

Nivel de ansiedad en estudiantes universitarios con relación a las clases virtuales

Patricia Primerano Musmeci

pcprimerano@filouna.edu.py

Ody Alicia Elli de López

odyaliciaelli01@gmail.com

Alcides Torres

Universidad Nacional de Asunción

Facultad de Filosofía

Paraguay

Resumen

En este artículo se describe el nivel de ansiedad de los estudiantes universitarios con relación a las clases virtuales en el marco de la pandemia causada por la COVID 19. La investigación realizada fue de naturaleza cuantitativa y de tipo descriptivo. La población estaba compuesta por 250 estudiantes, del 1ro. al 5to. curso de la carrera de Psicología de la Facultad de Filosofía, Filial San Estanislao, Paraguay. La muestra se constituyó con 40 estudiantes. En relación al nivel de ansiedad STAI- A, referente a cómo Se siente Ud. En general, el 40 % de los estudiantes se encuentra con ansiedad; y de acuerdo al STAI- E referente a cómo Se siente Ud. Ahora mismo, el 12,5% de los estudiantes se encuentra con ansiedad.

Palabras claves: Pandemia, COVID 19, ansiedad, ansiedad como rasgo, ansiedad como estado, clase virtual, plataforma.

Anxiety level in university students regarding virtual classes

Abstract

This article describes the anxiety level of university students in relation to virtual classes in the framework of the pandemic caused by COVID 19. The research carried out was quantitative and descriptive in nature. The population consisted of 250 students, from the 1st. to the 5th. Course of the career of Psychology of the Faculty of Philosophy, Filial San Stanislaw, Paraguay. The sample consisted of 40 students. Regarding the level of anxiety STAI-A, regarding how YOU FEEL. IN GENERAL, 40% of students are anxious; and according to the STAI-E regarding how YOU FEEL. RIGHT NOW, 12.5% of students are anxious.

Keywords: Pandemic, COVID 19, anxiety, anxiety as a trait, anxiety as a state, virtual classroom, platform.

1- Introducción

Desde finales del año 2019 la población mundial vive los efectos de la COVID-19 que al poco tiempo se constituyó en una pandemia. La población paraguaya desde marzo de 2020 vive los efectos a causa de la COVID-19, su gran contagiosidad, el cual produce daños orgánicos que pueden ser de leves a graves o hasta mortales. Esta infección constituyó una catástrofe para la salud pública y supuso una enorme presión para el gobierno paraguayo, principalmente para el Ministerio de Salud y Hacienda.

Debido a la seriedad del escenario mundial y a sus implicancias se implementaron medidas restrictivas tales como el aislamiento, la cuarentena y el distanciamiento social obligatorio con el fin de prevenir nuevas infecciones, muertes y el colapso del sistema sanitario. A pesar de la aplicación de tales medidas, los contagios y muertes por el coronavirus en el territorio nacional siguieron en aumento. Las medidas de restricción social han tenido impacto poco favorable en la salud mental de la población, sin discriminación de género, edad ni condición social. Las medidas de aislamiento incluyeron el fomento de la educación a través de plataformas virtuales y la postergación de las actividades académicas presenciales en colegios y universidades, lo cual ha confinado a niños, adolescente y jóvenes en sus viviendas, alejándolos de sus amigos o pares y a veces de sus seres queridos. (Saravia, Cazorla, Cedillo-, 2020)

Las presencias de las nuevas tecnologías en el aula han traído nuevas formas de aprender, y por tanto nuevas formas de enseñar (Brandl 2005).

La accesibilidad de internet ha permitido su utilización como fuente de información, pero también ha impulsado la enseñanza a distancia a través de los llamados entornos virtuales de aprendizaje (EVA) que de acuerdo con (Weller, 2007, p.5) “son sistemas de software diseñados para el aprendizaje virtual”

La incursión en las clases virtuales ha generado en los estudiantes estrés y ansiedad, lo que puede afectar su bienestar psicológico. Aunque los jóvenes tienen flexibilidad para adaptarse a los cambios, perciben otros acontecimientos como amenazas a sus rutinas diarias propias o de su familia, o a su bienestar.

El no poderse conectar a las plataformas donde se transmiten las clases, la intermitencia de la señal de internet, la falta de equipo de cómputo y no entender las clases, son algunos de los problemas a los que actualmente se enfrentan los

estudiantes (Free Dating Sites Like Plenty of Fish, 2021)

Son varios los autores que han estudiado y propuesto diversas medidas para obtener una buena experiencia en aulas virtuales. Autores como Area y Adell (2009, p. 8) se centran, en especial, en la comunicación e interacción entre los agentes involucrados en el e-learning, pues Lovón, M., & Cisneros, S. Propósitos y Representaciones Sep. 2020, Vol. 8, SPE (3), en esta se encuentra el éxito de la educación netamente virtual. Los autores señalan que las problemáticas actuales del e-learning giran en torno a la calidad de la educación impartida de forma virtual. Por su parte, Lara (2001) enfatiza el carácter diverso de las estrategias didácticas en un entorno virtual y clasifica los recursos en sincrónicos y asincrónicos. Además, propone que se deben utilizar lo mejor de ambos recursos para obtener una mayor productividad en la educación no presencial. Chumpitaz (2002, p. 84) estudia tanto al docente como al alumno virtual y ofrece interesantes alcances sobre las funciones y características de cada uno de estos para una experiencia virtual fructífera. Sin embargo, a diferencia de los autores antes citados, es Gagliardi (2020, p. 4) quien se cuestiona sobre algunos de los problemas que los estudiantes podrían presentar en un aula virtual. Los factores como la disponibilidad de recursos tecnológicos y la calidad de estos son recogidos por la autora como conceptos que se tienen que tomar en cuenta para el buen desenvolvimiento de los estudiantes en el nuevo reto de una virtualización de las aulas inesperada y difícil.

Las clases virtuales son generadores de ansiedad tanto en los estudiantes como docentes, podemos mencionar así que Spielberg (1980), señala que la ansiedad es una reacción emocional desagradable producida por un estímulo externo, que es considerado por el individuo como amenazador, produciendo ello cambios fisiológicos y conductuales en el sujeto. Navas (1989), la define como un estado emocional; compuesto o mezcla de sentimientos, conductas y reacciones o sensaciones fisiológicas. Para Mischel (1990), el significado de ansiedad no puede reducirse a una sola concepción. Sostiene que cada individuo tiene un conjunto de amenazas personales, diferentes al de otros, que le provoca mayor ansiedad, la manera más simple de definir la ansiedad es como un temor adquirido (aprendido).

Stuart (1992), la define como una sensación de malestar interno, de aprehensión que se acompaña de un correlato de manifestaciones psíquicas y físicas. Pappalia (1994), llega a definir la ansiedad como un estado caracterizado por sentimientos de aprensión, incertidumbre y tensión surgidas de la anticipación de una amenaza, real o imaginaria. Cano-Vandel y Miguel Tobal (2001), entienden la ansiedad como una

respuesta que engloba aspectos cognitivos displacenteros, de tensión y aprensión; aspectos fisiológicos caracterizados por un alto nivel del sistema nervioso autónomo y aspectos motores que suelen implicar comportamientos poco ajustados y escasamente adaptativos. Por último, Cano Vindel (2003) refiere a la ansiedad como una reacción emocional que se produce ante situaciones que son interpretadas como una amenaza. Reacción emocional más frecuente en situaciones estresantes, que comprende respuestas subjetivas, fisiológicas y conductuales. Los diferentes autores implican en su definición un triple sistema de respuestas: cognitivo, fisiológico y motor (comportamiento).

Spielberger (1966, 1972, 1989) considera que para definir la ansiedad de forma adecuada hay que tener en cuenta la diferenciación entre la ansiedad como estado emocional y la ansiedad como rasgo de personalidad, y por ello propuso la Teoría de Ansiedad Estado-Rasgo (Cattell y Scheier, 1961). La ansiedad-estado, según Spielberger (1972), es un "estado emocional" inmediato, modificable en el tiempo, caracterizado por una combinación única de sentimientos de tensión, aprensión y nerviosismo, pensamientos molestos y preocupaciones, junto a cambios fisiológicos. Por su parte, la ansiedad-rasgo hace referencia a las diferencias individuales de ansiedad relativamente estables, siendo éstas una disposición, tendencia o rasgo. Contrariamente a la ansiedad estado, la ansiedad-rasgo no se manifiesta directamente en la conducta y debe ser inferida por la frecuencia con la que un individuo experimenta aumentos en su estado de ansiedad. En este sentido, los sujetos con alto grado de ansiedad-rasgo perciben un mayor rango de situaciones como amenazantes y están más predispuestos a sufrir ansiedad-estado de forma más frecuente o con mayor intensidad. Los niveles altos de ansiedad-estado son apreciados como intensamente molestos; por tanto, si una persona no puede evitar el estrés que se los causa, pondrá en marcha las habilidades de afrontamiento necesarias para enfrentarse a la situación amenazante. Si la persona se ve inundada por la ansiedad-estado puede iniciar un proceso defensivo para reducir el estado emocional irritante. Los mecanismos de defensa influyen en el proceso psicofisiológico de tal manera, que se modifica o distorsiona la percepción o valoración de la situación. De esta forma y en la medida en que los mecanismos de defensa tengan éxito, las circunstancias se verán como menos amenazantes y se producirá una reducción del estado de ansiedad. Asimismo, y de forma general, los sujetos con altos valores de ansiedad-rasgo perciben las situaciones y contextos evaluativos como más amenazantes que aquellos otros que presentan menores niveles de ansiedad-rasgo (Pons, 1994; Wadey y Hanton, 2008; Mellalieu y Hanton,

2009; Mellalieu, Neil, Hanton y Fletcher, 2009).

La interacción entre ambos tipos de ansiedad explica por qué la ansiedad-estado puede variar, tanto entre individuos (la característica de ansiedad puede ser diferente ante la misma situación), como individualmente (la misma persona experimenta ansiedad en una situación, pero no en otra). En cuanto a la ansiedad-rasgo, habría que suponer que individualmente varía poco, y, debido a su influencia, las diferencias de ansiedad-estado entre individuos deberían mantenerse ampliamente estables (consistencia relativa). Finalmente, Hackfort y Spielberg (1989) postulan que, en caso de ansiedad-rasgo elevada, se produce un más rápido aumento de la ansiedad-estado.

Esta escala STAI A-E, cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo fue aplicada en formato virtual a los estudiantes de la Psicología que asistieron a las diferentes clases que formaban parte del plan curricular mediante la plataforma virtual implementada por la universidad. Posteriormente, los datos recolectados fueron procesados en una hoja de cálculo del programa Microsoft Excel 2010.

Objetivo general: Describir el nivel de ansiedad de los estudiantes universitarios con relación a las clases virtuales en el marco de la pandemia causada por la COVID 19

4- Metodología

Se llevó a cabo un estudio descriptivo de carácter transversal durante los meses de setiembre a octubre de 2021 en la Facultad de Filosofía, Filial San Estanislao.

La población objeto de estudio fueron estudiantes que cursaban los cursos del 1ro. al 5to. de la carrera de Psicología. De forma preliminar se informó por medio de un grupo de WhatsApp a los mismos que su participación formaría parte de una investigación y era voluntaria, se indicó que sus respuestas al cuestionario por la plataforma Google Forms, serían tratadas con confidencialidad y en estricto anonimato al momento de presentar los resultados.

Para medir el Trastorno de Ansiedad Generalizada se utilizó el cuestionario State Trait Anxiety Inventory (STAI) o cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo, validado en la población española, con un alfa de Cronbach de 0,93 para la ansiedad estado y 0,91 para la ansiedad rasgo (32). Dicho cuestionario está compuesto por 40 ítems que evalúan dos conceptos independientes de la ansiedad: la ansiedad como estado

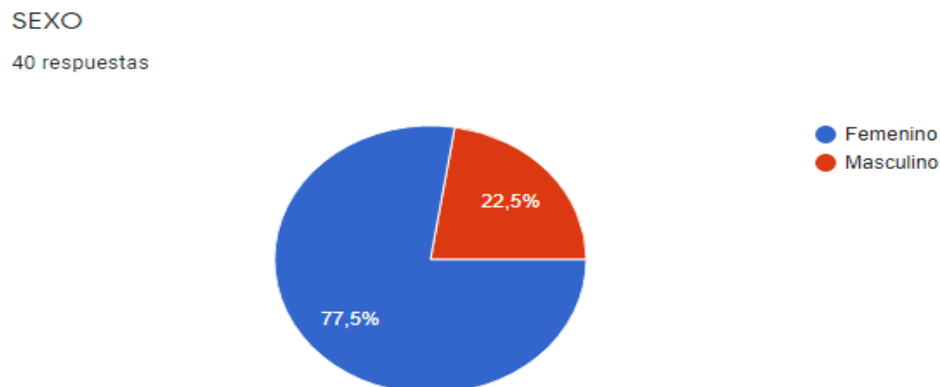
(estado emocional transitorio) y la ansiedad como rasgo (propensión ansiosa relativamente estable). En cada uno de los conceptos se evalúan 20 ítems. Se puntúan en una escala tipo Likert con cuatro opciones de respuesta (de 0 a 3). En la subescala de Ansiedad-Estado (STAI-A) el 0 significaba nada, 1 algo, 2 bastante y 3 mucho. En la subescala de Ansiedad-Rasgo (STAI-R) el 0 significa casi nunca, 1 a veces, 2 a menudo y 3 casi siempre. La puntuación total oscila entre 0 y 60 puntos en cada subescala, en el sentido de mayor nivel de ansiedad estado o rasgo a mayor puntuación. La variable de estudio a examinar fue, sexo (hombre, mujer).

5- Resultados

El total de la población fue de 250 estudiantes del 1ro. al 5to. curso, de la carrera de Psicología de la Facultad de Filosofía de la Universidad Nacional, Filial San Estanislao. La muestra estuvo compuesta por 40 estudiantes, la variable constituyó el sexo, hombre y mujer.

Presentamos a continuación los datos estadísticos sobresalientes según el análisis de los datos obtenidos por medio del cuestionario administrado sobre la subescala de Ansiedad-Estado (STAI-A) y la subescala de Ansiedad-Rasgo (STAI-R)

Figura 1: Estadístico de Género.



DATOS RESALTANTES QUE ARROJÓ LA SUBESCALA DE ANSIEDAD-ESTADO (STAI-A)

Figura 2: Percepción del grupo encuestado sobre “Estoy contrariado”

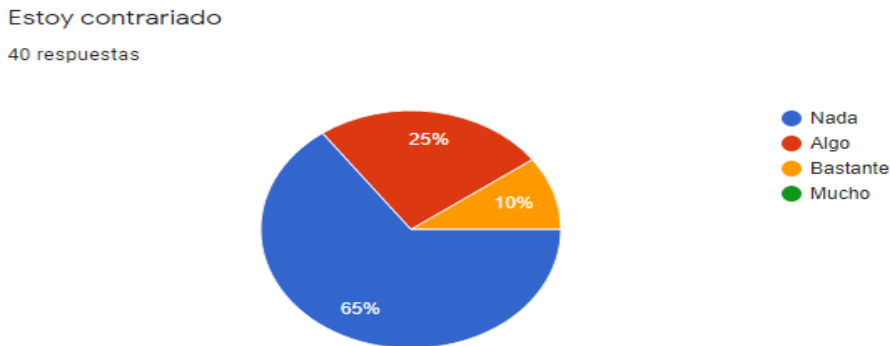


Figura 3: Percepción del grupo encuestado sobre “Me siento angustiado”

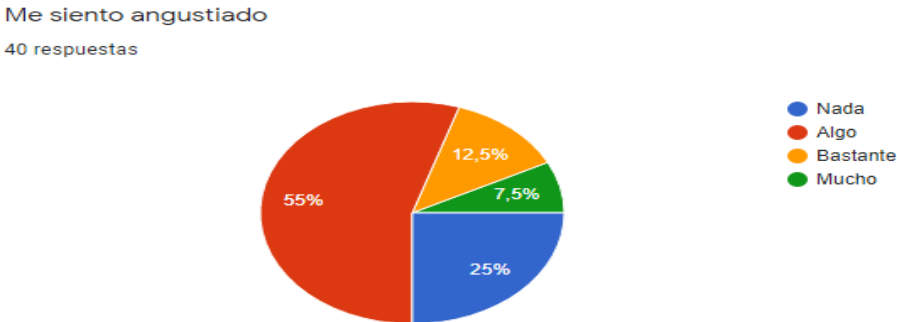


Figura 4: Percepción del grupo encuestado sobre “Estoy desasegado”

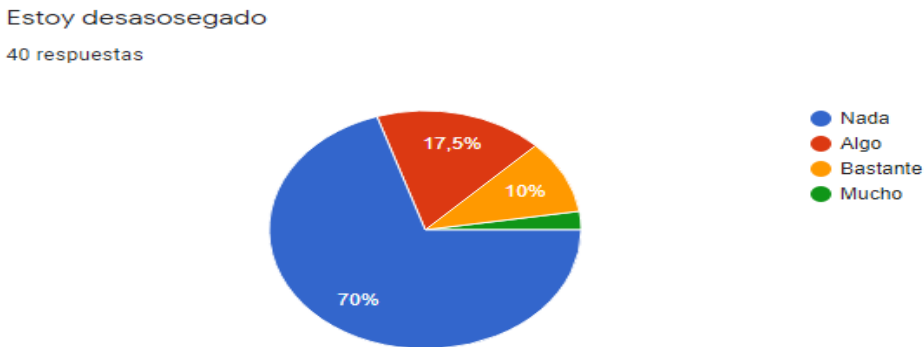
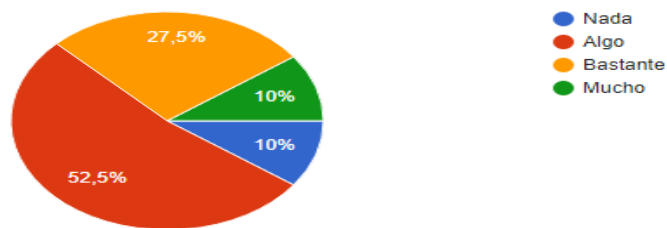


Figura 5: Percepción del grupo encuestado sobre “Estoy preocupado”

Estoy preocupado
40 respuestas



DATOS RESALTANTES QUE ARROJÓ LA SUBESCALA DE ANSIEDAD-RASGO (STAI-R)

Figura 6: Percepción del grupo encuestado sobre “Me siento descansado”

Me siento descansado
40 respuestas

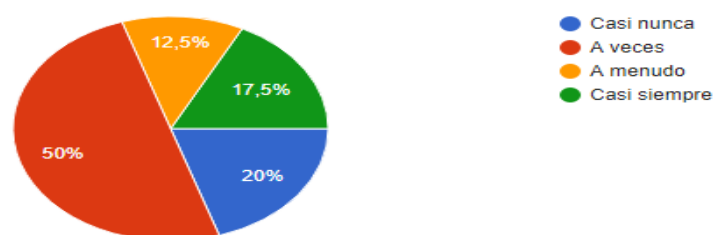


Figura 7: Percepción del grupo encuestado sobre “No suelo afrontar crisis o dificultades”

No suelo afrontar crisis o dificultades
40 respuestas

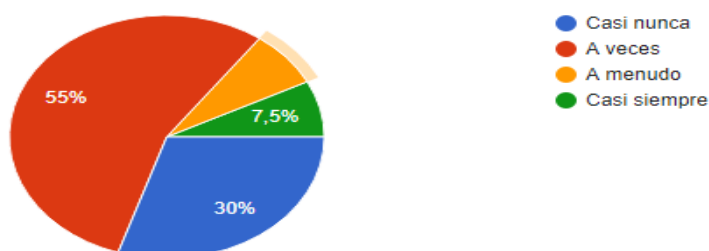
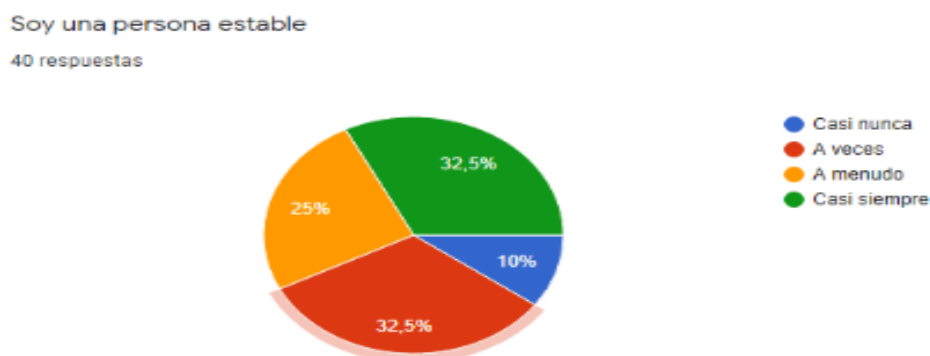


Figura 8: Percepción del grupo encuestado sobre “Soy una persona estable”



DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Lo primero que llama la atención en esta investigación es que la mayoría de los participantes fueron del sexo femenino, a este respecto numerosos estudios han mostrado la existencia de importantes diferencias de género en los trastornos psicológicos. Mientras que las mujeres presentan mayores tasas de problemas internalizantes, tales como ansiedad y depresión, los hombres exhiben más problemas externalizantes, tales como conducta violenta y consumo de drogas.

Los entornos virtuales de aprendizaje posibilitan un acceso mayor a la información y mejora las oportunidades de obtener educación, estas no sustituyen todos los recursos pedagógicos tradicionales, sino que claramente aumentan y diversifican las posibilidades del aprendizaje.

Considerando todo lo que acarreó la situación de aislamiento y las nuevas normas sanitarias a consecuencia de la pandemia suscitadas y la rapidez con que se iniciaron las clases virtuales y los efectos que esta tendría a futuro, además de la rapidez con la que se inició el proceso de adaptación a las mismas, los retos a los que los estudiantes se enfrentaron claramente nos demuestra nuestra investigación que el nivel de ansiedad como Estado 40% superior al de ansiedad como Rasgo 12,5%, de los encuestados.

Encontramos como limitación de nuestra investigación, el bajo nivel de participación de los estudiantes de acuerdo a la población, pese a esto, confirma la existencia de ansiedad elevada en parte significativa de la muestra.

Concluimos, la pandemia de la COVID-19 trajo consigo numerosos cambios en la educación superior, la cual en su mayoría venían impartándose de forma presencial. Estos cambios repentinos repercutieron en el bienestar psicológico del alumnado, evidenciándose así la ansiedad en relación a las clases virtuales.

Referencias

- https://www.google.com/search?q=saravia+carzola+sevilla+2020&rlz=1C1CHBD_esPY932PY932&oq=saravia+carzola+sevilla+2020&aqs=chrome..69i57.17278j0j4&sourceid=chrome&ie=UTF-8
- <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionariocancer/def/trastorno-de-ansiedad>
- <https://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/download/588/1086>
- https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232012000200002
- <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2020.v8n>
- http://www.infocop.es/view_article.asp?id=591
- <http://www.sci epub.com/reference/32013>
- <https://core.ac.uk/download/pdf/38673669.pdf>
- <https://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/588>
- <https://revistas.unav.edu/index.php/estudios-sobre-educacion/article/view/27564>
- <https://scielo.isciii.es/pdf/cpd/v12n2/articulo01.pdf>
- <https://www.psicologia-online.com/la-teoria-de-cattell>
- [1867.html#:~:text=Personalidad%3A%20Aquello%20que%20nos%20dice,una%20situaci%C3%B3n%20determinada%20\(Cattell\).&text=El%20elemento%20estructural%20b%C3%A1sico%20de,referencia%20a%20caracter%C3%ADsticas%20relativamente%20permanentes](https://www.psicologia-online.com/la-teoria-de-cattell)
- <http://www.untumbes.edu.pe/vcs/biblioteca/document/varioslibros/0250.%20Desarrollo%20humano.pdf>
- Buela-Casal G, Guillén-Riquelme A, Seisdedos Cubero N. Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo: Adaptación española. 9ª ed. Madrid: TEA Ediciones; 2016.