

UNIVERSIDAD SAN PEDRO

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



**ANSIEDAD SOCIAL EN ALUMNOS DE UNA ACADEMIA PRE
UNIVERSITARIA DE TRUJILLO 2016**

AUTOR : Br. Edwin Dionicio Rojas Avalos

ASESOR : Mg. Martin Castro Santiesteban

**CHIMBOTE – PERÚ
2018**

Ansiedad social.

1. TITULO

Ansiedad social en alumnos de una academia preuniversitaria de
Trujillo – 2016

1. Title

Social anxiety in the students of a pre-university Academy of Trujillo – 2016

INDICE

- I. PALABRAS CLAVE
- II. TITULO
- III. RESUMEN
- IV. ATRACT
- V. INTRODUCCIÓN
 - Antecedentes y Fundamentación Científica
 - Justificación de la Investigación
 - Problema
 - MARCO TEORÍCO CONCEPTUAL
 - ANSIEDAD SOCIAL
 - Ansiedad
 - Ansiedad Social
 - FACTORES DE LA ANSIEDAD SOCIAL
 - Factores genéticos
 - Medio ambiente familiar
 - ENFOQUE TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN
 - Síntomas de la ansiedad social
 - Dimensiones de la ansiedad social
 - Ansiedad frente a la audiencia
 - Ansiedad frente a la interacción
 - Impacto de la ansiedad social
 - MARCO CONCEPTUAL
 - Ansiedad social
 - Estudiantes
 - Academia pre universitaria
- VI. METODOLOGIA
 - Tipo y diseño de investigación
 - Población y muestra
 - Técnicas e instrumentos de recolección de datos
 - Procesamiento de recolección de datos
 - Procesamiento y análisis de la información
 - Protección de los derechos humanos de los sujetos de estudio
- VII. RESULTADOS
- VIII. ANALISIS Y DISCUSIÓN
- IX. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES
- X. AGRADECIMIENTO
- XI. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS
- XII. ANEXOS

2. RESUMEN

La presente investigación titulada ansiedad social en los estudiantes de una academia pre universitaria de Trujillo 2016, es de tipo descriptivo y se llevó a cabo con una población de 135 estudiantes y una muestra de 68 estudiantes entre hombres y mujeres; así mismo para la ejecución de esta investigación se hizo uso de la escala de ansiedad social de Marc Leary 1996 que está conformada por dos dimensiones las cuales son: ansiedad frente a la interacción y ansiedad frente a la audiencia y tuvo como objetivo principal determinar el nivel de ansiedad social que presentan los estudiantes pre universitarios de tal forma al final de la investigación se encontró que el 41,2% de los estudiantes pre universitarios muestran un nivel de ansiedad social alto y solo el 13,2% de ellos muestra un nivel de ansiedad social bajo, así mismo se demostró que el 29,4% de la población muestra un nivel de ansiedad social frente a la audiencia bajo, el 45,6% de la población muestra un nivel de ansiedad social frente a la audiencia medio y que el 47,1 % muestra un nivel de ansiedad social frente a la interacción bajo, el 33,8% muestra un nivel de ansiedad social frente a la interacción medio. Además, en cuanto al género se demostró que el 29,4% de mujeres muestra un nivel de ansiedad social alto y que el 10,2% de hombres muestra un nivel de ansiedad medio.

Palabras clave: Ansiedad social, estudiantes, academia pre universitaria.

3. ABSTRACT

The present research titled Social Anxiety in the students of a pre-university Academy of Trujillo 2016, is of descriptive type and was carried out with a population of 135 students and a sample of 68 students between men and women; Likewise for the execution of this investigation was made use of the social anxiety scale of Marc Leary 1996 That is made up of two dimensions which are: anxiety against interaction and anxiety in front of the audience and had as main objective to determine the level of social anxiety presented by pre-university students in such a way at the end of the Research was found that 41.2% Of the pre-university students show a high level of social anxiety and only 13.2% of them shows a low level of social anxiety, also showed that 29.4% of the population shows a level of social anxiety versus the audience under , 45.6% of the population shows a level of social anxiety compared to the average audience and that 47.1% Shows a level of social anxiety versus low interaction, 33.8% shows a level of social anxiety versus the average interaction. In addition, in relation to gender it was shown that 29.4% of women show a high level of social anxiety and that 10.2% of men show an average anxiety level.

Key words: Social anxiety, students, pre-university academy.

The present investigating titulado social in the estudiantes of una academic pré universitaria de Trujillo 2016, es de type descriptivo and se llevo a cabo with a población de 135 estudiantes y una muestra de 68 estudiantes entre hombres y mujeres; Así mismo para a execução da investigação se o uso da escala de ansiedade social de Marc Leary 1996 que está conformada pela dimensão das crianças: ansiedad frente a interaçã e ansiedad frente a audiencia e tuvo como objetivo principal de ansiedad social que apresenta os estudiosos pré universitários de tal forma ao final de la As investigações foram encontradas nos 41,2% dos estudantes pré-universitários e se apresentaram em um nível social alto e solo de 13,2% de todos os níveis de ensino médio, com um rendimento de 29,4%. población muestra un sibilité social face a la audiencia bajo, el 45,6% of the población muestra un nivel de ansiedad social face a la audiencia medio y que el 47,1% mujer un nivel de ansiedad social face a la interacción bajo, el 33,8% mujer un nivel de ansiedad social face a interacción medio. Además, en cuanto al género se demostrado que el 29,4% de mujeres un nivel de ansiedad social alto e que 10,2% de hombres muestra un nivel de ansiedad medio.

Palabras clave: Ansiedad social, estudiantes, academia pré universitaria.

Antecedentes y fundamentación científica

Es importante precisar que al realizar la presente investigación nos encontramos con la cruda realidad que no existen muchos trabajos de investigación que antecedieron al nuestro. Por lo que la presente investigación se constituye como un estudio innovador, relevante y acorde con la actualidad. Entre algunos trabajos que se relacionan con nuestro tema de investigación tenemos:

Piqueras (2010), realizó un estudio de ansiedad social en una población de 320 entre hombres y mujeres de 12 y 17 años, donde demostró que las chicas presentan niveles significativamente más altos en ansiedad social que los chicos y que las diferencias halladas en adolescentes socialmente ansiosos para las diferentes dimensiones de ansiedad social. Cabe destacar que mientras que las mujeres informan de niveles más altos en respuestas cognitivas, psicofisiológicas y en el foco atencional, los varones son quienes exhiben mayores respuestas de evitación y/o escape.

Delgado (2013); realizó un estudio sobre ansiedad social y su relación con la autoestima para lo cual conto con una muestra de 2022 jóvenes entre 12 y 16 años, donde demostró que los adolescentes con ansiedad social, en comparación con los adolescentes sin ansiedad social, tienen menos probabilidad de percibir positivamente las relaciones sociales que establecen con iguales, de distinto sexo y de tener una autoestima alta.

Justificación de la investigación

Motivado por la importancia de la problemática referida a los diferentes patrones de conducta de los estudiantes en nuestro País; es que se abordó este tema de investigación por considerar que la educación universitaria en el Perú ha sido entendida y manejada de manera insuficiente; donde los docentes están evocados muchas veces en la acumulación de conocimientos teóricos en los estudiantes, sin tomar en cuenta su mundo social afectivo y la forma en que pueden causar problemas en su personalidad. Menciono esto porque, además de los contenidos relativos a una formación académica, es importante trabajar en el fortalecimiento de las habilidades sociales y/o emocionales. Teniendo en cuenta lo expuesto por Papalia (2005) quien nos indica que en el ambiente académico existe una serie de factores estresantes que pueden generar una gran tensión abrumadora, identificándose entre ellos las pruebas de evaluación académica, autoritarismo pedagógico, falta de apoyo económico, pérdidas afectivas, problemas de adaptación, responsabilidades académicas y personales, entre otros. Y teniendo en cuenta lo expuesto por diversos teóricos y los resultados obtenidos demuestran que, si bien es cierto son los adolescentes el grupo con mayor predisposición a presentar ansiedad frente a la audiencia o ansiedad frente a la interacción también es cierto que es en esta etapa de desarrollo humano donde la persona busca su bienestar y su incorporación a un grupo social, el cual le permitirá crear redes de apoyo emocional que le faciliten la aceptación e incorporación a un grupo y en ellos entablar relaciones interpersonales saludables. Por ello tiene vital importancia que los psicólogos, docentes y población en general sean conscientes de que los niveles de ansiedad a los que se ven expuestos los jóvenes preuniversitarios pueden causar problemas en su personalidad. Además, permitirá conocer los niveles de ansiedad social sobre los cuales se podrán tomar medidas

correctivas en la enseñanza de las futuras generaciones por otro lado, estos resultados permitirán ampliar la información sobre dicha variable para futuras investigaciones.

Problema

Teniendo en cuenta que muchos estudiantes de la academia pre universitarias muestran conductas como: temor al hablar en público, voz titubeante al exponer, temor para preguntar al docente y o compañeros. Así mismo los datos obtenidos por la Organización Mundial de la Salud (2001) y Esparza (2001) indican que aproximadamente 450 millones es el número de personas aquejadas de algún tipo de alteración mental en todo el mundo, siendo en la actualidad la ansiedad social una de las alteraciones mentales más comunes en los Estados Unidos ya que en algún momento de sus vidas se prevé que cerca del 25% de la población experimentará algún tipo de Ansiedad; así mismo se calcula que cerca de 2.4 millones de Norteamericanos entre los 18-25 años, aproximadamente el 1.7% de la población, padecen de ansiedad social. Este tipo de Ansiedad social, por lo general, se desarrolla al final de la adolescencia o principio de la edad adulta.

Cárdenas (2016), director de Salud Mental del MINSA, advierte que 1,2 millones de peruanos sufre de algún tipo de ansiedad social, provocado por un fuerte cuadro de estrés ya que cuando una persona vive tensa experimenta una serie de síntomas físicos y mentales como dolor de cabeza, sueño fraccionado, taquicardias, cansancio crónico e inestabilidad emocional, no solo corre el riesgo de desarrollar múltiples patologías, sino que hasta puede morir por culpa de un infarto al corazón o de un accidente cerebrovascular. Además, se sabe que las poblaciones más vulnerables son jóvenes entre 16 y 25 años por tanto se decide hacer esta investigación para determinar el tipo de ansiedad social más frecuente en alumnos pre universitarios.

¿Cuáles son los niveles de ansiedad social que presentan los alumnos de una academia Pre universitaria de la ciudad de Trujillo - 2016?

Marco Teórico-Conceptual

Ansiedad social

Ansiedad

El origen del término es inventado en el siglo XVII por el físico escocés Cullen, para describir una aflicción del sistema nervioso (biológico-nerviosismo).

De ahí la palabra ansiedad que proviene del latín anxietas, que significa aflicción, inquietud o zozobra del ánimo,

De igual forma Navas (1989) citado en Martín, (2007) define la ansiedad como un estado emocional, donde hay una mezcla de sentimientos, conductas y reacciones o sensaciones fisiológicas.

Por lo tanto, la ansiedad es una reacción emocional normal necesaria para la supervivencia de los individuos y de nuestra especie. No obstante, las reacciones de ansiedad pueden alcanzar niveles excesivamente altos o pueden ser poco adaptativas en determinadas situaciones. En este caso la reacción deja de ser normal y se considera patológica.

Ansiedad social

La ansiedad social es un marcado y persistente temor a una o más situaciones sociales en la cual la persona se siente expuesta a la crítica de personas desconocidas o a la crítica acerca de su desempeño. La persona teme actuar de una manera que será humillante o

embarazosa. Esto significa que el centro de la ansiedad social es la ansiedad debido a la preocupación acerca de lo que los otros puedan pensar de la persona. (Heimberg 2004)

Las situaciones sociales temidas por las personas con ansiedad social son:

- Hablar en público.
- Conversar con gente desconocida.
- Tener una cita.
- Ser asertivo.
- Comer o beber enfrente de otras personas.
- Ser el centro de atención.
- Hablar con supervisores y otras figuras de autoridad.
- Hacer uso de baños públicos.
- Situaciones de intimidad sexual.

CAUSAS DE LA ANSIEDAD SOCIAL

Factores genéticos

Las investigaciones científicas en los últimos 30 años indican que la ansiedad social probablemente tenga un componente genético, al menos para algunas personas.

Es muy probable que una persona con ansiedad social tenga otros miembros de su familia que son socialmente ansiosos o a los menos un poco tímidos. De hecho, alguien con ansiedad social es tres veces más probable que tenga un familiar cercano con el mismo problema que alguien que no tenga problemas con la ansiedad.

Medio ambiente familiar

Nuestras creencias fundamentales acerca de la vida empiezan a formarse en la niñez, como son:

1. Confiar o no en otras personas
2. Confianza o desconfianza ante eventos impredecibles
3. Ser o no vulnerables
4. Ser o no valiosos

Aprendemos todos estos principios de nuestra vida observándolo y escuchándolo de nuestro medio.

Si uno de los padres tiene ansiedad social, el hijo puede aprender a ser socialmente ansioso observando como sus padres manejan las situaciones sociales. Si los padres tienden a no socializar con otras personas, el niño probablemente no socializará mucho y no aprenderá a desarrollar ésta habilidad. Igualmente, un padre que luce nervioso cerca de la gente y parece preocupado acerca de lo que piensen, comunican al niño que la interacción social no es segura y que uno debe siempre estar en guardia. Los padres también le pueden enseñar a sus hijos a evitar situaciones sociales temidas apoyándolos cuando rechazan invitaciones por que el hijo está ansioso. Por otro lado, un gran número de personas con ansiedad social pueden tener padres abusivos o negligentes que puede determinar sus puntos de vista sobre ellos mismos y los demás. No sentirse valioso como persona, sentirse incapaz, ver a los demás como amenazantes son algunas de las creencias que se pueden generar por estas circunstancias.

Experiencias traumáticas

Algunas veces las personas con ansiedad social refieren que sufrieron experiencias traumáticas que los hicieron socialmente ansiosos. Para algunos individuos, el inicio de

sus problemas con la ansiedad social es con una crisis de ansiedad o ataque de pánico en una situación social. Muchas de estas experiencias pasan en la escuela, las personas pueden recordar siendo molestadas o sufriendo burlas de sus compañeros de clase y sentirse humillados.

Enfoque teórico de la investigación

El enfoque Cognitivo distingue la ansiedad del miedo afirmando que la ansiedad es un proceso emocional y el miedo es un proceso cognitivo. “El miedo involucra una apreciación intelectual de un estímulo amenazante; y la ansiedad involucra una respuesta emocional a esa apreciación”. Beck (2007), asevera que "El elemento crucial en los estados de ansiedad, es un proceso que puede tomar la forma de un pensamiento automático o imagen que aparece rápidamente, como un reflejo, después de un estímulo inicial (por ejemplo: respiración entrecortada), aparentemente creíble y seguida por una ola de ansiedad, manteniendo que la percepción y la estructura de las experiencias del individuo determinan sus sentimientos y conducta (Gómez 2006).

De tal forma los postulados de corte cognitivo explicativos de ansiedad social se han fundamentado en la idea de que las distorsiones cognitivas o ideas irracionales determinan o generan la génesis y mantenimiento de la ansiedad. La expresión empleada en los últimos años para su explicación causal ha sido la del “procesamiento de la información”, fundamentado en los estudios experimentales sobre los procesos atencionales, perceptivos, de memoria y comprensión (Pérez 2006).

Este constructo explica la génesis y mantenimiento de la ansiedad mediante un procesamiento selectivo de la información que se percibe como amenazante o peligrosa para el sujeto. Son muchos los estudios que han puesto de manifiesto que este sesgo selectivo está presente en todas las fases del procesamiento de la información, como son la atención, la interpretación y la memoria.

Pues las personas con ansiedad social infravaloran su competencia personal para afrontar las situaciones sociales y magnifican la probabilidad de ocurrencia de una experiencia aversiva durante dichas situaciones. Cognitivamente es un sesgo de pensamiento sobredimensionar la creencia de ser juzgado negativamente por los demás.

El sujeto con ansiedad social no tiene la seguridad de tener capacidad para ofrecer una impresión favorable de sí mismo.

En la literatura centrada en los aspectos cognitivos de la ansiedad social se pueden distinguir dos focos de interés:

- (a) la investigación de la existencia de un sesgo atencional hacia los estímulos sociales amenazantes.
- (b) la atención auto-focalizada o sesgo atencional hacia la propia autoimagen proyectada sobre el/los interlocutores.

Respecto al primero de los componentes cognitivos de la ansiedad social, éste consiste en el miedo a la evaluación negativa por parte de los demás. A este respecto, varios autores han propuesto que los sujetos con ansiedad social tienen la falsa creencia de que los demás adoptan permanentemente una actitud crítica y negativa hacia ellos, lo cual les lleva a

centrar su atención fundamentalmente en controlar y evaluar las reacciones de las otras personas ante sus respuestas de actuación.

De este modo, se perciben las situaciones sociales como una fuente continua de estímulos amenazantes, y sobre ellos se realiza una atención selectiva.

El modelo de Beck, Emery y Greenbarg (1985) citado por Vara (2015), ha sido el más influyente en la explicación de los tipos de ansiedad. Según el mismo, la ansiedad social está generada por las creencias disfuncionales que algunas personas poseen acerca de sí mismo, sobre el modo en que se comportan en situaciones sociales.

Síntomas de la ansiedad social

Los síntomas aparecen cuando el sujeto se encuentra en las situaciones que teme o incluso cuando piensa en ellas. Debido al temor que tienen a hacer el ridículo ante otras personas y a la aparición de los síntomas físicos o emocionales, los pacientes evitan las situaciones sociales incómodas como forma de resolver el problema. Estas conductas de evitación terminan aislando a las personas e impidiéndoles llevar a cabo una vida social, laboral e incluso familiar normal.

Según Barraca, J. (2006); la ansiedad social constituye una respuesta emocional o patrón de respuestas que engloban:

- a. Aspectos cognitivos. Genera un estado de malestar caracterizado por sentimientos de tensión, aprensión, preocupación, inseguridad, autovaloraciones negativas, anticipaciones de eventos negativos acompañadas de dificultades para la concentración o el recuerdo.

- b. Aspectos fisiológicos. Se producen una serie de alteraciones en la intensidad de las respuestas del sistema nervioso autónomo – modificación en la frecuencia cardiaca, en la conductibilidad eléctrica de la piel, en la presión arterial, acompañadas de un incremento en la tensión muscular, a su vez estas modificaciones pueden llegar a generar trastornos en los órganos inervados por estos sistemas.

- c. Aspectos motores. Conductas desajustadas, comportamientos observables que el individuo realiza como consecuencia de la actividad cognitiva y fisiológica.

Dimensiones de la ansiedad

Según Marc Leary (1983) considera las siguientes dimensiones:

Ansiedad frente a la audiencia

La ansiedad a hablar en público en su aparición interviene varios factores. Este tipo de experiencias produce por su propia naturaleza cierta activación que el organismo necesita para afrontarla. Puede que la primera vez que una persona se enfrente a un público esta ansiedad le supere, algo completamente normal ya que como en cualquier otra destreza, es necesaria la práctica para alcanzar un nivel de actuación óptimo. Es posible que más adelante la persona tenga presente esta reacción en posteriores actuaciones y eso le haga re experimentar los síntomas sin dar lugar a que pueda controlarlos, Por lo tanto, es cuando la ansiedad le impide desarrollar las habilidades que de otra manera adquiriría con la práctica cuando se puede empezar a hablar de ansiedad patológica (Luciano 2006)

Ansiedad frente a la interacción

Esta se presenta cuando estamos en expectativa de recibir burlas y críticas a la propia conducta, en situaciones de interacción con otras personas, es ampliamente variable de una persona a otra. Cuando esta experiencia de ansiedad resulta disfuncional y desadaptativa es calificada como trastorno de ansiedad social o fobia social. Dicho trastorno, se caracteriza por un miedo acusado y persistente a las situaciones sociales o a las actuaciones en público por temor a que resulta embarazosas (Luciano 2006)

Impacto de la ansiedad o fobia social

Numerosos estudios epidemiológicos han puesto de manifiesto que las personas con ansiedad social sufren un deterioro funcional significativo. Como hemos podido constatar estas personas tienen problemas para establecer y mantener relaciones afectivas y por tanto, menor probabilidad de casarse o estar casados, menor nivel educativo, socioeconómico y peor status laboral, con mayor probabilidad de estar sin empleo.

Al respecto, Stein (2000), detectaron que una de cada cinco personas con Ansiedad social creía que sus miedos sociales habían interferido mucho en su educación, incluso una proporción mayor (1 de cada 2) informó de haber abandonado los estudios por esta razón. También unos de cada cinco sujetos manifestaron que sus miedos sociales les habían dificultado la búsqueda o consecución de un puesto de trabajo, y una proporción similar habían rechazado un trabajo o promoción como consecuencia de sus miedos sociales.

MARCO CONCEPTUAL

Ansiedad social

La ansiedad social o ansiedad interpersonal es la ansiedad que siente una persona en diversas situaciones sociales, donde interacciona con los demás, y en donde puede ser potencialmente evaluado, examinado o juzgado por otras personas

Estudiantes

Se refiere al aprendiz dentro del ámbito académico. Y que se dedica a esta actividad como su ocupación principal.

Academia pre universitaria

Es una sociedad científica, literaria o artística establecida con autoridad pública y como establecimiento docente, público o privado, de carácter profesional, artístico, técnico, o simplemente práctico, además de identificar el término con la reunión de sus componentes (los académicos) y con el edificio que la aloja

Tabla 1

Matriz de operacionalización de la variable

VARIABLE	DEFINICION	DIMENSIONES	INDICADORES	NIVELES	INTRUMENTO
ANSIEDAD SOCIAL	León y Tejada (1996) plantean que la ansiedad social es uno de los temas de mayor significado en la psicología y la psicopatología contemporánea y consecuentemente, la investigación sobre el particular en la literatura	Ansiedad frente a la interacción	Iniciar, mantener o unirse una conversación (especialmente con desconocidos). Relacionarse con el sexo opuesto. Asistir a fiestas y conocer gente nueva. Expresar desacuerdos y críticas.	BAJO: percentiles entre 0 y 30 MEDIO: percentiles	Escala de Ansiedad Social de Marc Leary (1983)

especializada	bajo	Interactuar con figuras de autoridad.	entre 30 y 60
denominaciones tales como timidez, ansiedad frente a citas y ansiedad social – heterosexual y en los últimos años también conocida como fobia social.		Hablar o actuar en público.	ALTO: percentiles entre 60 y 90
		Presentar un informe ante un grupo o intervenir en él.	
	Ansiedad frente a la audiencia	Comer, beber, escribir, telefonar delante de otros.	
		Entrar a un sitio donde hay gente como por ejemplo un aula o transporte público.	

OBJETIVOS

Objetivo general

Describir los niveles de ansiedad social de los alumnos de una academia preuniversitaria de Trujillo 2016.

Objetivos específicos

- Describir los niveles de ansiedad frente a la interacción que presentan los estudiantes de una academia preuniversitaria de Trujillo 2016.
- Identificar los niveles de ansiedad frente a la audiencia que presentan los estudiantes de una academia preuniversitaria de Trujillo 2016.
- Describir según el sexo cual es el nivel de ansiedad social de los estudiantes de una academia preuniversitaria de Trujillo 2016.

VI. METODOLOGIA

Tipo y diseño de investigación

El tipo de investigación es descriptivo ya que está orientada a recoger información de la realidad con la finalidad de enriquecer el conocimiento científico y básica por que busca el progreso científico e incrementar los conocimientos teóricos, además es más formal y persigue las generalizaciones con vistas al desarrollo de una teoría basad en principios y leyes (Sánchez y Reyes, 2009).

Con un diseño no experimental, es decir, se trata de una investigación donde no hacemos variar intencionadamente las variables independientes. Lo que hacemos en la investigación no experimental es observar fenómenos tal y como se dan en su contexto natural, para después analizarlos y es transversal porque los datos los obtuvimos en un solo momento.” (Hernández, Fernández y Baptista 2012).

Población Y Muestra

La población con la que se realizó la investigación estuvo compuesta por todos los alumnos mayores de 16 años de ambos sexos de una academia preuniversitaria de Trujillo 2018 que suman en total 135 alumnos.

Muestra

Se trabajó con un porcentaje representativo, la cual se obtuvo mediante la fórmula de Muestreo aleatorio simple para proporciones donde el tamaño de la población es conocida.

De esta manera se obtuvo una muestra de tipo probabilístico. Conformada por 68 estudiantes pre universitarios de ambos sexos.

Formula aplicada:

$$n_o = \frac{ZN}{Z + (N - 1)}$$

$$n = \frac{z^2 (p \cdot q)}{e^2}$$

Donde:

N : Tamaño de la población

n_o : Tamaño de la población sin ajustar

n : Tamaño de la muestra

$Z_i - z$: Valor de la tabla estadística con probabilidad de 1.96.

e : error de estimación 0.05

Para calcular el tamaño de la muestra se utilizó la formula estadística de muestreo aleatorio simple, una vez calculada la muestra se realizó un sorteo para reunir a los 68 alumnos seleccionados que cumplan los criterios.

Los criterios de inclusión de la muestra que han sido considerados son:

- a) Que tenga de 16 años a más.

- b) Que sea estudiante pre universitario.
- c) Que tenga asistencia regular a la academia pre universitaria.

Los criterios de exclusión que han sido considerados:

- a) Oposición voluntaria a la participación en el estudio.
- b) Inasistencia la fecha de estudio

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Técnica

Se utilizó la Encuesta, que según García (2010) es una técnica de recogida de datos mediante la aplicación de un cuestionario a una muestra de individuos. A través de las encuestas se pueden conocer las opiniones, las actitudes y los comportamientos de los ciudadanos.

Instrumento

Nombre del instrumento	: Escala de ansiedad Social
Autor	: Marc Leary
Año	: 1983
Objetivo	: Identificar los niveles de ansiedad frente a la audiencia y frente a la interacción.
Dimensiones	: Ansiedad frente a la audiencia Ansiedad frente a la Interacción
Dirigido a	: Estudiantes universitarios a partir de los 16 años.
Adaptado por	: Ramón León & Priscilia Tejada 1996

La escala de ansiedad de Marc Laery es una prueba de lápiz y papel que está conformada por 29 ítems distribuidos de la siguiente manera:

- ✓ 13 ítems de la sub escala de ansiedad frente a la audiencia
- ✓ 16 ítems para la sub escala ansiedad frente a la interacción.

Validez del instrumento

La validez de constructo se determinó administrando las dos sub escalas de la escala de ansiedad social de Leary junto a otras escalas que evaluaban aspectos significativos de la ansiedad social en 331 sujetos. Donde quedó demostrado que la escala de ansiedad frente a la interacción mostro una correlación positiva frente a otras medidas de afecto y conducta ansiosa en el plano social.

Validez y confiabilidad en nuestro país.

La versión traducida por Ramón León & Priscilia Tejada 1996 fue aplicada en una muestra de 951 personas cuyas edades se encontraban entre los 16 y 29 años y que estudiaban diversas especialidades en una universidad privada de Lima Metropolitana.

Así mismo el análisis de ítems revelo que todos correlacionaban por encima de 50 con los totales de sus respectivas escalas y mediante el análisis de alpha de Cronbach se obtuvo altos coeficientes de confiabilidad test-retest

1.1. Procedimiento de recolección de datos

- ✓ Se pidió el permiso respectivo al director de la academia pre universitaria Kepler.
- ✓ Se ingresó a las aulas de los alumnos y se les explico en qué consistía la evaluación y para que será útil.
- ✓ Luego se procedió a aplicar el instrumento de ansiedad social y se les dijo que no pongan su nombre.
- ✓ Finalmente, con los instrumentos aplicados se realizó la base de datos en Excel, para luego ser procesados en el programa SPSS

Procesamiento y análisis de la información

Para el análisis se utilizó la estadística descriptiva de frecuencias y porcentajes. Así mismo los resultados obtenidos se presentaron en tablas y gráficos de barras apropiados según las variables

Protección de los derechos humanos de los sujetos en estudio

Dentro de las consideraciones éticas que se tuvo en cuenta para la ejecución del presente proyecto de investigación es:

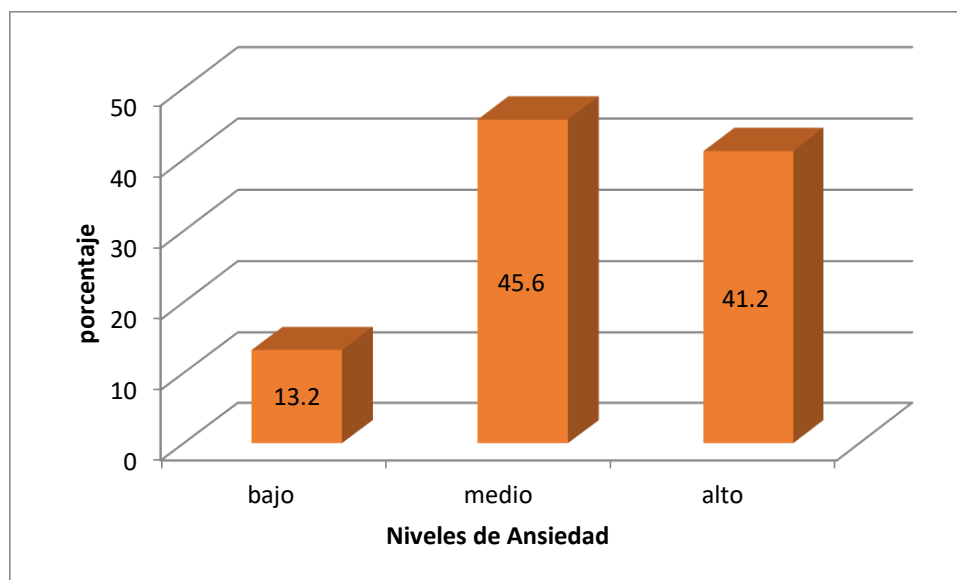
- En primera instancia se pidió permiso al director de la academia preuniversitaria, para poder aplicar el instrumento aplicado.

- En una segunda instancia se pidió el consentimiento informado voluntario a cada uno de los alumnos de la academia preuniversitaria para ser parte de la muestra, después de haberles informado sobre lo que se va a realizar con ellos.
- Se respetó la privacidad y la voluntad de participar de los alumnos de la academia preuniversitaria al momento de recoger la información.

VII. RESULTADOS

Análisis de los resultados

Niveles de ansiedad social en estudiantes de una academia preuniversitaria

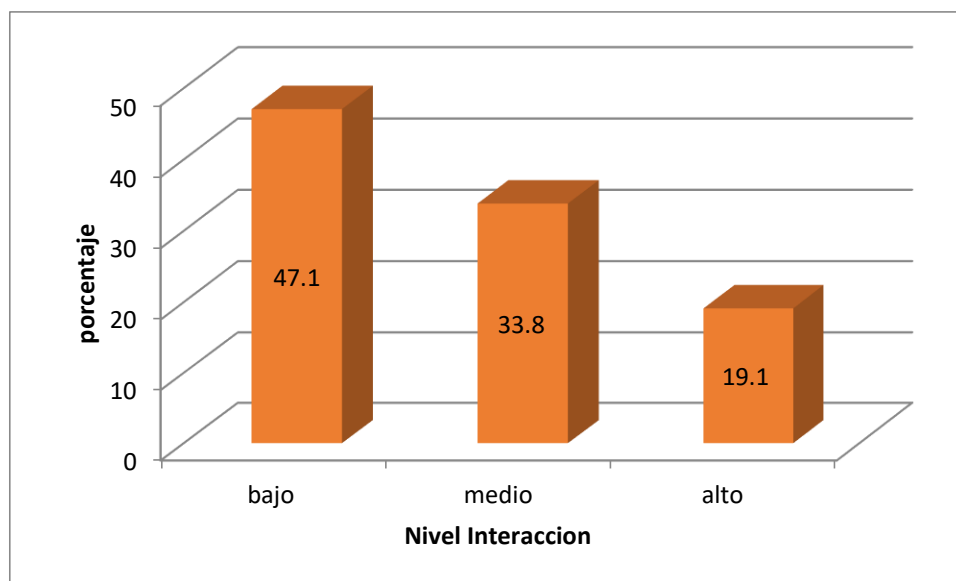


Fuente: Elaboración propia

Figura 1: Niveles de ansiedad social en estudiantes de una academia preuniversitaria de Trujillo 2016.

Como podemos observar en el gráfico de la figura 1, del total de los alumnos que fueron evaluados: el 41,2% muestra un nivel de ansiedad social alto, mientras que el 45,6 tiene un nivel de ansiedad medio y el 13,2% muestra un nivel de ansiedad social bajo demostrando así que existe un nivel de ansiedad social medio.

Niveles de ansiedad frente a la interacción que presentan los estudiantes de una academia preuniversitaria

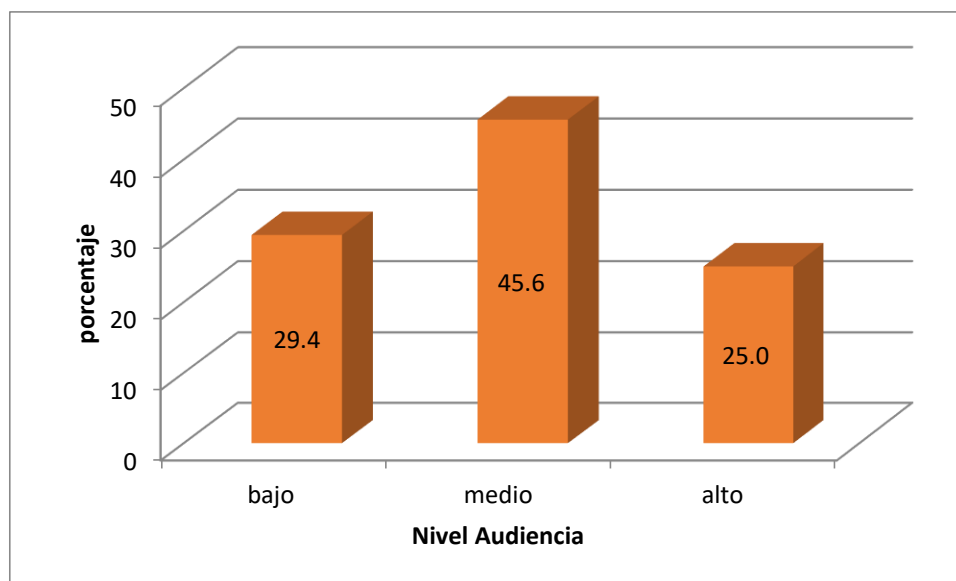


Fuente: Elaboración propia

Figura 2: Niveles de ansiedad frente a la interacción que presentan los estudiantes de una academia preuniversitaria de Trujillo 2016.

En la figura 2 observamos que de todos los estudiantes pre universitarios entre hombres y mujeres se encontró: que el 47,1% muestra un nivel bajo de ansiedad social frente a la interacción mientras que el 33,8% muestra un nivel medio y solamente un 19,1% de estudiantes muestra un nivel de interacción social alta en la misma dimensión demostrando así que existe más estudiantes pre universitarios con un nivel de ansiedad social bajo.

Niveles de ansiedad frente a la audiencia que presentan los estudiantes de una academia preuniversitaria

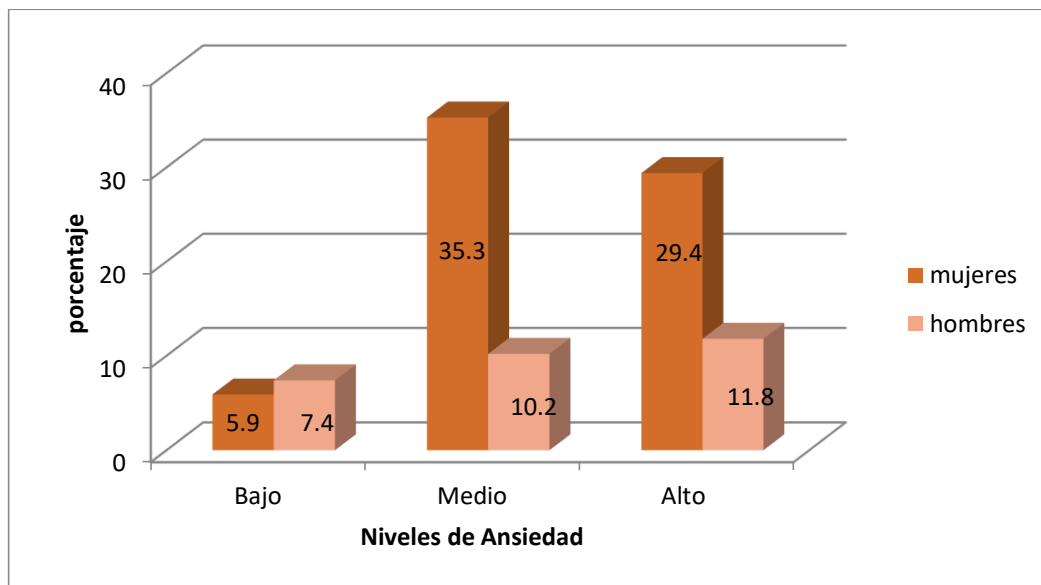


Fuente: Elaboración propia

Niveles de ansiedad frente a la audiencia que presentan los estudiantes de una academia preuniversitaria de Trujillo 2016.

En la figura 3 se observa que del total de evaluados (68) se encuentra que el 29,4% de evaluados presenta un nivel bajo frente a la audiencia, mientras que el 45,6% presenta un nivel medio frente a la audiencia y solo un 25% presenta niveles altos de ansiedad frente a la audiencia. De esta manera se demuestra que la mayor población presenta un nivel medio en ansiedad social frente a la audiencia.

Niveles de ansiedad social según el sexo.



Fuente: Elaboración propia

Figura 4: Niveles de ansiedad social según el sexo de los estudiantes de una academia preuniversitaria de Trujillo 2016.

En la figura 4 se observa que de 68 estudiantes pre universitarios entre hombres y mujeres se encontró que: el 29,4% de mujeres muestra un nivel de ansiedad social alto a diferencia del 11,8% de varones. El 35,3% de mujeres muestran un nivel de ansiedad media en comparación con el 10,2% de varones que muestran un nivel de medio, mientras que en el nivel de ansiedad bajo existe el 7,4 % de varones con este índice, frente al 5,9 de las mujeres; demostrándose así que son las mujeres las que presentan un mayor índice de ansiedad social.

VIII. ANALISIS Y DISCUSIÓN

Con los resultados obtenidos en la presente investigación se demuestra que el 41,2% de los estudiantes preuniversitarios muestran un nivel de ansiedad social alto, el 45,6% muestran un nivel de ansiedad social medio y solo el 13,2% de ellos muestra un nivel de ansiedad social bajo demostrando así que existe un predominio del nivel medio y alto. Así mismo teniendo en cuenta lo evidenciado por Cardenas (2016), director de Salud Mental del Minsa, advierte que las poblaciones más vulnerables son jóvenes entre 16 y 25 años y esto es corroborado pues muchos de estos estudiantes pre universitarios muestran al momento de ser entrevistados y evaluados movimiento ya sea de las manos o los pies al estar, sudoración en las manos o cara al hablar frente a otras personas y evitan mirar a los ojos cuando le están hablando o está hablando frente a un público. De la misma manera Stein (2000) indica que una de cada cinco personas con Ansiedad social creía que sus miedos sociales habían interferido mucho en su educación, incluso una proporción mayor (1 de cada 2) informó de haber abandonado los estudios por esta razón.

Por otro lado en cuanto a las dimensiones de ansiedad social se demuestra que 47,1% muestra un nivel de ansiedad social frente a la interacción bajo, el 33,8% muestra un nivel de ansiedad social frente a la interacción medio y que solo el 19,1% muestra un nivel alto resultados que confirman expuesto por Mas y Cuesta (2004) quienes afirman que la persona teme a actuar de una manera que será humillante o embarazosa y el 29,4% muestra un nivel de ansiedad social frente a la audiencia bajo, el 45,6% muestra un nivel de ansiedad social frente a la audiencia medio, mientras que el 25% muestra un nivel alto; finalmente notamos que

resultados que obtenidos nos permiten comparar con la investigación realizada por Sierra y Salinas (2007), demostró que los jóvenes con ansiedad social mostraban un porcentaje de comorbilidad superior al presentado por los jóvenes con otras psicopatologías en los índices referentes a la ansiedad y evitación de situaciones sociales mientras que el segundo grupo supera al primero en otros problemas clínicos menos relacionados con la interacción social.

Por otro lado en cuanto al género se encontró que el 29,4% de mujeres muestra un nivel de ansiedad social alto, el 35,3% de mujeres muestra un nivel de ansiedad social medio mientras que el 5,9% de las mujeres muestra un nivel de ansiedad social bajo; por otro lado el 11,8% de hombres muestra un nivel de ansiedad alto, el 10,2% de hombres muestra un nivel de ansiedad medio y el 7,4% muestra un nivel de ansiedad social bajo, con estos resultados se afirma que al igual que en la investigación realizada por Gómez (2006) comprobó que el apoyo social tendría una relación negativa en cuanto a los trastornos psicológicos y quejas psicosomáticas para las mujeres que para los hombres, puesto que son las mujeres quienes se muestran más susceptibles ante los cambios. Del mismo modo (López, 2006), demostró que tanto chicos como chicas que informan de altos niveles de ansiedad social se sienten menos aceptados y apoyados por sus compañeros, y menos atractivos.

Además, las chicas adolescentes con niveles elevados de ansiedad social se comprometen más con sus compañeros debido a que manifiestan tener menos amigos íntimos y perciben estas relaciones de amistad como menos íntimas, de menor compañerismo y apoyo social que las chicas adolescentes con niveles bajos de ansiedad social. Estos hallazgos sugieren que la ansiedad social puede interferir

de manera específica y especialmente en las chicas en el desarrollo de relaciones estrechas de amistad.

Por otro lado, estos resultados se comprueban también con ayuda de los teóricos presentes en esta investigación pues Trower y Gilbert (1989) citados por Tuesta (2004), demuestran que ansiedad social se relaciona con aquello que hace referencia a la interacción con seres de la misma especie. Pese a todo, el uso del término trastorno por ansiedad social para referirse a este tipo de fenómenos es algo conflictivo y de igual forma Beck (2007) asevera que "El elemento crucial en los estados de ansiedad social, es un proceso que puede tomar la forma de un pensamiento automático o imagen que aparece rápidamente, como un reflejo, después de un estímulo inicial (por ejemplo: respiración entrecortada), aparentemente creíble y seguida por una ola de ansiedad, manteniendo que la percepción y la estructura de las experiencias del individuo determinan sus sentimientos y conducta (Heimberg 2004).

IX. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

Los resultados de la presente investigación nos permiten llegar a las siguientes conclusiones:

- El 41,2% de los estudiantes preuniversitarios muestran un nivel de ansiedad social alto, el 45,6% muestran un nivel de ansiedad social medio y solo el 13,2% de ellos muestra un nivel de ansiedad social bajo demostrando así que existe un predominio del nivel medio y alto.
- El 29,4% de la población muestra un nivel de ansiedad social frente a la audiencia bajo, el 45,6% de la población muestra un nivel de ansiedad social frente a la audiencia medio, mientras que el 25% muestra un nivel alto, demostrándose así que existen niveles medios de ansiedad frente a la audiencia.
- El 47,1% muestra un nivel de ansiedad social frente a la interacción bajo, el 33,8% muestra un nivel de ansiedad social frente a la interacción medio y que el 19,1% muestra un nivel alto, demostrándose que existen más de la mitad de la población con estándares de ansiedad medios y altos.
- Finalmente en cuanto al sexo se encontró que el 29,4% de mujeres muestra un nivel de ansiedad social alto, el 35,3% de mujeres muestra un nivel de ansiedad social medio mientras que el 5,9% de las mujeres

muestra un nivel de ansiedad social bajo; por otro lado el 11,8% de hombres muestra un nivel de ansiedad alto, el 10,2% de hombres muestra un nivel de ansiedad medio y el 7,4% muestra un nivel de ansiedad social bajo. Quedando demostrado que son las mujeres quienes presentan un mayor nivel de ansiedad que los hombres.

Recomendaciones

- Ampliar estudios incluyendo a otras academias pre universitarias para obtener datos que se puedan globalizar a una población más amplia.
- Realizar investigaciones que incluyan otras variables como familia, así mismo otros estudios comparativos entre distintas academias.
- Sobre la base de los resultados obtenidos se pueden desarrollar actividades socializadoras y terapéuticas para disminuir los niveles de ansiedad ya que se observa más del 40% en niveles altos.

X. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Agudelo, D. M, Casadiegos, C.L, Sánchez, D.N (2007). Características de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. *International Journal of Psychology Research*, 2007. Vo.I,

Barraca, J. (2006). *La mente o la vida: Una aproximación a ACT*. Bilbao: Desclée De Brouwer.

Beck, A.T. (1997). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: Internacional Universities Press. Cano, V. A. y Miguel T. J.J. (2001).

Beck, A. T., Emery, G. y Greenberg, R. L. (1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. New York: Basic Books citados en su libro manual de tratamiento de los trastornos de ansiedad Vara 2015.

Clark, D. M. (2001). A cognitive perspective on social phobia. En W. R. Crozier y L. E. Alden (Eds.), *International Handbook of social anxiety: Concepts, research and interventions relating to the self and shyness* (p. 405-430). Londres: John Wiley & Sons.

Chávez De Anda, E. G. (2004). Estrategias de afrontamiento a ansiedad de evaluación y su relación con el desempeño académico en estudiantes universitarios incorporados a modelos educativos innovadores. México: Universidad de Colima. Facultad de Psicología. Conde, E. (2004).

Heimberg, R., Liebowitz, M., Hope F. y Schneier (2000). Fobia Social: Diagnostico, evaluación y tratamiento. Barcelona: Martínez Roca.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, L. (2006) Metodología de la Investigación. McGraw Hill: Mexico.

Gómez, I., Moreno, E. y López, N. (2006). (In) Sensibilidad a unas u otras contingencias en el marco de la conducta gobernada por reglas. México: Plaza y Valdés, S.A.

Krusemark, E. A. & Li, W. (2012) Enhanced Olfactory Sensory Perception of Threat in Anxiety: An Event-Related fMRI Study. Chemosensory Perception.

Luciano, M.C. (2001). Sobre el trastorno de evitación experiencial (TEE) y la terapia de aceptación y compromiso (ACT). En C. Luciano (Ed.), Terapia de aceptación y compromiso (ACT). Libro de casos (pp- 3-18). Valencia: Promolibro.

Luciano, M.C., y Hayes, S. C. (2001). Trastorno de evitación experiencial. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, 1, 109-157.

Luciano, M.C., Valdivia, S., Gutiérrez, O. y Páez-Blarrina, M. (2006). Avances desde la Terapia de la Aceptación y Compromiso (ACT). *EduPsykhé*, 5, 173-201.

Martín, Félix (2005) La ansiedad en la educación musical. *Revista de Psicodidáctica*.

Méndez, F.J., Sánchez, J., Moreno, P. (2001). Eficacia de los Tratamientos Psicológicos para la Fobia Social: Un estudio Meta-Analítico. *Psicología Conductual*,

Pérez Álvarez, M. (2006). La terapia de conducta de tercera generación. *eduPsykhé*, 5, 159-172.

Sánchez, J., Rosa, A. I. & Olivares, J. (2004). El tratamiento de la fobia social específica y generalizada

Simon, N. M., Otto, M. W., Korbly, N. B., Peters, P. M., Nicolaou, D. C., Pollack, M. H. (2002). Quality of life in social anxiety disorder compared with panic disorder and the general population. *Psychiatric Services*, 53(6), 714-718.

Stein, M. B., Torgrud, L. J. y Walker, J. R. (2000). Social phobia symptoms,

subtypes, and severity: Findings from a community survey. *Arch Gen Psychiatry*,

57,

1046-1052.

XI. Anexo

Instrumento de evaluación

Test de ansiedad social

Nombre del instrumento	: Escala de ansiedad Social
Autor	: Marc Leary
Año	: 1983
Objetivo	: Identificar los niveles de ansiedad frente a la audiencia y frente a la interacción.
Dimensiones	: Ansiedad frente a la audiencia Ansiedad frente a la Interacción
Dirigido a	: Estudiantes universitarios a partir de los 16 años.
Adaptado por	: Ramón León & Priscilia Tejada 1996

BAREMACIÓN

El propósito de la baremación es convertir los puntajes directos obtenidos en un test en puntuación estándar para interpretar los resultados y compararlos entre sí.

Un criterio de baremación utilizado con frecuencia es el de normalización, donde las puntuaciones brutas son convertidas a puntuaciones Z, asumiendo un promedio (μ) y una desviación estándar (σ). Si $\mu = 50$ y $\sigma = 10$, se denomina “Baremación T”; cuyas normas son:

PUNTAJE ESTÁNDAR	CATEGORIA
0 - 30	- Muy Bajo
31 - 40	- Bajo
41 - 45	- Promedio Bajo
46 - 55	- Promedio
56 - 59	- Promedio Alto
60 - 69	Alto
70 - +	Muy Alto

Baremos t de la escalas de ansiedad social y sus dimensiones de ansiedad frente a la audiencia y ansiedad frente a la interacción, en una muestra de 588 - Chimbote, Perú 2016.

Escala y dimensiones	Puntaje directo	Nivel de aplicación de
Puntaje estándar		Escala

Ansiedad social

65 - +	≥ 101	Alto
46 - 63	72 - 100	Medio
0 - 45	≤ 71	Bajo

Interacción

60 - +	≥ 59	Alto
46 - 63	40 - 58	Medio
0 - 45	≤ 39	Bajo

Audiencia

64 - +	≥ 44	Alto
46 - 63	32 - 43	Medio
0 - 45	≤ 31	Bajo

Análisis de confiabilidad

Resumen de procesamiento de casos

	N	%
Casos Válido	588	100,0
Excluido ^a	0	,0
Total	588	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,854	28

Estadísticas de escala

Media	Varianza	Desviación estándar	N de elementos
79,44	220,288	14,842	28

CONSENTIMIENTO INFORMADO

El propósito de la presente ficha de consentimiento es proveer a los participantes de esta investigación una clara explicación de la misma, así como de su rol en ella como participantes.

La investigación es conducida por Edwin Rojas Avalos, egresado de Psicología de la Universidad San Pedro de Chimbote, bajo la dirección del asesor Martín Castro Santiesteban. El objetivo del estudio es medir los niveles de ansiedad social y sus dimensiones.

Aquello permitirá un mayor conocimiento sobre los niveles de ansiedad social, lo cual además podría contribuir con la mejora en sus actuales tratamientos.

Si usted accede a participar en esta investigación se le pedirá responder a un protocolo que consta 28 preguntas con 5 alternativas.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas en el protocolo serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

Adicionalmente, es importante resaltar que los participantes no recibirán ninguna información acerca de su desempeño en este estudio o sobre los resultados del mismo.

Aquellos serán luego publicados en la Tesis una vez concluida la investigación. Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse en cualquier momento sin que eso lo

perjudique en ninguna forma. Si algunas de las preguntas del protocolo le resultan incómodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas.

Desde ya le agradecemos por su tiempo y participación.