

UNIVERSIDAD RICARDO PALMA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA



**ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN
ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UN COLEGIO PARTICULAR DE
MIRAFLORES.**

Tesis para optar el título de:

Segunda Especialidad en Psicopedagogía

Presentado por la Licenciada

Claudia Fabiana Parasi Falcon

Lima – Perú

2019

Agradecimiento

A Dios por darme vida y salud para seguir avanzando en el cumplimiento de mis sueños y metas.

A mí, por la paciencia y tolerancia desarrollada durante la elaboración de la presente investigación.

A mi maravillosa familia por ser mi motor y comprender los esfuerzos que hago, aunque a veces eso implique sacrificar tiempo con ellos.

A los pequeños usuarios que he venido atendiendo a lo largo de estos años, porque han reafirmado mi amor y vocación por la carrera que elegí.

A los maestros que me guiaron en la elaboración de este estudio y a quienes me acompañaron con ánimos durante este camino.

Introducción

La presente investigación denominada “Ansiedad ante los exámenes y Rendimiento Académico en estudiantes de secundaria de un colegio particular de Miraflores” evidencia un trabajo realizado con esmero en el período de tiempo 2018 – 2019.

A continuación, se presenta las partes que el presente estudio contiene para una mejor revisión del mismo:

En el capítulo uno, se encuentra el planteamiento del problema, donde se describe la realidad problemática, se formula la pregunta de investigación y se proponen los objetivos y limitaciones del estudio.

Posteriormente, el capítulo dos se dedica a la presentación teórica del estudio, en donde se pueden revisar los antecedentes relacionados al tema, las bases teóricas y definición básica de la terminología empleada.

En el capítulo tres, se presentan las hipótesis y variables de estudio.

En el cuarto capítulo, se aborda el eje metodológico de la investigación, donde se presenta la población, muestra, tipo y diseño del estudio, así como las técnicas empleadas en el recojo y análisis de datos.

En el quinto capítulo, se presentan los resultados obtenidos, así como el análisis y discusión de los mismos.

Finalmente, en el sexto capítulo se encuentran las conclusiones y sugerencias propuestas luego de haber llevado a cabo el presente estudio.

Índice

	Pag.
CAPÍTULO I: Planteamiento del Estudio	1
1.1 Formulación del Problema	3
1.2 Objetivos	3
1.2.1 Objetivo General	3
1.2.2 Objetivos Específicos	3
1.3 Importancia y Justificación del Estudio	3
1.4 Limitaciones del estudio	4
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	5
2.1 Investigaciones relacionadas con el tema	5
2.1.1 Antecedentes internacionales	5
2.1.2 Antecedentes nacionales	6
2.2 Bases teórico-científicas del estudio	8
2.2.1 Ansiedad ante los exámenes	8
2.2.2 Rendimiento Académico	12
2.3 Definición de términos básicos	16
2.3.1 Ansiedad ante los exámenes	16
2.3.2 Rendimiento académico	16
CAPITULO III: Hipótesis y Variables	17
3.1 Planteamiento de hipótesis	17
3.1.1 Hipótesis general	17
3.1.2 Hipótesis específicas	17
3.2 Variables de estudio	17
3.2.1 Ansiedad ante los exámenes	17
3.2.2 Rendimiento académico	18
CAPÍTULO IV: MÉTODO	19
4.1 Población y muestra	19
4.2 Tipo y diseño de Investigación	19
4.3 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	20
4.4 Técnicas de procesamiento y análisis de datos	24
CAPÍTULO V: RESULTADOS	25
5.1 Presentación y Análisis de datos	25
5.1.1 Ansiedad ante los exámenes	25
5.1.2 Rendimiento académico	27
5.1.3 Prueba de Normalidad	30
5.1.4 Contrastación de Hipótesis	31
5.1.4.1 Contrastación de hipótesis general	31
5.1.4.2 Contrastación de hipótesis	32

	según sexo	
	5.1.4.3 Contrastación de hipótesis	
	según grado	32
	5.2 Análisis y discusión de resultados	34
CAPÍTULO VI: Conclusiones y Recomendaciones		38
6.1 Conclusiones		38
6.2 Recomendaciones		39
6.3Resumen		40
6.4 Abstract		41
Referencias		42
Anexos		56

Índice de tablas

	Pag.
Tabla 1 : Escala de clasificación del rendimiento académico	15
Tabla 2: Operacionalización de variables	18
Tabla 3: Baremos del Inventario de Autoevaluación de ansiedad frente a los exámenes	23
Tabla 4: Estadísticos descriptivos de Ansiedad ante los exámenes	25
Tabla 5: Frecuencias y Porcentajes de ansiedad ante los exámenes	26
Tabla 6: Frecuencias y Porcentajes de ansiedad ante los exámenes según sexo	26
Tabla 7: Frecuencias y Porcentajes de ansiedad ante los exámenes según grado	27
Tabla 8: Estadísticos descriptivos de Rendimiento Académico	28
Tabla 9: Frecuencias y Porcentajes de rendimiento académico	28
Tabla 10: Frecuencias y Porcentajes de rendimiento académico según sexo	29
Tabla 11: Frecuencias y Porcentajes de rendimiento académico según grado	30
Tabla 12: Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov	31
Tabla 13: Correlación de Ansiedad frente a los exámenes y rendimiento académico	31
Tabla 14: Correlación de Ansiedad frente a los exámenes y rendimiento académico según sexo	32
Tabla 15: Correlación de Ansiedad frente a los exámenes y rendimiento académico según grado	33

CAPÍTULO I: Planteamiento del Estudio

1.1 Formulación del Problema

Es conocido en nuestro medio que existen diversos factores que pueden influir de alguna manera en el rendimiento académico de la población estudiantil, se han desarrollado diferentes estudios (Mora, 2015; Cornejo & Redondo, 2007; & Chong, 2017) a lo largo de los años que han permitido aportar conocimiento para mejorar las condiciones en las que se desarrolla el proceso de enseñanza-aprendizaje. No obstante, cada realidad tiene sus propios matices y diferencias particulares, por dicho motivo se pretende realizar el presente estudio.

Al hablar de los estudiantes de secundaria, nos referimos a un grupo de estudiantes en edad escolar que atraviesan los estudios del nivel secundario mientras transcurre también su etapa de adolescencia (Pérez, 2007). Asimismo, en este período se encuentran en adquisición de conocimientos, actitudes, valores y formación de sus propias identidades, por lo que muchas veces pueden verse vulnerables por aspectos situacionales. En este sentido, la escuela puede ser un medio que facilite un espacio de interacciones positivas y saludables con maestros, estudiantes, padres; pero también puede convertirse en un entorno hostil, en base a las experiencias que el adolescente adquiera en este período, ya sea a nivel académico, social o afectivo (Reyes, 2009).

Teniendo en cuenta la complejidad de la población estudiantil del nivel secundario, se procura abordar otros dos aspectos bastante influyentes en el desempeño de este grupo, tales como son: la ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico.

La ansiedad ante los exámenes ha sido ampliamente investigada (Mandler & Sarason, 1952; Bauselas, 2005; & Cano, 2011) pues es un factor que termina

repercutiendo a nivel emocional y de desempeño en los estudiantes de cualquier nivel educativo. En el presente estudio se presta atención a esta variable pues muchos docentes del nivel secundario de la institución educativa religiosa particular, donde se llevará a cabo la investigación, suponen que muchas de las calificaciones que obtienen sus estudiantes están asociadas a su estado emocional al momento de rendir exámenes. Por dicho motivo, se busca conocer la realidad para validar o no dicha hipótesis con la finalidad de proponer estrategias que permitan mejorar el desempeño de los estudiantes a nivel académico y emocional.

Finalmente, el rendimiento académico termina siendo un factor inherente al contexto educativo que genera preocupación en muchos estudiantes, ya que constituye el resultado tangible de la evaluación de sus conocimientos, habilidades y destrezas. El desempeño académico puede verse influenciado por diversos factores, ha sido ampliamente estudiado en diversas investigaciones y en esta oportunidad se busca conocer si guarda relación estadística con la ansiedad ante los exámenes.

Por lo mencionado anteriormente, se plantea la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuál es la relación entre los niveles de ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico en estudiantes de secundaria de un colegio particular de Miraflores?

1.2 Objetivos

1.2.1 Objetivo General

- Conocer la relación entre los niveles de ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico en estudiantes de secundaria de un colegio particular de Miraflores.

1.2.2 Objetivos Específicos

- Describir los niveles de ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico en estudiantes de secundaria de un colegio particular de Miraflores.
- Relacionar los niveles de ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico según el sexo.
- Relacionar los niveles de ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico según el grado de estudio.

1.3 Importancia y Justificación del Estudio

La inquietud de realizar esta investigación surge por la necesidad de conocer más sobre uno de los factores que podrían estar influyendo en el desempeño académico de muchos alumnos de secundaria de un colegio particular de Miraflores, tal como es la interferencia emocional en situaciones de evaluación. Como bien se sabe, es parte de la realidad educativa que los estudiantes sean sometidos constantemente a exámenes, ya sean orales o escritos, donde los resultados no siempre reflejan lo aprendido por el alumno. Por este motivo, resulta conveniente y relevante investigar esta situación con la finalidad de conocer mejor a dicha población estudiantil y poder tomar las medidas necesarias en un futuro para que logren tener un mejor afrontamiento a las diversas

situaciones de evaluación a lo largo de sus vidas académicas. Asimismo, porque la mayoría de investigaciones realizadas en nuestro medio con dichas variables, se enfocaban en la población universitaria de manera prioritaria.

Los datos obtenidos en esta investigación pueden dar pie a la realización de investigaciones más amplias al respecto, con la finalidad de llevar a cabo la implementación de acciones que permitan mejorar los resultados académicos de los estudiantes, ayudar a la prevención del fracaso escolar, así como también poder dotarlos de herramientas que le permitan hacer frente a situaciones de ansiedad que puedan surgir en situaciones de evaluación de diversa índole.

Finalmente, en relación a la utilidad metodológica de esta investigación, se realizará un estudio piloto con el instrumento de ansiedad ante los exámenes (IDASE), el mismo que permitirá obtener baremos para la población con la que se trabajará en el estudio, hecho que repercute en la objetividad de los resultados, así como también resulta útil para evaluaciones posteriores en la misma población.

1.4 Limitaciones del estudio

La principal limitación del presente estudio es el aspecto de generalización de los datos, ya que los mismos no pueden ser generalizados. Sin embargo, los resultados que se obtengan pueden ser tomados como referencia para formular futuros estudios cuya muestra permita una generalización de datos en escolares.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1 Investigaciones relacionadas con el tema

2.1.1 Antecedentes internacionales

Rodríguez, Dapía, y López-Castedo (2014), evaluaron el nivel de ansiedad ante los exámenes en 325 escolares del nivel secundario en un colegio privado-concertado de la provincia de Ourense en España. Hallaron que este tipo de ansiedad afectó a los estudiantes evaluados, asimismo, se encontraron diferencias significativas según la edad, sexo, curso y rendimiento académico.

Ferrari (2015), realizó un estudio descriptivo-correlacional para determinar la relación entre la ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico de 104 alumnos entre 15 y 18 años en Buenos Aires, Argentina. Se usaron los siguientes instrumentos para la investigación: un cuestionario estructurado para recabar información demográfica, la versión adaptada del inventario de ansiedad ante los exámenes y las calificaciones de los estudiantes. Entre los resultados se halló que existe relación entre ambas variables. Además, se encontró que las mujeres obtuvieron puntajes más elevados de este tipo de ansiedad.

Mayta (2011), investigó la relación entre la ansiedad y el rendimiento académico en 68 alumnos ingresantes a la carrera de psicología de la Universidad Mayor de San Andrés, en Bolivia. Se utilizó la escala de evaluación de la ansiedad para adultos. Los resultados arrojaron una correlación negativa entre las dos variables, pues los participantes que evidenciaron niveles altos de ansiedad tenían mayor tendencia a presentar temblores, hiposalivación, bloqueos y por consecuencia, bajo rendimiento académico.

Álvarez, Aguilar, y Lorenzo (2012), investigaron la relación de la ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico. Para tal estudio, evaluaron a 1021 estudiantes universitarios de Almería, España. Entre los resultados hallaron que el 25% de la población evaluada obtuvo niveles preocupantes de ansiedad, mientras que el 10% arrojó niveles muy preocupantes. Ante este panorama, se observó que las mujeres presentaron puntuaciones más altas al respecto. Sin embargo, no hallaron una relación significativa entre las dos variables estudiadas.

Ávila-Toscano, Hoyos, Gonzáles, y Cabrales (2011), llevaron a cabo un estudio para conocer la asociación entre ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico en 200 alumnos de un centro de estudios superior de la ciudad de Montería, Colombia. Entre los resultados se halló la asociación existente entre ansiedad y el bajo rendimiento académico; no obstante, no se hallaron diferencias resaltantes por sexo, edad o institución de proveniencia.

2.1.2 Antecedentes nacionales

Chávez, Chávez, Ruelas, y Gómez (2014), describieron los niveles de ansiedad ante los exámenes de 800 estudiantes del centro pre-universitario de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Los resultados indicaron que el 27% de los participantes denota niveles altos de ansiedad ante los exámenes.

Asimismo, existe un mayor nivel de ansiedad en el sexo femenino, así como también, se encontró que los participantes que postulaban a medicina, derecho y administración evidenciaron niveles más elevados de ansiedad.

Reyes (2003), estudió la asociación entre el rendimiento académico, la ansiedad ante los exámenes, los rasgos de personalidad, el autoconcepto y la asertividad en 62 ingresantes a la carrera de Psicología de una universidad nacional en Lima. Se halló una asociación entre el rendimiento del alumno y variables como el autoconcepto académico y el autoconcepto familiar.

Dominguez-Lara, Calderón-De la Cruz, Alarcón-Parco, y Navarro-Loli (2017), realizaron una investigación para determinar la relación entre la ansiedad ante los exámenes – estado (AE- E) y el rendimiento académico en exámenes tomando en cuenta dos grupos de universitarios. El estudio se realizó en centro particular de estudios universitarios, donde participaron 76 estudiantes de psicología, siendo 44 de cuarto ciclo y 32 de séptimo ciclo. Encontraron una relación inversa y significativa entre ambas variables. Asimismo, no se observaron diferencias significativas en cuanto a la variable sexo.

Vargas (2010), evaluó la relación entre el rendimiento académico y la ansiedad ante las evaluaciones en 169 ingresantes de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana. Se encontró la existencia de una relación entre ambas variables de estudio. Asimismo, hallaron que el 66% de la totalidad de estudiantes con un nivel bajo de rendimiento, mostró un nivel alto de ansiedad.

Amoretti (2017), realizó un estudio que tenía por objetivo hallar la relación entre la ansiedad frente a los exámenes y el afrontamiento al estrés en estudiantes del nivel secundario de un colegio en Villa el Salvador, Lima-Perú. En este estudio participaron 326 estudiantes, entre varones y mujeres. Se halló que los estudiantes de dicho centro educativo evidenciaron un nivel promedio de ambas

variables. Según la edad, los participantes entre 12 y 14 años presentaron niveles más altos de afrontamiento al estrés y niveles más bajos de ansiedad ante los exámenes. Finalmente, se encontró asociación entre ambas variables.

2.2 Bases teórico-científicas del estudio

2.2.1 Ansiedad ante los exámenes

La ansiedad existe desde hace muchos siglos atrás, se ha asociado con el miedo a lo largo de la historia, así como a la preservación de la especie, ya que fomenta que el ser humano se anticipe ante situaciones que pueden resultar amenazantes. Tal como señalan Cano-Vindel, Dongil-Collado, Salguero y Wood (2011) la ansiedad es una respuesta emotiva que se precipita ante contextos inseguros o inciertos, donde la persona prevé algún riesgo o amenaza para sí misma, esto a su vez genera que se movilicen recursos para hacer frente a estas situaciones potencialmente peligrosas. En este sentido, se espera que las personas puedan responder favorablemente, logrando adaptarse a las demandas del entorno, pero esto no siempre sucede así. De hecho, también Cano (2011) señala que en ocasiones los individuos interpretan como amenazas, algunas situaciones que en realidad no lo son, lo que genera una activación innecesaria en la persona, provocando muchas veces niveles altos de ansiedad que repercuten negativamente en el desempeño habitual, generando dificultades de salud física y mental. Si esta situación se mantiene por mucho tiempo, pueden presentarse episodios de desregulación emocional, lo cual provocaría temor irracional frente a ciertos tópicos, tendencia a la evitación de ciertas situaciones y/o exceso de activación fisiológica (palpitaciones, alteración de la respiración, sudoración excesiva, entre otros).

Por otro lado, algunos autores señalan que resulta importante diferenciar la ansiedad del miedo, tal como indica Marks (1986, citado por Sierra, Ortega & Zubeidat, 2003) ya que el miedo es una emoción básica que surge ante estímulos reales; mientras que la ansiedad se relacionaría con la anticipación de peligros futuros, muchas veces inexistentes.

Todas las personas experimentan la ansiedad de manera diferente, de hecho, se han realizado estudios asociados a la psicología de la personalidad y se ha concebido la ansiedad en términos de rasgo y estado, tal como señala Sandín (2002), donde se indica que la ansiedad rasgo está asociada a un tipo de personalidad neurótica, donde el individuo denota una tendencia a responder de manera ansiosa, ya que sus interpretaciones de la realidad suelen estar cargadas de percepciones amenazantes y peligrosas; esto genera que se encuentre en un estado habitual de ansiedad. Mientras que otras personas suelen vivenciar la ansiedad como una reacción emocional pasajera, la cual es experimentada en un momento específico por una situación en particular, pero no es su patrón habitual de respuesta. Ambos tipos de ansiedad pueden generar una alteración en los componentes de la conducta del individuo, tal como señalan Sierra et al. (2003).

Diversos autores han buscado definir la ansiedad desde sus respectivos enfoques, sin embargo, algunos estudiosos han intentado recoger las diferentes percepciones y orientaciones a propósito de este constructo, como es el caso de Miguel-Tobal (1990, citado por Sierra et al., 2003) quien señala que la ansiedad es una reacción de índole subjetiva y emocional que abarca componentes cognitivos, evidenciados en las ideas,

pensamientos y percepciones del sujeto; así como aspectos fisiológicos, tales como: palpitaciones, sudoración excesiva, rubor, cambios en la respiración, etc.; y aspectos motores, como por ejemplo: inquietud motora, aparición de tics, entre otros. La respuesta de ansiedad puede ser provocada por factores ambientales (eventos reales) o por factores internos del sujeto, en ambos casos se trata de situaciones percibidas como peligrosas y amenazantes para el individuo.

La ansiedad también puede presentarse de manera específica frente a diversos tópicos, en el presente estudio se prestará particular atención a la ansiedad ante situaciones de evaluación o exámenes en el contexto psicopedagógico.

Mandler y Sarason (1952) señalan que la ansiedad frente a los exámenes suele presentarse con frecuencia entre los estudiantes frente a situaciones de evaluación. Esta reacción emocional, siempre y cuando sea regulada, permite anticipar eventos negativos para el individuo, en este caso la evaluación, y prepararse para obtener resultados favorables. No obstante, este panorama no siempre resulta alentador.

Bauselas (2005) señala que este tipo de ansiedad constituye una respuesta emocional experimentada con frecuencia por muchos estudiantes. Considera que es motivo de preocupación no solo por afectar a un gran porcentaje de alumnado, sino de manera particular por los efectos negativos que puede tener sobre el rendimiento académico de los mismos, llegando, en ocasiones, a ser un factor determinante en el fracaso escolar, hallazgo que también realizó Onyeizogbo (2010). Además, la autora indica que los efectos negativos en el desempeño de un estudiante ansioso frente a los exámenes pueden acentuarse cuando se presentan las siguientes condiciones: 1) Cuando las instrucciones

brindadas antes del examen resultan amenazantes para el estudiante, 2) Cuando hay presión de tiempo, 3) Cuando la meta se muestra compleja y es necesario mantenerse concentrado.

En este sentido, García, Martínez e Inglés (2013); Fernández-Castillo y Caurcel (2015) hallaron en sus respectivos estudios que la ansiedad frente a los exámenes se asocia negativamente con el normal desempeño de algunos procesos cognitivos tales como la atención, concentración y memoria de trabajo. Asimismo, el estudiante ansioso presenta mayor frecuencia de pensamientos negativos que desvían su atención, generando confusiones, omisiones y distracciones al momento del examen; lo cual explica por qué dicho tipo de ansiedad repercutiría negativamente sobre el rendimiento académico. Por otro lado, Miralles y Hernández (2012) señalan que este tipo de ansiedad puede presentarse de dos formas: “perturbadora del rendimiento”, es la que genera una activación de sistema autónomo, generando el aumento de las preocupaciones y distracciones; y “facilitadora del rendimiento”, la que se presenta en forma de acciones orientadas a la resolución de la tarea de la manera más adaptativa posible.

Asimismo, algunos autores señalan que los efectos negativos van más allá del ámbito académico, logrando generar manifestaciones físicas desagradables para el estudiante conforme se va acercando el momento de la evaluación, tales como: dolores de cabeza, insomnio, náuseas, vómitos, entre otros (Tobal & Escalona, 1996; Bauselas, 2005).

En cuanto a las causas de la ansiedad frente a los exámenes, Bauselas (2005) indica que existen varias razones que facilitarían la experimentación de la ansiedad en contexto de evaluación, entre ellas se encuentran: Las actitudes negativas que tiene el alumno

hacia la escuela, la baja confianza en sí mismo, antecedentes de “bloqueos” en exámenes anteriores, pensamientos negativos o catastróficos y la carencia de una preparación real para el examen. Asimismo, la autora señala algunas variables que también interfieren en el grado de ansiedad que puede experimentar un estudiante durante un examen, estas son: el rasgo de ansiedad del individuo, es decir si es propenso a reaccionar de forma ansiosa o no; el grado de importancia de la prueba, tipo de instrucciones, tiempo disponible para desarrollar la prueba, aspecto de los examinadores, ruido y temperatura del ambiente, experiencias previas, miedo al fracaso y presiones provenientes de personas del entorno. En este sentido, Navas (1989) también indica que este tipo de ansiedad surge por pensamientos automáticos negativos, distorsiones cognitivas, las introyecciones del entorno, las creencias asociadas al éxito, las autoexigencias desproporcionadas, el significado atribuido a los errores y la hipersensibilidad a la crítica.

Por otro lado, Liebert y Morris (1967) señalan que esta clasificación de la ansiedad presenta dos componentes: uno cognitivo, representado por la preocupación, y el otro afectivo, representado por la emocionalidad. Ambos se influyen entre sí, y algunos instrumentos de evaluación toman esta clasificación para elaborar sus reactivos al respecto.

2.2.2 Rendimiento Académico

El Ministerio de Educación del Perú (2001) indica que el rendimiento académico resulta del esfuerzo llevado a cabo por el alumno en el ámbito escolar, el mismo que mide la cantidad y calidad de aprendizajes logrados; esto es posible gracias al apoyo de

mediadores (profesores), quienes están llamados a facilitar herramientas a los estudiantes para que construyan sus aprendizajes en base a su propia realidad.

Asimismo, Panduro y Ventura (2013) señalan que el desempeño académico es el principal indicador de que los estudiantes realmente han aprendido. Este indicador se expresa en términos cuantitativos que se obtienen a través de pruebas objetivas y otras actividades complementarias. De igual manera, estas autoras señalan que el rendimiento académico se encuentra asociado al crecimiento y desarrollo de la persona en formación.

Caballero, Abello y Palacio (2007) indican que guarda estrecha relación con el logro de objetivos que se trazaron inicialmente en la etapa de planificación, el mismo que se expresa mediante calificaciones y que resultan de evaluaciones constantes.

Si bien en la actualidad existen otras formas de medir el desempeño académico de los estudiantes, aún existe bastante reserva al respecto por ser considerados subjetivos. En este sentido, Lee y Smith (1992) y Garbanzo (2014) señalan que el desempeño académico es el semáforo más utilizado por las instituciones educativas, pues permite emplear criterios objetivos para evaluar de manera objetiva la adquisición de competencias en los estudiantes.

Otra definición de rendimiento académico señala que es el reflejo de los conocimientos que ha adquirido un estudiante en un área determinada teniendo en cuenta aspectos normativos, referido por Jiménez (2000, citado en Edel, 2003).

Edel (2003) habla sobre la incongruencia que existe en ocasiones entre la habilidad y el esfuerzo en la vida académica. Por lo que muchos estudiantes tienen dificultades en su

desempeño académico por los diferentes factores involucrados en la evaluación y aprendizaje.

Barrientos (2011) refiere que el desempeño escolar resulta un tema que genera bastante preocupación en el contexto escolar, pues se suelen buscar nuevas formas cada vez más eficaces para su evaluación. En este sentido, la autora señala que la variable rendimiento académico tiene una connotación multifactorial, por lo se deben considerar aspectos externos e internos del sujeto, tales como: la influencia de la familia, el clima en el aula, la dinámica en la relación entre profesores y alumnos, entre otros.

En este sentido, Lamas (2015) refiere que el rendimiento académico no es ajeno a ciertas circunstancias del estudiante, como por ejemplo: su intelecto, aspectos biológicos, sus rasgos de personalidad, aspectos emocionales y el vínculo entre el profesor y el alumno.

Asimismo, Ferrari (2015) señala el importante rol que tiene el empleo efectivo de los hábitos de estudio al momento de prepararse para los exámenes, pues indica que esto se asocia a una adecuada organización, buen manejo del tiempo y al empleo de técnicas apropiadas para asimilar contenidos, lo cual ayuda a reducir “bloqueos” durante las evaluaciones y, por tanto, repercute en los resultados académicos de manera positiva.

Por otro lado, Espinoza (2006) realiza una investigación para determinar si el maltrato genera repercusiones en las notas de los escolares, y entre los hallazgos se encuentra que el maltrato físico constituye un factor de riesgo que reduce la posibilidad que los estudiantes adolescentes logren terminar el colegio. Por lo que se concluye, existen factores asociados al rendimiento académico que traspasan los límites de las aulas.

En cuanto a la clasificación del rendimiento escolar, el Ministerio de Educación del Perú (2012) señala que la escala de calificaciones en el nivel secundaria debe hacerse de manera numérica, proponiendo la siguiente clasificación:

Tabla 1

Escala de clasificación del rendimiento académico

Rangos de notas	Descripción
	Aprendizaje logrado de forma muy satisfactoria.
20-18	
17-14	Aprendizaje logrado en tiempos previstos.
13-11	En proceso
10-00	En inicio

Fuente: Ministerio de Educación (2012)

Para efectos de la presente investigación, agruparemos las categorías en: aprendizaje logrado (alto), en proceso (regular) y en inicio (bajo).

2.3 Definición de términos básicos

2.3.1 Ansiedad ante los exámenes: Para la presente investigación, se considerará a la ansiedad ante los exámenes como una respuesta emocional con matices fisiológicos, cognitivos y comportamentales que experimentan los estudiantes ante situaciones de evaluación, la misma que repercute en los resultados obtenidos por los estudiantes.

2.3.2 Rendimiento académico: Se entenderá como el conjunto de calificaciones objetivas obtenidas de un proceso de evaluación del estudiante en un contexto educativo formal, el cual busca reflejar en cierto grado la asimilación de contenidos del alumnado.

CAPITULO III: Hipótesis y Variables

3.1 Planteamiento de hipótesis

3.1.1 Hipótesis general:

HG: Existe relación significativa entre los niveles de ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico en estudiantes de secundaria de un colegio particular de Miraflores.

3.1.2 Hipótesis específicas:

H1: Existe relación estadísticamente significativa entre los niveles de ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico según el sexo.

H2: Existe relación estadísticamente significativa entre los niveles de ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico según el grado de estudios.

3.2 Variables de estudio

3.2.1 Ansiedad ante los exámenes

Definición conceptual: Es una respuesta emocional que muchos estudiantes experimentan asociada a una situación de evaluación, la misma que se ha asociado a niveles bajo de rendimiento académico (Bauselas, 2005).

Definición operacional: Se medirá con el Inventario de Autoevaluación de ansiedad ante los exámenes (IDASE) el mismo que consta de 2 dimensiones: Emocionalidad y Preocupación, compuestos a su vez por 20 ítems en total, y 4 alternativas de respuesta:

casi nunca, algunas veces, frecuentemente y casi siempre. En este inventario, la variable es más alta a medida que aumentan los puntajes.

3.2.2 Rendimiento académico

Definición conceptual: El rendimiento académico es el criterio más usado para medir el desempeño académico en los estudiantes (Garbanzo, 2014).

Definición operacional: Para fines de esta investigación se medirá de manera cuantitativa, realizando los análisis con las notas numéricas que los estudiantes obtengan en su evaluación bimestral de tres cursos: inglés, matemática y lenguaje.

Tabla 2: *Operacionalización de variables*

VARIABLE	DIMENSIONES	ESCALA DE	
		MEDICIÓN	ÍTEMS
ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES	Preocupación	Ordinal de intervalo	3, 5, 6, 7, 12, 14,
			16, 17,19
	1, 2, 4, 8, 9, 11,		
LOS EXÁMENES	Emocionalidad		10,13, 15, 18, 20
RENDIMIENTO ACADÉMICO	Alto rendimiento académico	Ordinal y nominal	14 - 20
	Regular rendimiento académico		11 - 13
	Bajo rendimiento académico		00 - 10

CAPÍTULO IV: MÉTODO

4.1 Población y muestra

El universo poblacional tomado en cuenta en la presente investigación son los estudiantes de secundaria de un centro educativo particular ubicado en el distrito de Miraflores, y la muestra es de tipo censal, ya que se encuentra conformada por el total de 219 estudiantes.

Se trata de una población estudiantil mixta, conformada por adolescentes varones y mujeres, de clase socio-económica media-alta.

Se tomarán en cuenta los siguientes criterios de inclusión:

- Participación voluntaria.
- Saber leer y escribir.

Asimismo, se señalan los siguientes criterios de exclusión:

- Alumnos que no pertenezcan al colegio religioso particular donde se realizará el estudio.
- Alumnos que no hayan completado la prueba.

4.2 Tipo y diseño de Investigación

La presente investigación es de tipo básica y transversal (Hernández, Fernández & Baptista, 2010), puesto que se aportan conocimientos con respecto a un tema determinado, además de observar los fenómenos en un momento determinado tal y como se presentan, sin intención de ejercer influencia para realizar modificaciones en el mismo, con el objetivo de estudiarlos y analizarlos.

El diseño es descriptivo y correlacional (Hernández, Fernández & Baptista, 2010), pues se busca describir la relación existente entre los niveles de ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico en estudiantes de secundaria de un colegio particular de Miraflores. En este sentido, los sujetos llegan con sus propias diferencias individuales, mas no se prestan a ser susceptibles para manipularlas, pero resulta posible realizar un estudio posterior para determinar la asociación entre las variables.

4.3 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Se recolectarán los datos de rendimiento académico a través de los registros de los profesores, donde exactamente se recabará la nota obtenida en el examen realizado el mismo día de aplicación del Inventario de Ansiedad.

En cuanto a la variable de ansiedad frente a los exámenes se usará el Inventario de Autoevaluación de ansiedad frente a los exámenes (IDASE). A continuación, se presenta su ficha técnica:

Nombre del instrumento: Inventario de Autoevaluación de ansiedad frente a los exámenes (IDASE).

Autores:	Bauermeister, Collazo, Spielberger.
Año:	1983
Adaptación para Lima:	Aliaga, Ponce, Bernaola y Pecho (2001). Amoretti (2017).
Objetivo:	Medir los niveles de ansiedad ante los exámenes.
Dirigido a:	Adolescentes a partir de los 12 años en adelante.
Forma de aplicación:	Puede ser individual o colectiva.
Tiempo de aplicación:	Sin tiempo de aplicación.
Cantidad de reactivos:	20
Formas de respuesta:	Cuatro alternativas: Casi nunca, Algunas veces, Frecuentemente, Casi siempre.

La validez y confiabilidad han sido trabajadas en el instrumento original de la siguiente manera:

- Validez

Bauermeister, Huergo, García, Otero (1988) trabajaron la validez predictiva realizando un análisis entre el inventario y las notas de los estudiantes, obtuvo correlaciones negativas pero significativas entre la puntuación y el índice académico para estudiantes de colegios públicos y privados. En ese sentido, las correlaciones con notas académicas han provisto de evidencia para establecer la validez predictiva de este instrumento.

En cuanto a la validez concurrente, se examinó la equivalencia entre el IDASE y el TAI. Se halló que en la escala de Emocionalidad los varones obtuvieron un puntaje de

0.89 y las mujeres de 0.86; en cuanto a la sub-escala de Preocupación los varones obtuvieron puntajes de 0.88 y mujeres de 0.85. De igual manera, a nivel general se obtuvieron coeficientes de 0.93 y 0.94, lo que indica que los dos tests resultan equivalentes.

Amoretti (2017) realizó una actualización de los datos de validez de contenido del instrumento, donde la totalidad de jueces (n=10) presentaron acuerdo en los 20 ítems de la prueba. Asimismo, se mantuvo la totalidad de ítems de la prueba, ya que en la prueba binomial existió concordancia en la evaluación de los expertos.

- **Confiabilidad**

Aliaga, Ponce, Gutierrez, Díaz, Reyes, Pinto (2001) trabajaron con una muestra de 1096 estudiantes. Se realizaron estudios de confiabilidad y validez, donde se demostró que el instrumento es válido por presentar un Alfa de consistencia interna de 0.87. Asimismo, se realizó una validez externa, donde nuevamente se obtuvo una asociación inversa y significativa entre el IDASE y el Rendimiento Académico. De igual manera se realizó un análisis de unidimensionalidad que también resultó satisfactorio y respalda su uso para medir el constructo de ansiedad ante los exámenes.

Amoretti (2017) analizó la confiabilidad del instrumento en estudiantes de Lima Sur, donde encontró un nivel de confiabilidad de consistencia interna de 0.89.

- **Baremos:**

Para la presente investigación se trabajará con los baremos propuestos por Amoretti (2017).

Tabla 3

Baremos del Inventario de Autoevaluación de ansiedad frente a los exámenes

Nivel	Pc	Emocionalidad	Preocupación	Total Ansiedad
	1			22
	2		6	
Muy Bajo	3			23 a 24
	4			
	5			25
	6			26
	7		7	
	8	6		27
	9			
Bajo	10			
	15	7	8	28
	20			29 a 31
	25	8	9	32 a 33
	30		10	34 a 36
	35	9 a 10		37
	40			38
Promedio	45	11	11	39
	50	12		40 a 41
	55		12	43 a 44
	60	13		45 a 46
	65		13	47 a 49
	70	14	14	50
	75		15	
Alto	80	15	16	51 a 53
	85	16		54 a 55
	90	17	17	56 a 57
	91			58
	93	18		
	95		18	59
Muy Alto	96		19	60 a 63
	97			64
	98	19 a 20		65 a 67
	99	20 a más	20 a más	68 a más

Fuente: Amoretti (2017).

4.4 Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Se procede a informar sobre la investigación a los directivos del centro educativo, entregándoles conjuntamente una copia del proyecto de investigación. Posteriormente a la aprobación, se procede a informar a los padres de familia vía agendas escolares. Posteriormente se realiza la aplicación del instrumento durante la semana de evaluaciones bimestrales, del 5 al 11 de octubre, según el cronograma de la institución educativa. En paralelo se tuvo un registro del día de evaluación por grados y el examen que rindieron, para poder contrastar los datos en el análisis posterior. Las notas de los exámenes analizados fueron de los cursos de matemática, lenguaje e inglés.

Los datos son analizados usando el programa SPSS versión 25, donde se obtienen los estadísticos descriptivos de las variables, luego se realiza la prueba de normalidad usando el estadístico Kolmogorov-Smirnov; y posteriormente se procederá a contrastar las hipótesis formuladas en un inicio. Para esto, se trabajará con las puntuaciones de ansiedad y rendimiento, de modo que ambas sean variables ordinales y se pueda utilizar el estadístico rho de Spearman, teniendo en cuenta un nivel de significancia de 0,05. De esta manera se procederá a analizar la existencia de una correlación entre las variables rendimiento académico y ansiedad frente a los exámenes, de manera general y luego por sexo y grados de estudio.

Finalmente, se elabora el informe final para comunicar los datos hallados.

CAPÍTULO V: RESULTADOS

5.1 Presentación y Análisis de datos

5.1.1 Ansiedad ante los exámenes

Se presentan los estadísticos descriptivos de la variable ansiedad ante los exámenes, en donde se evidencia una media de 36.20 y una desviación estándar de 29.46.

Tabla 4

Estadísticos descriptivos de Ansiedad ante los exámenes (n=219)

Ansiedad ante los exámenes	
Media	36.2
Mediana	25
Desviación estándar	29.46

Fuente: Elaboración propia.

Asimismo, en la tabla 5 se observan las frecuencias en porcentajes de las puntuaciones de ansiedad ante los exámenes. Se halló que más de la mitad de la muestra presentó un puntaje bajo de ansiedad ante los exámenes.

Tabla 5

Frecuencias y Porcentajes de ansiedad ante los exámenes

Nivel	F	%
Alto	39	17.80%
Promedio	61	27.90%
Bajo	119	54.30%
Total	219	100

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 6 se observan las frecuencias en porcentajes de los puntajes de ansiedad según el sexo, donde se halló que, los varones presentaron puntajes más elevados de ansiedad ante los exámenes que las mujeres.

Tabla 6

Frecuencias y Porcentajes de ansiedad ante los exámenes según sexo

Sexo	Niveles de ansiedad							
	Alto		Promedio		Bajo		Total	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Masculino	18	27.7 0%	13	20%	34	52.30%	65	100%
Femenino	21	13.60%	48	31%	85	55.40%	154	100%

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 7 se observa que en los grados de 2do y 4to de secundaria se hallaron la mayor cantidad de niveles elevados de ansiedad frente a los exámenes.

Tabla 7

Frecuencias y Porcentajes de ansiedad ante los exámenes según grado

Grados	Niveles de ansiedad							
	Alto		Promedio		Bajo		Total	
	F	%	F	%	F	%	F	%
1ro	8	17.70%	14	31.10%	23	51.20%	45	100%
2do	10	21.70%	12	26.10%	24	52.20%	46	100%
3ro	7	13.60%	17	32.60%	28	53.80%	52	100%
4to	10	24.30%	14	34.10%	17	41.60%	41	100%
5to	4	11.45%	4	11.40%	27	77.15%	35	100%

5.1.2 Rendimiento académico:

En cuanto al rendimiento académico, se observa en la Tabla 8 que la media de la muestra fue de 14.41, asimismo se obtuvo una desviación estándar de 5.15, lo que indica una menor dispersión de puntajes a comparación de los puntajes de ansiedad ante los exámenes.

Tabla 8

Estadísticos descriptivos de Rendimiento Académico

(n=219)

Rendimiento Académico	
Media	14.41
Mediana	14.3
Desviación estándar	5.157

Fuente: Elaboración propia.

Asimismo, en la Tabla 9 se observan las frecuencias en porcentajes de los niveles de rendimiento académico presentados en la muestra de forma general. Se halló que más de la mitad de la muestra presentó un alto rendimiento académico.

Tabla 9

Frecuencias y Porcentajes de rendimiento académico

Nivel	F	%
Alto rendimiento	142	64.80%
Regular rendimiento	51	23.30%
Bajo rendimiento	26	11.90%
Total	219	100%

Fuente: Elaboración propia.

En la Tabla 10 se presentan las frecuencias en porcentajes de los niveles de rendimiento académico según sexo, donde se observan porcentajes más elevados de bajo rendimiento en varones.

Tabla 10

Frecuencias y Porcentajes de rendimiento académico según sexo

		Niveles de rendimiento académico							
		Alto		Regular		Bajo		Total	
Sexo		F	%	F	%	F	%	F	%
								6	
Masculino		36	55.30%	19	29%	10	15.70%	5	100%
								1	
Femenino		106	68.80%	32	21%	16	10.20%	54	100%

Fuente: Elaboración propia.

En la Tabla 11 se observan las frecuencias en porcentajes de los niveles de rendimiento académico según grado, donde se halló que los grados de 2do y 4to de secundaria son aquellos que presentan mayor incidencia de bajo rendimiento académico. Mientras que 1ro de secundaria evidencia más casos de estudiantes con alto rendimiento académico.

Tabla 11

Frecuencias y Porcentajes de rendimiento académico según grado

		Niveles de rendimiento académico							
		Alto		Regular		Bajo		Total	
Grados	F	%	F	%	F	%	F	%	
1ro	34	75.50%	9	20.10%	2	4.40%	45	100%	
2do	23	50.00%	15	32.60%	8	17.40%	46	100%	
3ro	36	69.20%	11	21.10%	5	9.70%	52	100%	
4to	25	60.90%	7	17.20%	9	21.90%	41	100%	
5to	24	68.50%	9	25.70%	2	5.80%	35	100%	

Fuente: Elaboración propia.

5.1.3 Prueba de Normalidad

En la Tabla 12 se observa la realización de la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov para los puntajes de ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico, donde se halla una distribución no normal donde $p < 0.05$, por lo que se usará un estadístico no paramétrico para proceder a contrastar las hipótesis, en este caso se empleará el Rho de Spearman.

Tabla 12

Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov

Variable	Estadístic		
	o	gl	P
Ansiedad ante los exámenes	0.165	219	0.000
Rendimiento académico	0.166	219	0.000

Fuente: Elaboración propia.

5.1.4 Contrastación de Hipótesis

5.1.4.1 Contrastación de hipótesis general

En la Tabla 13 se presenta el análisis de correlación general entre las variables ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico usando el estadístico Rho de Spearman, ya que se busca hallar la relación, tomando en cuenta las puntuaciones de cada variable. Se halló que existe una correlación inversa, débil pero significativa entre ambas variables al nivel de $p < 0.05$.

Tabla 13

Correlación de Ansiedad frente a los exámenes y rendimiento académico

Ansiedad ante los exámenes		
	Rho de Spearman	P
Rendimiento		
académico	-0.148	0.029

Fuente: Elaboración propia

5.1.4.2 Contrastación de hipótesis según sexo

En la Tabla 14 se presenta el análisis de la correlación entre la ansiedad frente a los exámenes y rendimiento académico según el sexo, donde se observa que, tanto para el sexo masculino como femenino, no existe una correlación significativa entre dichas variables.

Tabla 14

Correlación de Ansiedad frente a los exámenes y rendimiento académico según sexo

Sexo	Rho de Spearman	P
Masculino	-0.11	0.381
Femenino	-0.127	0.116

Fuente: Elaboración propia

5.1.4.3 Contrastación de hipótesis según grado

En la tabla 15 se encuentra el análisis de la correlación entre la ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico según el grado de estudios. Se halló que en el caso de primero, segundo, tercero y cuarto de secundaria no existe una relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Sin embargo, se encontró una correlación inversa y significativa entre ambas variables para el grupo de quinto grado de secundaria, al nivel de $p < 0.05$.

Tabla 15

Correlación de Ansiedad frente a los exámenes y rendimiento académico según grado

Grado	Rho de Spearman	P
1ro de secundaria	-0.291	0.052
2do de secundaria	-0.081	0.594
3ro de secundaria	-0.128	0.366
4to de secundaria	0.017	0.917
5to de secundaria	-0.379	0.025

Fuente: Elaboración propia

5.2 Análisis y discusión de resultados

Esta investigación tuvo como meta principal conocer la relación entre los niveles de ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico en escolares de secundaria de una institución educativa privada de Miraflores. Es importante indicar que la muestra contempla la totalidad de alumnos de secundaria del colegio ($n=219$), donde el 70.4% está conformado por mujeres y solo el 29.6% por varones, hecho que guarda relación con el curso histórico de dicha institución educativa, que hasta hace diez años atrás, era solo de población femenina.

En relación al objetivo general, se encontró una relación inversa entre la ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico, lo cual indica que se confirmó la hipótesis general (ver tabla 12). Esto quiere decir que mientras más altos son los niveles de ansiedad ante los exámenes, más bajos devienen los puntajes de rendimiento académico, lo cual está en sintonía con lo mencionado por Head y Lindsey (2013) quienes señalaron que la ansiedad tiene efectos negativos en las notas académicas. En cuanto a este hallazgo, la presente investigación sigue la línea de los resultados obtenidos en poblaciones universitarias estudiadas por Reyes (2003), Vargas (2010), Ávila-Toscano et al. (2011), y Dominguez-Lara et al. (2017), sin embargo, en este estudio se aportan detalles particulares para la muestra que corresponde al nivel secundaria de educación básica regular.

En cuanto al primer objetivo específico, se describieron los niveles de ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico. En el presente estudio se halló que solo el

17.8% de la muestra total evidenció un nivel alto de ansiedad ante los exámenes y solo el 11.9% presentó un nivel bajo de rendimiento académico, siendo los participantes varones quienes evidenciaron con mayor frecuencia niveles elevados de ansiedad ante los exámenes y tuvieron mayor incidencia en cuanto a niveles bajos de rendimiento escolar. Esto es resaltante, ya que a pesar de ser minoría en la muestra total, los varones evidenciaron mayores dificultades a nivel global que las participantes mujeres. Asimismo, se encontró que menos del 22% de la población de cada salón presentó bajo rendimiento académico. Estos hallazgos indican una tasa baja de rendimiento académico en el nivel secundaria del colegio donde se realizó el estudio, lo cual resulta favorable ya que estaría relacionado con una buena calidad educativa, tal como refieren Arias, Zavala y Bernilla (2014).

Por otro lado, menos del 25% de la población de cada salón presentó niveles altos de ansiedad ante los exámenes, lo cual coincide con lo hallado por Gonzales (2018), donde la mayoría de adolescentes de secundaria de un colegio en Mala-Perú presentaron niveles bajos y promedios de ansiedad. Asimismo, estos resultados también son similares a los presentados por Chávez et al. (2014), donde se encontró que la mayoría de jóvenes estudiantes de un centro preuniversitario evidenciaba niveles bajos y moderados de ansiedad. Sin embargo, estos hallazgos difieren con los evidenciados por Mayta (2011) y Álvarez et al. (2012), quienes hallaron lo contrario en poblaciones universitarias, ya que la mayoría de participantes presentaban niveles altos y muy altos de ansiedad ante los exámenes. Esto indicaría que en la etapa universitaria existiría mayor probabilidad de presentar problemas asociados a la ansiedad que en la vida escolar y pre-universitaria, lo

cual podría asociarse al aumento de responsabilidades, autonomía y retos en la vida de quienes cursan estudios superiores.

En cuanto al segundo objetivo específico, la hipótesis alterna fue rechazada, ya que, al relacionar los niveles de ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico teniendo en cuenta el sexo, se encontró en ambos casos que la relación fue estadísticamente no significativa (ver tabla 13). Esto coincide con los resultados hallados por Ávila-Toscano (2011), quienes tampoco hallaron relación significativa entre ambas variables en estudiantes universitarios; por lo que no podríamos asegurar que la ansiedad ante los exámenes constituya un problema asociado al sexo.

Mientras que, en relación al tercer objetivo específico, no se comprueba la hipótesis alterna, puesto que las relaciones encontradas fueron estadísticamente no significativas en el análisis de los niveles de ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico según el grado de estudio (ver tabla 14). Específicamente se halló que no existe una relación significativa en los grados de 1er, 2do, 3ro y 4to de secundaria. Sin embargo, solamente en 5to de secundaria se halló una relación inversa y significativa entre ambas variables, lo cual coincide con lo hallado por Chávez et al. (2014) en un grupo de estudiantes de un centro preuniversitario. Estos datos indicarían que mientras más próximos los estudiantes perciben la vida universitaria y los retos que esta conlleva, como es el caso de las pruebas de ingreso, presentan mayor probabilidad de presentar ansiedad ante los exámenes, la misma que repercutiría en sus resultados académicos. El presente hallazgo también coincide con un estudio realizado por Arce y Flores (2013) en

postulantes de un centro de educación superior, donde se encontró que los participantes presentaron altos niveles de estrés frente al examen de admisión, asimismo hallaron mayor predisposición por parte de las mujeres para prepararse y rendir dicha evaluación a diferencia de los varones.

Asimismo, cabe señalar que, en la realidad particular del colegio estudiado, la mayoría de estudiantes de quinto de secundaria se encuentra postulando a universidades particulares bajo la modalidad de ingreso por aptitud académica, donde tienen como requisito que el estudiante mantenga notas correspondientes al tercio superior durante su último año escolar, lo cual aumentaría los niveles de ansiedad de los estudiantes al rendir las evaluaciones de mayor peso académico, como es el caso de los exámenes bimestrales.

Finalmente, conociendo los resultados del presente estudio, pueden ser tomados como referentes para posteriores estudios donde se podría profundizar en el estudio de los factores que intervienen para que exista una relación entre ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico específicamente en quinto de secundaria, siendo estos por ejemplo: las diversas modalidades de ingreso a las universidades, las carreras a las que postulan, la presión percibida por parte de sus padres, entre otras variables que podrían estar asociadas. De igual manera, se podría realizar un estudio comparativo teniendo en cuenta las variables ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico en un colegio nacional, uno particular y otro pre-universitario; con el fin de conocer no solo las relaciones entre variables sino cómo se comportan si se comparan muestras con referencia a una variable.

CAPÍTULO VI: Conclusiones y Recomendaciones

6.1 Conclusiones

- Al haber realizado el estudio en estudiantes del nivel secundaria se encontró correlación inversa y débil entre la ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico.
- No se hallaron relaciones significativas entre la ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico según sexo.
- Los resultados de los estudiantes de primero a cuarto grado de secundaria no presentaron una relación significativa entre la ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico.
- Los resultados de los estudiantes de quinto de secundaria presentaron una correlación significativa entre ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico.

6.2 Recomendaciones

- Se recomienda realizar un abordaje psicológico del control y manejo de la ansiedad para ayudar a los estudiantes de quinto de secundaria a enfrentarse a los futuros retos académicos con mayor estabilidad emocional.
- Se sugiere realizar estudios similares en escolares, con una muestra más amplia, y de tipo comparativo, para conocer si los niveles de ansiedad y rendimiento académico se asocian más a medida que cambian las características de los participantes.

6.3 Resumen

Ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico en estudiantes de secundaria de un colegio particular de Miraflores

Claudia Parasi Falcon

Universidad Ricardo Palma

La presente investigación tiene como objetivo determinar la relación entre la ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico en estudiantes de secundaria de un colegio particular del distrito de Miraflores en Lima. La muestra estuvo conformada por 219 estudiantes donde el 70.4% fueron mujeres y el 29.6% varones, con edades comprendidas entre los 12 y 17 años. Para recolectar los datos, se utilizó el inventario de Autoevaluación de ansiedad ante los exámenes (IDASE) y el registro de notas de los exámenes de los cursos de inglés, matemáticas y lenguaje. Se encontró una relación débil pero significativa entre la ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico, donde $r = -0.14$, siendo $p < 0.05$. Sin embargo, no se encontró asociación significativa entre ambas variables según el sexo. Asimismo, solo se halló asociación significativa entre ambas variables en quinto grado del nivel secundaria, donde se obtuvo $r = -0.379$, siendo $p < 0.05$, lo cual estaría relacionado con la proximidad temporal de los retos que conllevan los estudios superiores.

Términos clave: Ansiedad ante los exámenes, rendimiento académico, escolares, secundaria.

6.4 Abstract

Exam anxiety and academic achievement in high school's students from a private school of Miraflores

Claudia Parasi Falcon

Ricardo Palma University

The objective of this research is to determine the relationship between test anxiety and academic performance in high school students of a private school in the Miraflores district of Lima. The sample consisted of 219 students where 70.4% were women and 29.6% were men, aged between 12 and 17 years. To collect the data, the Inventory of Examination Anxiety Self-Assessment (IDASE) was used, as well as the record of exams for English, math and language courses. We found a weak but significant relationship between test anxiety and academic performance, where $r = -0.14$, with $p < 0.05$. However, no significant association was found between the two variables according to sex. Likewise, only a significant association was found between both variables in the fifth grade of the secondary level, where $r = -0.379$ was obtained, with $p < 0.05$, which would be related to the temporal proximity of the challenges involved in higher education.

Key terms: Test anxiety, academic performance, school, high school.

Referencias

- Aliaga, J., Ponce, C., Gutierrez, V., Díaz, G., Reyes, Y. & Pinto, A. (2001). Variables psicológicas relacionadas con el rendimiento académico en matemática y estadística en alumnos del primer y segundo año de la Facultad de Psicología de la UNMSM. *Revista de Investigación en Psicología*, 10(1). Artículo extraído de la Revista de Investigación en Psicología:
<http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/viewFile/5005/4070>
- Aliaga, J., Ponce, C., Bernaola, E., & Pecho, J. (2001). Características psicométricas del inventario de autoevaluación de la ansiedad ante los exámenes. *Revista Psicológica de Actualización Profesional del Colegio de Psicólogos del Perú*, 2(2), pp. 11 – 30.
- Álvarez, J., Aguilar, J. & Lorenzo, 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). Artículo extraído del Electronic Journal of Research in Educational Psychology:
<http://www.redalyc.org/pdf/2931/293123551017.pdf>

Amoretti, T. (2017) *Ansiedad frente a exámenes y afrontamiento de estrés en adolescentes de un centro educativo de Villa el Salvador* (Tesis de Licenciatura). Universidad Autónoma del Perú, Lima, Perú.

Arce, E. & Flores, I. (2013). Efectos del estrés en los aspirantes a ingresar a las instituciones de educación superior públicas. *Academia*, 4(6). Artículo recuperado de:
https://www.academia.edu/2043815/EFFECTOS_DEL ESTR%C3%89S_EN_LOS_ASPIRANTES_A_INGRESAR_A_LAS_INSTITUCIONES_DE_EDUCACION_SUPERIOR_PUBLICAS

Ávila-Toscano, J., Hoyos, S., Gonzáles, D. & Cabrales, A. (2011). Relación entre ansiedad ante los exámenes, tipos de pruebas y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicogente*, 14(26). Artículo recuperado de la revista *Psicogente* de la Universidad Simón Bolívar de Colombia:
<http://publicaciones.unisimonbolivar.edu.co/rdigital/ojs/index.php/psicogente/articulo/view/385/0>

Bandura, A., Barbaranelli, C., Caprara, G. & Pastorelli, C. (1996). Multifaceted impact of self-efficacy beliefs on academic functioning. *Child Development*, 67(3). Artículo recuperado de:

https://www.jstor.org/stable/1131888?seq=1#page_scan_tab_contents

Barrientos, L. (2011). *Motivación escolar y Rendimiento Académico en alumnos del cuarto año de secundaria de una institución educativa estatal de Ventanilla* (tesis de maestría). Universidad San Ignacio de Loyola, Lima, Perú.

Bauermeister, J., Huergo, M., García, C. & 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). Artículo extraído de la revista *Hispanic Journal of Behavioral Science*:

<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/07399863880101002>

Bauselas, E. (2005). Ansiedad ante los exámenes: evaluación e intervención psicopedagógica. *Educere*, 9(31). Artículo recuperado de la revista *Educere*:
<http://www.redalyc.org/pdf/356/35603117.pdf>

Blanco, H., Ornelas, M., Aguirre, J., & Guedea, J. (2012). Autoeficacia percibida en conductas académicas: Diferencias entre hombres y mujeres. *Revista mexicana de investigación educativa*, 17(53). Artículo extraído de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-66662012000200011

Caballero, C., Abello, R. & Palacio, J. (2007). Relación del burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 25(2). Artículo extraído de la revista *Avances en Psicología Latinoamericana*: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79925207>

Cano, A. (2011). Bases teóricas y apoyo empírico de la intervención psicológica sobre los desórdenes emocionales en atención primaria: Una actualización. *Ansiedad y estrés*, 17(2-3). Artículo recuperado de la revista *Ansiedad y estrés*: https://www.researchgate.net/publication/230577058_Bases_teoricas_y_apoyo_empirico_de_la_intervencion_psicologica_sobre_los_desordenes_emocionales_en_Atencion Primaria_Una_actualizacion_Theoretical_and_empirically_supported_psychological_interventions

Cano-Vindel, A., Dongil-Collado, E., Salguero, J. & Wood, C. (2011). Intervención cognitivo conductual en los trastornos de ansiedad: Una actualización. *Información Psicológica*, 1(102). Artículo recuperado de la revista Información Psicológica: https://www.researchgate.net/publication/230577051_Intervencion_cognitivo-conductual_en_los_trastornos_de_ansiedad_una_actualizacion_Cognitive-behavioral_intervention_for_anxiety_disorders_An_update

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). Artículo recuperado de la revista IIPSI: <http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/11266/1010>

8

Chong, E. (2017). Factores que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad Politécnica del Valle de Toluca. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 47(1). Artículo recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/270/27050422005.pdf>

Cornejo, R. & Redondo, J. (2007). Variables y factores asociados al aprendizaje escolar: Una discusión desde la investigación actual. *Estudios Pedagógicos*, 33(2). Artículo recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=173514134009>

Dominguez-Lara, S., Calderón-De la Cruz, G., Alarcón-Parco, D., & Navarro-Loli, J. (2017). Relación entre la ansiedad ante los exámenes y rendimiento en exámenes en universitarios: análisis preliminar de la diferencia según asignatura. *Revista Digital en Investigación en Docencia Universitaria*, 11(1). Artículo recuperado de la revista digital en investigación y docencia: DOI: <http://dx.doi.org/10.19083/ridu.11.492>

Edel, R. (2003). El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. *Revista iberoamericana sobre calidad, eficacia y cambio en educación*, 1(2). Artículo recuperado de la Revista iberoamericana sobre calidad, eficacia y cambio en educación: <http://www.redalyc.org/html/551/55110208/>.

Espinoza, E. (2006). Impacto del maltrato en el rendimiento académico. *Revista electrónica de investigación Psicoeducativa*, 4(2). Artículo recuperado de la Revista electrónica de investigación psicoeducativa: http://www.investigacion-psicopedagogica.org/revista/articulos/9/espanol/Art_9_64

Fernández-Castillo, A. & Caurcel, M. J. (2015). State test-anxiety, selective attention and concentration in university students. *International Journal of Psychology*, 50(4).

Artículo recuperado del International Journal of Psychology:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25104475>

Ferrari, S. (2015). *Ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico en alumnos de escuelas secundarias* (tesis de pregrado). Universidad Argentina de la Empresa, Buenos Aires, Argentina.

García, J., Martínez, M., & Inglés, C. (2013). Relaciones entre ansiedad escolar, ansiedad rasgo, ansiedad estado y depresión en una muestra de adolescentes españoles.

International Journal of Psychology and Psychological Therapy, 13(1). Artículo recuperado de la revista International Journal of Psychology and Psychological

Therapy: <http://www.redalyc.org/pdf/560/56025664004.pdf>

Garbanzo, G. (2014). Factores asociados al rendimiento académico tomando en cuenta el nivel socioeconómico: Estudio de regresión múltiple en estudiantes universitarios.

Revista Electrónica Educare, 18(1). Artículo recuperado de la Revista Electrónica

Educare: <http://www.redalyc.org/pdf/1941/194129374007.pdf>

Gonzales, M. (2018). *Habilidades sociales y ansiedad en estudiantes del nivel secundaria de la Corporación Educativa Guadalupe de Mala, 2018* (Tesis para el grado de Maestro). Universidad César Vallejo, Lima, Perú.

Head, L. & Lindsey, J. (1983). Anxiety and the university student: a brief review of the professional literature. *College Student Journal*, 17(2). Artículo extraído de: <https://eric.ed.gov/?id=EJ289392>

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). Metodología de la investigación. México, D.F.: Libro de la Editorial Ultra.

Kohler, J. (2009). Rendimiento académico asociado a la autoeficacia de estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de un colegio de Lima. *Cultura*, 23.

Lamas, H. (2015). Sobre el rendimiento escolar. *Revista de Psicología Educativa*, 3(1).
Artículo recuperado de la Revista de Psicología Educativa:
<http://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/74>

Lee, V. & Smith, J. (1992). Effects of school restructuring on the achievement and engagement of middle-grade students. *Center of organization and restructuring of school*, 3-59. Archivo recuperado de la página web:
<https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED346617.pdf>

Liebert, R.M. & Morris, L.W. (1967). Cognitive and emotional components of test anxiety: A distinction and some initial data. *Psychological Reports*, 1(20). Artículo recuperado de la revista Psychological Reports:
<http://journals.sagepub.com/doi/10.2466/pr0.1967.20.3.975>

Mandler, G. & Sarason, S. B. (1952). A study of anxiety and learning. *Journal of Abnormal and social Psychology*, 1(47). Artículo recuperado de la revista Journal of Abnormal and social Psychology: doi:10.1037/h0062855

Mayta, N. (2011). *La relación de la ansiedad y el rendimiento académico de los estudiantes de primer año de la carrera de psicología de la universidad mayor de San Andrés* (tesis de licenciatura). Universidad Mayor de San Andrés, La Paz, Bolivia.

Ministerio de Educación (2001). *Guía de evaluación de los aprendizajes*. Material Autoinstructivo. Lima, Perú. Libro de la Editorial Metrocolor S. A. pp. 8.

Ministerio de Educación (2012). Informe de equivalencia de notas. Recuperado de:
<https://www.embaperu.ch/escala-de-calificaciones-de-los-aprendizajes-en-la-educacion-basica-regular-en-el-peru/>

Miralles, F. & Hernández, I. (2012). La ansiedad ante los exámenes. Boletín de la SEAS, 1(36). Artículo extraído del boletín de la SEAS:
[https://www.scirp.org/\(S\(czeh2tfqyw2orz553k1w0r45\)\)/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=1209609](https://www.scirp.org/(S(czeh2tfqyw2orz553k1w0r45))/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=1209609)

Mora, R. (2015). Factores que intervienen en el rendimiento académico universitario: Un estudio de caso. *Revista Opción*, 31(6). Artículo extraído de:
<https://www.redalyc.org/html/310/31045571059/>

Navas, J. (1989). Ansiedad en la toma de exámenes: algunas explicaciones cognoscitivas – conductuales. *Revista de Aprendizaje y Comportamiento*, 7(1). Artículo recuperado de la revista de Aprendizaje y Comportamiento:

https://www.researchgate.net/publication/275893549_Ansiedad_ante_examenes_y_estrategias_de_aprendizaje_en_estudiantes_de_secundaria_de_Lima_Metropolitana

Onyeizugbo, E. (2010). Self-efficacy, gender and trait anxiety as moderators of test anxiety. *Electronic journal of Research in Educational Psychology*, 8(1). Artículo recuperado de la revista Electronic Journal of Research in Educational Psychology: <http://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/1377/1553>

Panduro, L. & Ventura, Y. (2013). *La autoestima y su relación con el rendimiento escolar de los estudiantes de tercer grado de secundaria de la institución educativa José María Arguedas del Distrito de San Martín de Porres* (Tesis de pregrado). Universidad Nacional de Educación “Enrique Guzman y Valle”, Lima, Perú.

Pérez, R. (2007). La personalidad de adolescentes de secundaria básica. Un análisis desde la realidad educativa cubana. *Revista Mexicana de orientación educativa*, 5(11). Artículo extraído de la revista mexicana de orientación educativa: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-75272007000100006

- Reyes, A. (2009). La escuela secundaria como espacio de construcción de identidades juveniles. *Revista Mexicana de investigación educativa*, 14(40). Artículo extraído de la revista mexicana de investigación educativa:
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-66662009000100008
- Reyes, Y. (2003). *Relación entre el rendimiento académico, la ansiedad ante los exámenes, los rasgos de personalidad, el autoconcepto y la asertividad en estudiantes del primer año de Psicología de la UNMSM* (Tesis de licenciatura). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.
- Rodriguez, A., Dapía, M., & López-Castedo, A. (2014). Ansiedad ante los exámenes en alumnado de Educación Secundaria Obligatoria. *Revista de estudios e investigación en Psicología y Educación*, 1(2). Artículo recuperado de la revista de estudios e investigación en Psicología y Educación:
https://www.researchgate.net/publication/286261916_Ansiedad_ante_los_examenes_en_alumnos_de_Educacion_Secundaria_Obligatoria_Anxiety_in_students_from_junior_high-school
- Sandín, B. (2002). Factores de predisposición en los trastornos de ansiedad. *Revista de psicología general y aplicada: Revista de la Federación Española de Asociaciones de Psicología*, 43(3). Artículo extraído de la Revista de la federación española de

asociaciones de psicología:

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2797593>

Sierra, J., Ortega, V. & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal Estar e Subjetividade*, 3(1). Artículo recuperado de la revista Mal Estar e Subjetividade:
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-61482003000100002

Tobal, J. J. M., & Escalona, A. (1996). Ansiedad ante los exámenes: evolución histórica y aportaciones prácticas para su tratamiento. *Ansiedad y Estrés*, 2(2), pp. 195-209. Artículo recuperado de la revista Ansiedad y Estrés:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=186666>

Vargas, G. (2010). *Relación entre el rendimiento escolar y la ansiedad ante las evaluaciones en los alumnos del primer año de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional de la Amazonia Peruana: ciclo 2019 –I* (Tesis de Maestría). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.

Anexos

Matriz de Consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
¿Cuál es la relación entre los niveles de ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico en estudiantes de secundaria de un colegio particular de Miraflores?	<p>Objetivo General: Conocer la relación entre los niveles de ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico en estudiantes de secundaria de un colegio particular de Miraflores.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Describir los niveles de ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico en estudiantes de secundaria de un colegio particular de Miraflores. - Relacionar los niveles de ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico según el sexo. - Relacionar los niveles de ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico según el grado de estudio. 	<p>Hipótesis General:</p> <p>HG: Existe relación significativa entre los niveles de ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico en estudiantes de secundaria de un colegio particular de Miraflores.</p> <p>Hipótesis específicas:</p> <p>H1: Existe relación estadísticamente significativa entre los niveles de ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico según el sexo.</p> <p>H2: Existe relación estadísticamente significativa entre los niveles de ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico según el grado de estudios.</p>	<p>Ansiedad ante los exámenes: Alto, Promedio, Bajo</p> <p>Rendimiento académico: Alto, regular, bajo.</p>	<p>Nivel, Tipo y Diseño: Nivel descriptivo correlacional, tipo cuantitativo y diseño no experimental.</p> <p>Población: 219 estudiantes de secundaria de un colegio particular de Miraflores.</p> <p>Muestra: De tipo censal (n=219).</p>

Consentimiento informado

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por la psicóloga **Claudia Parasi Falcon**, con fines de investigación para llevar a cabo una tesis de segunda especialidad en psicopedagogía.

He sido informado(a) de que el propósito de este estudio es para una investigación, en donde se estudiará la relación entre la ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico en estudiantes de secundaria de un colegio particular de Miraflores. Por otro lado, me han indicado también que tendré que responder a un cuestionario, lo cual tomará aproximadamente entre 10 a 15 minutos.

Reconozco que la participación de este estudio es de manera voluntaria, de ser lo contrario, me podría retirar sin participar, por otro lado, no se me ha solicitado ningún dato en la cual me identifique, se me explicó que la información que brinde será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de esta investigación.

Nombre y Apellido del estudiante

Fecha

Firma del estudiante

Protocolo prueba

Inventario de autoevaluación de ansiedad frente a exámenes (IDASE)

INSTRUCCIONES: Lea cuidadosamente cada una de las siguientes oraciones y marque la letra (A, B, C, D) 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 y exámenes.

A = Casi nunca B=Algunas veces C = Frecuentemente D=Casi siempre

01. Me siento confiado(a) y tranquilo(a) mientras contesto los exámenes.	A B C D
02. Mientras contesto los exámenes finales me siento inquieto(a) y perturbado(a).	A B C D
03. El pensar en la calificación que pueda obtener en un curso interfiere con mi trabajo en los exámenes.	A B C D
04. Me paraliza el miedo en los exámenes finales.	A B C D
05. Durante los exámenes pienso si alguna vez podré terminar mis estudios.	A B C D
06. Mientras más me esfuerzo en un examen más me confundo.	A B C D
07. El pensar que pueda salir mal interfiere con mi concentración en los exámenes.	A B C D
08. Me siento muy agitado(a) mientras contesto un examen importante.	A B C D
09. Aun estando preparado(a) para un examen me siento angustiado(a) por el mismo.	A B C D
10. Empiezo a sentirme muy inquieto(a) justo antes de recibir el resultado de un examen.	A B C D
11. Durante los exámenes siento mucha tensión.	A B C D
12. Quisiera que los exámenes no me afecten tanto.	A B C D
13. Durante los exámenes importantes me pongo tan tenso(a) que siento malestar en el estómago.	A B C D
14. Me parece que estoy en contra de mí mismo(a) mientras contesto exámenes importantes.	A B C D
15. Me coge fuerte el pánico cuando rindo un examen importante.	A B C D
16. Si fuera a rendir un examen importante, me preocuparía muchísimo antes de hacerlo.	A B C D
17. Durante los exámenes pienso en las consecuencias que tendría al fracasar.	A B C D
18. Siento que el corazón me late muy rápidamente durante los exámenes importantes.	A B C D
19. Tan pronto como termino un examen trato de no preocuparme más de él, pero no puedo.	A B C D
20. Durante el examen de un curso me pongo tan nervioso(a) que se me olvidan datos que estoy seguro(a) que sé.	A B C D

