

Titulo reducido: ANSIEDAD EN ESTUDIANTES

Valoración del nivel de ansiedad de los estudiantes mediante test

Marc Guerrero Parera
Universidad de Zaragoza

Resumen

Este informe tiene como objetivo demostrar la hipótesis de que la edad y el género de los estudiantes controlan de alguna manera el nivel de ansiedad. Para ello se ha elaborado un test en el que se valora el grado de ansiedad, que ha sido contestado por jóvenes que estudian en la ciudad de Teruel. El constructo ha sido estudiado desde dos factores: ansiedad por acontecimientos inmediatos y ansiedad por acontecimientos pasados o futuros. También se intenta estudiar si las creencias religiosas tienen o no un papel importante en la ansiedad. Finalmente se encuentran relaciones entre el género y la ansiedad.

Palabras clave: constructo, nivel de ansiedad

Abstract

These inform have the objet to prove the hypothesis that the age and the gender of the students control the anxiety level. For do it, is necessarily had composed a test to measure the level of anxiety, and this test had answered for the students of Teruel. In this investigation it had used two factors to study this term: the anxiety for present events and the anxiety for past or future events. Also it had studied the possibility if the religious belief has an important role in anxiety. Finally, the relation of gender and anxiety had found.

Keywords: term, level of anxiety.

Valoración del nivel de ansiedad de los estudiantes mediante test

Este trabajo tiene como objetivo medir el constructo ansiedad. No obstante este constructo plantea muchos problemas para ser medido o cuantificado. Uno de estos problemas es que el sujeto que experimenta un estado de ansiedad puede tener dificultades para describir o dar un valor numérico al estado que padece. Así pues, fiarnos de lo que diga el sujeto de forma directa no será aconsejable. Si se consigue medir el constructo de manera correcta se podrán observar las diferentes variables que influyen. De esta forma se podrán validar o no las hipótesis de los científicos.

Un trabajo relacionado con este es el realizado por Hamilton (1959), la popular escala de ansiedad de Hamilton (Hamilton Anxiety Scale, HAS). Este trabajo consiste en un test que consta de 14 ítems (anteriormente constaba de 15), cuyas posibles respuestas van del 0 al 4. Hamilton expresó que el objetivo de este test era valorar el grado de ansiedad en pacientes ya diagnosticados y que era desaconsejable utilizarlo en pacientes donde coexistían otros trastornos mentales.

Las variables que se tendrán en cuenta son la edad, el sexo y las creencias religiosas del sujeto. Así pues, la hipótesis será que la ansiedad de los estudiantes dependerá de la edad y el sexo. También propondremos que las creencias religiosas pueden interferir en el constructo estudiado, ya que el creer en la existencia de un ente superior puede minimizar las preocupaciones y consecuentemente la ansiedad y el malestar. Este informe servirá para conocer qué niveles de ansiedad experimentan los estudiantes, y de que dependen dichos niveles. Conociendo esto se podrá mejorar el rendimiento, y lo que es más importante, la salud de los estudiantes. Sin embargo el test no está limitado a cuestiones escolares, sino a las situaciones más probables a las que se puede enfrentar, ya que un estudiante no solo se preocupa por los estudios, sino que los estudios solo son una parte de su vida.

Método

Participantes

Los sujetos elegidos para la realización del test fueron 44 chicos y 58 chicas. Los sujetos tenían un rango de edad entre 16 y 24 años y todos estudiaban en Teruel. La forma en que se seleccionaron fue aleatoria aunque se pretendía que la muestra de mujeres y de hombres no fuera demasiado distinta en cuanto a número. La realización del test fue voluntaria y no se proporciono ningún tipo de compensación. Antes de la realización del test se informó a los sujetos en qué consistía el test así como la confidencialidad de los resultados.

Instrumentos

Al principio del test se informaba del objetivo y de la confidencialidad de dicho test, así como las instrucciones para responderlo. El test constaba de 22 ítems (ver Anexo 1), cada uno de ellos con 5 posibles respuestas (nunca, pocas veces, frecuentemente, casi siempre, siempre). No obstante, dos de los ítems no tenían el objetivo de cuantificar la ansiedad, sino que valoraban la deseabilidad social, (ítems 11 y 22). En caso de que algún sujeto puntuara demasiado alto en estos ítems, sería apartado de la investigación y no se tendrían en cuenta sus resultados. Al final del test se le pedía al sujeto la edad, el sexo y la religión.

Procedimiento

Para empezar con el estudio se debe plantear el constructo que se desea estudiar. Una vez elegido constructo se procede a reconocer que factores lo componen y luego elegir cuál o cuáles de ellos utilizar. En este trabajo se estudia el constructo ansiedad, y los factores que se han elegido son el de ansiedad por acontecimientos que ocurren de forma inmediata ante el sujeto y el de ansiedad por acontecimientos que han ocurrido u ocurrirán ante el sujeto. En este test cada factor tiene 10 ítems:

Factor 1: ansiedad por sucesos inmediatos (ítems 3,4,5,7,9,13,14,16,17,20)

Factor 2: ansiedad por sucesos pasados o futuros (ítems 1,2,6,8,10,12,15,18,19,21)

Así que el constructo está formado por 20 ítems a los que se deben sumar algunos ítems para controlar la deseabilidad social (en este test existen dos).

Una vez ya se tienen los ítems necesarios, hay que organizarlos en una hoja de test. Para construir la hoja de test, en la parte superior debe aparecer la información para realizar el test (valores o puntuaciones que se usarán para contestar los ítems), además se tiene que expresar de forma explícita el objetivo del test y la confidencialidad de los resultados. A continuación se ubican los ítems y las posibles puntuaciones de la forma más eficaz para que al sujeto le sea fácil y rápido contestar. Después de los ítems se pregunta por los datos personales que sean importantes para nuestro estudio, en el caso de este trabajo se pregunta por la edad, el sexo y la religión. En cuanto al dato religión solo se busca si el sujeto es creyente o no.

Cuando ya se dispone de los datos necesarios es el momento de calcular la fiabilidad y la validez de nuestro test.

Resultados

Antes de nada se debe calcular la fiabilidad que tienen los ítems utilizados en el test. Para ello, hay que seleccionar los 20 ítems que pertenecen al constructo (los ítems 11 y 22 no, porque no miden el constructo, sino la deseabilidad social). Así se obtiene la información que contiene la Tabla 1.

Colocar la Tabla 1 aquí

La primera vez que analizamos la fiabilidad de los ítems el resultado es de una alfa de Cronbach de 0,465. No es muy alta, por esta razón el investigador elimina dos ítems que restan valor a la alfa de Cronbach (el 6 y el 21) y se calcula la fiabilidad por segunda vez como se observa en la tabla 2.

Colocar la Tabla 2 aquí

Esta vez la alfa de Cronbach es de 0,840, lo suficientemente alta para este estudio, entonces finalmente el test consiste en 18 ítems.

El siguiente paso es calcular la validez, para ello se utiliza el análisis factorial. Al inició el constructo estaba formado por dos factores: el de ansiedad por acontecimientos que se viven y el de ansiedad por acontecimientos que ya se han vivido o se vivirán. No obstante al hacer el análisis de validez el constructo pasa a tener seis factores. Aunque con seis factores se puede explicar mucha varianza el investigador decide que existan solo tres factores para que el número de ítems por factor no sea bajo. Con tres factores se explica el 49,48% de varianza. En la Tabla 3 puede observarse la nueva combinación de ítems por factor.

Colocar la Tabla 3 aquí

Se puede decir que:

El factor 1 (ítems 1, 2, 3, 5, 13, 14, 15 y 18) corresponde a cuestiones muy generales de carácter académico.

El factor 2 (ítems 4, 7, 8, 9 y 20) corresponde a respuestas más bien de carácter innato, por ejemplo: *“Los ruidos fuertes inesperados me asustan con facilidad.”* o *“Si de noche voy solo caminando por la calle me asusto con facilidad.”*

El factor 3 (ítem 10, 12, 16, 17 y 19) corresponde a problemas para concentrarse o relajarse, un ejemplo sería el ítem 16 y 19: *“Me despierto de noche aunque no haya oído ningún ruido. Tomo somníferos, ya que sin ellos me es imposible conciliar el sueño.”*

Con los estadísticos de tendencia central se observa que la muestra es muy simétrica en cuanto a la edad, ya que la media, la mediana y la moda casi coinciden (media=19,44, mediana=19 y moda=19).

En cuanto al sexo, se observa una relación estadísticamente significativa con los ítems ocho y nueve.

Con la variable religión no hay ningún ítem que tenga una relación estadísticamente significativa.

Discusión

El objetivo que se planteaba en este informe era el de encontrar evidencias que mostraran como la edad y el sexo interactúan en el nivel de ansiedad de los estudiantes. Partiendo de la lógica, la edad significa mayor experiencia, así que los estudiantes mayores tienen más experiencia que los jóvenes, y por lo tanto menor incertidumbre, ya que conocen mejor cómo funciona todo lo que se refiere a lo académico. Como se conoce que la incertidumbre causa ansiedad, se puede decir que los jóvenes padecerán niveles más altos de ansiedad que los estudiantes mayores porque no están acostumbrados ni familiarizados con el “sistema académico”. No obstante, aunque la deducción es lógica, aquí entran muchas variables que no se controlan. Una de ellas es la experiencia subjetiva de los sujetos, por ejemplo, si un sujeto adulto ha vivido más acontecimientos que producen ansiedad que un joven, probablemente el adulto mostrará niveles más altos de ansiedad que el joven. Otra variable es la dificultad a la que se somete el sujeto, puede que un adulto tenga que realizar tareas mucho más complejas que las que realiza un joven, y por ello padecer mayor ansiedad.

Otra variable que se postulaba su relación con la ansiedad es el género, aquí sí se puede decir que existe una relación. Según este informe las chicas padecen mayor ansiedad que los chicos.

La última cuestión que se planteaba en este trabajo de investigación era si la religión era una variable importante que influía en el nivel de ansiedad de los estudiantes. La respuesta es que no, en este trabajo no se ha encontrado ninguna relación entre las creencias religiosas de los estudiantes y su nivel de ansiedad.

En conclusión, es muy arriesgado hacer inferencias a partir de los resultados obtenidos, ya que en el constructo ansiedad existen muchas variables que no se han tenido en cuenta, que la conforman y estas son difíciles de controlar o manipular.

Referencias

Hamilton, M. (1959). The assessment of anxiety states by rating. British Journal of Medical Psychology, 32, 50-55.

Tabla 1

Análisis de Fiabilidad

	Correlación elemento total corregida	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
Item_1	,338	,437
Item_2	,411	,430
Item_3	,439	,426
Item_4	,299	,440
Item_5	,308	,442
Item_6_invert	,111	,459
Item_7_invert	,058	,464
Item_8	,457	,417
Item_9	,269	,443
Item_10	,235	,449
Item_12	,253	,449
Item_13	,457	,429
Item_14	,343	,437
Item_15	,407	,432
Item_16	,114	,459
Item_17	,314	,443
Item_18	,415	,429
Item_19	,096	,463
Item_20	,273	,444
Item_21	,042	,828

Nota. Nótese que si se elimina el ítem 21 el alfa de Cronbach aumenta drásticamente.

Tabla 2

Análisis de Fiabilidad Definitivo

	Correlación elemento total corregida	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
Item_1	,563	,825
Item_2	,498	,828
Item_3	,465	,830
Item_4	,363	,836
Item_5	,494	,829
Item_7_invert	,255	,840
Item_8	,487	,829
Item_9	,401	,834
Item_10	,377	,834
Item_12	,431	,832
Item_13	,642	,821
Item_14	,579	,824
Item_15	,485	,829
Item_16	,221	,842
Item_17	,360	,835
Item_18	,471	,830
Item_19	,199	,840
Item_20	,465	,830

Tabla 3

Análisis de Validez

	Factores		
	1	2	3
Item_1	,538	,380	,392
Item_2	,627	,371	
Item_3	,529	,503	
Item_4		,702	
Item_5	,703		
Item_7_invert		,565	
Item_8	,364	,568	
Item_9		,624	
Item_10	,300		,539
Item_12	,582		,580
Item_13	,817		
Item_14	,613		,507
Item_15	,570		,490
Item_16	,393	,305	,420
Item_17		,457	,645
Item_18	,689		
Item_19			,821
Item_20	,364	,517	

Nota. Los resultados marcados en negrita son los que se eligieron para obtener los tres factores.

Anexo 1

Este cuestionario es totalmente anónimo y no tiene como finalidad medir su inteligencia o personalidad. Con este test se pretende conseguir información sobre el nivel de ansiedad de los estudiantes. Por favor conteste las preguntas con sinceridad teniendo en cuenta:

1=nunca 2=pocas veces 3=frecuentemente 4=casi siempre 5=siempre

1- El día antes a un examen me es muy difícil dormir.	1	2	3	4	5
2- Antes de hacer una presentación delante del público me sudan las manos.	1	2	3	4	5
3- Cuando pierdo el móvil lo busco desesperadamente dejando la habitación patas arriba.	1	2	3	4	5
4- Cuando mi móvil falla aprieto una y otra vez las teclas para que funcione correctamente.	1	2	3	4	5
5- Tartamudeo cuando hablo ante más de 50 personas.	1	2	3	4	5
6- Puedo dormir sin saber la nota de un examen.	1	2	3	4	5
7- Cuando no se contestar la pregunta de un examen paso a la siguiente sin que me afecte.	1	2	3	4	5
8- En periodo de exámenes me irrito con facilidad.	1	2	3	4	5
9- Si de noche voy solo caminando por la calle me asusto con facilidad.	1	2	3	4	5
10- En la cama no puedo dormir porque pienso en las tareas que tendré que hacer al día siguiente.	1	2	3	4	5
11- Soy una persona fría ante cualquier situación.	1	2	3	4	5
12- Tengo dificultades para concentrarme porque tengo la mente ocupada en preocupaciones.	1	2	3	4	5
13- Me preocupo por temas aunque mis compañeros me digan que no lo haga.	1	2	3	4	5
14- Cuando tengo un evento importante no hago más que moverme, no puedo estar quieto.	1	2	3	4	5
15- Aun cuando no tengo nada que hacer, me es muy difícil relajarme.	1	2	3	4	5
16- Me despierto de noche aunque no haya oído ningún ruido.	1	2	3	4	5
17- Cuando desconozco un acontecimiento pienso lo peor.	1	2	3	4	5
18- No importa que me prepare muy bien una exposición, siempre me preocupa que algo salga mal.	1	2	3	4	5
19- Tomo somníferos, ya que sin ellos me es imposible conciliar el sueño.	1	2	3	4	5
20- Los ruidos fuertes inesperados me asustan con facilidad.	1	2	3	4	5
21- La espera de un acontecimiento perjudicial es peor que la propia vivencia del mismo acontecimiento.	1	2	3	4	5
22- Yo no tengo preocupaciones, lo que tenga que ser será.	1	2	3	4	5

Sexo:

Edad:

Religión: