridades académicas puedan asumir medidas preventivas en cuanto a reacciones negativas frente a la vida universitaria. Con esta finalidad la investigación se ha estructurado en seis apartados. El primero presenta la realidad problemática. El segundo apartado hace referencia a los trabajos previos y teorías relacionadas al tema. El tercer apartado describe la hipótesis de investigación y el cuarto los métodos que se emplearan para la investigación. El quinto está enfocado en los resultados de la investigación. El sexto, en la discusión de los resultados las conclusiones y recomendaciones de estudio.

1.1. Realidad Problemática.

Actualmente el ingreso a la Universidad supone para los estudiantes un desafío asociado a expectativas, intereses, necesidades y capacidades particulares que se entrecruzan con los requerimientos, rutinas y demás prácticas institucionales, conformando un nuevo escenario sociocultural que exige contemplar un período de adaptación de los ingresantes a la vida universitaria.

Sabemos que durante los primeros días de vida universitaria se experimentan una mezcla de sensaciones, que pueden abarcar desde la ilusión por la nueva experiencia, hasta la inseguridad o miedo por lo desconocido o incluso a que no se cumplan nuestras expectativas mostrando emociones como la ansiedad, la inseguridad las cuales son emociones demasiado intensas y den lugar a posibles alteraciones en nuestro día a día.

De esta manera, se ha determinado que el primer año universitario suele ser el más difícil en términos de adaptación (Almeida, 2004; Figuera & Torrado, 2012; Santos & Almeida, 2001; Soares, Guisande & Almeida, 2007). Sin embargo, para la mayor parte de los estudiantes el ingreso a la universidad constituye un gran logro en sus vidas a pesar de que los ideales generados en torno a ello podrían distar de los fuertes retos y demandas propios de la vida académica (Soares, et al., 2014; Tubino, 2012).

En el Perú, la preocupación de los jóvenes acerca de su futuro profesional es un desafío lleno de retos sobre todo para los estudiantes que adquieren una beca, donde elegir una universidad conlleva al estudiante a buscar las necesidades básicas de calidad para una buena formación, entonces, cabe mencionar que se determinó únicamente que el 56% ha realizado algún estudio posterior al colegio (INEI, 2012). Asimismo, según el II Censo Nacional Universitario que fue realizado por el Instituto Nacional de Estadística e Informática, los universitarios de Pregrado constituyeron una población de 782, 970 (INEI, 2012), es decir que, del total de la población joven, sólo el 10 %, en promedio, ha podido acceder a una educación superior de tipo universitaria.

Bajo el contexto antes mencionado, adaptarse a una universidad no es cosa fácil, sobre todo teniendo un perfil becario , para ello se crea el Programa Nacional de Becas y Crédito educativo (PRONABEC), cuya modalidad *Ordinaria* de becas pregrado realiza anualmente un concurso que subvenciona los costos de: pensión de estudios y seguro médico .El mismo está dirigido a egresados de escuelas públicas cuyo promedio de notas en secundaria haya sido de 15 como

mínimo; además, deben tener la condición socio-económica de pobreza o pobreza extrema y deben haber ingresado a una universidad. (PRONABEC, 2013)

Considerando el perfil del becario la exigencia académica universitaria para ellos, genera situaciones donde ellos tendrán que afrontar realidades difíciles para poder obtener un adecuado resultado académico durante su formación profesional desde el primer año universitario, porque tendrán que obtener un ponderado el cual lo designa la universidad que se basa en un calificativo mayor a catorce, asimismo cumplir con los requisitos como llegar a clases todos los días , no desaprobando ningún curso y realizar actividades integradoras ,esto se realiza con el fin de mantener su categoría ,y es aquí donde el estudiante tiene que tomar en cuenta cuáles serán sus estrategias para mantenerla ; sin embargo muchos de los becados lo realizan obteniendo un buen resultado favorable, pero hay jóvenes que muestran dificultades en seguir manteniendo la categoría debido a la ansiedad que presentan ya sea en un examen ,exposición o cualquier situación que lo demande la universidad y esto conlleva a traer dificultades en su rendimiento académico, teniendo en cuenta que los universitarios becarios, tienen mayor presión por conseguir un mejor resultado para poder cumplir sus expectativas que ellos consideran adecuadas y sobre todo seguir estudiando una carrera universitaria.

En suma, si bien existen dificultades propias de la población joven universitaria, así como determinadas características que el becario presenta en su ingreso a la universidad, las cuales podrían complicar la adaptación a la vida académica, también existe una serie de reacciones que nos trasmite inquietud y una extrema inseguridad por ejemplo la ansiedad que se tiene antes los exámenes

1.2. Antecedentes de Estudio

Internacionales

Soares, Almeida y Guisande, (2011) midieron el impacto que tienen las percepciones de los estudiantes sobre el clima del aula en la calidad de su adaptación a la vida universitaria. Para ello trabajaron 677 estudiantes de España la mayoría de los participantes era del sexo femenino 61,9%, y únicamente 74% hombres y sus edades oscilaban entre los 17 y 24 años de edad. Utilizaron el instrumento Clima Social de Aula - se evaluó a través de la versión adaptada de la Classroom Environment Scale (CES) y el Questionário de Vivências Acadêmicas (QVA). Encontrando que a pesar de que los estudiantes señalaban percepciones bastante positivas en

relación al clima dominante en sus aulas, el sexo y el área de conocimiento hacen diferenciar los resultados de una forma estadísticamente significativa. A su vez, estas percepciones afectaron de forma positiva y estadísticamente significativa los resultados obtenidos en la calidad de las vivencias académicas de los estudiantes, indicando así la relevancia de estas variables contextuales en la construcción de campus promotores de ajuste, de aprendizaje y de desarrollo de los estudiantes.

Casari, Anglada y Daher (2014) efectuaron un estudio que tuvo como objetivo investigar el nivel de ansiedad y estrategias de afrontamiento en alumnos de la Pontificia Universidad Católica de Argentina. De esta manera se trabajó en la Universidad Católica de Argentina, con 140 estudiantes, hombres y mujeres, que cursaban de primer a quinto año en la carrera profesional de psicología que oscilan entre los 18y 40 años de edad. Utilizaron como instrumentos el Inventario de Respuestas de Afrontamiento de Rudolph Moos, adaptado por Mikulic y Crespi (2008) y la Escala de Ansiedad Cognitiva frente a los exámenes (S-CTAS). Obteniendo como resultado niveles de ansiedad baja ante las evaluaciones, asimismo las estrategias de afrontamiento predominantes ante un examen son las evitativas y conductuales.

Nacionales

Pretty (2016) realizó un estudio con el objetivo de explorar la relación entre la calidad de sueño y la adaptación a la vida universitaria. Estudio llevado en la Universidad privada de Lima encontró que de 103 alumnos el 61.2% fueron hombres mientras que el 38.8% fueron mujeres entre un rango de edades que fluctuó entre los 17 y 23 años. Se utilizó el instrumento Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh (ICSP), para evaluar la calidad de sueño, y el Cuestionario de Vivencias Académicas en su versión reducida (QVA-r), para calcular la adaptación a la vida universitaria. Los resultados fueron que la mala calidad de sueño está relacionada con la adaptación universitaria, esto quiere decir que el sueño está estrechamente vinculado a la adaptación del estudiante a la vida universitaria.

Aquino (2016) efectuó una investigación con el objetivo de conocer la relación entre la adaptación a la vida universitaria y las características de resiliencia. Encontró que 122 becarios universitarios de condición socio-económica de pobreza o pobreza extrema con edades entre 17 y 22 años, la mayoría mujeres (63%). Para ello se utilizaron el Cuestionario de vivencias

académicas (QVA-r) y la Escala de resiliencia para adultos (RSA). Los resultados muestran una relación directa entre todas las áreas de adaptación y la resiliencia total. Específicamente, fue el área personal la que presentó la correlación más alta, de todas las áreas de adaptación, con resiliencia total.

Domínguez, Vilela y Caro (2016) realizaron un estudio teniendo como objetivo conocer la prevalencia de ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios de Lima. Para ello trabajaron con una población de 751 estudiantes universitarios de Lima siendo el 58.77% mujeres del primer al séptimo ciclo de tres carreras profesionales (Psicología, Ingeniería y Biología) pertenecientes a dos universidades privadas ubicadas en Lima Metropolitana con edades entre 16 y 55 años. Los instrumentos que se emplearon fueron el Test Anxiety Inventory. Los resultados demostraron que el 26.23% presenta una elevada Ansiedad ante los Exámenes, sin diferencias en cuanto al sexo de los participantes, pero sí en relación a la carrera y ciclo de estudios.

Chávez, Chávez, Ruelas, y Gómez, (2014) realizó una investigación que tuvo como objetivo abordar las reacciones de ansiedad de los estudiantes del CEPRE-UNMSM de Lima. La población estuvo conformada por 374 varones y 426 mujeres haciendo un total de 800 participantes. cuyas edades fluctúan entre los 14 y 32 años. Los instrumentos empleados fueron la escala de ansiedad ante los exámenes – IDASE que evalúa los factores emocionalidad y preocupación. Asimismo, se han encontrado resultados que el 27% de los estudiantes presenta un nivel alto de ansiedad ante los exámenes, mientras que el 33.38% y 39.63% posee un nivel bajo y moderado, respectivamente.

Locales

Díaz (2014) efectuó un estudio con el objetivo de determinar si existe asociación entre el nivel de ansiedad ante los exámenes y los estilos de aprendizaje. Para ello se trabajó con una muestra de 122 estudiantes de Medicina de una universidad particular de Chiclayo de ambos sexos entre las edades de 16 y 27 años. Los instrumentos empleados para el proceso de recolección de datos fueron el Cuestionario de Ansiedad ante los Exámenes (CAEX) y el Cuestionario de Honey y Alonso de Estilos de Aprendizaje (CHAEA). Los resultados evidenciaron que no existe asociación entre las variables estudiadas, que el estilo teórico es el más usado. En conclusión,

la mayoría de los estudiantes evaluados tiene bajos niveles de ansiedad ante los exámenes y no aplican ningún estilo de aprendizaje.

1.3. Teorías relacionadas al tema.

Definición de Adaptación a la vida universitaria.

La adaptación a la vida universitaria es un fenómeno complejo en el que se observa la interacción de aspectos personales y contextuales (Almeida, Soares & Ferreira, 2001). Partir de la dinámica de sus 5 dimensiones: personal, interpersonal, carrera, de estudio-aprendizaje e institucional. La primera está referida principalmente a percepciones de bienestar del estudiante, ya sea de tipo psicológico o físico, autonomía y auto-concepto. La segunda, alude a la relación con los compañeros y a la competencia para establecer relaciones de mayor intimidad, más significativas. La tercera, concierne aspectos de la realización vocacional y de satisfacción con los cursos de la carrera. La cuarta, implica competencias y situaciones para el estudio como la gestión del tiempo, rutinas de estudio, uso de biblioteca y otros recursos. Y, la quinta, se refiere al interés por la institución, el conocimiento y apreciación de los servicios y la infraestructura de esta (Almeida et al., 2002).

En este sentido, las tres primeras dimensiones son de tipo personales mientras que las dos últimas corresponden al tipo más contextual. Estas últimas interaccionan con las primeras generando resultados diferenciados en adaptación para cada alumno (Almeida, 2004), de ahí la importancia en considerar a este proceso como único para cada estudiante.

Por otro lado, Tinto (2004) nos menciona que en la adaptación universitaria se han encontrado una serie de factores y dificultades que influyen en lo jóvenes muestra de ellos tenemos:

Objetivos o metas: muchos estudiantes comienzan la universidad sólo con una vaga idea de por qué lo han hecho, y tal incertidumbre puede menoscabar su voluntad.

Economía insuficiente: muchos estudiantes de bajos ingresos abandonan porque no pueden soportar los costos directos e indirectos de la asistencia a la universidad. Sin embargo, Tinto advierte que con frecuencia los estudios llegan a exagerar la importancia de este factor y que muchas veces lo que está detrás es el balance negativo que hacen los estudiantes entre el valor percibido de lo que están recibiendo y el costo que tiene.

Dificultades de adaptación: dificultades para sobrevivir la transición de la escuela previa a las exigencias de la universidad.

"No encajar": existe una falta de congruencia entre el individuo y la institución. Con frecuencia es el producto de una inadecuada atención institucional: un ambiente hostil y la falta de preocupación por las necesidades y el crecimiento del estudiante.

Dificultades académicas: insuficiencia de las destrezas académicas o deficientes hábitos de estudio.

Aprendizaje: éste es un factor predictivo de la persistencia. Los estudiantes que aprenden y encuentran valor en su aprendizaje son quienes se quedan.

Compromiso: no todos los estudiantes tienen el grado de compromiso necesario, algunos por decisiones personales, otros por circunstancias contextuales, como tener que trabajar u otras responsabilidades familiares, que les impiden un vínculo más profundo con la experiencia universitaria.

Asimismo, en las dificultades según Tinto (2000) manifiesta que los universitarios presentan:

Ritmo de estudio o presión por la carga académica. Con la mejor intención que se demuestre, probablemente durante el primer año de estudios obtengas alguna o varias calificaciones muy bajas o tengas que enfrentarte a la reprobación de algún ramo y experimentar la frustración que surge. De la misma forma, es posible que debas aceptar que la presión del trabajo académico es fuerte y permanente. En estas circunstancias, adquiere relevancia sobrellevar las frustraciones como parte del proceso de aprendizaje y generar estrategias para sobrellevar las dificultades: preguntar las dudas en clases, a los profesores y compañeros. A la vez, es posible investigar, aprender o pedir ayuda en relación al manejo de estrés, mejorar los hábitos y estrategias de estudio, así como reforzar nuestra autoestima, entre otros.

Dudas vocacionales e intención de cambiarse o retirarse de la carrera. Según un estudio nacional, los factores o causas más frecuentes de deserción de los alumnos universitarios en primer año se deben a problemas vocacionales, situación económica familiar y/o rendimiento académico. Para enfrentar estas dificultades, es necesario acudir a las redes de apoyo: conversar con los familiares y amigos, así como solicitar apoyo de otras instancias de la universidad cuya

función es prestar servicios de orientación vocacional, apoyo económico o de rendimiento.

Incomodidad social, malestar emocional o físico relacionado con la participación en las aulas universitarias o actividades propias de la universidad. Es importante recurrir a los servicios de salud correspondientes, pues en ocasiones durante el proceso de adaptación a la vida universitaria pueden surgir síntomas físicos o psicológicos que requieren de ayuda especializada.

En el presente estudio el término adaptación se emplea indistintamente y si bien no existen muchos estudios de este constructo con otras variables, la literatura científica refiere una serie de variables psicosociales asociadas a este proceso considerando, principalmente, a algunas de sus características (Almeida, 2007).

Definición de ansiedad ante los exámenes.

La ansiedad ante los exámenes es entendida como la mayor dificultad de las pruebas y tiene una correlación negativa más acentuada en las mujeres. Ahora bien, cuando hablamos de estudiantes universitarios, la ansiedad se muestra como una serie de reacciones emocionales a niveles elevados debido a que el estudiante comienza a pensar cómo será al momento de estudiar la asignatura y que pasará cuando rinda el examen. Ante estas situaciones mencionamos dos tipos de ansiedad que es la anticipadora que se produce al instante de estudiar y la situacional que se refleja al rendir el examen, entonces si nos damos cuenta la ansiedad también se relaciona con el rendimiento (Gutiérrez y Avero 1995; Valero 1999).

En este sentido, según Spielberger y Vagg (1995), la ansiedad ante los exámenes puede definirse como una disposición individual para exhibir estados de ansiedad de forma más intensa y frecuente de lo habitual, con preocupaciones y pensamientos irrelevantes que interfieren con la atención, concentración y realización de exámenes. Domínguez, Villegas, Sotelo y Sotelo (2012).

Son respuestas de elevada preocupación, activación fisiológica y sentimientos de aprehensión ante situaciones de evaluación de aptitudes personales (Heredia, 2008).

Entonces, se traduce que mayormente la ansiedad, anticipada y en el transcurso de situaciones de evaluación, es una experiencia propagada, esto la mayoría de veces es interpretada como resultados insatisfactorios, como calificaciones desaprobatórias, asistencias y una insuficiencia generalizada en relación al cumplimiento del objetivo, que de algún otro modo verdaderamente son considerados accesibles (Navas, 1989).

Es así que el individuo se percibe a sí mismo como ineficaz o inadecuado para la tarea en cuestión, carece de respuestas de afrontamiento necesarias para resolverla abiertamente con acciones o restricción de la situación o de la oportunidad, Se centra en las consecuencias indeseables de su insuficiencia personal o en los resultados no deseados .Se preocupa con pensamientos de auto desaprobación que compiten con la actividad cognitiva relacionada con la tarea ,es decir son reacciones emocionales que suelen desencadenarse por diversos factores como experiencias vividas en anteriores exámenes.

El enfoque de Spielberger proviene del modelo de interferencia de Liebert y Morris (1967), el cual sostiene que la ansiedad producida por una evaluación interrumpe la recuperación del conocimiento anteriormente adquirido, por medio de reacciones irrelevantes relacionadas a la tarea. Se consideran dos factores fundamentales, el primero es de índole cognitivo, denominado “preocupación”, y el otro designado “emocionalidad”, relacionada con la exteriorización fisiológica típica asociada a la respuesta de activación del sistema nervioso autónomo. Asimismo, atribuyen que, un individuo que cree que ejecutará un deficiente trabajo la intranquilidad incrementará; no obstante, en condiciones en las que esperan alcanzar la meta, la intranquilidad suele disminuir. En relación a la emocionalidad, estas son comunes en condiciones estresantes de evaluación; es decir, cuando el estudiante se siente inseguro en la condición próxima de evaluación, esta aumenta, y por el contrario, reduce cuando el sujeto se siente seguro sobre su propio desempeño (Liebert & Morris, 1967, citados en Hernández, Pozo & Polo, 1994)

Ahora desde un modelo de aprendizaje social se incluyen como factores los déficits en habilidades de estudio. Habitualmente se encuentran correlaciones negativas entre una elevada ansiedad y un pobre resultado en el examen (Yunker, 1986).

Por otro lado, la Teoría Tridimensional de la Ansiedad (Lang, 1968, citado en Oblitas, 2004), la reacción emocional de la ansiedad puede observarse a un triple nivel: cognitivo subjetivo, haciendo referencia a la experiencia; fisiológico, haciendo referencia a los cambios corporales; y motor, haciendo referencia a las conductas claramente observables. En cuanto al nivel cognitivo, la ansiedad involucra muchas reacciones emocionales como la preocupación, tensión, miedo, inseguridad en uno mismo sobre todo para las decisiones personales asimismo

la presencia de pensamientos negativos cuando actúan o enfrentan un grupo de personas manifestando sus debilidades, esto conlleva a que el ser humano muestre una serie de dificultades en su vida universitaria trayendo como consecuencia la falta de concentración, dificultad para estudiar, pensar y sobre todo que sientan una pérdida de control en sí mismos.

Por otra parte, en el nivel fisiológico, la ansiedad activa diferentes sistemas tales son los casos del Sistema Nervioso Autónomo y Motor, pero no podemos dejar de lado también al sistema nervioso central, endocrino e inmune. Al ser activados estos sistemas se produce alteraciones en el cuerpo haciendo padecer al sujeto el aumento de frecuencia cardíaca y respiratoria (palpitaciones constantes), tensión muscular o temblores musculares, además de presencia de sudoración, sequedad en la boca y sensaciones gástricas. Estos cambios fisiológicos mencionados pueden desencadenar una serie de desórdenes psicofisiológicos transitorios como los dolores de cabeza, náuseas, mareos y problemas gástricos.

Y por último encontramos el nivel motor, que se manifiesta con la hiperactividad (en algunos casos), problemas para poder vocalizar (tartamudez), consumir alimentos en exceso como el café o el tabaco, el llanto y expresar tensión facial cuando no hay respuesta ante una situación. Así, Valero (1999), menciona que el modelo conductual supone que la ansiedad ante los exámenes es una inhibición de conductas académicas bajo una situación de castigo, con los componentes condicionados o emocionales habituales en una situación de ansiedad. De la misma manera, el mencionado autor plantea que la ansiedad ante los exámenes desde una perspectiva cognitiva incluye la existencia de pensamientos negativos, dificultades en la resolución de problemas, déficits atencionales y baja autoestima como causas de esta problemática. Además, de acuerdo con un modelo de aprendizaje social, se incluyen como factores los déficits en habilidades de estudio.

Dentro de la estructura de ansiedad ante los exámenes Valero (1999) nos menciona las siguientes:

Preocupación: Es un aspecto cognitivo de la ansiedad ante el examen y está dado en los pensamientos e imágenes del examen.

Respuestas fisiológicas: el joven las expresa en las sensaciones físicas experimentadas en el momento de la aplicación del examen, o ante un agente generador de ansiedad.

Situacional : comprobó que en algunos sujetos la percepción de la situación de examen es vivenciada como potencialmente amenazante y causante de ansiedad ya que se relaciona con el

hecho de que fallar en ella puede interferir con el alcanzar metas importantes o porque frente a una ejecución pobre tienden a bajar su sentido de auto valía .Considerando que el nivel del estado de ansiedad es más alto durante los exámenes percibidos como déficits que durante los fáciles ,y que cualquier examen estricto somete a los alumnos a dos desventajas: la dificultad intrínseca días preguntas y el posible nivel distorsionador de la *ansiedad*.

Respuestas de evitación: estos son comportamientos evasivos frente a la fuente generadora de ansiedad, para evitar exponerse a un examen.

1.4. Formulación del Problema.

¿Cuál es relación entre la adaptación a la vida universitaria y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular?

1.5. Justificación e importancia del estudio.

Por ello que el presente trabajo tiene como objetivo identificar la relación que puede existir entre la adaptación a la vida universitaria y la ansiedad ante los exámenes en estudiantes becarios de una Universidad Particular de Chiclayo, puesto que la experiencia de la vida universitaria tiene sus particularidades y entre ellas está el hecho de que el joven estudiante debe enfrentar una serie de situaciones nuevas y de presiones, uno de ellos es la ansiedad ante los exámenes donde los estudiantes perciben que un examen es una situación amenazante y en consecuencia productoras de ansiedad, cuya existencia es proporcional a la magnitud de la amenaza percibida por cada sujeto ,asimismo para su adaptación a la universidad debe desarrollar diversas habilidades que faciliten su incorporación y funcionamiento adecuado dentro del nuevo nivel alcanzado; además, deben confrontar una serie de tareas o exigencias complejas, cuya realización implica alcanzar el desarrollo de su identidad y, a su vez, una adaptación adecuada al contexto (Almeida, Ferreira, & Soares, 1999).

Es por ello que esta investigación dará a conocer cómo es que el joven se desenvuelve en asumir nuevos retos en lo que corresponde a la vida universitaria y cómo afronta cada situación, asimismo ver cuáles son las reacciones emocionales que se desencadenan en la persona tal es el caso de la preocupación y las manifestaciones fisiológicas, puesto que los jóvenes, sienten como amenaza el no poder desarrollar adecuadamente un examen.

Por esta razón es importante efectuar este trabajo de investigación porque responde a un tema trascendental para la sociedad, teniendo un impacto en los jóvenes universitarios además de contribuir y producir información como conocimientos nuevos. Debido a ello se tuvo en cuenta trabajar con una Universidad privada de la Ciudad de Chiclayo porque tanto docentes como autoridades de dicha entidad pueden asumir medidas preventivas necesarias para ayudar a mejorar las reacciones negativas frente a la vida universitaria. De este modo, la presente información aportara tanto a los profesionales como a los que estudian la carrera de psicología para comprender el comportamiento, pues permite identificar los aspectos en los que deben enfocarse los esfuerzos de prevención, promoción e intervención en el ámbito universitario.

Con esta finalidad la investigación pretende encontrar relación entre adaptación ante la vida universitaria y ansiedad ante los exámenes en estudiantes becarios. Asimismo conocer la relación entre la dimensión personal y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular, además conocer la relación entre la dimensión interpersonal y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular, también Conocer la relación entre la dimensión carrera y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular ,del mismo modo conocer la relación entre la dimensión Estudio y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular y Conocer la relación entre la dimensión institucional y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular.

Por otro lado conocer el nivel general de adaptación a la vida universitaria y ansiedad ante los exámenes como también el nivel predominante de las dimensiones de adaptación.

De esta manera, es necesario indicar que las investigaciones sobre relaciones entre adaptación a la vida universitaria y ansiedad ante los exámenes casi no se han realizado.

1.6. Hipótesis.

Hipótesis General

Existe una relación entre la adaptación a la vida universitaria y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular.

Hipótesis Específica

- Existe una relación entre la dimensión personal y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular.
- Existe una relación entre la dimensión interpersonal y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular.

- Existe una relación entre la dimensión carrera y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular.
- Existe una relación entre la dimensión Estudio y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular.
- Existe una relación entre la dimensión institucional y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular.

1.7. Objetivos

1.7.1. Objetivos General

Determinar la relación entre la adaptación a la vida universitaria y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular.

1.7.2. Objetivos Específicos

Conocer la relación entre la dimensión personal y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular.

Conocer la relación entre la dimensión interpersonal y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular.

Conocer la relación entre la dimensión carrera y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular.

Conocer la relación entre la dimensión Estudio y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular.

Conocer la relación entre la dimensión institucional y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular.

Conocer el nivel general de adaptación a la vida universitaria y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular.

Conocer el nivel predominante de las dimensiones de adaptación.

II. MÉTODO:

2.1. Tipo y Diseño de Investigación.

Tipo de investigación:

Para la investigación realizada, se tuvo en cuenta los siguientes puntos: aplicada porque accedió a la resolución de problemas prácticos mediante teorías; servirá como un nuevo aporte al conocimiento teórico.

Por su naturaleza es cuantitativo, debido a que se encarga del proceso estadístico para su análisis de datos centrándose en aspectos mediante la observación.

Por su alcance temporal es transversal, porque se compara con los distintos grupos de edades y sexo, el cual será aplicada por única vez (Abanto, 2017).

Diseño de investigación:

El presente estudio es de diseño no experimental, transaccional - correlacional. No experimental debido que la investigación se realizó sin manipulación de la variable estudiada; transaccional porque los datos que se han recolectado se dieron en un solo momento y tiempo; por ultimo de tipo correlacional que se encarga de estudiar la relación entre el comportamiento de una o mas variables con el objetivo de predecir el comportamiento a estudiar (Hernández, Fernández & Baptista 2014; Ato, López, & Benavente, 2013).

El diagrama del diseño correlacional es:



X₁: Adaptación a la vida universitaria.

X₂: Ansiedad ante los exámenes.

2.2. Población y muestra.

Población

La población estuvo conformada por 250 jóvenes universitarios de una Universidad Particular de la Ciudad de Chiclayo.

Muestra

Para la investigación se utilizó una muestra no probabilística. Conformado por 250 jóvenes becados de una Universidad Particular de la Ciudad de Chiclayo, de ambos sexos, cuyas edades comprenden entre 18 a 29 años cursando el 1° y 2° ciclo, siendo el 61.2 % hombres y el 38.8 % mujeres con niveles socioeconómicos medios.

Criterios de Inclusión

- Jóvenes universitarios que asisten a la Universidad Privada de la Ciudad de Chiclayo.
- Jóvenes universitarios que obtengan beca, media beca o categoría.
- Jóvenes universitarios de sexo masculino y femenino.
- Jóvenes universitarios que oscilan entre 18 a 29 años.

Criterio de Exclusión

- Jóvenes universitarios de ciclos avanzados.

2.3. Variables, Operacionalización.

Variable 1 -Adaptación a la Vida Universitaria

Definición Conceptual

Almeida, Soares y Ferreira, (2001) La adaptación a la vida universitaria es un fenómeno complejo en el que se observa la interacción de aspectos personales y contextuales.

Definición operacional

Se evaluará mediante cinco dimensiones: 1) personal ,2) interpersonal,3) carrera ,4) Estudio y 5) institucional las cuales pertenecen al cuestionario de Vivencias Académicas versión reducida. (QVA-r)

Variable 2- Ansiedad ante los exámenes

Definición Conceptual

Bauermeister, Collazo y Spielberger (1988). La ansiedad ante los exámenes es una reacción emocional desagradable producida por un estímulo externo, que es considerado por el individuo como amenazador, produciendo cambios fisiológicos y conductuales en el sujeto.

Definición operacional

La ansiedad ante los exámenes será medida en los niveles alto, medio y bajo, los cuales pertenecen al Inventario de Autoevaluación de la ansiedad ante los exámenes (Idase).

Variables	Dimensiones	Indicadores	Técnica e instrumento de recolección de datos
Variable 1 Adaptación a la vida universitaria	Personal	4, 9, 11, 13, 17, 21, 23, 26, 28, 39, 45, 52 y 55	Cuestionario de Vivencias Académicas version reducida (QVA-r) (Almeida, Ferreira & Soares, 2001)
	Interpersonal	1, 6, 19, 24, 27, 30, 33, 36, 38, 40, 42, 43 y 59	
	Carrera	2, 5, 7, 8, 14, 18, 20, 22, 37, 51, 54, 56 y 60	
	Estudio	10, 25, 29, 31, 32, 34, 35, 41, 44, 47, 49, 53 y 57	
	Institucional	3, 12, 15, 16, 46, 48, 50 y 58	
Variable 2: Ansiedad ante los exámenes	- Confiado	1	Inventario de Autoevaluación de la ansiedad
	- Perturbado	2	
	- Interferir con el trabajo	3	

- Miedo	4	ante los exámenes (Idase) (Bauermeister, Collazo y pielberger,1988)
- Terminar los estudios	5	
- Confusión	6	
- Concentración	7	
- Agitación	8	
- Angustia	9	
- Inquieto	10	
- Tensión	11	
- Temor	12	
- Malestar Estomacal	13	
- En contra de mí mismo	14	
- Pánico	15	
- Preocupación	16	
- Fracaso	17	
- Taquicardia	18	
- Sentimiento de culpa	19	
- Inseguridad	20	

2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.

Técnicas

Para el presente estudio se empleó la observación y encuestas, con estas técnicas los datos se obtuvieron por medio de cuestionarios los cuales evaluaron las variables previamente establecida de la población objetivo, los cuales están formados por un conjunto de preguntas ya formuladas que evaluó las variables, asimismo los cuestionarios que se utilizó son los: Cuestionario de Vivencias Académicas versión reducida (QVA-r) e Inventario de autoevaluación de la ansiedad ante los exámenes (IDASE).

Instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad

Cuestionario de vivencias académicas versión reducida (QVA-r); (Almeida, Ferreira & Soares,2001).

Evalúa la adaptación a la vida universitaria, diseñada para ser respondida por jóvenes universitarios. Consta de 60 ítems con 5 respuestas desde totalmente en desacuerdo hasta totalmente de acuerdo, asimismo todos los ítems mencionados en el test se suman para obtener un solo puntaje donde evalúa las percepciones, vivencias y comportamientos del estudiante en el contexto. En el Perú la prueba ha sido validada por Chau, Saravia y Yearwood (2014). En cuanto a la consistencia interna, se obtuvo una confiabilidad alfa de Cronbach por áreas: personal.89, interpersonal.87, carrera.86, estudio.86 e institucional .69. Para evaluar la validez de constructo se llevó a cabo un análisis factorial confirmatorio con rotación Varimax.

El cuestionario fue baremado con universitarios de Chiclayo obteniendo la confiabilidad mediante el α con un .843, asimismo el test KMO dio como resultado .855, y mediante la prueba de esfericidad de Bartlett se obtuvo un valor significativo de .000. Y en cuanto a su validez como es el caso de la validez de constructo se obtuvo a través del análisis factorial, con una correlación ítem-factor que comprendieron entre .754y .312.

El cuestionario presenta 5 dimensiones que son:

Dimensión 1 Personal: 4, 9, 11, 13, 17, 21, 23, 26,28, 39, 45, 52 y 55.

Dimensión2 Interpersonal: 1, 6, 19, 24, 27, 30, 33, 36,38, 40, 42, 43 y 59

Dimensión 3 Carrera: 2, 5, 7, 8, 14, 18, 20, 22, 37, 51, 54, 56 y 60

Dimensión 4Estudio: 10, 25, 29, 31, 32, 34, 35, 41, 44, 47, 49, 53 y 57

Dimensión 5 Institucional: 3, 12, 15, 16, 46, 48, 50y 58

Inventario de autoevaluación de la ansiedad ante los exámenes (idase); (Bauermeister, Collazo y Spielberger, 1988). Evalúa los niveles de ansiedad fue creada para ser contestada por estudiantes universitarios. Consta de veinte reactivos con cuatro alternativas de respuesta: (A) casi nunca, (B) algunas veces, (C) frecuentemente y (D) casi siempre. La puntuación para todos los ítems, salvo el número 1, es A = 1, B = 2, C = 3 y D = 4. Para el elemento 1, la calificación es A = 4, B = 3, C = 2 y D = 1. Su aplicación es de forma individual como colectiva. El inventario no tiene límite de tiempo. La confiabilidad se analizó por medio de su consistencia interna usando el método del Alfa de Cronbach. Para la escala total, se obtuvo un α total de 0,954, con 20 ítems y un índice de homogeneidad mayores de 0,20, el cual es el punto de corte para aceptar al ítem dentro de la escala.

En la ciudad de Chiclayo se realizó la validación del cuestionario por criterio de 3 expertos que certifican la validez de la misma además es válido por que los coeficientes de correlación ítem total son superiores a 0.30 (Díaz ,2014)

El Inventario de Autoevaluación sobre exámenes (IDASE) sobre la ansiedad ante los exámenes se obtuvo un α de .892 datos alcanzados que indican un alto coeficiente de confiabilidad, lo que garantiza la consistencia de la prueba. Asimismo, El test KMO dio como resultado .910, y mediante la prueba de esfericidad de Bartlett se obtuvo un valor significativo de .000. lo cual valida al instrumento. Además, se realizó el análisis factorial para obtener la validez de constructo, con una correlación ítem-factor que comprendieron entre .303 y .660.

2.5. Procedimientos de análisis de datos.

Para procesar los datos recogidos se utilizó el software estadístico SPSS versión 21.

Para ello se vació la información obtenida mediante los inventarios a dicho programa para así poder realizar el procesamiento de datos y determinar la estadística correspondiente.

Posteriormente se realizó las pruebas de correlación entre adaptación a la vida universitaria y ansiedad ante los exámenes utilizando un estadístico que permita determina las variables lo cual previamente se distribuyó la normalidad de los datos.

Por otro lado, los cuestionarios a utilizarse fueron baremados a la población objetivo los cuales abarcaron adecuadamente lo que se quiere investigar, de tal manera que permitió que los datos a obtener sean válidos y confiables, asimismo se evitó cualquier tipo de sesgo que influya negativamente en la investigación.

2.6. Criterios éticos

Como primer paso se tendrá que realizar las gestiones y coordinaciones pertinentes con la Universidad donde se realizará la gestión, luego una vez obtenido el permiso se procederá a la aplicación de los instrumentos los cuales son: Cuestionario de Vivencias Académicas versión reducida (QVA-r) y el Inventario de Autoevaluación sobre exámenes. (IDASE).

La investigación estuvo basada en los aspectos éticos profesionales según APA y se tuvo en cuenta lo siguiente: Se mantuvo la confidencialidad de la Universidad donde se realizó la investigación, del mismo modo los datos personales de cada participante; se informó previamente a cada participante el motivo de la investigación dando a conocer la importancia de esta y de su participación en ella, solo se procedió a la recolección de datos si él o la participante daba su consentimiento, una vez obtenidos los datos se procedió con total transparencia de modo que los datos sean fidedignos, dichos datos no serán utilizados para otros fines que sean ajenos a la investigación.

Posteriormente se explicó a cada uno de los participantes el objetivo de la investigación aclarando cualquier duda que puedan tener de tal modo que no afecte ni altere los resultados de la investigación, todo ello será debidamente desarrollado con el previo consentimiento informado de cada participante. Por otro lado, este trabajo de investigación no toma como propios partes del trabajo o datos ajenos, aun cuando éstos sean citados ocasionalmente.

III. RESULTADOS

3.1. Resultados en Tablas

En la tabla 1, muestra que existe relación negativa entre la ansiedad ante los exámenes y las dimensiones de adaptación universitaria: Interpersonal (Rho=-,400**, p< .01), Carrera (Rho=-,230**, p< .01), Estudio (Rho=-,484**, p< .01), Institucional (Rho=-,447*, p< .05). Por otro lado, existe relación positiva con la dimensión Personal (Rho=,452**, p> .01).

Tabla 1

Relación entre la adaptación a la vida universitaria y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular

Adaptación a la vida universitaria	Ansiedad ante los exámenes	
	Rho	P
Personal	,452**	.000
Interpersonal	-,400**	.000
Carrera	-,230**	.000
Estudio	-,484**	.000
Institucional	-,447*	.020

En la tabla 2 se observa que existe relación positiva entre la ansiedad ante los exámenes y la dimensión de adaptación universitaria: Personal ($Rho=,452^{**}$, $p < .01$), es decir indica que existe una relación directa entre las opiniones y sentimientos sobre el malestar físico y psicológico, presentándose en ellos respuestas de preocupación, activación fisiológica y sentimientos de aprehensión ante situaciones de evaluación de aptitudes personales.

Tabla 2

Relación entre la dimensión personal y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular

Adaptación a la vida universitaria	Ansiedad ante los exámenes	
	<i>Rho</i>	<i>P</i>
Personal	,452**	.000

En la tabla 3 se observa que existe relación negativa entre la ansiedad ante los exámenes y la dimensión de adaptación universitaria: Interpersonal ($Rho = -.400^{**}$, $p < .01$), esto indica que si los estudiantes no presentan una interacción con pares en general y relaciones significativas, así como aspectos relativos al involucramiento en actividades extracurriculares, posiblemente incrementen sus respuestas de preocupación, activación fisiológica y sentimientos de aprehensión ante situaciones de evaluación de aptitudes personales.

Tabla 3

Relación entre la dimensión interpersonal y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular

Adaptación a la vida universitaria	Ansiedad ante los exámenes	
	<i>Rho</i>	<i>P</i>
Interpersonal	-,400**	.000

En la tabla 4 se observa que existe relación negativa entre la ansiedad ante los exámenes y la dimensión de adaptación universitaria: Carrera ($Rho=-,230^{**}$, $p< .01$), ello indica que, si los estudiantes no poseen una adaptación al pregrado, un proyecto vocacional y perspectivas de carrera; las respuestas de preocupación, activación fisiológica y sentimientos de aprehensión ante situaciones de evaluación de aptitudes personales aumentarían.

Tabla 4

Relación entre la dimensión carrera y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular

Adaptación a la vida universitaria	Ansiedad ante los exámenes	
	<i>Rho</i>	<i>P</i>
Carrera	$-,230^{**}$.000

En la tabla 5, existe relación negativa entre la ansiedad ante los exámenes y la dimensión de adaptación universitaria: Estudio ($Rho = -.484^{**}$, $p < .01$), es decir que, si los estudiantes no presentan hábitos de trabajo, organización del tiempo, uso de la biblioteca y otros recursos de aprendizaje, podría desencadenar en ellos respuestas de preocupación, activación fisiológica y sentimientos de aprehensión ante situaciones de evaluación de aptitudes personales.

Tabla 5

Relación entre la dimensión Estudio y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular

Adaptación a la vida universitaria	Ansiedad ante los exámenes	
	Rho	P
Estudio	-.484**	.000

En la tabla 6 se observa que existe relación negativa entre la ansiedad ante los exámenes y la dimensión de adaptación universitaria: Estudio ($Rho = -.447^{**}$, $p > .01$), es decir que si los estudiantes poseen bajo intereses hacia la institución, deseos de continuar los estudios, conocimiento y percepciones sobre la calidad de los estudiantes, ello incrementaría las respuestas de preocupación, activación fisiológica y sentimientos de aprehensión ante situaciones de evaluación de aptitudes personales.

Tabla 6

Relación entre la dimensión institucional y ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una universidad Particular

Adaptación a la vida universitaria	Ansiedad ante los exámenes	
	Rho	P
Institucional	-,447*	.020

En la tabla 7 se observa una predominancia de la dimensión Personal en estudiantes becarios en hombres y mujeres, con un porcentaje de 48.7% y 48.5% ubicándolos en el nivel medio de acuerdo a lo esperado esto indica que los estudiantes presentan un nivel promedio en cuanto a sus opiniones y sentimientos sobre el malestar físico y psicológico.

Tabla 7

Nivel predominante de la dimensión Personal en estudiantes becarios de una Universidad Particular

		Nivel			Total	
		Bajo	Medio	Alto		
Género	Hombres	f	37	74	42	153
		%	24.3%	48.7%	27.0%	100.0%
	Mujeres	f	28	47	22	97
		%	28.9%	48.5%	22.7%	100.0%
Total	f	65	121	64	250	
	%	26.1%	48.6%	25.3%	100.0%	

En la tabla 8, estudiantes becarios hombres en la dimensión Interpersonal, poseen un nivel medio con porcentaje de 42.8%. Es decir, los estudiantes poseen un nivel promedio en la relación con pares en general y relaciones significativas, así como aspectos relativos al involucramiento en actividades extracurriculares.

Tabla 8

Nivel predominante de la dimensión Interpersonal en estudiantes becarios de una Universidad Particular

		Nivel			Total	
		Bajo	Medio	Alto		
Género	Hombres	f	45	65	43	153
		%	29.6%	42.8%	27.6%	100.0%
	Mujeres	f	21	39	37	97
		%	21.6%	40.2%	38.1%	100.0%
Total	f	66	104	80	250	
	%	26.5%	41.8%	31.7%	100.0%	

En la tabla 9, existe predominancia de la dimensión Carrera en estudiantes becarios hombres, con un porcentaje de 44.7% ubicándolas en el nivel medio de acuerdo a lo esperado significa que las estudiantes presentan un nivel promedio en cuanto a la adaptación al pregrado, proyecto vocacional y a las perspectivas de carrera.

Tabla 9

Nivel predominante de la dimensión Carrera en estudiantes becarios de una Universidad Particular

			Nivel			Total
			Bajo	Medio	Alto	
Género	Hombres	f	39	68	46	153
		%	25.7%	44.7%	29.6%	100.0%
	Mujeres	f	30	38	29	97
		%	30.9%	39.2%	29.9%	100.0%
Total		f	69	106	75	250
		%	27.7%	42.6%	29.7%	100.0%

En la tabla 10, existe predominancia de la dimensión Estudio en estudiantes becarios hombres, con un porcentaje de 49.5% ubicándolos en el nivel medio de acuerdo a lo esperado esto indica que los estudiantes poseen competencias de estudio, es decir hábitos de trabajo, organización del tiempo, uso de la biblioteca y de otros recursos de aprendizaje.

Tabla 10

Nivel predominante de la dimensión Estudio en estudiantes becarios de una Universidad Particular

		Nivel			Total	
		Bajo	Medio	Alto		
Género	Hombres	f	38	72	43	153
		%	25.0%	47.4%	27.6%	100.0%
	Mujeres	f	28	48	21	97
		%	28.9%	49.5%	21.6%	100.0%
Total	f	66	120	64	250	
	%	26.5%	48.2%	25.3%	100.0%	

En la tabla 11 se observa una predominancia de la dimensión institucional en estudiantes becarios mujeres, con un porcentaje de 45.4% ubicándolos en el nivel medio. Esto indica que los estudiantes poseen intereses hacia la institución, deseos de continuar los estudios, conocimiento y percepciones sobre la calidad de los estudiantes.

Tabla 11

Nivel predominante de la dimensión institucional en estudiantes becarios de una Universidad Particular

		Nivel			Total	
		Bajo	Medio	Alto		
Género	Hombres	f	38	64	50	152
		%	25,0%	42,1%	32,9%	100,0%
	Mujeres	f	26	44	27	97
		%	26,8%	45,4%	27,8%	100,0%
Total	f	64	108	77	249	
	%	25,7%	43,4%	30,9%	100,0%	

En la tabla 12, presenta un nivel general de adaptación a la vida universitaria en estudiantes becarios, obteniéndose una predominancia en hombres con un porcentaje de 44.1%, ubicándolos en el nivel medio de acuerdo a lo esperado. Ello quiere decir que los hombres presentan un nivel promedio de adaptación a la vida universitaria en cuanto a la interacción de aspectos personales y contextuales; ya sea para adaptarse, aprender nuevos comportamientos o modificar algunos de los existentes en su repertorio.

Tabla 12

Nivel general de Adaptación a la vida universitaria en estudiantes becarios de una Universidad Particular

			Nivel			Total
			Bajo	Medio	Alto	
Género	Hombres	f	46	67	40	153
		%	30.3%	44.1%	25.7%	100.0%
	Mujeres	f	27	36	34	97
		%	27.8%	37.1%	35.1%	100.0%
Total		f	73	103	74	250
		%	29.3%	41.4%	29.3%	100.0%

En la tabla 13, muestra los niveles de ansiedad ante los exámenes en estudiantes becarios, obteniéndose una predominancia en hombres con un porcentaje de 45.8%, ubicándolos en el nivel medio de acuerdo a lo esperado esto indica que los estudiantes presentan respuestas de moderada preocupación, activación fisiológica y sentimientos de aprehensión ante situaciones de evaluación de aptitudes personales.

Tabla 13

Niveles de ansiedad ante los exámenes en estudiantes becarios de una Universidad Particular

			Nivel			Total
			Bajo	Medio	Alto	
Género	Hombres	f	39	71	45	155
		%	25.2%	45.8%	29.0%	100.0%
	Mujeres	f	26	39	30	95
		%	27.4%	41.1%	31.6%	100.0%
Total		f	65	110	75	250
		%	26.0%	44.0%	30.0%	100.0%

3.2. Discusión de resultados

En cuanto al objetivo principal se logró conocer que existe una relación entre adaptación a la vida universitaria y ansiedad ante los exámenes en estudiantes becarios de una universidad particular; es decir existe relación positiva con la dimensión Personal indicando una relación directa entre las opiniones y sentimientos sobre el malestar físico y psicológico, presentándose en ellos respuestas de preocupación, activación fisiológica y sentimientos de aprehensión, siendo este hallazgo coherente con resultados previos como el de Aquino (2016) . En dicho estudio se encontró que específicamente, fue el área personal la que presentó la correlación más alta, de todas las áreas de adaptación a la vida universitaria y la resiliencia total en becarios universitarios de condición socio-económica de pobreza o pobreza extrema. El estudio en mención es el único conocido a la fecha que indica sobre la variable de adaptación dando a conocer que para que el estudiante becario debe involucrar niveles adecuados de disciplina, planeación y manejo del tiempo, afrontamiento de nuevos métodos y rutinas académicas que demanden mayor exigencia y autonomía por parte de los universitarios, así como construcción de su identidad y proyección de vida en función de los cambios socioculturales que condicionen la toma de decisiones.

Por esto, se podría postular que para aquellos becarios que presentan adaptación personal y que tengan que enfrentar situaciones percibidas como altamente estresantes, es probable que exhiban mejores habilidades para lidiar con la ansiedad, evitando el desarrollo de psicopatología en ellos. Así, ocurriría lo opuesto para el caso de becarios con baja adaptación personal.

Por otro lado, encontramos que existe relación negativa entre la ansiedad ante los exámenes y las dimensiones de adaptación universitaria en cuanto a la dimensión Interpersonal esto indica que, si los estudiantes no presentan una interacción con pares en general y relaciones significativas, así como aspectos relativos al involucramiento en actividades extracurriculares, como el poder ofrecer un trato cálido en la continuidad de la relación y compartir códigos en el sentido del humor. Esto podría comprenderse a nivel de intra-grupo en el caso de los becarios, dado que se ha encontrado un alto grado de cohesión o compañerismo entre los mismos, en comparación a su relación con alumnos no becarios (Cotler, 2016). Posiblemente incrementen sus respuestas de preocupación, activación fisiológica y sentimientos de aprehensión ante situaciones de evaluación de aptitudes personales, asimismo la dimensión Carrera muestra que si los estudiantes no poseen una adaptación al pregrado, un proyecto vocacional y perspectivas de

carrera; las respuestas de preocupación, activación fisiológica y sentimientos de aprehensión ante situaciones de evaluación de aptitudes personales aumentarían, además en cuanto a la dimensión Estudio los estudiantes no presentan hábitos de trabajo, organización del tiempo, uso de la biblioteca y otros recursos de aprendizaje, sentido de orientación hacia las metas y no hacen uso de los recursos disponibles en su entorno (Hjemdal, 2007), entonces podría desencadenar en ellos respuestas de preocupación, activación fisiológica y sentimientos de aprehensión ante situaciones de evaluación de aptitudes personales. Lo antes mencionado cobra mayor importancia para el caso de los becarios cuyo proceso de transición inicial es percibido como desorganizado e inestable (Cotler, 2016) y cuyo contexto (horarios de clase y relaciones sociales) se presentan con una alta variabilidad. Y si nos referimos a la dimensión Institucional si los estudiantes poseen bajo intereses hacia la institución, deseos de continuar los estudios, conocimiento y percepciones sobre la calidad de los estudiantes, ello incrementaría las respuestas de preocupación, activación fisiológica y sentimientos de aprehensión ante situaciones de evaluación de aptitudes personales. Entonces se traduce que mayormente la ansiedad, en el transcurso de situaciones de evaluación, es una experiencia propagada, esto la mayoría de veces es interpretada como resultados insatisfactorios, como calificaciones desaprobatorias, asistencias y una insuficiencia generalizada en relación al cumplimiento del objetivo, que de algún otro modo verdaderamente son considerados accesibles (Navas, 1989).

Otra posible explicación para comprender las correlaciones entre estas dos variables de estudio podría tener que ver con que ambas evalúan aspectos comunes a nivel intrapersonal e interpersonal y, ambas, tienen como objetivo conocer la capacidad de ajuste en la vida a pesar de condiciones desafiantes; esto, no obstante que dichos constructos parten de enfoques distintos (uno toma variables de desarrollo y aprendizaje, y el otro precisa respuestas fisiológicas) y presentan factores diferenciadores. Por otra parte, si bien existen relaciones entre las dimensiones de las pruebas, podemos detenernos en aquellas que son las más significativas y de mayor tamaño. En ese sentido, hallamos que a nivel general de adaptación a la vida universitaria en estudiantes becarios, encontramos que hay una predominancia en varones becarios ubicándolos en el nivel medio en cuanto a lo esperado. Ello quiere decir que los hombres presentan un nivel promedio de adaptación a la vida universitaria en cuanto a la interacción de aspectos personales y contextuales; ya sea para adaptarse, aprender nuevos comportamientos o modificar algunos de los existentes en su repertorio. Estos resultados son

coherentes con Soares, Almeida y Guisande, que encontrando que a pesar de que los estudiantes señalaban percepciones bastante positivas en relación al clima dominante en sus aulas, el sexo y el área de conocimiento hacen diferenciar los resultados de una forma estadísticamente significativa. A su vez, estas percepciones afectaron de forma positiva y estadísticamente significativa los resultados obtenidos en la calidad de las vivencias académicas de los estudiantes, indicando así la relevancia de estas variables contextuales en la construcción de campus promotores de ajuste, de aprendizaje y de desarrollo de los estudiantes explicando que existen dificultades propias de la población joven universitaria, así como determinadas características que el becario presenta en su ingreso a la universidad, las cuales podrían complicar la adaptación a la vida académica.

En cuanto a la ansiedad ante los exámenes se halló una predominancia en hombres con un porcentaje de 45.8%, ubicándolos en el nivel medio y mientras que en mujeres un 41.1% medio, sin embargo esto indica que los estudiantes varones presentan respuestas de moderada preocupación, activación fisiológica y sentimientos de aprehensión ante las situaciones de evaluación de aptitudes personales, se preocupan con pensamientos de auto desaprobar que compiten con la actividad cognitiva relacionada con la tarea, este hallazgo se discrepa con Dominguez, Vilela y Caro (2016) donde mencionan que al realizar un estudio con estudiantes universitarios de Lima el 58.77% mujeres del primer al séptimo ciclo de tres carreras profesionales (psicología, Ingeniería y Biología) pertenecientes a dos universidades privadas ubicadas en Lima Metropolitana menciona que el 26.23% presenta una elevada Ansiedad ante los exámenes, sin diferencias en cuanto al sexo de los participantes, pero si en relación a la carrera y ciclo de estudio. Asimismo, se han encontrado resultados que el 27% de los estudiantes presenta un nivel bajo y moderado, sin embargo, existe cierta discrepancia con Díaz (2014) argumenta que de los estudiantes tienen bajos niveles de ansiedad ante los exámenes y no aplican ningún estilo de aprendizaje.

IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

- La adaptación a la vida universidad y ansiedad ante los exámenes, han presentado relación significativa, es decir existe relación entre las dimensiones de adaptación universitaria y la ansiedad ante los exámenes.
- Existe una relación positiva entre la dimensión personal y ansiedad ante los exámenes, es decir indica que existe una relación directa entre las opiniones y sentimientos sobre el bienestar físico y psicológico, presentándose en ellos respuestas de preocupación, activación fisiológica y sentimientos de aprehensión ante situaciones de evaluación de aptitudes personales.
- Existe relación negativa entre la dimensión Interpersonal y ansiedad ante los exámenes, esto indica que, si los estudiantes no presentan una interacción con pares en general y relaciones significativas, así como aspectos relativos al involucramiento en actividades extracurriculares, posiblemente incrementen sus respuestas de preocupación, activación fisiológica y sentimientos de aprehensión ante situaciones de evaluación de aptitudes personales.
- Existe relación negativa entre la dimensión Carrera y ansiedad ante los exámenes ello indica que, si los estudiantes no poseen una adaptación al pregrado, un proyecto vocacional y perspectivas de carrera; las respuestas de preocupación, activación fisiológica y sentimientos de aprehensión ante situaciones de evaluación de aptitudes personales aumentarían.
- Existe relación negativa entre la dimensión Estudio y ansiedad ante los exámenes, es decir que, si los estudiantes no presentan hábitos de trabajo, organización del tiempo, uso de la biblioteca y otros recursos de aprendizaje, podría desencadenar en ellos respuestas de preocupación, activación fisiológica y sentimientos de aprehensión ante situaciones de evaluación de aptitudes personales.
- Existe relación negativa entre la dimensión Institucional y ansiedad ante los exámenes, es decir que, si los estudiantes poseen bajo intereses hacia la institución, deseos de continuar los estudios, conocimiento y percepciones sobre la calidad de los estudiantes, ello incrementaría las respuestas de preocupación, activación fisiológica y

sentimientos de aprehensión ante situaciones de evaluación de aptitudes personales.

- Existe predominancia de la dimensión Personal en estudiantes becarios varones, esto indica que los estudiantes presentan un nivel promedio en cuanto a sus opiniones y sentimientos sobre el bienestar físico y psicológico.
- Existe predominancia en la dimensión Interpersonal esto indica que los estudiantes poseen un nivel promedio en la relación con pares en general y relaciones significativas, así como aspectos relativos al involucramiento en actividades extracurriculares.
- Existe predominancia de la dimensión Carrera esto significa que las estudiantes presentan un nivel promedio en cuanto a la adaptación al pregrado, proyecto vocacional y a las perspectivas de carrera.
- Existe predominancia de la dimensión Estudio esto indica que los estudiantes poseen competencias de estudio, es decir hábitos de trabajo, organización del tiempo, uso de la biblioteca y de otros recursos de aprendizaje.
- Existe predominancia de la dimensión institucional esto indica que los estudiantes poseen intereses hacia la institución, deseos de continuar los estudios, conocimiento y percepciones sobre la calidad de los estudiantes.
- En el nivel general de adaptación a la vida universitaria en estudiantes becarios, presentan un nivel promedio de adaptación a la vida universitaria en cuanto a la interacción de aspectos personales y contextuales; ya sea para adaptarse, aprender nuevos comportamientos o modificar algunos de los existentes en su repertorio.
- En los niveles de ansiedad ante los exámenes en estudiantes becarios, indica que los estudiantes presentan respuestas de moderada preocupación, activación fisiológica y sentimientos de aprehensión ante situaciones de evaluación de aptitudes personales.

Recomendaciones

Ante los resultados obtenidos con respecto a las variables, recomendamos lo siguiente:

- A la institución, en la realización de test vocacionales para que los estudiantes busquen las necesidades básicas de calidad para una buena formación.
- Elaborar e implementar programas psicológicos dirigidos a los estudiantes, donde podrán involucrarse y ser partícipe de talleres vivenciales, que les ayudara a disminuir su nivel de ansiedad ante los exámenes, desarrollando estrategias y sobre todo mejorar su calidad de vida, con la participación de docentes.
- Realizar un mayor estudio sobre las variables adaptación a la vida universitaria y ansiedad ante los exámenes en los estudiantes becarios, para realizar programas preventivos de salud mental y desarrollo humano ya que el ingreso a la universidad es un desafío asociado a expectativas, intereses, necesidades y capacidades particulares que se entrecruzan con los requerimientos, rutinas y demás prácticas institucionales.

REFERENCIAS:

- Almeida, L. & Ferreira, J. (1999). Adaptaçao e rendimento academico no ensino superior: Fundamentacao de vivencias academicas. *Psicologia: Teoria, Investigaçao e Practica*, 1, 157-170.
- Almeida, L., Ferreira, J. & Soares, A. (2001). Questionário de Vivências Acadêmicas: Construção e validação de uma versão reduzida (QVA-r). Manuscrito no publicado.
- Almeida, L., Soares, A. & Ferreira, J. (2002). Questionário de Vivências Acadêmicas (QVA-r): Avaliação do ajustamento dos estudantes universitarios. *Avaliação Psicológica*, 2(1), 81-93.
- Almeida, L., Soares, A. & Freitas, A. (2004). Integración y Adaptación académica en la universidad: estudio considerando la titulación y el sexo. *Revista Galego-portuguesa de Psicología y Educación*, 9 (11).
- Almeida, L., Soares, A. & Freitas, A. (2004). Integración y Adaptación académica en la universidad: estudio considerando la titulación y el sexo. *Revista Galego-portuguesa de Psicología y Educación*, 9 (11).
- Almeida, L. (2007). Transição, adaptação académica e éxito escolar no ensino superior. *Revista Galego-Portuguesa de Psicoloxía e educación*, 15 (2), 203 -215.
- Ato, M., López, J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de psicología*, 29(3), 1038-1059
- Aquino G. (2016). Adaptación a la vida universitaria y resiliencia en becarios.(Tesis de licenciatura, Universidad Católica del Perú) Recuperado de http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/7706/AQUINO_GUILLÉN_JENIFER_ADAPTACION_VIDA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Bauermeister, J., Huergo, M., García, C. y Otero, R. (1988). El Inventario de Autoevaluación Sobre Exámenes (IDASE) y su aplicabilidad a estudiantes de escuela secundaria. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 10(1), 21-37.
-
- Casari, L., Anglada, J. y Daher, C. (2014). Estrategias de afrontamiento y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica de Argentina*, 32(2).

- Chávez, H., Chávez, J., Ruelas, E., & Gómez, M. (2014). Ansiedad ante los exámenes en los estudiantes del Centro Preuniversitario - UNMSM ciclo 2012-I. *Revista IIPSI*, 17(2), 187–201.
- Cotler, J. (2016). Educación Superior e Inclusión Social. Un estudio cualitativo de los becarios del programa Beca 18. En Instituto de Estudios Peruanos & Programa Nacional de Becas y Crédito Educativo, Serie Estudios Breves. Lima. Recuperado de://www.pronabec.gob.pe/modPublicaciones/descarga/serie7_educacionsuperior.pdf
- Díaz, S. (2014). Ansiedad ante los exámenes y estilos de aprendizaje en estudiantes de medicina de una universidad particular, Chiclayo 2012, 1–46.
- Dominguez, L., Palma, R., & Caro-Salazar, A. (2016). Prevalencia De Ansiedad Ante Exámenes De Lima Metropolitana. Prevalence of Anxiety Before Exams in a Sample, 242, 45–56.
- Domínguez, S., Villegas, G., Sotelo, N. y Sotelo, L. (2012). Revisión Psicométrica del Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) en una Muestra de Universitarios de Lima Metropolitana. *Revista de Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 2012, 1(1), 45-54.
- Figuera, P. & Torrado, M. (2012). La adaptación y la persistencia académica en la transición en el primer año de universidad: el caso de la Universidad de Barcelona. Simposium presentado en el *I Congreso Internacional e Interuniversitario de Orientación educativa y profesional: rol y retos de la orientación en la universidad y en la sociedad del siglo XXI*. Facultad de Educación de la Universidad de Málaga, España.
- Gutierrez Calvo, M. & Averó, P. (1995). Ansiedad, estrategias auxiliares y comprensión lectora: Deficit de procesamiento vs. Falta de confianza. *Psicothema*, 3(7), 569, Heredia, D., Piemontesi, S., Furlan, L. y Hodapp, V. (2008) Adaptación del inventario.
- Heredia, D.; Piemontesi, S.; Furlán, L. y Pérez, E. (2008). Adaptación de pre examen (COPEAU). *Avaliacao Psicologica*, 7(1) pp1-9
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014). Metodología de la Investigación. México: Mc Graw Hill.
- Hjemdal, O. (2007). Measuring protective factors: the development of two resilience scales in Norway. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 16, 301-321
- Liebert, R., & Morris, L. (1967). Cognitive and emotional components of test anxiety: A distinction and some initial data. *Psychological Reports*, 20, 975–978.

- Lang, P. J. (1968). Fear reduction and fear behavior: problems in treating a construct. En J. H. Shilen (De.) *Research in psychotherapy*, 3, Washington: American psychological Association.
- Navas, J. (1989). Ansiedad en la toma de exámenes: Algunas explicaciones cognitivas-conductuales. *Aprendizaje y comportamiento* 7, (1),21-41.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). (2012). *II Censo Nacional de Universitarios*. Recuperado de http://censos.inei.gob.pe/cenaun/redatam_inei/doc/ESTADISTICA_UNIVERSI_TARIAS.pdf
- Pretty, B. (2016). Calidad de Sueño y Adaptación a la Vida Universitaria Márquez, D., Ortiz, S., & Rendón, M. (2009). Cuestionario de Vivencias Académicas en su versión reducida (QVA-r): un análisis psicométrico. *Revista Colombiana de Psicología*, 18(1), 33-52.
- Programa Nacional de Becas y Crédito Educativo (PRONABEC). (2013b). *Resolución Directoral Ejecutiva No289 del 2013. Bases para el concurso de otorgamiento de Beca 18 de Pregrado Convocatoria 2014*. Recuperado de http://www.pronabec.gob.pe/inicio/institucional/pdf/2013/rdirectorales/rd289_2_013.pdf
- Santos, L. & Almeida, L. (2001). Vivências acadêmicas e rendimento escolar: Estudo com alunos universitários do 1.º ano (*). *Análise Psicológica*, 2 (19), 205-217.
- Soares, A., Guisande, M. & Almeida, L. (2007). Autonomía y ajuste académico: un estudio con estudiantes portugueses de primer año. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(3), 753-765.
- Soares, A., & Almeida, L., & Guisande, M. (2011). Ambiente académico y adaptación a la universidad: un estudio con estudiantes de 1º año de la universidad do minho. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 2 (1), 99-121.
- Soares, A., Francischetto, V., Marques, B., Maia, J., Nogueira, C., Leme, V., Araujo, A. & Almeida, L. (2014). O impacto das expectativas na adaptação acadêmica dos estudantes no Ensino Superior. *Psico-USF*, 19(1), 49-60.
- Spielberger, C., y Vagg, P. (1995). *Test anxiety: Theory, assessment and treatment* (pp. 3-14). Washington, D. C.: Taylor & Francis.
- Tinto, W. (2004). Adaptación social, dificultad escolar y salud emocional. *Psicología y Salud*, 4, 111-118.

- Tinto,W. (2000). Adaptación social, salud emocional. *Psicología y Salud*, 4,120-132.
- Tubino, F. (2012). La universidad frente a los retos de la diversidad cultural en América Latina. En R. Cuenca (Ed.), *Educación superior, movilidad social e identidad*. (117-130). Lima: IEP
- Valero, L. (1999). “Cuestionario de evaluación de Ansiedad ante exámenes”. CAEX.Madrid,España.
- Yunker , P ,Yunker , J ,Sterner , J.(1986).Om the Relationship between Test Anxiety and Grades in Accounting Courses.*College Student Journal*,20,3,275-282.

ANEXOS

Anexo 1**PRUEBAS DE NORMALIDAD**

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Personal	,088	250	,000	,989	250	,056
Interpersonal	,085	250	,000	,986	250	,014
Carrera	,112	250	,000	,980	250	,001
Estudio	,084	250	,000	,964	250	,000
Institucional	,090	250	,000	,980	250	,002
Ansiedad ante los exámenes	,135	250	,000	,944	250	,000

a. Corrección de la significación de Lilliefors

Anexo 2

CONFIABILIDAD DEL INVENTARIO DE AUTOEVALUACIÓN DE LA ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES (IDASE).

	Alfa de Cronbach
<i>Inventario de Autoevaluación de la Ansiedad Ante los exámenes</i>	.892

Datos alcanzados que indican un alto coeficiente de confiabilidad, lo que garantiza la consistencia de la prueba.

Anexo 3

VALIDEZ DE CONSTRUCTO DEL INVENTARIO DE AUTOEVALUACIÓN DE LA ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES (IDASE).

KMO y prueba de Bartlett		
Medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin.		.910
Prueba de esfericidad de Bartlett	Chi-cuadrado aproximado	1921.475
	gl	190
	Sig.	.000

El test KMO dio como resultado .910, y mediante la prueba de esfericidad de Bartlett se obtuvo un valor significativo de .000. lo cual valida al instrumento.

Prueba de la bondad de ajuste		
Chi-cuadrado	gl	Sig.
199.155	116	.000

Anexo 4

ANÁLISIS FACTORIAL

Compon ente	Varianza total explicada								
	Autovalores iniciales			Sumas de las saturaciones al cuadrado de la extracción			Suma de las saturaciones al cuadrado de la rotación		
	Tot al	% de la varia nza	% acumul ado	Tot al	% de la varia nza	% acumul ado	Tot al	% de la varia nza	% acumul ado
1	7,501	37,507	37,507	7,501	37,507	37,507	3,314	16,569	16,569
2	1,353	6,763	44,270	1,353	6,763	44,270	3,295	16,474	33,043
3	1,160	5,799	50,069	1,160	5,799	50,069	2,376	11,882	44,925
4	1,099	5,494	55,564	1,099	5,494	55,564	2,128	10,639	55,564
5	,921	4,605	60,169						
6	,814	4,072	64,241						
7	,792	3,962	68,202						
8	,753	3,766	71,968						
9	,725	3,624	75,592						
10	,647	3,235	78,827						
11	,616	3,078	81,906						
12	,550	2,748	84,654						
13	,531	2,655	87,309						
14	,480	2,402	89,711						

15	,42 2	2,111	91,822
16	,40 0	1,998	93,820
17	,35 3	1,767	95,587
18	,32 2	1,608	97,195
19	,30 7	1,534	98,729
20	,25 4	1,271	100,00 0

Método de extracción: Análisis de Componentes principales.

El inventario Idase obtuvo una varianza de 55,564% dando a conocer que el inventario puede ser distribuido en 4 factores, para llegar a esta conclusión se trabajó con los métodos de extracción: Máxima verosimilitud y el método de rotación: normalización Varimax con Kaiser.

Anexos 5

ITEMS DE ANSIEDAD ANTE LOS EXAMENES

	Matriz de componentes rotados ^a			
	Componente			
	1	2	3	4
10AE	,660		,364	
9AE	,640	,379		
11AE	,631	,347		
8AE	,615			
2AE	,580			,458
20AE	,575			
14AE		,791		
15AE		,709	,303	
13AE	,406	,671		
4AE		,531		,398
5AE		,527	,385	,432
18AE	,391	,459	,400	
7AE		,420	,365	
17AE			,754	
16AE			,739	
19AE	,322	,333	,514	
1AE				-,698
3AE				,629
6AE	,393	,434		,449
12AE	,378		,355	,407

Método de extracción: Análisis de componentes principales.

Método de rotación: Normalización Varimax con Kaiser.

a. La rotación ha convergido en 7 iteraciones.

Validez de constructo a través del análisis factorial, con correlaciones ítem-factor que oscilaron entre .303 y .660

Anexo 6**ITEM-TEST**

		TOTALP	TOTALI	TOTALC	TOTALE	TOTALIN	TOTAL GENERAL
Personal 4	Correlación de Pearson	.560	.101	-.002	-.064	.027	.254
	Sig. (bilateral)	.000	.112	.976	.317	.676	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Personal 9	Correlación de Pearson	.673	-.055	-.191	-.131	-.181	.131
	Sig. (bilateral)	.000	.390	.002	.038	.004	.039
	N	250	250	250	250	250	250
Personal 11	Correlación de Pearson	.632	-.006	-.187	-.109	-.103	.151
	Sig. (bilateral)	.000	.919	.003	.085	.103	.017
	N	250	250	250	250	250	250
Personal 13	Correlación de Pearson	.660	-.012	-.138	-.198	-.245	.121
	Sig. (bilateral)	.000	.852	.029	.002	.000	.055
	N	250	250	250	250	250	250
Personal 17	Correlación de Pearson	.718	-.039	-.343	-.248	-.204	.065
	Sig. (bilateral)	.000	.543	.000	.000	.001	.304
	N	250	250	250	250	250	250
Personal 21	Correlación de Pearson	.620	.019	-.034	-.069	.064	.251
	Sig. (bilateral)	.000	.771	.595	.276	.317	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Personal 23	Correlación de Pearson	-.316	.371	.547	.608	.455	.430
	Sig. (bilateral)	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Personal 26	Correlación de Pearson	.656	.024	-.156	-.151	-.187	.151
	Sig. (bilateral)	.000	.709	.014	.017	.003	.017
	N	250	250	250	250	250	250
Personal 28	Correlación de Pearson	.723	.055	-.114	-.144	-.107	.221
	Sig. (bilateral)	.000	.388	.072	.023	.092	.000
	N	250	250	250	250	250	250

Personal 39	Correlación de Pearson	.776	.087	-.070	-.096	-.090	.285
	Sig. (bilateral)	.000	.172	.272	.128	.155	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Personal 45	Correlación de Pearson	.605	-.045	-.210	-.233	-.115	.082
	Sig. (bilateral)	.000	.481	.001	.000	.070	.197
	N	250	250	250	250	250	250
Personal 52	Correlación de Pearson	.525	-.014	-.043	-.125	-.121	.143
	Sig. (bilateral)	.000	.829	.501	.049	.057	.024
	N	250	250	250	250	250	250
Personal 55	Correlación de Pearson	.618	.178	-.003	.007	-.028	.311
	Sig. (bilateral)	.000	.005	.968	.914	.656	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Interpersonal 30	Correlación de Pearson	.240	.193	.003	-.013	-.009	.154
	Sig. (bilateral)	.000	.002	.960	.843	.883	.015
	N	250	250	250	250	250	250
Interpersonal 33	Correlación de Pearson	-.028	.579	.418	.402	.342	.487
	Sig. (bilateral)	.656	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Interpersonal 36	Correlación de Pearson	-.102	.493	.349	.366	.262	.380
	Sig. (bilateral)	.109	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Interpersonal 38	Correlación de Pearson	-.084	.613	.464	.473	.497	.542
	Sig. (bilateral)	.184	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Interpersonal 40	Correlación de Pearson	-.128	.598	.386	.440	.405	.464
	Sig. (bilateral)	.042	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Interpersonal 42	Correlación de Pearson	.134	.489	.084	.183	.169	.318
	Sig. (bilateral)	.034	.000	.188	.004	.007	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Interpersonal 43	Correlación de Pearson	-.140	.606	.432	.424	.341	.458

	Sig. (bilateral)	.026	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Interpersonal 59	Correlación de Pearson	.562	-.017	-.186	-.097	-.158	.111
	Sig. (bilateral)	.000	.790	.003	.126	.012	.080
	N	250	250	250	250	250	250
Carrera 2	Correlación de Pearson	-.090	.449	.554	.314	.244	.420
	Sig. (bilateral)	.155	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Carrera 5	Correlación de Pearson	-.018	.277	.403	.218	.253	.324
	Sig. (bilateral)	.780	.000	.000	.001	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Carrera 7	Correlación de Pearson	-.223	.407	.711	.452	.413	.480
	Sig. (bilateral)	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Carrera 8	Correlación de Pearson	-.239	.337	.671	.393	.368	.412
	Sig. (bilateral)	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Carrera 14	Correlación de Pearson	-.232	.296	.657	.474	.416	.432
	Sig. (bilateral)	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Carrera 18	Correlación de Pearson	-.164	.347	.536	.490	.407	.439
	Sig. (bilateral)	.009	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Carrera 20	Correlación de Pearson	-.139	.351	.567	.545	.450	.487
	Sig. (bilateral)	.028	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Carrera 22	Correlación de Pearson	-.226	.475	.741	.585	.515	.569
	Sig. (bilateral)	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Carrera 37	Correlación de Pearson	-.221	.388	.644	.525	.416	.475
	Sig. (bilateral)	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250

Carrera 51	Correlación de Pearson	.402	-.051	-.212	-.229	-.274	-.039
	Sig. (bilateral)	.000	.425	.001	.000	.000	.539
	N	250	250	250	250	250	250
Carrera 54	Correlación de Pearson	-.168	.277	.569	.450	.327	.399
	Sig. (bilateral)	.008	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Carrera 56	Correlación de Pearson	.360	.103	.044	-.140	-.035	.149
	Sig. (bilateral)	.000	.104	.488	.027	.577	.019
	N	250	250	250	250	250	250
Carrera 60	Correlación de Pearson	-.098	.095	.407	.104	.268	.207
	Sig. (bilateral)	.121	.135	.000	.100	.000	.001
	N	250	250	250	250	250	250
Estudio 34	Correlación de Pearson	-.099	.285	.397	.590	.285	.407
	Sig. (bilateral)	.118	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Estudio 35	Correlación de Pearson	.482	.038	-.190	-.060	-.070	.121
	Sig. (bilateral)	.000	.555	.003	.343	.267	.056
	N	250	250	250	250	250	250
Estudio 41	Correlación de Pearson	-.058	.454	.387	.629	.445	.516
	Sig. (bilateral)	.365	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Estudio 44	Correlación de Pearson	-.143	.296	.284	.519	.235	.323
	Sig. (bilateral)	.024	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Estudio 47	Correlación de Pearson	-.118	.279	.452	.636	.355	.444
	Sig. (bilateral)	.062	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Estudio 49	Correlación de Pearson	-.084	.504	.453	.575	.380	.512
	Sig. (bilateral)	.185	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Estudio 53	Correlación de Pearson	-.241	.355	.498	.643	.437	.448
	Sig. (bilateral)	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250

	Sig. (bilateral)	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Estudio 57	Correlación de Pearson	-.206	.233	.268	.461	.379	.285
	Sig. (bilateral)	.001	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Institucional 3	Correlación de Pearson	-.102	.244	.251	.245	.514	.292
	Sig. (bilateral)	.109	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Institucional 12	Correlación de Pearson	-.124	.437	.534	.443	.742	.538
	Sig. (bilateral)	.049	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Institucional 15	Correlación de Pearson	-.064	.311	.237	.321	.448	.331
	Sig. (bilateral)	.312	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Institucional 16	Correlación de Pearson	-.231	.277	.541	.415	.549	.399
	Sig. (bilateral)	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Institucional 46	Correlación de Pearson	.426	-.060	-.219	-.147	-.068	.034
	Sig. (bilateral)	.000	.348	.000	.020	.286	.594
	N	250	250	250	250	250	250
Institucional 48	Correlación de Pearson	-.206	.346	.384	.415	.565	.382
	Sig. (bilateral)	.001	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Institucional 50	Correlación de Pearson	-.041	.403	.292	.332	.562	.414
	Sig. (bilateral)	.516	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Institucional 58	Correlación de Pearson	-.209	.240	.368	.459	.672	.380
	Sig. (bilateral)	.001	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Interpersonal 1	Correlación de Pearson	-.145	.552	.358	.379	.316	.397
	Sig. (bilateral)	.022	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250

Interpersonal 6	Correlación de Pearson	.387	.037	-.140	-.124	-.102	.071
	Sig. (bilateral)	.000	.557	.027	.050	.108	.262
	N	250	250	250	250	250	250
Interpersonal 19	Correlación de Pearson	.072	.559	.380	.330	.346	.491
	Sig. (bilateral)	.254	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Interpersonal 24	Correlación de Pearson	-.121	.625	.506	.429	.471	.525
	Sig. (bilateral)	.057	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Interpersonal 27	Correlación de Pearson	-.344	.552	.502	.391	.409	.383
	Sig. (bilateral)	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Estudio 10	Correlación de Pearson	-.250	.229	.230	.526	.340	.264
	Sig. (bilateral)	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Estudio 25	Correlación de Pearson	-.312	.386	.554	.612	.452	.439
	Sig. (bilateral)	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Estudio 29	Correlación de Pearson	-.169	.400	.460	.540	.388	.439
	Sig. (bilateral)	.007	.000	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
Estudio 31	Correlación de Pearson	.470	.005	-.127	-.073	-.152	.106
	Sig. (bilateral)	.000	.938	.044	.248	.016	.095
	N	250	250	250	250	250	250
Estudio 32	Correlación de Pearson	-.248	.202	.266	.511	.296	.255
	Sig. (bilateral)	.000	.001	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250	250	250
TOTALGENERAL	Correlación de Pearson	.335	.816	.757	.751	.695	1
	Sig. (bilateral)	.000	.000	.000	.000	.000	
	N	250	250	250	250	250	250

Anexo 7

BAREMOS

PC	PD	Niveles
1	23.00	
5	25.00	
10	27.00	
15	29.00	Bajo
20	30.00	
25	31.00	
30	32.00	
35	33.00	
40	34.00	
45	35.00	
50	35.00	Medio
55	36.00	
60	37.00	
65	39.00	
70	41.70	
75	43.00	
80	44.00	
85	48.00	
90	51.00	Alto
95	56.90	
99	63.47	
Desv. típ.	9.202	
Media	37.66	

Anexo 8

CONFIABILIDAD DEL CUESTIONARIO DE VIVENCIAS ACADÉMICAS (QVA-R) EN VERSIÓN REDUCIDA.

	Alfa de Cronbach
<i>Cuestionario de Vivencias académicas</i>	.843

Datos alcanzados que indican un alto coeficiente de confiabilidad, lo que garantiza la consistencia de la prueba.

Anexo 9

KMO y prueba de Bartlett		
Medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin.		.855
Prueba de esfericidad de Bartlett	Chi-cuadrado aproximado	7837.320
	gl	1770
	Sig.	0.000

El test KMO dio como resultado .855, y mediante la prueba de esfericidad de Bartlett se obtuvo un valor significativo de .000.

Anexo 10

ANÁLISIS FACTORIAL

Compo nente	Varianza total explicada								
	Autovalores iniciales			Sumas de las saturaciones al cuadrado de la extracción			Suma de las saturaciones al cuadrado de la rotación		
	Tot al	% de la varia nza	% acumu lado	Tot al	% de la varia nza	% acumu lado	Tot al	% de la varia nza	% acumu lado
1	13,9 10	23,1 83	23,183	13,9 10	23,1 83	23,183	6,9 83	11,6 38	11,638
2	5,38 1	8,96 8	32,151	5,38 1	8,96 8	32,151	6,7 80	11,3 01	22,939
3	2,45 1	4,08 5	36,236	2,45 1	4,08 5	36,236	2,8 55	4,75 8	27,697
4	2,20 9	3,68 2	39,918	2,20 9	3,68 2	39,918	2,6 84	4,47 4	32,171
5	1,97 0	3,28 4	43,202	1,97 0	3,28 4	43,202	2,5 07	4,17 8	36,349
6	1,79 5	2,99 1	46,193	1,79 5	2,99 1	46,193	2,4 27	4,04 5	40,394
7	1,72 4	2,87 3	49,066	1,72 4	2,87 3	49,066	2,1 58	3,59 7	43,991
8	1,63 1	2,71 8	51,784	1,63 1	2,71 8	51,784	1,9 12	3,18 7	47,178
9	1,42 1	2,36 8	54,152	1,42 1	2,36 8	54,152	1,7 75	2,95 8	50,136
10	1,32 9	2,21 5	56,367	1,32 9	2,21 5	56,367	1,7 34	2,89 1	53,026
11	1,24 8	2,08 1	58,447	1,24 8	2,08 1	58,447	1,6 00	2,66 7	55,693
12	1,16 6	1,94 4	60,391	1,16 6	1,94 4	60,391	1,5 82	2,63 7	58,331
13	1,10 4	1,84 0	62,231	1,10 4	1,84 0	62,231	1,4 89	2,48 1	60,812
14	1,05 0	1,74 9	63,980	1,05 0	1,74 9	63,980	1,4 83	2,47 1	63,283
15	1,03 6	1,72 7	65,707	1,03 6	1,72 7	65,707	1,4 54	2,42 4	65,707

16	,996	1,66	67,368
		0	
17	,917	1,52	68,895
		8	
18	,880	1,46	70,362
		7	
19	,868	1,44	71,810
		7	
20	,832	1,38	73,197
		7	
21	,829	1,38	74,578
		2	
22	,793	1,32	75,900
		2	
23	,748	1,24	77,148
		7	
24	,746	1,24	78,391
		3	
25	,685	1,14	79,533
		2	
26	,678	1,13	80,662
		0	
27	,653	1,08	81,750
		8	
28	,625	1,04	82,792
		2	
29	,586	,977	83,768
30	,560	,933	84,701
31	,532	,887	85,589
32	,515	,858	86,447
33	,492	,820	87,266
34	,486	,810	88,076
35	,459	,765	88,841
36	,447	,745	89,586
37	,430	,716	90,302
38	,417	,696	90,998
39	,406	,677	91,674
40	,385	,641	92,315
41	,378	,630	92,945
42	,341	,569	93,514
43	,335	,558	94,072

44	,319	,532	94,604
45	,292	,487	95,091
46	,286	,477	95,567
47	,274	,457	96,025
48	,261	,434	96,459
49	,248	,414	96,873
50	,241	,402	97,276
51	,226	,376	97,652
52	,218	,364	98,016
53	,198	,331	98,347
54	,193	,322	98,668
55	,182	,304	98,972
56	,168	,280	99,252
57	,147	,245	99,497
58	,141	,235	99,732
59	,139	,231	99,963
60	,022	,037	100,00

0

Método de extracción: Análisis de Componentes principales.

El Cuestionario de vivencias académicas versión reducida (QVA-r) obtuvo una varianza de 65,707% dando a conocer que el cuestionario puede ser distribuido en 15 factores, ello se realizó a través de los método de extracción: Máxima verosimilitud y el método de rotación: normalización Varimax con Kaiser

Anexo 11

Matriz de componentes rotados ^a															
	Componente														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
8C	,754														
7C	,753														
22C	,749														
25E	,706														
23P	,699														
14C	,670														
16I	,590													,339	
37C	,586						,382								
24I	,497				,312			,444							
12I	,493		,428												,391
29E	,478									,353	,301				
54C	,459					,308	,353								
20C	,452			,348											
53E	,389			,302		,334									
51C	-,354	,320	-,304												
39P		,748													
28P		,732													
55P		,692													
13P		,647													
17P	-,309	,645													

59I		,63 8				
9P		,62 0			,33 8	
21P		,61 8				,32 3
11P		,61 5				
26P		,61 1				
31E		,54 7		,35 1		- ,31 7
35E		,49 4				- ,31 8
45P		,47 8				
46I N		,41 5			- ,30 7	
56C		,40 6			- ,33 3	
50I N		,70 3				
58I N		,66 2			,42 0	
38I		,56 2				
43I		,40 2		,36 3	,38 9	
32E			,72 3			
10E			,69 4			
41E			,49 0			
47E	,37 2		,44 6		- ,33 4	
49E			,38 7	,36 5		
19I				,64 4		
2C	,34 4			,62 8		

Anexo 12

BAREMOS

PC	TOTALP	TOTALI	TOTALC	TOTALE	TOTALIN	TOTALGENERAL	Niveles
1	18.000	30.040	30.000	26.510	20.000	142.55	BAJO
5	22.000	34.550	36.000	37.000	22.000	171.55	
10	24.000	37.000	39.000	39.000	24.000	180.10	
15	27.000	39.000	41.000	41.000	25.000	186.00	
20	28.000	39.000	42.000	41.000	25.000	188.20	
25	30.000	40.000	43.000	42.000	26.000	192.00	
30	31.000	41.000	44.000	43.000	27.000	193.00	MEDIO
35	32.000	42.000	45.850	44.000	28.000	195.00	
40	34.000	42.000	47.000	44.000	28.000	197.00	
45	35.000	43.000	48.000	44.950	29.000	198.00	
50	37.000	44.000	48.500	45.000	29.500	200.00	
55	37.050	44.000	49.000	46.000	30.000	203.00	
60	38.000	45.000	50.000	47.000	30.000	204.00	
65	39.000	45.000	50.000	47.000	31.000	207.00	
70	40.000	46.000	51.000	47.700	32.000	209.00	
75	40.000	47.000	52.000	48.250	32.000	212.00	
80	41.800	47.000	52.800	49.000	33.000	214.80	
85	43.350	49.350	54.000	50.000	33.000	219.00	
90	45.000	51.000	55.000	52.000	34.000	224.90	
95	49.000	53.000	56.000	55.000	35.000	232.80	
99	56.000	57.980	61.980	58.960	36.980	254.94	
Desv. típ.	8.0142	5.5412	6.1938	5.5844	3.9593	18.837	
Media	35.624	43.728	47.508	45.236	29.104	201.20	

Anexo 13

CORRELACIÓN ITEM-TEST DE ANSIEDAD ANTE LOS EXAMENES

		TOTAL
1AE	Correlación de Pearson	-,275**
	Sig. (bilateral)	0
	N	250
2AE	Correlación de Pearson	,543**
	Sig. (bilateral)	0
	N	250
3AE	Correlación de Pearson	,399**
	Sig. (bilateral)	0
	N	250
4AE	Correlación de Pearson	,602**
	Sig. (bilateral)	0
	N	250
5AE	Correlación de Pearson	,586**
	Sig. (bilateral)	0
	N	250
6AE	Correlación de Pearson	,623**
	Sig. (bilateral)	0
	N	250
7AE	Correlación de Pearson	,665**
	Sig. (bilateral)	0
	N	250
8AE	Correlación de Pearson	,610**
	Sig. (bilateral)	0
	N	250
9AE	Correlación de Pearson	,718**
	Sig. (bilateral)	0
	N	250
10AE	Correlación de Pearson	,567**
	Sig. (bilateral)	0
	N	250
11AE	Correlación de Pearson	,704**
	Sig. (bilateral)	0
	N	250
12AE	Correlación de Pearson	,624**
	Sig. (bilateral)	0
	N	250
13AE	Correlación de Pearson	,621**
	Sig. (bilateral)	0
	N	250
14AE	Correlación de Pearson	,695**
	Sig. (bilateral)	0
	N	250
15AE	Correlación de Pearson	,672**

	Sig. (bilateral)	0
	N	250
16AE	Correlación de Pearson	,537**
	Sig. (bilateral)	0
	N	250
17AE	Correlación de Pearson	,572**
	Sig. (bilateral)	0
	N	250
18AE	Correlación de Pearson	,658**
	Sig. (bilateral)	0
	N	250
19AE	Correlación de Pearson	,651**
	Sig. (bilateral)	0
	N	250
20AE	Correlación de Pearson	,654**
	Sig. (bilateral)	0
	N	250
TOTAL	Correlación de Pearson	1
	Sig. (bilateral)	
	N	250

Anexo 14

INVENTARIO DE AUTOEVALUACION SOBRE EXÁMENES – IDASE

INSTRUCCIONES: Lea cuidadosamente cada una de las siguiente oraciones y marque con X para indicar cómo se siente. Generalmente respecto a exámenes. No hay respuestas buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada oración pero trate de marcar la respuesta que mejor describa lo que siente generalmente respecto a pruebas o exámenes.

ESTUDIANTE BECADO / CATEGORIA		EDAD	SEXO	CICLO
SI	NO			

(A) Casi nunca (B) Algunas veces (C) Frecuentemente (D) Casi siempre

		Casi nunca	Algunas veces	Frecuentemente	Casi siempre
1	Me siento confiado y tranquilo mientras contesto los exámenes				
2	Mientras contesto los exámenes finales me siento inquieto y perturbado				
3	El pensar en la calificación que pueda obtener en un curso interfiere con mi trabajo en los exámenes				
4	Me paraliza el miedo en los exámenes finales				
5	Durante los exámenes pienso si alguna vez podré terminar mis estudios				
6	Mientras más me esfuerzo en un examen más me confundo				
7	El pensar que puedo salir mal interfiere con mi concentración en los exámenes				
8	Me siento muy agitado mientras contesto un examen importante				
9	Aun estando preparado para un examen me siento angustiado por el mismo				
10	Empiezo a sentirme muy inquieto justo antes de recibir el resultado de un examen				
11	Durante los exámenes siento mucha tensión				
12	Quisiera que los exámenes no me afectaran tanto				
13	Durante los exámenes importantes me pongo tan tenso que siento malestar en el estómago				
14	Me parece que estoy en contra de mí mismo mientras contesto exámenes importantes				
15	Me coge fuerte el pánico cuando rindo un examen importante				
16	Si fuera a rendir un examen importante, me preocuparía muchísimo antes de hacerlo				
17	Durante los exámenes pienso en las consecuencias que tendría al fracasar.				
18	Siento que el corazón me late muy rápidamente durante los exámenes importantes				
19	Tan pronto como termino un examen trato de no preocuparme más de él, pero no puedo				
20	Durante el examen de un curso me ponga tan nerviosos que se me olvida datos que estoy seguro que sé				

Anexo 15

Cuestionario de Vivencias Académicas – versión reducida (QVA-r)

INSTRUCCIONES: Lea cuidadosamente cada una de las siguientes oraciones y marque con una X la respuesta que usted crea conveniente, para indicar cómo se siente en la vida universitaria. No hay respuestas buenas o malas.

1. Totalmente en desacuerdo	(TD)
2. Bastante en desacuerdo	(BD)
3. Algunas veces	(AV)
4. Muy de acuerdo	(MD)
5. Totalmente de acuerdo	(TA)

	TD	BD	AV	MD	TA
1. Hago amistades con facilidad en mi universidad.					
2. Creo que puedo desarrollar nuevos aspectos personales (prestigio, estabilidad, solidaridad) por medio de la carrera que elegí.					
3. Aunque fuera posible no me cambiaría de universidad.					
4. Presento cambios en mi estado de ánimo (inestabilidad emocional).					
5. Cuando pienso en mi pasado, consigo identificar las razones que me llevaron a elegir esta carrera.					
6. Habitualmente me encuentro poco acompañado por otros compañeros de la universidad.					
7. Elegí bien la carrera que estoy estudiando.					
8. Tengo capacidades y vocación para el área profesional que elegí.					
9. Me siento triste o abatido(a).					
10. Organizo bien mi tiempo.					
11. Últimamente me he sentido confundido(a) y desorientado(a).					
12. Me gusta la universidad en la que estudio.					
13. Hay situaciones en las que siento que pierdo el control.					
14. Me siento comprometido(a) con la carrera que elegí.					
15. Conozco bien los servicios que presta mi universidad					
16. Me gustaría terminar mis estudios en la universidad en la que me encuentro actualmente.					
17. Últimamente me he sentido pesimista.					
18. Las notas que he obtenido han sido buenas y me han permitido avanzar en la carrera.					
19. Mis compañeros de curso son importantes para mi crecimiento personal.					
20. Cuento con capacidades de aprendizaje para responder a mis expectativas en el estudio.					
21. Siento cansancio y somnolencia durante el día.					
22. Creo que la carrera que elegí permite desarrollarme profesionalmente.					
23. Siento confianza en mí mismo(a).					
24. Siento que tengo un buen grupo de amigos en la universidad.					
25. Me siento a gusto con un alto ritmo de trabajo.					
26. Me he sentido solo(a) durante el último tiempo (meses o semestre).					

27. He establecido buenas relaciones con mis compañeros de curso.					
28. Tengo momentos de angustia.					
29. Utilizo la biblioteca de la universidad.					
30. Se me dificulta encontrar un compañero(a) de estudio que me ayude a resolver un problema personal.					
31. Se me dificulta concentrarme en una tarea durante mucho tiempo.					
32. Planifico las actividades que debo realizar diariamente.					
33. Tengo relaciones de amistad cercana con compañeros de universidad de ambos sexos.					
34. Mantengo al día mis deberes académicos.					
35. Mi incapacidad para organizar bien el tiempo hace que tenga bajo desempeño académico.					
36. Se me facilita iniciar una conversación con nuevos compañeros.					
37. Elegí una carrera de acuerdo con mis aptitudes y capacidades.					
38. Se me conoce como una persona amigable y simpática.					
39. Pienso en muchas cosas que me ponen triste.					
40. Procuero compartir con mis compañeros de curso fuera de los horarios de clase.					
41. Sé establecer prioridades con respecto a las actividades en las que invierto mi tiempo.					
42. Tomo la iniciativa para invitar a mis amigos a salir.					
43. Mis relaciones de amistad son cada vez más estables, duraderas e independientes.					
44. Logro tomar buenos apuntes en las clases.					
45. Me siento físicamente débil.					
46. Mi universidad no me genera interés.					
47. Siento que voy a lograr ser eficaz en la preparación de mis exámenes.					
48. La biblioteca de la universidad se encuentra bien dotada (cantidad y variedad de bibliografía).					
49. Procuero organizar la información obtenida en las clases.					
50. Me gusta el sector donde está ubicada mi universidad.					
51. Me siento decepcionado(a) de mi carrera.					
52. Tengo dificultad para tomar decisiones.					
53. Tengo buenas capacidades para el estudio.					
54. Mis gustos personales fueron decisivos para elegir mi carrera.					
55. Me he sentido ansioso(a).					
56. Estoy estudiando una carrera diferente a la que siempre quise.					
57. Soy puntual para llegar al inicio de las clases.					
58. Mi universidad posee buena infraestructura.					
59. Se me dificulta establecer relaciones cercanas con mis compañeros de curso.					
60. Aunque fuera posible no me cambiaría de carrera.					

FECHA: / / 2018

Consentimiento Informado

**Yo _____ con el número de D.N.I:
_____, accedo a participar en el presente trabajo de investigación,
sobre “Adaptación a la vida universitaria y ansiedad ante los exámenes en
estudiantes becarios de una Universidad Particular”, donde estoy de
acuerdo con lo explicado, de que mis resultados sean de uso de estudio,
protegiendo mi identidad.**

**Sin más que mencionar accedo en la autorización de mi participación
y el cuidado de mi identidad sobre los resultados obtenidos en la
investigación.**

**Firma
DNI**

Pimentel, 21 de diciembre de 2017

VISTO:

El informe de fecha 21 de diciembre del 2017, de la asignatura de Investigación solicita la elaboración de la resolución de inscripción de la investigación, del trabajo denominado: **ADAPTACIÓN A LA VIDA UNIVERSITARIA Y ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR; Y**

CONSIDERANDO:

- Que, de conformidad con el Reglamento General de Grados y Títulos de la USS en su artículo 6º que a la letra dice: "Las comisiones permanentes de Grados y Títulos de las Facultades se conforman de tres miembros (Presidente, Secretario y un Docente de la Especialidad) designados por el Decano de la Facultad, teniendo la responsabilidades de dictaminar la aprobación de los proyectos de titulación, para la expedición de la resolución de Facultad respectiva, se encargarán de la revisión y calificación de los expedientes de los egresados para recibir el Grado Académico de Bachiller y Título Profesional correspondiente, dictaminar los trabajos finales de titulación de acuerdo a las modalidades establecidas por la Universidad, para la designación del Jurado Evaluador y Sustentación y la determinación de los criterios de Evaluación para las diferentes modalidades."

- Que, con resolución de Consejo Académico, de fecha 01 de septiembre del 2016, se aprobó la vigencia de los Proyectos de Tesis es de 02 años y del Informe de Tesis de 1 año.

- Que, el proyecto presentado por el estudiante **YESENIA HERMINIA GUERRERO CHAPOÑAN**, corresponde a la actualización de la investigación con fines de sustentación.

- Estando a lo expuesto y en uso de las atribuciones conferidas y de conformidad con las normas y reglamentos vigentes;

SE RESUELVE:

Artículo 1º: **INSCRIBIR** en vías de regularización la investigación por la modalidad de Sistema de Tesis, denominado: **ADAPTACIÓN A LA VIDA UNIVERSITARIA Y ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR**, a cargo del estudiante **YESENIA HERMINIA GUERRERO CHAPOÑAN**.

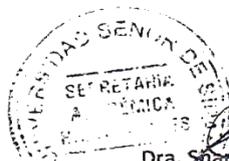
Artículo 2º: **ESTABLECER** como fecha de inscripción de la Investigación con la fecha de expedición de la presente resolución y como fecha de presentación el día señalado en el cronograma adjunto a la presente.

REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE Y ARCHÍVESE.



Dra. Zuleima J. Bejarano Benites
Decana Facultad Humanidades

Cc.: Grados y títulos e Investigación



Dra. Sharon S. Paredes Delgado
Secretaria Académica Facultad Humanidades

ADMISIÓN E INFORMES

074 481610 - 074 481632

CAMPUS USS

Km. 5, carretera a Pimentel

Chiclayo, Perú

www.uss.edu.pe

Fecha: 26/04/2018

OFICIOS 0161-2018/FH-DPS-USS
De BULNES BONILLA CARMEN GRETTEL
Para BEJARANO BENITES ZUGEINT JACQUELIN **RECIBIDO**
FACULTAD DE HUMANIDADES

Asunto

Solicito permiso para aplicación de dos instrumento Psicológico en la facultad de ingenierías, facultad de ciencias de la salud, facultad de derecho y la facultad ciencias empresariales.

Detalle

Estimada Decana, sirva la presente para saludarla y a la vez solicitarle el permiso respectivo para la aplicación de instrumentos de la estudiante GUERERRO CHAPOÑAN YESENIA HERMINIA; con el objetivo de baremar los instrumentos psicométricos que utilizara en el desarrollo de la tesis titulada: "ADAPTACIÓN A LA VIDA UNIVERSITARIA Y ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES EN ESTUDIANTES BECARIOS DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR-2018". Los instrumentos psicométricos que utilizara son los siguientes: INVENTARIO DE AUTOEVALUACION DE LA ANSIEDAD ANTE EXÁMENES (IDASE) Y CUESTIONARIO DE VIVENCIAS ACADÉMICAS. Este oficio será remitido a los decanatos de las facultades de Ingeniería Arquitectura y Urbanismo, Ciencias de la Salud, Derecho, Ciencias Empresariales, a cargo de los decanos: Mg Ernesto Rodríguez Lafitte, Mg. C.D. Esp. Pablo Edinson Urtecho Vera, Dra. Eliana Barturén Mondragón,

Observación

Cc:

Dra. Carmen Elvira Rosas Prado. Agradezco derivar dicho p
correspondientes, para la autorización del ingreso de d
facultades solicitadas. Sin otro particular, me despido de usted. Atentamente
Gretel Bulnes Bonilla - Coordinadora Académica - Psicología y Trabajo Social.