

XI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVI Jornadas de Investigación. XV Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. I Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. I Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2019.

Autoeficacia para el afrontamiento del estrés y ansiedad cognitiva ante exámenes. Un estudio en alumnos universitarios.

Mur, Julian Andres, Rivas, Analia, Trueba, Daniela Agustina, Paez Vargas, Natalia y Pereyra Girardi, Carolina.

Cita:

Mur, Julian Andres, Rivas, Analia, Trueba, Daniela Agustina, Paez Vargas, Natalia y Pereyra Girardi, Carolina (2019). *Autoeficacia para el afrontamiento del estrés y ansiedad cognitiva ante exámenes. Un estudio en alumnos universitarios. XI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVI Jornadas de Investigación. XV Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. I Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. I Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-111/884>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/ecod/aNC>

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>.

AUTOEFICACIA PARA EL AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS Y ANSIEDAD COGNITIVA ANTE EXÁMENES. UN ESTUDIO EN ALUMNOS UNIVERSITARIOS

Mur, Julian Andres; Rivas, Analia; Trueba, Daniela Agustina; Paez Vargas, Natalia; Pereyra Girardi, Carolina
Universidad del Salvador. Facultad de Psicología y Psicopedagogía. Argentina

RESUMEN

La Autoeficacia para el Afrontamiento del Estrés puede definirse como el conjunto de creencias en los recursos personales para manejar situaciones demandantes y estresantes de una forma eficaz y competente, reduciendo, eliminando o previniendo el estrés experimentado en esta clase de situaciones con la intención de disminuir su impacto y controlar consecuencias no deseadas (Godoy Izquierdo et. al., 2008). La Ansiedad Cognitiva ante los Exámenes (Mandler & Sarason, 1952) refiere a la reacción emocional compleja respecto a la situación examen, es una preocupación recurrente por el eventual fracaso o mal desempeño en dicha tarea (Furlán, Pérez, Moyano & Cassady, 2010). El objetivo del presente trabajo es estudiar la relación entre la autoeficacia para el afrontamiento del estrés y la ansiedad cognitiva ante exámenes, y sus probables diferencias según sexo en alumnos regulares de la Facultad de Psicología y Psicopedagogía de la USAL. Método: estudio comparativo correlacional, de corte transversal. Muestra: 371 alumnos regulares de ambos sexos. Resultados: Se evidencian correlaciones estadísticamente significativas en la muestra de estudio. Asimismo, se encontraron diferencias según sexo: ellas evidenciaron mayores niveles de ansiedad ante exámenes, y ellos mayores niveles de autoeficacia para el afrontamiento del estrés en su dimensión de resultado.

Palabras clave

Autoeficacia para el Afrontamiento del Estrés - Ansiedad ante Exámenes - Mujeres - Varones

ABSTRACT

COPING WITH STRESS SELF-EFFICACY AND COGNITIVE TEST ANXIETY. A STUDY IN UNIVERSITY STUDENTS

Coping with Stress Self-Efficacy is defined as the set of beliefs in personal resources to handle demanding and stressing situations effectively and properly, reducing, eliminating or preventing the stress experienced in this kind of situations with the intention of diminishing their impact and control unintended consequences (Godoy Izquierdo et. al., 2008). Cognitive Test Anxiety (Mandler & Sarason, 1952) refers to complex emotional reaction regarding exam situation, this is a recurring concern for the eventual failure or poor performance in the mentioned task

(Furlán, Pérez, Moyano & Cassady, 2010). The aim of this work is to study the relationship between Coping with Stress Self-Efficacy and Cognitive Test Anxiety, and their probable differences based on sex in regular students of the Faculty of Psychology and Psychopedagogy of the Universidad del Salvador. Method: cross sectional, comparative and correlational study. Sample: 371 regular students of both sexes. Results: Statistically significant correlations are evidenced in the study sample. Additionally, differences based on sex were found: women showed higher levels of Test Anxiety while men showed higher levels of Coping with Stress Self Efficacy in its Outcome dimension.

Key words

Coping with Stress Self-Efficacy - Test Anxiety - Women - Men

BIBLIOGRAFÍA

- Furlan, L., Pérez, E., Moyano, M. & Cassady, J. (2010). Propiedades psicométricas y estandarización de la Escala de Ansiedad Cognitiva frente a los Exámenes a la población universitaria argentina. *Evaluar*, 10, 22-31.
- Godoy Izquierdo, D., Godoy García, J.F., López Chicheri-García, I., Martínez Delgado, A., Gutiérrez Jiménez, S. y Vázquez Vázquez, L. (2008). Propiedades Psicométricas de la Escala de Autoeficacia para el Afrontamiento del Estrés (EAEAE). *Psicothema*, 20 (1), 155-165.
- Mandler, G., & Sarason, S.B. (1952). A study of anxiety and learning. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 47(2), 166-173. [http://dx.doi.org/10.1037/hological Science, 1\(3\), 98-101](http://dx.doi.org/10.1037/hological Science, 1(3), 98-101).