



Ansiedad ante los exámenes en alumnado de Educación Secundaria Obligatoria

Anxiety in students from junior high-school

Alba Rodríguez, M^a Dolores Dapía, Antonio López-Castedo
Universidad de Vigo

Resumen

El presente trabajo tiene como objetivo identificar el grado de ansiedad ante los exámenes. Para llevar a cabo el estudio se ha utilizado el Cuestionario de Evaluación de Ansiedad ante los Exámenes (CAEX), desarrollado por Valero (1999), que se compone de 50 ítems que recogen la variedad de respuestas motoras, verbales, cognitivas o fisiológicas junto con la tipología de exámenes más frecuentes. Este cuestionario fue administrado a 325 estudiantes de ESO. Los resultados pusieron de manifiesto que el perfil de estudiante que posee mayores niveles de ansiedad ante los exámenes es una adolescente de 12 años, que estudia 1º ESO en un colegio privado-concertado y aprueba todas las asignaturas. Se puede concluir en primer lugar que la ansiedad ante los exámenes afecta significativamente a los estudiantes de la muestra, y en segundo lugar, se han encontrado diferencias estadísticamente significativas en las variables edad, sexo, tipo de centro, curso y rendimiento académico.

Palabras clave: ansiedad, exámenes, adolescentes.

Abstract

This research paper has the purpose to identify the degree of test anxiety. To carry out the study has used the Assessment Questionnaire Anxiety Tests (CAEX), It developed by Valero (1999) and it consists of 50 items that reflect the variety of motor, verbal, cognitive or physiological responses with the typology of more frequent exams. This questionnaire was administered to 325 students from Junior High-School. The results showed that the profile of students who have higher levels of test anxiety is a adolescent of 12 years old, studying in 1st ESO-arranged a private school and approves all subjects. It can be concluded that the first test anxiety significantly affect students in the sample, and secondly found statistically significant differences in the variables age, sex, type of school, course and academic performance.

Keywords: anxiety, exams, adolescent.

La educación, en sus diversas manifestaciones, nos acompaña desde el momento en que nacemos. Uno de los ámbitos educativos por excelencia es la escuela, en su sentido amplio, en la que se pasan muchas horas de la infancia, adolescencia y juventud. Indagar científicamente en todos los aspectos relacionados con ella a fin de mejorar al máximo los procesos de enseñanza-aprendizaje, así como contribuir al conocimiento de los problemas que

surgen en los estudiantes y ensayar posibles alternativas serían las bases que fundamentan este trabajo, particularmente en relación con la ansiedad de los estudiantes ante los exámenes.

En ocasiones, el éxito escolar de los estudiantes puede verse mermado debido a diversos problemas (Martínez-Monteagudo, Inglés, Trianes y García-Fernández, 2011). Uno de ellos, y el que será objeto de estudio, es la ansiedad

ante los exámenes (AE); un fenómeno del que cada vez tenemos más constancia de su presencia en las aulas. Una alta ansiedad en situaciones de examen puede llevar al estudiante a un menor rendimiento en su desempeño:

La ansiedad ante los exámenes es una reacción emocional que experimenta el sujeto ante la cercanía de un examen o bien, durante el mismo. A parte de los síntomas mientras rinde la prueba, el sujeto experimenta una distracción de su atención, crea pensamientos negativos recurrentes que impiden de alguna manera una buena concentración o que se sigan debidamente las instrucciones, malinterpretando las preguntas o los problemas que plantea el examen. (Salinas, Guzmán y Rodas, 2008, p. 9)

Los estudios epidemiológicos indican que la AE es relativamente frecuente y pueden afectar hasta a un 18% de niños y adolescentes (Jadue, 2001, Bados, 2005). Existen además, diversas variables que influyen en la aparición de la ansiedad ante los exámenes surgida en contextos evaluativos. Algunas de estas variables, como indica Bausela (2005) serían el rasgo de ansiedad del sujeto, la importancia de la prueba, factores relacionados con el medio ambiente, entre otros. Además, los estudiantes mayores presentan un mayor grado de ansiedad ante la evaluación escolar debido al nivel de exigencia creciente del sistema educativo (Martínez-Monteagudo, García-Fernández e Inglés, 2013).

Algunos estudios (Fernández, 1990; Viñas-Poch y Caparrós, 2000), señalan la naturaleza estresora que supone la situación de examen, dado que puede desarrollar en el estudiante elevados niveles de ansiedad y vulnerar en algunos casos el equilibrio físico y psicológico disminuyendo, en consecuencia, el nivel de rendimiento académico. Los estudiantes que muestran altos niveles de ansiedad presentan dificultades para la regulación de sus respuestas atencionales, debido a que sus preocupaciones los desconcentran de las actividades que realizan y dificultan la capacidad de resolver problemas que es requerida para las evaluaciones. Este proceso se presenta tanto en el momento de estudiar y preparar el examen como al momento mismo de su ejecución (Furlan, Kohan, Piemontesi y Heredia, 2008). Rosário, Núñez, Salgado, González-Pienda, Valle, Joly y Bernardo (2008) ponen de manifiesto que los hijos de padres y madre con titulaciones de post-grado manifiestan altos niveles de ansiedad. Estos resultados pueden ser explicados por la presión de las expectativas de los padres para obtener buenos resultados y que pueden inducir sentimientos de ansiedad en los momentos de evaluación, particularmente, en situación de examen (Magalhães, 2007).

Estas y otras investigaciones nos han llevado a plantearnos los siguientes objetivos de esta investigación: profundizar acerca de la presencia de la AE en las aulas y analizar qué variables influyen en la misma.

Método

Participantes

La población objeto de estudio se corresponde con los alumnos y alumnas de ESO de la provincia de Ourense, con edades comprendidas entre los 12 y los 16 años.

Se seleccionó una muestra de un total de 325 alumnos y alumnas de dos centros escogidos al azar, el IES Otero Pedrayo (de carácter público) y el CPR Luis Vives (de carácter privad-concertado), y que voluntariamente accedieron a colaborar en esta investigación. La caracterización de la muestra se distribuye de la siguiente forma: 151 niñas (46.5%) frente a un total de 174 niños (53.5%). En cuanto a la edad, la \bar{X} es de 13.99, con un rango que va de 12 a 16 años. Entre 13 y 15 años se aglutina más del 70% de la muestra, siendo los grupos más reducidos los de 16 y 12 años respectivamente. Con relación al tipo de colegio en el que estudian, se observa un porcentaje ligeramente superior de alumnos y alumnas que cursan sus estudios en un colegio Privado-Concertado (58.2%) frente a los que cursan sus enseñanzas en uno Público (41.8%). Respecto al curso, se constata una distribución homogénea por cursos (en torno al 25%), siendo ligeramente inferior el grupo de 1º de ESO que alcanza el 22.5%. Por último, con relación al rendimiento académico podemos señalar que la mayoría de alumnos aprueba todas las asignaturas (60.9%), otros pasan de curso pero con alguna materia suspensa (16.6%) y el alumnado que ha repetido curso alguna vez supone un 22.5%.

Materiales

Para llevar a cabo este estudio, los instrumentos de recogida de datos que se han empleado fueron un cuestionario estructurado “*ad hoc*”, relativo a variables sociodemográficas entre las que se incluyen edad, sexo, tipo de centro, curso y rendimiento académico así como un cuestionario de Evaluación de Ansiedad ante los exámenes (CAEX) desarrollado por Valero (1999). Este cuestionario consta de 50 ítems, cuyo objetivo es recoger la variedad de respuestas motoras, verbales, cognitivas o fisiológicas junto con la tipología de exámenes más frecuentes. Del análisis de sus 50 ítems emergen cuatro factores de contenido y que se refieren a las respuestas efectivas de evitación que se dan en los exámenes (compuestas por 7 ítems y con una puntuación máxima de 37), las respuestas cognitivas de preocupación antes o durante el examen (formadas por 14 ítems y una puntuación máxima de 70), las respuestas fisiológicas que le ocurren al estudiante en ese momento (constituidas por 15 ítems y cuya puntuación máxima es 75) y a las situaciones o tipos de exámenes más frecuentes (organizadas en 14 ítems y con una puntuación máxima de 70). La escala de valoración utilizada es una doble escala tipo Likert entre 0 y 5; diferenciando entre las situaciones ocurridas personalmente (0 = nunca me ocurre, 1 = muy pocas veces, 2 = algunas veces, 3 = a menudo suele

ocurrirme, 4 = muchas veces y 5 = siempre me ocurre) y sobre el sentimiento subjetivo que le producen (0 = no siento nada, 1 = ligera ansiedad, 2 = un poco intranquilo, 3 = bastante nervioso, 4 = muy nervioso y 5 = completamente nervioso). El cuestionario presenta unas adecuadas propiedades psicométricas, con una consistencia interna bastante elevada en lo referente a ansiedad ($\alpha = .92$) y frecuencia ($\alpha = .94$), y algo menor para los ítems referidos a situaciones ($\alpha = .86$). La correlación entre los dos sistemas de puntuaciones es muy elevada y significativa ($r = .90$; $p < 0.001$).

Procedimiento

La recogida de datos se llevó a cabo desde febrero a abril de 2013. Previamente se procedió a contactar con el equipo directivo y los orientadores de los centros, con el objeto de explicarles la finalidad y alcance de la investigación y proponerles su participación voluntaria. Seguidamente, al manifestar la dirección su consentimiento, se mantuvo una reunión informativa para dar a conocer el estudio y que éstos lo trasladasen a toda la comunidad educativa. Se acordó pasar los cuestionarios en las clases de tutoría y los tutores participaron de forma voluntaria, estableciendo la fecha y hora. Paralelamente, se informó a los padres sobre la investigación y se recabó su consentimiento acerca de la participación de sus hijos en el estudio. Se les pidió a los sujetos que decidieron colaborar que fuesen lo más sinceros posibles a la hora de contestar y que no dejaran ninguna pregunta sin responder. Las instrucciones explicativas fueron las mismas en todas las aulas y por el mismo investigador, a fin de evitar un factor de sesgo. Es necesario señalar la receptividad de todo el profesorado, alumnado y padres a los que se les solicitó colaboración, así como una participación del 100% de los estudiantes en esta investigación.

Diseño y análisis de datos

El enfoque metodológico de este estudio es de tipo cuantitativo y el diseño empleado es, por una parte, de tipo transversal por cuanto que trata de conocer y profundizar, en un momento determinado, la variedad de respuestas motoras, verbales cognitivas o fisiológicas ante los exámenes del alumnado que cursa la ESO. Por otra parte, ofrece un doble nivel de análisis: descriptivo, en relación a la ansiedad ante los exámenes, respecto a qué factores explicativos pueden estar más asociados en los alumnos de Educación Secundaria; y analítico, ya que permite evaluar las hipótesis formuladas.

En esta investigación se utiliza un Diseño multigrupo de una sola variable.

Para analizar los datos obtenidos en la investigación, se sometieron los resultados a los siguientes análisis estadísticos: análisis de frecuencias y porcentajes de cada variable cualitativa, puntuación media y desviación típica de cada variable cuantitativa, análisis de varianza (Anova) de un factor y método de comparaciones múltiples *post hoc*

o a posteriori (Prueba de Scheffé). Para todos los análisis se consideró que una relación era estadísticamente significativa cuando $p < .05$ y no significativa si $p > .05$. Los datos fueron analizados mediante el programa estadísticos SPSS 20.0 para Windows.

Resultados

En esta investigación la fiabilidad obtenida a través del Alfa de Cronbach ha sido para el total $\alpha = .96$. Por dimensiones, la de preocupación $\alpha = .92$, para las respuestas fisiológicas $\alpha = .90$, para el tipo de situaciones $\alpha = .89$ y, por último, para las respuestas de evitación $\alpha = .73$. Por tanto, las puntuaciones obtenidas alcanzan índices de fiabilidad muy satisfactorios.

Los resultados obtenidos en la investigación se describen atendiendo a la puntuación total y a las dimensiones de preocupación, repuestas fisiológicas, situaciones y respuestas de evitación.

CAEX: Puntuación Total (CAEX-PT)

En el análisis inferencial, se aprecia que tanto la edad ($F = 3.022$, $p = .018$), el sexo ($F = 12.867$, $p < .001$), el tipo de centro ($F = 4.191$, $p = .041$) y el curso ($F = 9.476$, $p < .001$) son fuente significativa de variación con respecto a la Puntuación Total en Ansiedad ante los Exámenes, mientras que en lo que se refiere al rendimiento académico ($F = 1.878$, $p = .155$) no se han encontrado diferencias significativas (Ver tabla 1).

Tabla 1.

CAEX: Puntuación Total

Variables		\bar{X} (Sx)	F (p)
Edad	12 años	83.46 (49.10)	3.022 (.018)
	13 años	59.57 (48.09)	
	14 años	70.27 (58.25)	
	15 años	58.25 (38.92)	
	16 años	70.40 (37.84)	
Sexo	Mujer	76.60 (46.13)	12.87
	Hombre	58.71 (43.69)	(<.001)
Tipo de colegio	Público	60.94 (43.99)	4.191 (.041)
	Privado-Concertado	71.40 (46.44)	
Curso	1º ESO	84.26 (49.12)	9.476 (<.001)
	2º ESO	48.06 (41.32)	
	3º ESO	73.10 (48.01)	
	4º ESO	64.35 (36.81)	
Rendimiento académico	Aprueba todo	70.19 (48.39)	1.878 (.155)
	Pasa de curso con alguna suspensa	67.46 (37.79)	
	Ha repetido curso	58.12 (42.58)	

En relación a la edad, los sujetos de 12 años arrojan la puntuación más elevada (83.46) y la media más baja corresponde a los de 15 años con una media igual a 58.25. En la variable sexo, las niñas muestran una puntuación media superior (76.60) a la de ellos (58.71). En lo que se refiere a tipo de centro en el que estudian, el centro privado-concertado obtiene una media superior (71.40) respecto a

la del centro público (60.94). Si atendemos a la variable curso, la media más alta la presentan los de 1º de ESO (84.26), correspondiendo la más baja a los alumnos de 2º de ESO con 48.06. Por último, en cuanto al rendimiento académico, la media más alta pertenece a los sujetos que aprueban todas las asignaturas (70.19), seguida por aquéllos que pasan de curso pero con alguna asignatura suspensa (67.46) y, finalmente, los alumnos que han repetido alguna vez cuya media desciende a 58.12. Así podemos obtener un perfil básico del alumnado que presenta mayores niveles de ansiedad ante los exámenes, que vendría definido por ser una adolescente de 12 años, que estudia 1º de ESO, en un colegio privado-concertado y que aprueba todas las asignaturas. En contraposición, el alumnado que presenta menor grado de ansiedad ante los exámenes sería un niño de 15 años, que estudia 2º de ESO, en un centro público y que ha repetido curso.

Los análisis a posteriori (Scheffé) de la variable edad pone de manifiesto que dichas diferencias se producen entre los estudiantes de 12 y 13 años y entre los de 12 y 15 años; asimismo, el análisis de la variable curso refleja diferencias entre estudiantes de 1º y 2º de ESO, entre los de 1º y 4º de ESO, y 2º y 3º de ESO.

CAEX: Preocupación (CAEX-P)

Los resultados del ANOVA realizado a las distintas variables, tabla 2, constatan que tanto el sexo ($F = 9.079, p = .003$), el tipo de centro ($F = 6.085, p = .014$) y el curso ($F = 7.230, p < .001$) son fuente significativa de variación con respecto a la dimensión de preocupación.

Tabla 2.

CAEX: Dimensión Preocupación

Variables		\bar{X} (Sx)	F(p)
Edad	12 años	27.77 (17.01)	2.120 (.078)
	13 años	22.08 (18.59)	
	14 años	24.98 (18.25)	
	15 años	19.68 (14.72)	
	16 años	25.08 (15.60)	
Sexo	Mujer	26.54 (17.08)	9.079 (.003)
	Hombre	20.87 (16.77)	
Tipo de colegio	Público	20.77 (16.49)	6.085 (.014)
	Privado-Concertado	25.48 (17.35)	
Curso	1º ESO	29.10 (17.97)	7.230 (<.001)
	2º ESO	17.45 (15.94)	
	3º ESO	26.00 (18.23)	
	4º ESO	22.02 (14.28)	
Rendimiento académico	Aprueba todo	23.97 (17.84)	.374 (.688)
	Pasa de curso con alguna suspensa	23.87 (13.75)	
	Ha repetido curso	21.98 (17.50)	

Atendiendo a la Dimensión de Preocupación se observa que en la variable edad la puntuación media más elevada corresponde a los sujetos de 12 años (27.77) y la más baja pertenece a los alumnos que tienen 15 años (19.68). En la variable sexo, las niñas muestran una puntuación media

superior (26.54) a las de los niños (20.87). Para la variable tipo de centro, la media más alta se constata en los alumnos que estudian en un centro privado-concertado (25.48), frente a los que estudian en un centro público (20.77). En relación a la variable curso, se percibe que el curso con una media más alta es el de 1º de ESO (29.10) y la más baja es para 2º de ESO con 17.45. Por último, en lo que atañe al rendimiento académico, los que aprueban todas las asignaturas obtienen una puntuación mayor (23.97), seguida de aquéllos que pasan de curso pero con alguna asignatura suspensa (23.87), y finalmente, los que han repetido curso (21.98). De las puntuaciones medias alcanzadas en la dimensión de preocupación, obtenemos el perfil de los estudiantes que presentan mayor preocupación: niña de 12 años, que estudia 1º de ESO, en un colegio privado-concertado y aprueba todas las asignaturas. En contraposición, el alumnado que presenta menor preocupación sería un niño de 15 años, que estudia 2º de ESO, en un centro público y que ha repetido curso alguna vez. Perfiles que coinciden totalmente con los descritos para la Puntuación Total del CAEX.

El análisis a posteriori (Scheffé) practicado a la variable curso escolar, nos indica que dichas diferencias se producen entre 1º y 2º de ESO, 1º y 4º de ESO y entre 2º y 3º de ESO.

CAEX: Respuestas Fisiológicas (CAEX-RF)

El análisis inferencial en función de las distintas variables analizadas, se aprecia que tanto la edad ($F = 4.509, p = .001$), el sexo ($F = 4.612, p = .032$), el tipo de centro ($F = 4.848, p = .028$), el curso ($F = 8.127, p < .001$) y el rendimiento académico ($F = 4.060, p = .018$) son fuente significativa de variación (ver Tabla 3).

Tabla 3.

CAEX: Dimensión Respuestas Fisiológicas

Variables		\bar{X} (Sx)	F(p)
Edad	12 años	21.93 (15.96)	4.509 (.001)
	13 años	13.32 (14.49)	
	14 años	14.85 (14.36)	
	15 años	11.88 (11.54)	
	16 años	13.53 (11.63)	
Sexo	Mujer	16.47 (14.19)	4.612 (.032)
	Hombre	13.14 (13.64)	
Tipo de colegio	Público	12.69 (13.54)	4.848 (.028)
	Privado-Concertado	16.13 (14.14)	
Curso	1º ESO	20.49 (15.50)	8.127 (<.001)
	2º ESO	10.37 (12.87)	
	3º ESO	15.90 (14.53)	
	4º ESO	12.61 (11.05)	
Rendimiento académico	Aprueba todo	19.09 (15.09)	4.060 (.018)
	Pasa de curso con alguna suspensa	14.94 (11.95)	
	Ha repetido curso	10.69 (11.35)	

Para las Respuestas Fisiológicas (CAEX-RF) estudiadas y en relación con la variable edad, los sujetos de 12 años

muestran la puntuación más elevada (21.93) y la media más baja corresponde a la edad de 15 años que alcanza una puntuación de 11.88. En la variable sexo, las adolescentes manifiestan una puntuación media más elevada (16.47) que la de ellos (13.14). En lo que respecta al tipo de centro en el que estudian, el centro privado-concertado obtiene una media ligeramente superior (16.13) respecto a la del centro público que es de 12.69.

Las medias del curso escolar, se reflejan de la siguiente manera: las puntuaciones más elevadas son las de 1° de ESO (20.49) y la media más baja (10.37) corresponde a los estudiantes de 2° de la ESO. En cuanto al rendimiento académico, se observa que la media más alta pertenece a los estudiantes que aprueban todas las asignaturas (16.09) y en último lugar se encuentran los alumnos que han repetido alguna vez (10.69).

De todo lo anterior se deduce que el perfil básico del alumnado que presenta mayor presencia de respuestas fisiológicas es una adolescente de 12 años, que estudia 1° de ESO, en un colegio privado-concertado y que además aprueba todas las asignaturas. En el otro extremo se encuentra un varón de 15 años, que estudia 2° de ESO, en un centro público y que ha repetido curso. Nuevamente en clara concordancia con el perfil obtenido en las dimensiones anteriores.

Un análisis más meticuloso a posteriori (Scheffé), pone de manifiesto lo siguiente: que en la edad las diferencias significativas se observan entre los estudiantes de 12 y 13 años, 12 y 14 años, 12 y 15 años y 12 y 16 años. De igual manera, en cuanto al curso, las diferencias se producen entre 1° y 2° de ESO, 1° y 4° de ESO, y entre 2° y 3° de ESO; y, atendiendo al rendimiento académico, las diferencias significativas se exhiben entre el alumnado que aprueba y el que repite.

CAEX: Situaciones (CAEX-S)

El Anova a las distintas variables (Tabla 4) pone de manifiesto que tanto el sexo ($F = 27.955, p < .001$) como el curso ($F = 7.744, p < .001$) son fuentes significativas de variación con respecto al tipo de situaciones, mientras que en la edad ($F = 1.827, p = .123$), el tipo de centro ($F = .128, p = .721$) y rendimiento académico ($F = 2.702, p = .069$) no se aprecian diferencias significativas.

Analizando el tipo de situaciones que ofrecen mayor ansiedad en relación con las variables estudiadas se percibe que para la variable edad, los sujetos de 16 años obtienen la puntuación más elevada (26.22) y la media más baja corresponde a la edad de 13 años con una puntuación de 19.50. En la variable sexo, ellas obtienen una media superior a la de los niños. En lo referente al tipo de centro en el que estudian, el colegio privado-concertado tiene una media ligeramente superior (23.10) a la del centro público (22.52). Con respecto al curso, el análisis muestra que la media mayor corresponde a los de 4° de ESO (25.40) y la menor es para los alumnos de 2° de ESO (16.48). Finalmente, en cuanto al rendimiento académico, las

puntuaciones mayores son para los sujetos que aprueban todas las asignaturas (24.12) y las menores para aquéllos que han repetido alguna (19.58).

De lo analizado anteriormente, podemos concluir que el perfil básico del alumnado que presenta mayores niveles de ansiedad ante los exámenes en relación con el tipo de situaciones sería una adolescente de 16 años, que estudia 4° de ESO en un centro privado-concertado y que además aprueba todas las asignaturas. Por el contrario, el alumnado que presenta menor grado de ansiedad ante los exámenes atendiendo al tipo de situación sería un niño de 13 años, que estudia 2° de ESO en un colegio público y que ha repetido curso alguna vez; unos perfiles que difieren de los identificados para las dimensiones anteriormente estudiadas.

Tabla 4
CAEX: Dimensión Situaciones

Variables		\bar{X} (Sx)	F(p)
Edad	12 años	23.91 (14.05)	1.827 (.123)
	13 años	19.50 (14.32)	
	14 años	23.86 (15.44)	
	15 años	22.36 (13.62)	
	16 años	26.22 (13.12)	
Sexo	Mujer	27.19 (14.32)	27.95
	Hombre	19.10 (13.26)	(<.001)
Tipo de colegio	Público	22.52 (14.84)	.128 (.721)
	Privado-Concertado	23.10 (13.97)	
Curso	1° ESO	25.08 (14.90)	7.744 (<.001)
	2° ESO	16.48 (12.39)	
	3° ESO	24.58 (15.37)	
	4° ESO	25.40 (12.74)	
Rendimiento académico	Aprueba todo	24.12 (14.84)	2.702 (.069)
	Pasa de curso con alguna suspensa	22.68 (12.54)	
	Ha repetido curso	19.58 (13.77)	

Los análisis *post hoc* (Scheffé) respecto a la variable curso revelan diferencias entre 1° y 2° de ESO, 2° y 3° de ESO, y entre 2° y 4° de ESO.

CAEX: Respuestas de Evitación (CAEX-RE)

El Análisis de Varianza realizado a las distintas variables de las respuestas de evitación, revelan que la edad ($F = 6.811, p < .001$), el tipo de centro ($F = 7.859, p = .005$) y el curso ($F = 16.131, p < .001$) son fuentes significativas de variación (ver Tabla 5).

En la Tabla 5 se muestran las medias, desviaciones típicas y análisis de varianza del CAEX en función de las Respuestas de Evitación (CAEX-RE). Atendiendo a la edad, la puntuación media más elevada corresponde a los sujetos de 12 años (10.97) y la media más baja a los de 15 años (5.35). En cuanto al sexo, las adolescentes muestran una media ligeramente superior (7.70) a la de ellos (6.60). Según el tipo de centro en el que estudian, el centro privado-concertado obtiene una media mayor (7.95) que la del centro público (5.94).

Tabla 5
CAEX: Dimensión Respuestas de Evitación

Variables		\bar{X} (Sx)	F(p)
Edad	12 años	10.97 (8.97)	6.811 (.<.001)
	13 años	6.16 (5.46)	
	14 años	7.55 (6.80)	
	15 años	5.35 (4.77)	
	16 años	6.66 (4.82)	
Sexo	Mujer	7.70 (6.67)	2.344 (.127)
	Hombre	6.60 (6.24)	
Tipo de colegio	Público	5.94 (4.79)	7.859 (.005)
	Privado-Concertado	7.95 (7.33)	
Curso	1º ESO	10.93 (8.16)	16.13 (.<.001)
	2º ESO	4.82 (4.36)	
	3º ESO	7.73 (6.90)	
	4º ESO	5.39 (4.06)	
Rendimiento académico	Aprueba todo	7.22 (6.96)	.095 (.909)
	Pasa de curso con alguna suspensa	7.09 (6.06)	
	Ha repetido curso	6.83 (5.29)	

En lo referente a la variable curso, los que poseen una mayor media son los de 1º (10.93) siendo la más baja para los estudiantes de 2º de ESO (4.82). Por último, respecto al rendimiento académico las diferencias son escasas; la media más alta pertenece a los sujetos que aprueban todas las asignaturas (7.22) y los que presentan menor media son aquellos alumnos que han repetido curso alguna vez, con una media de 6.83. De las puntuaciones medias obtenidas en función de las respuestas de evitación, el perfil de los estudiantes que presentan mayores respuestas de evitación sería una adolescente de 12 años, que estudia 1º de ESO en un colegio privado-concertado y que aprueba todas las asignaturas. En contraposición, el alumnado que presenta menores respuestas de evitación sería un adolescente de 15 años, que estudia 2º de ESO en un centro público y que ha repetido curso.

Los análisis a posteriori (Scheffé), nos indican que, con respecto a la edad, las diferencias significativas se contemplan entre los 12 y 13, 12 y 14, 12 y 15, y 12 y 16 años, con puntuaciones más altas para los estudiantes de 12 años; y, atendiendo al curso escolar, éstas se revelan entre 1º y 2º de ESO, 1º y 3º de ESO, 1º y 4º de ESO, y entre 2º y 3º de ESO.

Discusión

Tomando en consideración las distintas variables analizadas, se ha observado que la edad influye de forma significativa en la puntuación total del CAEX, así como en lo referente a respuestas fisiológicas y respuestas de evitación. Muñoz (1999), afirma que las investigaciones llevadas a cabo en este campo evidencian la existencia de índices notables de estrés en las poblaciones estudiantiles, especialmente en los primeros cursos y en los periodos previos a los exámenes; esta investigación pone de manifiesto que los alumnos y alumnas que presentan mayores niveles de ansiedad ante los exámenes son los de

12 años (1º ESO), lo que viene a corroborar el estudio citado anteriormente. En contraposición, Barraza y Rodríguez (2010) no encontraron diferencias significativas en cuanto a la edad.

En función de la variable curso, ligada a la edad, ha resultado fuente significativa de variación en todos los niveles (puntuación total, preocupación, respuestas fisiológicas, situaciones así como respuestas de evitación). Estos resultados se contraponen a los obtenidos por Valero (1999), ya que en su estudio no existen diferencias significativas en relación a los diferentes cursos.

Respecto a la variable sexo, resultó significativa en la puntuación total, en la dimensión de preocupación, respuestas fisiológicas y tipo de situaciones, siendo las adolescentes las que manifiestan puntuaciones más altas. Miguel-Tobal (1990); Ayora (1993); Valero (1999); Magalhães (2007); Riveros, Hernández y Rivera (2007); Guzmán (2008); Heredia, Piemontesi, Furlan y Hoddap (2008); Rosário et al. (2008); Barraza y Rodríguez (2010); Latas, Pantic y Obradovic (2010); Pitoni (2010); Álvarez, Aguilar y Lorenzo (2012) y Casari, Anglada y Daher (2014) exponen que las mujeres informan de una mayor severidad de las respuestas de ansiedad que los hombres.

Atendiendo a la variable rendimiento académico, tan sólo ha resultado significativa en la dimensión de respuestas fisiológicas, siendo las puntuaciones más altas para los que aprobaban todo en la puntuación total y en las demás dimensiones. En los estudios que han analizado esta variable no se percibe una tendencia clara. Por una parte, en la misma línea que esta investigación, Piemontesi y Heredia (2011), constataron que la ansiedad se correlacionó de manera negativa y débil con el rendimiento académico. Otros estudios que no son concluyentes en la incidencia sobre el rendimiento académico de la ansiedad ante los exámenes son los de Reyes (2003), Salinas *et al.* (2008), Castellanos *et al.* (2011), Álvarez *et al.* (2012), Piemontesi, Heredia, Furlán, Sánchez-Rosas y Martínez (2012) y Casari *et al.* (2014).

Por otro parte, diferentes investigaciones (Cassady y Johnson, 2002; Gutiérrez-Calvo, 1984; Jadue, 2001; Valero, 1999) señalan que altos niveles de AE se relacionan con un déficit en la capacidad de ejecución, y se asocian además con el bajo rendimiento académico. Sin embargo, la investigación llevada a cabo por Rosário *et al.* (2008) sugiere que los estudiantes con notas más bajas presentan niveles más bajos de ansiedad. Las exploraciones llevadas a cabo por Araki, 1992; Polo, Hernández y Pozo, 1996; Enríquez-Vereau, 1998; Quintana, 1998; Viñas-Poch y Caparrós, 2000; Feldman, *et al.*, 2008; Macías y Hernández-Pozo, 2008; Ávila-Toscano, Hoyos, González y Polo, 2011 muestran una relación significativa entre el rendimiento académico del alumnado y la ansiedad ante los exámenes.

Como conclusiones finales podemos apuntar las siguientes:

En los estudiantes ourensanos se observa que un 25.2% (n = 82) presentan niveles de ansiedad bajos mientras que

un 74.7% (n = 243) tienen una ansiedad media-alta. Por eso se hace necesaria la implementación de una intervención durante el curso académico cuyo objetivo sea reducir dichos niveles.

En la ansiedad ante los exámenes, las variables que resultan fuente significativa de variación son la edad, el sexo, el tipo de centro, el curso, así como el rendimiento académico.

El perfil del estudiante que muestra mayores niveles de ansiedad para la puntuación total así como para las dimensiones de preocupación, respuestas fisiológicas y respuestas de evitación es una adolescente de 12 años, que estudia 1º de ESO en un colegio privado-concertado y que además aprueba todas las asignaturas. Tan sólo el perfil varía si atendemos a las situaciones de evaluación donde encontramos a una niña de 16 años, que estudia 4º de ESO en un centro privado-concertado y que además aprueba todas las asignaturas.

En cuanto a las variables que ha resultado significativas para las distintas dimensiones, se observa que para la puntuación total han resultado significativas la edad, sexo, tipo de centro y curso; para la dimensión de preocupación lo han sido el sexo, tipo de centro y curso; para las respuestas fisiológicas han sido la edad, sexo, tipo de centro, curso y rendimiento académico; atendiendo al tipo de situación de evaluación han resultado significativas el sexo y el curso; y, por último para la dimensión de respuestas de evitación lo han sido la edad, el tipo de centro y el curso.

La fiabilidad obtenida en el cuestionario permite afirmar que el Cuestionario de Evaluación de Ansiedad ante los exámenes (CAEX) es una herramienta útil que permite detectar los niveles de ansiedad atendiendo a las diferentes dimensiones que contempla.

Coincidimos con Cano y Arce (2000) al afirmar que experimentar ansiedad ante los exámenes por baja que sea, es lo suficientemente fuerte como para considerarse un problema y por tanto, es necesario buscar una solución.

En síntesis, la ansiedad ante los exámenes en ocasiones puede desencadenar el fracaso escolar de los estudiantes si no se disponen de herramientas útiles con las que hacer frente a esta problemática con el fin de hacerla desaparecer. En la literatura encontramos numerosos estudios que demuestran la efectividad de intervenciones para la AE realizadas en contextos culturales muy diversos (Egbochuku y Obodo, 2002; Keogh, Bond y Flaxman, 2006; Lancha y Carrasco, 2003; Powell, 2004; Furlán, 2013) y también algunos metaanálisis (Ergene, 2003). En general, todas las intervenciones aplicadas han contribuido a disminuir los síntomas de AE en los participantes, con diferencias importantes en los indicadores de eficacia considerados y en la magnitud de los cambios observados, así como en los procedimientos.

Como limitaciones a esta investigación podemos señalar que la muestra está centrada únicamente en la provincia de Ourense, con un colectivo de estudiantes de ESO; por lo

que la generalización de los resultados obtenidos ha de realizarse con cautela.

A pesar de estas limitaciones, creemos que este estudio ofrece una información muy valiosa en el ámbito de la ansiedad ante los exámenes por tanto, puede servir como punto de partida y referencia para futuras investigaciones.

Como propuestas de mejora, se recomienda hacer una replicación del estudio donde se incluya una muestra más amplia, con estudiantes gallegos y/o españoles no solo de Educación Secundaria Obligatoria sino también de Bachillerato y Formación Profesional. También se propone llevar a cabo una intervención para prevenir la ansiedad ante los exámenes y analizar su eficacia con un diseño pre y post test. Otra limitación de este estudio fue no tener acceso a las calificaciones de los estudiantes y analizar esta variable según lo que ellos expresaron.

Por último, esta investigación también se podría completar atendiendo a otros factores o variables no contemplados que puedan ayudar a explicar la ansiedad ante los exámenes de los escolares de Secundaria.

Referencias

- Álvarez, J., Aguilar, J. M., y Lorenzo, J. J. (2012). La ansiedad ante los exámenes en estudiantes universitarios: relaciones con variables personales y académicas. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 10(1), 333-354. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=293123551017>
- Araki, N. (1992). Test Anxiety in Elementary School and Junior high School Students in Japan. *Anxiety, Stress and Coping an International Journal*, 3(5). <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/10615809208249522#.VIG0dtKG84c>
- Arnau, J. (1986). *Diseños experimentales en Psicología y Educación (Vol. 1)*. México: Trillas.
- Ávila-Toscano, J. H., Hoyos, S. L., González, D. P., y Polo, A.C. (2011). Relación entre ansiedad ante los exámenes, tipos de pruebas y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicogente*, 14(26), 255-268. http://www.academia.edu/1875628/Relaci%C3%B3n_entre_ansiedad_ante_los_ex%C3%A1menes_tipos_de_pruebas_y_rendimiento_acad%C3%A9mico_en_estudiantes_universitarios
- Ayora, A. (1993). Ansiedad en situaciones de evaluación o examen en estudiantes secundarios de la ciudad de Loja (Ecuador). *Revista Latinoamericana de Psicología*, 25(3), 425-431. <http://www.redalyc.org/pdf/805/80525305.pdf>
- Bados, A. (2005). *Trastorno de ansiedad por separación. Rechazo escolar y fobia escolar*. Facultad de Psicología. Universidad de Barcelona. <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/354/1/119.pdf>
- Barraza, A. y Rodríguez, O. (2010). Estrés de examen, variables moduladoras y reprobación escolar. *Revista Internacional de Psicología*, 11(2), s/p. <http://www.revi>

- stapsicologia.org/index.php/revista/article/view/61/58
- Bausela (2005). Ansiedad ante los exámenes: Evaluación e intervención pedagógica. *Educere*, 31(9), 553-558. <http://www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/20020/2/articulo11.pdf>
- Cano, J. E. y Arce, A. J. (2000). Preocupación y emotividad en la ansiedad ante los exámenes. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 5(2), 1-16.
- Casari, L. M., Anglada, J., y Daher, C. (2014). Estrategias de afrontamiento y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología*, 32(2), 243-269. <http://ezproxybib.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/10949/11459>
- Cassady, J. C. y Johnson, R. E. (2002). Cognitive test anxiety, procrastination and academic performance. *Contemporary Educational Psychology*, 27, 270-295. <http://academicanxiety.org/wp-content/uploads/2011/04/cassady-johnson-2004.pdf>
- Castellanos, M. T., Guarnizo, C. A. y Salamanca, Y. (2011). Relación entre niveles de ansiedad y estrategias de afrontamiento en practicantes de psicología de una universidad colombiana. *International Journal of Psychological Research*, 4(1), 50-57. <http://www.redalyc.org/pdf/2990/299022819007.pdf>
- DiMaria, F. y DiNuovo, S. (1990). Gender differences in social and test anxiety. *Personality and Individual Differences*, 11(5), 525-530. http://ac.els-cdn.com/019188699090066Z/1-s2.0-019188699090066Z-main.pdf?_tid=d6675cf4-7c6d-11e4-9ef3-0000aacb35f&acdnat=141777371_349e87d61c747805d3157c4a784d34e4
- Egbochuku, E. O. y Obodo, B. O. (2002). Effects of systematic desensitisation (SD) therapy on the reduction of test anxiety among adolescents in Nigerain schools. *Journal of Instructional Psychology*, 32 (4), 298-304. http://www.uniben.edu/sites/default/files/abstracts/EFFECTS_OF_SYSTEMATIC_DESENSITISATION_SD_THERAPY_ON_THE_REDUCTION_OF_TEST_ANXIETY_AMONG_ADOLESCENTS_IN_NIGERIA_N_SCHOOL1.pdf
- Enriquez-Vereau, J. (1998). *Relación entre el Autoconcepto, la Ansiedad ante los Exámenes y el Rendimiento Académico en Estudiantes de Secundaria de Lima*. Tesis Licenciado en Psicología. Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Lima, Perú.
- Ergene, T. (2003). Effective interventions on Test Anxiety Reduction. A Meta-Analysis. *School Psychology International*, 24 (3), 313-328. <http://www.amtaa.org/res/ergene.pdf>
- Feldman, L., Goncalves, L., Chacón-Puignau, G., Zaragoza, J., Bagés, N. y De Pablo, J. (2008). Relaciones entre Estrés Académico, Apoyo Social, Salud Mental y Rendimiento Académico en Estudiantes Universitarios Venezolanos. *Universitas psychologica*, 3(7), 739-751. <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v7n3/v7n3a11>
- Fernández, L. (1990). Cambios conductuales y su efecto sobre las puntuaciones en los exámenes. *Revista Psicológica*, 11, 1-18.
- Furlan, L. A. (2013). Eficacia de una Intervención para Disminuir la Ansiedad frente a los Exámenes en Estudiantes Universitarios Argentinos. *Revista Colombiana de Psicología*, 22(1), 75-89. <http://www.bdigital.unal.edu.co/23740/1/20784-173283-1-PB.pdf>
- Furlan, L., Kohan, A., Piemontesi, S. E. y Heredia, D. S. (2008). *Autorregulación de la atención, afrontamiento y ansiedad ante los exámenes en estudiantes universitarios*. Memorias de las XV Jornadas de Investigación y IV Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Buenos Aires. <http://www.aacademica.com/000-032/306.pdf>
- Gutiérrez-Calvo, M. (1984). Ansiedad evaluativa y deterioro del rendimiento. Los mediadores cognitivos directos. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 39(5), 963-982.
- Guzmán, D. (2008). La relación entre la ansiedad y la atribución causal en la población universitaria. *Revista Eos*, 2, 1-13.
- Heredia D., Piemontesi S., Furlan, L. y Hodapp, V. (2008) Adaptación del Inventario Alemán de Ansiedad frente a los Exámenes: GTAI-A. *Evaluar*, 8, 46-60. <http://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar/article/view/504/460>
- Jadue, G. (2001). Algunos efectos de la ansiedad en el rendimiento escolar. *Estudios Pedagógicos*, 27, 111-118. http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-07052001000100008
- Keogh, E., Bond, F., y Flaxman, P. (2006). Improving academic performance and mental health through a stress management intervention: Outcomes and mediators of change. *Behaviour Research and Therapy*, 44, 339-357. <http://estrogeninitiative.wikispaces.com/file/view/article.pdf>
- Lancha, C. y Carrasco, M. A. (2003). Intervención en ansiedad a los exámenes, obsesiones y compulsiones contenidas en un trastorno obsesivo-compulsivo de la personalidad. *Acción Psicológica*, 2(2), 173-190. <http://revistas.uned.es/index.php/accionpsicologica/article/viewFile/530/468>
- Latas, M., Pantić, M. y Obradovic, D. (2010). Analysis of test anxiety in medical students. *Medicinski pregleđ*, 63 (11-12), 863-866.
- Macías, D. y Hernández-Pozo, R. (2008). Indicadores Conductuales de Ansiedad en Escolares Bachilleres en Función de sus Calificaciones en un Examen de Matemáticas. *Revista Universitas Psychologica. Bogotá*, 3(7), 767-785. <http://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/391/271>
- Magalhães, A. (2007). *Ansiedade Face aos Testes, Género e Redimento Académico: um Estudo no Ensino Básico*. Tesis de Maestría. Facultad de Psicología y Ciencias da

- Educación, Universidade do Minho. http://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/7675/2/Disserta%C3%A7%C3%A3o%20Mestrado_Andreia%20Santos.pdf
- Martínez-Monteaudo, M.C., Inglés, C.J., Trianes, M.V. y García-Fernández, J.M. (2011). Perfiles de ansiedad escolar: Diferencias en clima social y violencia entre iguales. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 9(3), 1023-1042. <http://www.investigacion-psicopedagogica.org/revista/new/ContadorArticulo.php?607>
- Martínez-Monteaudo, M. C., García-Fernández, J. M., e Inglés, C. J. (2013). Relaciones entre ansiedad escolar, ansiedad rasgo, ansiedad estado y depresión en una muestra de adolescentes españoles. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 2013, 13, 1, 47-64. <http://www.ijpsy.com/volumen13/num1/346/relaciones-entre-ansiedad-escolar-ansiedad-ES.pdf>
- Miguel-Tobal, J. J. (1990). La ansiedad. En J. Mayor y J. L. Pinillos (Eds.), *Tratado de Psicología General (Vol. 8). Motivación y Emoción*. Madrid: Alhambra.
- Muñoz, F. J. (1999). *El estrés académico: incidencia del sistema de enseñanza y función moduladora de las variables psicosociales en la salud, el bienestar y el rendimiento de los estudiantes universitarios*. Tesis doctoral. Facultad de Psicología de la Universidad de Sevilla, España. <http://fondosdigitales.us.es/tesis/tesis/669/el-estres-academico-incidencia-del-sistema-de-enseñanza-y-funcion-moduladora-de-las-variables-psicosociales-en-la-salud-el-bienestar-y-el-rendimiento-de-los-estudiantes-universitarios/>
- Piemontesi, S., y Heredia, D. (2011). Relaciones entre la ansiedad frente a los exámenes, estrategias de afrontamiento, autoeficacia para el aprendizaje autorregulado y rendimiento académico. *Revista Tesis Facultad de Psicología*, 1(1), 74-86. <http://revistas.unc.edu.ar/index.php/tesis/article/view/4118/3940>
- Piemontesi, S. E., Heredia, D. E., Furlán, L. A., Sánchez-Rosas, J., y Martínez, M. (2012). Ansiedad ante los exámenes y estilos de afrontamiento ante el estrés académico en estudiantes universitarios. *Anales de Psicología*, 1(28), 89-96. <http://revistas.um.es/analesps/article/view/140562/126652>
- Pitoni, D. (2010). Diferencias de género en ansiedad ante exámenes en una muestra de estudiantes universitarios. *II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVII Jornadas de Investigación Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Facultad de Psicología. Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. <http://www.aacademica.com/000-031/942>
- Polo, A., Hernández, J. y Pozo, C. (1996). Evaluación del Estrés Académico en Estudiantes Universitarios. *Ansiedad y estrés*, 2(2), 159-172. http://www.unileon.es/estudiantes/atencion_universitario/articulo.pdf
- Powell, D. H. (2004). Behavioral treatment of debilitating test anxiety among medical students. *Journal of Clinical Psychology*, 60 (8), 853-865. <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/jclp.20043/pdf>
- Quintana, A. (1998). *Afrontamiento del Estrés frente al Examen en Educación Superior*. Tesis de Magíster. Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.
- Reyes, Y. (2003). Relación entre el rendimiento académico, la ansiedad ante los exámenes, los rasgos de personalidad, el auto concepto y la asertividad en estudiantes del primer año de psicología de la UNMSM. Trabajo de grado no publicado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, San Marcos, Perú. http://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtualdata/tesis/salud/reyes_t_y/t_c_ompleto.pdf
- Riveros, M., Hernandez, V. y Rivera, B. (2007). Niveles de Depresión y Ansiedad en Estudiantes Universitarios de Lima Metropolitana. *Revista Investigación Psicológica Online*, 1(10), 91-102. http://sisbib.unmsm.edu.pe/BVRevistas/Investigacion_Psicologia/v10_n1/pdf/a05.pdf
- Rosario, P., Núñez, J. C., Salgado, A., González-Pienda, J. A., Valle, A., Joly, C. y Bernardo, A. (2008). Ansiedad ante los exámenes: relación con variables personales y familiares. *Psicothema*, 20, 4, 563-570. <http://www.psicothema.com/pdf/3523.pdf>
- Salinas, D. G., Guzmán, B. A. y Rodas, A. M. (2008). *Ansiedad ante los exámenes y su influencia en el rendimiento académico en los estudiantes de Bachillerato del Colegio José Ingenieros de Ciudad Merliot*. Grado de Licenciatura en Psicología. El Salvador: Universidad Francisco Gavidia. <http://biblioweb.ufg.edu.sv/virtual/index.cgi?idregistro=10567&tipologia=1&vista=C&busqueda=EDUCACION>
- Valero, L. (1999). Evaluación de ansiedad ante exámenes: Datos de aplicación y fiabilidad de un cuestionario CAEX. *Anales de Psicología*, 15(2), 223-231. http://www.um.es/analesps/v15/v15_2pdf/08v97_10caex.PDF
- Viñas-Poch, F. y Caparrós, B. (2000). Afrontamiento del periodo de exámenes y sintomatología somática autoinformada en estudiantes universitarios. *Revista Electrónica de Psicología*, 4(1). <http://es.scribd.com/doc/49455134/Afrontamiento-del-periodo-de-examenes-y-sintomatologia-somatica-autoinformada-en-un-grupo-de-estudiantes-universitarios>

Fecha de recepción: 24 de junio de 2014.

Recepción revisión: 23 de diciembre de 2014.

Fecha de aceptación: 26 de diciembre de 2014.