

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGÍA - CIEPs-
“MAYRA GUTIÉRREZ”

**“LOS ESTADOS DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE 3ER. AÑO DE LA
LICENCIATURA DE LA ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL DE LA
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA DURANTE EL
2018”**

**INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN PRESENTADO AL HONORABLE
CONSEJO DIRECTIVO
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

POR

ASTRID WALESKA CARÍAS ALEGRÍA

**PREVIO A OPTAR AL TÍTULO DE
PSICÓLOGA**

**EN EL GRADO ACADÉMICO DE
LICENCIADA**

GUATEMALA, NOVIEMBRE DE 2019

The background of the document features a large, faint watermark of the official seal of the University of San Carlos of Guatemala. The seal is circular, with the Latin motto "CETERAS ORBIS CONSPICUA CAROLINA ACCADEMIA COACTEMALENSIS INTER" inscribed around the perimeter. The central emblem depicts a seated figure, likely a saint or scholar, flanked by two lions and two castles. A banner at the bottom of the emblem reads "PLUS ULTRA".

CONSEJO DIRECTIVO
Escuela de Ciencias Psicológicas
Universidad de San Carlos de Guatemala

M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina

DIRECTOR

Licenciada Julia Alicia Ramírez Orizábal

SECRETARIA

M.A. Karla Amparo Carrera Vela

Licenciada Claudia Juditt Flores Quintana

REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES

Astrid Theilheimer Madariaga
Lesly Danineth García Morales

REPRESENTANTES ESTUDIANTILES

Licenciada Lidey Magaly Portillo Portillo

REPRESENTANTE DE EGRESADOS

C.c. Control Académico
CIEPs.
UG
Archivo
Reg. 046-2018
CODIPs. 1727-2019

De Orden de Impresión Informe Final de Investigación

22 de octubre de 2019

Estudiante
Astrid Waleska Carías Alegría
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto VIGÉSIMO (20º.) del Acta SESENTA Y NUEVE GUIÓN DOS MIL DIECINUEVE (69-2019), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 18 de octubre de 2019, que copiado literalmente dice:

“**VIGÉSIMO:** El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Informe Final de Investigación, titulado: “**LOS ESTADOS DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DEL 3ER. AÑO DE LA LICENCIATURA DE LA ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA DURANTE EL 2018**”, de la carrera de: Licenciatura en Psicología realizado por:

Astrid Waleska Carías Alegría

DPI: 2086 08044 0101
CARNÉ: 2011-15580

El presente trabajo fue asesorado durante su desarrollo por la Licenciada Silvia Liseth Montenegro Escobar de Dighero y revisado por el Licenciado Helvin Velásquez Ramos. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Investigación de Tesis, con fines de graduación profesional.”

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”



Licenciada Julia Alicia Ramírez Orizábal
SECRETARIA

/Gaby

UG-192-2019

Guatemala, 11 de octubre de 2019

Señores
Miembros del Consejo Directivo
Escuela de Ciencias Psicológicas
CUM



Señores Miembros:

Deseándoles éxito al frente de sus labores, por este medio me permito informarles que de acuerdo al Punto Tercero (3º.) de Acta 38-2014 de sesión ordinaria, celebrada por el Consejo Directivo de esta Unidad Académica el 9 de septiembre de 2014, la estudiante **ASTRID WALESKA CARIÁS ALEGRÍA, CARNÉ NO. 2086-08044-0101 y Registro de Expediente de Graduación No. EPS-19-2017-C**, ha completado los siguientes Créditos Académicos de Graduación:

- 10 créditos académicos del Área de Desarrollo Profesional
- 10 créditos académicos por Trabajo de Graduación
- 15 créditos académicos por haber realizado Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- respectivamente.

Por lo antes expuesto, con base al **Artículo 53 del Normativo General de Graduación**, solicito sea extendida la **ORDEN DE IMPRESIÓN** del Informe Final de Investigación **"LOS ESTADOS DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DEL 3ER. AÑO DE LA LICENCIATURA DE LA ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA DURANTE 2018"**, mismo que fue aprobado por la Coordinación del Centro de investigaciones en Psicología -CIEPs- "Mayra Gutiérrez" el 19 de julio del año 2019.

Así mismo se hace constar que la estudiante **LUISA MARÍA RODRÍGUEZ CRUZ, CARNÉ No. 2548-52572-0116**, participó en el mismo proceso de investigación y hará su trámite de graduación cuando complete su expediente de graduación.

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Atentamente,



M.A. MAYRA LUNA DE ALVAREZ
COORDINACIÓN
UNIDAD DE GRADUACIÓN



Lucia G.
CC. Archivo

ADJUNTO DOCUMENTOS SEGÚN ANEXO ADHERIDO.

CIEPs. 046-2019
REG. 046-2018

INFORME FINAL

Guatemala, 10 de septiembre de 2019

Señores
Consejo Directivo
Escuela de Ciencias Psicológicas
Centro Universitario Metropolitano

Me dirijo a ustedes para informarles que el licenciado **Helvin Velásquez Ramos** ha procedido a la revisión y aprobación del **INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN** titulado:

“LOS ESTADOS DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE 3ER. AÑO DE LA LICENCIATURA DE LA ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA DURANTE 2018”.

ESTUDIANTES:
Astrid Waleska Carías Alegría
Luisa María Rodríguez Cruz

DPI. No.
2086080440101
2548525720116

CARRERA: Licenciatura en Psicología

El cual fue aprobado el 19 de julio del año en curso por el Coordinador del Centro de Investigaciones en Psicología CIEPs-. Se recibieron documentos originales completos el 09 de septiembre de 2019, por lo que se solicita continuar con los trámites correspondientes.

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”



Licenciado Rafael Estuardo Espinoza Méndez
Coordinador

Centro de Investigaciones en Psicología CIEPs.
“Mayra Gutiérrez”



Centro Universitario Metropolitano -CUM- Edificio “A”
9ª. Avenida 9-45, zona 11 Guatemala, C.A. Teléfono: 24187530

CIEPs. 046-2019
REG. 046-2018

Guatemala, 10 de septiembre de 2019

Licenciado Rafael Estuardo Espinoza Méndez
Coordinador
Centro de Investigaciones en Psicología CIEPs
Escuela de Ciencias Psicológicas

De manera atenta me dirijo a usted para informarle que he procedido a la revisión del INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN, titulado:

“LOS ESTADOS DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE 3ER. AÑO DE LA LICENCIATURA DE LA ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA DURANTE 2018”.

ESTUDIANTES:

Astrid Waleska Carías Alegría
Luisa María Rodríguez Cruz

DPL No.

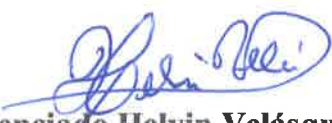
2086080440101
2548525720116

CARRERA: Licenciatura en Psicología

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, emito **DICTAMEN FAVORABLE** el 19 de julio de 2019, por lo que se solicita continuar con los trámites respectivos.

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”



Licenciado Helvin Velásquez Ramos
DOCENTE REVISOR



Guatemala, 1 de octubre 2018

Coordinación
Centro de Investigaciones en Psicología -(CIEPs)-
"Mayra Gutiérrez"

Por este medio me permito informarle que he tenido bajo mi cargo la asesoría de contenido del informe final titulado "*Los Estados de Ansiedad en Estudiantes de 3er. Año de la Licenciatura de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus Central, Durante 2018*" realizado por las estudiantes Luisa María Rodríguez Cruz, 201115781 y Astrid Waleska Carías Alegría, 201115580.

Esta investigación cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, por lo que emito DICTAMEN FAVORABLE y solicito se proceda a la revisión y aprobación del correspondiente.

Sin otro particular, me suscribo,

Atentamente,



Licenciada Silvia Liseth Montenegro Escobar de Dighero.
Psicóloga
Colegiado No. 435
Asesora de contenido

Licda. Silvia Liseth Montenegro
PSICÓLOGA
Colegiada No. 435

Ref: SAC-378/2018
Guatemala, 11 de Septiembre de 2018

Srs. Coordinación
CENTRO DE INVESTIGACIÓN EN PSICOLOGÍA
-CIEPs- "Mayra Gutiérrez"

Estimados Señores:

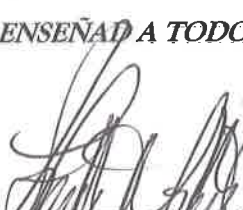
De manera atenta me es grato saludarle, deseándole éxitos en sus actividades diarias.

Por este medio le informo que las estudiantes **LUISA MARÍA RODRÍGUEZ CRUZ, CUI 2548525720116 y ASTRID WALESKA CARIÁS ALEGRÍA, CUI 2086080440101**, aplicaron en esta institución 180 instrumentos de medición de ansiedad a estudiantes como parte del trabajo de investigación titulado: "Los Estados de Ansiedad en Estudiantes de 3er. Año de la Licenciatura de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus Central, durante 2018". En el período comprendido del 23 de julio al 27 de agosto del presente año en horario de 18:15 a 19:00 horas.

Las Estudiantes en mención cumplieron con lo estipulado en su proyecto de investigación por lo que agradecemos la participación en beneficio de nuestra institución.

Sin otro particular, suscribo cordialmente.

"ID Y ENSEÑAR A TODOS"


Licda. Luz Marina López Samayoa
Secretaría Académica

Tel.: 4211-5991 / 2418-8853

secretariacademica2017.2021@gmail.com



PADRINO DE GRADUACIÓN

POR ASTRID WALESKA CARÍAS ALEGRÍA

ORFA MARLENE CRUZ IPIÑA

PSICÓLOGA

COLEGIADO 1557

DEDICATORIA

A:

DIOS

Por permitirme alcanzar con éxito una de mis metas, ser incondicional y guiarme a la mejor toma de decisiones.

MIS PADRES

Por ser un ejemplo a seguir de esfuerzo, perseverancia y amor, porque han guiado y apoyado mis metas.

MIS HERMANOS

Gua y Nalu, por confiar siempre en mí y ser apoyo uno para el otro y a mi sobrino: Marcelo por enseñarme apasionarme de mi carrera.

MI MEJOR AMIGA

Mi compañera de aventuras, amistad verdadera que ha aconsejado y apoyado todas mis decisiones.

MIS TIAS, TIOS Y ABUELITOS

Estar presentes, dispuestos y escuchar para dar el mejor consejo de guía.

**MI FAMILIA PACHECO IPIÑA
CARAVANTES**

Pany, Aimar, Marlen, Ara, Jared y Yessi, por ser mi segunda familia y demostrarme Confianza, cariño en todas sus dimensiones.

MIS AMIGAS Y AMIGOS

Por ser incondicionales y manifestar su amor. Por todas las aventuras, risas, disfrutar de los riesgos, emprender nuevos objetivos. En especial a mi compañera de tesis Luisa Rodríguez que ha dado un toque especial a este proceso, así mismo Cesi, Adri, Nini, Marco, Jime, Odi, Lis, Lety, Arturo Giova, Nacho, Josué y Carol.

Astrid Waleska Carías Alegría

AGRADECIMIENTOS

A:

Las personas e instituciones que hicieron posible alcanzar una meta más en mi vida.

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA Por habernos formado como profesionales útiles a la sociedad guatemalteca a través de los conocimientos impartidos dentro de los salones de clase.

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS Por abrirnos las puertas y formarnos como profesionales.

ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL Por permitir realizar del trabajo de campo de la investigación dentro de las instalaciones de la escuela.

ADMINISTRACION, DOCENTE Y ALUMNOS DE LA ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL Por apertura del espacio, brindar apoyo y tiempo dentro de los salones de clase.

A NUESTRA ASESORA. SILVIA LISETH MONTENEGRO ESCOBAR DE DIGHERO Por la paciencia, dedicación y tiempo brindado a la asesoría y acompañamiento en el proceso de elaboración de un tema que beneficiara a estudiantes.

AL CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGÍA –CIEPs- “MAYRA GUTIÉRREZ” Especialmente al Licenciado Helvin Orlando Velásquez, por la guía a la elaboración a este tema de investigación.

ÍNDICE

RESUMEN.....	9
Prólogo	10
Capítulo I	12
1. Planteamiento del Problema y Marco Teórico	12
1.01 Planteamiento Inicial del Problema	12
1.02 Objetivos De La Investigación	14
1.3 Marco Teórico	15
1.3.1 Contexto Social.....	15
1.3.2 Estratificación Social	17
1.3.3 Escuela de Trabajo Social	21
1.3.4 Juventud o Población Juvenil.	24
1.3.5 La Personalidad	32
1.3.6 Ansiedad.....	40
Capítulo II.....	45
2. Técnicas e Instrumentos	45
2.01 Enfoque y Modelo de Investigación.....	45
2.02 Técnicas.....	45
2.03 Instrumentos.....	49
2.04 Operacionalización de Objetivos, Categorías/ Variables	61
Capítulo III	63
3. Presentación, Interpretación y Análisis de los Resultados.....	63
3.01 Características del Lugar y de la Muestra.....	63
3.02 Presentación e Interpretación de Resultados	65
3.03 Análisis General	79
Capítulo IV	81
4 Conclusiones y Recomendaciones	81
4.01 Conclusiones	81
4.02 Recomendaciones	82

4.03 Referencias.....	83
ANEXOS.....	84

RESUMEN

Los Estados de Ansiedad en Estudiantes de 3er. año de la Licenciatura de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus Central, Durante 2018

Astrid Waleska Carías Alegría

Luisa María Rodríguez Cruz

La presente investigación alcanzó como objetivo principal, conocer los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios de la Universidad de San Carlos de Guatemala, determinó los niveles de ansiedad y comprobó la efectividad de aplicación de un programa con estudiantes de tercer año de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus Central, durante el año 2018.

Se utilizó el enfoque cuantitativo para el estudio simultáneo de información que enriqueció el contenido y resultados de la investigación, por lo que se implementó la técnica de muestreo no probabilístico discrecional, para la selección de 30 estudiantes en edades de 20 a 40 años que cumplieron con los criterios altos de ansiedad.

Por lo tanto, se abordó un programa de ansiedad que inició con la pre- evaluación y finalizó con la post- evaluación de los siguientes instrumentos: Escala de Diagnóstico de Ansiedad, determinó el nivel de ansiedad; Escala Likert, indagó en el conocimiento de aspectos generadores de ansiedad y Escala de Ansiedad de Hamilton, identificó el tipo de ansiedad, siendo psíquica o somática. La información obtenida para la investigación fue clasificada por medio del programa Microsoft Excel para la codificación de datos, logrando la identificación de los estudiantes que presentaban signos de ansiedad altos mismos que perjudicaban su desempeño académico, debido al manejo inadecuado de sus emociones.

Prólogo

La presente investigación titulada “*Los Estados de Ansiedad en Estudiantes de 3er. Año de la Licenciatura de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus Central*”, se presentó en el Departamento de Extensión en el área de Psicología de la Escuela de Trabajo Social, debido a la necesidad de reconocer la importancia de cuidarse a sí mismo e indagar en la existencia de factores externos que generan ansiedad y que perjudican la estabilidad física y emocional del estudiante.

El principal objetivo de la presente investigación, fue brindarles el conocimiento y herramientas a estudiantes de 3er año de la Escuela de Trabajo Social, en cuanto al tema de Ansiedad; refiriéndonos a una alteración del organismo, ante un estímulo de peligro en defensa de situaciones vivenciadas que alteran, preocupan y descontrola la actividad del sujeto. Por lo que, se formuló la construcción y ejecución de un proyecto que abordó la ansiedad y benefició a los estudiantes de Trabajo Social, permitiéndoles identificar, reconocer y aportar las reacciones que presentan ante un acontecimiento generador de ansiedad.

Durante la investigación, se trabajó con la población seleccionada para la obtención de información por medio de los instrumentos utilizados que fueron: Inventario de ansiedad Rasgo –Estado de Ch. Spielberger, Escala de Actitudes- Escala Likert y Escala de Ansiedad de Hamilton, que se utilizaron para evaluar los niveles de ansiedad antes del programa y después del programa; obteniendo resultados satisfactorios de la población evaluada y enriqueciendo la investigación de datos verídicos de estudiantes afectados por la ansiedad, que ha sido reflejado en la tabulación de resultados y se ha obtenido un dato medible de la cantidad de estudiantes afectados por esta reacción psicosomática y las secuelas manifiestas al no ser tratadas o reconocidas como tal. Por lo que, en la ejecución del proyecto se presentaron factores que perjudicaron la práctica del programa, tales como ausencias, desinterés y otros, que afectaron la recepción de la información en una parte de la población estudiada, que impidió el seguimiento para la capacitación del estudiante.

Así también, se expuso a los departamentos administrativos de la Escuela de Trabajo Social, la necesidad de la implementación del programa de abordaje de la ansiedad dentro cursos extra curriculares para reforzar, concientizar y enseñar técnicas y herramientas que fortalezcan las acciones del estudiante, ante los daños psicosomáticos que pueden repercutir en el desempeño y así lograr el manejo de las reacciones ante un evento que genere ansiedad.

La Escuela de Trabajo Social ha presentado interés en conocer las áreas en que se debe intervenir, y así integrar el trabajo y resultados de la investigación mediante un plan de abordaje multidisciplinario, que permita la integración de las personas que requieran la intervención de forma grupal y contar con el acceso al servicio de atención de salud mental, siendo necesario para el bienestar de los próximos profesionales en el campo de protección y estabilidad de las familias guatemaltecas.

El proyecto de investigación se realizó satisfactoriamente, gracias a la colaboración de la Escuela de Trabajo Social, Universidad San Carlos de Guatemala, Directora Licda. Alma Lilian Rodríguez Tello, Secretaria Académica Licda. Luz Marina López Samayoa, Coordinador del Departamento de Extensión Lic. Edwin Velásquez y Catedrática del curso “Psicología de la Personalidad” y Asesora, Licda. Silvia Liseth Montenegro Escobar, estudiantes de 3er. Año de la Licenciatura en Trabajo Social, personal docente y administrativo y a la Escuela de Ciencias Psicológicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala.

Capítulo I

1. Planteamiento del Problema y Marco Teórico

1.01 Planteamiento Inicial del Problema

El problema investigado fue “Los Estados de Ansiedad en Estudiantes de 3er año de la Licenciatura de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus Central”, que se enfocó en conocer e indagar los factores generadores de ansiedad que afectaban a los estudiantes universitarios en el desempeño de actividades y desarrollo del proceso de aprendizaje.

La población de estudiantes que participaron en la investigación, fueron de interés para indagar en las conductas inusuales, a causa de la ansiedad, dentro del ámbito estudiantil que generó inquietud en las autoridades administrativas de la Escuela de Trabajo Social, que manifestaron la necesidad de conocer las causas que desencadenaron un comportamiento diferente. Siendo, la ansiedad un factor que perjudica el medio en el que se rodea y el desempeño en el ámbito en el que se desarrolla el sujeto; manifestando signos físicos, cognitivos y conductuales, refiriéndose a: sudoración excesiva en manos y rostro, tensión y rigidez muscular, sensación de amenaza o mareos, estado de alerta, dificultad de atención, concentración y memoria.

Así mismo, se ejecutó un proyecto para conocer, capacitar y fortalecer el descontrol emocional, que se formó a causa de las distintas vivencias generadoras de ansiedad y apoyando al estudiante en la toma conciencia e importancia del autocuidado emocional para sobre llevar los acontecimientos que requerirá el desempeño de su carrera profesional.

Por consiguiente, la investigación buscó conocer elementos que afectaban cognitiva y conductualmente las alteraciones en los estudiantes que fueron identificados por medio de los instrumentos aplicados que permitió considerar la existencia de otros factores que perjudicaban la estabilidad del sujeto. Sin embargo, fue necesaria la indagación exhaustiva

por medio de instrumentos para detectar y descubrir la alteración que condicionó el comportamiento del estudiante y obtener la presentación de resultados de dicho comportamiento, respaldado por medio de la aplicación de instrumentos.

Así mismo, los resultados obtenidos fueron de apoyo para la presentación de resultados a las áreas interesadas de la Escuela de Trabajo social en conocer las condiciones en las que sus estudiantes se encontraban e intervenir efectivamente en el abordaje de enseñanza del manejo de factores que afectaban directamente el medio circundante en el que se encontraba involucrado. Se consideró a la ansiedad como un elemento altamente contaminante en los estudiantes, ya que desarrollaron conductas inestables para su desempeño; comprendiendo a la ansiedad, como una respuesta de anticipación involuntaria del organismo frente a estímulos internos o externos, que son percibidos como amenazantes y/o peligrosos y se acompañan de un sentimiento desagradable o síntomas somáticos de tensión. Un estudiante es entonces una persona que busca encontrar conocimientos y crear aprendizaje dentro de un aula. Esto aplicado al Trabajo Social que es una profesión basada en la práctica y una disciplina académica que promueve el cambio y el desarrollo social, la cohesión social, el fortalecimiento y la liberación de las personas.

Por lo tanto, esta investigación obtuvo resultados benéficos y satisfactorios para los estudiantes, que significó un nuevo aporte para la psicología clínica y educativa, además brindó respuestas a las interrogantes de: ¿Cuáles son los niveles de ansiedad del estudiante de tercer año de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus Central, Durante 2018?, ¿Cuáles son los conocimientos sobre el tratamiento de ansiedad del estudiante de tercer año de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus Central, Durante 2018? ¿Cuál es la efectividad de un programa de ansiedad en estudiantes de tercer año de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus Central, Durante 2018?

1.02 Objetivos De La Investigación

- Objetivo General:
 - ✓ Aportar conocimiento sobre los niveles de ansiedad en los estudiantes universitarios de la Universidad de San Carlos de Guatemala.

- Objetivos específicos:
 - ✓ Determinar los niveles de ansiedad en estudiantes de tercer año de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus central, durante 2018.

 - ✓ Aportar conocimientos sobre el tratamiento de la ansiedad en estudiantes de tercer año de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus Central, durante 2018.

 - ✓ Comprobar la efectividad de un programa para el abordaje de la ansiedad en estudiantes de tercer año de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus central, durante 2018.

1.3 Marco Teórico

1.3.1 Contexto Social

Guatemala es un país diverso en muchos sentidos. La conformación geológica del territorio, la disposición geográfica de los ambientes físicos y humanos, la diversidad de sus recursos naturales y de su población, tanto de orígenes como de identidades, de sus formas de vida y de sus pautas culturales, *“con casi 108,900 kilómetros cuadrados, Guatemala es el tercer país más extenso de Centroamérica, luego de Nicaragua y Honduras. El territorio descansa sobre plataformas sísmicas, lo que hace que sea una región con alta probabilidad de eventos geodinámicos.”* (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo Humano, 2011/2012)

“A lo largo de la historia, la intensa actividad telúrica generó una diversidad de paisajes que comprenden macizos montañosos, mesetas intermedias y planicies aluviales. Los sistemas montañosos constituyen barreras geográficas que condicionan las corrientes atmosféricas provenientes de los océanos, configurando una diversidad de regímenes pluviales. Así, se encuentran zonas altamente lluviosas en las planicies costeras del sur y en Petén, bosques nubosos y lluviosos en las cumbres de las serranías y zonas semiáridas, como el valle del río Motagua, donde la humedad no alcanza sobrepasar las barreras montañosas. Su variedad geográfica y climática, entre otros factores, son responsables de la existencia de una amplia variedad de ecosistemas y de especies. Conocida como Centro Mesoamericano, Guatemala es uno de los ocho centros mundiales principales de origen de plantas cultivadas.” (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo Humano, 2011/2012). Es, además, uno de los países latinoamericanos más expuestos al cambio climático (sequías, tormentas).

El país se distingue por su riqueza y pluralidad étnica, lingüística y cultural. En el territorio nacional cohabitan cuatro grandes pueblos -Maya, Xinca, Garífuna y Ladino mestizo. *“Cada uno con muy diversas características e identidades culturales y lingüísticas. Según*

los últimos censos XI de población y VI de habitación, cuatro de cada diez guatemaltecos (alrededor de cinco millones de personas) se autodefinen como indígena; dentro de esta categoría se distinguen a su vez 22 comunidades lingüísticas de origen maya, una xinca y una garífuna. Los pueblos mayas predominantes en el país son el K'iche, el Q'eqchi, el Kaqchikel y el Mam, que representan el 81% del total de población indígena.” (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo Humano, 2011/2012)

El tratamiento de la diversidad cultural de Guatemala ha estado caracterizado por una fuerte dominación y opresión contra los pueblos indígenas y contra las mujeres dando lugar al racismo, diversas formas de violencia contra las mujeres y a la discriminación estructural, legal, institucional y cotidiana. Estas situaciones, entre otros factores históricos, han obstaculizado el ejercicio pleno de la ciudadanía de las mujeres, mujeres indígenas y pueblos Indígenas. La situación del país muestra aún muchos desafíos no solamente relacionados con el respeto a la diversidad cultural y la no discriminación étnica sino con las dificultades que persisten para asumir dicha diversidad como riqueza, como potencial de desarrollo y como una herramienta principal para garantizar la vida, la convivencia armónica y el desarrollo humano sostenible.

El Estado guatemalteco aún tiene el reto de promover la diversidad, los derechos humanos y el enfoque de género como elementos transversales en todas sus acciones y, además, de dar cumplimiento a sus obligaciones internacionales en materia de combate a la discriminación, en particular, la que sufren las mujeres y los pueblos indígenas. La población guatemalteca es la más numerosa de la región centroamericana.

La composición de la población guatemalteca se distingue por ser eminentemente joven: *“49% de la población tiene menos de 18 años de edad. Cuatro de cada diez personas son menores de quince años y seis no han cumplido los veinte, mientras que la importancia relativa de los efectivos en edad de trabajar (de 15 a 64 años) y de retiro (de 65 y más) es de 52.6% y 4.2%, respectivamente (Gráficas 4 y 5). Esta estructura sugiere que la situación de la niñez y adolescencia es una cuestión de interés nacional. La mejora en sus condiciones de vida y acceso a oportunidades repercutirá decisivamente en el presente y futuro del país.”* (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo Humano, 2011/2012)

“Desde principios de la década de los años 80, en un contexto de exacerbación del enfrentamiento armado interno, el modelo económico de Guatemala, vigente desde mediados del siglo XX sufrió un severo ajuste. El crecimiento promedio anual de 5.2% de las dos décadas anteriores, basado en las exportaciones agrícolas tradicionales y la sustitución de importaciones, se interrumpió abruptamente. Los cambios en los patrones de demanda del comercio internacional provocaron el desplome de los precios de las materias primas, y el comercio centroamericano hacia donde se orientaba la producción manufacturera se vio afectado por los conflictos internos en Guatemala, El Salvador y Nicaragua y la crisis generalizada de pagos, cayendo el intercambio comercial en la región a su nivel más bajo.” (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo Humano, 2011/2012)

El perfil de salud de la población guatemalteca se caracteriza por los efectos de una polarización demográfica y epidemiológica en donde las enfermedades transmisibles aún prevalentes, especialmente presentes en las poblaciones jóvenes, rurales y pobres, coexisten con las del tipo crónico degenerativo, propias de poblaciones en envejecimiento, con creciente urbanización y con cambios notables en el estilo de vida (dieta, actividad física, hacinamiento y adicciones, entre otras). *“Como consecuencia de la creciente urbanización de la población están surgiendo problemas como la obesidad, los accidentes y la violencia (incluyendo la violencia doméstica y de género), así como los relacionados con tabaquismo, alcoholismo y consumo de drogas.”* (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo Humano, 2011/2012)

1.3.2 Estratificación Social

“El tema de la estratificación y movilidad social ha sido poco abordado en Guatemala de manera conjunta. Existen publicados pocos estudios sobre estratificación de la sociedad guatemalteca” (Díaz, 2011). Como es bien sabido la construcción de estudios que reflejen los estatus en el país son escasos o bien nulos, debido a que poco interés se tiene en compartir datos que reflejen el estado actual del país en cuanto a estratificación conviene.

“El acercamiento al fenómeno de la estratificación social en Guatemala se da mediante el análisis de la estructura ocupacional. En la sociedad actual la ocupación es el factor determinante del nivel de bienestar de las personas, es decir, define sus oportunidades de vida. Asimismo, la ocupación representa uno de los principales roles del individuo en sociedad que influye, además de su estilo de vida, en su prestigio social.” (Díaz, 2011)

Cada individuo representa un porcentaje de pertenencia a alguna clase social, jerarquizada de forma clara y separada una de la otra, los guatemaltecos cuentan con un sinnúmero de trabajos a los cuales cada quien desarrolla, siendo algunos mejor remunerados que otros y por ende llevando así más trabajo y/o esfuerzo unos que otros.

“En las pasadas dos décadas se ha observado cambios importantes en la estructura económica y social de Guatemala. En lo económico puede mencionarse la mayor inserción del país en la economía mundial a través de los tratados de libre comercio y el ingreso de inversión extranjera, el aumento de la emigración internacional, junto a la mayor importancia de las remesas, y el mayor peso de los servicios en la estructura productiva.” (Díaz, 2011)

“En lo social se observa la reducción de la pobreza, el aumento del nivel educativo de la población y el ascenso de estratos medios. Cambios como los descritos generan condiciones de una más favorable distribución de oportunidades de acceso a un mayor bienestar para los individuos, en otras palabras, mayor movilidad social.” (Díaz, 2011)

Con los recientes cambios de autoridades del país, se ha notado que ha habido cambios que reflejan algunas mejoras y retrocesos en aspectos sociales que determinan el avance o estancamiento que tiene el país. Así mismo dan la pauta a que puedan generarse nuevas formas de ingresos que permitan optar por una mejor calidad de vida, la población que mayormente es afectada siendo esta la clase baja, o comúnmente denominada la población de pobreza y pobreza extrema.

“Los resultados indican que Guatemala tiene una estructura social muy jerárquica, con una reducida élite social y una clase media incipiente, ambas de carácter urbano, así como baja movilidad educativa y ocupacional.” (Díaz, 2011)

La teoría sociológica de las clases sociales es extensa y múltiple en enfoques, así como en estudios, que abarcan una diversidad de temas. De hecho, el tema de las clases sociales fue uno de los que recibió mayor atención de los sociólogos en buena parte de la segunda mitad del pasado siglo y continúa siendo centro de atención y debates en los inicios del presente, particularmente en las sociedades avanzadas donde se discute si existen aún las clases sociales en dichas sociedades. Se han formulado numerosas teorías que buscan definir las clases sociales y explicar su existencia, entre las que sobresalen la teoría del conflicto y la funcionalista.

“En el marco de la primera de las teorías anteriormente indicadas, Lenin (1961) propuso el siguiente concepto: “Las clases son grandes grupos de hombres que se diferencian... por las relaciones en que se encuentran con respecto a los medios de producción, por el papel que desempeñan en la organización social del trabajo, y, consiguientemente, por el modo y la proporción en que perciben la parte de riqueza social de que disponen.” (Díaz, 2011)

“Para González Anleo (1981) la característica primordial de los individuos que comparten una misma clase social no es la relación con los medios de producción sino la función que desempeñan en el proceso productivo. Belmeni (1996) toman en cuenta en su definición los dos elementos antes mencionados al afirmar que una clase social es el conjunto de individuos que difieren entre sí respecto a la propiedad y al rol que desempeñan dentro de la organización social del proceso productivo.” (Díaz, 2011)

“En una versión posterior Goldrhorpe y Erikson mantuvieron las tres grandes clases, pero ampliaron a once el número de categorías de clases sociales, combinando criterios de propiedad y control de medios de producción, prestación de servicios con mayor o menor autonomía y manualidad con grados de calificación diferentes. El esquema ampliado es el siguiente:

Esquema de clases de Erikson y Goldthorpe		
Clases de servicio	I	Profesionales, administradores y funcionarios de nivel superior, dirigentes de grandes empresas, grandes empresarios.
	II	Profesionales, administradores y funcionarios de nivel inferior, técnicos con altos niveles de calificación, dirigentes de empresas pequeñas y medianas, supervisores de trabajadores no manuales, empleados.
Clases intermedias	III a	Empleados ejecutivos
	III b	Trabajadores de servicios
	IV a	Pequeños empresarios y trabajadores autónomos con dependientes
	IV b	Pequeños empresarios y trabajadores autónomos sin dependientes
	V	Técnicos de nivel inferior, supervisores de trabajadores manuales
Clases trabajadoras	VI	Trabajadores manuales industriales calificados
	VIIa	Trabajadores manuales industriales no calificados
	VII b	Trabajadores manuales agrícolas

La estructura de clases según el esquema de Wright revela que la élite social del país, conformada por la clase dominante, es reducida, constituye sólo 5.0% de la población (cuadro 1). La fracción de clase patrones, que comprende a quienes emplean uno o más trabajadores, es mayoritaria en la clase dominante, representando 3.1% del total de la población. La fracción de clase directivos, integrada por administradores, gerentes y personal directivos en empresas privadas e instituciones públicas, comprende el 1.8% de la sociedad guatemalteca.” (Díaz, 2011)

La clase media es incipiente en el país, representa sólo 9.2%, lo que indica que casi uno de cada diez guatemaltecos es miembro de esta clase social, que está compuesta casi en

proporción igual por profesionales universitarios, tanto independientes como asalariados, y técnicos y personal de oficina con educación media.

El análisis de la estructura de clases por regiones del país revela que la clase dominante reside en su mayoría en la región 1 que corresponde al departamento de Guatemala, que incluye la capital del país. *“Las fracciones de clase patronos y directivos, en especial esta, son de pertenencia urbana. En la región norte es donde menos presencia existe de clase dominante, en particular de la fracción directivos. La clase media es un fenómeno social urbano, representa casi una quinta parte del departamento de Guatemala, cifra que es el doble de la que corresponde a nivel nacional. También se observa que la clase media radica en mayoría en la región central, que comprende departamentos próximos a la ciudad capital, centro del poder económico y político del país. La clase trabajadora tiene su menor presencia en la pirámide social en el departamento de Guatemala, donde representa dos terceras partes de la población. En las demás regiones representa alrededor de cuatro quintas partes. La fracción de clase trabajadores calificados tiene su mayor presencia en las regiones Guatemala y central.”* (Díaz, 2011)

1.3.3 Escuela de Trabajo Social

“La Escuela de Trabajo Social inicia sus actividades como Unidad Académica de la Universidad de San Carlos de Guatemala, en el año 1975, con facultad para formar profesionales de nivel intermedio, con un plan que comprendía 6 semestres de estudio más uno de Ejercicio Profesional Supervisado, y con el requisito de elaborar trabajo de tesis previo a graduarse. Su proceso formativo lo inició con el sistema de Unidades Integradoras del Conocimiento, el cual se cambió en 1978 al Sistema de Cursos Semestrales.

Por diversos problemas la necesidad de readecuación curricular siempre se ha hecho sentir. Desde 1980 a 1994 se integraron diferentes comisiones de readecuación curricular, que no lograron concretar el trabajo encomendado. En 1984 autoridades y profesores de la Escuela de Trabajo Social (Campus Central, Departamento de Guatemala), de la Carrera de Trabajo Social del Centro Universitario de Occidente (Departamento de Quetzaltenango), la Carrera de Trabajo Social del Centro Universitario del Suroccidente (Departamento de

Suchitepéquez), y de la Carrera de Trabajo Social de Centro Universitario de San Marcos (Departamento de San Marcos), presentaron al Consejo Superior Universitario de la Universidad de San Carlos de Guatemala, una propuesta de Licenciatura en Trabajo Social, que autorizó el Programa Especial de Licenciatura en Trabajo Social –para 5 cohortes- en la Escuela de Trabajo Social, para profesionales egresados de la Carrera Intermedia, el cual comprendía 4 semestres con cuatro cursos cada uno, y la elaboración de la tesis previo a obtener el título.

Para elevar el nivel de estudios en la Escuela de Trabajo Social de técnico a Licenciatura, se crearon las siguientes carreras, siendo estas:

- Licenciatura en Trabajo Social.
- Técnico en Gestión de Riesgo.

Las autoridades de la Universidad solicitaron a las autoridades de la Escuela elaborar y presentar un proyecto educativo de Licenciatura en Trabajo Social al Consejo Superior Universitario. En otro orden de ideas, un hecho importante para la Escuela de Trabajo Social es su independencia. Desde que inició sus actividades (1975), compartía con la Escuela de Historia la asignación presupuestaria, tesorería, almacén y reproducción de materiales, lo cual generaba problemas de administración de recursos.

Por ello ambas Escuelas solicitaron a las autoridades universitarias, su separación, la cual fue autorizada a partir de 1988, con lo cual la Escuela cobró el poder para cambiar de manera directa los recursos necesarios para sustentar sus programas de docencia, investigación y extensión. Por acuerdo de Consejo Superior Universitario para todas las Escuelas y Centros Regionales Universitarios, la autoridad máxima de la Escuela dejó de llamarse “Consejo Académico” para ser Consejo Directivo e igualmente dejó de ser paritario, integrado por Director/a a quien preside 2 profesores, 2 alumnos y un representante de los profesionales. La Secretaría Administrativa ejerce la secretaría de dicho Consejo. En 1995, a través del trabajo de la Comisión de Readecuación Curricular se diseñó el currículum de Licenciatura en Trabajo Social, que sustenta el proceso formativo a partir de 1996, el cual está vigente en la Escuela. Con la participación de todos los sectores que integra la Escuela, se formuló su Plan de Desarrollo Académico 2004-2013, el cual fue

aprobado por el Consejo Directivo el 17 de marzo de 2004, que presenta 67 proyectos destinados a resolver los problemas de docencia, investigación, extensión y administración detectados en el Diagnostico Curricular concluido en 2002. En el Plan de Desarrollo se han revisado proyectos de auto evaluación, de readecuación curricular, este se ejecuta desde 2005 y se prevé su conclusión en 2006.

La misión de la Escuela de Trabajo Social, es la unidad académica rectora en la formación de profesionales de Trabajo Social en la Universidad de San Carlos de Guatemala. Su proyecto se fundamenta en la ciencia, la tecnología y el humanismo para propiciar eficiencia, eficacia y ética en el desempeño profesional de sus egresados, el cual se orienta a la búsqueda del bienestar individual y colectivo mediante la gestión participativa de la población.

La visión de la Escuela de Trabajo Social, es altamente competitiva, líder de los estudios superiores en esta rama, tanto en la Universidad de San Carlos como en el país. Promueve el desarrollo curricular a través de los programas de investigación, docencia, extensión y administración. Su oferta académica responde a las demandas de formación profesional en grados académicos vinculados permanentemente con la sociedad.

Dentro de la historia de la Escuela de Trabajo Social se encuentra conformada también por una serie de Objetivos los cuales rigen y orientan la dirección de la Escuela, entre ellos podemos mencionar los siguientes:

- Orientar los procesos de enseñanza-aprendizaje para desarrollar en los/las estudiantes, destrezas, habilidades, aptitudes y actitudes inherentes al perfil de la profesión, en beneficio de la sociedad guatemalteca.
- Vincular a la Escuela de Trabajo Social con la sociedad guatemalteca, a través de actividades de extensión Universitaria.
- Formar profesionales con actitud crítica, reflexiva, creativa, ética y con alto espíritu de solidaridad, en el nivel de pre-grado, grado y posgrado; capacitados para intervenir objetiva y oportunamente en la atención de la problemática social.

- Promover el desarrollo de la investigación científica, para el estudio e interpretación de la realidad nacional, que permita elaborar propuestas de solución a los problemas sociales de Guatemala.
- Promover la modernización permanente del sistema académico y administrativo de la Escuela de Trabajo Social, para fortalecer el desarrollo institucional con la participación de los diferentes sectores que lo integran.
- Propiciar un proceso permanente de superación de los sectores que integran la Escuela de Trabajo Social para su fortalecimiento y desarrollo.
- Establecer vínculos de cooperación con entidades nacionales e internacionales que contribuyan al desarrollo académico-administrativo de la Escuela de Trabajo Social.” (Pérez, 2018)

1.3.4 Juventud o Población Juvenil.

“Se constata que la generación joven, según su situación inicial, constituye una oportunidad para la transformación del país y el logro de mejores condiciones de vida y de convivencia social. No obstante, eso solo será posible en la medida en que se propicien condiciones adecuadas que brinden oportunidades, tanto a la niñez como a la juventud.”
(Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo Humano, 2011/2012)

Entendiendo a la población joven del país como la gran parte que constituye la sociedad, podemos referirnos a que dentro de la misma se encuentran las condiciones de vida y formas de generarlas, sin embargo la juventud es catalogada como una de las poblaciones a las que menor importancia se le otorga, esto es muy comúnmente visto en la situación laboral del país, debido a que en las solicitudes de empleo se requieren a personas con experiencia, y ello deja fuera de optar a esas oportunidades a los jóvenes guatemaltecos.

Sin embargo, es una de las tantas formas en las cuales los jóvenes son excluidos y dejados a un lado por la misma sociedad guatemalteca en la que vivimos. Se realizan informes, estudios e investigaciones las cuales propician y fomentan la participación activa de la población juvenil, estas sugerencias parecen no cobrar vida cuando se observa detenidamente la situación del país en cuanto a los jóvenes.

De la manera como se desarrollen las nuevas generaciones, tanto individual como colectivamente, dependerá la situación futura de la sociedad y de cada joven devenido adulto. Incluir a los jóvenes excluidos del proceso y romper con la transmisión intergeneracional de la desigualdad y de la pobreza son condiciones necesarias para lograr avances en el desarrollo humano de la sociedad.

El ciclo de vida de las personas conlleva diferentes momentos del proceso de desarrollo humano. En la niñez se desarrollan capacidades y habilidades fundamentales, de salud, educación, comunicación, juego, la constitución corporal que descansa en una adecuada nutrición, elementos identitarios básicos, así como una serie de nociones que fundamentan la visión del mundo. En la adolescencia se inicia el proceso de construcción hacia más autonomía personal; este proceso conlleva una serie de significativos cambios biológicos y psicosociales. Unos años más tarde, al final de la etapa de juventud, se consolidan la identidad, el aprendizaje, las libertades básicas y se expanden las capacidades y la agencia; se obtiene más autonomía con la incorporación a otros ámbitos de la vida social y, por lo general, se construyen las opciones para la vida adulta. En el ciclo de vida va cambiando la inserción en la dinámica económica y social, el uso del tiempo en el esparcimiento, la vida sexual y el establecimiento y desarrollo de relaciones sociales, la participación política.

“Hay diversas maneras de entender lo que significa ser joven, a partir de la diversidad de circunstancias factuales que concurren y se utilicen en el análisis. El punto de partida es que el hecho de ser joven constituye un proceso de cambio vital cuya raíz es ganar paulatinamente independencia con respecto al medio en que esto ocurre. La persona joven comenzó a formarse, en su infancia, en el seno de una familia o en un grupo íntimo, donde recibió aprendizajes básicos como el idioma materno y los hábitos de sociabilidad elemental, que incluyen valores, normas y otros contenidos de la cultura. En esta etapa, la persona joven tiene la oportunidad de alcanzar su primera identidad. Con ocasión del trabajo y en la interacción con sus pares, las y los jóvenes completan el proceso de socialización; ello les permite ir ganando independencia, no solo emocional sino material. La persona joven deja de serlo cuando ha ganado una autonomía integral relativa, que se traduce en la disposición de habilidades y conocimientos mínimos suficientes para dirigir

su propia vida.” (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo Humano, 2011/2012)

Si bien el ser humano en su gran complejidad representa un reto para la sociedad, y para sí mismo, dentro del proceso de desarrollo que este va formando a lo largo de la vida, la etapa de la juventud es un estado determinante para la formación del mismo. Siendo esta fase una de las más complejas que experimenta el sujeto, puesto que como es bien sabido surgen una serie de cambios físicos y emocionales que ponen en riesgo la evolución que este tenga, es ahí donde radica la importancia de tener la facilidad para que los jóvenes puedan llevar de manera adecuada esta etapa de su vida.

Durante el largo proceso de la pubertad hasta la juventud media o tardía, el joven es expuesto a factores que lo sitúan en vulnerabilidad y que podrían influenciar de alguna manera en que este sea desviado de lo que originalmente se le fomento en el seno familiar o de lo que la sociedad esperaría de él”.

En consecuencia, las oportunidades básicas son las situaciones, momentos y contextos que se originan en el medio social donde la persona joven vive, que surgen o existen como ofertas y se perciben como derechos que dicha persona joven adquiere o tiene por el hecho de pertenecer a un determinado estrato social, a una familia o a una comunidad.

“Se toma como punto de partida cuatro dimensiones básicas que definen la dinámica juvenil:

- a) Oportunidad de vivir: implica gozar del derecho a la salud, iniciar la vida sexual de forma saludable y responsable, tener derecho a la libre definición de una identidad, gozar del derecho a la seguridad.*
- b) Oportunidad de aprender y conocer: involucra gozar del derecho a la educación, lograr destrezas para el trabajo, alcanzar conocimientos y habilidades para la realización personal y la participación en la vida de la comunidad, tener acceso a bienes culturales y simbólicos.*
- c) Oportunidad de participar: progresivamente en la vida social, en los ámbitos político, económico, social y cultural.*

- d) *Oportunidad de disfrutar del tiempo libre: cuya especificidad constituye una de las características de la moratoria social que define a la juventud. Se pasa de experiencias y actividades lúdicas, en la niñez, a un disfrute de nuevas experiencias y actividades con más matices de lirismo en la juventud.*” (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo Humano, 2011/2012)

Cuando se habla de necesidades básicas como es mencionado por el autor Abraham Maslow en su teoría de la Pirámide de Necesidades, cabe mencionar que dentro del PNUD se encuentra, como es antes mencionado, un listado de oportunidades que pueden ser vistas como la propuesta de Maslow, en cuanto a elementos que ofrecen y proporciona a la juventud un mejor desarrollo integral. Las oportunidades de vivir; como bien son descritas implican el derecho a la salud, derecho del cual muy pocas personas pueden gozar y tener acceso, esto debido a la falta de centros de salud e instituciones que brinden oportunidades para poder mantener un control de salud básico, además del acceso que en ocasiones es denegado y/o complicado de obtener. El no estar informados sobre la planificación familiar, métodos anticonceptivos, entre otras cosas que son necesarias para la juventud, conlleva a que puedan darse embarazos no deseados a cortas edades y que se vean interrumpidos sueños y anhelos que el joven tenía previstos, y no dejando por un lado el sentido de pertenencia y seguridad a algún lugar o núcleo familiar, siendo este último el menos tomado en cuenta a la hora de realizar un cambio en la vida de los jóvenes.

Una de las oportunidades las cuales son mayormente negadas a los niños y jóvenes guatemaltecos, es el derecho a la educación, y si, bien mencionado es un derecho al cual muy pocos tienen acceso, esto por la falta de recursos económicos y materiales, el escaso o nulo conocimiento sobre la importancia del comenzar una vida académica a temprana edad, y algunos otros factores socioculturales que de una u otra manera influyen en que no se pueda optar por un mejor futuro escolar.

Cuando se hablan de actividades sociales que involucren o propicien la participación de jóvenes, son muy pocas las cuales se pueden mencionar, esto genera que la población juvenil pueda tener mayor tiempo para realizar o involucrarse en actividades delictivas y

grupos de pandillas que ofrecen lo que en algunas ocasiones los jóvenes buscan en el hogar y no es ofrecido de la manera como debería darse.

El crear actividades sociales y culturales permite que los jóvenes puedan acceder a un mundo con distintas oportunidades, que le ofrecerán mejores desarrollos a largo plazo si se lleva a cabo un proceso adecuado con forme a las necesidades que estos presenten. Sin embargo, también es necesario poder tomar un tiempo libre que sea utilizado de la mejor manera, y cuando se habla de ello se hace referencia a espacios que puedan ser tomados por la familia en llevar a cabo actividades las cuales involucren a todos los miembros del núcleo familiar para así poder crear vínculos los cuales se vean fortalecidos por el tiempo de calidad.

Fomentar el tiempo en familia y con amigos es importante para la juventud, ya que en esta edad es cuando mayormente se desarrollan y crean las relaciones interpersonales y se fortalecen sentimientos que pueden florecer en oportunidades que permitan al joven optar por un mejor estilo de vida en su adultez.

La juventud se caracteriza, en general, por su buena salud. Es una fase de particular vigor y entereza física. Paradójicamente, es también la etapa de la vida en la que existe una mayor exposición y vulnerabilidad frente a diversos riesgos que tendrán efectos importantes en el desarrollo de su vida.

Recuadro 1.3/ En los dos extremos del desarrollo: dos categorías juveniles

En Guatemala, coexisten dos conjuntos de jóvenes cuya existencia social es radicalmente distinta en el interior de los parámetros que definen oportunidades básicas. El informe tiene particular interés en presentarlos porque las distancias socioculturales que separan la existencia social de ambos grupos en relación con lo que llamaríamos patrones normales de vida revelan tanto la naturaleza profundamente desigual de la sociedad guatemalteca, como las dificultades para incluir a las personas. Se hace referencia a la joven generación que se define por su incorporación nerviosa a la revolución digital, en el seno de una renovación de

los parámetros de la modernidad. También, a las y los jóvenes que se incorporan a la vida social mediante los canales negativos de la criminalidad y las drogas y contribuyen, igualmente, a definir la sociedad actual.

1. Jóvenes tecnológicos

Hay un creciente número de jóvenes de distintos estratos sociales, aunque, en su mayoría, pertenecientes a las clases medias urbanas y que constituyen, de forma paradigmática, el núcleo consumidor de esta oferta tecnológica que ha renovado el mundo de las relaciones personales, culturales e informativas.

De hecho, la atracción por el mundo digital abarca también a los adultos, pero no produce el tipo de adhesión emocional entre el joven y sus diversos adminículos tecnológicos. Se genera una alienación por el consumo tecnológico que les permite construir y tener la sensación de vivir mundos propios donde obtienen satisfacciones culturales y emocionales de nuevo tipo. El salto tecnológico, experimentado como una renovación permanente, no solo se ha producido en los montos de la información disponible, cada vez mayores, sino también en la velocidad creciente del cambio y la disponibilidad de información, de manera que hoy día una sola persona comienza pronto a ser incapaz de manejar. Se reducen las concepciones tradicionales acerca de estos dos parámetros que han definido la vida: los retos de la distancia y el tiempo.

Gracias a los prodigiosos adelantos en las técnicas de la miniaturización de los componentes, se ha podido reunir en el teléfono portátil el acceso a los más dispares servicios como la música, la radio, el video, la fotografía, el Internet, el correo oral y escrito, las alertas, la grabación del sonido y su copia, así como otras diversas funciones. El secreto de esa atracción es casi mágico: cada vez más pequeño, con más funciones que van en aumento y a menor precio.

Para la persona joven que se despliega con los años y empieza a ampliar los límites estrechos de su vida infantil, el acceso súbito a la oferta informática constituye un mundo de extraordinarias oportunidades en la dimensión personal, familiar y grupal. La juventud de la revolución digital es distinta por algo de lo

que no tiene plena conciencia: el acceder al difícil mundo de la posmodernidad, que es la reducción del tiempo/espacio; la construcción de realidades que pueden ser ficción; la creencia insensata en las posibilidades infinitas de la técnica; la sustitución de la vida social grupal por el egoísmo personalizado de la pertenencia a las redes sociales; la superación del aislamiento real con una sociedad ajena y llena de desconocidos; el consumo uniforme como meta.

Todo esto está produciendo cambios sustantivos en la definición de la vida del joven por el tiempo que le dedica a estas actividades y por los efectos de alienación que conlleva. Produce una nueva forma de disfrute personal y de encuentro con satisfacciones de grupo que redefinen toda la dimensión de la cultura familiar y social. En síntesis, produce nuevas identidades de las que emergen nuevas juventudes. De la utilización acertada de esta oferta dependerán los resultados positivos o negativos que tengan para la formación de su personalidad.

2. Jóvenes en conflicto con la ley

Por otro lado, han surgido nuevas situaciones en la sociedad, donde no existen o están limitadas las oportunidades básicas. Nos referimos, por un lado, a un conjunto de condiciones materiales, morales y emocionales que empujan a la persona joven a llevar una vida en el terreno de la ilegalidad, cometiendo actos punibles, siendo en consecuencia un excluido gradual de las posibilidades productivas que ofrecen el Estado y la sociedad. Se trata de las y los jóvenes pandilleros y su entorno, que los excluye y los arroja a conductas de violencia y criminalidad. Por otro lado, el uso y consumo de drogas ilegales que afectan su salud y terminan por condicionar formas de vida improductiva.

La existencia de grupos o pandillas juveniles en los barrios citadinos y otras comunidades no es un fenómeno nuevo ni infrecuente. Es el resultado de vivir en condiciones de estrechez material, del hacinamiento que convierte «la esquina» en un espacio propio donde transcurre una parte de la vida juvenil, el uso del tiempo libre: no hay trabajo suficiente y remunerado, o simplemente no lo hay.

Existen dificultades para el estudio y, especialmente, para completarlo; se crea una subcultura donde se premia la violencia y el acceso al dinero fácil; hay espacios para experimentarlo y oportunidades para intentarlo, así como una enorme capacidad de influencia o imitación cuando los padres no socializan a sus hijos en los valores esenciales de la vida en comunidad, con respeto y solidaridad.

La sociedad guatemalteca experimentó una mutación no suficientemente explicada, en virtud de la cual la violencia política que practicaba el Estado, en lo que se llamó conflicto armado interno, se prolongó por la violencia privada, criminal, asociada directamente con el narcotráfico. Actualmente, la existencia de la delincuencia juvenil en Guatemala constituye un fenómeno grave para el conjunto social y para los mismos jóvenes. Su contribución al desborde criminal y a la generalización de la inseguridad es importante, aunque no se conoce con precisión. El punto de partida es un hecho cierto: este complejo problema tiene sus orígenes en el fracaso de la familia y de los roles parentales como parte de la descomposición social asociada con las desigualdades y la pobreza, con una extrema debilidad del Estado y de la sociedad. El Estado no tiene políticas sociales extensas, no crea condiciones adecuadas para el estudio, tampoco oportunidades sostenidas para el trabajo digno.

Fuente: (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo Humano, 2011/2012)

Como se observa en el cuadro anterior se hace referencia a dos tipos de jóvenes que irónicamente comparten, conviven y representan a un mismo país. *“Guatemala debe apostar a invertir en las y los jóvenes, como el futuro real y próximo, de lo contrario se podrá condenar a las futuras generaciones a una vida de pobreza, desigualdad y conflictividad social”*. (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo Humano, 2011/2012)

La dinámica de identidad es múltiple, cambiante, fuente de conflictos y reconocimientos. La identidad se forma en el tiempo: día tras día, como un proyecto que no termina, desde su nacimiento hasta la edad adulta. *“Se trata de un proceso lleno de variaciones cuyo ritmo*

se acelera o desacelera y cambia con mayor rapidez, o más lentamente, de una edad a otra”. (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo Humano, 2011/2012)

La identidad se va modificando durante la vida del individuo y se va haciendo múltiple, en cuanto tanto son múltiples los elementos del orden social de la comunidad en que se vive y que se incorporan como puntos de referencia para el desarrollo de la persona. Desde esta perspectiva, la identidad es una categoría de carácter relacional, no es una esencia, supone simultáneamente procesos de identificación y diferenciación, aceptación y conflictos.

“La identidad juvenil aparece como resultado de un proceso en que el joven gana autonomía paulatina en relación con todos los determinantes que lo van formando, condicionándolo: edad, familia, educación, trabajo. Se trata de un proceso, pero no de un proceso regular, sino lleno de variaciones cuyo ritmo se acelera o no y cambia más o menos rápidamente como resultado de diversas experiencias culturales. La violencia desde y hacia los jóvenes tiene múltiples formas de expresión, que incluyen la violencia auto infligida, la violencia interpersonal y la violencia colectiva”. (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo Humano, 2011/2012)

Tal violencia se nutre de diversas formas de exclusión social y simbólica en la juventud, como la desigualdad de oportunidades, la falta de acceso al empleo, la desafiliación institucional, las barreras entre el consumo simbólico y el consumo material, la segregación territorial, la ausencia de espacios públicos de participación social y política y el aumento de la informalidad. La mayoría de personas que participan en acciones de violencia contra jóvenes son personas del mismo grupo de edad que las víctimas.

1.3.5 La Personalidad

La personalidad es un concepto vasto y general que abarca la organización de las predisposiciones del individuo en relación con la conducta y sus adaptaciones singulares del medio. Las características personas (rasgos), los afectos, las voliciones, los valores,

los objetivos y las formas personales de percibir son todos ellos aspecto de la estructura de la personalidad.

El desarrollo de la personalidad es una evolución enormemente complicada, influenciada por gran número de factores relacionados entre sí y que actúan continuamente unos sobre otros son cuatro por lo menos, los amplios tipos de influencia que juegan un papel en la determinación de las características y la conducta del niño.

Cuando se habla de personalidad, se toma en cuenta que es la unificación de un todo que se integra a partir del momento en que se realiza la concepción, así mismo esto generara una carga biológica y genética que tendrán resultado conforme se va desarrollando la persona, esto implica que puedan existir factores influyentes internos como externos, que podrían modificar ciertos rasgos de la personalidad.

El primero es de las propiedades biológicas, tales como los dotes genéticos, el temperamento, el aspecto físico y el ritmo de madurez.

El segundo es el de la pertenencia a un grupo cultural, los niños hopi y zuñi, criados en las tierras de indios viven en un mundo físico y tienen experiencias totalmente distintas de los demás niños norteamericanos.

El tercero y más importante desde el punto de vista del autor es el factor de la historia personal de las experiencias del individuo con otro. La personalidad es en gran parte producto del aprendizaje social, y las acciones y las reacciones sociales del niño proporcionan las decisiones decisivas del aprendizaje.

El cuarto tipo de influencias sobre la conducta manifiesta y sobre las características de la personalidad es el de la situación; esto es: de los estímulos inmediatamente presentes en el mundo, tales como la gente que se allá presente y los sentimientos del momento (por ejemplo, sentimientos de fatiga, frustración, inquietud, tranquilidad y reposo). Todas estas fuerzas están entrelazadas, de modo que actúan, se influyen mutuamente y afectan concurrentemente al desarrollo de la personalidad.

La personalidad como bien se ha descrito anteriormente, es la suma de factores que llevan a la integración de la persona, características que formaran al individuo de manera original

e irreplicable a otro, siendo así la personalidad el tinte o distinto de cada ser humano. El desarrollo de la personalidad se va formando con el transcurrir de los procesos físicos, biológicos y sociales, implica que haya un aprendizaje en dicho proceso que determinará la forma de actuar de la persona.

Factores biológicos: en conjunto las influencias de los factores biológicos sobre la estructura de la personalidad son limitados e indirectos. Los factores genéticos hereditarios, el aspecto y la constitución física y el ritmo de madurez, son variables que ejercen su respectiva influencia". (Mussen, 1965)

Otra definición de personalidad es:

La personalidad puede definirse como ese particular conjunto formado por los modelos de conducta y tendencias relativamente permanentes, que son característicos de un individuo.

En el desarrollo de la personalidad hay normalmente una *progresión hacia la madurez* y cada etapa se desarrolla como una consecuencia lógica de la etapa previa; se trata de un crecimiento que emerge a través de diferentes etapas, cada una de las cuales tiene sus necesidades y problemas particulares. Si persisten de una etapa anterior en etapas subsecuentes, puede provocar deformaciones de la personalidad y volverse el origen de una enfermedad psicológica. También las primeras experiencias continúan ejerciendo su influencia sobre la personalidad en desarrollo, aun cuando no pueden ser evocadas por la consciencia.

Es conveniente pensar que la personalidad tiene partes o divisiones que llevan a cabo funciones específicas, es decir, que tiene una estructura. Este concepto facilita la idea de dinámica en el funcionamiento de personalidad. En general actualmente se sigue el concepto de estructura de la personalidad propuesto por Freud quien postulo 3 segmentos psíquicos. Aunque estas divisiones estructurales son hipotéticas ofrecen una clasificación útil del sistema de impulsos coercitivos. Muchas de los términos que se usan la describir sus interrelaciones dinámicas son puramente simbólicas.

El ello (id), es un nombre colectivo que se usa para nombrar los impulsos biológicos primitivos. Representa la parte innata de la personalidad. Junto con los impulsos

instintivos primitivos se encuentran los estados aversivos de dolor, aflicción y rabia que hacen que el individuo se proteja y los deseos intensos de satisfacer el hambre y la sed, y evitar la sofocación. si las funciones del “Yo” se alteran o se desarrollan mal, los derivados de ellos pueden emerger hacia la consciencia en forma de fantasías o expresarse violentamente en forma de conducta patente. Está regido por el principio de placer.

El yo (ego), el yo o la parte del ser (self) que evalúa la realidad es la parte o la función de la personalidad que establece una relación con el mundo en que vivimos. El yo, por supuesto, es en realidad un grupo de funciones, pero para facilitar su conceptualización empleamos una metáfora. El yo se relaciona con el ambiente por miedo de la percepción consciente, el pensamiento, el sentimiento y la acción; por lo tanto, es la porción de la personalidad que controla el individuo de manera consciente contiene los aspectos de la personalidad que forman evaluaciones, juicios, avenencias, soluciones y defensas. Podemos ver al yo como la agencia integradora y ejecutiva de la personalidad, ya que se encarga de funciones tan importantes como la percepción, la memoria, la evaluación y comprobación de la realidad y la síntesis de la experiencia, y es el intermediario entre el mundo interior y el mundo exterior. Para que la personalidad se desarrolle de manera normal el yo debe ser capaz de modificar tanto los impulsos coercitivos del ello, como las demandas del superyó y así lograr una conducta aceptable sin sacrificar al extremo las satisfacciones de las necesidades instintivas y emocionales ni los ideales éticos. Las funciones del yo son guiadas por el principio de la realidad.

Superyó, el tercer segmento hipotético de la estructura de la personalidad es el superyó, o sea la parte que se conceptualiza como la que observa y evalúa el funcionamiento del yo comparándolo con un estándar ideal, un ideal que se deriva de las normas de conducta que se perciben durante años en los padres, los maestros y otros individuos importantes para el niño que crece. El ideal del yo, o sea la imagen internalizada que uno desea llegar a ser y hacia la cual convergen los esfuerzos del yo, proporciona una dirección para las aspiraciones y las exigencias de éxito dentro de cada personalidad. El superyó se deriva en especial de la identificación con los padres y sus sustitutos, ó sea con figuras de autoridad que pueden castigar o recompensar. El superyó actúa como el supervisor del yo

y de las tendencias interiores inconscientes; por lo tanto, es la parte represora de la personalidad. El superyó castiga creando angustia y produciendo remordimiento y sentimientos de culpa. Si el superyó es severo e inflexible, el miedo que de él resulte conducirá hacia una personalidad rígida inhibida, infeliz, angustiada y a menudo neurótica.” (Kolb, 1983)

Para Sigmund Freud, la personalidad está dividida en tres partes, las antes mencionadas y desarrolladas, siendo el id, yo y superyó, así mismo ha dividido el desarrollo de la personalidad en etapas psicosexuales que serán descritas (ver cuadro 2), así mismo indican la temporalidad en que las mismas se desarrollan o deberían de realizarse.

Erik Erikson (1902-1994), psicoanalista nacido en Alemania y originalmente perteneciente al círculo de Freud en Viena, modificó y amplió la teoría freudiana al enfatizar la influencia de la sociedad sobre la personalidad en desarrollo. Erikson fue pionero de la perspectiva del ciclo vital. Mientras que Freud sostenía que las experiencias infantiles tempranas moldeaban la personalidad de manera permanente. Erikson mantenía que el desarrollo del yo era vitalicio.

Para Erikson quien fue partícipe del desarrollo de la personalidad cuando formó parte del equipo conformado por Sigmund Freud y otros equipos, inició con el desarrollo de su propia teoría, partiendo de los conocimientos y estudios previos que habían realizado Freud y otros autores, dando paso a la construcción de lo que sería la teoría del desarrollo psicosocial, y sus respectivas etapas.

La teoría del desarrollo psicosocial de Erikson (1950,1982: Erikson, Erikson y Kivnick, 1986) abarca ocho etapas a lo largo del ciclo vital (ver cuadro 2). Cada etapa implica lo que Erikson originalmente llamo una “crisis” de personalidad, un tema psicosocial principal que es de particular trascendencia durante el resto de la vida. Estos temas, que emergen de acuerdo con un cronograma madurativo, deben resolverse de manera satisfactoria para el sano desarrollo del yo.

La teoría de Erikson es importante debido a su énfasis en las influencias sociales y culturales, así como en el desarrollo más allá de la adolescencia.

Otro autor importante dentro de las teorías del desarrollo es Jean Piaget, quien realizó aportes significativos con su teoría cognitiva del desarrollo, dando lugar al estudio de la personalidad, desde otra perspectiva que aportaría importantes datos para el entendimiento de la misma.

La teoría de etapas cognitivas de Piaget fue antecesora de la actual “revolución cognitiva” con su énfasis sobre los procesos mentales. Piaget, biólogo y filósofo de profesión, percibía al desarrollo de manera organísmica; es decir, como producto de los esfuerzos de los niños por comprender su mundo y actuar sobre él.

Piaget describió que el desarrollo cognitivo sucede en cuatro etapas cualitativamente distintas (ver cuadro 2), que representan patrones universales de desarrollo. Durante cada etapa la mente del niño desarrolla una nueva forma de operar. Este crecimiento cognitivo ocurre a partir de tres procesos interrelacionados: organización, adaptación y equilibración.

Organización: es la tendencia a crear estructuras cognitivas cada vez más complejas, que incluyen sistemas de conocimiento o maneras de pensar que incorporan un mayor número de imágenes cada vez más precisas de la realidad, estas estructuras llamadas esquemas.

Adaptación: es la manera en que los niños manejan la información nueva de acuerdo con lo que ya saben. La adaptación implica dos pasos: 1 asimilación, que es tomar la información nueva e incorporarla dentro de las estructuras cognitivas existentes, y 2 acomodación, que implica modificar las estructuras cognitivas propias para incluir la información nueva.

Equilibración: el esfuerzo constante para encontrar un balance estable o equilibrio, dicta el cambio de asimilación a acomodación. (Diana, 2009)

En el cuadro siguiente se realiza una descripción y comparación de las diferentes teorías, sus etapas y los autores, siendo cada una descrita con los aportes que cada autor realizó y considero como importantes para el desarrollo de la personalidad, se encuentran algunas diferencias y similitudes entre cada autor, lo cual enriquece la aplicación de las distintas teorías.

Cuadro 2 Teorías del desarrollo, S. Freud, E. Erikson y J. Piaget.

Etapas psicosexuales (Freud)	Etapas psicosociales (Erikson)	Etapas cognitivas (Piaget)
-<i>Oral (nacimiento a 12-18 meses)</i>. La fuente principal del placer del bebé implica actividades enfocadas en la boca (mamar y alimentarse).	-<i>Confianza básica vs desconfianza (nacimiento a 12-18 meses)</i>. El bebé desarrolla un sentido de si el mundo es un lugar bueno y seguro. Virtud: esperanza.	-<i>Sensoriomotora (nacimiento a 2 años)</i>. De manera gradual, el lactante adquiere la capacidad de organizar actividades en relación con el ambiente por medio de la actividad sensorial y motora.
-<i>Anal (12-18 meses a 3 años)</i>. El niño deriva gratificación sensual al retener y expulsar sus heces. La zona de gratificación es la región anal y el entrenamiento de estímulos es una actividad importante.	-<i>Autonomía vs vergüenza y duda (12-18 meses a 3 años)</i>. El niño desarrolla un equilibrio entre independencia y autosuficiencia contra la vergüenza y duda. Virtud: voluntad	-<i>Preoperacional (2 a 7 años)</i>. El niño desarrolla un sistema representacional y utiliza símbolos que representan personas, lugares y eventos. El lenguaje y el juego imaginativo son manifestaciones importantes de esta etapa. El pensamiento aun no es lógico.
-<i>Fálica (3 a 6 años)</i>. El niño se siente atraído por el progenitor del sexo opuesto y mas adelante se identifica con el padre del mismo sexo. Se desarrolla el supero yo. La zona de gratificación se desplaza a la región genital.	-<i>Iniciativa vs culpa (3 a 6 años)</i>. El niño desarrolla iniciativa al poner a prueba actividades nuevas sin verse abrumado por la culpa. Virtud: propósito.	
	-<i>Industria vs inferioridad (6 años a pubertad)</i>. El niño debe aprender habilidades de la cultura o enfrentarse a	-<i>Operaciones concretas (7 a 11 años)</i>. El niño puede resolver problemas de manera lógica si se enfoca en el aquí y en el ahora, pero

-<i>Latencia</i> (6 años a pubertad). Tiempo de relativa calma entre estados mas turbulentos.	sentimientos de incompetencia. Virtud: habilidad.	no puede pensar en términos abstractos.
-<i>Genital</i> (pubertad a adultez). Reemergencia de los impulsos sexuales de la etapa fálica, canalizados en una sexualidad adulta madura.	-<i>Identidad vs confusión de identidad</i> (pubertad a adultez temprana). El adolescente debe determinar un sentido del <i>self</i> (“¿quien soy?”) o experimentar confusión de roles. Virtud: fidelidad.	-<i>Operaciones formales</i> (11 años a adultez). La persona puede pensar de manera abstracta, lidiar con situaciones hipotéticas y pensar acerca de posibilidades.
	-<i>Intimidad vs aislamiento</i> (adultez temprana). La persona busca comprometerse con otros; de no lograrlo, es posible que sufra aislamiento y ensimismamiento. Virtud: amor.	
	-<i>Generatividad vs estancamiento</i> (adultez media). El adulto maduro se interesa por establecer y guiar a la siguiente generación o de lo contrario experimenta un empobrecimiento personal. Virtud: cuidado.	

	-Integridad vs desesperación (adultez tardía). La persona anciana alcanza una aceptación de su propia vida, lo que le permite aceptar su muerte; de lo contrario siente desesperación por su incapacidad de revivir su vida. Virtud: sabiduría.	
--	--	--

Fuente: (Diana, 2009)

1.3.6 Ansiedad

Las presiones que la sociedad enuncia, propician la apertura de múltiples enfermedades psicosomáticas que perjudica a largo plazo la estabilidad del sujeto manifestándose en ansiedad, por consiguiente, se define *“Concepto de la ansiedad: al enfrentarnos a todos estos conceptos parece que destacan de entrada algunas distinciones, siempre teniendo bien presente que tanto angustia y ansiedad van a participar de una vivencia nuclear común. Si seguimos un criterio cuantitativo podremos realizar una cierta gradación de fenómenos inquietantes, entre las que cabe situar tres eslabones ordenados de menos a más: El miedo, la ansiedad y la angustia.”* (Rojas, 1998)

Los estados emocionales que menciona Enrique Rojas respecto al concepto de ansiedad son componentes en los cuales se desarrolla diversas emociones, siendo las antes mencionadas; el miedo y angustia. *“Entendiendo por miedo; una emoción que se genera por estímulos externos que repercuten en la alteración fisiológica que manifiesta conductas de alerta o expresado en palabras de Bourne; “El miedo puede asociarse con un incremento repentino de la adrenalina, pensamientos de peligro inmediato y la necesidad*

de escapar” (Bourne, 2015) y la angustia; uno de los principales elementos que influyen en el desarrollo de ansiedad, experimentándose en su entorno por diversos acontecimientos que se llevaban a cabo y que repercuten en las acciones diarias, por lo que, “La ansiedad es una vivencia de temor ante algo difuso, vago, inconcreto, indefinido, que, a diferencia del miedo, tiene una referencia explícita. Comparte con el anterior la impresión interior de temor, de indefensión, de zozobra. Pero mientras en el miedo esto se produce por algo, en la angustia o (ansiedad) se produce por nada, se difuminan las diferencias. De ahí que podamos decir, simplificando en exceso los conceptos que, el miedo es un temor con objeto, mientras que la ansiedad es un temor impreciso carente de objeto exterior.” (Rojas, 1998)

La ansiedad se concibe como un estado de alerta del organismo que produce un sentimiento indefinido de inseguridad o bien *“Parece que es una respuesta a un peligro vago, lejano o incluso no reconocido. Uno puede sentir ansiedad ante la posibilidad de “perder el control”, de sí mismo o de alguna situación. O puede sentir una vaga ansiedad en relación con que “pueda ocurrir algo malo” (Bourne, 2015), fomentando en el individuo una constante alteración ante los acontecimientos del entorno y predisponiendo respuestas físicas y cognitivas ante eventos no sucedidos lo que perjudica el desenvolvimiento en el entorno, situando al sujeto en dos características, definidas por “rasgo y estado de ansiedad. El rasgo de ansiedad. Se refiere a la tendencia individual a reaccionar de forma ansiosa, es decir, a la mayor o menor propensión que presenta un individuo a interpretar las distintas situaciones o estímulos como peligrosos o amenazantes y a la tendencia a responder ante tales amenazas con reacciones o estados de ansiedad. El estado de ansiedad. Hace referencia a un estado emocional transitorio o condición del organismo humano que varía en intensidad y duración. Esta condición se caracteriza por ser subjetiva por la percepción consciente de sentimientos de tensión y aprensión y por una alta activación del sistema nervioso autónomo y del sistema nervioso somático, lo que da lugar a la aparición de una variedad de cambios fisiológicos o corporales (como aceleración del latido cardíaco, aumento del ritmo respiratorio, incremento de la tensión muscular, etc).” (Miguel, 1996)*

La diferenciación de los conceptos de rasgo y estado de ansiedad permite conocer el estado en el que se encuentra el cuerpo humano, permitiendo clasificar las causas que le generan ansiedad dentro de las cuales se menciona: *“La ansiedad exógena; no es todavía propiamente ansiedad; mejor sería llamarla de otro modo. Es aquel estado de amenaza inquietante producido por estímulos externos de muy variada condición: conflictos agudos, súbitos, inesperados; situaciones encronizadas detención emocional; crisis de identidad personal; problemas provenientes del medio ambiente. La ansiedad endógena; es la ansiedad propiamente dicha. Proviene, como hemos mencionado con anterioridad, de los sentimientos vitales. De ese tratado llamado La vitalidad en donde parece que confluyen lo somático y lo psíquico. Lo que Novalis llamaba la costura entre el alma y el cuerpo. La produce el organismo. Viene de la endogeneidad.”* (Rojas, 1998) Las dos principales causas antes mencionadas de la ansiedad, influyen en la vida del ser humano, siendo parte de su contexto debido a que se experimenta en situaciones en las que se encuentra expuesto diariamente. Afectando las vivencias y relaciones a causa de situaciones que originan enfermedades psicosomáticas que perturban la tranquilidad como el estado de ánimo del individuo.

El sujeto se encuentra rodeado de factores generadores de estrés que almacena por un largo tiempo, sin poder eliminar las alteraciones psíquicas que perturban su comodidad y desarrollo óptimo en la sociedad, siendo los protagonistas de esta alteración emocional; conflictos familiares, tráfico vehicular, problemas financieros, conflictos de pareja, conflictos sociales, catástrofes naturales, violencia, etc. Que constantemente manifiestan su irritación e incomodidad en el cuerpo humano y afectando el desenvolvimiento en el entorno a causa del mal manejo de las presiones que diariamente vivencia, por lo que recurre a acciones auto-agresivas o destructivas para disminuir el nivel de ansiedad que está presentando, por lo tanto *“La ansiedad afecta a la totalidad del individuo, es una reacción fisiológica, conductual y psicológica, todo a la vez. En el nivel fisiológico, puede incluir reacciones corporales como taquicardia, tensión muscular, inquietud, boca seca o sudoración. En el nivel conductual, puede sabotear la capacidad del individuo de actuar, expresarse o lidiar con ciertas situaciones cotidianas. Y psicológicamente, es un estado subjetivo de desasosiego y aprensión. En su forma más extrema, puede provocar que el*

individuo se sienta separado de sí mismo e incluso que tema morir o volverse loco.”
(Bourne, 2015)

Las respuestas emocionales que manifiesta el ser humano se engloba en los siguientes aspectos: “*Aspectos subjetivos o cognitivos de carácter displacentero (tensión, aprensión, inseguridad, falta de concentración, dificultad para tomar decisiones, etc.), Aspectos corporales o fisiológicos, caracterizados por un alto grado de activación del **sistema nervioso autónomo** y del **sistema nervioso somático** (palpitaciones, tensión muscular, sequedad de boca, escalofríos, temblores sudoración, náuseas, mareos, etc.), Aspectos observables o motores, que suelen implicar comportamientos poco ajustados y escasamente adaptativos (movimientos repetitivos o torpes, movimientos sin una finalidad concreta, paralización, tartamudeo, evitación de situaciones, etc.)* (Miguel, 1996)

Alterando de esta forma las actividades cotidianas, ya que el rendimiento físico y mental del individuo no brinda el óptimo rendimiento para la realización de múltiples tareas con éxito en cada una de ellas por lo que se presenta el siguiente cuadro referente a la escala emocional que debe atravesar el sujeto que presenta ansiedad.

CUADRO NUM.2 TRAVESIA DE LA ANSIEDAD
Ansiedad Aburrimiento Melancolía Desesperación Desesperanza Idea y/o tendencias suicidas

Este suele ser el recorrido desde la ansiedad hasta la desesperación y el suicidio.

En los trastornos depresivos la ruta es distinta y más compleja.

Fuente: (Rojas, 1998)

La ansiedad se encuentra altamente vinculada a enfermedades somáticas como; *“enfermedades cardiovasculares, úlceras, síndrome de colon irritable y enfermedades relacionadas con una función inmunológica disminuida”*, debido a la constante presión que maneja el individuo en el entorno que genera estrés afectando a los músculos del cuello y parte superior de la espalda que *“se tensionan y se fatigan, sufren espasmos y crean dolores de cabeza.”* (Colbert, 2003)

Las enfermedades que se forman por la presión e inquietud a causa de la ansiedad y el estrés, atentan contra la vida del sujeto que constantemente busca la satisfacción personal. Los alto niveles de estrés y los desórdenes de ansiedad hacen que se reproduzca significativamente las enfermedades en el cuerpo, por lo que se menciona la activación de esta alteración psicosomática en diversas partes del cuerpo, como son las enfermedades cardiovasculares que causa que *“la epinefrina inunde el cuerpo. Diversos estudios de investigación han mostrado que los desórdenes de ansiedad llevan a mayor riesgo de enfermedades de la arteria carótida,* Las úlceras están relacionadas con la bacteria *helicobacter pylori (H-pylori)* debiéndose a la afección del *“estrés reduce significativamente la secreción de jugo digestivo, incluyendo el ácido hidróclórico y las enzimas digestivas”*. Otras afecciones que se ven perjudicadas, es el síndrome de colon irritable siendo un desorden gastrointestinal que contiene dolor abdominal, hinchazón abdominal y diarrea debido a *“la respuesta de estrés del cuerpo es de alto nivel el intestino grueso se mueve espontáneamente, lo cual por lo general da como resultado diarrea”*, enfermedad del tracto digestivo que *“el estrés puede agravar otras enfermedades del estómago, los intestinos, y el aparato digestivo, como la colitis ulcerosa y el mal de Crohn”* y la respuesta inmunológica disminuida, definida como *“ la ansiedad crónica produce estrés, y como sucede con todas las emociones que producen estrés el resultado es una respuesta inmunológica disminuida.”* (Colbert, 2003)

Capítulo II

2. Técnicas e Instrumentos

2.01 Enfoque y Modelo de Investigación

Investigación Cuantitativa

La investigación que se realizó tuvo un enfoque pre-experimental, porque se trabajó utilizando ambos enfoques para dar una mejor interpretación y realizó un mejor análisis de los datos que se obtuvieron por medio de los instrumentos. Siendo enriquecedor para la investigación realizando estudios donde se pudo llevar a cabo análisis con más fuentes de información que se obtuvieron de la población con la que se trabajó.

Con los objetivos se pretendió aportar conocimiento sobre los niveles de ansiedad, determinando los niveles de ansiedad, estableciendo los criterios necesarios para el abordaje de la ansiedad y se comprobó la efectividad de un programa para el abordaje de la ansiedad en estudiantes de tercer año de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala.

2.02 Técnicas

- **Técnica de muestreo**

El estudio estuvo dirigido a conocer los estados de ansiedad en la que se seleccionaron los participantes para la investigación de acuerdo a la evaluación previa que se les brindó, siendo 93 estudiantes de tercer año de la Escuela de Trabajo Social. Sin embargo, se estableció una muestra no aleatoria de 30 estudiantes en un rango de 20 a 40 años en la que se eligieron para ser partícipes de la investigación por medio de una escala de diagnóstico, que reflejó el nivel de ansiedad en el que se encontró el sujeto.

- **Técnica de recolección de datos**

Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado de Ch. Spielberger

- Lugar: Edificio S1, Escuela de Trabajo Social, primer nivel, salón 109.
- Día: Lunes
- Hora: 18:00 a 19:00 horas
- Forma de Aplicación:

El instrumento fue aplicado de forma general en el salón de clases con 93 estudiantes de Trabajo Social al inicio de la investigación, que detectó y seleccionó a 30 estudiantes con la escala de ansiedad como estado y luego la escala Ansiedad como rasgo, ya que se obtuvo resultados que reflejaron los índices de ansiedad que fueron abordados dentro del programa de ansiedad que se realizó por medio de talleres. La investigación fue de tipo no aleatorio siendo los criterios de selección los siguientes: estudiantes de 20 a 35 años que cursan 3er año en la Escuela de Trabajo Social de Universidad San Carlos de Guatemala, Campus Central.

Escala de Actitudes, Escala Likert

- Lugar: Edificio S1, Escuela de Trabajo Social, primer nivel, salón 109
- Día: Lunes
- Hora: 18:00 a 19:00
- Forma de Aplicación:

El instrumento fue aplicado de forma grupal con los estudiantes seleccionados. Se realizó con el grupo de participantes, en la que se socializó y explicó la modalidad que se debió trabajar en el instrumento; así mismo se plasmó una ejemplificación para responder a la misma.

Escala de Ansiedad de Hamilton

- Lugar: Edificio S1, Escuela de Trabajo Social, primer nivel, salón 109
- Día: Lunes
- Hora: 18:00 a 19:00
- Forma de Aplicación:

El instrumento será aplicado de forma grupal. Se ejecutará la escala de Ansiedad de Hamilton y explicará la modalidad que se deberá trabajar en el instrumento, para lograr identificar el tipo de ansiedad que están manifestando.

Talleres (Programa de Ansiedad)

- Lugar: Edificio S1, Escuela de Trabajo Social, primer nivel, salón 109
- Día: Lunes
- Hora: 18:00 a 19:00
- Forma de Aplicación:

Se ejecutaron de forma grupal en la primera sesión. Se realizaron 5 intervenciones grupales que tendrá una duración de 1 mes y 15 días, en las que se trabajaron los temas: Ansiedad, ¿Soy Ansioso?, Manejo de Ansiedad, Técnicas del Control de Ansiedad, Despedida y Cierre. Se brindó semanalmente información respecto a la ansiedad, herramientas de control y manejo de ansiedad, ejemplificación de técnicas de relajación y espacio de aclaración de dudas, que intervinieron para el fortalecimiento del aprendizaje y conocimiento de la misma.

2da Evaluación (Re-test)

- Lugar: Edificio S1, Escuela de Trabajo Social, primer nivel, salón 109
- Día: Lunes
- Hora: 18:00 a 19:00
- Forma de Aplicación:

El instrumento se aplicó de forma grupal. Se realizó una segunda evaluación de la escala de Diagnóstico de Ansiedad, Escala Likert y Escala de Ansiedad de Hamilton, en la que se comparó resultados de la efectividad del programa de ansiedad que se llevó a cabo al finalizar las 5 sesiones grupales.

- **Técnica de Análisis de Datos.**

La realización del análisis de la información fue procesada por medio del Programa Microsoft Excel, en el que se tabularon los datos obtenidos de los instrumentos aplicados. Se obtuvieron datos estadísticos de la ansiedad, en el que se presentó los resultados en gráficas y permitió al investigador construir un análisis completo. Así mismo se trabajó con los criterios cualitativos de la Escala de Hamilton para la cualificación de la ansiedad.

2.03 Instrumentos

- **Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado de Ch. Spielberger**

INVENTARIO DE ANSIEDAD

RASGO-ESTADO

Autores: C.D. Spielberger, R.L. Gorsuch, R.E. Lushene.

El IDARE es un inventario autoevaluativo, diseñado para evaluar dos formas relativamente independientes de la ansiedad: la ansiedad como estado (condición emocional transitoria) y la ansiedad como rasgo (propensión ansiosa relativamente estable), autoaplicada. Cada una tiene 20 ítems, en el IDARE estado hay 10 ítems positivos y 10 negativos, en el IDARE rasgo hay 13 ítems positivos y 7 negativos. La forma de responder es de 0 a 4 en ambas escalas. En la escala de estado se le orienta al individuo que debe responder como se siente en el momento actual en relación con los ítems formulados, y en la escala de rasgo debe responder como se siente generalmente con los ítems plateados.

Objetivos: Disponer de una escala relativamente breve y confiable, para medir dos dimensiones básicas de la ansiedad: como rasgo y como estado.

Material: Hoja de aplicación de escala.

Hoja de respuestas.

Lápiz.

Administración: Individual o colectivamente.

Duración: 20 a 30 minutos.

INSTRUCCIONES: Se indica a la persona que son 2 escalas cada una con 20 ítems en cada ítem tendrá 4 alternativas de respuesta, deberá marcar una “X” en el estado que considere se adecua a su situación.

Manual de Interpretación: Para calificar la prueba se debe conocer el puntaje alcanzado en cada ítem. Se debe utilizar la clave, a manera de saber que grupos de anotaciones se

suman, a partir de que algunas proposiciones están formuladas de manera directa como evaluando la ansiedad. Ej: (estoy nervioso) y otras de manera inversa (estoy calmado). Se utiliza posteriormente una formula, cuyo resultado final permite ubicar al sujeto en distintos niveles de ansiedad para cada escala, siendo ***baja, moderada o alta.***

Proporciona una puntuación de ansiedad como estado y otra de ansiedad como rasgo que toman valores de 20 a 80 puntos. Se estableció la puntuación de 45 como punto de corte para la ansiedad alta, tanto estado como rasgo.

- **Escala de Actitudes, Escala Likert**

Criterios de Elaboración de Escala Likert								
No.	Pregunta	Criterio de Elaboración	Criterio de Evaluación					
1	¿Considera que existen problemáticas sociales en el país?	Presión Social	Muy de Acuerdo	De Acuerdo	Ni de Acuerdo, Ni en Desacuerdo	En Desacuerdo	Muy en Desacuerdo	
2	¿Es usted afectado por las problemáticas sociales?	Influencia Social	Muy de Acuerdo	De Acuerdo	Ni de Acuerdo, Ni en Desacuerdo	En Desacuerdo	Muy en Desacuerdo	
3	¿Cree usted que influyen las problemáticas sociales en su entorno?	Influencia Social	Muy de Acuerdo	De Acuerdo	Ni de Acuerdo, Ni en Desacuerdo	En Desacuerdo	Muy en Desacuerdo	

4	¿Considera que el país está conformado mayormente por población juvenil?	Juventud	Muy de Acuerdo De Acuerdo Ni de Acuerdo, Ni en Desacuerdo En Desacuerdo Muy en Desacuerdo				
5	¿Cree que los jóvenes son afectados por las presiones sociales?	Conflictos sociales	Muy de Acuerdo De Acuerdo Ni de Acuerdo, Ni en Desacuerdo En Desacuerdo Muy en Desacuerdo				
6	¿Piensa usted que los jóvenes tienen limitado campo de oportunidades a las que pueden optar?	Escasa oportunidad de empleo	Muy de Acuerdo De Acuerdo Ni de Acuerdo, Ni en Desacuerdo En Desacuerdo Muy en Desacuerdo				
7	¿Cree que las limitantes sociales que experimenta la población	Conflictos emocionales	Muy de Acuerdo De Acuerdo Ni de Acuerdo, Ni en Desacuerdo En Desacuerdo Muy en Desacuerdo				

	juvenil le afectan emocionalmente?		
8	¿Considera que los jóvenes viven en un estado de angustia o preocupación a causa de los factores sociales?	Conflictos emocionales	Muy de Acuerdo De Acuerdo Ni de Acuerdo, Ni en Desacuerdo En Desacuerdo Muy en Desacuerdo
9	¿Considera que la juventud sufre cambios en la personalidad debido a las nuevas responsabilidades que adquieren?	Dinámica de la Personalidad	Muy de Acuerdo De Acuerdo Ni de Acuerdo, Ni en Desacuerdo En Desacuerdo Muy en Desacuerdo
10	¿Considera que la juventud se ve afectada emocionalmente al ser un	Conflictos emocionales	Muy de Acuerdo De Acuerdo Ni de Acuerdo, Ni en Desacuerdo En Desacuerdo Muy en Desacuerdo

	estudiante universitario?							
11	¿Considera que los conflictos en el núcleo familiar repercuten al desarrollo de metas en la juventud?	Conflictos familiar	Muy de Acuerdo	De Acuerdo	Ni de Acuerdo, Ni en Desacuerdo	En Desacuerdo	Muy en Desacuerdo	
12	¿Considera que el joven universitario presenta ansiedad provocada por su entorno académico?	Ansiedad	Muy de Acuerdo	De Acuerdo	Ni de Acuerdo, Ni en Desacuerdo	En Desacuerdo	Muy en Desacuerdo	
13	¿ Cree que la juventud ingresa a la universidad con el fin de satisfacer carencias emocionales?	Conflictos emocionales	Muy de Acuerdo	De Acuerdo	Ni de Acuerdo, Ni en Desacuerdo	En Desacuerdo	Muy en Desacuerdo	

14	¿Piensa usted que los padres son los encargados de solventar económicamente al joven universitario?	Dependencia familiar	Muy de Acuerdo De Acuerdo Ni de Acuerdo, Ni en Desacuerdo En Desacuerdo Muy en Desacuerdo
15	¿Considera necesario un acompañamiento psicológico durante la carrera universitaria?	Salud Mental	Muy de Acuerdo De Acuerdo Ni de Acuerdo, Ni en Desacuerdo En Desacuerdo Muy en Desacuerdo
16	¿Cree tener las herramientas necesarias para la resolución de conflictos de manera integral?	Salud Mental	Muy de Acuerdo De Acuerdo Ni de Acuerdo, Ni en Desacuerdo En Desacuerdo Muy en Desacuerdo

17	¿Se considera con adecuada salud mental para el desarrollo de la carrera profesional?	Salud Mental	Ni de Muy de De Acuerdo, Ni Acuerdo Acuerdo en En Desacuerdo Muy en Desacuerdo				
18	¿Se preocupa con facilidad ante acontecimientos cotidianos?	Estado de Alerta	Ni de Muy de De Acuerdo, Ni Acuerdo Acuerdo en En Desacuerdo Muy en Desacuerdo				
19	¿La mayor parte del tiempo siente ser perseguido en su entorno?	Estado de Alerta	Ni de Muy de De Acuerdo, Ni Acuerdo Acuerdo en En Desacuerdo Muy en Desacuerdo				
20	¿Cree tener dificultades para conciliar el sueño?	Insomnio	Ni de Muy de De Acuerdo, Ni Acuerdo Acuerdo en En Desacuerdo Muy en Desacuerdo				
21	¿Constantemente presenta pérdida del apetito?	Trastorno Alimenticio	Ni de Muy de De Acuerdo, Ni Acuerdo Acuerdo en En Desacuerdo Muy en Desacuerdo				

22	¿Cree tener dificultades para relacionarse con otras personas?	Socialización	Ni de Muy de De Acuerdo, Ni Acuerdo Acuerdo en En Desacuerdo Muy en Desacuerdo				
23	¿Considera presentar alteraciones orgánicas tales como: sudoración en manos, temblor muscular, pérdida de memoria etc?	Ansiedad	Ni de Muy de De Acuerdo, Ni Acuerdo Acuerdo en En Desacuerdo Muy en Desacuerdo				
24	¿Considera que la actitud es modificada a causa de las preocupaciones externas?	Estrés	Ni de Muy de De Acuerdo, Ni Acuerdo Acuerdo en En Desacuerdo Muy en Desacuerdo				
25	¿Crees en este momento estar ansioso?	Ansiedad	Ni de Muy de De Acuerdo, Ni Acuerdo Acuerdo Acuerdo, Ni En Desacuerdo Muy en Desacuerdo				

			en Desacuerdo
--	--	--	---

Fuente: Elaboración propia de estudiantes, Astrid Waleska Carías Alegría y Luisa María Rodríguez Cruz

- **Escala de Ansiedad de Hamilton**

ESCALA DE ANSIEDAD

MAX HAMILTON

La Escala de Ansiedad de Hamilton (Hamilton Anxiety Scale, HAS) fue creada en 1959, esta versión es la más utilizada en la actualidad, se trata de una escala heteroaplicada de 14 ítems, cada ítem se valora en una escala de 0 a 4 puntos.

Objetivos de la Escala de Hamilton

1. Permite determinar el grado de ansiedad global del paciente.
2. Utilizar como complemento a otras pruebas realizadas.
3. Confirmar o descartar posibles diagnósticos secundarios.

Material: Hoja de aplicación de escala.

Hoja para anotaciones extras.

1 lápiz.

Administración: Individual y/o colectivamente.

Duración: 15 a 30 minutos.

INSTRUCCIONES: Se indica a la persona que son 14 ítems cada uno con 5 alternativas de respuesta, deberá marcar una “X” en el estado que considere se adecua a su situación.

Manual de interpretación

Se obtienen dos puntuaciones que corresponden a ansiedad psíquica (ítems 1, 2, 3, 4, 5, 6 y 14) y a ansiedad somática (ítems 7, 8, 9, 10, 11, 12 y 13). Es aconsejable distinguir entre ambos a la hora de valorar los resultados de la misma. No existen puntos de corte. Una mayor puntuación indica una mayor intensidad de la ansiedad. Es sensible a las variaciones a través del tiempo o tras recibir tratamiento.

ANSIEDAD PSIQUICA

Se refiere a una sensación psíquica desagradable de intranquilidad que experimenta un individuo en ciertas ocasiones en donde percibe que puede ocurrir algo inesperado y malo que puede atentar contra su integridad física y psicológica. Siempre va proyectada hacia el futuro, puede ser una reacción normal cuando es proporcionada al estímulo que la ocasiona. Por ejemplo; antes de ingresar a una prueba de aptitudes para optar a un nuevo empleo o cuando se está haciendo un examen final de algún curso en la Universidad. Es patológica cuando persiste durante un tiempo excesivamente prolongado o cuando alcanza una intensidad demasiado alta al punto que ocasione en el individuo la sensación de que no puede controlarse o algunos otros síntomas. Pueden presentarse síntomas como miedo, preocupación, tensión, nerviosismo, mal humor etc.

ANSIEDAD SOMATICA

Denota un conjunto de síntomas físicos que generalmente se asocian con la sensación de ansiedad, pero que podrían presentarse como únicas molestias. Constituye el componente somático de la ansiedad y está relacionada con un aumento de la actividad simpaticomimético tanto a nivel central como periférico. Estas molestias pueden ser: taquicardia, sudoración, frialdad de pies y manos, frecuencia respiratoria aumentada, palidez de tegumentos, sensación de nudo en la garganta, dolores por contracturas musculares en distintas partes del cuerpo etc.

2.04 Operacionalización de Objetivos, Categorías/ Variables

Objetivos Específicos	Categorías- Variables	Técnicas	Instrumentos
Determinar los niveles de ansiedad en estudiantes de tercer año de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus central, durante 2017. Establecer los criterios necesarios para el abordaje de la ansiedad en estudiantes de tercer año de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus central, durante 2017.	Ansiedad: Ansiedad tiende a ser concebida actualmente como una reacción emocional ante la percepción de un peligro o amenaza, que se manifiesta mediante un conjunto de respuestas agrupadas entre sistemas – cognitivo o subjetivo, fisiológico o corporal y motor – que puede actuar con una cierta independencia. Esto implica que las personas, al reaccionar de forma ansiosa, puede activar en mayor o	Técnicas de Diagnóstico de Ansiedad Terapia de Tx. De Ansiedad. Cuestionarios	Escala de Diagnostico de Ansiedad. Escala Likert. Escala de Ansiedad de Hamilton. Programa de Ansiedad

Comprobar la efectividad de un programa para el abordaje de la ansiedad en estudiantes de tercer año de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus central, durante 2017.	menor grado cada uno de estos sistemas.		
--	---	--	--

Capítulo III

3. Presentación, Interpretación y Análisis de los Resultados

3.01 Características del Lugar y de la Muestra

Características del Lugar

La investigación se realizó en el edificio S1 de la Escuela de Trabajo Social, Universidad San Carlos de Guatemala, Campus Central, ubicada en la zona 12 de la ciudad capital de Guatemala.

La Escuela de Trabajo Social cuenta con 48 docentes de ambos géneros, predominando el género femenino entre los mismos. De igual manera, se encuentran comprendidos por docentes de las diferentes carreras profesionales, tales como; Trabajadores Sociales, Sociólogos, Psicólogos, Pedagogos, Ingenieros, Economistas, Comunicadores, Abogados y dirigida dicha escuela por la Directora de la Unidad Académica, Licda. Alma Lilian Rodríguez Tello. Así mismo, cuenta con diferentes áreas en las que los catedráticos y estudiantes son partícipes, siendo estas: Claustro de Docentes, representados por una junta directiva de profesionales encargados de realizar distintas actividades y la Comisión de Evaluación y Promoción Docente (COMEVAL), conformada por catedráticos, representantes estudiantiles y consejo directivo, encargados de realizar los procesos administrativos de valoración y promoción titular de los mismos.

La Escuela de Trabajo Social, se encuentra ubicada en el edificio S1 primer y segundo nivel, distribuido en 5 salones de clases, un auditorium, salón de computo, biblioteca, 20 sanitarios estudiantiles, 5 sanitarios de uso personal docente, dirección de Escuela de Trabajo Social, secretaría académica y administrativa, control académico, tesorería, asociación de estudiantes, almacén de compras, material de reproducción y departamentos administrativos de: practica individual y familiar, extensión, Ejercicio Profesional Supervisado –EPS-, postgrado, investigación, planificación, practica de grupos y audiovisuales. Además, se utilizan 2 salones de clase en la jornada nocturna del edificio

M4 (Odontología) primer nivel. En los salones de clases, oscila una población comprendida de 90 a 130 alumnos, los cuales presentan la limitante del espacio, inapropiado mobiliario, escasos de escritorios para los estudiantes, insuficiente ventilación e iluminación inadecuada.

Características de la Muestra

La investigación fue dirigida a estudiantes de 3er. Año de la Escuela de Trabajo Social. La muestra seleccionada fue conformada por 30 alumnos comprendidos en las edades de 20 a 40 años, ladinos e indígenas, con un nivel socioeconómico medio bajo-bajo, que habitan en la ciudad capital y municipios aledaños. Se tomó en cuenta la participación de la Licda. Liseth Montenegro, encargada del curso Psicología de la Personalidad, en el que brindó aportes significativos a los talleres realizados.

La presente investigación indagó y conoció, la ansiedad que generan los estudiantes en relación a las situaciones que vivencian diariamente, siendo de importancia para la Escuela de Trabajo Social; apoyando y fomentando la intervención psicológica para erradicar los niveles de ansiedad. Por lo que, se ejecutó un programa para el abordaje de ansiedad, utilizándolo para reducir los niveles de ansiedad y brindando herramientas para la prevención y desarrollo del mismo.

Tomando en cuenta las características de la muestra, se realizó la investigación en la que se brindaron resultados efectivos que fueron de utilidad para la Escuela de Trabajo Social, y así mismo, formando profesionales de calidad que estén capacitados para ejercer la profesión de manera óptima.

3.02 Presentación e Interpretación de Resultados

La aplicación de los instrumentos, permitió obtener información sobre el rango de ansiedad en el que se encontraban los estudiantes de 3er. Año de la Escuela de Trabajo Social, por medio del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado de Ch. Spielberger, Escala de Actitudes Likert y Escala de Ansiedad de Hamilton.

El estudio inició con la inquietud del Área Integral al Estudiante, en apoyar y fortalecer la salud mental del estudiante de Trabajo Social porque regularmente manifestaban alteraciones somáticas y conductuales, detectadas en las intervenciones psicológicas. Lo cual favoreció a identificar que los estudiantes estaban presentando estados de ansiedad que dificultaban su desarrollo y formación académica.

Se informó a los estudiantes que se realizaría una investigación, en la que podrían participar las personas que deseaban formar parte de dicha investigación. Así mismo, se realizó la primera evaluación con el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado de Ch. Spielberger, Escala de Actitudes Likert y la Escala de Ansiedad de Hamilton, lo que permitió identificar a los estudiantes que obtuvieron un puntaje elevado, medio y bajo de ansiedad.

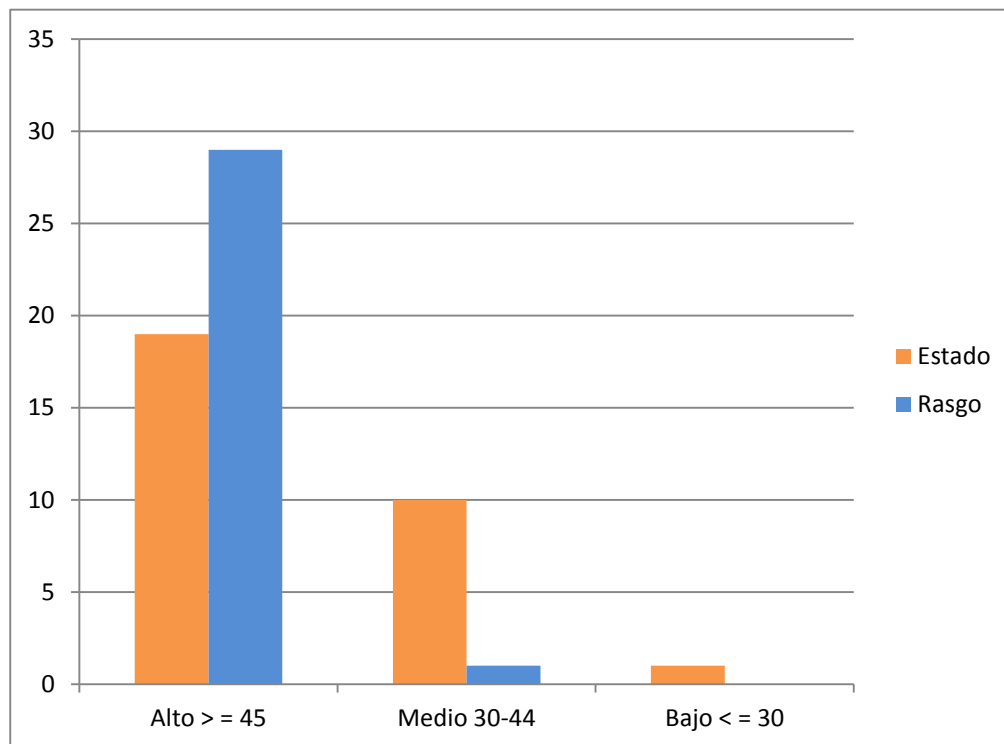
Posteriormente, se filtró los datos obtenidos con el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado de Ch. Spielberger, Escala de Actitudes Likert y la Escala de Ansiedad de Hamilton, en las que se obtuvo a las personas que fueron parte de la muestra que cumplían con los requisitos necesarios para formar parte de la investigación. Se procedió a iniciar con los talleres, llevándolos a cabo con todos los estudiantes que participaron en la investigación y realizándose acorde a las planificaciones elaboradas, en las que se ejecutaron 5 talleres abordándose temas como: la ansiedad y sus síntomas o formas de manifestarse, como identificar si sufren de ansiedad y técnicas de manejo de ansiedad; estos talleres se llevaron a cabo dentro del salón de clases, contando con algunas intervenciones de la Licda. Liseth Montenegro, catedrática del curso en el que se abrió el espacio para el estudio.

Cuando se finalizó el proceso de la investigación, se realizó la post-evaluación con las 3 evaluaciones que se aplicaron al inicio del estudio, con el fin de identificar los cambios que obtuvieron los estudiantes con la implementación de los talleres. Se compararon las evaluaciones aplicadas al inicio de los talleres, con las evaluaciones aplicadas al finalizar los talleres; obteniendo resultados significativos en los estudiantes, por lo que se logró una disminución en los rangos de ansiedad, obteniendo resultados favorables con la intervención del programa de abordaje de ansiedad, siendo eficaz y significativo en la que aportó elementos que ayudaron a los estudiantes a reducir los niveles de ansiedad que estaban presentado.

Se presenta el análisis e interpretación de los resultados obtenidos de acuerdo a los objetivos planteados en la investigación, representando por medio de graficas los alcances obtenidos.

Gráfica #1

Resultados de Inventario de ansiedad Rasgo-Estado de Ch. Spielberger Pre evaluación de Ansiedad Rasgo –Estado



Fuente: Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado de Ch.Spielberger, aplicado a estudiantes de 3er año de la Licenciatura de Trabajo Social, Universidad San Carlos de Guatemala. Septiembre 2018.

Descripción: En la presente gráfica, se manifiestan los resultados de la primera evaluación aplicada a los estudiantes en la que se obtuvieron puntajes acordes a Estado- Rasgo con un valor significativo de 19 personas en Estado y 29 en Rasgo, ubicadas en un rango de Alto>=45, 10 en Estado y 1 en Rasgo, ubicadas en un rango Medio 30-44 y 1 persona en Estado, ubicada en un rango Bajo<=30. Obteniendo un total de 30 participantes evaluados.

Interpretación: Según lo observado en la gráfica, al inicio de la investigación se realizó la pre evaluación utilizando el instrumento Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado de Ch. Spielberger con los estudiantes para identificar la manera en que estaban experimentando la ansiedad, misma que se evidenció al ver los resultados siendo estos con mayor puntaje en el rango alto del rasgo propensión ansiosa relativamente estable y más baja en el estado condición emocional transitoria, demostrando que la minoría de la población evaluada no

es afectada en gran medida por los factores que influyen en el incremento de la ansiedad. Así mismo los datos obtenidos de la evaluación Estado y Rasgo que identifica el estado actual y estado constante en el que se encuentra el estudiante emocionalmente, facilitó el trabajo de manera que la aplicación del programa de ansiedad fue directamente especializado al trabajo de las personas que presentaron niveles altos de ansiedad, mismo que buscó reducir los niveles o erradicarlos en su totalidad, para lo cual se abordó dicho programa.

En la investigación al momento de aplicar el programa de abordaje de ansiedad con duración de 5 sesiones en las cuales se brindó la oportunidad de reconocer, identificar y expresar el grado de ansiedad, se proporcionaron herramientas que permitieron a los estudiantes controlar sus niveles de ansiedad, mismo que con el seguimiento adecuado puede desarrollarse de mejor manera hasta lograr que el individuo genere por sí mismo formas de afrontar sus niveles de ansiedad

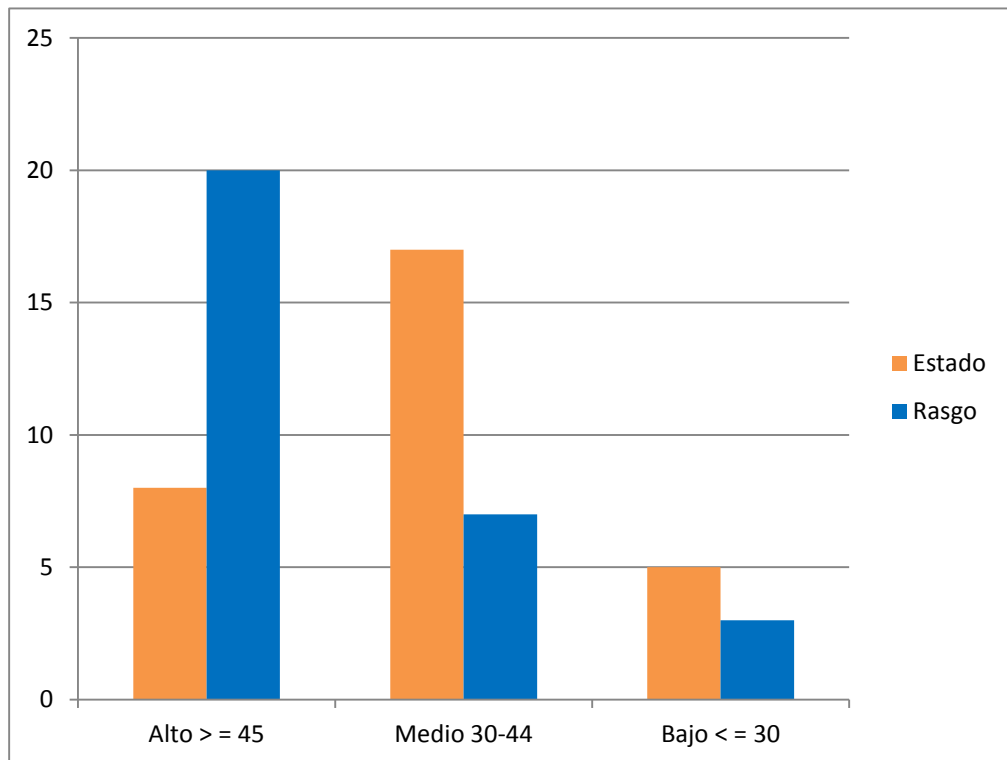
En la gráfica también se demostró que el estado condición emocional transitoria es la que los estudiantes presentan con mayor frecuencia, dicho sea de paso, el estado puede abordarse de manera que con trabajo continuo sea mediante el programa de ansiedad o bien otro tipo de tratamiento, pueda controlarse y ayudar al sujeto a lograr un mejor estilo de vida, que permitirá así su óptimo desarrollo integral.

De manera que los estudiantes que reaccionaron ante tal evaluación con resultados altos, abordados de forma oportuna lograrían mejores respuestas que serían reflejadas al aplicar posteriormente la post evaluación, la gráfica anterior comprobó así que los estudiantes efectivamente manejan niveles de ansiedad que pueden o no ser observables pero que de alguna manera son reflejados en las diversas formas de expresión que los mismos experimentan.

Grafica # 2

Resultados del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado de Ch. Spielberger

Post-evaluación de Ansiedad Rasgo- Estado



Fuente: Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado de Ch. Spielberger, aplicado a estudiantes de 3er año de la Licenciatura de Trabajo Social, Universidad San Carlos de Guatemala. Septiembre 2018.

Descripción: En la re-evaluación del Inventario de Ansiedad Estado –Rasgo de Ch. Spielberger, se evidenció cambios en los resultados de la muestra estudiada en el que se obtuvo 8 personas en Estado y 20 en Rasgo, ubicadas en un rango de Alto >=45, 17 en Estado y 7 en Rasgo, ubicadas en un rango Medio 30-44 y 5 en Estado y 3 en Rasgo, ubicada en un rango Bajo <=30. Siendo una muestra de 30 participantes.

Interpretación: Según lo reflejado en la gráfica, al final de la investigación se realizó la post evaluación utilizando el instrumento Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado de Ch. Spielberger con los estudiantes para identificar cambios o similitudes en la manera en que estaban experimentando la ansiedad, esto mismo fue observado al manifestar una disminución significativa en la que se obtuvo un aumento de estudiantes en el rango medio

y bajo, al igual que el rango alto, disminuyo considerablemente en relación al resultado obtenido en la primera evaluación previo al programa de ansiedad.

Con la realización de la post evaluación se evidenció el cambio ocurrido, siendo este: la disminución de personas que se encontraban inicialmente en nivel alto de 29 personas, 1 en nivel medio y 0 personas en nivel bajo; se modificó en la post evaluación en nivel alto a 20 personas, 7 en nivel medio y 3 en nivel bajo. Obteniendo un descenso del nivel alto a niveles inferiores de ansiedad, lo que indica que la aplicación continúa del programa de ansiedad, permite resultados con mayor grado de efectividad para la estabilidad del sujeto.

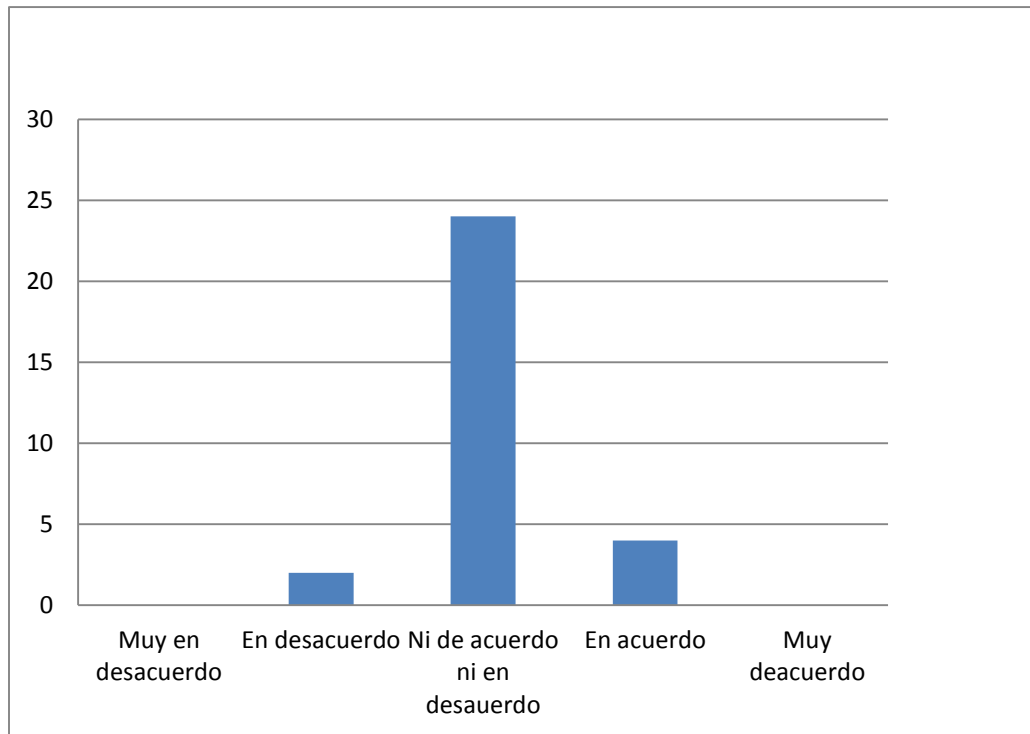
Dicho deceso se debió a que el programa de abordaje de ansiedad fue trabajado de forma que los estudiantes tuvieran el acceso fácil y adecuado a las diversas formas de trabajar los estados de ansiedad, esto se realizó durante la aplicación del programa con duración de 5 sesiones, el cual ofreció en cada intervención herramientas a los estudiantes y así mismo se propició que crearan y trabajaran en nuevas formas para acomodarlas a cada uno y así tener un mejor resultado.

Dentro de la aplicación del programa se observó la efectividad y necesidad de la constante asistencia psicológica para la oportuna intervención de planes que sean de contención para el estudiante y prevenir deserción académica.

En la gráfica se evidenció de igual manera que los niveles de ansiedad tanto en rasgo como en estado fueron distribuidos de manera más equivalente lo cual nos indicó que se lograron cambios notables en los estudiantes, siendo así que redujeron a niveles medio y bajo lo que expresa la adecuada intervención que se realizó con los mismos.

De forma que la post evaluación confirmó los cambios ocurridos en los estados de ansiedad que presentaron a un inicio de la investigación los estudiantes, mismos que con el seguimiento oportuno lograrían disminuir o erradicarse en su totalidad, siempre que sean abordados de manera adecuada.

Grafica # 3
Resultados de Escala de Actitudes Likert
Pre-evaluación de Rasgos Psicosociales



Fuente: Escala de Actitudes Likert, elaboración propia de estudiantes Astrid Waleska Carías Alegría y Luisa María Rodríguez Cruz, aplicado a estudiantes de 3er año de la Licenciatura de Trabajo Social, Universidad San Carlos de Guatemala. Septiembre 2018.

Descripción: En la gráfica no. 3 de la Escala de Actitudes Likert, siendo representadas las variables en la pre-evaluación obteniendo un puntaje con un valor significativo de 24 personas ubicadas en la media identificada como “Ni de acuerdo ni en desacuerdo”, es decir un punto neutral en el cual los estudiantes se postularon en su mayoría al inicio de la investigación, un valor bajo de 4 personas ubicadas en la asignación “De acuerdo” y 2 personas en la asignación “En desacuerdo”.

Interpretación: Según lo observado en la gráfica no. 3 la pre evaluación muestra que el rango más significativo en los puntajes obtenidos, fue la media, siendo la postura imparcial en la cual los estudiantes ubicaron sus respuestas a cuestionamientos los cuales involucran factores, vivencias y elementos que forman parte de su crecimiento y desarrollo social,

debido a que las interrogantes de la escala utilizada se plantearon con el fin de conocer la percepción que tenían los estudiantes en cuanto al movimiento social que actualmente representa al país.

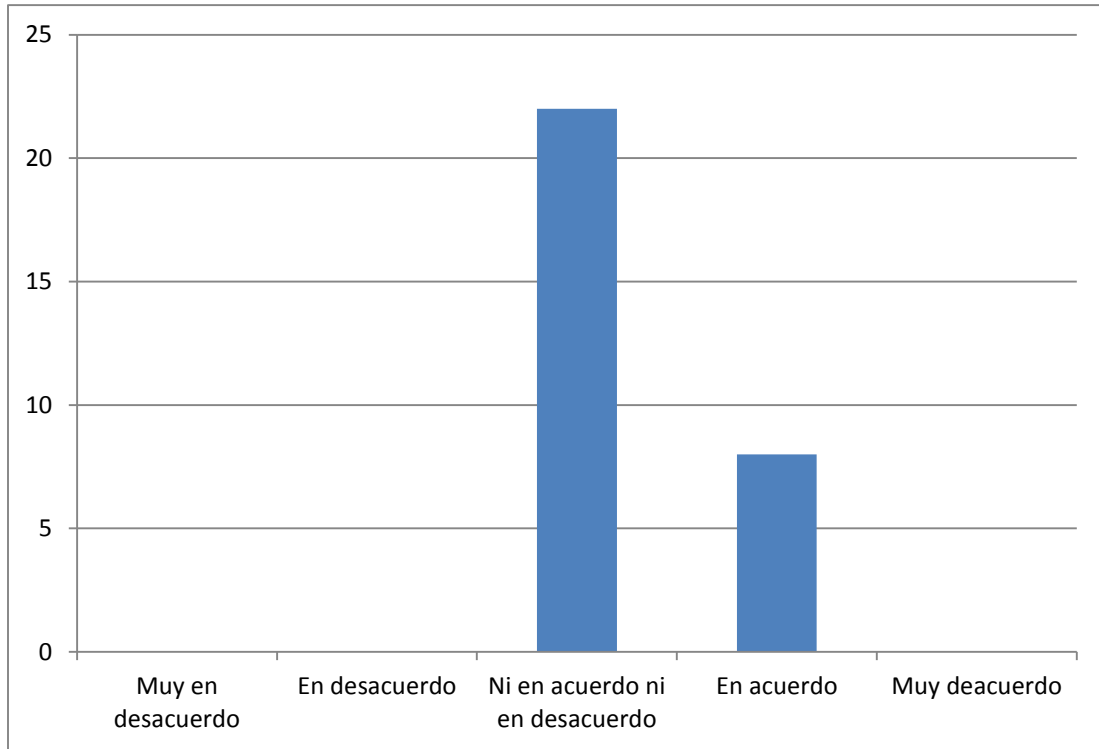
Según la puntuación de los estudiantes en la intervención previa a los talleres, dicha escala evalúa criterios como la presión, influencia social, juventud, conflictos sociales, emocionales y familiares, dinámica de la personalidad, ansiedad y salud mental; y como esto se vuelve generador de ansiedad en los diferentes ámbitos en el que se desenvuelve el sujeto.

Al aplicar el programa de abordaje a la ansiedad, se realizaron sesiones en las cuales se abordaron dinámicas sociales que actualmente afectan e influyen en las personas, mismas que son desencadenantes para presentar estados de ansiedad. Tales dinámicas fueron abordadas desde el punto de vista de los estudiantes que están propensos a vivir experiencias que repercuten en su desarrollo psicosocial. Como es observado en la gráfica, los estudiantes tienen la postura imparcial esto debido a que los factores externos que están presentes a lo largo de su diario vivir, representan cierta confusión en los mismos lo que genera que no puedan tomar una posición en la cual puedan decidir con claridad lo que sucede en su entorno.

Dentro del programa de abordaje de ansiedad se profundizaron en temas de índole social que en ocasiones son los factores que propician en el individuo cambios que repercuten en su entorno, esto debido a que en el instrumento Escala de Actitudes Likert, lo que se buscó identificar fue la percepción que tienen los estudiantes sobre acontecimientos que ocurren a diario tanto a nivel personal como social.

En la gráfica no. 3 un dato curioso es también el observar que, en los extremos, siendo estos muy en desacuerdo y muy de acuerdo no se posicionó ningún estudiante; lo que indica también que para los mismos resulta complicado tomar una postura firme y esto puede provenir en que no identifican con facilidad los elementos externos e internos que modifican pensamientos a nivel inconsciente.

Grafica # 4
Resultados de Escala de Actitudes Likert
Post-evaluación de Rasgos Psicosociales



Fuente: Escala de Actitudes Likert, elaboración propia de estudiantes Astrid Waleska Carías Alegría y Luisa María Rodríguez Cruz, aplicado a estudiantes de 3er año de la Licenciatura de Trabajo Social, Universidad San Carlos de Guatemala. Septiembre 2018.

Descripción: En la gráfica no. 4 de la Escala de Actitudes Likert, siendo representadas las variables de la post-evaluación aplicada a los 30 estudiantes, mismo del que se obtuvo un puntaje con un valor significativo de 22 personas ubicadas en la media representada como “Ni en acuerdo ni en desacuerdo”, y un valor medio bajo de 8 personas ubicadas en la postura “En acuerdo”, lo que a diferencia de la pre-evaluación nos brinda 2 resultados con puntuaciones más significativas cerrando los resultados en dos opciones más concretas.

Interpretación: La grafica no. 4 de la post evaluación de la Escala de Actitudes Likert, aplicada luego del programa de abordaje de ansiedad, muestra que el rango más significativo en los puntajes obtenidos, fue la media, o bien la postura “Ni en acuerdo ni en desacuerdo” al igual que en la pre evaluación se mantiene como predominante dicha

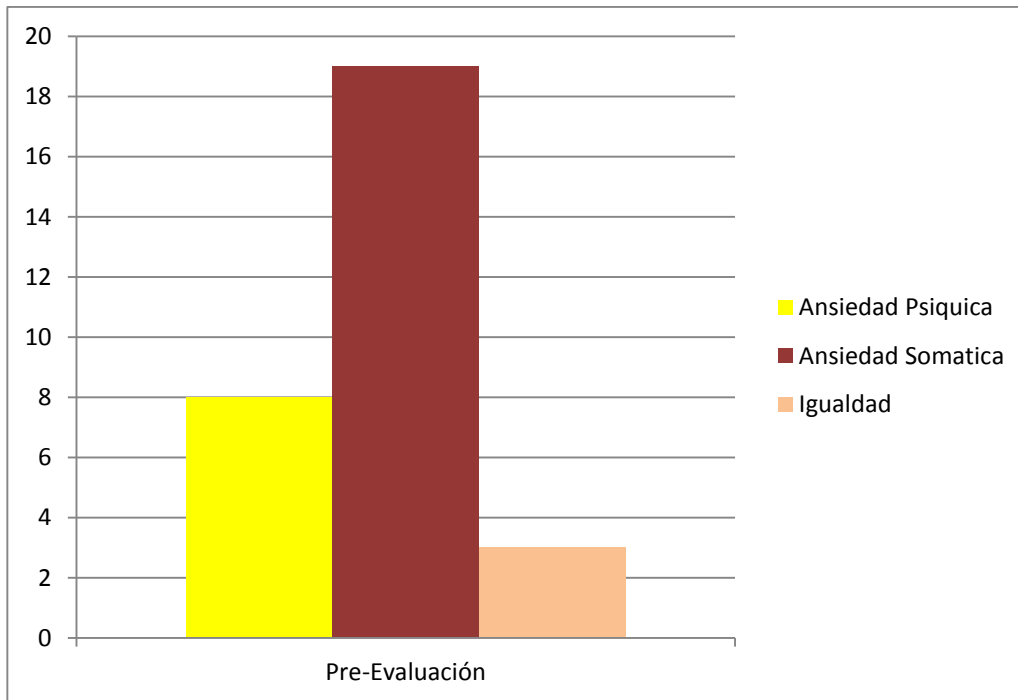
respuesta por los estudiantes. Evaluando la condición que los estudiantes pudieron presentar luego de aplicado el programa de abordaje de ansiedad, el mismo instrumento midió criterios tales como la presión, influencia social, juventud, conflictos sociales, emocionales y familiares, dinámica de la personalidad, ansiedad y salud mental.

Se generó un cambio de pensamiento, evidenciado al disminuir en uno de los parámetros el puntaje, siendo 22 personas categorizadas en el rango medio neutro y 8 en el parámetro favorable. Esto siendo así por la aplicación del programa de abordaje de ansiedad, el cual proporcionó herramientas a los estudiantes que les permitieran construir formas para afrontar los estados de ansiedad que pueden experimentar según sea la situación en que se encuentren, la mayor parte del acompañamiento realizado con los estudiantes se enfocó en ámbitos familiares y sociales, debido a que es donde se esta la mayor parte del tiempo en interacción.

Lo que significó que los talleres tuvieron un desarrollo adecuado al igual que la aceptación positiva de los estudiantes, mismos que permitieron disminuir los niveles de ansiedad, y en estudiantes que presentaban niveles bajos, disminuir la ansiedad. Esto siendo evidenciado en la gráfica no. 4 al observar la reducción de respuestas que se tuvo y siendo así de forma más cerrada indicando que con la aplicación continúa de un programa de abordaje a la ansiedad, los estudiantes pueden modificar los estados que presentan de ansiedad.

Cabe mencionar que en la gráfica no. 4 puede observarse la predominante que tienen los estudiantes en continuar con una postura neutra e incrementando el rango “En acuerdo” lo cual indica que durante el programa se realizaron cambios que llevaron a los estudiantes a generar análisis y colocarse en una posición en la que abrieron ideas que presentaban sobre los diversos conflictos sociales que determinan la forma del individuo repercutiendo así en el mismo en los estados de ansiedad que puede manifestar.

Grafica # 5
Resultados de Escala de Ansiedad de Hamilton
Pre-evaluación de Ansiedad Psíquica, Somática e Igualdad



Fuente: Escala de Ansiedad de Hamilton, aplicado a estudiantes de 3er año de la Licenciatura de Trabajo Social, Universidad San Carlos de Guatemala. Septiembre 2018.

Descripción: En la gráfica no. 5 de la Escala de Ansiedad de Hamilton siendo representada la pre-evaluación se observa un puntaje alto y significativo de 19 estudiantes en el rango de ansiedad somática (un conjunto de síntomas físicos), un segundo valor por debajo de la media de 8 estudiantes en ansiedad psíquica (sensación desagradable de intranquilidad), y un rango bajo de 3 estudiantes en puntajes de igualdad, lo que manifiesta un resultado igual para ambos tipos de ansiedad.

Interpretación: Según lo evaluado y representado en la gráfica no. 5 se lograron resultados que evidencian el tipo de ansiedad, que los participantes manifestaron previo a realizar la intervención del programa de abordaje de ansiedad siendo representado el valor más significativo como la ansiedad somática (un conjunto de síntomas físicos), ello nos indica que los estudiantes experimentan un estado de ansiedad en el cual lo reflejan o repercute

en su vida fisiológica, o bien dicho de otra forma; su cuerpo expresa lo que a nivel psico-emocional están atravesando.

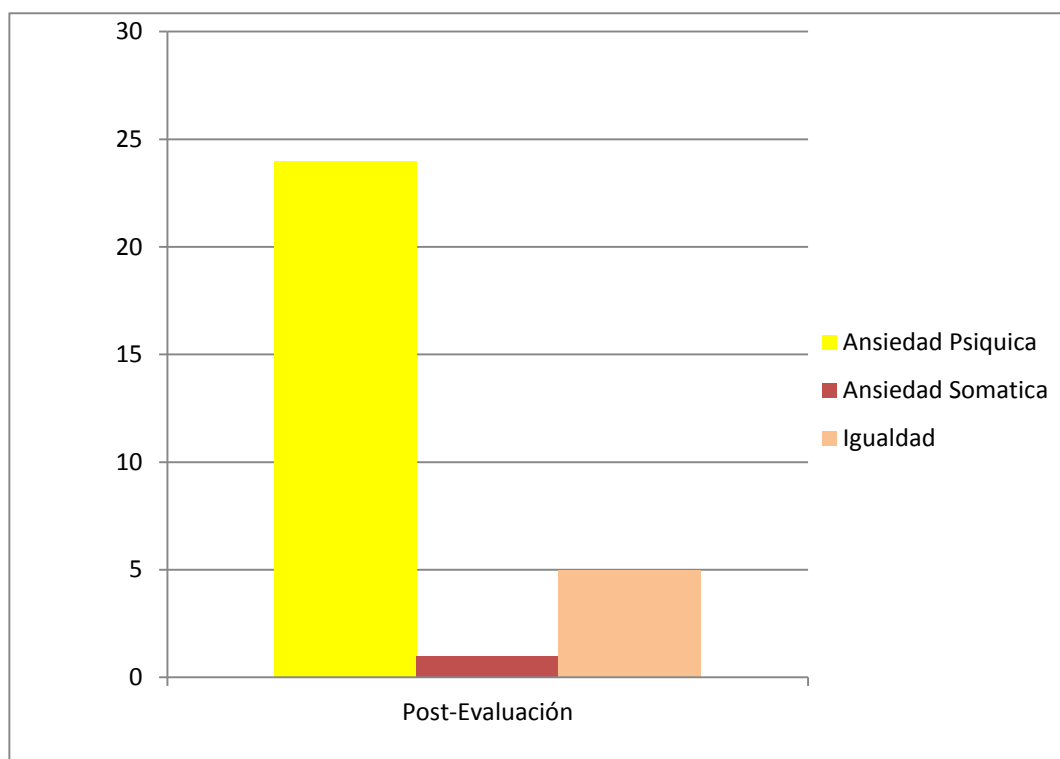
En la gráfica no. 5 también nos indica que una menor cantidad de estudiantes están manifestando estados de ansiedad a nivel psíquico (sensación desagradable de intranquilidad), o dicho de otra manera; experimentan estados de ansiedad que tienen consecuencias a nivel cognitivo, es decir procesos de pensamiento, y funciones cerebrales. Y por último una minoría de estudiantes que mantienen ambos niveles de ansiedad en un rango equitativo, es decir presentan y reflejan los estados de ansiedad en un mismo nivel.

Al realizar la pre evaluación y observar los resultados en la gráfica no. 5, comparamos los resultados con el nivel de ansiedad que presentan las personas en la actualidad, y esto dicho sea de paso no está alejado de la realidad que se vive en el país, siendo que cada día se presentan estímulos internos como externos que influye para que el sujeto se mantenga en un constante estado de alerta en el medio que le rodea, debido a que los factores sociales se ven en gran manera conectados con los estados de ansiedad que presentan los estudiantes.

Los estudiantes que manifestaron estados de ansiedad psíquica, son también relevantes para la investigación debido a que en ellos el reflejo que se tiene en ocasiones es más complicado o bien difícil de detectar, en comparación con la ansiedad somática que muestra de forma física lo que le sucede al individuo. Siendo entonces la ansiedad psíquica un elemento que afecta a parte de la población abordada dentro del estudio realizado, y teniendo como resultado a estudiantes que realizan sus procesos cognitivos de manera más lenta o difícil a los demás, ya que la ansiedad psíquica puede descontrolar la forma de funcionamiento que tiene el estudiante a nivel cerebral.

De manera que la aplicación del programa de abordaje a la ansiedad buscará minimizar los estados de ansiedad o bien llevarlos a un nivel equitativo para que sea abordada de mejor forma y no se vea tan afectado el desarrollo del sujeto.

Grafica # 6
Resultados de Escala de Ansiedad de Hamilton
Post-evaluación de Ansiedad Psíquica, Somática e Igualdad



Fuente: Escala de Ansiedad de Hamilton, aplicado a estudiantes de 3er año de la Licenciatura de Trabajo Social, Universidad San Carlos de Guatemala. Septiembre 2018.

Descripción: En la gráfica no. 6 se evidenció en la re-evaluación de la Escala de Ansiedad de Hamilton, un aumento significativo de 24 estudiantes en el área psíquica en el que la mayor parte se encontraba en este parámetro, así mismo manifestó una disminución significativa en el puntaje del área somática de 1 estudiante y un pequeño aumento en el área de igualdad de 5 estudiantes. Esto siendo posterior a la aplicación del programa de abordaje de ansiedad, que se detallará más ampliamente.

Interpretación: Según los datos obtenidos en la re-evaluación como se presenta en la gráfica no. 6, se observa una disminución considerable en el área somática, pero se obtuvo un aumento en el área psíquica y un pequeño aumento en la igualdad de tipos de ansiedad. Esto posterior a las intervenciones que se realizaron con los estudiantes en las cuales se

brindaron técnicas que permitieron al estudiante controlar y adecuar cada herramienta a su forma en particular. En cada sesión llevada a cabo los estudiantes comentaban y hacían referencia a la identificación que tenían con situaciones que estaban experimentando y lo veían reflejado en sus comportamientos siendo físicos como cognitivos.

Lo que significa que el programa de ansiedad que se utilizó para abordar la misma, tuvo la efectividad esperada en cuanto a la reducción de ansiedad somática, siendo esto un resultado observado en la gráfica no. 6 y nos indica que los estudiantes modificaron su estado de ansiedad de uno; en el cual sus efectos eran visibles con mayor facilidad puesto a que se expresaban de forma física, y más continuamente la actividad psíquica estuvo en constante alteración al tener un aumento posterior a la aplicación del programa de ansiedad, generando así en los estudiantes que presenten estados de ansiedad a nivel cognitivo lo cual deja de lado que manifiesten sus efectos de forma fisiológica para hacerlo de manera psíquica y que esto pueda ser trabajado de manera adecuada en beneficio de los estudiantes.

De forma que el cambio ocurrido al modificar el tipo de ansiedad en los estudiantes, demuestra que al aplicar de forma continua un programa que desarrolle temas y proporcione herramientas al estudiante, se obtendrán resultados en los cuales se reflejaran las mejorías, añadido a esto un oportuno acompañamiento psicológico ofrecerá a la persona que pueda desenvolverse con mayor facilidad en los diversos medios en que esta interactuando.

El aumento en la igualdad de tipos de ansiedad observado en la gráfica no. 6 demuestra también que se logró en los estudiantes posicionarlos en un estado el cual manejan de forma paralela los dos tipos de ansiedad, esto siendo considerado como un equilibrio que permitirá en los estudiantes un mejor manejo y así mismo el adecuado trabajo que cada uno abordará para dar seguimiento a sus tipos de ansiedad y concretar un trabajo integral que les ofrecerá un óptimo desarrollo.

3.03 Análisis General

En cuanto a la investigación realizada con estudiantes de Trabajo Social de la Universidad San Carlos de Guatemala, se estudió la ansiedad, siendo un estado de alerta ante situaciones que desequilibran psíquica y físicamente la estabilidad del estudiante, esta se desarrolla en ambientes poco hostiles en el que el sujeto se encuentra vigilante del medio que lo rodea.

Según Bourne 2015, la ansiedad afecta a la totalidad del individuo, es una reacción fisiológica, conductual y psicológica, todo a la vez. En el nivel fisiológico, puede incluir reacciones corporales como taquicardia, tensión muscular, inquietud, boca seca o sudoración. En el nivel conductual; puede sabotear la capacidad del individuo de actuar, expresarse o lidiar con ciertas situaciones cotidianas. Y psicológicamente, es un estado subjetivo de desasosiego y aprensión. En su forma más extrema, puede provocar que el individuo se sienta separado de sí mismo e incluso que tema morir o volverse loco.

Por lo que se aplicó un programa de tratamiento de ansiedad para incidir en la dinámica familiar, salud mental, problemas fisiológicos, influencia y conflictos sociales, evidenciado en las evaluaciones siguientes: Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado de Ch. Spielberger, que se utilizó para pre evaluación y post evaluación, como herramienta que identificó el estado (condición emocional transitoria) y rasgo (propensión ansiosa relativamente estable) siendo en la pre evaluación la mayor parte de la muestra ubicada en rango alto de ansiedad, posterior se realizó la post evaluación en la que se comprobó que existió una considerable disminución hacia rango medio y bajo de ansiedad, así mismo se complementó con la aplicación de Escala de Actitudes Likert la cual permite conocer la forma de pensamiento en que el sujeto percibe temas como presión social, influencia y conflictos sociales, conflictos y dependencia familiar, evaluando previamente dichas características en las que el resultado fue el mayor número de personas evaluadas que se encontraban en parámetros muy desfavorable y la media, al aplicar la post evaluación se evidenció un cambio en toda la muestra que disminuyó del parámetro muy desfavorable hacia la media y muy favorable, por ultimo para fortalecer y consolidar la investigación se ejecutó la Escala de Ansiedad de Hamilton que permitió identificar el tipo de ansiedad que el sujeto manifestaba en cuanto a ansiedad psíquica (sensación desagradable de intranquilidad) o somática (conjunto de síntomas físicos) respecto a los ítems que buscan identificar el tipo de ansiedad

predominante, realizando la pre evaluación e identificando que la mayor parte de la muestra estudiada, se encontraba en el tipo de ansiedad somática, al culminar las 5 intervenciones se concluyó con la post evaluación que permitió la disminución y verificación de la mayor parte de la muestra ubicada en ansiedad psíquica.

La participación de los estudiantes dentro de cada taller fomentó que se propiciara el dialogo y debate para compartir vivencias que permitió al sujeto darse cuenta de las acciones que repercuten en su estabilidad emocional y física, fortaleciendo los talleres con nuevas formas de apoyo que los propios estudiantes crearon a partir de sus experiencias, demostrando la aceptación del programa de abordaje de ansiedad que verificó los resultados en las evaluaciones realizadas como cambios positivos y beneficiosos en relación a los estudiantes siendo estos; la disminución de los altos niveles de ansiedad a niveles medio y bajo, la modificación de ansiedad somática hacia ansiedad psíquica y la concientización de los diversos temas sociales que permitió generar nuevas formas de afrontamiento a los estímulos externos.

La investigación de los Estados de Ansiedad en Estudiantes de 3er. Año de la Licenciatura de la Escuela de Trabajo Social, también fue de beneficio para los estudiantes y de apoyo para el personal docente de la misma al aperturar uno de los diversos factores que afecta en el desempeño académico. Planteando la posibilidad de la continua aplicación del programa de abordaje de ansiedad, para el crecimiento de los estudiantes de primer ingreso que permita fortalecer su estabilidad emocional y física por medio de la integración del programa a un curso extracurricular de apoyo, ya que su objetivo es brindar un acompañamiento a los estudiantes con una herramienta que les brinde soporte a las inquietudes y dificultades para un mejor aprovechamiento de sus capacidades.

Capítulo IV

4 Conclusiones y Recomendaciones

4.01 Conclusiones

- Se identificó que los estudiantes presentaban signos de ansiedad altos que perjudicaban su desempeño académico, debido al manejo inadecuado de sus emociones.
- Los estudiantes mostraron tener altos niveles de ansiedad, al realizar la prueba de diagnóstico y posterior a las intervenciones realizadas se conoció que tuvieron un notable cambio en los niveles de ansiedad que presentaban estos al disminuir, luego de realizar el programa de abordaje de la ansiedad.
- El departamento de Extensión del área de psicología de la Escuela de Trabajo Social, no cuenta con el personal necesario para la intervención de los programas de ansiedad con los estudiantes, lo que perjudica su desempeño estudiantil.
- La Escuela de Trabajo Social carece de un programa que permita desarrollar talleres orientados a estudiantes con altos niveles de ansiedad que requieren de acompañamiento psicológico, para su mejor rendimiento académico.

4.02 Recomendaciones

- A la Escuela de Trabajo Social, le sería útil realizar un diagnóstico al inicio del semestre para identificar a los estudiantes que presenten niveles de ansiedad y aportar intervenciones oportunas que permitan el equilibrio en el desempeño académico.
- A la Unidad de Psicología de la Escuela de Trabajo Social, considerar estrategias extracurriculares que incluyan el desarrollo de un programa semestral que permita conocer, manejar y establecer la ansiedad en estudiantes, y así disminuir los índices altos que generan deserción académica entre otros factores desfavorables para la población estudiantil.
- A la población estudiantil, debe dar continuidad a la implementación del programa de ansiedad que se desarrolló durante la investigación, ya que los resultados fueron positivos en beneficio a los estudiantes.
- A la Universidad de San Carlos de Guatemala, que genere espacios en la Escuela de Trabajo Social que permitan la integración de personal capacitado en el área de psicología para realizar las intervenciones necesarias con los estudiantes que requieren de apoyo psicológico.

4.03 Referencias

- Bourne, E. (2015). *ANSIEDAD Y FOBIAS, libro de trabajo*. Malaga, España: Sirio, S.A.
- Colbert, D. (2003). *EMOCIONES QUE MATAN*. Estados Unidos: Grupo Nelson.
- Diana, E. P. (2009). *Psicología del Desarrollo*. Mexico,D.F.: Editorial mexicana miembro de la camara nacional de la industria.
- Díaz, G. (03 de noviembre de 2011). *Nova Scientia*. Obtenido de Revista Electrónica Nova Scientia: Díaz,G. (2011, 03 de noviembre). Estratificación y movilidad social en Guatemala, Stratification and so
<http://www.scielo.org.mx/pdf/ns/v4n7/v4n7a9.pdf>
- Kolb, L. C. (1983). *Psiquiatria Clinica Moderna* . New York, Estados Unidos : Ediciones Cientificas La Prensa Medica Mexicana, S.A. .
- Miguel, J. J. (1996). *LA ANSIEDAD*. Madrid, España: Aguilar.
- Mussen, P. H. (1965). *DESARROLLO PSICOLOGICO DEL NIÑO* . New Jersey : Union tipografica editorial hispano americana .
- Pérez, C. (2018). *Usac*. Obtenido de Escuela de Trabajo Social :
<http://trabajosocial.usac.edu.gt/>
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo Humano. (2011/2012).
GUATEMALA ¿UN PAIS DE OPORTUNIDADES PARA LA JUVENTUD?
INFORME NACIONAL DE DESARROLLO HUMANO. Guatemala: Don Quijote, S.A.
- Rojas, E. (1998). *La Ansiedad, como diagnosticar y superar el estres, las fobias y las obsesiones*. Madrid, España: Temas de hoy, S.A.(t.h).

ANEXOS

Anexo 1

Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado de Ch. Spielberger

Nombre: _____

Fecha de evaluación: _____ Edad: _____

INSTRUCCIONES: Algunas expresiones que las personas usan para describirse aparecen abajo, lea cada frase y encierre en un círculo el número que indique **como se siente ahora mismo**. Tendrá 4 alternativas de respuesta. No hay respuestas buenas o malas, no emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos ahora.

	NO	UN POCO	BASTANTE	MUCHO
1. Me siento calmado	1	2	3	4
2. Me siento seguro	1	2	3	4
3. Estoy tenso	1	2	3	4
4. Estoy contrariado	1	2	3	4
5. Me siento a gusto	1	2	3	4
6. Me siento alterado	1	2	3	4
7. Estoy alterado por algún posible contratiempo	1	2	3	4
8. Me siento descansado	1	2	3	4
9. Me siento ansioso	1	2	3	4
10. Me siento cómodo	1	2	3	4
11. Me siento con Confianza en mi	1	2	3	4

mismo

12. Me siento nervioso	1	2	3	4
13. Estoy agitado	1	2	3	4
14. Me siento “a punto de explotar”	1	2	3	4
15. Me siento relajado	1	2	3	4
16. Me siento satisfecho	1	2	3	4
17. Estoy preocupado	1	2	3	4
18. Me siento muy aturdido	1	2	3	4
19. Me siento alegre	1	2	3	4
20. Me siento bien	1	2	3	4

Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado de Ch. Spielberger

Nombre: _____

Fecha de evaluación: _____ Edad: _____

INSTRUCCIONES: Algunas expresiones que las personas usan para describirse aparecen abajo, lea cada frase y encierre en un círculo el número que indique **como se siente generalmente**. Tendrá 4 alternativas de respuesta. No hay respuestas buenas o malas, no emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos generalmente.

	CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	CON FRECUENCIA	CASI SIEMPRE
21. Me siento bien	1	2	3	4
22. Me canso rápidamente	1	2	3	4
23. Siento ganas de llorar	1	2	3	4
24. Quisiera ser tan feliz	1	2	3	4
25. Me pierdo cosas por no poder decidirme rápidamente	1	2	3	4
26. Me siento descansado	1	2	3	4
27. Soy una persona	1	2	3	4

	“tranquila, serena y sosegada”			
28. Siento que las dificultades se amontonan al punto de no poder soportarlas	1	2	3	4
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	1	2	3	4
30. Soy feliz	1	2	3	4
31. Me inclino a tomar las cosas muy en serio	1	2	3	4
32. Me falta confianza en mi mismo	1	2	3	4
33. Me siento seguro	1	2	3	4
34. Trato de evitar enfrentar una crisis o dificultad	1	2	3	4
35. Me siento	1	2	3	4

melancólico				
36. Estoy satisfecho	1	2	3	4
37. Algunas ideas	1	2	3	4
poco				
importantes				
pasan por				
mi mente				
38. Me afectan	1	2	3	4
tanto los				
desengaños				
que no me los				
puedo quitar				
de la cabeza				
39. Soy una	1	2	3	4
persona				
estable				
40. Cuando pienso	1	2	3	4
en los				
asuntos que				
tengo entre				
manos me				
pongo tenso				
y alterado				

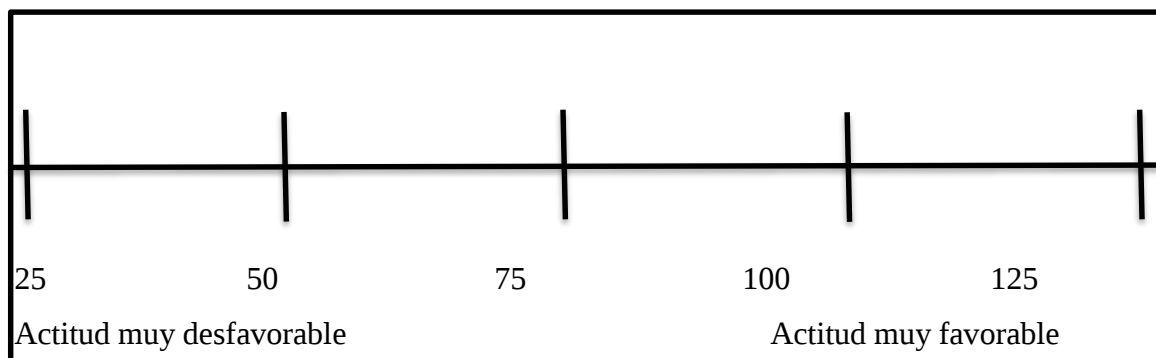
Anexo 2

ESCALA DE ACTITUDES LIKERT

Este método fue desarrollado por Rensis Likert a principios de los treinta, sin embargo, se trata de un enfoque vigente y bastante popularizado. *Consiste en un conjunto de ítems presentados en forma de afirmaciones o juicios* ante los cuales se pide la reacción de los sujetos. Es decir, se presenta cada afirmación y se pide al sujeto que externe su reacción eligiendo uno de los cinco puntos de la escala. A cada punto se le asigna un valor numérico. Así, el sujeto obtiene una puntuación respecto a la afirmación y al final se obtiene su puntuación total sumando las puntuaciones obtenidas en relación a todas las afirmaciones. *Las afirmaciones califican al objeto de actitud* que se está midiendo y deben expresar solo una relación lógica, además es muy recomendable que no exceda de veinte palabras.

INSTRUCCIONES: A continuación, encontrara una serie de ítems enumerados del 1 al 25, los cuales deberá responder marcando un “X” en la casilla de la respuesta que considere adecuada, dichas respuestas estarán ubicadas en la parte superior siendo estas: **Muy de Acuerdo, De Acuerdo, Ni de Acuerdo - Ni en Desacuerdo, En Desacuerdo, Muy en Desacuerdo**. Solo deberá marcar una casilla, al marcar dos o más casillas, el ítem será anulado.

CALIFICACIÓN: Las puntuaciones de la Escalas Likert se obtienen sumando los valores obtenidos respecto a cada frase. Por ello se denomina *Escala Aditiva*.



Una puntuación se considera alta baja según el número de ítems o afirmaciones. Por ejemplo, en la presente escala para evaluar aspecto sobre ansiedad la puntuación mínima

[illegible]

BIBLIOGRAFIA

Hernández, S. R. Fernández, C. Baptista, P. (1998). *Metodología de la investigación*. México D.F, México: Editorial MCGRAW-HILL.

ESCALA DE ACTITUDES LIKERT

Instrucciones: A continuación, encontrara una serie de ítems enumerados del 1 al 25, los cuales deberá responder marcando un “X” en la casilla de la respuesta que considere adecuada, dichas respuestas estarán ubicadas en la parte superior siendo estas: **Muy de Acuerdo, De Acuerdo, Ni de Acuerdo - Ni en Desacuerdo, En Desacuerdo, Muy en Desacuerdo**. Solo deberá marcar una casilla, al marcar dos o más casillas, el ítem será anulado.

Nombre: _____

Fecha de evaluación: _____

Edad: _____

	Muy de Acuerdo	De Acuerdo	Ni de Acuerdo, Ni en Desacuerdo	En Desacuerdo	Muy en Desacuerdo
1. ¿Considera usted que existen problemáticas sociales en el país?					
2. ¿Es usted afectado por las problemáticas sociales?					
3. ¿Cree usted que influyen las problemáticas sociales en su entorno?					

4. ¿Considera que el país está conformado mayormente por población juvenil?					
5. ¿Cree que los jóvenes son afectados por las presiones sociales?					
6. ¿Piensa usted que los jóvenes tienen limitado campo de oportunidades a las que pueden optar?					
7. ¿Cree que las limitantes sociales que experimenta la población juvenil le afectan emocionalmente?					
8. ¿Considera que los jóvenes viven en un estado de angustia o preocupación a causa de los factores sociales?					
9. ¿Considera que la juventud sufre cambios en la personalidad debido a las nuevas responsabilidades que adquieren?					
10. ¿Considera que la juventud se ve afectada emocionalmente al ser un estudiante universitario?					
11. ¿Considera que los conflictos en el núcleo familiar repercuten al desarrollo de metas en la juventud?					
12. ¿Considera que el joven universitario presenta ansiedad provocada por su entorno académico?					

13. ¿ Cree que la juventud ingresa a la universidad con el fin de satisfacer carencias emocionales?					
14. ¿Piensa usted que los padres son los encargados de solventar económicamente al joven universitario?					
15. ¿Considera necesario un acompañamiento psicológico durante la carrera universitaria?					
16. ¿Cree tener las herramientas necesarias para la resolución de conflictos de manera integral?					
17. ¿Se considera con adecuada salud mental para el desarrollo de la carrera profesional?					
18. ¿Se preocupa con facilidad ante acontecimientos cotidianos?					
19.¿La mayor parte del tiempo siente ser perseguido en su entorno?					
20. ¿Cree tener dificultades para conciliar el sueño?					
21. ¿Constantemente presenta pérdida del apetito?					
22. ¿Cree tener dificultades para relacionarse con otras personas?					
23. ¿Considera presentar alteraciones orgánicas tales como: sudoración en manos, temblor muscular, pérdida de memoria etc?					

24. ¿Considera que la actitud es modificada a causa de las preocupaciones externas?					
25. ¿Crees en este momento estar ansioso?					

Anexo 3

ESCALA DE ANSIEDAD DE HAMILTON

INSTRUCCIONES: Se indica a la persona que son 14 ítems cada uno con 5 alternativas de respuesta, deberá marcar una “X” en el estado que considere que se adecua a su situación.

Nombre: _____

Fecha de evaluación: _____

Edad: _____

SINTOMAS DE LOS ESTADOS DE ANSIEDAD.	<i>Ausent e</i>	<i>Lev e</i>	<i>Moderad o</i>	<i>Grav e</i>	<i>Muy grave/ incapacitant e</i>
1. ANSIEDAD. Se refiere a la condición de incertidumbre ante el futuro que varía y se expresa desde con preocupación, inseguridad, irritabilidad, aprensión hasta con terror sobrecogedor.	0	1	2	3	4
2. TENSION. Incapacidad de relajación, nerviosismo, tensión corporal, temblor, fatiga, reacciones con sobresalto, llanto fácil, sensación de inquietud.	0	1	2	3	4
3. MIEDO.					

A la oscuridad, a los desconocidos, a quedarse solo, a los animales grandes, al tráfico, a las multitudes, alguna persona en particular o situación, etc.	0	1	2	3	4
4. INSOMNIO. Dificultad para dormirse, sueño interrumpido, sueño insatisfactorio y cansancio al despertar. Malestar e incomodidad en cuanto al sueño respecta.	0	1	2	3	4
5. INTELECTUAL (COGNITIVO). Se refiere a las dificultades para concentrarse, para tomar decisiones acerca de asuntos cotidianos y alteraciones de la memoria.	0	1	2	3	4
6. ESTADO DE ANIMO DEPRIMIDO. Comunicación verbal y no verbal de tristeza, depresión, desaliento, inutilidad y desesperanza. Pérdida de interés, insatisfacción en las diversiones, cambios de humor durante el día.	0	1	2	3	4
7. SINTOMAS SOMATICOS	0	1	2	3	4

GENERALES (MUSCULARES). Incluyen debilidad, rigidez, hipersensibilidad. Dolores y molestias musculares, contracciones musculares, sacudidas clónicas, crujir de dientes, voz temblorosa.					
8. SINTOMAS SOMATICOS GENERALES (SENSORIALES). Alteraciones de los sentidos, visión borrosa, bochornos y sensación de pinchazos. Zumbidos de oídos, sofocos y escalofríos, sensación de debilidad, sensación de hormigueo.	0	1	2	3	4
9. SINTOMAS CARDIOVASCULARES . Taquicardia, palpitaciones, opresión, dolor torácico, latido de venas y arterias y sensación de desmayo.	0	1	2	3	4
10. SINTOMAS RESPIRATORIOS.	0	1	2	3	4

Sensaciones de constricción o de contracción en la garganta o pecho, disnea que puede llevar a sensación de atoro y respiración suspirosa.					
11. SINTOMAS GASTROINTESTINALES. Dificultad para tragar, gases, dispepsia: dolor antes y después de comer, sensación de ardor, sensación de estómago lleno, vómitos acuosos, vómitos, sensación de estómago vacío, digestión lenta, borborismos (ruido intestinal), diarrea, pérdida de peso, estreñimiento.	0	1	2	3	4
12. SINTOMAS GENITOURINARIOS. Síntomas no orgánicos o psíquicos tales como polaquiuria, irregularidades menstruales, anorgasmia, dispareunia, eyaculación precoz, pérdida de la erección, aparición de la frigidez, impotencia.	0	1	2	3	4
13. SINTOMAS AUTONOMOS. Incluye sequedad de boca, enrojecimiento facial o palidez,	0	1	2	3	4

transpiración y mareo, vértigos, cefaleas de tensión, piloerección (pelos de punta)					
14. COMPORTAMIENTO EN LA ENTREVISTA (GENERAL Y FISIOLÓGICO). Tenso, no relajado, agitación nerviosa: manos, dedos cogidos, apretados, tics, enrollar un pañuelo; inquietud; pasearse de un lado a otro, temblor de manos, ceño fruncido, cara tirante, aumento del tono muscular, suspiros, palidez facial. Tragar saliva, eructar, taquicardia de reposo, frecuencia respiratoria por encima de 20 res/min, sacudidas enérgicas de tendones, temblor, pupilas dilatadas, exoftalmos (proyección anormal del globo del ojo), sudor, tics en los párpados.	0	1	2	3	4

Ansiedad Psíquica	
Ansiedad Somática	
PUNTUACIÓN TOTAL:	

Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus Central zona 12.
 Centro Universitario Metropolitano –CUM-
 Escuela de Ciencias Psicológicas.
 Escuela de Trabajo Social.
 Centro de Investigaciones en Psicología –Cieps-.
 Revisor: Lic. Helvin Velasquez.



Anexo 4

PROGRAMA DEL ABORDAJE DE LA ANSIEDAD

Tema: “Ansiedad”.

Lugar: Escuela de Trabajo Social, edificio S1 primer nivel, salón 109

Día: Martes

Hora: 18:00-19:00 horas.

Objetivo General	Objetivos Específicos	Contenido	Descripción de la actividad	Recursos	Tiempo	Responsables
• Brindar información y herramientas	• Brindar bienvenida a los estudiantes,	• Bienvenida y presentación.	• Se brindarán palabras de bienvenida a los estudiantes,	• Humano • Salón de clase • Pelota	• 5 minutos	• Investigadoras: • Astrid Carías y Luisa Rodríguez.

para el adecuado manejo de la ansiedad en el entorno interpersonal de los estudiantes de tercer año de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus central zona 12.	personal docente y administrativo y presentación de investigadoras. • Realizar dinámica que permita la socialización entre los estudiantes	• Actividad rompe hielo.	docentes y personal administrativo y así mismo serán presentadas las investigadoras. • Se iniciará con la actividad denominada “lechuga”, la cual consiste en 5 preguntas que irán adheridas a una pelota la	• Hojas papel bond • Marcadores • Cañonera • Computadora • Lista de asistencia	• 10-15 minutos	
--	---	--	---	--	---	--

	participante s del taller. • Presentación de audiovisual que ejemplifique y defina las causas y efectos de ansiedad.	• Video clip de ansiedad.	cual será trasladada de estudiante en estudiante para conocerse. • Se mostrará un video respecto a la ansiedad el cual permitirá que los estudiantes conozcan y se cuestionen acerca dicho tema.		• 7 minutos	
--	---	---	---	--	---	--

	• Ampliación y explicación de la ansiedad en el entorno social. • Propiciar el espacio para resolución de dudas.	• Intervención del videoclip y tema ansiedad por mediadoras. • Participación activa.	• Se procederá a profundizar por medio de una breve explicación con información complementaria. • Se aperturará el tiempo de preguntas.		• 20 minutos • 10-15 minutos	
--	---	---	--	--	---	--

Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus Central zona 12.

Centro Universitario Metropolitano –CUM-

Escuela de Ciencias Psicológicas.

Escuela de Trabajo Social.

Centro de Investigaciones en Psicología –Cieps-.

Revisor: Lic. Helvin Velasquez.



Anexo 5

PROGRAMA DEL ABORDAJE DE LA ANSIEDAD.

Tema: “¿Soy Ansioso?”.

Lugar: Escuela de Trabajo Social, edificio S1 primer nivel, salón 109

Día: Martes

Hora: 18:00-19:00 horas.

Objetivo General	Objetivos Específicos	Contenido	Descripción de la actividad	Recursos	Tiempo	Responsables
• Brindar información y herramientas	• Brindar bienvenida a los estudiantes,	• Bienvenida.	• Se brindarán palabras de bienvenida a los estudiantes,	• Humano • Salón de clase • Globos	• 5 minutos	• Investigadoras: • Astrid Carías y Luisa Rodríguez.

para el adecuado manejo de la ansiedad en el entorno interpersonal de los estudiantes de tercer año de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus central zona 12.	personal docente y administrativo. • Realizar dinámica que permita la socialización entre los estudiantes participantes del taller.	• Actividad rompe hielo.	docentes y personal administrativo. • Se iniciará con la actividad denominada “el globo ansioso”, la cual constará de un globo que tendrá una mecha de lana y está se irá consumiendo por el fuego, durante la	• Lana • Fósforos • Lista de preguntas • Cañonera • Computadora • Lista de asistencia	• 10-15 minutos	
--	--	--	---	--	---	--

	• Elaboración de experiencias que generan ansiedad en la vida cotidiana de los estudiantes. • Identificación de circunstancias que fomentan el desarrollo de ansiedad en	• Socio drama. • Intervención psicológica.	realización de preguntas a los participantes. • Se ejecutará la organización de grupos para la exposición de un drama en base a situaciones sociales que propicien la ansiedad. • Se desarrollará una exposición la cual permitirá que los estudiantes identifiquen y		• 10-15 minutos • 20 minutos	
--	---	---	---	--	---	--

	los estudiantes.		manifiesten si presentan criterios para autoevaluación e identificación de la ansiedad.			
	• Propiciar el espacio para resolución de dudas.	• Participación activa.	• Se aperturará el tiempo de preguntas.		• 10-15 minutos	

Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus Central zona 12.

Centro Universitario Metropolitano –CUM-

Escuela de Ciencias Psicológicas.

Escuela de Trabajo Social.

Centro de Investigaciones en Psicología –Cieps-.

Revisor: Lic. Helvin Velasquez.



Anexo 6

PROGRAMA DEL ABORDAJE DE LA ANSIEDAD.

Tema: “Manejo de Ansiedad”.

Lugar: Escuela de Trabajo Social, edificio S1 primer nivel, salón 109

Día: Martes

Hora: 18:00-19:00 horas.

Objetivo General	Objetivos Específicos	Contenido	Descripción de la actividad	Recursos	Tiempo	Responsables
• Brindar información y herramientas para el adecuado	• Brindar bienvenida a los estudiantes, personal docente y administrativo.	• Bienvenida.	• Se brindarán palabras de bienvenida a los estudiantes, docentes y	• Humano • Salón de clase • Nylon • Tape	• 5 minutos	• Investigadoras : • Astrid Carías y Luisa Rodríguez.

manejo de la ansiedad en el entorno interpersonal de los estudiantes de tercer año de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus central zona 12.	• Realizar dinámica que permita la socialización entre los estudiantes participantes del taller.	• Actividad rompe hielo.	personal administrativo . • Se iniciará con la actividad denominada “hámster competitivo”, la cual consiste en que los estudiantes ingresen a una rueda de nylon y avancen de un extremo a otro simulando un hámster en su rueda.	• Sobres de papel • Lapiceros • Marcadores • Cañonera • Computadora • Lista de asistencia	• 15-20 minutos	
---	--	--	--	--	---	--

	• Conocer la percepción del sujeto ante determinado acontecimiento y la forma de afrontar la ansiedad.	• Experiencias y formas de afrontamiento de la ansiedad.	• Se colocarán sobres debajo de algunas sillas con una breve descripción de situaciones que producen ansiedad, para que los estudiantes expongan desde su perspectiva como resolver el suceso.		• 10-15 minutos	
--	--	--	--	--	---	--

	• Presentación de audiovisual que ejemplifique y defina como manejar la ansiedad. • Propiciar el espacio para resolución de dudas.	• Video clip del manejo de la ansiedad. • Participación activa.	• Se mostrará un video respecto a las formas de manejar la ansiedad el cual permitirá que los estudiantes conozcan y se cuestionen acerca dicho tema. • Se aperturará el tiempo de preguntas.		• 5-6 minutos • 10-15 minutos	
--	---	--	--	--	--	--

Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus Central zona 12.

Centro Universitario Metropolitano –CUM-

Escuela de Ciencias Psicológicas.

Escuela de Trabajo Social.

Centro de Investigaciones en Psicología –Cieps-.

Revisor: Lic. Helvin Velasquez.



Anexo 7

PROGRAMA DEL ABORDAJE DE LA ANSIEDAD

Tema: “Técnicas del Control de Ansiedad”.

Lugar: Escuela de Trabajo Social, edificio S1 primer nivel, salón 109

Día: Martes

Hora: 18:00-19:00 horas.

Objetivo General	Objetivos Específicos	Contenido	Descripción de la actividad	Recursos	Tiempo	Responsables
• Brindar información y herramientas para el adecuado	• Brindar bienvenida a los estudiantes, personal docente y administrativo.	• Bienvenida.	• Se brindarán palabras de bienvenida a los estudiantes, docentes y	• Humano • Salón de clase • Inciensos • Bocinas	• 5 minutos	• Investigadoras: • Astrid Carías y Luisa Rodríguez.

manejo de la ansiedad en el entorno interpersonal de los estudiantes de tercer año de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus central zona 12.	• Realizar dinámica que permita la socialización entre los estudiantes participantes del taller.	• Actividad rompe hielo.	personal administrativo. • Se iniciará con la actividad denominada “¿Qué siento?”, la cual consiste en que se reproducirán distintos géneros musicales los cuales serán escuchados por los estudiantes	• Música • Lapiceros • Marcadores • Cañonera • Computadora • Lista de asistencia	• 10 minutos	
---	--	--	---	---	--	--

	• Brindar información sobre las diferentes técnicas para el manejo de la ansiedad.	• Intervención psicológica.	con los ojos cerrados, para luego identificar la emoción que les produjo. • Se desarrollará una exposición en la cual se proporcionará información sobre las técnicas del control de ansiedad.		• 10-15 minutos	
--	--	---	---	--	---	--

	• Dar a conocer la aplicación de técnicas del control de ansiedad. • Propiciar el espacio para resolución de dudas.	• Práctica de técnicas • Participación activa.	• Se aplicarán las técnicas del control de ansiedad con los estudiantes, acompañado de música relajante e incienso que propicie el espacio para la adecuada ejecución de las mismas. • Se aperturará el tiempo de preguntas.		• 20 minutos • 10 minutos	
--	--	---	---	--	--	--

Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus Central zona 12.

Centro Universitario Metropolitano –CUM-

Escuela de Ciencias Psicológicas.

Escuela de Trabajo Social.

Centro de Investigaciones en Psicología –Cieps-.

Revisor: Lic. Helvin Velasquez.



Anexo 8

PROGRAMA DEL ABORDAJE DE LA ANSIEDAD.

Tema: “Despedida y Cierre”.

Lugar: Escuela de Trabajo Social, edificio S1 primer nivel, salón 109

Día: Martes

Hora: 18:00-19:00 horas.

Objetivo General	Objetivos Específicos	Contenido	Descripción de la actividad	Recursos	Tiempo	Responsables
• Brindar información y herramientas	• Brindar bienvenida a los estudiantes, personal	• Bienvenida.	• Se brindarán palabras de bienvenida a los	• Humano • Salón de clase • Diplomas	• 5 minutos	• Investigadoras :

para el adecuado manejo de la ansiedad en el entorno interpersonal de los estudiantes de tercer año de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Campus central zona 12.	docente y administrativo. • Expresar discurso de agradecimiento a los estudiantes, docentes y personal administrativo por la participación y apoyo del programa de abordaje de la ansiedad.	• Palabras de agradecimiento .	estudiantes, docentes y personal administrativo . • Se agradecerá a las autoridades y estudiantes de la Escuela de Trabajo Social por la participación y el apoyo brindado durante la ejecución del programa.	• Marcadores • Lapiceros • Lista de asistencia • Comida	• 15 minutos	• Astrid Carías y Luisa Rodríguez.
--	--	--	--	--	--	--

	• Proporcionar reconocimiento a los participantes del programa de abordaje de la ansiedad.	• Entrega de diplomas. • Refrigerio	• Se otorgarán diplomas de participación a los estudiantes que formaron parte del programa de abordaje de la ansiedad.		• 15-20 minutos	
--	--	--	--	--	---	--