XV Jornadas de Investigación y Cuarto Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2008.

Relaciones entre las dimensiones de la ansiedad frente a los exámenes y las estrategias de afrontamiento: una comparación trans-cultural.

Piemontesi, Sebastián Eduardo, Heredia, Daniel Esteban y Furlan, Luis.

Cita:

Piemontesi, Sebastián Eduardo, Heredia, Daniel Esteban y Furlan, Luis (2008). *Relaciones entre las dimensiones de la ansiedad frente a los exámenes y las estrategias de afrontamiento: una comparación trans-cultural*. XV Jornadas de Investigación y Cuarto Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-032/347>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/efue/2Ad>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

RELACIONES ENTRE LAS DIMENSIONES DE LA ANSIEDAD FRENTE A LOS EXÁMENES Y LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO: UNA COMPARACIÓN TRANS-CULTURAL

Piemontesi, Sebastián Eduardo; Heredia, Daniel Esteban; Furlan, Luis
Laboratorio de Evaluación Psicológica y Educativa, Facultad de Psicología, Universidad Nacional de Córdoba, Argentina

RESUMEN

Las conductas de afrontamiento pueden ayudar a los estudiantes cuando experimentan estrés y ansiedad frente a los exámenes, promoviendo resultados adaptativos y un funcionamiento positivo (Lazarus & Folkman, 1984; Zeidner, 1998). En Argentina no se han encontrado estudios que hayan evaluado las relaciones entre las dimensiones de la ansiedad frente a los exámenes y las estrategias de afrontamiento. Por este motivo se decidió replicar un estudio llevado a cabo por Stöber (2004). Se observaron diferencias de género en las relaciones entre las dimensiones de la ansiedad y el afrontamiento. Si bien, estas difieren de acuerdo al origen cultural de las muestras, se observó que la preocupación y la interferencia se relacionaron en forma opuesta con las estrategias de afrontamiento de orientación a la tarea.

Palabras clave

Dimensiones Ansiedad Exámenes Afontamiento

ABSTRACT

RELATIONSHIPS BETWEEN TEST ANXIETY DIMENSIONS AND COPING STRATEGIES: A TRANSCULTURAL COMPARISON
Coping behaviors can help students experiencing stress and test anxiety, promoting adaptive outcomes and a positive functioning (Lazarus & Folkman, 1984; Zeidner, 1998). In Argentina have not been founded studies evaluating relationships between test anxiety dimensions and coping strategies. For this reason we decided to replicate a study conducted by Stöber (2004). Gender differences in relations between the dimensions of test anxiety and coping were showed. Although these relationships vary according to sample's cultural origins, it could be noted that worry and interference showed opposed relations with task orientation coping strategies.

Key words

Dimensions Test Anxiety Coping

INTRODUCCIÓN

La situación de examen constituyen un ámbito de interés para las investigaciones sobre el estrés debido a que contempla las principales características de los estresores ambientales y puede conceptualizarse como un proceso compuesto de cuatro fases: preparación para impedir la amenaza o el evento, confrontación con el mismo, incertidumbre acerca de los resultados y afrontamiento ante las consecuencias (Carver & Scheier, 1995). La ansiedad es la respuesta más común frente a las situaciones evaluativas estresantes y las conductas de afrontamiento pueden resultar de ayuda, dependiendo de la estrategia utilizada, para eliminar o modificar las condiciones que la causan, mantener las emociones negativas al margen y promover resultados positivos (Lazarus & Folkman, 1984).

ANSIEDAD Y AFRONTAMIENTO ANTE EXÁMENES

Existe un importante consenso entre los autores que adhieren al modelo transaccional del estrés respecto de cómo agrupar las principales estrategias de afrontamiento en las situaciones de examen. Se consideran básicamente tres categorías: (A) *Afrontamiento Orientado al Problema*, tendiente a manejar o solucionar el problema para eliminar el estrés; (B) *Afrontamiento Orientado a la Emoción*, dirigido a regular, reducir, o eliminar, el estrés emocional relacionado a la situación de estrés, que incluiría, entre otras estrategias la búsqueda de apoyo social; y (C) *Afrontamiento Orientado a la Evitación*, referido al uso de estrategias evasivas dirigido a rodear o evitar la situación estresante (Zeidner, 1995). En cuanto a la ansiedad frente a los exámenes se han distinguido dos dimensiones básicas, una que concierne a los pensamientos relacionados con las consecuencias negativas que puede tener rendir el examen (preocupación) y otro referido a la activación fisiológica que la ansiedad produce (emocionalidad). En las últimas décadas se produjeron nuevos avances en su conceptualización diversificando el número dimensiones (Hodapp, 1991).

En la mayoría de los estudios sobre las relaciones entre la ansiedad frente a los exámenes y las estrategias de afrontamiento, los resultados han demostrado que elevados niveles de ansiedad se asocian con afrontamiento orientado a la emoción y de evitación. Por ejemplo, en un estudio realizado por Zeidner (1996) utilizando una medida bidimensional de la ansiedad que diferenciaba entre emocionalidad y preocupación (TAI, Spielberger, 1980) los datos indicaron que elevados niveles de preocupación y emocionalidad se asociaban positivamente con estrategias focalizadas en la emoción y evitación. A su vez, la preocupación presentaba una pequeña correlación negativa con focalización en el problema. Sin embargo, la utilización de instrumentos multidimensionales para evaluar la ansiedad frente a los exámenes ha permitido encontrar patrones más específicos de relaciones. En esa línea, Stöber (2004) analizó las relaciones entre las dimensiones de la ansiedad frente a los exámenes y las estrategias de afrontamiento, utilizando el Inventario Alemán de Ansiedad frente a los Exámenes (TAI-G, Hodapp, 1991) para evaluar ansiedad, con las dimensiones de Preocupación, Interferencia, Falta de Confianza y Emocionalidad y una escala para evaluar el afrontamiento ante la ansiedad y la incertidumbre previas a exámenes importantes (COPEAU, Stöber, 2004). Las estrategias evaluadas fueron: orientación al problema, búsqueda de apoyo social y evitación y los resultados obtenidos a través de correlaciones parciales indicaron que: A) la Preocupación se relaciono positivamente con Orientación a la Tarea y Preparación y e forma negativa con Evitación, en las mujeres, B) Emocionalidad se relacionó positivamente con búsqueda de Apoyo Social, en hombres y con Orientación al la Tarea en mujeres, C) Interferencia se asoció positivamente con Evitación y negativamente con Orientación a la Tarea en ambos géneros, y D) Falta de Confianza se relacionó positivamente con Evitación en mujeres.

En síntesis, las investigaciones indican que las principales dimensiones de la ansiedad frente a los exámenes presentan relaciones diferenciales con las estrategias de afrontamiento aunque el patrón general de los resultados demuestra algunas inconsistencias. Por este motivo y por no contar con investigaciones sobre esta temática en el ámbito local, se decidió replicar el trabajo llevado a cabo por Stöber (2004) utilizando los mismos instrumentos y evaluando la estabilidad transcultural en las relaciones observadas.

METODOLOGÍA:

Participantes y Procedimiento: La muestra para este estudio estuvo compuesta por 276 estudiantes (femenino 57,6%, masculino 39,1%, sin informar 3,3%) de 17 carreras diferentes, los cuales han respondido de manera conjunta los instrumentos de manera voluntaria. Las escalas fueron administradas por los autores del presente trabajo a estudiantes de la Universidad Nacional de Córdoba de manera colectiva en los horarios previos de asistencia a clases y en espacios de reunión.

Instrumentos:

TAI-GA: Se utilizó la adaptación preliminar del inventario ale-

mán de ansiedad frente a los exámenes (Heredia & Piemontesi, 2008) que consistió en una medida de auto-reporte de 25 ítems ($\alpha = .88$) con una escala de respuesta tipo Likert con 4 opciones de frecuencia que va de 1="casi nunca" a 4="casi siempre", distribuidos en cuatro subescalas, evaluando cuatro dimensiones, Emocionalidad (8 ítems referidos a las percepciones de la activación fisiológica $\alpha = .85$), Preocupación (7 referidos a pensamientos sobre las consecuencias negativas de fracasar, $\alpha = .76$), Falta de Confianza (6 ítems acerca de las creencias negativas de la propia capacidad de rendir adecuadamente el examen $\alpha = .86$) e Interferencia (4 ítems sobre pensamientos que producen distracción y bloqueo cognitivo que disminuyen los recursos necesarios para la tarea que se está realizando, independientemente de si son relevantes o no, $\alpha = .67$).

COPEAU-A: (Piemontesi, Heredia, Furlán & Pérez, 2008) La medida argentina de afrontamiento ante la ansiedad e incertidumbre pre-examen es una adaptación del "Coping with Pre-Exam Anxiety and Uncertainty" (Stöber, 2004). Este instrumento es una medida de auto-reporte que consiste en tres subescalas que evalúan tres estrategias de afrontamiento: *Orientación a la tarea y Preparación* ($\alpha = .87$), *Búsqueda de apoyo social* ($\alpha = .85$), y *Evitación* ($\alpha = .70$). Las respuestas a los ítems están dadas por una escala tipo Likert de 6 puntos que van de 1- "Nunca lo hago" a 6- "Siempre lo hago".

RESULTADOS

Las mujeres manifiestan niveles significativamente ($p < .001$) mayores de ansiedad total, preocupación, falta de confianza, emocionalidad, orientación a la tarea y búsqueda de apoyo social que los hombres con tamaños del efecto moderado (d entre .4 y .5), sin diferenciarse en Interferencia y Evitación.

Para controlar los solapamientos entre las dimensiones de la ansiedad frente a los exámenes se llevaron a cabo correlaciones parciales de cada dimensión de la ansiedad, controlada por las tres restantes, con las estrategias de afrontamiento, encontrándose que preocupación correlacionó de manera positiva con orientación a la tarea en hombres ($r = .242$, $p < .05$) y mujeres ($r = .279$, $p < .001$) y con búsqueda de apoyo social en hombres ($r = .198$, $p < .05$); interferencia negativamente con orientación a la tarea en hombres ($r = -.305$, $p < .01$) y mujeres ($r = -.164$, $p < .05$) y positivo con evitación en mujeres ($r = .248$, $p < .001$); emocionalidad con búsqueda de apoyo social en hombres ($r = .355$, $p < .001$) y mujeres ($r = .275$, $p < .001$) y con orientación a la tarea en hombres ($r = .258$, $p < .01$); y falta de confianza negativamente con orientación a la tarea en hombres ($r = -.244$, $p < .05$) y con evitación en mujeres ($r = -.205$, $p < .05$).

DISCUSIÓN

En los estudiantes argentinos, al igual que en los alemanes, cada una de las dimensiones de la ansiedad se relacionan con distintas estrategias de afrontamiento. De acuerdo los resultados, las preocupaciones que los sujetos ansiosos generan en situaciones evaluativas están asociadas a la utilización de estrategias de afrontamiento que incluyen actividades de planificación, preparación y estudio para exámenes junto al manejo de distracciones para evitar las posibles consecuencias negativas de un mal rendimiento. Por el contrario la Interferencia estaría relacionada de manera negativa con estas estrategias y positivamente con aquellas que tienen como objetivo reducir los efectos negativos del estrés evadiendo la situación amenazadora, buscando distraerse y no pensar en la misma. En este sentido, en las investigaciones donde se han encontrado relaciones positivas entre la preocupación y estrategias de afrontamiento orientadas a la emoción y evitación (Zeidner, 1996) es posible reconocer que los instrumentos utilizados para operacionalizar la ansiedad frente a los exámenes incluyen dentro de la dimensión preocupación ítems referidos a lo que en el TAI-G se denomina Interferencia (Stöber, 2004), tal es el caso del Test Anxiety Inventory (TAI; Spielberger, 1980).

En la muestra de estudiantes argentinos existen diferencias de género en las relaciones de las dimensiones de la ansiedad y el afrontamiento. Por otra parte, si bien estas relaciones también

pueden diferir de acuerdo al origen cultural de las muestras, es posible detectar que se conserva un patrón común de relaciones, específicamente en lo que respecta a la preocupación con orientación a la tarea e Interferencia con evitación.

BIBLIOGRAFÍA

- CARVER, C.S., & SCHEIER, M.F. (1995). Situational coping and coping dispositions in a stressful encounter. *Journal of Personality and Social Psychology*
- HEREDIA, D. & PIEMONTESI, S. (2008) "Ansiedad frente a los exámenes, Estrategias de afrontamiento, Autoeficacia para el aprendizaje autorregulado y rendimiento académico". Trabajo Final de Licenciatura en Psicología. Inedito.
- HODAPP, V. (1991). Das Prüfungängstlichkeitsinventar TAI-G: Eine erweiterte und modifizierte Version mit vier Komponenten [The Test Anxiety Inventory TAI-G: An expanded and modified version with four components]. *Zeitschrift für Pädagogische Psychologie*, 5, 121 /130.
- LAZARUS, R. S. & FOLKMAN, S. (1984) *Stress, Appraisal and Coping*. New York: Springer Publishing Company (trad. Martínez Roca, 1986).
- PIEMONTESI, S.; HEREDIA, D.; FURLAN, L. y PÉREZ, E. (en prensa). Adaptación de una escala de afrontamiento de la incertidumbre y ansiedad pre examen para estudiantes universitarios argentinos. *Avaliação Psicológica*.
- SPIELBERGER, C.D. (1980). *Test anxiety inventory: Preliminary professional manual*. Consulting Psychologists Press, Palo Alto, CA.
- STÖBER, J. (2004). Dimensions of test anxiety: relations to ways of coping with pre-exam anxiety and uncertainty. *Anxiety, Stress, and Coping*, Vol. 17, No. 3, pp. 213_226
- ZEIDNER, M. (1995). Adaptive coping with test situations: A review of the literature. *Educational Psychologist*, 30, 123_133.
- ZEIDNER, M. (1998). *Test anxiety: the state of the art*. New York and London: Plenum Press.