

UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA



TESIS

**“Ansiedad frente al examen de admisión de los estudiantes
pre universitarios de la Academia A20 La Pre, Huánuco 2025”**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

AUTORA: Chacon Lazaro, Edith Rosario

ASESORA: Mendoza Morales, Carmen

HUÁNUCO – PERÚ

2025

U

D

H



TIPO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:

- Tesis (X)
- Trabajo de Suficiencia Profesional()
- Trabajo de Investigación ()
- Trabajo Académico ()

LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN: Psicología educativa

AÑO DE LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN (2020)

CAMPO DE CONOCIMIENTO OCDE:

Área: Ciencias sociales

Sub área: Psicología

Disciplina: Psicología (incluye terapias de aprendizaje, habla, visual y otras discapacidades físicas mentales)

DATOS DEL PROGRAMA:

Nombre del Grado/Título a recibir: Título

Profesional de licenciado en psicología

Código del Programa: P05

Tipo de Financiamiento:

- Propio (X)
- UDH ()
- Fondos Concursables ()

DATOS DEL AUTOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 71459273

DATOS DEL ASESOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 22515653

Grado/Título: Maestra en gestión pública

Código ORCID: 0000-0002-5360-1649

DATOS DE LOS JURADOS:

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	GRADO	DNI	Código ORCID
1	Diestro Caloretti, Karina Vanessa	Maestra en administración de la educación	25769441	0000-0002-0497-1889
2	Miraval Tarazona, Lincoln Abraham	Magíster en Psicología Educativa	22404062	0000-0003-0269-8599
3	Tellez Cordero, Reneé del Carmen	Maestro en psicología, con mención en intervención psicológica e investigación	08837346	0000-0001-6378-5050



Facultad de Ciencias de la Salud
Programa Académico Profesional de Psicología
"Psicología, la fuerza que mueve al mundo y lo cambia"

**"AÑO DE LA RECUPERACIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LA ECONOMÍA
PERUANA"**

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Huánuco, siendo las 8:30 A.M. horas del día 05 del mes de diciembre del año dos mil veinticinco, en el auditorio de la Facultad de Ciencias de la Salud de la ciudad universitaria La Esperanza en cumplimiento de lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad de Huánuco, se reunió el **Jurado Calificador** integrado por los docentes:

- MG. AIDA MARGARITA TARAZONA SOTO **PRESIDENTE**
- MG. LINCOLN ABRAHAM MIRAVAL TARAZONA **SECRETARIO**
- MG. RENEE DEL CARMEN TELLEZ CORDERO **VOCAL**
- MG. KARINA VANESSA DIESTRO CALORETTI (**JURADO ACCESITARIO**)
- **ASESOR DE TESIS MG. CARMEN MENDOZA MORALES**

Nombrados mediante Resolución N° 3188-2025-D-FCS-UDH, para evaluar la Tesis titulada. **"ANSIEDAD FRENTE AL EXÁMEN DE ADMISIÓN EN ESTUDIANTES PRE UNIVERCITARIOS DE LA ACADEMIA A20 LA PRE – HUÁNUCO 2025"**; Presentado por la Bachiller en Psicología, **SRA. CHACON LAZARO, EDITH ROSARIO**, para optar el Título Profesional de **LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**.

Dicho acto de sustentación se desarrolló en dos etapas: exposición y absolución de preguntas, procediéndose luego a la evaluación por parte de los miembros del Jurado.

Habiendo absuelto las objeciones que le fueron formuladas por los miembros del jurado y de conformidad con las respectivas disposiciones reglamentarias, procedieron a deliberar y calificar, declarándolo (a) 1.5 por Unanimidad con el calificativo cuantitativo de 1.5 y cualitativo de Buena.

Siendo las, 9:52 Horas del día 05 del mes de Diciembre del año 2025, los miembros del Jurado Calificador firman la presente Acta en señal de conformidad.

MG. KARINA VANESSA DIESTRO CALORETTI

orcid.org/0000-0002-0497-1889 - DNI: 25769441

PRESIDENTE

MG. LINCOLN ABRAHAM MIRAVAL TARAZONA

Orcid.org/0000-0003-0269-8599 - DNI: 22404062
SECRETARIO

MG. RENEE DEL CARMEN TELLEZ CORDERO

Orcid.org/0000-0001-6378-5050 - DNI: 08837346
VOCAL

Jr. Hermilio Valdizán N°871 – Jr. Progreso N° 650 – Teléfono La Esperanza: (062) 518452 – (062) 515151 Anexo 331
Telefax: 062 513154 – E-mail: ud.ocv@terra.com.pe

HUÁNUCO - PERÚ



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El comité de integridad científica, realizó la revisión del trabajo de investigación del estudiante: EDITH ROSARIO CHACÓN LÁZARO, de la investigación titulada "ANSIEDAD FRENTE AL EXAMEN DE ADMISIÓN EN ESTUDIANTES PRE UNIVERSITARIOS DE LA ACADEMIA A20 LA PRE - HUÁNUCO 2025", con asesor(a) CARMEN MENDOZA MORALES, designado(a) mediante documento: RESOLUCIÓN N° 2035-2025-D-FCS-UDH del P. A. de PSICOLOGÍA.

Puede constar que la misma tiene un índice de similitud del 25 % verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el Software Turnitin.

Por lo que concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con todas las normas de la Universidad de Huánuco.

Se expide la presente, a solicitud del interesado para los fines que estime conveniente.

Huánuco, 13 de noviembre de 2025



RICHARD J. SOLIS TOLEDO
D.N.I.: 47074047
cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



MANUEL E. ALIAGA VIDURIZAGA
D.N.I.: 71345687
cod. ORCID: 0009-0004-1375-5004

105. CHACON LAZARO, EDITH ROSARIO.docx

INFORME DE ORIGINALIDAD

25%

INDICE DE SIMILITUD

25%

FUENTES DE INTERNET

4%

PUBLICACIONES

6%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

hdl.handle.net

Fuente de Internet

6%

2

repositorio.ucv.edu.pe

Fuente de Internet

3%

3

repositorio.udh.edu.pe

Fuente de Internet

3%

4

repositorio.autonoma.edu.pe

Fuente de Internet

3%

5

dspace.ups.edu.ec

Fuente de Internet

1%



RICHARD J. SOLIS TOLEDO

D.N.I.: 47074047

cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



MANUEL E. ALIAGA VIDURIZAGA

D.N.I.: 71345687

cod. ORCID: 0009-0004-1375-5004

DEDICATORIA

A mi familia por guiarme siempre por el buen camino y estar conmigo en cada logro de mi vida, por ser mi soporte, mi motivo, permitiendo no rendirme a pesar de las adversidades, alentándome que todo sacrificio al final tendrá su recompensa, sé que soy un orgullo para ellos y no los voy a defraudar hasta cumplir mis metas trazadas.

A las personas maravillosas que Dios puso en mi camino en el transcurso de toda mi carrera profesional, compañeros, docentes y asesora quienes me enseñaron el valor de mi profesión y la pasión con la que se debe ejercer, siempre estaré muy agradecida por ello y lo orgullosa de haber logrado culminar mi profesión.

AGRADECIMIENTO

Deseo expresar mi más profundo agradecimiento a la Universidad de Huánuco, por albergarme todos estos años de formación profesional, por brindarme las herramientas necesarias para ser una profesional de éxito. Asimismo, agradezco al personal administrativo el lograr continuamente grandes cambios.

Mi gratitud a los docentes de la Facultad de Psicología, que en el transcurso de estos 5 años nos brindaron las mejores enseñanzas y conocimientos, por su constante apoyo, experiencias y grandes consejos brindados que constituyen la base de mi logro profesional, con el objetivo de ser profesionales de éxito.

Agradezco sinceramente a mi asesora, en confiar en este proyecto con mi persona, por el apoyo y tiempo brindado en todo el proceso. Doy gracias profundamente a sus recomendaciones y observaciones logrando un proyecto impecable gracias a ello puedo decir que es una realidad, la realización de esta investigación.

Un agradecimiento especial a los directivos, docentes y alumnos de la Academia preuniversitaria A20 La Pre, por el apoyo brindado desde el inicio del estudio, por mostrarse interesados en el éxito de la investigación.

ÍNDICE

DEDICATORIA	II
AGRADECIMIENTO	III
ÍNDICE.....	IV
ÍNDICE DE TABLAS.....	VI
ÍNDICE DE FIGURAS.....	VII
RESUMEN.....	VIII
ABSTRACT.....	IX
INTRODUCCIÓN.....	X
CAPÍTULO I.....	11
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	11
1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA.....	11
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	14
1.2.1. PROBLEMA GENERAL	14
1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS.....	14
1.3. OBJETIVO GENERAL.....	14
1.4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	15
1.5. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	15
1.5.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA	15
1.5.2. JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA	15
1.5.3. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA.....	15
1.6. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN.....	16
1.7. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN	16
CAPÍTULO II.....	17
MARCO TEÓRICO	17
2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	17
2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES	17
2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES	18
2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES	20
2.2. BASES TEÓRICAS	21
2.2.1. ANSIEDAD FRENTE A EXÁMENES	24
2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES.....	28
2.4. HIPÓTESIS	29
2.4.1. HIPÓTESIS GENERAL.....	29

2.4.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS	29
2.5. VARIABLES	30
2.5.1. VARIABLE ÚNICA	30
2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	31
CAPÍTULO III	32
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	32
3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN	32
3.1.1. TIPO	32
3.1.2. ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN	32
3.1.3. ALCANCE O NIVEL DE INVESTIGACIÓN	32
3.1.4. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	32
3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA	33
3.2.1. POBLACIÓN	33
3.2.2. MUESTRA	33
3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	35
3.3.1. TÉCNICA	35
3.3.2. INSTRUMENTO	35
3.4. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE INFORMACIÓN	37
3.4.1. PLAN DE TABULACIÓN	37
3.4.2. PRUEBAS ESTADÍSTICAS (ESTADÍGRAFOS)	37
CAPÍTULO IV	38
RESULTADOS	38
4.1. RESULTADOS DESCRIPTIVOS	38
CAPÍTULO V	43
DISCUSIÓN DE RESULTADOS	43
CONCLUSIONES	45
RECOMENDACIONES	46
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	48
ANEXOS	53

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Población de los estudiantes de la Academia A20 La Pre	33
Tabla 2 Muestra de los estudiantes de la Academia A20 La Pre.....	34
Tabla 3 Nivel de ansiedad frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco	38
Tabla 4 Nivel de preocupación de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco	39
Tabla 5 Nivel de reacciones fisiológicas de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco.....	40
Tabla 6 Nivel de situación de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco	41
Tabla 7 Nivel de respuesta de evitación de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco.....	42

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Nivel de ansiedad frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco	38
Figura 2 Nivel de preocupación de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco	39
Figura 3 Nivel de reacciones fisiológicas de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco.....	40
Figura 4 Nivel de situación de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco	41
Figura 5 Nivel de respuesta de evitación de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco.....	42

RESUMEN

La tesis lleva por título: Ansiedad frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la Academia A20 La Pre, Huánuco 2025, el cual tuvo como objetivo principal determinar el nivel de ansiedad más frecuente frente al examen de admisión de los estudiantes preuniversitarios de la académica en mención. La metodología fue de tipo básico, de enfoque cuantitativo, bajo un diseño no experimental – transversal y nivel descriptivo. Como muestra participaron 150 estudiantes preuniversitarios, aplicándose el cuestionario de evaluación de problemas de ansiedad ante los exámenes (CAEX). Los resultados determinaron que en relación con la ansiedad frente al examen de admisión en los estudiantes preuniversitarios predominó el nivel ansiedad leve correspondiente al 56,7%, mientras que el 40,7% se encuentran en el nivel ansiedad moderada y finalmente el 2,7% presenta un nivel ausente. Por lo que se concluye que existe un nivel leve de ansiedad frente al examen de admisión de los estudiantes preuniversitarios de la académica A20 La Pre.

Palabras claves: Ansiedad, examen, admisión, estudiantes, preuniversitarios.

ABSTRACT

The thesis is entitled Anxiety about the entrance exam for pre-university students at Academia A20 La Pre, Huánuco 2025, whose main objective was to determine the most frequent level of anxiety about the admission exam among pre-university students at the aforementioned academy. The methodology was basic, quantitative, descriptive, and non-experimental-cross-sectional. The sample consisted of 150 pre-university students, who completed the questionnaire for assessing anxiety problems before exams (CAEX). The results determined that, in relation to anxiety about the admission exam, 56.7% of pre-university students had a mild level of anxiety, while 40.7% had a moderate level of anxiety and 2.7% had no anxiety. It was therefore concluded that there is a mild level of anxiety about the admission exam among pre-university students in the A20 La Pre academic year.

Keywords: Anxiety, exam, admission, students, pre-university.

INTRODUCCIÓN

La investigación se titula: Ansiedad frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la Academia A20 La Pre, Huánuco 2025, investigación que se desarrolló bajo los lineamientos establecidos por la Universidad de Huánuco y el Programa Académico de Psicología. Dicho estudio radica su importancia en el objetivo de determinar el nivel de ansiedad más frecuente frente al examen de admisión de los estudiantes preuniversitarios de la académica en mención. Por lo tanto, el estudio que presentamos se estructura de la siguiente manera:

El capítulo I se centra en el planteamiento del problema, en el cual se detalla la problemática de las variables que se van a investigar, se consolidan los objetivos y se analizan la justificación teórica, práctica y metodológica. Además de las limitaciones y la viabilidad.

El capítulo II detalla la base teórica que sustenta la investigación, empezando por los antecedentes de nivel internacional, nacional y local. También describe el marco teórico y las definiciones conceptuales de cada variable, junto con su operacionalización y el establecimiento de las hipótesis.

El Capítulo III describe información de los métodos de investigación, destacando el tipo, enfoque, nivel y diseño del estudio. También de la descripción de los datos poblacionales, la muestra del estudio, las metodologías de recopilación de datos y el correspondiente análisis de datos.

Una vez concluida la recopilación y el tratamiento de los datos en el capítulo IV, se obtienen los resultados. El análisis de estos resultados implica un procedimiento estadístico descriptivo, que se presenta mediante tablas y gráficos para facilitar una interpretación precisa.

El capítulo V describe el análisis detallando los resultados, lo que se conoce como la discusión de estas con las conclusiones extraídas de los antecedentes de la investigación expuestos en el marco teórico. Por último se describen las conclusiones, recomendaciones y sus respectivas referencias bibliográficas.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

La ansiedad se define como un estado de ánimo que se manifiesta a través de preocupaciones persistentes, las cuales pueden variar en niveles e intensidad. Estas preocupaciones son influenciadas tanto por las características internas del individuo como por su interacción con el entorno. Este fenómeno puede dar lugar a dificultades en diversas áreas de la vida, incluyendo el familiar, académico, personal y laboral (Sairitupac et al., 2020).

Según la Organización Mundial de la Salud, en Latinoamérica se ha observado un incremento significativo en la prevalencia de trastornos de ansiedad. En este contexto, Paraguay presenta un 11,5% de su población afectada, seguido por Uruguay con un 10,8%. Por otro lado, Brasil y Argentina registran tasas de ansiedad del 7,8% y 7,1%, respectivamente, lo que indica que estos países también experimentan niveles relevantes de este trastorno (Galindo, 2021).

La ansiedad se presenta como un fenómeno amplio que da origen a diversos subtipos específicos, entre los cuales se encuentra la ansiedad ante exámenes. Esta última puede definirse de manera similar a la ansiedad general, pero se contextualiza dentro de un entorno académico. Este subtipo de ansiedad se centra en el ámbito educativo, y su característica principal radica en la tendencia a reaccionar de manera desadaptativa, específicamente ansiosa, ante situaciones de evaluación. Esta respuesta se origina en la interpretación y el análisis que el estudiante realiza sobre la posibilidad de obtener un resultado negativo, lo que puede conducir a un fracaso que trasciende lo académico e impacta en el ámbito personal (Nabarro y Ilizarbe, 2020).

La ansiedad ante los exámenes se asocia con una predisposición a experimentar ansiedad en situaciones de evaluación, caracterizada principalmente por la preocupación por un rendimiento deficiente. Esta relación ha sido corroborada por investigaciones realizadas en países de Latinoamérica, como lo demuestra el estudio de Martino (2018), en el cual

se encontró que el 71,8% de los estudiantes presentaron niveles medios de ansiedad en relación con los exámenes. De manera similar a lo señalado por Porras y Ortega (2021), se ha evidenciado que la ansiedad ante el examen y la postergación se relacionan con componentes de ansiedad en los estudiantes. En este contexto, se identificaron tres niveles de ansiedad: alto (28.9 %), medio (45.3 %) y bajo (25.9 %), respectivamente. De manera similar, Torrano et al. (2020) evidencian en su estudio que las mujeres en el nivel de bachillerato presentan un mayor índice de ansiedad.

Un estudio llevado a cabo en Argentina por Gómez (2023) analizó las emociones antes, durante y después del examen, estableciendo una relación entre la variable "instancia de examen" y la variable "emociones". El 35% de los encuestados manifestó que la emoción predominante antes de un examen es la ansiedad, seguida por la inseguridad, angustia y miedo. Durante el examen, se observó una disminución significativa de las emociones predominantes antes del mismo, con la excepción del miedo y del estado de nervios, mientras que se registró un aumento en la sensación de tranquilidad. Tras la realización del examen, la emoción predominante fue la tranquilidad, lo que contribuyó a un aumento en la alegría. Sin embargo, algunos alumnos manifestaron sentimientos de tristeza en esta etapa.

En el contexto peruano, se ha reportado que al menos el 16,3% de los adolescentes y jóvenes de entre 15 y 18 años han sido diagnosticados con algún trastorno de salud mental (Instituto Nacional de Salud Mental, 2021). Además, un estudio realizado por el Ministerio de Educación (Minedu, 2019) indicó que el 85% de los estudiantes presenta dificultades en su estado mental, de los cuales el 82% manifiestan síntomas de ansiedad. Se ha documentado que el 30% de los estudiantes se ve afectado por la presión académica, siendo particularmente vulnerables aquellos que se encuentran en el proceso de ingreso a la universidad. Este grupo, predominantemente compuesto por adolescentes, experimenta una etapa de cambios normativos que se ve agravada por la presión académica intrínseca y la que proviene de su entorno. Como consecuencia, se observan niveles elevados de ansiedad en relación con los exámenes preuniversitarios, los cuales son esenciales y clasificatorios para el acceso a la educación superior (Barrutia, 2021).

Alegre (2013) identificó relaciones significativas en su estudio respecto a la ansiedad ante exámenes, abarcando sus diversas dimensiones. Chacaltana y Zamora (2014) señalaron que un 27% de los escolares presentó un nivel superior de ansiedad ante los exámenes, observándose que las mujeres manifestaron una mayor ansiedad en comparación con sus pares masculinos. En consecuencia, resulta fundamental considerar los datos estadísticos relacionados con esta problemática, tal como se ha señalado anteriormente.

En tal sentido, el ingreso a una universidad representa un hito trascendental en la vida de los jóvenes, al ser una etapa que define su futuro académico y profesional. En este contexto, el examen de admisión se percibe como un desafío que genera altas expectativas y presiones tanto personales como sociales. Este escenario puede desencadenar elevados niveles de ansiedad, una respuesta emocional caracterizada por sentimientos de temor, preocupación y tensión, que en muchos casos afecta negativamente el rendimiento académico y el bienestar general de los estudiantes.

En la academia A20 La Pre de Huánuco, institución dedicada a la preparación intensiva de estudiantes para enfrentar el examen de admisión a universidades, se ha observado que los jóvenes enfrentan múltiples factores estresantes. Entre estos se encuentran las altas exigencias académicas, la presión familiar y social por lograr el ingreso, así como la incertidumbre sobre los resultados, lo que crea un entorno de constante tensión emocional. Estos factores pueden intensificar los niveles de ansiedad, afectando la concentración, la toma de decisiones, la memoria e incluso la motivación para continuar con el proceso preparatorio, reduciendo así las probabilidades de éxito en las evaluaciones.

Sin embargo, a pesar de que este fenómeno es notorio en las aulas preuniversitarias y ha sido ampliamente abordado en otros contextos educativos, se evidencia una escasa producción académica y escasa sistematización de datos que den cuenta de cómo la ansiedad frente al examen de admisión afecta específicamente a los estudiantes

preuniversitarios de la región Huánuco. Esta falta de información limita la implementación de estrategias adecuadas por parte de docentes, tutores y responsables pedagógicos que buscan mejorar tanto el rendimiento académico como la salud emocional de sus estudiantes.

Por tanto, identificar y analizar los niveles de ansiedad en este grupo resulta crucial para evidenciar la magnitud del problema y proponer estrategias de intervención psicológica y educativa que permitan generar un entorno de preparación más saludable, con prácticas que disminuyan los factores de riesgo asociados a la ansiedad, favorezcan el bienestar emocional y contribuyan al logro de las metas educativas de los estudiantes.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. PROBLEMA GENERAL

¿Cuál es el nivel de ansiedad frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025?

1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS

- ¿Cuál es el nivel de preocupación frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025?
- ¿Cuál es el nivel de reacciones fisiológicas frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025?
- ¿Cuál es el nivel de situación frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025?
- ¿Cuál es el nivel de respuesta de evitación frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025?

1.3. OBJETIVO GENERAL

Determinar el nivel de ansiedad frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.

1.4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Determinar el nivel de preocupación frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.
- Identificar el nivel de reacciones fisiológicas frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.
- Determinar el nivel de situación frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.
- Identificar el nivel de respuesta de evitación frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.

1.5. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

1.5.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA

Se justificó teóricamente debido a que examinó aspectos específicos del tema y teorías que contribuyen al avance del conocimiento sobre la ansiedad frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, el estudio utilizó fundamentos teóricos propios de la variable para sustentar sus hallazgos y generar nuevas perspectivas sobre el tema.

1.5.2. JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA

El presente estudio tuvo como objetivo determinar el nivel de ansiedad frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre. A partir de ello, los resultados pueden servir como base para desarrollar estrategias que permitan abordar la ansiedad, la cual puede tener efectos negativos en el rendimiento del estudiante.

1.5.3. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA

Se empleó procedimientos adecuados para recopilar datos y determinar el nivel de ansiedad frente al examen de admisión de los

estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre. Este trabajo puede orientar futuras investigaciones que adopten un enfoque metodológico similar.

1.6. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

Debido a la naturaleza sensible del tema, se tomó en cuenta un horario específico para que la institución y los docentes nos permitan interactuar con los estudiantes y aplicar nuestro método de investigación sin interrumpir ni alterar las clases.

1.7. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

El estudio fue viable ya que se contó con los recursos materiales, económicos y financieros suficientes, todos ellos financiados por el propio investigador. Además, contamos con los recursos humanos necesarios, el tiempo adecuado y la asesoría correspondiente para llevar a cabo con éxito el estudio.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES

Díaz y Macareo (2022), en Colombia, en su tesis titulada: *“Niveles de ansiedad en estudiantes pertenecientes a los grados décimo y undécimo de una institución educativa en la ciudad de Bucaramanga”*. La muestra se conformó por 300 escolares de bachillerato de los grados décimo y undécimo, recopilándose datos mediante el inventario de Ansiedad de Beck. Los resultados indicaron que el 13% de escolares presentan niveles de ansiedad mínima, lo que corresponde a un total de 39 escolares de los 300 evaluados. Se observó que el 27% presenta niveles de ansiedad leve, lo que corresponde a un total de 80 individuos. Asimismo, el 17% de la población estudiantil muestra ansiedad moderada, lo que equivale a 52 estudiantes. Por último, el 43% de los estudiantes, es decir, 129 individuos, manifiesta niveles de ansiedad grave. En conclusión, se observó que más del cincuenta por ciento de los estudiantes se clasificaron en los niveles de ansiedad moderada y grave.

Villavicencio y Prado (2023), en Ecuador, realizaron la investigación titulada: *“Estrategias de afrontamiento y ansiedad ante los exámenes de los estudiantes de nuevo ingreso de la facultad de Ingeniería de la Universidad de Cuenca, periodo junio – noviembre 2023”*. Contó con una muestra del total de alumnos de ambos sexos de 4 carreras de Ingeniería, aplicando como instrumento el cuestionario COPE – 28 de Carver (1997) y la escala de Spanish Cognitive Test Anxiety Scale (S – CTAS). Los hallazgos evidencian una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y los niveles de ansiedad en alumnos del primer ciclo en el contexto de los exámenes. En conclusión, los alumnos emplean diversas estrategias de afrontamiento; no obstante, se observa una prevalencia significativa de ansiedad psicológica en este grupo.

Núñez y Gavilanes (2023), en Ecuador, realizaron la investigación titulada: *“Procrastinación académica y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios”*, mediante una muestra de 433 estudiantes de las carreras de Enfermería y Nutrición. Para la recolección de datos se utilizó: la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la Escala de ansiedad ante exámenes C-TAS. El estudio concluyó que las correlaciones observadas fueron estadísticamente significativas. Se estableció una relación directamente proporcional entre la postergación de actividades y la ansiedad ante exámenes, mientras que la relación entre la autorregulación y la ansiedad ante exámenes resultó ser inversamente proporcional. En el ámbito de la procrastinación académica, se observó que, en las dimensiones de autorregulación y postergación de actividades, predominó un nivel promedio. Se observó una prevalencia de ansiedad ante exámenes del 10.2%, siendo más elevada en el caso de las mujeres en comparación con los hombres.

2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES

Aguirre (2023), en Lima, realizó una tesis titulada: *“Influencia de ansiedad frente al examen de admisión en educandos de 5to de secundaria de centros educativos privados Cusco, 2022”*. Como muestra participaron 112 escolares de 5to de secundaria, haciendo uso de un cuestionario de ansiedad ante exámenes (CAEX) validado y estandarizado para la población peruana y a través de juicio de expertos y la lista de ingresantes a nivel superior como instrumento de recolección. En la conclusión se establece que, en relación con el examen de admisión, el 54.5% de los estudiantes manifestó una preocupación leve, el 35.7% una preocupación moderada, el 6.3% no evidenció preocupación y el 3.5% presentó un nivel de preocupación grave. El 56.3% de los estudiantes de quinto año de secundaria no logró ingresar a una institución educativa superior a través del examen de admisión, mientras que el 43.8% sí consiguió acceder a dicha institución. De acuerdo con la prueba Chi cuadrado, se establece que $p = 0.000$, lo cual es inferior a 0.05. Esto permite concluir que existe

una influencia significativa de la ansiedad frente al examen de admisión en los estudiantes de quinto de secundaria de centros educativos.

Pineda (2023), en Lima, realizó la investigación titulada: *“Ansiedad ante exámenes en estudiantes preuniversitarios peruanos”*. Como muestra se utilizó artículos publicados durante los últimos 10 años sobre ansiedad ante exámenes. Los resultados revelaron una variedad de definiciones sobre la ansiedad ante exámenes. No obstante, todas estas premisas pueden ser integradas en el concepto más abarcador propuesto por Spielberg y Vagg (1995, citados en Bermúdez y Puris, 2018). Este concepto describe la ansiedad ante exámenes como un fenómeno presente en el ámbito educativo, el cual genera cogniciones irracionales que interfieren en la concentración y atención del estudiante, provocando efectos perjudiciales tanto a nivel físico como emocional. En la misma sección, se reconocieron como fundamentos explicativos del constructo de ansiedad ante exámenes la teoría ansiedad estado y rasgo y el enfoque cognitivo-conductual. Esta información posibilita una comprensión integral del fenómeno, su proceso y cómo perdura a lo largo del tiempo por medio de sus elementos más básicos, que son las conductas (adaptativas o desadaptativas) y las cogniciones.

León (2022), en Lima, realizó un estudio titulado: *“Procrastinación académica y ansiedad frente a exámenes en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Sur”*. Tuvo una muestra de 250 estudiantes de ambos sexos con edades comprendidas entre los 17 y 35 años, cuyos instrumentos utilizados fueron la Escala de Procrastinación Académica de la EPA adaptado por Contreras (2019) y el Inventario de Autoevaluación frente a los exámenes IDASE adaptado por Villegas et al. (2012). Los hallazgos mostraron que no hay una relación estadísticamente significativa entre la ansiedad frente a los exámenes y la procrastinación académica ($p > .05$). También se evidencia que el 42,4% de los evaluados manifestó un grado alto de procrastinación en lo académico y que el 66,08% de los alumnos indicó un nivel medio de ansiedad frente a los exámenes. En conclusión, se

evidenció una correlación estadísticamente significativa ($p < .05$) entre la segunda dimensión de la primera variable (autorregulación académica) y las dos dimensiones de la segunda variable (emotividad y preocupación).

2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES

Basilio (2022), en Huánuco, realizó un estudio titulado: *“Inteligencia emocional y ansiedad en los estudiantes del colegio nacional mixto príncipe Illathupa en el contexto de la pandemia Covid – 19, Huánuco - 2021”*. Con una muestra de 230 escolares, cuyo instrumento fue el cuestionario. Los resultados revelaron que la dimensión interpersonal y ansiedad estado $p = 0.022$, intrapersonal y ansiedad estado $p = 0.062$, manejo del estrés y ansiedad estado $p = 0.013$, adaptabilidad y ansiedad estado $p = 0.030$, estado de ánimo general y ansiedad estado $p = 0.007$. interpersonal y ansiedad rasgo $p = 0.029$, intrapersonal y ansiedad rasgo $p = 0.101$, adaptabilidad y ansiedad rasgo $p = 0.043$, manejo del estrés y ansiedad rasgo $p = 0.333$, estado de ánimo general y ansiedad rasgo $p = 0.000$. Como conclusión, se determinó la existencia de una asociación significativa entre Ansiedad Estado Rasgo e inteligencia Emocional.

Valdivia (2024), en Huánuco, realizó la investigación titulada: *“Nivel de ansiedad en estudiantes de secundaria del colegio Newton School, Pachacamac, Lima, 2022”*. Como muestra participaron 100 escolares de 3ro a 5to de secundaria, se empleó instrumentos como STAI, Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo, debidamente validado y fiable a través del estadígrafo alfa de Cronbach. Los resultados revelaron que, en relación con los niveles de Estado y Rasgo, el 49% se encuentran en un nivel normal en el Rasgo, mientras que el 32% presenta un nivel leve y un 19% se clasifica en un nivel marcado. En el Estado se observó que el 52% se encuentra en un nivel normal, el 36% presenta un nivel leve y el 12% se clasifica en un nivel marcado. En conclusión, se demostró la existencia de niveles de ansiedad tanto en la dimensión rasgo como en la dimensión estado en la población estudiantil.

Serna (2024), en Huánuco, realizó la investigación titulada: *“La autoestima y su relación con la ansiedad en los estudiantes de nivel primaria de la institución educativa N.º 22159 del distrito de Querco - Huaytara Huancavelica - 2022”*. Para la muestra participaron 23 escolares, aplicando como instrumentos dos cuestionarios siendo el Test de autoestima para escolares y el Inventario de Ansiedad Estado y Rasgo (STAI). Los resultados revelaron que el 65.22% manifestaron estar de acuerdo en poseer una autoestima adecuada. En relación con la variable 2, se observó que la ansiedad se presenta en el 30.43% de los estudiantes encuestados. Se estableció una relación positiva alta, con valores que oscilan entre 0,7 y 0,89 (0,792**). Esto indica que a medida que aumenta la autoestima, se observa una disminución en los niveles de ansiedad en los estudiantes.

2.2. BASES TEÓRICAS

TEORÍAS DE LA ANSIEDAD

TEORÍA CONDUCTUAL

Según Skinner y Watson (2012) la ansiedad fue conceptualizada como un comportamiento adquirido. El concepto de condicionamiento clásico, evidenciado en el experimento realizado por Watson con el pequeño Albert, ilustra cómo un estímulo neutro, mediante una asociación repetida con un estímulo que genera ansiedad, puede llegar a provocar de manera independiente una respuesta de ansiedad. Este hallazgo indica que numerosos miedos y fobias son adquiridos y, en consecuencia, tienen la posibilidad de ser desaprendidos.

Fragar y Fadiman (2004) desde la perspectiva del conductismo, el comportamiento humano se conceptualiza como una serie de respuestas a estímulos ambientales específicos. Cada individuo adquiere, desaprende o reaprende formas de respuesta en función de las consecuencias que experimenta. Los reforzadores pueden clasificarse en positivos o negativos, y desempeñan un papel fundamental en la regulación y explicación de la conducta del individuo. Es necesario identificar el tipo de reforzadores que ha recibido el sujeto para comprender su comportamiento.

Gonzales (2022) establece que en este contexto se debe considerar el conjunto de conductas que el individuo lleva a cabo con el propósito de evitar, huir o luchar, con el objetivo de liberarse de una sensación de amenaza. Se prestará especial atención a conductas tales como la conducta defensiva, la sumisión, la hiperactivación motora, la agresión y la conducta de evitación, entre otras.

Se refiere a los elementos visibles del comportamiento que, además de incluir variables como la expresión facial y las posturas o movimientos corporales, se centran principalmente en las respuestas instrumentales para escapar (huir) y evitar (Belloch, A. 2009).

TEORÍA BIOLÓGICA

Charles Darwin (2012) se ha creado una corriente de pensamiento que explica la existencia de la ansiedad en el ser humano desde un punto de vista biológico. Esta teoría se fundamenta en el análisis de pacientes con trastornos de ansiedad, los estudios clínicos realizados sobre modelos animales y la identificación de las acciones terapéuticas de los fármacos, todo ello relacionado con los fundamentos biológicos de las emociones en general.

Ferrer et al. (2008) se busca explicar el proceso de aparición de la ansiedad a través de alteraciones bioquímicas que afectan a los neurotransmisores y receptores del sistema nervioso central, así como mediante la consideración de predisposiciones genéticas.

TEORÍA COGNITIVA

Esta teoría postula que la ansiedad se manifiesta como consecuencia de cogniciones patológicas, en las cuales el individuo organiza mentalmente la situación y la aborda mediante un estilo de conducta específico (Beck) (como se citó en Virues, 2005).

En el marco de la terapia cognitiva, se instruye a los pacientes sobre la influencia que ejerce el pensamiento en las emociones del individuo (Beck y Clark, 2012). Esta afirmación sustenta la teoría cognitiva de Beck; sin embargo, en numerosas ocasiones, las personas no logran identificar la manera en que sus pensamientos influyen en sus estados de ánimo. La

ansiedad suele manifestarse debido a la falta de reconocimiento de sus bases cognitivas.

Beck y Greenberg (como se citó en Beck y Clark, 2012) se sostiene que la percepción del peligro por parte del individuo activa un sistema de alarma, el cual desencadena procesos conductuales, físicos y cognitivos que han evolucionado con el propósito de garantizar la protección del individuo. La gestión del peligro implica respuestas que pueden clasificarse en dos categorías principales: la respuesta de escape o de lucha, que se manifiesta a través de la separación o la evitación. Sin embargo, también pueden emerger otras conductas, como la solicitud de ayuda, que conlleva la adopción de una actitud defensiva o la negociación con el fin de reducir el riesgo.

García (2014) esta teoría se fundamenta en la premisa de que la forma en que una persona etiqueta una situación como amenazante influye en su comportamiento al enfrentar dicha situación en futuras ocasiones. Se fundamenta, además, en las percepciones y creencias que se puedan poseer.

Belloch (2009) elemento de la ansiedad vinculado a la experiencia interna del individuo. Incorpora un amplio espectro de variables vinculadas a estados asociados con la ansiedad y a la percepción y evaluación subjetiva de los estímulos. Este elemento constituye el componente fundamental de la ansiedad, dado que su ausencia implica que la ansiedad carece de valor clínico.

TEORÍA HUMANISTA

Rogers y Maslow (2010) Aborda la ansiedad desde el crecimiento personal y la experiencia individual. Esta teoría sostiene que la ansiedad aparece cuando hay una discrepancia entre nuestro yo ideal y nuestro yo real o cuando no se satisfacen nuestras necesidades de autorrealización. Esta teoría resalta la aceptación y la comprensión empática como instrumentos para vencer la ansiedad, promoviendo un ambiente que estimule el desarrollo personal y la autorrealización.

2.2.1. ANSIEDAD FRENTE A EXÁMENES

Según Amaral (2019) la respuesta fisiológica se activa cuando los alumnos se encuentran en una situación evaluativa o experimentan una fuerte ansiedad.

Estas circunstancias funcionan como factores estresantes y se fundamentan en la ausencia de avances a causa de la incertidumbre generada por la ansiedad o el desempeño deficiente de las tareas. En consecuencia, las repercusiones negativas de tales vivencias pueden abarcar impactos en la autoestima, evaluación social desfavorable o eliminación de algunos beneficios esperados (Amaral, 2019).

Se entiende como una tendencia emocional que el alumnado siente frente a situaciones de evaluación que percibe como amenazantes o alarmantes, lo cual se manifiesta con miedo al fracaso y también con reacciones fisiológicas como taquicardia, sudoración, enuresis y otros elementos dependiendo de la personalidad individual (Rodríguez et al, 2019).

Según Jiménez y Ramírez (2017) los alumnos consideran que los exámenes o evaluaciones son situaciones estresantes. Esto indica que, a mayor nivel de estrés, el desempeño y la consecución escolar se ven más negativamente.

Escolar y Serrano (2016) indican que los alumnos manifiestan síntomas en el ámbito conductual, físico y cognitivo antes de los exámenes, así como niveles de ansiedad. La magnitud y el riesgo que produce antes y durante las pruebas universitarias hacen que este problema sea temporal y cambiante.

Basuela (2005) enfatiza que la ansiedad frente a los exámenes tiene una conexión con otras condiciones clínicas, como la ansiedad generalizada o social, las fobias simples y los ataques de pánico. Estas pueden presentarse antes, durante o después de la evaluación y son elaboradas por un conjunto de emociones negativas.

FACTORES DE LA ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES

Según Gonzales (2017) propone factores relevantes. El primero es el entorno en el que se desarrollan: su aula, el ruido que pueden hacer otras personas, la duración de la evaluación y las instrucciones dadas antes de resolverla. Y, en segundo lugar, la relevancia del examen: cuanto más importante sea esta evolución para los alumnos, más difícil les resultará resolverla, lo que producirá altos niveles de ansiedad.

Para Vargas (2010) indica que los estudiantes se acostumbran a vivir momentos de ansiedad antes de las evaluaciones, debido al temor que sienten a fracasar o no alcanzar sus metas mediante calificaciones muy bajas.

Juárez (2016) propone que hay otros elementos, como las escasas estrategias de estudio de los alumnos, que contribuyen a la situación. Esto se debe a que muchas veces no están listos para esos exámenes porque no han estudiado o porque han tenido experiencias previas negativas que afectan su confianza en sí mismos.

TIPOS DE ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES

Según Escolar y Serrano (2016) afirman que los académicos experimentan dos tipos de ansiedad frente a los exámenes: la irracional, que se produce cuando el estudiante universitario ha estudiado y está al tanto del tema, pero duda de sus habilidades y conocimientos y siente ansiedad por lo que podría suceder; y la racional, que se centra en la lógica y la razón, donde el joven muestra ansiedad cuando no ha estudiado el asunto o no tiene conocimiento sobre algún tema.

MODELOS

En 1980, Spielberger y Vagg establecen el modelo transaccional, que es una organización de la conducta de los alumnos en relación a los exámenes y que presenta diversas respuestas en el campo de nuestras percepciones y experiencias cuando son evaluados, así como el efecto de su ansiedad habitual (Martínez-Otero, 2014).

Según Spielberger, el individuo experimenta ansiedad cuando lleva a cabo una evaluación, debido a la ansiedad de estado y de rasgo que produce la situación (Castrejón y Layza, 2019).

Sarason y Sarason indican que a los estudiantes universitarios les afecta su rendimiento durante las evaluaciones si tienen un alto nivel de ansiedad, en comparación con aquellos que no la tienen (como se citó en Hernández y Tovar, 2018).

Vargas (2016) de acuerdo con la teoría de Spielberger, se observa que los estudiantes universitarios presentan un estado emocional variable, caracterizado por la manifestación de nerviosismo, pensamientos distorsionados, tensión y preocupación. Estos aspectos se relacionan con los cambios fisiológicos que ocurren en situaciones estresantes, los cuales son inherentes a las diversas transformaciones que experimentan los universitarios en el contexto académico.

Amoretti (2017) en su estudio, indica que las mujeres suelen ser más responsables en el desempeño de tareas o actividades debido a su género y a la presión social; no obstante, se observa que su nivel de ansiedad aumenta al realizar exámenes.

Papalia propone que la ansiedad frente a los exámenes provoca que las personas tengan poca energía, se sientan preocupadas, experimenten sentimientos de inferioridad y escasa concentración para seguir instrucciones y normas proporcionadas (como se citó en Francisquelo y Furlan, 2015).

MANIFESTACIONES DE LA ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES

Según Bausela (2005) la ansiedad en los exámenes puede aparecer en tres etapas: antes, durante y después. La ansiedad previa a un examen se define porque los primeros signos aparecen después de que se establezca la fecha del examen, puesto que la cercanía en el tiempo impactará en mayor o menor medida al alumno. Esta situación induce en los estudiantes la aparición de pensamientos anticipados o expectativas al enfrentarse a diversas circunstancias.

Asimismo, se activan recuerdos de juicios previos que se asocian con pensamientos negativos. Como resultado, los estudiantes experimentan un incremento en la intensidad de la ansiedad, lo que se manifiesta a través de sensaciones tanto cognitivas como físicas.

La ansiedad manifestada en esta etapa se caracteriza por el desempeño previo de los estudiantes. Si estos logran reestructurar los pensamientos negativos que surgieron anteriormente, es más probable que experimenten un nivel reducido de ansiedad. En esta fase se manifiesta un sistema de respuesta tripartito que abarca dimensiones cognitivas, motoras y fisiológicas. Asimismo, la capacidad de un estudiante para gestionar la ansiedad puede contribuir a una disminución de esta durante la realización del examen, lo que a su vez puede facilitar la obtención de una calificación aprobatoria (Bausela, 2005).

El último instante en el que un alumno puede experimentar ansiedad, aunque no es frecuente, es tras haber terminado por completo el examen. Esta etapa se caracteriza por pensamientos distorsionados o negativos que funcionan como refuerzo para evaluaciones futuras. También puede ser un elemento negativo que influya en la autoeficacia y autovaloración de los estudiantes (Casari et al., 2014).

DIMENSIONES

PREOCUPACIÓN

Valero (1999) hace alusión a la dimensión cognitiva de la ansiedad, que incluye los pensamientos y las inquietudes relacionadas con el examen. Así pues, incluye inseguridad y pensamientos pesimistas sobre uno mismo, la circunstancia y el resultado en relación con los exámenes. La preocupación es una respuesta automática que tiene como objetivo solucionar los problemas.

REACCIONES FISIOLÓGICAS

Valero (1999) es la suma de atributos fisiológicos que se manifiestan como reacción a la ansiedad. Son las respuestas orgánicas

que ocurren como resultado del estrés excesivo que experimenta el alumno. Su aparición ocurre cuando se activa el sistema nervioso autónomo, lo que genera los siguientes síntomas: aceleración del ritmo cardíaco, taquicardia, sudoración y otros.

SITUACIÓN

Valero (1999) incluye las circunstancias y las formas de examen más habituales que se utilizan para analizar las capacidades educativas. Se observan signos de enfrentamiento a los exámenes, dependiendo del tipo de examen y de factores externos o del entorno académico que provocan una reacción ansiosa.

RESPUESTA DE EVITACIÓN

Valero (1999) alude a las conductas de escape o evitación, que son propios de los problemas de ansiedad. es un tipo de afrontamiento invertido, en el que el alumno que se da cuenta de la situación ansiógena.

2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES

Ansiedad frente a exámenes: Se refiere a los niveles de ansiedad justo antes de las pruebas. La naturaleza de dicho problema es temporal y variable, ya que depende de la intensidad y el riesgo que produce antes y durante los exámenes.

Ansiedad: Se define como un estado emocional en el que el individuo presenta características afectivas tales como preocupación, nerviosismo y tensión, acompañadas de un conjunto de alteraciones fisiológicas que incluyen sudoración, taquicardia y palidez, entre otras. Este fenómeno se manifiesta en respuesta a situaciones que el individuo percibe como peligrosas o amenazantes, independientemente de la realidad de dichas amenazas, lo que provoca una preparación del organismo para la reacción.

Preocupación: Se conceptualiza como una respuesta automatizada que tiene como finalidad abordar y resolver problemas.

Las reacciones fisiológicas: Estos son rasgos fisiológicos que surgen como reacción al miedo. Estas reacciones orgánicas son provocadas por la tensión inapropiada que los alumnos afrontan.

Situación: Es la que incluye las pruebas más frecuentes que se emplean para medir la capacidad de enseñanza. La manifestación de los síntomas de afrontamiento de exámenes depende del contexto escolar, las circunstancias externas y las clases que generan respuestas ansiosas.

Respuesta de evitación: Se asocia con un comportamiento de evasión o fuga, que es propio de los trastornos de ansiedad. Esta es una modalidad de contraataque en la que los alumnos se percatan de las circunstancias que les generan angustia.

Estudiantes: Es una persona que se involucra de manera activa en el proceso de aprendizaje, normalmente mediante sistemas educativos formales como colegios, universidades y otras entidades.

Preuniversitario: Es un programa de preparación académica que ayuda a los estudiantes a prepararse para los exámenes de admisión a la universidad y a adaptarse al ambiente universitario. Básicamente, es un curso que se toma antes de ingresar a la universidad para reforzar conocimientos y familiarizarse con el entorno universitario.

2.4. HIPÓTESIS

2.4.1. HIPÓTESIS GENERAL

H_g: Existe un nivel de ansiedad frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.

H_o: No existe un nivel de ansiedad frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.

2.4.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS

H₁: Existe un nivel significativo de preocupación frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.

H_o: No existe un nivel significativo de preocupación frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.

H₂: Existe un nivel significativo de reacciones fisiológicas frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.

H₀: No existe un nivel significativo de reacciones fisiológicas frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.

H₃: Existe un nivel significativo de situación frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.

H₀: No existe un nivel significativo de situación frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.

H₄: Existe un nivel significativo de evitación frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.

H₀: No existe un nivel significativo de evitación frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.

2.5. VARIABLES

2.5.1. VARIABLE ÚNICA

Ansiedad frente al examen de admisión

Definición conceptual: Según Amaral (2019) es cuando los alumnos se encuentran ante una situación de evaluación y sienten un alto grado de ansiedad; la respuesta emocional habitual incluye una activación a nivel fisiológico.

Definición operacional: Ansiedad: Se medirá utilizando el cuestionario de evaluación de problemas de ansiedad ante los exámenes (CAEX), creado por Valero en 1999. Este cuestionario fue diseñado exclusivamente para recopilar la diversidad de respuestas que suelen acompañar problemas de ansiedad, ya sean motoras, verbales, cognitivas o fisiológicas, así como los tipos de exámenes más comunes.

2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variables	Definición Conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	ÍTEMS	Instrumentos	Escala de medición
Ansiedad frente al examen de admisión	Según Amaral (2019) se da cuando los alumnos se encuentran ante una situación de evaluación y sienten un alto grado de ansiedad; la respuesta emocional habitual incluye una activación a nivel fisiológico.	Ansiedad: se va a medir con el cuestionario de evaluación de problemas de ansiedad ante los exámenes (CAEX) desarrollada por Valero en 1999 es un cuestionario elaborado específicamente para recoger la variedad de respuestas motoras, verbales, cognitivas o fisiológicas que suelen acompañar estos problemas, junto con la tipología de exámenes más frecuentes.	Preocupación	<ul style="list-style-type: none"> Sensación de ser observado Ideas negativas Inquietud Factores condicionales 	8, 13, 15, 16, 17, 19, 21, 24, 25, 30, 31, 37, 38, 39	Cuestionario de evaluación de problemas de ansiedad ante los exámenes (CAEX)	0: No siento nada 1: Ligera ansiedad 2: Un poco intranquilo 3: Bastante nervioso 4: Muy nervioso 5: Completamente nervioso Baremos: • Ausente: 0 – 49 puntos • Ansiedad leve: 50 – 149 puntos • Ansiedad moderada: 150 – 199 puntos • Ansiedad grave: 200 – 250 puntos
			Reacciones fisiológicas	<ul style="list-style-type: none"> Sudoración Malestar estomacal Visión borrosa Dolor de cabeza Nerviosismo 	1, 2, 3, 6, 7, 9, 10, 11, 20, 26, 27, 28, 29, 33, 34		
			Situación	<ul style="list-style-type: none"> Examen oral Exámenes escritos Examen de cultura general Examen práctico 	5, 32, 36, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50		
			Respuesta de evitación	<ul style="list-style-type: none"> Tensión Procrastinar Aplazo de examen 	4, 12, 14, 18, 22, 23, 35		

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

3.1.1. TIPO

El estudio se enmarcó en el tipo básico. Ya que según Sánchez y Reyes (2015) estas investigaciones pretenden descubrir y dilucidar los rasgos fundamentales y los atributos principales de lo que se estudia. Además, ofrecen una visión de los patrones identificados dentro de un grupo o comunidad específicos.

3.1.2. ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN

La investigación adoptó un enfoque cuantitativo, según Hernández et al. (2014) afirma que este método se fundamenta en información cuantitativa para ofrecer descripciones, explicaciones y proyecciones de los sucesos. Se fundamenta en la cuantificación, la enumeración y el estudio estadístico para identificar patrones de conducta en una población específica.

3.1.3. ALCANCE O NIVEL DE INVESTIGACIÓN

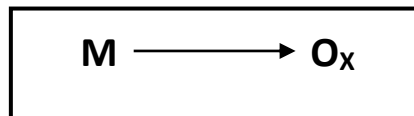
Según Hernández et al. (2014) estos estudios frecuentemente detallan situaciones y eventos, es decir, su naturaleza y el comportamiento de ciertos fenómenos. El propósito de los estudios descriptivos es especificar las propiedades esenciales de individuos, grupos, comunidades u otros fenómenos que se analicen.

La investigación adoptó un nivel descriptivo, centrado en el detalle y caracterización de un fenómeno o circunstancia, recolectando datos sobre sus características y relaciones sin alterar las variables.

3.1.4. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

El estudio adoptó un diseño no experimental - transversal. Ya que no hubo ninguna manipulación o control deliberado de variables, esto significa que las variables investigadas no fueron alteradas intencionalmente y se evaluaron en su entorno natural. Además, el estudio se realizó durante un único periodo de tiempo (Hernández y Mendoza, 2018). El estudio se adhiere al diseño descriptivo simple, con

el objetivo de recopilar datos de una circunstancia previamente establecida, en la que no se realiza la administración o supervisión de un tratamiento (Sánchez y Reyes, 2015). Se esquematiza de la siguiente manera:



Dónde:

M: Muestra de estudio.

O1: Ansiedad frente al examen de admisión

3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA

3.2.1. POBLACIÓN

De acuerdo con Bernal (2006), la población se refiere a un grupo de elementos o individuos que comparten rasgos comparables y son el foco de la inferencia.

La población fue compuesta por 150 estudiantes de la Academia A20 La Pre.

Tabla 1

Población de los estudiantes de la Academia A20 La Pre

ÁREA	ESPECIALIDAD	N° DE ESTUDIANTES	
		f	%
I	Ciencias de la salud	35	23.3
II	Ciencias de la educación	26	17.3
III	Ingenierías	39	26.0
IV	Economía empresarial	27	18.0
V	Ciencia, ambiente y desarrollo productivo	23	15.4
TOTAL		150	100.0

Nota: Datos obtenidos de la nómina de la Academia A20 La Pre

3.2.2. MUESTRA

Según lo mencionado por Bernal (2006) una muestra es un subconjunto de la población que se elige para medir y observar variables.

Para la muestra se empleó el tipo de muestreo censal, es decir la muestra estuvo determinado por un tema de accesibilidad y

conveniencia del investigador, no se hace uso de ninguna fórmula para determinar la cantidad. En tal sentido, fue constituida por los 150 estudiantes de la Academia A20 La Pre.

Tabla 2

Muestra de los estudiantes de la Academia A20 La Pre

ÁREA	ESPECIALIDAD	N° DE ESTUDIANTES	
		f	%
I	Ciencias de la salud	35	23.3
II	Ciencias de la educación	26	17.3
III	Ingenierías	39	26.0
IV	Economía empresarial	27	18.0
V	Ciencia, ambiente y desarrollo productivo	23	15.4
TOTAL		150	100.0

Nota: Datos obtenidos de la nómina de la Academia A20 La Pre

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- Estudiantes de 15 a 19 años.
- Estudiantes varones y mujeres.
- Estudiantes que se encuentren matriculados en la academia A20 la Pre.
- Estudiantes que presenten el consentimiento informado firmado y deseen participar voluntariamente del estudio.
- Estudiantes que se encuentren en la academia el día de la aplicación del instrumento.

CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

- Estudiantes menores de 15 años y mayores de 19 años.
- Estudiantes que no se encuentren matriculados en la academia A20 la Pre.
- Estudiantes que no presenten el consentimiento informado firmado y no deseen participar voluntariamente del estudio.
- Estudiantes que no se encuentren en la academia el día de la aplicación del instrumento.
- Estudiantes que presenten trastornos de ansiedad y/o depresión diagnosticada por un médico.
- Estudiantes con tratamiento farmacológico y/o psicoterapéutico para la ansiedad.

- Estudiantes que consuman medicamentos antidepresivos.

3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.3.1. TÉCNICA

Encuesta: Es una técnica que implica la recopilación sistemática de información con el fin de dar respuesta a cuestiones. Este proceso se lleva a cabo de acuerdo con un diseño preestablecido, que garantiza el rigor de la información recopilada. Los resultados de la investigación se presentan en términos descriptivos y también en términos de relación entre variables (Puentes, 2020).

3.3.2. INSTRUMENTO

El cuestionario: Instrumento utilizado para la recogida sistemática de información, que comprende un conjunto de preguntas relativas a un acontecimiento, circunstancia o cuestión específicos, a partir de los cuales el investigador pretende recabar datos (Acosta, 2016).

El instrumento empleado fue de tipo estructurado denominado cuestionario de ansiedad ante exámenes (CAEX) de Valero (1999) adaptado por Domínguez (2021).

Nombre del instrumento: Cuestionario de evaluación de problemas de ansiedad ante los exámenes (CAEX).

- **Título original de la Prueba:** Test Anxiety Scale
- **Autor:** Luis Valero Aguayo
- **Año de publicación:** 1999
- **Procedencia:** Universidad de Málaga
- **Adaptación peruana:** Domínguez (2021)
- **Administración:** Individual o colectiva
- **Edades de aplicación:** Estudiantes de 12 a 19 años.
- **Tiempo de aplicación:** 20 minutos aproximadamente
- **Composición:** Consta de 50 ítems en total
- **Significación:** Cuestionario para valorar las dificultades de ansiedad antes de realizar la prueba.
- **Escala valorativa:** Los puntajes de respuesta van del 0 al 5 donde: 0 es no siento nada, 1 ligera ansiedad, 2 un poco

intranquilo, 3 bastante nervioso, 4 muy nervioso y 5 completamente nervioso.

- **Baremos:**

Ausente: 0 – 49 puntos

Ansiedad leve: 50 – 149 puntos

Ansiedad moderada: 150 – 199 puntos

Ansiedad grave: 200 – 250 puntos

DESCRIPCIÓN DEL INSTRUMENTO

Cuestionario de evaluación de problemas de ansiedad ante los exámenes (CAEX), es un inventario que evalúa las dificultades de ansiedad antes de realizar una prueba, esta versión fue adaptada por Domínguez (2021), este cuestionario consta de 50 ítems distribuidos en 4 dimensiones: Preocupación (14 ítems), Reacciones fisiológicas (15 ítems), Situación (14 ítems) y Respuesta de evitación (7 ítems), asimismo, presenta cinco alternativas de respuestas:

- No siento nada
- Ligera ansiedad
- Un poco intranquilo
- Bastante nervioso
- Muy nervioso
- Completamente nervioso

VALIDEZ Y CONFIABILIDAD

CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

Para determinar el nivel de ansiedad, se utilizó el cuestionario de evaluación de problemas de ansiedad ante los exámenes (CAEX), que fue adaptado y validado en Lima Metropolitana por Domínguez (2021), quien ostenta una buena consistencia interna ($\alpha = 0,9230$), ligeramente superior para la puntuación de actitud ($\alpha = 0,8597$) y las puntuaciones de frecuencia ($\alpha = 0,9427$).

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

En el año 1999, en España, Valero y otros expertos confirmaron la validez del instrumento original. La versión inicial de la escala se aplicó

a un grupo reducido de alumnos como práctica en clase, con el objetivo de que dieran su opinión sobre cada elemento, corrigieran la redacción y agregaran o quitaran contenidos del cuestionario. La versión final se distribuyó a un conjunto total de 335 alumnos. Asimismo, el instrumento fue adaptado por Domínguez (2021), quien comprobó su eficacia en contextos educativos similares. Además, se respalda en los resultados obtenidos por Valero, quien reportó una validez de 0,68 a través de un análisis factorial con rotación Varimax, aplicado a una muestra de estudiantes de Lima Metropolitana. Este valor indica una consistencia aceptable de la estructura del instrumento, permitiendo su aplicación confiable en poblaciones estudiantiles con características comparables, como las de la presente investigación.

3.4. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE INFORMACIÓN

3.4.1. PLAN DE TABULACIÓN

De acuerdo con Tamayo (2004) indica que, una vez recopilados los datos para este objetivo específico, es necesario someterlos a un tratamiento matemático, concretamente cuantitativo y estadístico, para extraer conclusiones significativas.

Los datos encontrados en el estudio se presentarán en tablas de frecuencia y porcentuales, además de tablas descriptivas y sus respectivas figuras estadísticas, utilizando la distribución de frecuencias propia de la estadística descriptiva. Para el análisis de los datos obtenidos del instrumento se utilizará el programa SPSS versión 29.

3.4.2. PRUEBAS ESTADÍSTICAS (ESTADÍGRAFOS)

Una vez se registraron los datos correspondientes, se procedió a analizar la información de la siguiente manera:

- Estadística descriptiva: Al recolectar los datos que el programa SPSS registró en tablas y figuras, se trasladaron al programa Word, donde se llevó a cabo la enumeración de los resultados e interpretación de cada gráfico, lo que facilitó la consecución de los objetivos del estudio.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1. RESULTADOS DESCRIPTIVOS

Tabla 3

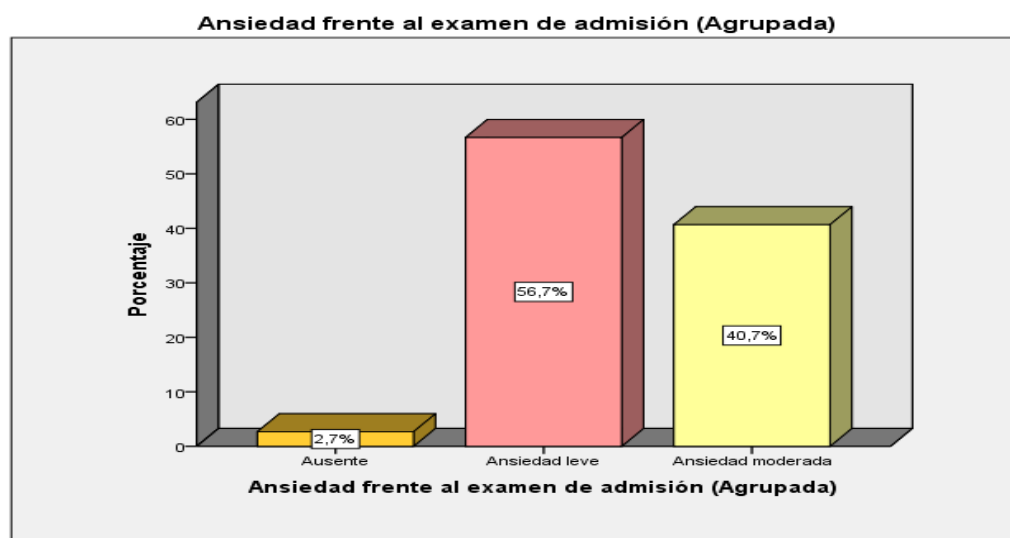
Nivel de ansiedad frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco

		F	%	% válido	% acumulado
Válido	Ausente	4	2,7	2,7	2,7
	Ansiedad leve	85	56,7	56,7	59,3
	Ansiedad moderada	61	40,7	40,7	100,0
	Total	150	100,0	100,0	

Nota: Información adquirida a partir de la implementación del instrumento

Figura 1

Nivel de ansiedad frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco



Nota: Información adquirida a partir de la implementación del instrumento

Interpretación: Según los resultados mostrados en la tabla 3 y figura 1, se observó que el nivel ansiedad leve predomina en los estudiantes frente al examen de admisión con un 56,7%, por otro lado, el 40,7% se encuentra en el nivel ansiedad moderada y, por último, el 2,7% presenta el nivel ausente.

Análisis: Lo que deduce que, en la ansiedad frente al examen de admisión sobresalió el nivel ansiedad leve, esto quiere decir que la mayor parte de estudiantes no suelen enfrentar situaciones de estrés antes de presentar el examen de admisión.

Tabla 4

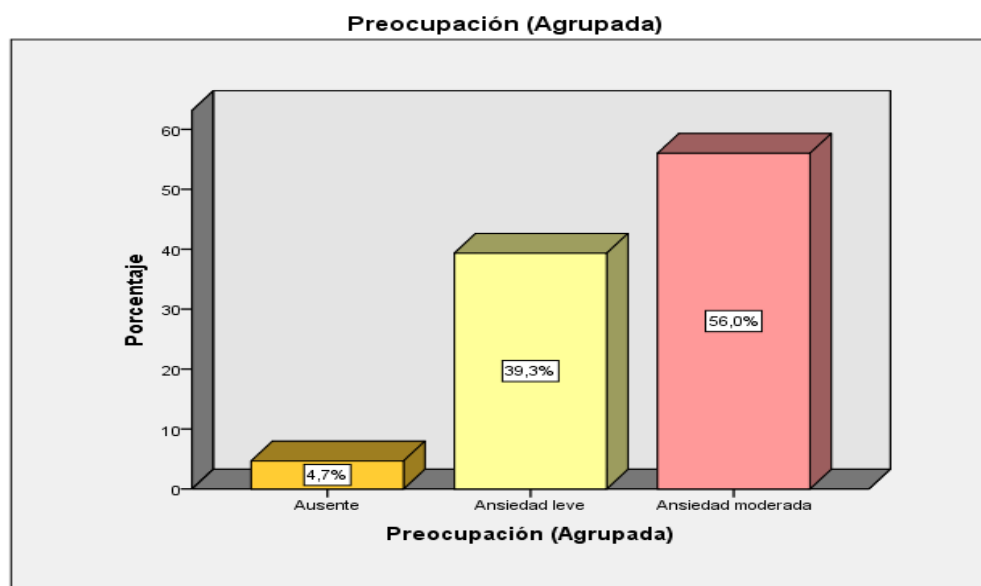
Nivel de preocupación de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco

		F	%	% válido	% acumulado
Válido	Ausente	7	4,7	4,7	4,7
	Ansiedad leve	59	39,3	39,3	44,0
	Ansiedad moderada	84	56,0	56,0	100,0
	Total	150	100,0	100,0	

Nota: Información adquirida a partir de la implementación del instrumento

Figura 2

Nivel de preocupación de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco



Nota: Información adquirida a partir de la implementación del instrumento

Interpretación: De acuerdo con los resultados en la tabla 4 y figura 2, en la dimensión preocupación predominó el nivel de ansiedad moderada con un 56,0%, por otro lado, el 39,3% se encuentra en el nivel ansiedad leve y, por último, el 4,7% presenta el nivel ausente.

Análisis: Lo que deduce que, en la preocupación sobresalió el nivel ansiedad moderada, esto quiere decir que la mayoría de los estudiantes suelen presentar pensamientos pesimistas e inseguros en torno al examen de admisión.

Tabla 5

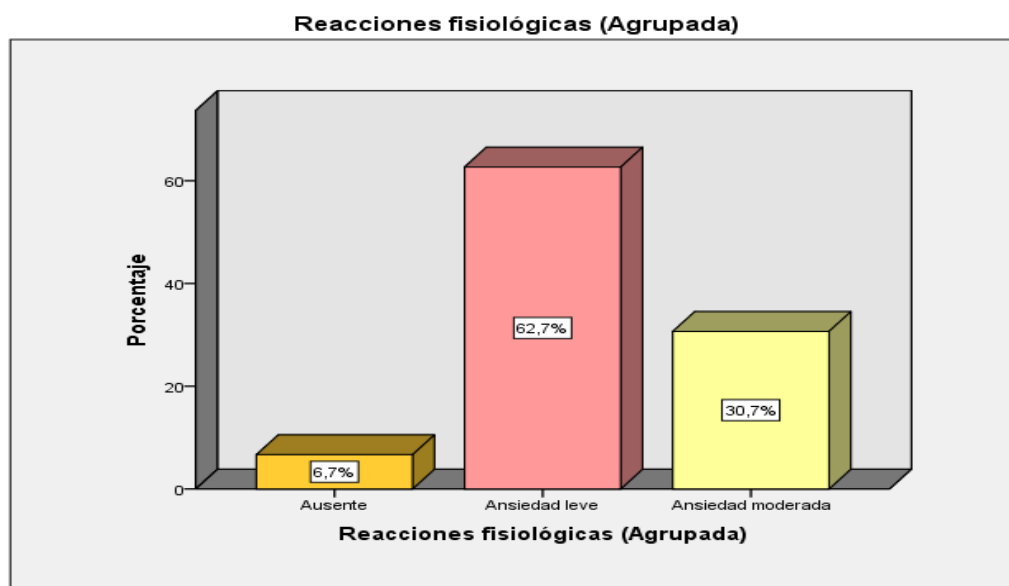
Nivel de reacciones fisiológicas de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco

		F	%	% válido	% acumulado
Válido	Ausente	10	6,7	6,7	6,7
	Ansiedad leve	94	62,7	62,7	69,3
	Ansiedad moderada	46	30,7	30,7	100,0
	Total	150	100,0	100,0	

Nota: Información adquirida a partir de la implementación del instrumento

Figura 3

Nivel de reacciones fisiológicas de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco



Nota: Información adquirida a partir de la implementación del instrumento

Interpretación: En la tabla 5 y figura 3, correspondientes a la dimensión reacciones fisiológicas, se observa que el nivel de ansiedad leve predomina con 62,7%, por otro lado, el 30,7% se encuentra en el nivel ansiedad moderado y, por último, el 6,7% presenta el nivel ausente.

Análisis: Lo que deduce que, en las reacciones fisiológicas sobresalió el nivel ansiedad leve, esto quiere decir que la mayor parte de estudiantes no suelen presentar respuestas orgánicas producto de la tensión del examen de admisión.

Tabla 6

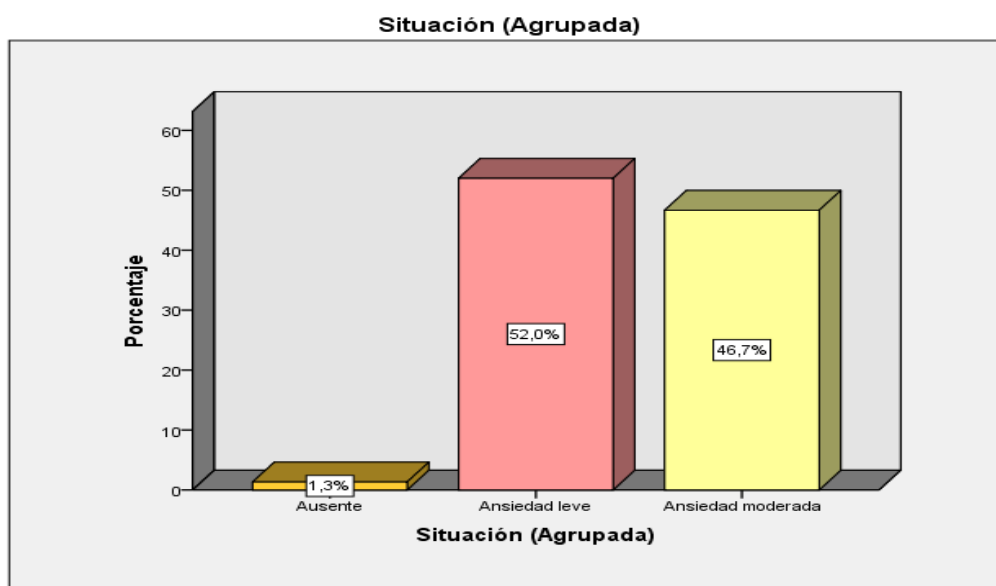
Nivel de situación de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco

		F	%	% válido	% acumulado
Válido	Ausente	2	1,3	1,3	1,3
	Ansiedad leve	78	52,0	52,0	53,3
	Ansiedad moderada	70	46,7	46,7	100,0
	Total	150	100,0	100,0	

Nota: Información adquirida a partir de la implementación del instrumento

Figura 4

Nivel de situación de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco



Nota: Información adquirida a partir de la implementación del instrumento

Interpretación: Respecto a la dimensión situación, refleja en la tabla 6 y figura 4, el 52,0% de los estudiantes muestra ansiedad leve, por otro lado, el 46,7% se encuentra en el nivel ansiedad moderado y, por último, el 1,3% presenta el nivel ausente.

Análisis: Lo que deduce que, en la situación sobresalió el nivel ansiedad leve, esto quiere decir que la mayor parte de estudiantes no suelen presentar síntomas de afrontamiento en el examen de admisión.

Tabla 7

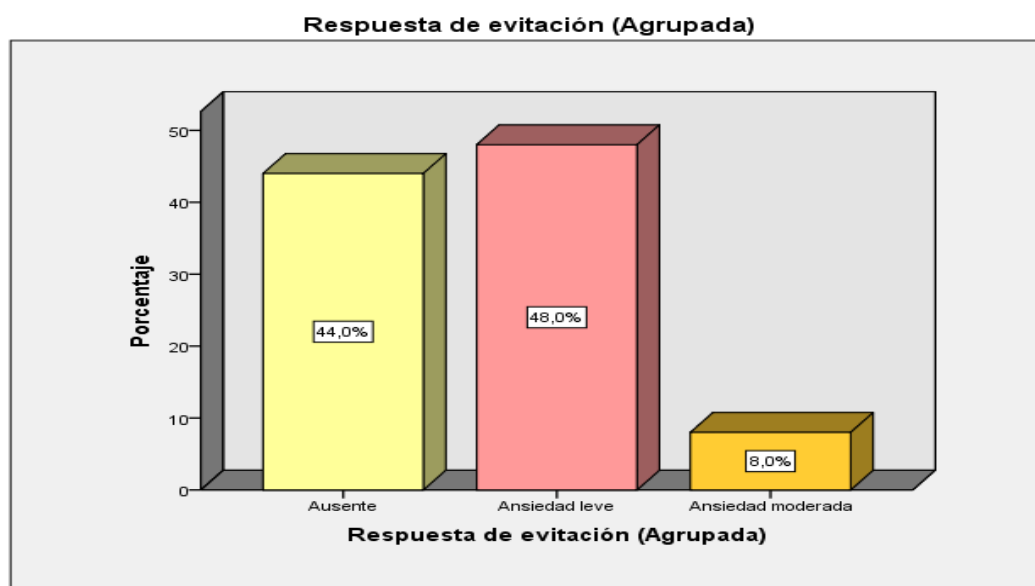
Nivel de respuesta de evitación de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco

		F	%	% válido	% acumulado
Válido	Ausente	66	44,0	44,0	44,0
	Ansiedad leve	72	48,0	48,0	92,0
	Ansiedad moderada	12	8,0	8,0	100,0
	Total	150	100,0	100,0	

Nota: Información adquirida a partir de la implementación del instrumento

Figura 5

Nivel de respuesta de evitación de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco



Nota: Información adquirida a partir de la implementación del instrumento

Interpretación: En la tabla 7 y figura 5, vinculadas a la dimensión respuesta de evitación, predomina la ansiedad leve con 48,0%, por otro lado, el 44,0% se encuentra en el nivel ausente y, por último, el 8,0% presenta el nivel moderado.

Análisis: Lo que deduce que, en la respuesta de evitación sobresalió el nivel ansiedad leve, esto quiere decir que la mayoría de los estudiantes no suelen presentar comportamientos de escape o evitación.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En relación con la hipótesis general, los resultados muestran que la mayoría de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025, presentan un nivel leve de ansiedad frente al examen de admisión (56,7%), el 40,7% presentan el nivel moderado y finalmente, el 2,7% se encuentra en el nivel ausente. En consecuencia, se determina que existe un nivel leve de ansiedad frente al examen de admisión. Dichos hallazgos se logran discutir con las conclusiones de Díaz y Macareo (2022) quienes exponen que el 13% de los participantes manifiestan ansiedad mínima, por otro lado, el 27% expresa ansiedad leve, el 17% presenta ansiedad moderada y por último el 43% está presentando niveles de ansiedad grave.

En relación con la hipótesis específica 1, los datos reflejan un nivel moderado de preocupación con un 56%, el 39,3% presentan el nivel leve y finalmente, el 4,7% se encuentra en el nivel ausente. En consecuencia, se determina que existe un nivel moderado de preocupación. Dichos hallazgos se logran contrastar con las conclusiones de Aguirre (2023) quien expone que, en relación con el examen de admisión, se observa que el 54.5% de los estudiantes experimentó una preocupación leve, mientras que el 35.7% manifestó una preocupación moderada. Un 6.3% de los estudiantes no presentó preocupación alguna, y el 3.5% reportó niveles de preocupación graves.

En relación con la hipótesis específica 2, se observó que el 62,7% de los estudiantes presentan reacciones fisiológicas leves, el 30,7% presentan un nivel moderado y finalmente, el 6,7% se encuentra en el nivel ausente. En consecuencia, se determina que existe un nivel leve de reacciones fisiológicas. Dichos hallazgos se logran contrastar con las conclusiones de León (2022) quien expone que el 66,08% de los alumnos manifestó un grado medio de ansiedad frente a las evaluaciones.

En relación con la hipótesis específica 3, el análisis indica que el 52,0% de los estudiantes presentan un nivel leve de ansiedad situacional, seguido

del 46,7% quienes presentan un nivel moderado y finalmente, el 1,3% se encuentra en el nivel ausente. En consecuencia, se determina que existe un nivel leve de situación. Dichos hallazgos se logran contrastar con las conclusiones de Serna (2024) quien expone que, de los alumnos encuestados, el 30.43% muestra ansiedad.

En relación con la hipótesis específica 4, se encontró que el 48,0% de los estudiantes presenta un nivel leve de respuesta de evitación, el 44,0% presentan un nivel ausente y finalmente, el 8,0% se encuentra en el nivel moderado. En consecuencia, se determina que existe un nivel leve de respuesta de evitación. Dichos hallazgos se logran contrastar con las conclusiones de Núñez y Gavilanes (2023) quienes exponen que, respecto a la ansiedad frente a los exámenes, se halló una prevalencia del 10.2% y las mujeres mostraron más incidencia que los hombres.

CONCLUSIONES

1. Se concluye que los alumnos preuniversitarios de la academia A20 La Pre presentan, en general, un nivel leve de ansiedad frente al examen de admisión, lo que sugiere que la mayoría logra manejar adecuadamente la presión evaluativa, aunque una parte significativa evidencia manifestaciones moderadas que podrían afectar su desempeño en contextos de alta exigencia.
2. En cuanto a la preocupación ante los exámenes, se observa un nivel moderado predominante, lo que indica que los estudiantes experimentan pensamientos anticipatorios y cierta tensión cognitiva relacionada con el resultado, pero sin llegar a niveles clínicamente preocupantes.
3. Respecto a las reacciones fisiológicas, los resultados evidencian un nivel leve de activación corporal, reflejando respuestas como nerviosismo o tensión leve, propias de situaciones evaluativas, pero controladas dentro de márgenes normales de ansiedad situacional.
4. En la dimensión situacional, se identificó también un nivel leve de ansiedad, lo que implica que los estudiantes responden con moderada inquietud frente a los entornos o contextos de evaluación, sin que ello repercuta significativamente en su rendimiento.
5. Finalmente, en la dimensión respuesta de evitación, se determinó un nivel leve general, evidenciando que los estudiantes tienden a enfrentar las evaluaciones sin recurrir a conductas de escape o negación, lo cual demuestra cierto grado de afrontamiento adaptativo frente a la ansiedad.

RECOMENDACIONES

A la administración de la academia A20 La Pre:

1. Frente al predominio del nivel leve de ansiedad en los estudiantes preuniversitarios, se recomienda implementar programas de orientación psicológica preventiva que incluyan evaluaciones periódicas del nivel de ansiedad, sesiones de asesoramiento individual y grupal, y capacitaciones sobre estrategias de afrontamiento emocional previas al examen de admisión.

A los docentes de la academia:

2. Considerando que la preocupación se manifiesta en un nivel moderado, se sugiere desarrollar talleres semanales de manejo del estrés y control de pensamientos anticipatorios, utilizando técnicas como la respiración diafragmática, relajación muscular progresiva y visualización positiva, con el fin de reducir la tensión mental y fortalecer la autoconfianza de los estudiantes.
3. Dado que los alumnos muestran un nivel leve de ansiedad ante situaciones de evaluación, se propone organizar simulacros de examen mensuales en condiciones similares a la prueba real, acompañados de sesiones de retroalimentación emocional, con el propósito de familiarizar a los alumnos con el entorno de evaluación y disminuir la ansiedad anticipatoria.
4. Frente al nivel leve de respuesta de evitación, se sugiere diseñar programas motivacionales y talleres de habilidades socioemocionales orientados a fortalecer la resiliencia, la perseverancia y la autoconfianza, evitando conductas evasivas ante situaciones de evaluación y fomentando una actitud positiva y comprometida.

A los estudiantes preuniversitarios:

5. Ante la presencia de reacciones fisiológicas leves, se recomienda incorporar rutinas diarias de relajación y ejercicios de respiración consciente, especialmente antes de las evaluaciones, así como participar activamente en los espacios de bienestar emocional ofrecidos

por la academia, para mantener un control adecuado de las respuestas físicas de la ansiedad.

Al programa académico de Psicología:

6. Se recomienda profundizar el estudio de la ansiedad frente al examen de admisión mediante la promoción de investigaciones aplicadas y proyectos experimentales, dado que se trata de una variable poco abordada. Esto permitirá ampliar el marco teórico y ofrecer estrategias basadas en evidencia científica para el manejo de la ansiedad académica.

A los estudiantes del programa de Psicología:

7. Se recomienda investigar y abordar de manera reflexiva el tema de la ansiedad frente a los exámenes de admisión, promoviendo charlas psicoeducativas y grupos de discusión que permitan compartir experiencias, analizar factores personales y emocionales implicados, y desarrollar recursos psicológicos que contribuyan a una mejor preparación emocional ante este tipo de pruebas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguirre, E. (2023). *Influencia de ansiedad frente al examen de admisión en educandos de 5to de secundaria de centros educativos privados Cusco, 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/112770/Aguirre_ZEI-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Alegre, A. (2013). Ansiedad ante exámenes y estrategias de aprendizaje en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana. *Propósitos y Representaciones*, 1(1), Art. 1.
- Amaral, S. (2019). *Estrés académico en estudiantes universitarios: El caso de la ansiedad ante exámenes* [Tesis de licenciatura]. <http://m.rpsico.mdp.edu.ar/bitstream/handle/123456789/848/Amaral-Germinario.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Amoretti, T. (2017). *Ansiedad frente a exámenes y afrontamiento de estrés en adolescentes de un centro educativo de Villa el Salvador* [Tesis de licenciatura]. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/364/AMORETTI%20TRUJILLO%2C%20TALIA%20MARGARITA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Barrutia, A. (2021). *Ansiedad ante exámenes y autoeficacia académica en postulantes de un centro preuniversitario del Cercado de Lima* [Tesis de licenciatura]. https://www.lareferencia.info/vufind/Record/PE_f051f039b609628f9f4e1fd9573780e4
- Basilio, R. (2022). *Inteligencia emocional y ansiedad en los estudiantes del colegio nacional mixto Príncipe Illathupa en el contexto de la pandemia Covid-19, Huánuco – 2021* [Tesis de licenciatura]. <https://repositorio.udh.edu.pe/handle/123456789/3744>
- Bausela, E. (2005). *Ansiedad ante los exámenes: Evaluación e intervención psicopedagógica*.
- Belloch, A. (2009). *Manual de psicopatología* (Vol. II). McGraw-Hill.
- Bernal, C. (2006). *Metodología de la investigación*. Pearson Educación.

- Carrasco, S. (2006). *Metodología de la investigación científica*. Editorial San Marcos.
- Casari, L., Anglada, J., & Daher, C. (2014). *Estrategias de afrontamiento y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios*.
- Castrejón, L., & Layza, J. (2019). *Evidencias de validez y confiabilidad del Inventario de Autoevaluación de la Ansiedad ante exámenes en adolescentes de Trujillo*.
- Chacaltana, H. C., & Zamora, J. C. (2014). Ansiedad ante los exámenes en los estudiantes del Centro Preuniversitario - UNMSM ciclo 2012-I. *Revista de Investigación en Psicología*, 17(2), 187–201.
- Contreras, P. (2017). *Ansiedad ante los exámenes y creencias irracionales según el tipo de familia en estudiantes universitarios del primer año de psicología de una universidad privada de Lima* [Tesis de licenciatura]. https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UNMS_e10710f0e2ed4f40cec381e74ec48843/Details
- Díaz, K., & Macareo, M. (2022). *Niveles de ansiedad en estudiantes pertenecientes a los grados décimo y undécimo de una institución educativa en la ciudad de Bucaramanga*. <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/627dc293-5fb6-4e2e-a577-e2f1b762cf92/content>
- Domínguez, L. (2021). *Ansiedad ante los exámenes en los estudiantes de medicina* [Tesis de licenciatura]. <https://dspace.unitru.edu.pe/items/a9ef04fa-0b42-4503-992e-72c8a4428adc>
- Escolar, M., & Serrano, I. (2016). Afrontamiento de la ansiedad ante los exámenes universitarios mediante un programa de inoculación de estrés: Caso clínico. *Psicología y Educación: Presente y Futuro*.
- Francisquelo, M., & Furlan, L. (2015). *Ansiedad ante los exámenes y rasgos de personalidad en estudiantes universitarios*.
- Galindo, J. (2021). La salud mental de América Latina se resiente durante la pandemia.
- Gómez, C. (2023). *Ansiedad ante los exámenes en ingresantes a la carrera de enfermería de una institución universitaria de la ciudad de Corrientes. Año 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional del

Nordeste].

https://repositorio.unne.edu.ar/bitstream/handle/123456789/54197/RI_UNNE_FMED_TM_Gomez_CN.pdf?sequence=1&isAllowed=y

González, E. (2017). *Ansiedad en situación de examen de matemática en los estudiantes del cuarto grado de secundaria en un colegio público del distrito de San Martín de Porres* [Tesis de licenciatura]. https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UIGV_84ce9efc468578f455ebe6982db86864

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw-Hill.

Herrera, J. (2017). *Programa Dominando la ansiedad para disminuir la ansiedad ante los exámenes en los estudiantes universitarios, Lima 2017* [Tesis de licenciatura]. https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_706a9143b5241243e32d4083de9b8322

Instituto Nacional de Salud Mental. (2021). *Estudio epidemiológico de salud mental en niños y adolescentes en Lima Metropolitana en el contexto de la COVID-19, 2020: Informe general. Anales de Salud Mental*, 37(2). https://www.insm.gob.pe/investigacion/archivos/estudios/_notes/EES_M_Ninos_y_Adolescentes_en_LM_ContextoCOVID19-2020.pdf

Juárez, N. (2016). *Estudio bibliográfico sobre la ansiedad ante los exámenes y las herramientas para su abordaje*.

Kerlinger, F. (1979). *Enfoque conceptual de la investigación del comportamiento: Metodología de la investigación*.

León, L. (2022). *Procrastinación académica y ansiedad frente a exámenes en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Sur* [Tesis de licenciatura]. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/2383/Le%c3%b3n%20Ledo%2c%20Leyla%20Luisa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Martino, P., Scaglia, R., & Alejandro, M. (2018). *Ansiedad frente a los exámenes y susceptibilidad a enfermedades infecciosas*.

- Muntané, J. (2010). Introducción a la investigación básica. *Revista Andaluza de Patología Digestiva*, 33(3), 221–227.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3270590>
- Nabarro, F., & Ilizarbe, R. (2020). Procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de 3.º a 5.º del nivel secundario en colegios de Lima. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 13(1), 79–87.
https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/article/view/1350/1691
- Núñez, K., & Gavilanes, D. (2023). *Procrastinación académica y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios*.
<https://latam.redilat.org/index.php/lt/article/view/358>
- Pineda, N. (2023). *Ansiedad ante exámenes en estudiantes preuniversitarios peruanos* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Cayetano Heredia].
https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/14331/Ansiedad_PinedaGarcia_Nidia.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Porras, M., & Ortega, F. (2021). Procrastination, test anxiety and academic performance on university students. *Interdisciplinaria*, 38(2), 243–258.
- Rodríguez, C., Canedo, M., Cerviño, S., & Enríquez, E. (2019). *Ansiedad ante los exámenes en estudiantes de educación primaria: Diferencias en función del curso y del género*.
- Sairitupac, S., Varas, R., Nieto, J., Silva, B., & Rodríguez, M. (2020). Niveles de ansiedad de estudiantes frente a situaciones de exámenes: Cuestionario CAEX. *Propósitos y Representaciones*, 8(3), 787.
<https://doi.org/10.20511/pyr2020.v8n3.787>
- Saldarriaga, P., Bravo, G., & Loor, M. (2016). *La teoría constructivista de Jean Piaget y su significación para la pedagogía contemporánea*.
- Serna, E. (2024). *La autoestima y su relación con la ansiedad en los estudiantes de nivel primaria de la institución educativa N.º 22159 del distrito de Querco - Huaytara Huancavelica – 2022* [Tesis de licenciatura]. <https://repositorio.udh.edu.pe/handle/20.500.14257/5197>
- Tamayo, M. (2004). *El proceso de la investigación científica*. Limusa.
- Torrano, R., Ortigosa, J., Riquelme, A., Méndez, F., & López, J. (2020). Test anxiety in adolescent students: Different responses according to the

components of anxiety as a function of sociodemographic and academic variables. *Frontiers in Psychology*, 11.

Valdivia, M. (2024). *Nivel de ansiedad en estudiantes de secundaria del colegio Newton School, Pachacamac, Lima, 2022* [Tesis de licenciatura].

<https://repositorio.udh.edu.pe/handle/20.500.14257/5225?show=full>

Vargas, E. (2016). *Ansiedad estado-rasgo y resiliencia en las adolescentes en situación de riesgo de un albergue de Trujillo* [Tesis de licenciatura]. Universidad Privada Antenor Orrego. Trujillo, Perú.

Villanueva, L., & Ugarte, A. (2017). *Niveles de ansiedad y la calidad de vida en estudiantes de una universidad privada de Arequipa*. <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/9a4f9bbf-eb38-4b1e-b1a2-2d47f1894321/content>

Villavicencio, D., & Prado, K. (2023). *Estrategias de afrontamiento y ansiedad ante los exámenes de los estudiantes de nuevo ingreso de la Facultad de Ingeniería de la Universidad de Cuenca, periodo junio – noviembre 2023* [Tesis de licenciatura]. <https://dspace.upse.edu.ec/bitstream/123456789/24650/1/UPS-CT010447.pdf>

COMO CITAR ESTE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Chacon Lazaro, E. (2025). *Ansiedad frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la Academia A20 La Pre, Huánuco 2025* [Tesis de pregrado, Universidad de Huánuco]. Repositorio Institucional UDH. <http://...>

ANEXOS

ANEXO 1

MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES			DEFINICIÓN OPERACIONAL	METODOLOGÍA
			VARIABLE DE ESTUDIO	DIMENSIONES	INDICADORES		
<p>Problema general ¿Cuál es el nivel de ansiedad frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025?</p> <p>Problemas específicos ¿Cuál es el nivel de preocupación frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025?</p> <p>¿Cuál es el nivel de reacciones fisiológicas frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025?</p> <p>¿Cuál es el nivel de situación frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025?</p>	<p>Objetivo general Determinar el nivel de ansiedad más frecuente frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.</p> <p>Objetivos específicos Determinar el nivel de preocupación más frecuente frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.</p> <p>Identificar el nivel de reacciones fisiológicas más frecuente frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.</p> <p>Determinar el nivel de</p>	<p>Hipótesis general Hg: Existe un nivel predominante grave de ansiedad frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025. Ho: No existe un nivel predominante grave de ansiedad frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.</p> <p>Hipótesis específicas H1: Existe un nivel significativo de preocupación frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025. Ho: No existe un nivel significativo de preocupación frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.</p>	<p>Variable Única Ansiedad frente al examen de admisión</p>	<p>Preocupación</p> <p>Reacciones fisiológicas</p> <p>Situación</p> <p>Respuesta de evitación</p>	<p>Ítems: 8, 13, 15, 16, 17, 19, 21, 24, 25, 30, 31, 37, 38, 39</p> <p>Ítems: 1, 2, 3, 6, 7, 9, 10, 11, 20, 26, 27, 28, 29, 33, 34</p> <p>Ítems: 5, 32, 36, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50</p> <p>Ítems: 4, 12, 14, 18, 22, 23, 35</p>	<p>Ansiedad: se va a medir con el cuestionario de evaluación de problemas de ansiedad ante los exámenes (CAEX) desarrollada por Valero en 1999 es un cuestionario elaborado específicamente para recoger la variedad de respuestas motoras, verbales, cognitivas o fisiológicas que suelen acompañar estos problemas, junto con la tipología de</p>	<p>Tipo: Básica</p> <p>Enfoque: Cuantitativo</p> <p>Alcance: Descriptivo</p> <p>Diseño: No experimental – transversal y descriptivo</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> M — O </div> <p>Donde: M: Representa a la muestra en estudio. O1: Representa a la observación de la variable: Ansiedad.</p> <p>Población: La población está</p>

<p>universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025?</p> <p>¿Cuál es el nivel de respuesta de evitación frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025?</p>	<p>situación más frecuente frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.</p> <p>Identificar el nivel de respuestas de evitación más frecuente frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.</p>	<p>Huánuco 2025.</p> <p>H2: Existe un nivel significativo de reacciones fisiológicas frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.</p> <p>Ho: No existe un nivel significativo de reacciones fisiológicas frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.</p> <p>H3: Existe un nivel significativo de situación frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.</p> <p>Ho: No existe un nivel significativo de situación frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.</p> <p>H4: Existe un nivel significativo de respuesta de evitación frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.</p> <p>Ho: No existe un nivel</p>				<p>exámenes más frecuentes.</p>	<p>conformada por 150 estudiantes.</p> <p>Muestra: La muestra está determinada por 150 estudiantes.</p> <p>Procesamiento de los datos: Se empleará el software de Microsoft Excel o el SPSS 26.</p> <p>Tipo de muestreo: Censal</p>
---	---	--	--	--	--	---------------------------------	--

		significativo de respuesta de evitación frente al examen de admisión de los estudiantes pre universitarios de la académica A20 La Pre, Huánuco 2025.					
--	--	--	--	--	--	--	--

ANEXO 2

INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

CUESTIONARIO DE ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES (CAEX)

Nombre:

Fecha: Edad:

Instrucciones: Marque la opción que usted crea conveniente con la mayor sinceridad, es preciso indicarle que los datos que usted nos brinde se manejarán con estricta confidencialidad.

0	1	2	3	4	5
No siento nada	Ligera ansiedad	Un poco intranquilo	Bastante nervioso	Muy nervioso	Completamente nervioso

ÍTEMS		0	1	2	3	4	5
1.	En los exámenes me sudan las manos.						
2.	Cuando llevo un rato haciendo el examen siento molestias en el estómago y necesidad de defecar.						
3.	Al comenzar a leer el examen se me nubla la vista no entiendo lo que leo.						
4.	Si llego cinco minutos tarde a un examen ya no entro.						
5.	Las condiciones donde se realiza un examen (demasiado ruido, calor, frío, sol, etc.) me influyen aumentando mi nerviosismo.						
6.	Cuando termino el examen me duele la cabeza						
7.	Cuando llevo un rato haciendo el examen siento que me falta el aire, mucho calor y sensación de que me voy a desmayar.						
8.	Me siento nervioso si el profesor se para junto a mí y ya no puedo seguir contestando.						
9.	Me pongo nervioso al ver al profesor con los exámenes antes de entrar.						
10.	En el examen siento rígidas las manos y los brazos.						
11.	Antes de entrar al examen siento un "nudo" en el estómago, que desaparece al comenzar a escribir.						
12.	Al comenzar el examen, nada más leer o escuchar las preguntas me salgo y lo entrego en blanco.						
13.	Después del examen lloro con facilidad, al pensar lo mal que lo he hecho, aunque no sepa el resultado.						
14.	Suelo darle muchas vueltas antes de decidir presentarme al examen.						
15.	Mientras estoy realizando el examen, pienso que lo estoy haciendo muy mal.						
16.	Me siento nervioso si los demás comienzan a entregar antes que yo el examen.						
17.	Pienso que el profesor me está observando constantemente.						
18.	Siento grandes deseos de fumar durante el examen.						
19.	Suelo mordirme las uñas o el bolígrafo durante los exámenes.						

20.	Tengo grandes ganas de ir al cuarto de baño durante el examen.						
21.	No puedo quedarme quieto mientras hago el examen (muevo los pies, el bolígrafo, miro alrededor, miro la hora, etc.).						
22.	Me pongo malo y doy excusas para no hacer un examen.						
23.	Para mí supone una tranquilidad o alivio cuando, por cualquier razón, se aplaza un examen.						
24.	Pienso que no voy a poder aprobar el examen, aunque haya estudiado.						
25.	Antes de hacer el examen pienso que no me acuerdo de nada y voy a suspenderlo.						
26.	No consigo dormirme la noche anterior al examen.						
27.	Me pone nervioso que el examen sea multitudinario.						
28.	He sentido mareos y náuseas en un examen.						
29.	Momentos antes de hacer el examen tengo la boca seca y me cuesta tragar.						
30.	Si me siento en las primeras filas aumenta mi nerviosismo.						
31.	Si el examen tiene un tiempo fijo para realizarse, aumenta mi nerviosismo y lo hago peor.						
32.	Me siento nervioso en los auditorios muy grandes.						
33.	Cuando estoy haciendo un examen el corazón me late muy deprisa.						
34.	Al entrar en la sala donde se va a realizar el examen me tiemblan las piernas.						
35.	Me siento nervioso en las clases demasiado pequeñas.						
36.	Los grupos comentando el examen antes de que éste dé comienzo, me ponen nervioso.						
37.	Al salir, tengo la sensación de haber hecho muy mal el examen.						
38.	Pienso que me voy a poner nervioso y se me va a olvidar todo.						
39.	Tardó mucho en decidirme por contestar la mayoría de las preguntas, o en entregar el examen.						
40.	Un examen de entrevista personal.						
41.	Un examen oral en público.						
42.	Una exposición de un trabajo en clase.						
43.	Un examen escrito con preguntas alternativas.						
44.	Un examen escrito con preguntas abiertas.						
45.	Un examen escrito de desarrollo de un tema completo.						
46.	Un examen tipo oposición ante un tribunal.						
47.	Un examen de cultura general.						
48.	Un examen de cálculo o problemas matemáticos.						
49.	Un examen con pruebas físicas o gimnásticas						
50.	Un examen práctico (escribir a máquina, manejar ordenador, realizar un proyecto, dibujo, etc.).						

ANEXO 3

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Anexo 3. Consentimiento informado

ANSIEDAD FRENTE AL EXAMEN DE ADMISIÓN DE LOS ESTUDIANTES PRE UNIVERSITARIOS DE LA ACADEMÍA A20 LA PRE, HUÁNUCO 2025

Investigadora: Chacón Lázaro Edith Rosario

Estimados estudiantes de la academia pre universitaria A20 La Pre, de la ciudad de Huánuco; soy una estudiante de la Facultad de Ciencias de la Salud del Programa Académico Profesional de Psicología en la Universidad de Huánuco, estoy desarrollando un Proyecto de Investigación para la obtención del título de licenciada en Psicología.

De acuerdo con las normas éticas, solicitamos su valioso consentimiento para la participación en nuestro estudio de investigación, por tal motivo solicito cordialmente que desarrolle el Test Anxiety Scale, de manera anónima en un tiempo aproximado de 10 a 15 minutos.

Informado que el objetivo del desarrollo de dicha prueba es obtener información de manera anónima de cómo se encuentran en la actualidad su ansiedad frente al examen de admisión, manifestándole expresamente que los resultados obtenidos se mantendrán en estricta reserva y confidencialidad, comunicándole, además que dicha información será utilizada exclusivamente para fines del estudio de investigación que estoy ejecutando.

En señal de aceptación y conformidad solicito tenga a bien formar el presente consentimiento informado.

Silva Sánchez Brandy
Nombres y apellidos

Firma



Anexo 3. Consentimiento informado

ANSIEDAD FRENTE AL EXAMEN DE ADMISIÓN DE LOS ESTUDIANTES PRE UNIVERSITARIOS DE LA ACADEMÍA A20 LA PRE, HUÁNUCO 2025

Investigadora: Chacón Lázaro Edith Rosario

Estimados estudiantes de la academia pre universitaria A20 La Pre, de la ciudad de Huánuco; soy una estudiante de la Facultad de Ciencias de la Salud del Programa Académico Profesional de Psicología en la Universidad de Huánuco, estoy desarrollando un Proyecto de Investigación para la obtención del título de licenciada en Psicología.

De acuerdo con las normas éticas, solicitamos su valioso consentimiento para la participación en nuestro estudio de investigación, por tal motivo solicito cordialmente que desarrolle el Test Anxiety Scale, de manera anónima en un tiempo aproximado de 10 a 15 minutos.

Informado que el objetivo del desarrollo de dicha prueba es obtener información de manera anónima de cómo se encuentran en la actualidad su ansiedad frente al examen de admisión, manifestándole expresamente que los resultados obtenidos se mantendrán en estricta reserva y confidencialidad, comunicándole, además que dicha información será utilizada exclusivamente para fines del estudio de investigación que estoy ejecutando.

En señal de aceptación y conformidad solicito tenga a bien formar el presente consentimiento informado.

Jhordan Gallardo Salcedo
Nombres y apellidos

Firma



Anexo 3. Consentimiento informado

ANSIEDAD FRENTE AL EXAMEN DE ADMISIÓN DE LOS ESTUDIANTES PRE UNIVERSITARIOS DE LA ACADEMÍA A20 LA PRE, HUÁNUCO 2025

Investigadora: Chacón Lázaro Edith Rosario

Estimados estudiantes de la academia pre universitaria A20 La Pre, de la ciudad de Huánuco; soy una estudiante de la Facultad de Ciencias de la Salud del Programa Académico Profesional de Psicología en la Universidad de Huánuco, estoy desarrollando un Proyecto de Investigación para la obtención del título de licenciada en Psicología.

De acuerdo con las normas éticas, solicitamos su valioso consentimiento para la participación en nuestro estudio de investigación, por tal motivo solicito cordialmente que desarrolle el Test Anxiety Scale, de manera anónima en un tiempo aproximado de 10 a 15 minutos.

Informado que el objetivo del desarrollo de dicha prueba es obtener información de manera anónima de cómo se encuentran en la actualidad su ansiedad frente al examen de admisión, manifestándole expresamente que los resultados obtenidos se mantendrán en estricta reserva y confidencialidad, comunicándole, además que dicha información será utilizada exclusivamente para fines del estudio de investigación que estoy ejecutando.

En señal de aceptación y conformidad solicito tenga a bien formar el presente consentimiento informado.

Navarro Dbal Nicolle
Nombres y apellidos

Firma



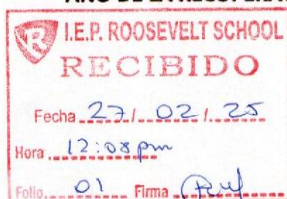
ANEXO 4

SOLICITUD DE AUTORIZACIÓN



SOLICITUD DE AUTORIZACIÓN

"AÑO DE LA RECUPERACIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LA ECONOMÍA PERUANA"



**SOLICITO: AUTORIZACIÓN PARA APLICAR
CUESTIONARIO A LOS ESTUDIANTES PRE
UNIVERSITARIOS DE LA ACADEMIA.**

**SEÑOR PROMOTOR DE LA ACADEMIA PRE UNIVERCITARIA A20 LA PRE, HUÁNUCO
2025.**

YO, CHACON LAZARO EDITH ROSARIO, identificada con DNI N°71459273, ante usted respetuosamente me presento y expongo:


Que, habiendo culminado la carrera de Psicología en la Universidad de Huánuco, Facultad de Ciencias de la Salud, Programa Académico de Psicología, solicito a usted autorización para aplicar el cuestionario de investigación a los estudiantes pre universitarios de la presente academia, titulada **ANSIEDAD FRENTE AL EXAMEN DE ADMISIÓN EN LOS ESTUDIANTES PRE UNIVERSITARIOS DE LA ACADEMIA A20 LA PRE; HUÁNUCO 2025**, tesis para optar el título profesional de licenciada en Psicología.

POR LO EXPUESTO

Ruego a usted acceder a mi solicitud.

Huánuco, 27 de febrero del 2025


Lic. Imelda Beteta Olivas


CHACON LAZARO, EDITH ROSARIO
DNI N°71459273

ANEXO 5

CARTA DE ACEPTACIÓN



CARTA DE ACEPTACIÓN

Huánuco, 27 de febrero del 2025

PROMOTOR DE LA ACADEMIA PRE UNIVERCITARIA A20 LA PRE, HUANUCO 2025.

CHACON LAZARO EDITH ROSARIO, identificada con DNI N°71459273, egresada de la Universidad de Huánuco, Facultad de ciencias de la salud, Programa Académico de Psicología ante usted respetuosamente me presento y expongo:

En conocimiento a su solicitud presentada ha sido **ACEPTADO** para aplicar el cuestionario titulado **ANSIEDAD FRENTE AL EXAMEN DE ADMISIÓN EN LOS ESTUDIANTES PRE UNIVERSITARIOS DE LA ACADEMIA A20 LA PRE – HUÁNUCO 2025.**

Se expide la presente carta a solicitud de la interesada para los fines éticos convenientes.


Lic. Imelda Beteta Olivas

ANEXO 6

INSTRUMENTOS APLICADOS



UDH
UNIVERSIDAD DE LA HABANA

CUESTIONARIO DE ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES (CAEX)

Nombre: Navarro Abel Nicole (8º)

Fecha: 28/02/25 Edad: 16

Instrucciones: Marque la opción que usted crea conveniente con la mayor sinceridad, es preciso indicarle que los datos que usted nos brinde se manejarán con estricta confidencialidad.

Donde:

- 0: No siento nada
- 1: Ligera ansiedad
- 2: Un poco intranquilo
- 3: Bastante nervioso
- 4: Muy nervioso
- 5: Completamente nervioso

ÍTEMS		0	1	2	3	4	5
1.	En los exámenes me sudan las manos.					X	
2.	Cuando llevo un rato haciendo el examen siento molestias en el estómago y necesidad de defecar.			X			
3.	Al comenzar a leer el examen se me nubla la vista no entiendo lo que leo.					X	
4.	Si llego cinco minutos tarde a un examen ya no entro.			X			
5.	Las condiciones donde se realiza un examen (demasiado ruido, calor, frío, sol, etc.) me influyen aumentando mi nerviosismo.						X
6.	Cuando termino el examen me duele la cabeza						X
7.	Cuando llevo un rato haciendo el examen siento que me falta el aire, mucho calor y sensación de que me voy a desmayar.			X			
8.	Me siento nervioso si el profesor se para junto a mí y ya no puedo seguir contestando.						X
9.	Me pongo nervioso al ver al profesor con los exámenes antes de entrar.					X	

10.	En el examen siento rígidas las manos y los brazos.				X		
11.	Antes de entrar al examen siento un "nudo" en el estómago, que desaparece al comenzar a escribir.				X		
12.	Al comenzar el examen, nada más leer o escuchar las preguntas me salgo y lo entrego en blanco.	X					
13.	Después del examen lloro con facilidad, al pensar lo mal que lo he hecho, aunque no sepa el resultado.						X
14.	Suelo darle muchas vueltas antes de decidir presentarme al examen.						X
15.	Mientras estoy realizando el examen, pienso que lo estoy haciendo muy mal.						X
16.	Me siento nervioso si los demás comienzan a entregar antes que yo el examen.						X
17.	Pienso que el profesor me está observando constantemente.						X
18.	Siento grandes deseos de fumar durante el examen.	X					
19.	Suelo mordirme las uñas o el bolígrafo durante los exámenes.						X
20.	Tengo grandes ganas de ir al cuarto de baño durante el examen.	X					
21.	No puedo quedarme quieto mientras hago el examen (muevo los pies, el bolígrafo, miro alrededor, miro la hora, etc.).						X
22.	Me pongo malo y doy excusas para no hacer un examen.	X					
23.	Para mí supone una tranquilidad o alivio cuando, por cualquier razón, se aplaza un examen.				X		
24.	Pienso que no voy a poder aprobar el examen, aunque haya estudiado.						X
25.	Antes de hacer el examen pienso que no me acuerdo de nada y voy a suspenderlo.	X					
26.	No consigo dormirme la noche anterior al examen.						X
27.	Me pone nervioso que el examen sea multitudinario.						X

28.	He sentido mareos y nauseas en un examen.	X							
29.	Momentos antes de hacer el examen tengo la boca seca y me cuesta tragar.						X		
30.	Si me siento en las primeras filas aumenta mi nerviosismo.								X
31.	Si el examen tiene un tiempo fijo para realizarse, aumenta mi nerviosismo y lo hago peor.						X		
32.	Me siento nervioso en los auditorios muy grandes.						X		
33.	Cuando estoy haciendo un examen el corazón me late muy deprisa.								X
34.	Al entrar en la sala donde se va a realizar el examen me tiemblan las piernas.						X		
35.	Me siento nervioso en las clases demasiado pequeñas.			X					
36.	Los grupos comentando el examen antes de que éste dé comienzo, me ponen nervioso.								X
37.	Al salir, tengo la sensación de haber hecho muy mal el examen.								X
38.	Pienso que me voy a poner nervioso y se me va a olvidar todo.						X		
39.	Tardo mucho en decidirme por contestar la mayoría de las preguntas, o en entregar el examen.						X		
40.	Un examen de entrevista personal.					X			
41.	Un examen oral en público.					X			
42.	Una exposición de un trabajo en clase.					X			
43.	Un examen escrito con preguntas alternativas.						X		
44.	Un examen escrito con preguntas abiertas.						X		
45.	Un examen escrito de desarrollo de un tema completo.					X			
46.	Un examen tipo oposición ante un tribunal.						X		
47.	Un examen de cultura general.						X		

48.	Un examen de cálculo o problemas matemáticos.							X
49.	Un examen con pruebas físicas o gimnásticas							X
50.	Un examen práctico (escribir a máquina, manejar ordenador, realizar un proyecto, dibujo, etc.).							X
31.	Para realizar exámenes de nivelación y lo hago poco.							
32.	Me siento nervioso en los exámenes muy grande.							
33.	Cuando estoy haciendo un examen el corazón me late muy de prisa.							
34.	Al entrar en la sala donde se va a realizar el examen me pongo las piernas.							
35.	Me siento nervioso en las clases demasiado pequeño.							
36.	Los grupos comentando el examen antes de que éste de comienzo, me ponen nervioso.							
37.	Al salir, tengo la sensación de haber hecho muy mal el examen.							
38.	Pienso que me voy a poner nervioso y se me va a olvidar todo.							
39.	Tanto mucho en decirme por contestar la mayoría de las preguntas o en entregar el examen.							
40.	Un examen de entrevista personal.							
41.	Un examen oral en público.							
42.	Una exposición de un trabajo en clase.							
43.	Un examen escrito con preguntas alternativas.							
44.	Un examen escrito con preguntas abiertas.							
45.	Un examen escrito de desarrollo de un tema concreto.							
46.	Un examen tipo opción entre un triángulo.							
47.	Un examen de cultura general.							



UDH
UNIVERSIDAD DE LA HABANA

CUESTIONARIO DE ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES (CAEX)

Nombre: Rubí Berrospi Ibarra

Fecha: 28/02/2025. Edad: 17

Instrucciones: Marque la opción que usted crea conveniente con la mayor sinceridad, es preciso indicarle que los datos que usted nos brinde se manejarán con estricta confidencialidad.

Donde:

- 0: No siento nada
- 1: Ligera ansiedad
- 2: Un poco intranquilo
- 3: Bastante nervioso
- 4: Muy nervioso
- 5: Completamente nervioso

ÍTEMS		0	1	2	3	4	5
1.	En los exámenes me sudan las manos.	X					
2.	Cuando llevo un rato haciendo el examen siento molestias en el estómago y necesidad de defecar.	X					
3.	Al comenzar a leer el examen se me nubla la vista no entiendo lo que leo.			X			
4.	Si llego cinco minutos tarde a un examen ya no entro.			X			
5.	Las condiciones donde se realiza un examen (demasiado ruido, calor, frío, sol, etc.) me influyen aumentando mi nerviosismo.		X				
6.	Cuando termino el examen me duele la cabeza		X				
7.	Cuando llevo un rato haciendo el examen siento que me falta el aire, mucho calor y sensación de que me voy a desmayar.	X					
8.	Me siento nervioso si el profesor se para junto a mí y ya no puedo seguir contestando.	X					
9.	Me pongo nervioso al ver al profesor con los exámenes antes de entrar.	X					

10.	En el examen siento rígidas las manos y los brazos.	X					
11.	Antes de entrar al examen siento un "nudo" en el estómago, que desaparece al comenzar a escribir.		X				
12.	Al comenzar el examen, nada más leer o escuchar las preguntas me salgo y lo entrego en blanco.	X					
13.	Después del examen lloro con facilidad, al pensar lo mal que lo he hecho, aunque no sepa el resultado.	X					
14.	Suelo darle muchas vueltas antes de decidir presentarme al examen.	X					
15.	Mientras estoy realizando el examen, pienso que lo estoy haciendo muy mal.	X					
16.	Me siento nervioso si los demás comienzan a entregar antes que yo el examen.	X					
17.	Pienso que el profesor me está observando constantemente.	X					
18.	Siento grandes deseos de fumar durante el examen.	X					
19.	Suelo mordirme las uñas o el bolígrafo durante los exámenes.	X					
20.	Tengo grandes ganas de ir al cuarto de baño durante el examen.	X					
21.	No puedo quedarme quieto mientras hago el examen (muevo los pies, el bolígrafo, miro alrededor, miro la hora, etc.).	X					
22.	Me pongo malo y doy excusas para no hacer un examen.	X					
23.	Para mí supone una tranquilidad o alivio cuando, por cualquier razón, se aplaza un examen.	X					
24.	Pienso que no voy a poder aprobar el examen, aunque haya estudiado.	X					
25.	Antes de hacer el examen pienso que no me acuerdo de nada y voy a suspenderlo.	X					
26.	No consigo dormirme la noche anterior al examen.	X					
27.	Me pone nervioso que el examen sea multitudinario.	X					

28.	He sentido mareos y nauseas en un examen.	X					
29.	Momentos antes de hacer el examen tengo la boca seca y me cuesta tragar.	X					
30.	Si me siento en las primeras filas aumenta mi nerviosismo.	X					
31.	Si el examen tiene un tiempo fijo para realizarse, aumenta mi nerviosismo y lo hago peor.	X					
32.	Me siento nervioso en los auditorios muy grandes.	X					
33.	Cuando estoy haciendo un examen el corazón me late muy deprisa.	X					
34.	Al entrar en la sala donde se va a realizar el examen me tiemblan las piernas.	X					
35.	Me siento nervioso en las clases demasiado pequeñas.	X					
36.	Los grupos comentando el examen antes de que éste dé comienzo, me ponen nervioso.	X					
37.	Al salir, tengo la sensación de haber hecho muy mal el examen.	X					
38.	Pienso que me voy a poner nervioso y se me va a olvidar todo.	X					
39.	Tardo mucho en decidirme por contestar la mayoría de las preguntas, o en entregar el examen.	X					
40.	Un examen de entrevista personal.		X				
41.	Un examen oral en público.		X				
42.	Una exposición de un trabajo en clase.	X					
43.	Un examen escrito con preguntas alternativas.	X					
44.	Un examen escrito con preguntas abiertas.	X					
45.	Un examen escrito de desarrollo de un tema completo.	X					
46.	Un examen tipo oposición ante un tribunal.		X				
47.	Un examen de cultura general.	X					

48.	Un examen de cálculo o problemas matemáticos.		X				
49.	Un examen con pruebas físicas o gimnásticas	X					
50.	Un examen práctico (escribir a máquina, manejar ordenador, realizar un proyecto, dibujo, etc.).	X					



UDH
UNIVERSIDAD DE HUANCAYO

CUESTIONARIO DE ANSIEDAD ANTE LOS EXAMENES (CAEX)

Nombre: Brandy America Silva Sánchez

69

Fecha: 28/02/2025 Edad: 16 años

Instrucciones: Marque la opción que usted crea conveniente con la mayor sinceridad, es preciso indicarle que los datos que usted nos brinde se manejarán con estricta confidencialidad.

Donde:

0: No siento nada

1: Ligera ansiedad

2: Un poco intranquilo

3: Bastante nervioso

4: Muy nervioso

5: Completamente nervioso

ÍTEMS		0	1	2	3	4	5
1.	En los exámenes me sudan las manos.	X					
2.	Quando llevo un rato haciendo el examen siento molestias en el estómago y necesidad de defecar.	X					
3.	Al comenzar a leer el examen se me nubla la vista no entiendo lo que leo.	X					
4.	Si llevo cinco minutos tarde a un examen ya no entro.			X			
5.	Las condiciones donde se realiza un examen (demasiado ruido, calor, frío, sol, etc.) me influyen aumentando mi nerviosismo.		X				
6.	Quando termino el examen me duele la cabeza	X					
7.	Quando llevo un rato haciendo el examen siento que me falta el aire, mucho calor y sensación de que me voy a desmayar.	X					
8.	Me siento nervioso si el profesor se para junto a mí y ya no puedo seguir contestando.	X					
9.	Me pongo nervioso al ver al profesor con los exámenes antes de entrar.	X					

10.	En el examen siento rígidas las manos y los brazos.	X						
11.	Antes de entrar al examen siento un "nudo" en el estómago, que desaparece al comenzar a escribir.		X					
12.	Al comenzar el examen, nada más leer o escuchar las preguntas me salgo y lo entrego en blanco.	X						
13.	Después del examen lloro con facilidad, al pensar lo mal que lo he hecho, aunque no sepa el resultado.	X						
14.	Suelo darle muchas vueltas antes de decidir presentarme al examen.		X					
15.	Mientras estoy realizando el examen, pienso que lo estoy haciendo muy mal.	X						
16.	Me siento nervioso si los demás comienzan a entregar antes que yo el examen.	X						
17.	Pienso que el profesor me está observando constantemente.	X						
18.	Siento grandes deseos de fumar durante el examen.	X						
19.	Suelo mordirme las uñas o el bolígrafo durante los exámenes.	X						
20.	Tengo grandes ganas de ir al cuarto de baño durante el examen.	X						
21.	No puedo quedarme quieto mientras hago el examen (muevo los pies, el bolígrafo, miro alrededor, miro la hora, etc.).	X						
22.	Me pongo malo y doy excusas para no hacer un examen.	X						
23.	Para mí supone una tranquilidad o alivio cuando, por cualquier razón, se aplaza un examen.		X					
24.	Pienso que no voy a poder aprobar el examen, aunque haya estudiado.	X						
25.	Antes de hacer el examen pienso que no me acuerdo de nada y voy a suspenderlo.	X						
26.	No consigo dormirme la noche anterior al examen.	X						
27.	Me pone nervioso que el examen sea multitudinario.	X						

28.	He sentido mareos y nauseas en un examen.	X						
29.	Momentos antes de hacer el examen tengo la boca seca y me cuesta tragar.	X						
30.	Si me siento en las primeras filas aumenta mi nerviosismo.	X						
31.	Si el examen tiene un tiempo fijo para realizarse, aumenta mi nerviosismo y lo hago peor.	X						
32.	Me siento nervioso en los auditorios muy grandes.		X					
33.	Cuando estoy haciendo un examen el corazón me late muy deprisa.	X						
34.	Al entrar en la sala donde se va a realizar el examen me tiemblan las piernas.	X						
35.	Me siento nervioso en las clases demasiado pequeñas.		X					
36.	Los grupos comentando el examen antes de que éste dé comienzo, me ponen nervioso.	X						
37.	Al salir, tengo la sensación de haber hecho muy mal el examen.	X						
38.	Pienso que me voy a poner nervioso y se me va a olvidar todo.	X						
39.	Tardo mucho en decidirme por contestar la mayoría de las preguntas, o en entregar el examen.		X					
40.	Un examen de entrevista personal.		X					
41.	Un examen oral en público.		X					
42.	Una exposición de un trabajo en clase.		X					
43.	Un examen escrito con preguntas alternativas.	X						
44.	Un examen escrito con preguntas abiertas.	X						
45.	Un examen escrito de desarrollo de un tema completo.			X				
46.	Un examen tipo oposición ante un tribunal.			X				
47.	Un examen de cultura general.	X						

48.	Un examen de cálculo o problemas matemáticos.		X				
49.	Un examen con pruebas físicas o gimnásticas		X				
50.	Un examen práctico (escribir a máquina, manejar ordenador, realizar un proyecto, dibujo, etc.).	X					



CUESTIONARIO DE ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES (CAEX)

Nombre: Gallardo Salcedo Jonathan Slip/G

Fecha: 02/08/2015 Edad: 19

Instrucciones: Marque la opción que usted crea conveniente con la mayor sinceridad, es preciso indicarle que los datos que usted nos brinde se manejarán con estricta confidencialidad.

Donde:

- 0: No siento nada
- 1: Ligera ansiedad
- 2: Un poco intranquilo
- 3: Bastante nervioso
- 4: Muy nervioso
- 5: Completamente nervioso

ÍTEMS	0	1	2	3	4	5
1. En los exámenes me sudan las manos.		X				
2. Cuando llevo un rato haciendo el examen siento molestias en el estómago y necesidad de defecar.		X				
3. Al comenzar a leer el examen se me nubla la vista no entiendo lo que leo.		X				
4. Si llego cinco minutos tarde a un examen ya no entro.		X				
5. Las condiciones donde se realiza un examen (demasiado ruido, calor, frío, sol, etc.) me influyen aumentando mi nerviosismo.		X				
6. Cuando termino el examen me duele la cabeza			X			
7. Cuando llevo un rato haciendo el examen siento que me falta el aire, mucho calor y sensación de que me voy a desmayar.		X				
8. Me siento nervioso si el profesor se para junto a mí y ya no puedo seguir contestando.			X			
9. Me pongo nervioso al ver al profesor con los exámenes antes de entrar.		X				

10.	En el examen siento rígidas las manos y los brazos.	X					
11.	Antes de entrar al examen siento un "nudo" en el estómago, que desaparece al comenzar a escribir.		X				
12.	Al comenzar el examen, nada más leer o escuchar las preguntas me salgo y lo entrego en blanco.			λ			
13.	Después del examen lloro con facilidad, al pensar lo mal que lo he hecho, aunque no sepa el resultado.		X				
14.	Suelo darle muchas vueltas antes de decidir presentarme al examen.			8			
15.	Mientras estoy realizando el examen, pienso que lo estoy haciendo muy mal.		λ				
16.	Me siento nervioso si los demás comienzan a entregar antes que yo el examen.		λ				
17.	Pienso que el profesor me está observando constantemente.		λ				
18.	Siento grandes deseos de fumar durante el examen.	X					
19.	Suelo mordirme las uñas o el bolígrafo durante los exámenes.	X					
20.	Tengo grandes ganas de ir al cuarto de baño durante el examen.	8					
21.	No puedo quedarme quieto mientras hago el examen (muevo los pies, el bolígrafo, miro alrededor, miro la hora, etc.).		8				
22.	Me pongo malo y doy excusas para no hacer un examen.	X					
23.	Para mí supone una tranquilidad o alivio cuando, por cualquier razón, se aplaza un examen.		8				
24.	Pienso que no voy a poder aprobar el examen, aunque haya estudiado.	X					
25.	Antes de hacer el examen pienso que no me acuerdo de nada y voy a suspenderlo.		7				
26.	No consigo dormirme la noche anterior al examen.	X					
27.	Me pone nervioso que el examen sea multitudinario.		X				

28.	He sentido mareos y nauseas en un examen.	X						
29.	Momentos antes de hacer el examen tengo la boca seca y me cuesta tragar.	X						
30.	Si me siento en las primeras filas aumenta mi nerviosismo.		X					
31.	Si el examen tiene un tiempo fijo para realizarse, aumenta mi nerviosismo y lo hago peor.	X						
32.	Me siento nervioso en los auditorios muy grandes.	X						
33.	Cuando estoy haciendo un examen el corazón me late muy deprisa.	X						
34.	Al entrar en la sala donde se va a realizar el examen me tiemblan las piernas.	X						
35.	Me siento nervioso en las clases demasiado pequeñas.	X						
36.	Los grupos comentando el examen antes de que éste dé comienzo, me ponen nervioso.	X						
37.	Al salir, tengo la sensación de haber hecho muy mal el examen.	X						
38.	Pienso que me voy a poner nervioso y se me va a olvidar todo.	X						
39.	Tardo mucho en decidirme por contestar la mayoría de las preguntas, o en entregar el examen.	X						
40.	Un examen de entrevista personal.	X						
41.	Un examen oral en público.		I					
42.	Una exposición de un trabajo en clase.		X					
43.	Un examen escrito con preguntas alternativas.	X						
44.	Un examen escrito con preguntas abiertas.		X					
45.	Un examen escrito de desarrollo de un tema completo.	X						
46.	Un examen tipo oposición ante un tribunal.		X					
47.	Un examen de cultura general.		X					

ANEXO 7

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS





