

Universidad de Lima
Facultad de Psicología
Carrera de Psicología



RELACIÓN ENTRE ANSIEDAD Y AUTOCONCEPTO BAJO UN ENFOQUE COGNITIVO

Trabajo de Suficiencia Profesional para optar el Título Profesional de Licenciado en
Psicología

Estefania Portillo Macchiavello

20142453

Asesor

Carolina Camino Rivera

Lima – Perú
Marzo de 2021



**RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY AND
SELF CONCEPT BASED ON A COGNITIVE
APPROACH. APPLIED RESEARCH**



TABLA DE CONTENIDO

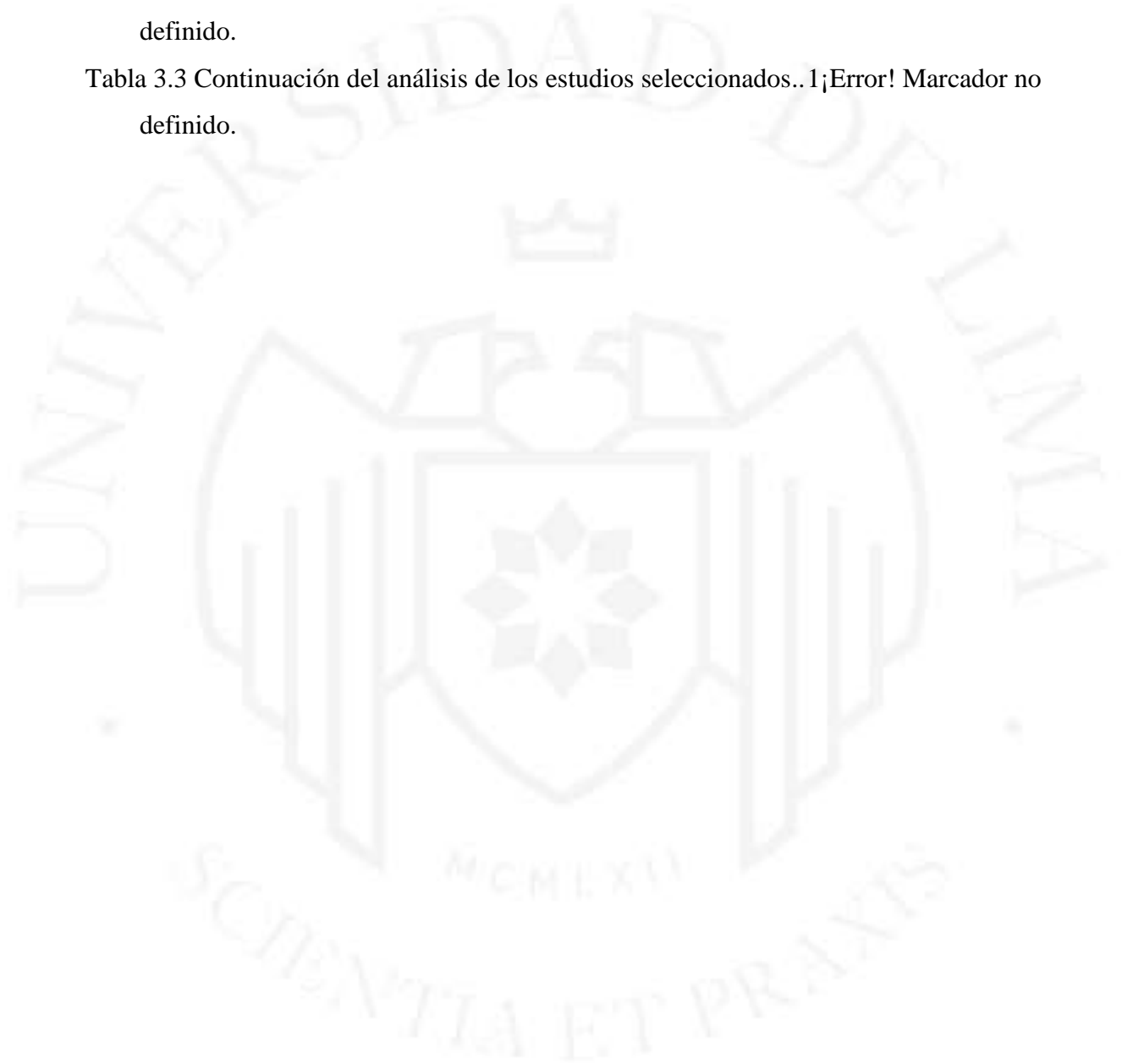
| | |
|-------------------------------------|------|
| RESUMEN | vii |
| ABSTRACT..... | viii |
| CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN..... | 1 |
| CAPÍTULO II: MÉTODO..... | 7 |
| 2.1 Criterios de elegibilidad | 7 |
| 2.1.1 Criterios de inclusión..... | 7 |
| 2.1.2 Criterios de exclusión..... | 7 |
| 2.2 Estrategia de búsqueda..... | 8 |
| CAPÍTULO III: RESULTADOS..... | 9 |
| CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN..... | 17 |
| CONCLUSIONES | 19 |
| REFERENCIAS..... | 21 |

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 3.1 Análisis de los estudios seleccionados.. ¡Error! Marcador no definido.

Tabla 3.2 Continuación del análisis de los estudios seleccionados.. ¡Error! Marcador no definido.

Tabla 3.3 Continuación del análisis de los estudios seleccionados.. ¡Error! Marcador no definido.



ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Diagrama de flujo.....8



RESUMEN

En la adolescencia, el autoconcepto presenta una tendencia a disminuir debido a las autoexigencias y las del entorno, generando ansiedad por tener que cumplirlas. Se entiende por ansiedad como una preocupación excesiva ante eventos que son percibidos como poco controlables por la persona. El autoconcepto es un factor protector contra la ansiedad y se describe como un proceso interno que integra el conocimiento que cada individuo tiene sobre sí mismo. El objetivo de este trabajo es realizar una revisión aplicada sobre investigaciones científicas con la finalidad de analizar la relación existente entre el autoconcepto y la ansiedad en adolescentes. Esta revisión fue realizada siguiendo las indicaciones de la guía PRISMA (Urrútia & Bonfill, 2010). Las bases de datos electrónicas consultadas fueron Scielo-Scientific Electronic Library Online, ALICIA, Dialnet y Scopus. Para el análisis se seleccionaron 7 artículos y posteriormente se analizaron los hallazgos encontrados en cada uno con la finalidad de responder las preguntas planteadas. En general, un mayor autoconcepto fue relacionado con menores niveles de ansiedad tanto rasgo como estado. La dimensión más afectada por la ansiedad es la dimensión académica, dado el periodo de desarrollo en el que se encuentran los individuos. Investigaciones futuras deben centrarse en el autoconcepto global y en desarrollar estrategias de prevención en edades previas a la adolescencia. Por otro lado, se debe clarificar el enfoque teórico con el que se aborde la ansiedad puesto que este rige la metodología de evaluación e intervención posterior.

Palabras clave: ansiedad; autoconcepto; adolescencia; autoconcepto académico.

ABSTRACT

During adolescence, self-concept has a tendency to decrease due to self-imposed demands and demands from the environment, creating anxiety for the desire to fulfill such demands. We refer to anxiety as the excessive worry before events perceived to have a low degree of control from the individual. Self-concept is a protective factor against anxiety and is described as an internal process that includes the knowledge that each individual has of himself. The goal of this study is a review of the body of scientific research with the intention of analyzing the existing relationship between self-concept and anxiety in teenagers. This review was conducted following the instructions of the PRISMA guide (Urrútia & Bonfill, 2010). The databases used were Scielo-Scientific Electronic Library Online, ALICIA, Dialnet, and Scopus. For the analysis, 7 articles were selected and then studied in order to answer the pre-established questions. Generally speaking, a higher self-concept was related to lower levels of anxiety both trait and state. The area more severely affected by the anxiety was the academic one, given the developmental state of the subjects. Future studies should focus their attention on global self-concept and prevention strategies during the age before adolescence. On the other hand, the theoretical approach for anxiety has to be clarified given the fact that it guides the evaluation methodology and intervention.

Keywords: anxiety; self-concept; adolescents; academic self-concept.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

La salud mental del adolescente es un tema que no se trata con la importancia debida (Cuenca et al., 2020). En los últimos tres años se evidencian muy pocos artículos al respecto, dificultando el conocimiento de las variables que pueden influir en el desarrollo mental del adolescente.

Según la Organización Mundial de la Salud ([OMS], 2019), la tasa de mortalidad en los adolescentes ha aumentado en América Latina, siendo el suicidio una de las principales causas (30%). Autores como De la Barra afirman que, entre los 12 y 18 años, los adolescentes sufren de trastornos, entre los cuales los más frecuentes son: los trastornos disruptivos (8%), los ansiosos (7,4%) y los depresivos (7%). Esta situación interfiere con el desarrollo integral del adolescente ya que lo predispone al riesgo (como se citó en Cuenca et al., 2020, p. 1).

Un estudio epidemiológico realizado en el 2006 por el Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado-Hideyo Noguchi ([INSMHD-HN], 2018), señala que la ansiedad es el segundo trastorno más frecuente en la población (4,2%), siendo el primero el episodio depresivo (14,1%).

Estos trastornos pueden ser desencadenantes de otras patologías físicas y/o presentar comorbilidad con diversas psicopatologías, por ejemplo, la ansiedad se ha asociado con mayor mortalidad cardiaca.

A su vez, estudios de prevalencia anual de trastornos mentales demuestran que la ansiedad presenta el mayor índice a comparación de otros trastornos según la Encuesta Mundial de Salud Mental auspiciada por la OMS (2013).

Por consecuencia, a pesar de que exista poca información actualizada sobre la salud mental en los adolescentes, se puede inferir que la ansiedad suele afectar significativamente este período del desarrollo. Las causas tienden a asociarse a la sensación de miedo y preocupación a eventos futuros relacionados con el posible fracaso. Es importante tomar en cuenta la etapa de desarrollo, dado que en la adolescencia es

común que se presenten mayores exigencias con relación al futuro; exigencias personales, familiares, y del ambiente (Pedroza, 2015).

En relación a la ansiedad, la Asociación Americana de Psicología ([APA], 2020) la describe como cualquier condición mental que tenga como tema central el estado emocional de miedo, preocupación y aprehensión; ocasionada por la percepción de un peligro inminente por parte del sujeto. Las reacciones de ansiedad se caracterizan por alteraciones fisiológicas, cognitivas y/o motoras (Nuñez & Crismán, 2016).

Según el Diagnostic and Statistical Manual (DMS-5), la ansiedad está definida como una preocupación excesiva y difícil de controlar. Presenta síntomas como inquietud, irritabilidad, dificultad para concentrarse, tensión muscular, etc., que podrían afectar de manera directa el bienestar de la persona y su funcionamiento social, emocional, familiar y académico (Santana et al., 2020).

Bajo el modelo teórico de la psicología cognitiva, se han ido estableciendo diversas corrientes terapéuticas que explican e intervienen en la ansiedad. Para Ellis (2005), cualquier trastorno emocional tiene su origen en tres aspectos: innato, contextual y personal. Estos aspectos se evidencian a partir de sus decisiones y creencias tanto racionales como irracionales. A su vez, Ellis (2010), hace una particular distinción entre la ansiedad funcional y la disfuncional. La primera se ha considerado beneficiosa para el desarrollo del ser humano debido a que le ha permitido manejar riesgos y temores, así como hacer frente a desafíos ya que mantiene activo y vigilante al individuo sobre aquello que podría ocurrir. La ansiedad se vuelve disfuncional cuando la persona lleva al “extremo” sus miedos, generando así, ideas irracionales que rigen su forma de pensar, sentir y actuar frente a los acontecimientos. Es destructiva porque hace que la persona pierda el control sobre sus emociones, la debilita en el logro de sus propósitos y propicia que afronte con dificultad los riesgos.

Continuando con la perspectiva cognitiva, específicamente el enfoque de la terapia cognitiva conductual (TCC) y la terapia racional emotiva (TRE), las causas de la ansiedad vienen a ser explicadas a través de las creencias que presenta la persona sobre sí mismo y su entorno; tal y como planteaban los autores Albert Ellis y Aaron Beck (2010). Estas creencias pueden ser racionales como irracionales y se van desarrollando a lo largo de la vida debido a las experiencias del entorno. El modelo teórico planteado por

estos autores, atribuye gran importancia a los fenómenos que ocurren en la mente de la persona (cognición), considerando específicamente, el rol que cumplen las creencias como elementos causales de los problemas emocionales y conductuales (Palomino et al., 2017).

Por consecuencia, a diferencia de las creencias racionales, las creencias irracionales se caracterizan por ser automáticas, ilógicas, carentes de evidencia, creando así, distorsiones cognitivas que pueden desencadenar diversos tipos de ansiedad (Gálvez, 2019).

Es importante señalar que, la persistencia de los síntomas de la ansiedad puede afectar significativamente a la persona y sobre todo a los adolescentes, ocasionando dificultades en su autoconcepto, autoestima, relaciones interpersonales y por consecuencia en su adaptación a la sociedad (Cuenca et al., 2020).

Dentro de las consecuencias de la ansiedad a nivel individual, las más comunes son: 1. En relación a los síntomas físicos: sudoración, resequedad de boca, mareo, inestabilidad, tensión muscular, cefaleas, parestesias, náuseas, vómitos, entre otros. 2. En relación a los síntomas psicológicos, a parte de los mencionados anteriormente: sensación de agobio y de muerte inminente, miedo a la pérdida de control, desasosiego, inquietud, pérdida de motivación y memoria, conductas evitativas, obsesiones y compulsiones. Por último, 3. En relación a los síntomas conductuales: frecuentes bloqueos, tensión, dolor muscular y respuestas desproporcionadas a estímulos externos.

A nivel global, la ansiedad impacta en las relaciones interpersonales, predispone a peores resultados académicos, deserción escolar, mayor riesgo de embarazo, adicciones (principalmente al tabaco, alcohol y marihuana), suicidio, mayor probabilidad de realizar otras conductas de riesgo, etc., que perjudican directa e indirectamente a la sociedad (Santos & Santos-Vallín, 2018).

El autoconcepto como una de las principales causas de la ansiedad ha sido abordado en diversos estudios sobre el origen de esta, demostrando relaciones negativas entre la primera y la segunda variable (Nuñez et al., 2006).

El autoconcepto es el resultado de un proceso interno de análisis, valoración e integración de la información otorgada por la propia experiencia y la retroalimentación

de personas significativas (González et al., 1997). El autoconcepto posee dos vertientes: la descriptiva o autoimagen (cómo se percibe la persona) y la valorativa o autoestima (cómo valora su autoimagen) (Nuñez & Crismán, 2016).

González et al. (2012) consideran al autoconcepto como una relación de conceptos cognitivos que integra el conocimiento que cada persona posee sobre sí mismo y que controla el procesamiento de la información significativa; este conocimiento es el resultado de un proceso de construcción activo que la persona realiza a lo largo de su desarrollo.

El autoconcepto juega un papel crucial en el desarrollo de la personalidad y es de suma importancia principalmente durante el período de la adolescencia ya que se caracteriza por constantes cambios, inestabilidad e incertidumbre. Es por ello que, para afrontar este período de manera satisfactoria, es necesario contar con recursos personales y emocionales que permitan al individuo adaptarse psicosocialmente de manera eficaz (Guerrero et al., 2019).

Un autoconcepto positivo establecerá las bases para un buen funcionamiento personal, social y profesional (Palacios & Coveñas, 2019); mientras que una disminución en el autoconcepto podría generar síntomas o rasgos de ansiedad, depresión, reclusión, sentimientos de soledad y timidez, entre otros (Fathi-Ashtiani et al., 2007).

La relación entre la ansiedad y el autoconcepto es inevitable (Rodríguez & Caño, 2012). Diversas investigaciones han relacionado un alto autoconcepto con habilidades sociales, el autocontrol, sentimientos de bienestar y la aceptación de los iguales; mientras que un bajo autoconcepto ha sido vinculado con sintomatología depresiva, ansiedad, consumo de alcohol y cigarrillos, entre otros (García & Musitu, 2014).

Las personas que presentan altos niveles de ansiedad y bajo autoconcepto, van a tender a procesar, codificar e interpretar la información del entorno de forma contraproducente, generando por consecuencia repercusiones negativas en sus distintas áreas de vida (social, académica, personal, familiar, etc.) debido a los pocos recursos psicológicos que creen poseer (Cánovas, 2017).

Estudios demuestran que existe una correlación inversa entre una dimensión en particular del autoconcepto (la dimensión física) y la ansiedad principalmente en la

adolescencia. Esto ocurre debido a que el autoconcepto se ve influenciado por el rendimiento académico y la imagen corporal (Garaigordobil, 2005). Por otro lado, otros resultados demostraron también correlaciones negativas no sólo en la dimensión física sino también en las demás dimensiones del autoconcepto (emocional, social y familiar). Estos mismos estudios relevan que los adolescentes que presentan un mayor autoconcepto muestran niveles bajos de ansiedad-estado (AE) y ansiedad-rasgo (AR) (Guerrero et al., 2019). Estos resultados también podrían ser explicados por una investigación nacional que señala que el autoconcepto puede ser una variable protectora de la ansiedad, ya que, a mayor autoeficacia percibida y mayor solución de problemas como estrategia de afrontamiento, menor ansiedad se experimenta (Guevara et al., 2019).

El mismo estudio realizado por Guevara et al. (2019), resalta un aspecto de sus resultados: la relación existente del tamaño del efecto moderado entre la ansiedad estado y el autoconcepto personal. Esto significa que, al un universitario presentar una apreciación global adecuada de sí mismo, podría presentar mejor predisposición a las posibles reacciones ansiosas, presentando así menos tensión y aprehensión.

Un buen predictor de conductas de salud por consecuencia, va a radicar en la creencia que presente la persona sobre sus capacidades de afrontamiento frente a situaciones cotidianas. La forma cómo el individuo procese e interprete la información es crucial para el desarrollo personal; en caso no se dé de forma adecuada, se pueden desarrollar alteraciones psicológicas que desequilibren su vida a nivel personal, familiar y social (Gálvez, 2019).

Abordar los procesos cognitivos relacionados a la ansiedad y el autoconcepto es de suma importancia, principalmente desde inicios de la adolescencia dado que la moda de inicio más temprano se encuentra en los trastornos de ansiedad (INSMHD-HN, 2018). Los períodos de la infancia y adolescencia son cruciales para el proceso de formación del juicio sobre uno mismo, sus capacidades y su valor como persona en la sociedad (Garaigordobil et al., 2003).

Es fundamental concentrarse en esta etapa del desarrollo debido a los cambios que están por atravesar los adolescentes, en donde su capacidad de afrontamiento se pone a prueba ya que existe un mayor nivel de exigencia tanto en el ámbito académico/profesional, como en el área social y personal (Bermúdez, 2017).

Siendo el autoconcepto un sistema de creencias que la persona considera como verdaderas respecto a sí misma (Rodríguez & Caño, 2012), es necesario comprender cómo, pensamientos irracionales sobre las capacidades que uno posee, podrían influenciar directamente en el desarrollo de la ansiedad ante eventos cotidianos.

El objetivo de este estudio es analizar la relación entre el autoconcepto y la ansiedad en adolescentes entre 13 y 20 años de edad mediante la revisión aplicada de las investigaciones previas realizadas en este ámbito.

Establecido el objetivo, por consecuencia surgen las preguntas: ¿Qué relación existe entre el autoconcepto y la ansiedad? ¿Se evidencia mayor ansiedad cuando se presenta menor autoconcepto? ¿Cómo disminuir la ansiedad y mejorar el autoconcepto en adolescentes?



CAPÍTULO II: MÉTODO

2.1 Criterios de elegibilidad

2.1.1 Criterios de inclusión

Para la selección de los artículos se implementaron los siguientes criterios: que los estudios sean a) cuantitativos ya que presentan indicadores medibles de validez y confiabilidad, b) diseños experimentales y cuasi experimentales, c) estudios que relacionan el autoconcepto con la ansiedad en niños y adolescentes ya que se busca investigar el impacto del autoconcepto a lo largo del desarrollo preadolescente, d) estudios que evalúen las diversas áreas del autoconcepto y los distintos trastornos de ansiedad, debido a que ambas variables presentan subcategorías en los instrumentos de medición, e) escritos en castellano e inglés por ser ambos los idiomas con mayor alcance mundial, f) estudios que especifiquen los cuestionarios utilizados y sus respectivos resultados puesto que brinda un mayor perspectiva sobre la teoría que respalda la investigación, así como los criterios que utilizan para obtener los resultados y g) estudios que expliquen ambas variables bajo la teoría cognitiva ya que es el marco teórico referencial del presente estudio debido a que ambas variables van a ser explicadas a través de los procesos cognitivos que experimente el individuo.

2.1.2 Criterios de exclusión

Con relación a los criterios de exclusión, además del incumplimiento de los criterios de inclusión previamente mencionados, se consideró que: a) el año de publicación no excediese los 5 años, b) que las investigaciones sean completas y no únicamente resúmenes o capítulos de libros, dado que se necesita toda la información, c) que no utilicen la variable autoestima como sinónimo de autoconcepto y d) que las teorías psicológicas sean de corte cognitivo, debido a que debe mantenerse un mismo enfoque de estudio.

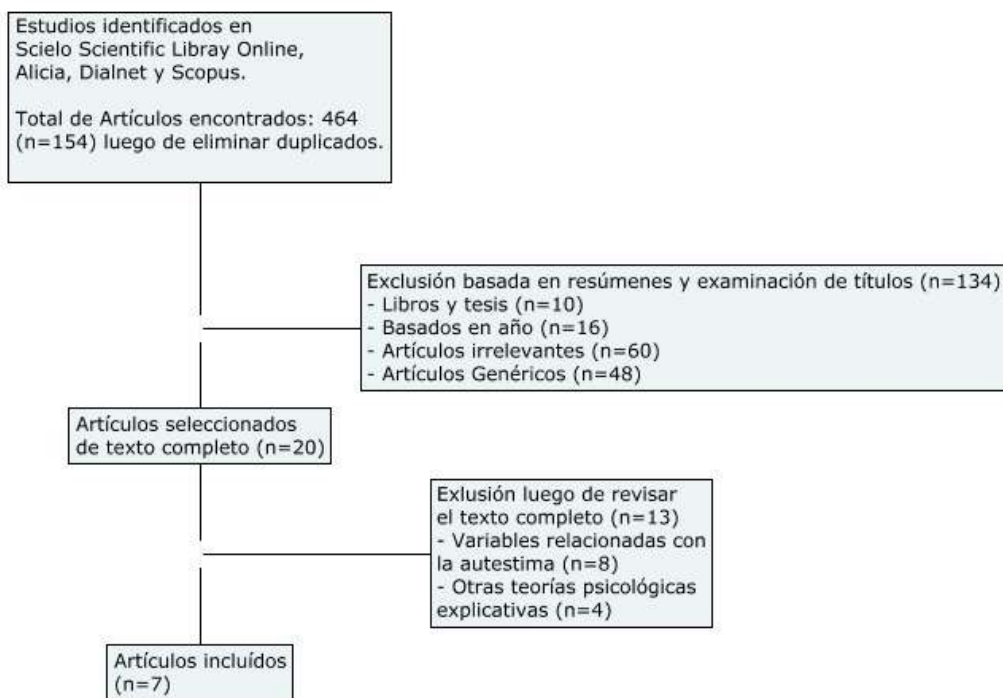
2.2 Estrategia de búsqueda

El proceso de búsqueda se dio a cabo entre enero y febrero del 2021, en las bases de datos electrónicas Scielo-Scientific Electronic Library Online, ALICIA, Dialnet y Scopus, y se utilizaron las siguientes palabras clave: anxiety/self concept/rational emotive theory, irrational thoughts/anxiety; cognitive psychology/anxiety; self concept/self esteem/anxiety disorders. Las palabras fueron combinadas de la siguiente manera: (“ANXIETY” AND “SELFCONCEPT”) NOT (“SELF ESTEEM”). Los artículos considerados fueron publicados entre el 2016 y 2021.

Finalmente, siguiendo las indicaciones de la guía PRISMA (Urrútia & Bonfill, 2010) se obtuvo un total de 464 referencias, que permitió la selección de 7 artículos que cumplieran con los criterios de inclusión (ver figura 2.1). En la Figura 2.1 se muestra el diagrama de flujo en el que se sintetiza dicho proceso de selección de los artículos.

Figura 2.1

Diagrama de flujo



CAPÍTULO III: RESULTADOS

La información de los siete artículos seleccionados se ha organizado inicialmente en un cuadro descriptivo y posteriormente se ha realizado la explicación de dichos resultados de forma redactada. En la Tabla 3.1, 3.2 y 3.3 se muestran los datos principales de cada artículo evidenciando aspectos importantes como la relación entre las variables de ansiedad y autoconcepto, los instrumentos utilizados para medir estas variables, los resultados obtenidos; así como el marco teórico y método de estudio de las investigaciones.



Tabla 3.1

Análisis de los estudios seleccionados

| Autor | Año | Título | Idioma | Participantes | Instrumento de evaluación de la ansiedad | Instrumento de evaluación del autoconcepto | Confiabilidad/Validez | Diseño del estudio | Relación entre variables | Principales Hallazgos |
|--|------|--|---------|--|---|---|---|----------------------------|--|---|
| González, Inglés, Vicent, Lagos-San Martín, Sanmartín y García-Fernández | 2016 | Diferencias en ansiedad escolar y autoconcepto en adolescentes chilenos | Español | 1414 estudiantes, 695 hombres y 719 mujeres cuyo rango de edad osciló entre 13 y 18 años. | Inventario de ansiedad escolar (IAES). | Autoinforme de evaluación del autoconcepto (SDQII-S). | Los coeficientes de consistencia interna para la escala de ansiedad : .95 para la puntuación total, .92 para las escalas situacionales. Los índices de consistencia interna para cada dimensión del autoconcepto: 0.77. | Experimental correlacional | Adolescentes con bajas puntuaciones en autoconcepto presentaron puntuaciones significativamente más altas en ansiedad escolar. | Adolescentes con mayor ansiedad se perciben menos atractivos, menos capaces académicamente, más inestables emocionalmente y con menor autoestima. |
| Arnaiz-Castro y Pérez-Luzardo | 2016 | A study on the correlation between anxiety and academic self-concept in interpreter trainees | Inglés | 153 estudiantes hispanos los cuales, el inglés era su primera lengua extranjera. 118 mujeres y 34 hombres . De edades entre 19 a 52. | Escala de ansiedad en una lengua extranjera en clase (FLCAS). | Prueba de autoconcepto académico. | Alfa de Cronbach de .89 para la escala de autoconcepto y .94 para la escala de ansiedad. | Experimental correlacional | Estudiantes con mayores niveles de ansiedad, presentan una tendencia a menores niveles de autoconcepto. | Alumnos menores experimentan mayor aprehensión a situaciones evaluativas, juicios negativos por profesores y mayor ansiedad generalizada. |

Tabla 3.2

Continuación del análisis de los estudios seleccionados

| Autor | Año | Título | Idioma | Participantes | Instrumento de evaluación de la ansiedad | Instrumento de evaluación del autoconcepto | Confiabilidad/Validez | Diseño del estudio | Relación entre variables | Principales Hallazgos |
|--|------------|--|---------------|---|---|---|---|---|---|---|
| Zubeldia, Diaz y Goñi | 2018 | Autoconcepto, atribuciones causales y ansiedad-rasgo del alumnado de conservatorio. Diferencias asociadas a la edad y al género. | Español | 1059 individuos. 814 cursaban estudios musicales de grado profesional y 245 superiores. Entre 12 y 65 años. 483 hombres, 528 mujeres. | Escala de ansiedad estado-rasgo (STAI). | Cuestionario autoconcepto multidimensional (AUDIM), y el cuestionario de autoconcepto musical (CAMU), | Alfa de cronbach de .84 para el autoconcepto multidimensional. .90 para el autoconcepto musical y para la escala de ansiedad. | Correlacional descriptivo | Diferencias significativas en la mayoría de las variables tanto en edad como género. El autoconcepto podría estar funcionando como factor protector. | Mayor ansiedad en mujeres. El autoconcepto físico, académico, social y general descienden en la adolescencia. La dimensión personal desciende en la juventud. |
| Guevara-Cordero, Rodas-Vera y Varas-Loli | 2019 | Relación entre autoconcepto y ansiedad estado-rasgo en universitarios peruanos | Español | 150 jóvenes universitarios de los cuales 81 fueron hombres y 69 mujeres. | Escala de ansiedad estado-rasgo (STAI). | Cuestionario de Autoconcepto de Garley (CAG). | Alfa de cronbach de .83 para el autoconcepto físico, alfa .73 autoconcepto social, alfa .66 familiar, alfa .70 intelectual, alfa .84 autoconcepto personal y alfa .63 control. Ansiedad estado: alfa.71 y ansiedad rasgo alfa.89. | No experimental, transversal correlacional simple | Relaciones significativas entre la ansiedad rasgo y las dimensiones de autoconcepto. La ansiedad estado relacionada de manera significativa con autoconcepto intelectual, personal y control. | La relación inversa entre autoconcepto intelectual y ansiedad estado rasgo muestra que la valoración académica influye en las estrategias de afrontamiento. |

Tabla 3.3

Continuación del análisis de los estudios seleccionados

| Autor | Año | Título | Idioma | Participantes | Instrumento de evaluación de la ansiedad | Instrumento de evaluación del autoconcepto | Confiabilidad/Validez | Diseño del estudio | Relación entre variables | Principales Hallazgos |
|---|------|--|---------|---|--|---|--|--|---|--|
| Guerrero, Sánchez, Moreno, Sosa y Durán | 2019 | El autoconcepto y su relación con la Inteligencia Emocional y la Ansiedad | Español | 402 adolescentes entre 12 y 19 años. 191 mujeres y 211 hombres | Inventario de ansiedad estado-rasgo (STAI y STAI-C) | Autoconcepto forma 5 (AF5) | Alfa de cronbach para la dimensión académica del autoconcepto de .79, para la social .77, para la emocional .83, para la familiar .79 y para la física .69. Alfa de cronbach para la escala de ansiedad estado de .94 y rasgo .90. | Descriptivo, correlacional e inferencial | Existen correlaciones negativas entre todas las dimensiones del autoconcepto y la ansiedad. El sexo influye en la ansiedad. | El autoconcepto disminuye con la edad y está influenciado por el redimiento académico e imagen corporal. |
| Escortell, Delgado y Martínez-Monteagudo | 2020 | Cybervictimization, Self-Concept, Aggressiveness, and School Anxiety in School Children: A Structural Equations Analysis | Inglés | 542 estudiantes hispanos entre 10 y 14 años. 50.2% hombres y 49.8% mujeres. | Inventario de ansiedad escolar para educación primaria (SAI) | Cuestionario de descripción del autoconcepto (SDQ-I). | Alfa de cronbach .83 para la ansiedad relacionada a la victimización. Alfa de cronbach para la escala de autoconcepto general .71 y autoconcepto matemático .82. | Experimental correlacional | El autoconcepto y ansiedad escolar están directamente relacionados a la cybervictimización. | Relación positiva entre agresividad, autoconcepto y ansiedad. La autopercepción negativa en la pre adolescencia como factor de riesgo. |
| Cueli, Rodríguez, Cañamero, Nuñez y González-Castro | 2020 | Self-Concept and Inattention or Hyperactivity–Impulsivity Symptomatology: The Role of Anxiety | Inglés | 164 estudiantes (70.7%) hombres y (29.3%) mujeres de edades entre 11 y 16 años. Alumnos tenían un CI de 80 o más. | Escala de ansiedad estado-rasgo para niños (STAI-C). | La escala de autoconcepto de Piers-Harris (PH-A). | Alfa de cronbach para la escala de autoconcepto: .72 y para la escala de ansiedad de .90 a .93 para consistencia interna y para test-retest .73 a .86. | Experimental, descriptivo correlacional | La ansiedad rasgo media la relación entre inatención y autoconcepto emocional, social y físico. A su vez, hace que disminuyan estas dimensiones del autoconcepto. | Estudiantes con falta de atención presentan menores niveles de autoconcepto emocional, social y físico. Los alumnos se sienten menos competentes para realizar tareas. |

Analizando de manera más detallada cada una de las siete investigaciones, se puede evidenciar los siguientes aspectos:

Los artículos analizados fueron publicados entre los años 2016 y 2020. En relación al enfoque teórico sobre el cual se trabajó el autoconcepto, todos los artículos abordaron un enfoque cognitivo. A pesar de ello, sus instrumentos de medición fueron variados y esto se debió principalmente al rango de edad y nivel educativo de los participantes: utilizaron el Self-Description Questionnaire (SDQI y SDQII-S), el Cuestionario de Garley (CAG), el cuestionario académico del autoconcepto, el Autoconcepto Forma 5 (AF5) y el Cuestionario de Autoconcepto Multidimensional (AUDIM) y de Autoconcepto Musical (CAMU).

Por otro lado, la variable de ansiedad fue trabajada bajo un enfoque de ansiedad estado-rasgo. El instrumento más utilizado fue el State-Trait Anxiety Inventory (STAI) mientras que González et al. (2016) utilizaron el Inventario de Ansiedad Escolar (IAES), Arnaiz-Castro y Pérez- Luzardo (2016) el Foreign Language Classroom Anxiety Scale (FLCAS) y Escortell et al. (2020) utilizaron el School Anxiety Inventory (SAI); ya que las variables en sus estudios eran más específicas en relación a la ansiedad.

El IAES evalúa la frecuencia con la que los estudiantes experimentan ansiedad generada en el ámbito educativo, el FLCAS calcula la ansiedad en relación a una lengua extranjera en aprendices y el SAI mide la ansiedad, la victimización y el castigo en escolares.

Todos los trabajos muestran datos sobre confiabilidad/validez de las pruebas utilizadas para evaluar tanto autoconcepto (y sus dimensiones) como ansiedad (estado y/o rasgo).

Con referencia al idioma, los trabajos están escritos en español a excepción de los artículos de Arnaiz- Castro y Pérez Luzardo (2016), Escortell et al. (2020) y Cueli et al. (2020) que fueron escritos en inglés.

Los estudios sobre el autoconcepto, tienen sus orígenes en el período escolar, enfocándose específicamente en el autoconcepto académico y cómo este se relaciona con diversas variables del contexto. Escortell et al. (2020), centraron el objetivo de su estudio

en establecer y contrastar un modelo explicativo sobre la cybervictimización basada en la relación entre el autoconcepto, la agresividad y la ansiedad escolar dado que no existían estudios previos que expliquen las causas de la cybervictimización. Este estudio se realizó con 542 estudiantes entre 10 y 12 años de edad y demostró que, a menor autoconcepto, mayor posibilidad de ser una víctima del cyberbullying; por consecuencia una autopercepción negativa durante la fase preadolescente vendría a ser considerada un factor de riesgo. Especialmente, los estudiantes con un autoconcepto bajo serían el blanco de los cyberbullies dado que su perfil se caracteriza por inseguridad, miedo y desconfianza personal. Se encontró por ende, que el autoconcepto se relaciona negativamente con la ansiedad escolar y por ende ambas variables podrían servir como factores protectores del cyberbullying si se trabajan tempranamente.

Por otro lado, otro estudio que relaciona el autoconcepto académico y la ansiedad es el de Arnaiz-Castro y Pérez- Luzardo (2016). Estos autores se enfocaron en determinar dicha relación en una población de 153 intérpretes aprendices entre 19 y 52 años de edad de habla hispana los cuales tenían como primera lengua extranjera el inglés. Los resultados revelaron que, los más jóvenes presentaban mayores sentimientos de aprehensión en situaciones evaluativas y expectativas de juicios negativos por parte de los profesores y a su vez, presentaban mayor ansiedad generalizada durante el proceso de aprendizaje en comparación a los intérpretes mayores. Por consecuencia se establece que, a mayor edad mayor autoconcepto y a mayor ansiedad menor autoconcepto.

En el 2016, Gongálvez et al. realizaron un estudio sobre las variables que influyen en el aprendizaje y el rendimiento académico; el cual tuvo por objetivo analizar las diferencias entre la ansiedad escolar en función de las puntuaciones obtenidas para las 11 dimensiones del autoconcepto. Participaron 1414 estudiantes chilenos de 13 a 18 años de edad. Los resultados evidenciaron que los adolescentes con bajas puntuaciones en autoconcepto presentaron puntuaciones significativamente más altas en ansiedad escolar. Este estudio fue de suma relevancia para la población chilena dado que no se encontraban estudios previos que relacionaran ambas variables de esa forma (incluyendo las 11 dimensiones del autoconcepto). Por consecuencia, estos resultados permiten implementar un diseño de intervención que busque disminuir la ansiedad escolar y mejore el autoconcepto en adolescentes.

Un estudio reciente realizado por Cueli et al. (2020), buscó encontrar el rol que cumple la ansiedad como mediadora o moderadora entre el autoconcepto y una nueva variable: el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH). Los participantes fueron 167 estudiantes entre 11 y 16 años de edad. Los resultados del análisis correccional evidenciaron una relación negativa entre las variables de autoconcepto y la ansiedad-rasgo, demostrándose así que, a mayor ansiedad existe menor autoconcepto en las dimensiones evaluadas. La falta de atención se correlaciona de manera negativa con el autoconcepto académico y social mientras que la hiperactividad-impulsividad no muestra ninguna correlación con el autoconcepto o con la ansiedad-rasgo. Por consecuencia se puede concluir que la ansiedad-rasgo media la relación entre la falta de atención y el autoconcepto emocional, social y físico mientras que no modera la relación entre el autoconcepto y la falta de atención y la hiperactividad-impulsividad.

Zubeldia et al. (2018), también enfocaron sus estudios sobre el autoconcepto y la ansiedad-rasgo en adolescentes e incluyeron otra variable: las atribuciones causales; dado que señalan que esta etapa del desarrollo es crítica para el desarrollo del autoconcepto general. Esta investigación fue realizada en participantes cuyas edades oscilaban entre 12 y 65 años de edad. El 76,3% de la población de estudio pertenecía a edades entre 12 y 20 años de edad. Los resultados hacen particular hincapié en el sexo, ya que las mujeres son las que presentaron mayor ansiedad-rasgo y atribuciones causales menos adaptativas, mientras que las dimensiones del autoconcepto no mostraron la misma tendencia. Otro resultado distintivo ocurrió en las dimensiones del autoconcepto general, físico, social y académico en la etapa de la adolescencia, donde las puntuaciones medias fueron significativamente menores con respecto a la pre adolescencia. En el caso del autoconcepto académico, esta diferencia se mantuvo hasta la adultez (35-65 años).

Guevara-Cordero et al. (2019), llevaron a cabo un estudio nacional en universitarios peruanos con el objetivo de encontrar la relación entre el autoconcepto y la ansiedad estado-rasgo. La muestra estuvo conformada por 150 jóvenes de Lima entre 17 y 27 años de edad. Los resultados indican que la ansiedad rasgo está relacionada de manera significativa con todas las dimensiones de autoconcepto (físico, social, familiar, intelectual, personal y control), mientras que la ansiedad estado solo de manera significativa con las dimensiones de autoconcepto intelectual, personal y control. En la población de estudio, se encontró una relación significativa e inversa entre el

autoconcepto intelectual y la ansiedad estado-rasgo, la cual demuestra que el valor que presente el universitario sobre sí mismo académicamente es importante para que las situaciones que vaya a afrontar sean percibidas poco amenazantes o se presenten menos conductas ansiosas que lo alteren. Asimismo, el tamaño del efecto moderado entre la dimensión de autoconcepto personal y la ansiedad estado demuestran que, si un universitario presenta una valoración positiva de sí mismo, podría estar preparado para enfrentar situaciones con menos reacciones ansiosas, menos tensión y menor aprehensión.

Guerrero et al. (2019), realizaron un estudio en una población de 402 adolescentes entre 12 y 19 años de edad y como resultado obtuvieron que el sexo no presenta influencia en el autoconcepto global pero sí en la ansiedad. A su vez, demostraron que existen correlaciones negativas entre todas las dimensiones del autoconcepto y la ansiedad rasgo-estado. Finalmente, los autores pueden afirmar que, conforme aumenta la edad disminuye el autoconcepto en las dimensiones emocional, social, académica y física (acentuándose principalmente en la adolescencia en donde el rendimiento académico y la imagen corporal influyen el autoconcepto). Con respecto a la ansiedad y la inteligencia emocional (IE) se encontró una correlación positiva entre la atención emocional y la ansiedad-estado, lo cual significa que, aquellos adolescentes que se centran y rumian sobre sus emociones presentan una mayor ansiedad-estado.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN

Las investigaciones que relacionan el autoconcepto con otras variables psicológicas son escasas. La mayoría de investigaciones centra sus estudios en la autoestima debido a que abarca de manera global todos los componentes de esta como la autopercepción, el autoconcepto, la autoconfianza, etc.

La autoestima es el resultado de la formación del autoconcepto, el cual empieza a desarrollarse a edades tempranas de la niñez y adquiere mayor relevancia en la etapa pre adolescente y adolescente, como la mayoría de estudios revisados afirma. Por consecuencia, centrarse en la autoestima, dificulta visualizar cómo la cognición influye en la percepción que la persona va creando sobre sí misma a lo largo del desarrollo. A su vez, a pesar de las definiciones conceptuales, aún parece existir cierta confusión en relación a ambas variables, dificultando las investigaciones futuras y por ende las intervenciones.

Aun así, todos los artículos revisados confirmaron la correlación positiva entre la ansiedad y el autoconcepto en sus distintas dimensiones. La gran mayoría de estudios se enfocaron en el autoconcepto académico, siendo este uno de los más afectados debido a la etapa del desarrollo en la que se encuentran los adolescentes. A su vez, los estudios demuestran que el mayor índice de ansiedad es presentado por mujeres y que, desde la adolescencia, el autoconcepto presenta disminuciones notables en la persona.

Si bien el autoconcepto ha sido evaluado en todas sus dimensiones, al tratarse de estudios realizados en la adolescencia, los autores hacen mayor hincapié en la dimensión académica y por ende sus resultados y conclusiones van dirigidos específicamente a profundizar en esa problemática, sin tomar en cuenta que todas las variables se encuentran interconectadas y el efecto de una puede repercutir sobre las otras.

Dentro de las conclusiones de los estudios revisados, la gran mayoría basa sus recomendaciones en la realización de talleres para adolescentes, que permitan fortalecer competencias emocionales, control de estrés y ansiedad, como por ejemplo Guerrero et al. (2019). Mientras que Escortell et al. (2020) sugieren campañas de prevención orientadas a los últimos años de educación primaria en donde se priorice el autoconcepto. Precisar su propuesta enfocándose en el modelo cognitivo, basándose tanto en el ajuste psicológico, como en el desarrollo y la mejora de los esquemas personales.

En general, pocas recomendaciones tienden a ser específicas sobre el enfoque y la metodología para la implementación de programas. La mayoría suele proponer programas, talleres y actividades, que abarcan muchos factores a trabajar y por consecuencia, dificulta comprender si la variable a abordar (autoconcepto) se logra mejorar. A su vez, también existe una falta de estudios longitudinales y sobre programas de intervención en dichas variables evaluadas para comprobar su efectividad, tal y como se plantean en las limitaciones del estudio de Gongálvez et al. (2016). Otra de las limitaciones según estos autores se encuentra por ejemplo en el uso de un tipo de instrumento para evaluar la ansiedad y el autoconcepto. Ellos proponen recabar información por parte de otros agentes como los profesores y padres con el fin de obtener una visión más amplia y adecuada sobre el comportamiento de los adolescentes. Esto es confirmado también por Guevara-Cordero et al. (2019), dado que afirman que la estabilidad de las puntuaciones del autoconcepto familiar y de control puede que dependa de factores aleatorios.

Por último, Duraku y Hoxha (2018), establecen como limitación la simplicidad del proceso de análisis de resultados, y sostienen que, lo encontrado es sólo un buen punto de partida para comprender la compleja relación entre variables ya que, existen múltiples factores que las influyen y no son tomadas en cuenta a la hora de realizar la investigación debido a que se reducen a la aplicación de instrumentos de medición. Asimismo por ejemplo, agregan que un factor como la motivación intrínseca, es crucial para la ansiedad ante exámenes y se ha encontrado que esta podría ser mediadora entre el autoconcepto y el logro académico.

Como se mencionó anteriormente, las futuras líneas de investigación deben estar dirigidas a evaluar programas de intervención en edades previas a la adolescencia dado que la disminución del autoconcepto inicia en esta etapa del desarrollo. A su vez, se debe clarificar el enfoque teórico con el que se realizarían las intervenciones, basándose en evidencias empíricas de éxito terapéutico. Es recomendable enfocarse en todas las dimensiones del autoconcepto por igual y no únicamente en aquella en la que se obtuvo menor puntaje, dado que podría dificultar la toma de decisiones con respecto a la forma de abordaje sobre la problemática.

A su vez, tomar el contexto en el cual se desarrolla el adolescente es fundamental para una mayor comprensión sobre su autoconcepto y aquellos factores que lo

predisponen a presentar mayores niveles de ansiedad. Por ende, sería valioso complementar de manera cualitativa el levantamiento de información.



CONCLUSIONES

El objetivo de este trabajo consistió en realizar una revisión aplicada basándose en estudios científicos que relacionan la ansiedad y el autoconcepto con la finalidad de analizar dicha relación entre las variables en la población adolescente.

- Todos los estudios investigados muestran resultados que favorecen la hipótesis de que existe una relación positiva entre el autoconcepto y la ansiedad y que, por consecuencia, aquellas personas que evidencien bajos niveles de autoconcepto, presentarán mayores niveles de ansiedad tanto como rasgo o como estado.
- Muchos autores se enfocaron principalmente en la dimensión académica del autoconcepto, dado el período de desarrollo en el que se trabajaron los estudios. Por ende, sus resultados, conclusiones y recomendaciones se limitaron a dirigirse únicamente a implementar talleres o intervenciones de corte escolar/académico para aumentar el autoconcepto y disminuir la ansiedad.
- A su vez, la ansiedad también fue vista bajo la óptica del rendimiento académico y las sobrecargas autoimpuestas por los adolescentes dado las expectativas que la comunidad tiene sobre ellos, mas no se profundizó en las diversas áreas que cumplen un papel fundamental para la predisposición a presentar ansiedad, la cual se pretendía explicar a través del autoconcepto.

REFERENCIAS

- Agudelo- Vélez, D.M., Casadiegos-Garzón, C.P., & Sánchez-Ortíz, D.L. (2009). Relación entre esquemas maladaptativos tempranos y características de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. *Universitas Psychologica*, 8(1), 87-103.
- American Psychological Association. (s.f.). Ansiedad. En *APA Dictionary of Psychology*. Recuperado el 20 de mayo de 2020, de <https://dictionary.apa.org/anxiety>
- Arnaiz-Castro, P., & Pérez-Luzardo, J. (2016). Correlation between anxiety and academic self-concept in interpreter trainees [Correlación entre la ansiedad y el autoconcepto académico en practicantes de interpretación]. *Scopus*, 126, 57-58. <https://doi.org/10.5209/CLAC.53477>
- Ashtiani, A., Ejei, J., Khodapanahi, M., & Tarkhorani, H. (2007). Relationship between self-concept, self-esteem, anxiety, depression and academic achievement in adolescents [Relación entre el autoconcepto, autoestima, ansiedad, depresión y logros académicos en adolescentes]. *Journal of Applied Sciences*, (7), 995-1000. <https://doi.org/10.3923/jas.2007.995.1000>
- Bermúdez, V. (2017). Ansiedad, depresión, estrés y autoestima en la adolescencia. Relación, implicaciones y consecuencias en la educación privada. *Dialnet*. <https://doi.org/10.12795/CP>
- Betegón, M., & Irurtia, M. (2018). Efecto del uso de estrategias cognitivas de regulación emocional sobre la ansiedad en adolescentes españoles. *Proquest*. <http://dx.doi.org/10.14349/sumapsi.2018.v25.n2.7>
- Cejudo, J., García-Maroto, S., & López-Delgado, M. (2017). Efectos de un programa de inteligencia emocional en la ansiedad y autoconcepto en mujeres con cáncer de mama. *Scielo*. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082017000300239>
- Cueli, M., Rodríguez, C., Cañamero, L., Núñez, J., & González-Castro, P. (2020). Self-concept and inattention or hyperactivity–impulsivity symptomatology: The role of anxiety [Autoconcepto y falta de atención o sintomatología de impulsividad-hiperactividad: El rol de la ansiedad. *Scopus*, 10(4), 250. <https://doi.org/10.3390/brainsci10040250>
- Cuenca, N., Robladillo L., Meneses, M. & Suvo, J. (2020). Salud mental en adolescentes latinoamericanos: revisión sistemática. *Proquest*. <http://doi.org/10.5281/zenodo.4403731>
- De Valerio Castro, A. (2016). Reestructuración cognitiva conductual en el autoconcepto del adolescente. *Educación en Contexto*, 2, N° Especial. I Jornadas de Investigación e Innovación Educativa. “Hacia una 98 Educación de Calidad para el Desarrollo Integral del Ser Humano”. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6296679.pdf>

- Escortell, R., Delgado, B., & Martínez-Monteaquedo, M. (2020). Cybervictimization, self-concept, aggressiveness, and school anxiety in school children: a structural equations analysis [Cybervictimización, autoconcepto, agresividad y ansiedad en niños en la etapa escolar: un análisis de ecuaciones estructurales]. *Scopus*, 17(19), 7000. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197000>
- Gálvez, L., (2019). Creencias irracionales y autoconcepto en estudiantes de una Universidad de Trujillo [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio Institucional de la Universidad Privada del Norte. <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/21610>
- Garaigordobil, M., Cruz, S., & Pérez, J. (2003). Análisis correlacional y predictivo del autoconcepto con otros factores conductuales, cognitivos y emocionales de la personalidad durante la adolescencia. *Estudios en psicología*, 24(1), 113-134. <http://dx.doi.org/10.1174/021093903321329102>
- García, F., & Musitu, G. (2001). *AF5, Autoconcepto Forma 5*. TEA.
- González, C., Inglés, C., Vicent, M., Lagos- San Martín, N., Sanmartín, R., & García-Fernández, J.(2016). Diferencias en ansiedad escolar y autoconcepto en adolescentes chilenos. *ScienceDirect*. <http://dx.doi.org/10.1016/j.aippr.2016.08.002>
- Guerrero, E., Sánchez, S., Moreno, J., Sosa, D., & Durán M. (2019). El autoconcepto y su relación con la inteligencia emocional y la ansiedad. *Proquest*.
- Hyseni, Z., & Hoxha, L. (2018). Self-esteem, study skills, self-concept, social support, psychological distress, and coping mechanism effects on test anxiety and academic performance [Autoestima, estrategias de estudio, autoconcepto, apoyo social, distrés psicológico y efectos de los mecanismos de supervivencia en ansiedad en exámenes y rendimiento académico]. *Scopus*. <https://doi.org/10.1177/2055102918799963>
- Musitu, G., & García, J. (2014). *AF5: Autoconcepto forma 5*. TEA Ediciones
- Núñez, I. & Crismán, R. (2016). La ansiedad como variable predictora de la autoestima en adolescentes y su influencia en el proceso educativo y en la comunicación. *Dialnet*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5820976>
- Núñez, J., Martín-Albo, J., Grijalvo, F., & Navarro, J. (2006). Relación entre autoconcepto y ansiedad en estudiantes universitarios. *INFAD*, (vol. 1), 243-245.
- Órgano Oficial del Instituto Nacional de Salud Mental. (2018). Estudio epidemiológico de salud mental en hospitales generales y centros de salud de Lima Metropolitana, 2018. <http://www.insm.gob.pe/investigacion/archivos/estudios/2020/Vol%20XXXIV%202018%20Nro1%20EESM%20en%20Hospitales%20Generales%20y%20Centros%20de%20Salud.pdf>
- Palacios, J., & Coveñas, J. (2019). Predominancia del autoconcepto en estudiantes con conductas antisociales del Callao. *Proquest*. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n2.278>

- Palomino, J., Santiago, N. & Zarate, P. (2017). Revisión bibliográfica de la efectividad de la terapia racional emotiva conductual (REBT). *Apuntes científicos estudiantiles de psicología, (vol 1)*.
- Pedroza, R. (2015). Reeducación cognitiva-emotiva en caso de ansiedad ante los exámenes. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo, 6(11)*, 319-335. <https://doi.org/10.23913/ride.v6i11.178>
- Rodas-Vera, N., & Varas-Loli, R. (2019). Relación entre autoconcepto y ansiedad estado-rasgo en universitarios peruanos. *Alicia*. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17425>
- Santana, S., Varas R., Nieto-Gamboa J., Silva B., & Rodriguez, M. (2020). Niveles de ansiedad en estudiantes frente a situaciones de exámenes: Cuestionario CAEX. *Proquest*. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2020.v8n3.787>
- Santos, C., & Santos, L. (2018). La ansiedad en la adolescencia. *RqR Enfermería comunitaria, 6(1)*, 21-31.
- Zubeldia, M., Díaz, M., & Goñi, E. (2018). Autoconcepto, atribuciones causales y ansiedad-rasgo del alumnado de conservatorio. Diferencias asociadas a la edad y al género. *Dialnet*. <https://doi10.25115/psye.v10i1.1048>