



Relación entre la ansiedad y estilos de afrontamientos ante los exámenes en estudiantes de psicología

Sharon Polo Herrera

sharonmariaherrera@gmail.com

Universidad Metropolitana de Colombia

Ariadna Castaño Gutiérrez

arpacagu28@gmail.com

Universidad Metropolitana de Colombia

Lizeth Julio Palacio

lizejulio@hotmail.com

Universidad Metropolitana de Colombia

Andrea Barros Jaraba

andreacbj11@hotmail.com

Universidad Metropolitana de Colombia

Miguel Montañez Romero

miguel.montanez@unimetro.edu.com

Universidad Metropolitana de Colombia

María Orozco Santander

mjorozco1988@gmail.com

Universidad Metropolitana de Colombia

RESUMEN

La ansiedad como fenómeno psicológico afecta diferentes escenarios de la vida generando alteraciones en su desempeño. Su identificación y cómo afrontarla es de importancia en el sector educativo en especial, como se manifiesta ante la presentación de exámenes y como los estudiantes la afronta, por lo cual se buscó identificar los niveles de ansiedad y los estilos de afrontamiento de estudiantes de psicología antes los exámenes de una Universidad de Colombia. Se aplicó la escala de Estrategias de afrontamiento COPING y la escala AMAS-C para ansiedad. La metodología es cuantitativa, con un nivel descriptivo transversal. Se realizó muestreo no probabilístico por conglomerado de los estudiantes de psicología de II a X semestre 2020-2, para una muestra de 133 de

seleccionados. Los resultados evidencian que los niveles de ansiedad ante los exámenes fueron un 33% ansiedad clínicamente significativa, 33% ansiedad leve, 22% ansiedad total y el 22% presento niveles de ansiedad extrema clínicamente significativa, con respecto a los estilos de afrontamiento el 100% de la muestra utiliza la expresión de la dificultad de afrontamiento (EAD). Como conclusión se evidencia que la realización de una actividad como los exámenes tiende a generar una respuesta emocional en todos los estudiantes, de igual manera sin importar el grado de ansiedad que se pueda presentar en general la principal respuesta de estilo de afrontamiento, será la de expresar de la dificultad hacia otros como medio de escape.

Palabras clave: ansiedad, estilos de afrontamiento, escala de coping, escala AMAS-C.

Relationship between anxiety and coping styles to exams in psychology students

ABSTRACT

Anxiety as a psychological phenomenon affects different scenarios of life generating alterations in their performance. Its identification and how to cope with it is of importance in the educational sector in particular, as it is manifested before the presentation of exams and how students cope with it, so we sought to identify the levels of anxiety and coping styles of psychology students before exams at a university in Colombia. The COPING coping strategies scale and the AMAS-C scale for anxiety were applied. The methodology is quantitative, with a cross-sectional descriptive level. A non-probabilistic sampling by conglomerate of psychology students from II to X semester 2020-2 was carried out, for a sample of 133 selected students. The results show that the levels of anxiety before exams were 33% clinically significant anxiety, 33% mild anxiety, 22% total anxiety and 22% presented levels of clinically significant extreme anxiety. With respect to coping styles, 100% of the sample used the expression of coping difficulty (EAD). As a conclusion it is evident that the realization of an activity such as exams tends to generate an emotional response in all students, likewise regardless of the degree of anxiety that may be presented in general the main response of coping style, will be to express the difficulty to others as a means of escape.

Keywords: anxiety, coping styles, coping scale, AMAS-C scale.

Artículo recibido: 05 febrero 2022

Aceptado para publicación: 28 febrero 2022

Correspondencia: miguelmontanez1989@gmail.com

Conflictos de Interés: Ninguna que declarar

1. INTRODUCCIÓN

En la actualidad un término que suele ser de uso frecuente cuando a estados del ánimo se refiere es al de la ansiedad, con mayor énfasis en lo que respecta a aquellas situaciones que por su naturaleza pueden generar estados desagradables, vivenciados como inquietud, intranquilidad entre otros, de igual manera esta suele ser mencionada y entendida como un desorden o trastorno que genera un sentimiento global de aprensión y preocupación (Melgosa, 2019), el cual todas las personas podemos vivenciar en diferentes momentos de nuestra vida. Los estudiantes universitarios por sus múltiples ocupaciones tienden a ser una población propensa a estar expuestos a situaciones que pueden ser consideradas de alto impacto emocional, como por ejemplo los exámenes. En lo relacionado con esta temática de la ansiedad y los estudiantes, tenemos que las investigaciones que se han venido desarrollando han girado alrededor de varios aspectos entre los cuales tenemos ansiedad ante los exámenes y ansiedad fisiológica, donde la primera; se define como la tendencia a responder con ansiedad ante situaciones de evaluación de las aptitudes y conocimientos, cuyo aspecto central es la preocupación por el posible mal rendimiento en el examen o perjuicio en la autoestima del alumnado (Torrano, Ortigosa, Riquelme y López, 2017), en donde el sujeto experimenta síntomas que le generan distracción de la atención, generando pensamientos negativos o pensamientos automáticos recurrentes, impidiéndole el adecuado razonamiento ante la prueba, por otra parte, la segunda, con respecto a la ansiedad fisiológica, partiendo de la concepción de la ansiedad y el componente fisiológico estos se relacionan invariablemente en los cambios y activación fisiológica de tipo externo (sudoración, dilatación pupilar, temblor, tensión muscular, palidez facial, entre otros), interno (aceleración del ritmo cardíaco y respiratorio, descenso de la salivación, entre otros), e involuntarios o parcialmente voluntarios (palpitaciones, temblor, vómitos, desmayos, entre otros). Estas alteraciones se perciben subjetivamente de forma desagradable y ayudan a conformar el estado subjetivo de ansiedad (Labrador, 2014).

Por otro lado, otro aspecto en relación con las investigaciones que se han desarrollado es lo concerniente a los estilos de afrontamiento más usados por los estudiantes ante la situación generadora de ansiedad. Los estilos de afrontamiento son las predisposiciones de la personalidad que trascienden la influencia del contexto situacional y el tiempo, estas predisposiciones personales son las que determinan el uso de ciertas estrategias de

afrontamiento, que son los procesos concretos y específicos que se utilizan en cada contexto, y pueden ser cambiantes dependiendo de las situaciones desencadenantes (Espinoza, Guamán y Sigüenza, 2018), de igual manera el afrontamiento hace parte de la gama de recursos psicológicos y personales del sujeto haciendo participe los niveles de calidad de vida. A nivel internacional se han encontrado investigaciones como, por ejemplo, una realizada en Lima, donde la población de estudiantes universitarios presento acerca de la ansiedad ante los exámenes que el 52.4% de la población exhiben un nivel moderado de ansiedad y 26.5% en el nivel alto indicando que la mayoría de los estudiantes universitarios experimentan respuestas cognitivas de preocupación antes o durante el examen. Asimismo, respecto de la dimensión reacciones fisiológicas, se observó que el 49.2% de los estudiantes encuestados se sitúa en el nivel promedio, lo cual evidencia que la mayoría de los estudiantes muestra respuestas producidas en el organismo durante la evaluación (Maldonado y Zenteno, 2018). En el campo nacional se encontró una investigación realizada en Medellín, en donde, se analizaron los niveles de ansiedad predominantes, encontraron que el 36% de los participantes presenta niveles de ansiedad en grado máximo, seguido del Nivel 2 ansiedad mínima a moderada con 28%, cerca de la mitad de los estudiantes presentan niveles de ansiedad altos. Respecto a la variable estrategias de afrontamiento se encontró que los estudiantes tienden a utilizar con mayor frecuencia las estrategias solución de problemas, reevaluación positiva, búsqueda de apoyo social y evitación cognitiva. (Castellanos, Guarnizo y Salamanca, 2011). A nivel local se tenemos el estudio realizado por Ávila, Hoyos, González & Cabrales (2011) en dónde; las manifestaciones fisiológicas fueron reportadas por 18.5% de los participantes, las manifestaciones motoras alcanzaron un promedio idéntico a las fisiológicas, con 18.5% de prevalencia, siendo estas las expresiones de ansiedad de mayor gravedad en la muestra, los resultados obtenidos permitieron observar que precisamente la aparición de preocupaciones es el síntoma identificado con mayor frecuencia entre los universitarios (76.5%), seguido en orden de aparición del miedo (47%), así como del desarrollo de pensamientos y sentimientos negativos. Todo este panorama permite evidenciar que existe una problemática con respecto a los niveles de ansiedad manejados y sus manifestaciones por parte de los estudiantes universitarios, como las diferentes estrategias de afrontamiento, por lo que hemos planteado como objetivo encontrar la relación entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento ante los exámenes en estudiantes

de psicología de II a X semestre.

2. MATERIALES Y MÉTODOS

La investigación se enmarcó en un enfoque de cuantitativo, de tipo descriptivo, con un alcance transversal de corte correlacional, teniendo como población escogida todos los estudiantes de (II a X) semestre del programa de psicología de la Universidad Metropolitana matriculados en este programa en el periodo 2020-2. Dentro de los criterios de selección para la escogencia de la muestra se tuvieron en cuenta: Criterios de inclusión: 1) Estudiantes mayores de 18 a 22 años, 2) Estudiantes de psicología, 3) Estudiantes de II a X semestre, 4) Estudiantes de psicología que quisieron hacer parte en el estudio, 5) Estudiantes de psicología que no cuenten con historia de enfermedades psiquiátricas.

La obtención de la muestra se realizó mediante un muestreo no probabilístico por conglomerado obteniéndose una $n=133$. Las variables para tener en cuenta en esta caracterización son fundamentales como la Ansiedad y los Estilos de Afrontamiento, estas han pasado por un proceso de análisis, apoyado en información cuantitativa con el fin de dar respuesta a como se relaciona la ansiedad y los estilos de afrontamiento ante los exámenes.

Para la evaluación de la Ansiedad se utilizó la Escala de Ansiedad Manifiesta para Estudiantes Universitarios (AMAS-C) está construida por 49 reactivos, contiene cuatro escalas de ansiedad y una de validez. La subescala IHS (Inquietud/ Hipersensibilidad) consta de 12 reactivos. La subescala SOC (Preocupaciones Sociales/Estrés) tiene 7 reactivos. La tercera subescala de la AMAS-C es la denominada FIS (Ansiedad Fisiología), que comprende ocho reactivos que reflejan las manifestaciones fisiológicas de la ansiedad. La cuarta subescala de ansiedad de la AMAS-C es la de Ansiedad Ante los Exámenes, que consta de 15 reactivos que reflejan la ansiedad asociada con los exámenes universitarios. Para finalizar, la AMAS-C tiene una subescala de Mentira que consta de 7 reactivos. Como en el caso de la AMAS-A, la puntuación TOT de la AMAS-C es la suma de puntuaciones de todas las subescalas sin incluir la subescala de mentira

La Escala Estrategias de Coping - Modificada (EEC-M) constituida por 69 reactivos, cuenta con 12 factores los cuales se encuentran distribuidos: Factor 1 solución de problemas, Factor 2 apoyo social, Factor 3 espera, Factor 4 religión, Factor 5 evitación emocional, Factor 6 apoyo profesional, Factor 7 reacción agresiva, Factor 8 evitación cognitiva, Factor 9 reevaluación positiva, Factor 10 expresión de la dificultad de

afrontamiento, Factor 11 negación y Factor 12 denominado autonomía, tiene como objetivo identificar, medir y distinguir la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamiento que asumen a nivel individual las personas ante situaciones estresantes que les presenta en la vida.

El análisis de resultados se realizó mediante matrices de Excel, las cuales permitieron la tabulación de la información obtenido de los instrumentos aplicados, así como medias normativas como puntuaciones T y Percentiles.

3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Inicialmente se describen las condiciones sociodemográficas de la población que corresponden a sexo y edad, representados en sexo masculino 13,6% y femenino el 84,8% de la población con promedio de edades entre 17-25 años. Se realiza análisis de la prueba AMAS C con las áreas de ansiedad ante los exámenes, ansiedad fisiológica y ansiedad total, teniendo en cuenta las categorías (Extrema, clínicamente significativa, leve, esperada y baja), los promedios obtenidos en cada área por semestre y las puntuaciones T (Tabla 1).

Tabla. 1 promedio De Resultados Del Amas-C
Promedio de resultados del amas

	Ansiedad fisiológica		Ansiedad ante los exámenes		Ansiedad total	
	Promedio	Puntuación t	Promedio	Puntuación t	Promedio	Puntuación t
II	4,1	72	9	71	25,2	76
III	4,8	50	8,7	71	23,3	69
IV	2,7	49	7,8	63	21,3	60
V	2,5	47	6,18	53	18,25	49
VI	4,33	72	9	71	24,73	76
VII	2	47	6,83	60	15,33	38
VIII	3,35	60	7,2	60	24,4	72
IX	1,37	47	6,37	53	17,62	46
X	2,3	47	6,15	53	21,2	60

Fuente: Propia

Hallándose que para Ansiedad fisiológica el 67% de los evaluados presenta Ansiedad esperada con puntuaciones T= 45 y 54 a, el 11% en ansiedad leve t=55 y 64, y el 22% ansiedad clínicamente significativo t=65 y 74. En Ansiedad ante los exámenes los resultados obtenidos evidencian que el 33% manifiesta ansiedad clínicamente significativa t= 65 y 74; un 33% ansiedad leve t= 55 y 65; por último el 33% ansiedad esperada t=45 y 54. En cuanto a la Ansiedad total se logra evidenciar que el 22%

presentan Ansiedad Extrema $t > 75$; un 22 % ansiedad clínicamente significativa $t = 65$ y 74, un 22% ansiedad leve $t = 55$ y 64; otro 22% ansiedad esperada $t = 45$ y 54, y solo el 11% ansiedad baja $t < 44$. (Tabla 1).

El análisis del Coping modificada (EEC-M), permitió observar que el área con mayor significancia es la relacionada a expresión de la dificultad de afrontamiento (EDA) con percentiles ente 20-35. (Tabla 2)

Tabla 2. Resultados del EEC-M

	Bas		Rp		Eda	
	Promedio	Percentil	Promedio	Percentil	Promedio	Percentil
II	21,1	40	20,5	60	10,9	25
III	23,5	55	16,3	35	12,1	30
IV	22,6	50	15,7	35	10,3	20
V	24,3	55	17,3	40	11,9	30
VI	21,1	40	16,3	35	12,5	35
VII	20,8	35	20,5	60	12,1	30
VIII	21,2	40	17,4	40	10,4	20
IX	22,4	50	17,8	40	10,8	20
X	23,0	50	18,8	50	10,7	20

Fuente: Propia

Por último, en cuanto a la relación entre la ansiedad ante los exámenes y los estilos de afrontamiento usados en los estudiantes de psicología de II a X semestres tenemos que, a nivel general sin importar el grado de ansiedad total, todos utilizan como estrategia la expresión de la dificultad de afrontamiento. (Tabla 3)

Tabla 3. Relación de la ansiedad ante los exámenes y estilos de afrontamiento

	Ansiedad ante los exámenes	Estilos de afrontamiento
II	Clínicamente significativa	Expresión de la Dificultad de Afrontamiento
III	Clínicamente significativa	Expresión de la Dificultad de Afrontamiento reevaluación positiva
IV	Leve	Expresión de la Dificultad de Afrontamiento reevaluación positiva
V	Esperada	Expresión de la Dificultad de Afrontamiento
VI	Clínicamente significativa	Expresión de la Dificultad de Afrontamiento reevaluación positiva
VII	Leve	Expresión de la Dificultad de Afrontamiento Búsqueda de apoyo
VIII	Leve	Expresión de la Dificultad de Afrontamiento
IX	Esperada	Expresión de la Dificultad de Afrontamiento
X	Esperada	Expresión de la Dificultad de Afrontamiento

4. DISCUSIÓN

Los resultados muestran que los niveles de ansiedad ante los exámenes reportados por los estudiantes de psicología de II a X semestre, y cuáles son las estrategias de afrontamiento más utilizadas para hacer frente a estas situaciones. En cuanto a los resultados nos muestran que los estudiantes de psicología de II a X semestre, presentan un 67 % de ansiedad fisiológica esperada, por lo tanto sus afecciones fisiológicas son comunes; un 22% manifiesta ansiedad fisiológica clínicamente significativa lo que sugiere individuos tensos, nerviosos; predispuestos a enfermedades psicosomáticas y problemas de atención y por último un 11% una ansiedad fisiológica individuos tensos, algo intranquilos y que probablemente funcionen bien en ausencia de otras elevaciones. Estos resultados muestran relación con lo descrito por Navas⁸ quien define “la ansiedad como un estado emocional, por lo tanto, hay una mezcla de sentimientos, conductas y reacciones o sensaciones fisiológicas” y Aspectos fisiológicos caracterizados por un alto grado de activación del sistema nervioso autónomo y aspectos motores que suelen implicar comportamientos poco ajustados y escasamente adaptativos⁸.

Con respecto a la ansiedad ante los exámenes los valores obtenidos entre los grupos evaluados muestran que el 33% presento ansiedad clínicamente significativa aspecto relacionado con las evaluaciones o valoraciones de cualquier tipo y posiblemente perjudiciales para el desempeño; preocupación repetitiva acerca de las calificaciones generales y de una prueba; 33% relevación leve relacionada con los exámenes que probablemente los motive y rara vez perjudica el desempeño y finalmente 33% ansiedad esperada con niveles normales de preocupación relacionada con la solución de exámenes; no se anticipan respuestas inusuales siempre y cuando exista una preparación adecuada, conforme al significado potencial de la puntuación que aparece estipulada en el manual del AMAS. De acuerdo con estos resultados es importante resaltar lo planteado por Conde (2004) quien afirma que “los alumnos al ser evaluados se sienten amenazados, por lo que pueden llegar a padecer ansiedad perjudicial”. “La ansiedad ante los exámenes produce en algunos alumnos puede producir una serie de reacciones emocionales negativas que pueden inhibir la ejecución de los estudiantes de acuerdo con su potencial académico” (Onyeizogbo, 2010).

Asimismo, (Ricoy y Fernández, 2013). sostiene que “ Los estudiantes atribuyen al momento de ser evaluados una serie de sensaciones contrapuestas, aunque priman las emociones negativas (principalmente de nerviosismo) sobre las positivas, antes y durante el desarrollo de los exámenes, de igual manera, dar cuenta del rendimiento académico al alumnado le genera un incremento de ansiedad, cuando para la realización de una prueba las instrucciones que ofrecen los docentes son amenazantes y si existe presión con el tiempo disponible o si la tarea es compleja. Al comparar los resultados anteriores con los obtenidos en Ansiedad total, encontramos en esta ultima una distribución de los datos homogénea siendo así un 22% de Ansiedad total extrema lo que refiere una probable alteración del pensamiento y debilitamiento de la energía emocional, temores vagos, deficiencia en toma de decisiones y frecuente evidencia de falta de juicio; probable depresión concomitante; 22% ansiedad total clínicamente significativa por ende se encuentran individuos temerosos, ansiosos y con probabilidad de algunas manifestaciones psicofisiológicas de la ansiedad y posible rigidez en el proceso de pensamiento; 22% ansiedad total leve estudiantes adaptados a sus entornos, que tratan de estar bien a pesar de ciertas inseguridades; 22% ansiedad total esperada, estudiantes típicos sin patrones anormales de estrés ni reacciones poco comunes y finalmente un 11% de ansiedad total baja en aquellos estudiantes confiados y centrados o asociados con tendencias narcisistas; conforme al significado potencial de la puntuación que aparece estipulada en el manual del AMAS. Teniendo en cuenta los resultados, diversos autores e investigaciones afirman en que los universitarios constituyen un grupo de riesgo para la ansiedad por sus exigencias psicológicas, sociales, académicas y elevado estrés, si bien es cierto, existe un nivel de ansiedad que se considera, leve y clínicamente significativo, al ser rebasado los índices establecidos considerados leves, aparece un deterioro en las actividades cotidianas ocasionando un menor rendimiento en su desempeño”. Según la Encuesta Nacional de Salud Mental de 2017 en Colombia se presentan múltiples situaciones que aumentan el riesgo de padecer trastornos en la salud mental, siendo la ansiedad uno de los más frecuentes de Colombia en adultos de 18 a 44 años, el 9,6%(IC95%:8,8%-10,5%) presenta síntomas sugestivos de algún trastorno mental, el 52,9% tiene uno o más síntomas de ansiedad y el 80,2% manifiesta de 1 a 3 síntomas depresivos.

En referente a los resultados obtenidos sobre las estrategias de afrontamiento, se encuentra que los estudiantes tienden a utilizar con mayor frecuencia la relacionada a

expresión de la dificultad de afrontamiento (EDA) con percentiles ente 20-35, la cual se presenta en todos los semestres, búsqueda de apoyo (BS) con un percentil de 35 en VII semestre y en el área de reevaluación positiva con percentiles de 35 en los semestres de III, IV y VI, respectivamente de esta manera. Los resultados obtenidos son coherentes con el estudio realizado por Cárdenas, Camargo & castillo (2011) sobre la Relación entre niveles de ansiedad y estrategias de afrontamiento en practicantes de psicología de una universidad colombiana, son soportados por los hallazgos de la presente investigación, siendo las estrategias solución de problemas y búsqueda de apoyo social las más utilizadas por los estudiantes; de igual forma, el estudio en realizado por Moreno & Villegas (2008) se encontró que la solución de problemas y Autonomía arrojaron puntuaciones por encima del 63% y 56% respectivamente, mientras que búsqueda de apoyo con un 59%, evitación cognitiva 56% y expresión de la dificultad de afrontamiento 56%.

5. CONSIDERACIONES FINALES

En primer lugar, se evaluaron los niveles de ansiedad presente en los estudiantes de II a X semestre de psicología, tomando en cuenta los resultados obtenidos en los categorías de Ansiedad Fisiológica, Ansiedad ante los exámenes y Ansiedad total, se puede resaltar que a diferencia de los demás semestres que estuvieron entre el rango leve y esperado en ambos tipos de ansiedad, II y VI mostraron valores Extremos y Clínicamente significativos, aspecto de marcada relevancia que se hace necesario una mayor exploración, debido a que estas variaciones pueden deberse a una multiplicidad de factores entre los cuales pueden encontrarse lo concerniente al semestre en que se encuentran, a las responsabilidades que se asumen, a la adaptación al nuevo cambio como lo es el de ingreso a la vida universitaria en el caso de II semestre y para VI las preocupaciones por encontrarse en un semestre a punto de iniciar sus prácticas profesionales y que demanda mucha más responsabilidad, no obstante no podemos concluir como tal que estas sean los motivos de estas variaciones entre los semestres y es necesario seguir realizando un seguimiento a los estudiantes para así determinar las causas o motivos que lo conlleva a experimentar más ansiedad en relación con los semestres superiores e inferiores, respectivamente. Con respecto a algunos estudiantes llamaron la atención por las puntuaciones que arrojaron sus pruebas, valores que sobrepasan los rasgos de normalidad y que los hace propensos a desarrollar algún tipo de trastorno. En segundo lugar, se identificaron las estrategias de afrontamiento que emplean

con más frecuencia los estudiantes y se logró concluir que en lo referente a ésta variable, la mayoría de semestres emplean principalmente como Estilo de Afrontamiento al Expresión de la Dificultad de Afrontamiento, salvo VII semestre que utiliza Búsqueda de Apoyo, esto demuestra la preferencia por el uso de afrontamientos orientados a expresar las emociones generadas por la situación, y resolver problemas, indicando esto que en su mayoría los estudiantes suelen aceptar que las situaciones los superan y deben hacer una expresión abierta de sus emociones para posteriormente poder encontrar una solución de problemas apoyándose en los otros, este estilo de afrontamiento se puede describir como el precursor, de otros estilos afrontamiento. En tercer lugar, se cumplió con el objetivo general, de establecer si existía una relación entre la Ansiedad ante los exámenes y los Estilos de afrontamientos de II a X semestre de psicología, concluyendo que indistintamente del nivel de Ansiedad total ante los exámenes que manifiesten los alumnos, el estilo de afrontamiento que más se presenta es de la Expresión de la Dificultad de Afrontamiento, evidenciando así que existe una relación entre ambas variables, no obstante, estos resultados hacen plantear la necesidad de otras investigación donde se realice lo mismo con otras carreras profesionales y que se permita realizar una comparación y poder concluir si la carrera profesional tiene algo que ver con el Estilo de afrontamiento a utilizar por parte de los alumnos, o de lo contrario ha de ser por otros motivos.

5. LISTA DE REFERENCIAS (IDEAL AL MENOS 20 FUENTES CITADAS)

- Alí Escobedo, R. M., & Chambi Paredes, O. N. (2016). Ansiedad Ante Los Exámenes En Los Estudiantes Del Primer Año De La Escuela Profesional De Ingeniería Civil Y La Escuela Profesional De Enfermería De La Universidad Peruana Unión Filial Juliaca-2016.
https://Repositorio.Upeu.Edu.Pe/Bitstream/Handle/UPEU/639/Ruth_Tesis_Baciller_2016.Pdf?Sequence=1&Isallowed=Y
- Álvarez, J., Aguilar, J. M., & Lorenzo, J. J. (2012). La Ansiedad Ante Los Exámenes En Estudiantes Universitarios: Relaciones Con Variables Personales Y Académicas. *Electronic Journal Of Research In Educational Psychology*, 10(1), 333-354.
<https://Www.Redalyc.Org/Articulo.Oa?Id=2931/293123551017>
- Aragón-Borja, L. E., Contreras-Gutiérrez, O., & Tron-Álvarez, R. (2011). Ansiedad Y Pensamiento Constructivo En Estudiantes Universitarios. *Journal Of Behavior*,

- Health & Social Issues (México), 3(1), 43-56.
[Http://Www.Scielo.Org.Mx/SciELO.Php?Script=Sci_Arttext&Pid=S200707802011000100005](http://Www.Scielo.Org.Mx/SciELO.Php?Script=Sci_Arttext&Pid=S200707802011000100005)
- Ávila-Toscano, J. H., Pacheco, S. L. H., González, D. P., & Polo, A. C. (2011). Relación Entre Ansiedad Ante Los Exámenes, Tipos De Pruebas Y Rendimiento Académico En Estudiantes Universitarios. *Psicogente*, 14(26), 255-268.
[Https://Www.Redalyc.Org/Pdf/4975/497552359004.Pdf](https://Www.Redalyc.Org/Pdf/4975/497552359004.Pdf)
- Berrios Reyes, Y. D. C. (2017). Ansiedad Ante Los Exámenes Y Estilos De Aprendizaje En Estudiantes De Secundaria De Una Institución Educativa Pública En Ferreñafe.
[Http://Repositorio.Uss.Edu.Pe/Bitstream/Handle/Uss/4133/Berrios%20Reyes%200.Pdf?Sequence=1&Isallowed=Y](http://Repositorio.Uss.Edu.Pe/Bitstream/Handle/Uss/4133/Berrios%20Reyes%200.Pdf?Sequence=1&Isallowed=Y).
- Bolsoni-Silva, A. T., & Loureiro, S. R. (2014). O Papel Das Habilidades Sociais Na Ansiedade Social Em Estudantes Universitários. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 24(58), 223-232.
[Https://Www.Scielo.Br/SciELO.Php?Pid=S0103863X2014000200223&Script=Sci_Abstract&Tlng=Es](https://Www.Scielo.Br/SciELO.Php?Pid=S0103863X2014000200223&Script=Sci_Abstract&Tlng=Es)
- Caballero-Domínguez, C. C., González Gutiérrez, O., & Palacio Sañudo, J. E. (2015). Relación Del Burnout Y El Engagement Con Depresión, Ansiedad Y Rendimiento Académico En Estudiantes Universitarios. *Revista Científica Salud Uninorte*, 31(1). [Http://Www.Scielo.Org.Co/Pdf/Sun/V31n1/V31n1a08.Pdf](http://Www.Scielo.Org.Co/Pdf/Sun/V31n1/V31n1a08.Pdf).
- Cárdenas, M. T. C., Castillo, C. A. G., & Camargo, Y. S. (2011). Relación Entre Niveles De Ansiedad Y Estrategias De Afrontamiento En Practicantes De Psicología De Una Universidad Colombiana. *International Journal Of Psychological Research*, 4(1), 50-57. [Https://Www.Redalyc.Org/Pdf/2990/299022819007.Pdf](https://Www.Redalyc.Org/Pdf/2990/299022819007.Pdf).
- Cardona-Arias, J. A., Perez-Restrepo, D., Rivera-Ocampo, S., & Gómez-Martínez, J. (2015). Prevalencia De Ansiedad En Estudiantes Universitarios. *Diversitas*, 11(1), 79-89. [Https://Www.Redalyc.Org/Articulo.Oa?Id=67943296005](https://Www.Redalyc.Org/Articulo.Oa?Id=67943296005).
- Cardona-Arias, J. A., Perez-Restrepo, D., Rivera-Ocampo, S., & Gómez-Martínez, J. (2015). Prevalencia De Ansiedad En Estudiantes Universitarios. *Diversitas*, 11(1), 79-89. [Http://Www.Scielo.Org.Co/Pdf/Dpp/V11n1/V11n1a06.Pdf](http://Www.Scielo.Org.Co/Pdf/Dpp/V11n1/V11n1a06.Pdf).

- Casari, L. M., Anglada, J., & Daher, C. (2014). Estrategias De Afrontamiento Y Ansiedad Ante Exámenes En Estudiantes Universitarios. *Revista De Psicología (PUCP)*, 32(2), 243-269. <https://Www.Redalyc.Org/Articulo.Oa?Id=337832618003>.
- Castillo Pimienta, C., Chacón De La Cruz, T., & Díaz-Véliz, G. (2016). Ansiedad Y Fuentes De Estrés Académico En Estudiantes De Carreras De La Salud. *Investigación En Educación Médica*, 5(20), 230-237. <https://Www.Redalyc.Org/Articulo.Oa?Id=349747925004>.
- Celis, J., Bustamante, M., Cabrera, D., Cabrera, M., Alarcón, W., & Monge, E. (2001). Ansiedad Y Estrés Académico En Estudiantes De Medicina Humana Del Primer Y Sexto Año. In *Anales De La Facultad De Medicina* (Vol. 62, No. 1, Pp. 25-30). Universidad Nacional Mayor De San Marcos. <https://Www.Redalyc.Org/Pdf/379/37962105.Pdf>
- Chaves, E. D. C. L., Iunes, D. H., Moura, C. D. C., Carvalho, L. C., Silva, A. M., & Carvalho, E. C. D. (2015). Ansiedade E Espiritualidade Em Estudantes Universitários: Um Estudo Transversal. *Revista Brasileira De Enfermagem*, 68(3), 504-509. https://Www.Scielo.Br/SciELO.Php?Script=Sci_Arttext&Pid=S003471672015000300504
- Contreras, F., Espinosa, J. C., Esguerra, G., Haikal, A., Polanía, A., & Rodríguez, A. (2005). Autoeficacia, Ansiedad Y Rendimiento Académico En Adolescentes. *Diversitas: Perspectivas En Psicología*, 1(2), 183-194. <https://Www.Redalyc.Org/Pdf/679/67910207.Pdf>
- Contreras-Gutiérrez, O., Chávez-Becerra, M., & Aragón-Borja, L. E. (2012). Pensamiento Constructivo Y Afrontamiento Al Estrés En Estudiantes Universitarios. *Journal Of Behavior, Health & Social Issues* (México), 4(1), 39-53. http://Www.Scielo.Org.Mx/SciELO.Php?Script=Sci_Arttext&Pid=S200707802012000100003&Lang=Es.
- Crego, A., Carrillo-Díaz, M., Armfield, J. M., & Romero, M. (2016). Stress And Academic Performance In Dental Students: The Role Of Coping Strategies And Examination-Related Self-Efficacy. *Journal Of Dental Education*, 80(2), 165-172. <http://Www.Jdentaled.Org/Content/Jde/80/2/165.Full.Pdf>

- Cunza Aranzábal, D. F. (2020). Propiedades Psicométricas De La Escala De Ansiedad Ante Los Exámenes Y Situaciones De Evaluación (EAAESE) En Estudiantes De Secundaria. <https://Repositorio.Upeu.Edu.Pe/Handle/UPEU/3839>
- De Bravo, X. B. (2009). Ansiedad Estudiantil Ante Un Examen" Trabajo De Investigación Experimental I. Fides Et Ratio-Revista De Difusión Cultural Y Científica De La Universidad La Salle En Bolivia, 3(3), 97-112. [Http://Www.Scielo.Org.Bo/SciELO.Php?Script=Sci_Arttext&Pid=S2071081X2009000100009&Lng=Es&Tlng=Es](http://Www.Scielo.Org.Bo/SciELO.Php?Script=Sci_Arttext&Pid=S2071081X2009000100009&Lng=Es&Tlng=Es).
- Del Toro Añel, A. Y., González Castellanos, M. D. L. Á., Arce Gómez, D. L., Reinoso Ortega, S. M., & Reina Castellanos, L. M. (2014). Mecanismos Fisiológicos Implicados En La Ansiedad Previa A Exámenes. *Medisan*, 18(10), 1419-1429. [Http://Scielo.Sld.Cu/SciELO.Php?Pid=S102930192014001000012&Script=Sci_Arttext&Tlng=En](http://Scielo.Sld.Cu/SciELO.Php?Pid=S102930192014001000012&Script=Sci_Arttext&Tlng=En)
- Derakshan, N., & Eysenck, M. W. (2009). Anxiety, Processing Efficiency, And Cognitive Performance: New Developments From Attentional Control Theory. *European Psychologist*, 14(2), 168. [Http://Www.Iapsych.Com/Articles/Derakshan2009.Pdf](http://Www.Iapsych.Com/Articles/Derakshan2009.Pdf)
- Díaz Córdoba, L. M., & Castro Franco, J. V. (2020). Influencia De La Ansiedad En El Rendimiento Académico De Estudiantes Universitarios. https://Repository.Ucc.Edu.Co/Bitstream/20.500.12494/18306/3/2020_Ansiedad_Rendimiento_Academico.Pdf
- Díaz Martín, Y. (2010). Estrés Académico Y Afrontamiento En Estudiantes De Medicina. *Humanidades Médicas*, 10(1), 0-0. [Http://Scielo.Sld.Cu/SciELO.Php?Pid=S172781202010000100007&Script=Sci_Arttext&Tlng=En](http://Scielo.Sld.Cu/SciELO.Php?Pid=S172781202010000100007&Script=Sci_Arttext&Tlng=En)
- Díaz, C. A. G., Luna, A., Dávila, A., & Salgado, M. J. (2010). Estrategias De Afrontamiento En Personas Con Ansiedad. *Psychologia: Avances De La Disciplina*, 4(1), 63-70. <https://Www.Redalyc.Org/Pdf/2972/297224086006.Pdf>
- Domarco, E. C. (2004). La Ansiedad En La Educación Musical. *Revista De Psicodidáctica*, (17), 0. <https://Core.Ac.Uk/Download/Pdf/230749427.Pdf>
- Domínguez Martínez, Y. E. (2019). Afrontamiento Y Ansiedad En Estudiantes De Secundaria De Una Institución Educativa Privada, Comas-2018 (Tesis Parcial).

- <https://Repositorio.Upn.Edu.Pe/Bitstream/Handle/11537/15297/Dominguez%20Mart%Ednez%20Yesareth%20Estefany.Pdf?Sequense=3>
- Domínguez-Lara, S. (2016). Inventario De La Ansiedad Ante Exámenes-Estado: Análisis Preliminar De Validez Y Confiabilidad En Estudiantes De Psicología. *Liberabit*, 22(2), 219-228. [Http://Www.Scielo.Org.Pe/Scielo.Php?Pid=S1729-48272016000200009&Script=Sci_Arttext&Tlng=En](http://Www.Scielo.Org.Pe/Scielo.Php?Pid=S1729-48272016000200009&Script=Sci_Arttext&Tlng=En)
- Domínguez-Lara, S. (2018). Evidencia Convergente Y Discriminante Del TAI-Estado: Influencia De Las Estrategias De Afrontamiento Pre-Examen. *Revista Digital De Investigación En Docencia Universitaria*, 12(2), 237-255. [Http://Www.Scielo.Org.Pe/Scielo.Php?Pid=S2223-25162018000200012&Script=Sci_Arttext&Tlng=Pt](http://Www.Scielo.Org.Pe/Scielo.Php?Pid=S2223-25162018000200012&Script=Sci_Arttext&Tlng=Pt)
- Domínguez-Lara, S. A., Bonifacio-Vilela, M., & Caro-Salazar, A. (2016). Prevalencia De Ansiedad Ante Exámenes En Una Muestra De Estudiantes Universitarios De Lima Metropolitana. *Revista De Psicología*, 6(2), 45-56. [Http://Revistas.Ucsp.Edu.Pe/Index.Php/Psicologia/Article/View/155/150](http://Revistas.Ucsp.Edu.Pe/Index.Php/Psicologia/Article/View/155/150)
- Eduardo Piemontesi, S., Esteban Heredia, D., Alberto Furlan, L., Sanchez-Rosas, J., & Martinez, M. (2012). Test Anxiety And Coping Styles With Academic Stress In University Students. *Anales De Psicología*, 28(1), 89-96. https://Www.Researchgate.Net/Publication/286580126_Test_Anxiety_And_Coping_Styles_With_Academic_Stress_In_University_Students
- Espinoza Ortíz, A. A., Guamán Arias, M. P., & Sigüenza Campoverde, W. G. (2018). Estilos De Afrontamiento En Adolescentes De Colegios De La Ciudad De Cuenca, Ecuador. *Revista Cubana De Educación Superior*, 37(2), 45-62. [Http://Scielo.Sld.Cu/Scielo.Php?Script=Sci_Arttext&Pid=S0257-43142018000200004](http://Scielo.Sld.Cu/Scielo.Php?Script=Sci_Arttext&Pid=S0257-43142018000200004)
- Eysenck, M. W., Derakshan, N., Santos, R., & Calvo, M. G. (2007). Anxiety And Cognitive Performance: Attentional Control Theory. *Emotion*, 7(2), 336. [Http://Citeseerx.Ist.Psu.Edu/Viewdoc/Download?Doi=10.1.1.453.3592&Rep=Rep1&Type=Pdf](http://Citeseerx.Ist.Psu.Edu/Viewdoc/Download?Doi=10.1.1.453.3592&Rep=Rep1&Type=Pdf)
- Feldman, L., Goncalves, L., Puignau, G. C. C., Zaragoza, J., Bagés, N., & De Paulo, J. (2008). Relaciones Entre Estrés Académico, Apoyo Social, Salud Mental Y Rendimiento Académico En Estudiantes Universitarios Venezolanos. *Universitas*

- Psychologica, 7(3), 739-752.
[Http://Www.Scielo.Org.Co/Pdf/Rups/V7n3/V7n3a11.Pdf/](http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v7n3/v7n3a11.pdf)
- Fernández, J., & Rusiñol, J. (2003). Economía Y Psicología: Costes Por El Bajo Rendimiento Académico Relacionado Con La Ansiedad Ante Los Exámenes Y Las Pruebas De Evaluación. Recuperado El, 26.
[Https://Www.Uoc.Edu/Dt/20128/20128.Pdf](https://www.uoc.edu/dt/20128/20128.pdf)
- Fernández-Castillo, A. (2009). Ansiedad Durante Pruebas De Evaluación Académica: Influencia De La Cantidad De Sueño Y La Agresividad. *Salud Mental*, 32(6), 479-486. [Https://Www.Medigraphic.Com/Pdfs/Salmen/Sam-2009/Sam096e.Pdf](https://www.medigraphic.com/pdfs/salmen/sam-2009/sam096e.pdf)
- Ferri, D. B. (2015). Ansiedad Y Estrés Académico En Estudiantes De Universidades Públicas Vs Universidades Privadas (Doctoral Dissertation, Universidad Argentina De La Empresa).
[Https://Repositorio.Uade.Edu.Ar/Xmlui/Bitstream/Handle/123456789/5453/Ferri%20Daniela.Pdf?Sequence=1&Isallowed=Y](https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/5453/Ferri%20Daniela.Pdf?sequence=1&isallowed=Y)
- Furlan, L. A. (2013). Eficacia De Una Intervención Para Disminuir La Ansiedad Frente A Los Exámenes En Estudiantes Universitarios Argentinos. *Revista Colombiana De Psicología*, 22(1), 75-89.
[Https://Www.Redalyc.Org/Articulo.Oa?Id=80428081006.](https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80428081006)
- Furlan, L. A., Rosas, J. S., Heredia, D., Piemontesi, S., & Illbele, A. (2009). Estrategias De Aprendizaje Y Ansiedad Ante Los Exámenes En Estudiantes Universitarios. *Pensamiento Psicológico*, 5(12).
[Https://Www.Redalyc.Org/Articulo.Oa?Id=80111899009](https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80111899009)
- Furlán, L., Piemontesi, S., Heredia, D., & Rosas, J. S. (2015). Ansiedad Ante Los Exámenes En Estudiantes Universitarios: Correlatos Y Tratamiento. *Anuario De Investigaciones De La Facultad De Psicología*, 2(1), 37-53.
[Https://Revistas.Unc.Edu.Ar/Index.Php/Aifp/Article/View/12629/12899](https://revistas.unc.edu.ar/index.php/aifp/article/view/12629/12899)
- Gaviria, A., Correa, L., Davila, C., Burgos, G., Osorio, E., & Valderrama, J. (2017). Guía Metodológica Para El Observatorio Nacional De Salud Mental. [Https://Www.Minsalud.Gov.Co/Sites/Rid/Lists/Bibliotecadigital/RIDE/VS/ED/GCFI/Guia-Ross-Salud-Mental.Pdf.](https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/lists/bibliotecadigital/RIDE/VS/ED/GCFI/Guia-Ross-Salud-Mental.Pdf)
- Gomes, V. M., Silva, M. J. P. D., & Araújo, E. A. C. (2008). Efeitos Gradativos Do Toque Terapêutico Na Redução Da Ansiedade De Estudantes Universitários. *Revista*

- Brasileira De Enfermagem, 61(6), 841-846.
<https://www.scielo.br/pdf/reben/v61n6/a08v61n6.pdf>.
- Grandis, A. M. (2009). Evaluación De La Ansiedad Frente A Los Exámenes Universitarios (Doctoral Dissertation).
http://lildbi.fcm.unc.edu.ar/lildbi/tesis/grandis_amanda_mercedes.pdf
- Labrador, Y. (2014). Ansiedad Ante Los Exámenes Y Autoeficacia Académica En Alumnos Universitarios: Correlaciones, Diferencias De Edad Y De Género (Doctoral Dissertation, Universidad Argentina De La Empresa).
<https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/2440/Labrador.pdf?sequence=1&isallowed=Y>
- Lancha Vicente, C., & Carrasco Ortiz, M. A. (2003). Intervención En Ansiedad A Los Exámenes, Obsesiones Y Compulsiones Contenidas En Un Trastorno Obsesivo-Compulsivo De La Personalidad. <http://e-spacio.uned.es/fez/eserv/Bibliuned:accionpsicologica2003-numero2-0006/documento.pdf>
- Ley 1090 De 2006. Por La Cual Se Reglamenta El Ejercicio De La Profesión De Psicología, Se Dicta El Código Deontológico Y Bioético Y Otras Disposiciones. 6 De Septiembre De 2006. D.O. No. 46.383.
- López Peña, G. V., & Vélez Barragán, J. C. (2018). Estrategias De Afrontamiento De Los Estudiantes De La Universidad Cooperativa De Colombia Sede Villavicencio. https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/5440/1/2018_Estrategias_Afrontamiento_Estudiantes.pdf
- Lozano Ramírez, J. C., & López Restrepo, J. J. (2016). Niveles De Ansiedad Y Estrategias De Afrontamiento De Un Grupo De Estudiantes Universitarios En El Valle De Aburrá (Doctoral Dissertation, Psicología). https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/5164/TP_Lopezrestrepojannyjohana_2016.pdf?sequence=3.
- Maldonado Mendoza, C. I., & Zenteno Gaytán, M. B. (2018). Procrastinación Académica Y Ansiedad Ante Exámenes En Estudiantes De Universidades Privadas De Lima Este. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/1040/Marlith_Tesis_Bachiller_2018.pdf?sequence=5&isallowed=Y

- Matalinares, M. L., Díaz, G., Raymundo, O., Baca, D., Uceda, J., & Yaringaño, J. (2016). Afrontamiento Del Estrés Y Bienestar Psicológico En Estudiantes Universitarios De Lima Y Huancayo. *Persona*, (019), 105-126. <https://Revistas.Ulima.Edu.Pe/Index.Php/Persona/Article/View/975/936>
- Melgosa, J. (2019). *Mente Positiva: Cómo Alcanzar La Salud Y El Bienestar Emocional*. Asociación Casa Editora Sudamericana
- Onyeizugbo, E. U. (2017). Auto-Eficacia, Sexo Y Rasgo De Ansiedad Como Moderadores De La Ansiedad Ante Exámenes. *Electronic Journal Of Research In Education Psychology*, 8(20), 299-312. <http://Www.Investigacionpsicopedagogica.Org/Revista/New/Contadorarticulo.Php?375>
- Páez Cala, M. L., & Castaño Castrillón, J. J. (2015). Emotional Intelligence And Academic Performance In Undergraduate Students. *Psicología Desde El Caribe*, 32(2), 268-285. <http://Www.Scielo.Org.Co/Pdf/Psdc/V32n2/V32n2a06.Pdf>
- Piemontesi, S. E., Heredia, D. E., Furlan, L. A., Rosas, J. S., & Martínez, M. (2012). Ansiedad Ante Los Exámenes Y Estilos De Afrontamiento Ante El Estrés Académico En Estudiantes Universitarios. *Anales De Psicología/Annals Of Psychology*, 28(1), 89-96. <https://Www.Redalyc.Org/Pdf/167/16723161011.Pdf>
- Piergiovanni, L. F., & Depaula, P. D. (2018). Autoeficacia Y Estilos De Afrontamiento Al Estrés En Estudiantes Universitarios. *Ciencias Psicológicas*, 12(1), 17-23. http://Www.Scielo.Edu.Uy/SciELO.Php?Script=Sci_Arttext&Pid=S1688-42212018000100017&Lang=Es.
- Política, C. (1991). Congreso De La República. República De Colombia. <http://Spj.Minjus.Gob.Pe/Normas/Textos/151103T.Pdf>
- Reynolds, C., Richmond, B., & Lowe, P. (2007). *AMAS: Escala De Ansiedad Manifiesta En Adultos*. México: El Manual Moderno. <https://Pseaconsultores.Com/Wp-Content/Uploads/2020/10/AMAS.-Escala-De-Ansiedad-Manifiesta-En-Adultos.Pdf>
- Ricoy, M. C., & Fernández-Rodríguez, J. (2013). La Percepción Que Tienen Los Estudiantes Universitarios Sobre La Evaluación: Un Estudio De Caso. *Educación Xx1*, 16(2), 321-341. <https://Www.Redalyc.Org/Pdf/706/70626451006.Pdf>

- Rodas Cruz, A. M., Guzmán Ponce, B. A., & Salinas Cruz, D. G. (2008). Ansiedad Ante Los Exámenes Y Su Influencia En El Rendimiento Académico En Los Estudiantes De Bachillerato Del Colegio José Ingenieros De Ciudad Merliot. [Http://Biblioweb.Ufg.Edu.Sv/Virtual/Index.Cgi?Idregistro=10567&Tipología=1&Vista=C&Busqueda=EDUCACION](http://Biblioweb.Ufg.Edu.Sv/Virtual/Index.Cgi?Idregistro=10567&Tipología=1&Vista=C&Busqueda=EDUCACION)
- Salgado, A., Rosário, P., Núñez Perez, J. C., González-Pienda, J. A., Valle, A., Joly, C., & Bernardo, A. (2008). Ansiedad Ante Los Exámenes: Relación Con Variables Personales Y Familiares. *Psicothema*, 20, 563-570. [Https://Www.Redalyc.Org/Pdf/727/72720409.Pdf](https://Www.Redalyc.Org/Pdf/727/72720409.Pdf)
- Salud, M. D. E. (1993). Ministerio De Salud Resolución Numero 8430 DE 1993. 1993, 1-19.
- Serrano Pintado, I., Delgado Sánchez-Mateos, J., & Escolar-Llamazares, M. C. (2016). A Stress Inoculation Program To Cope With Test Anxiety: Differential Efficacy As A Function Of Worry Or Emotionality. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 34(1), 3-18. [Http://Www.Scielo.Org.Co/SciELO.Php?Script=Sci_Arttext&Pid=S1794-47242016000100002](http://Www.Scielo.Org.Co/SciELO.Php?Script=Sci_Arttext&Pid=S1794-47242016000100002)
- Solís, C., & Vidal, A. (2006). Estilos Y Estrategias De Afrontamiento En Adolescentes. *Revista De Psiquiatría Y Salud Mental Hermilio Valdizan*, 7(1), 33-39. [Https://Www.Mdp.Edu.Ar/Cssalud/Deptoterapia/Archivos/Psicologia_General_Seminario/Estilos_Y_Estrategias_De_Afrontamiento_En_Adolescencia.Pdf](https://Www.Mdp.Edu.Ar/Cssalud/Deptoterapia/Archivos/Psicologia_General_Seminario/Estilos_Y_Estrategias_De_Afrontamiento_En_Adolescencia.Pdf)
- Taborda, L., Burgos, C., Téllez, J., & Vásquez, R. (1985). Principios De Semiología Psiquiátrica. Departamento De Psiquiatría Facultad De Medicina, Colegio Mayor De Nuestra Señora Del Rosario, Hospital San José Bogotá, Colombia.
- Tirado, J. L. A., Ortega, S. L., Díaz, V. A. H., & Martín, F. D. F. (2005). Terapia Breve En Estudiantes Universitarios Con Problemas De Rendimiento Académico Y Ansiedad: Eficacia Del Modelo " La Cartuja". *International Journal Of Clinical And Health Psychology*, 5(3), 589-608. [Https://Www.Redalyc.Org/Articulo.Oa?Id=33705310](https://Www.Redalyc.Org/Articulo.Oa?Id=33705310)
- Torrano-Martínez, R., Ortigosa-Quiles, J. M., Riquelme-Marín, A., & López-Pina, J. A. (2017). Evaluación De La Ansiedad Ante Los Exámenes En Estudiantes De Educación Secundaria Obligatoria. *Revista De Psicología Clínica Con Niños Y*

Adolescentes, 4(2), 103-110.

<https://www.redalyc.org/pdf/4771/477152556002.pdf>

Trujillo Alfonso, L. V., & Navarro Olivera, L. G. (2020). Estrategias De Afrontamiento En Estudiantes De Psicología De La Universidad Cooperativa De Colombia, Villavicencio.

https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/18238/1/2020_Estrategias_Afrontamiento_Psicologia.pdf

Valencia, P. D., Paz, J. R., Paredes, E., León, M., Zuñe, C., Falcón, C., ... & Murillo, L. (2017). Evitación Experiencial, Afrontamiento Y Ansiedad En Estudiantes De Una Universidad Pública De Lima Metropolitana. *Interacciones: Revista De Avances En Psicología*, 3(1), 45-58.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5961159>

Vélez, D. M. A., Garzón, C. P. C., & Ortíz, D. L. S. (2008). Características De Ansiedad Y Depresión En Estudiantes Universitarios. *International Journal Of Psychological Research*, 1(1), 34-39.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64712168008&Idp=1&cid=141262>

6.