



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**Ansiedad ante las evaluaciones de inglés y Autoeficacia en
estudiantes del centro de idiomas RTC Institute, Chiclayo**

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Psicología Educativa

AUTORA:

Chafloque Gonzales, Ana María (ORCID:0000-0001-8532-4263)

ASESOR:

Dr. Mirez Toro, Jamer Nórvil (ORCID: 0000-0001-7746-6560)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Evaluación y Aprendizaje

CHICLAYO-PERÚ

2022

Dedicatoria

Esta tesis se la dedico a mi papá, Don Manuel Chafloque y a mi mamá, Doña Mercedes Gonzales por todo el apoyo incondicional brindado; por su comprensión, paciencia y amor en los momentos más difíciles que he pasado.

Agradecimiento

Agradezco a Dios por siempre estar ahí en cada momento de mi vida, ya que con su guía seguiré logrando mis metas.

Índice de contenidos

Carátula.....	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	v
Resumen.....	vi
Abstract.....	vii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO.....	4
III.MÉTODOLÓGÍA.....	14
3.1. Tipo y diseño de investigación	14
3.2. Variables y operacionalización.....	14
3.3. Población, muestra, muestreo, unidad de análisis	15
3.4 Procedimientos	16
3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	16
3.6 Métodos de análisis de datos.....	17
3.7 Aspectos éticos.....	17
IV. RESULTADOS.....	18
V. DISCUSIÓN.....	22
VI. CONCLUSIONES	28
VII. RECOMENDACIONES.....	29
REFERENCIAS.....	22
ANEXOS	

Índice de tablas

Tabla 1 Relación entre la ansiedad y autoeficacia	18
Tabla 2 Autoeficacia en estudiantes del del RTC Institute	19
Tabla 3 Ansiedad ante las evaluaciones de inglés del RTC Institute.	20
Tabla 4 Relación entre las dimensiones de la ansiedad y la autoeficacia	21

Resumen

La presente investigación presenta como objetivo general determinar la relación entre la ansiedad ante las evaluaciones de inglés y autoeficacia en estudiantes del Centro de Idiomas RTC Institute, Chiclayo; institución donde se llevó a cabo todo el proceso del estudio. La metodología de esta investigación fue de enfoque cuantitativo y el diseño empleado fue el no experimental de corte transversal de nivel correlacional; bajo esa misma perspectiva, la población estuvo constituida por 60 estudiantes del Centro de Idiomas RTC Institute de la ciudad de Chiclayo, por el cual, la muestra fue equivalente a la misma cantidad de la población; para ello, se les aplicó dos cuestionarios, el cuestionario de Bassler y Schwarzer para medir la autoeficacia y el cuestionario CAEX para medir la ansiedad ante los exámenes. Se tiene como principal resultado que con un valor de Rho de Spearman se obtuvo el $-0,753$ deduciendo que hay una correlación fuerte e inversa; además se obtuvo el valor de $p = 0,000$ ($p < \alpha$). Se concluye que la autoeficacia académica se encuentra en un nivel medio con el 38.3%, del mismo modo, ocurre con la variable ansiedad ante los exámenes de inglés el cual presenta un nivel moderado del 36.7%.

Palabras clave: ansiedad, autoeficacia, estrés.

Abstract

The present research presents as a general objective to determine the relationship between anxiety before English evaluations and self-efficacy in students from the RTC Institute Language Center, Chiclayo; institution where the entire study process was carried out. The methodology of this research was of a quantitative approach and the design used was a non-experimental cross-sectional correlational level; From the same perspective, the population was made up of 60 students from the RTC Institute Language Center in the city of Chiclayo, for which the sample was equivalent to the same amount of the population; For this, two questionnaires were applied, the Bassler and Schwarcer questionnaire to measure self-efficacy and the CAEX questionnaire to measure test anxiety. The main result is that with a Spearman Rho value, - 0.753 was obtained, deducing that there is a strong and inverse correlation; in addition, the value of $p = 0.000$ ($p < \alpha$) was obtained. It is concluded that academic self-efficacy is at a medium level with 38.3%, in the same way, it occurs with the anxiety variable before English tests, which presents a moderate level of 36.7%.

Keywords: anxiety, self-efficacy, stress

I. INTRODUCCIÓN

En todo el mundo, la ansiedad ante los exámenes es un problema de salud común entre los estudiantes, el cual, Tsegay et al. (2019) señala que la magnitud de la ansiedad varía del 25 al 40% y tiene un efecto perjudicial en la productividad académica y el éxito de los escolares. Por otro lado, Yusefzadeh et al. (2019) señala que en Irán, el 47% de estudiantes de una universidad pública presentan ansiedad ante los exámenes, reflejándose en no tener suficiente tiempo para prepararse o de estar insatisfechos con el desempeño académico en las evaluaciones. Asimismo, Thomas et al. (2018) señala que alrededor del 45% de los estudiantes universitarios presentan un nivel alto de ansiedad ante las pruebas de inglés, siendo muy alarmante porque puede debilitar el rendimiento académico.

Sumado a ello en Inglaterra, Keating (2019) los estudiantes de las diversas instituciones universitarias presentan altos niveles de ansiedad ante los exámenes llegando a generar un problema en el desempeño (como no asistir, entrar en pánico, sentirse abrumado y no completar los exámenes), sobre todo problemas de salud mental; por ello, es importante identificar y responder a las necesidades de sus estudiantes, para ofrecer apoyo a quienes más lo necesiten.

Rajendran et al. (2021) señala que en Irán, la memoria y la concentración son factores que intervienen directamente en el estrés de los estudiantes universitarios; además, indica que los varones presentan más cuadros de estrés (antes del examen) que las mujeres. En esa misma línea, Elsalem et al. (2020) sostiene que el 32% presenta más estrés con los exámenes electrónicos, el cual, la duración del examen, el modo de navegación de las preguntas y los problemas técnicos (plataforma de examen y conectividad a Internet) aparecieron como los principales factores relacionados con el estrés.

Asimismo, en Paraguay, Ayala et al. (2021) el 61% de los estudiantes de universidades estatales presentan síntomas de depresión y 68% cuadros de ansiedad ante exámenes de inglés; la cual, esta última es una de las patologías que presenta los índices más altos de prevalencia en el mundo, afectando la capacidad de afrontamiento de problemas y las relaciones interpersonales.

A nivel nacional, Ordinola y Alvarado (2020) señalan que el 33% de estudiantes de ciencias políticas presentan un nivel alto de ansiedad frente a exámenes de inglés. Asimismo, Dominguez (2018) señala que los exámenes son vistos como uno de los estresores más importantes en los estudiantes, originando en ellos cuadros de ansiedad; es por ello, que más del 46% de estudiantes de una universidad de Lima presentan altos niveles de ansiedad repercutiendo en su autoeficacia académica. Además, Caycho et al. (2020) señala que la gran mayoría de estudiantes universitarios bajo la crisis sanitaria del COVID-19 presentan entre el 70% y 90% niveles de ansiedad severo, 2.7% ansiedad moderada y el 23% ansiedad leve ante los exámenes de inglés.

Por su parte, Ponce (2017) señala que en Huánuco, el 42% se ubican en un nivel normal en relación a la autoeficacia en los exámenes de inglés. Adicionalmente, Saravia et al. (2020) manifiesta que los estudiantes de una universidad estatal presentan niveles altos de ansiedad ante los exámenes virtuales, durante la actual pandemia, debido a que tienen problemas en la conectividad. De igual manera, Pajuelo (2019) señala que durante el proceso académico los estudiantes deben pasar por diferentes evaluaciones, el cual, dicho evento conlleva a diversas situaciones de mucha tensión y presión, ocasionando así ansiedad antes de rendir un examen en cualquiera de sus modalidades.

A nivel local, en el centro de idiomas RTC Institute, los estudiantes provienen en un 50% de colegios nacionales con escasos conocimientos en el idioma inglés y el uso de las TIC 's, El 30% de colegios particulares con conocimientos básico del idioma y por último el 20% de la población provienen de distritos y caseríos, esta población por su condición económica no pueden tener un internet de banda adecuada, presentando así problemas de conectividad e incluso de electricidad, estas características que presentan los estudiantes del centro de idiomas RCT Institute está causando en los estudiantes ansiedad ante las evaluaciones de inglés al momento de desarrollarlas, porque se desconectan de las clases con frecuencia y no comprenden en su totalidad el tema expuesto, manifestándose preocupados y nerviosos por el temor a desaprobado el nivel del idioma.

Ante lo mencionado, la pregunta de investigación, estuvo conformada por la siguiente: ¿Existe relación entre la ansiedad ante las evaluaciones de inglés y la

autoeficacia en el centro de idiomas RTC Institute? Por otra parte, la investigación fue relevante porque analizó la relación de la ansiedad ante las evaluaciones de inglés y autoeficacia en estudiantes del Centro de Idiomas RTC Institute; la cual, resulta de gran relevancia e importancia para el campo educativo, debido a que conocer esta relación, puede permitir mejorar los niveles de ansiedad en los estudiantes; por otro lado, la implicancia social estuvo relacionada con las personas directamente beneficiadas de este estudio; que fueron los estudiantes del nivel básico de este centro de idiomas.

En cuanto al valor teórico fue contributivo porque, permitió revisar los niveles de ansiedad ante las evaluaciones de inglés y evaluar la base teórica de la autoeficacia académica en estudiantes; con respecto al valor práctico, estuvo referido al manejo de los instrumentos de este estudio y su aplicación en otros estudios del mismo tipo que buscan profundizar la autoeficacia académica en relación a la ansiedad ante las evaluaciones de inglés. Finalmente, el valor metodológico, presentó una gran importancia con las recomendaciones que se han propuesto ya que pueden ser publicados en revistas especializadas en psicología educativa.

Para ir concluyendo, como objetivo general, se planteó el siguiente: determinar la relación entre la ansiedad ante las evaluaciones de inglés y autoeficacia en estudiantes del Centro de Idiomas RTC Institute, Chiclayo. Adicionalmente, como específicos se presentan los siguientes: examinar la autoeficacia académica ante las evaluaciones de inglés en estudiantes del Centro de Idiomas RTC Institute; el segundo objetivo fue analizar la ansiedad ante las evaluaciones de inglés del Centro de Idiomas RTC Institute y el último objetivo se basó en relacionar las dimensiones de la ansiedad ante las evaluaciones de inglés y la autoeficacia en estudiantes del Centro de Idiomas RTC Institute.

Finalmente, como hipótesis general se tuvo: H1: Existe relación entre la ansiedad ante las evaluaciones de inglés y autoeficacia en estudiantes del centro de idiomas RTC Institute, Chiclayo y la hipótesis nula es H0: No existe relación entre la ansiedad y la autoeficacia académica ante las evaluaciones de inglés en la ansiedad ante las evaluaciones de inglés y autoeficacia en estudiantes del centro de idiomas RTC Institute, Chiclayo.

II. MARCO TEÓRICO

En relación a los antecedentes del estudio, a nivel internacional, se tiene el estudio de Ferreira et al. (2020) presenta como meta, investigar las relaciones entre el estrés fisiológico, los niveles autoinformados de ansiedad y autoeficacia en estudiantes frente a un examen. Se aplicó métodos mixtos concurrentes; asimismo, como consecuencia, existe una alta proporción de estudiantes que presentan ansiedad de estado alto (37,5%). Se dedujo que existe una correlación directa moderada y significativa para las puntuaciones de autoeficacia y la ansiedad ($r = 0,475$, $p = 0,007$).

Lei et al. (2021) en su estudio realizado en China, tiene como meta analizar la relación entre la autoeficacia académica y la ansiedad frente a los exámenes, ante ello, el estudio fue descriptivo y utilizó como instrumento un cuestionario. Los hallazgos sugieren que tanto las características psicológicas positivas personales como los factores ambientales de la escuela son factores protectores para la ansiedad ante los exámenes en los alumnos del nivel secundario. Se deduce que existe relación entre las variables mencionadas.

Por su parte, Díaz y Castro (2020) en su investigación realizado en Colombia, presenta como meta analizar la ansiedad en estudiantes universitarios ante los exámenes, para ello, se aplicó un estudio descriptivo, obteniendo como principal resultado que el nivel de dificultad depende del contenido y duración del examen, así mismo el nivel de conocimientos que poseen los estudiantes; por ello, se concluyó que la ansiedad es una sintomatología muy prevalente en los educandos, repercutiendo directamente en el rendimiento académico.

Por otro lado, Asayesh et al. (2017) sostiene como objetivo en su estudio precisar la relación entre la autoeficacia y ansiedad ante los exámenes en los estudiantes universitarios de Qom. Esta investigación fue transversal y se aplicó con una población de 233 estudiantes. Además, como principal resultado se tiene que la puntuación de ansiedad ante los exámenes del 43% regular; por ello, se concluye que el estudiante con mayor autoeficacia experimenta una menor ansiedad ante los exámenes.

Onyeizugbo (2019) presenta como objetivo se tiene que examinar la autoeficacia y la ansiedad ante los exámenes como correlatos del rendimiento académico entre 249 estudiantes de pregrado de una universidad en el este de Nigeria, la cual, la investigación fue Correlacional y descriptiva; como principal resultado se tiene que existe una alta correlación observada entre la autoeficacia y la ansiedad ante los exámenes; por lo tanto, se concluye que ambas variables son predictores esenciales que definen la productividad académica.

A nivel nacional, Barrutia (2021) en su estudio realizado en Lima, cuya meta fue analizar la relación entre la autoeficacia académica y la ansiedad ante los exámenes, por el cual la muestra estuvo integrada por 370 escolares, siendo un diseño Correlacional; ante lo mencionado, se halla una relación negativa entre las dimensiones de preocupación ante los exámenes y la autoeficacia.

Gómez (2021) en su estudio realizado en Trujillo, posee como objetivo determinar la relación entre la ansiedad y autoeficacia, por el cual, fue de tipo descriptivo Correlacional y los sujetos informantes lo conformaron 353 universitarios. Los resultados evidenciaron la existencia de una correlación inversa y muy significativa ($r = -.373$; $p < 0.01$) en dichas variables, traducándose, en que, si los universitarios creen en su propia capacidad para conseguir las tareas académicas, se obtendrá un menor nerviosismo, fastidio e irritabilidad, ante circunstancias que miden su rendimiento académico.

Florían y Vasquez (2019) presenta como objetivo de su estudio establecer la asociación entre la autoeficacia y ansiedad en estudiantes de un instituto de la ciudad de Lima, el cual, se basó en un estudio bajo el enfoque Correlacional y tuvo como muestra a 96 estudiantes. Como principal resultado se tiene que la ansiedad es un componente notable ante la aparición de la autoeficacia. Por ello, se concluyó que existe correlación directa y significativa entre la autoeficacia y la sub escala de ansiedad cognitiva, fisiológica y motora.

Córdova (2019) tiene como finalidad determinar el nivel de relación entre la prevención de la ansiedad y la autoeficacia académica, siendo de nivel Correlacional, con una muestra de 161 egresados, como principal resultado se tiene que la autoeficacia se asocia de manera directa con la prevención de la ansiedad, con un nivel de correlación fuerte de $r = 0.621$. Además, se concluyó que el 45% de

los estudiantes han referido presentar una ansiedad alta y con el 55% tienen una baja autoeficacia académica.

Ponce (2017) presenta como objetivo analizar la asociación entre la autoeficacia y ansiedad entre estudiantes de escuelas nacionales de Huánuco. El tipo de estudio fue descriptiva Correlacional, el cual, como principal hallazgo se tiene que a mayor intensidad de depresión se le atribuye un bajo nivel de autoeficacia; por lo contrario, a menor ímpetu de depresión, se le atribuye un elevado nivel de autoeficacia.

A nivel local, Cruz (2021) presenta como objetivo medir la asociación entre la ansiedad y la procrastinación académica en estudiantes, se aplicó el diseño no experimental, con una muestra de 151 estudiantes y se administró la técnica de la encuesta, cuyos resultados evidenciaron una baja relación entre las variables analizadas, de igual manera, se tiene una mayor frecuencia de nivel medio ante el atraso de actividades y en autorregulación académica.

Merino (2018) sostiene en su estudio que tiene como finalidad evaluar la correlación entre la procrastinación académica y la autoeficacia en estudiantes de una universidad de la ciudad de Chiclayo, siendo de tipo cuantitativo y la muestra se conformó 248 estudiantes; además, los resultados evidenciaron que existe una relación negativa y moderada entre las variables investigadas ($\rho = -0.448$; $p = 0.000$). Se concluyó que la autoeficacia prevaleció en un nivel medio con 47% en los estudiantes universitarios.

Con respecto a la base teórica, ahora se presenta la descripción de ambas variables, en relación con la ansiedad ante los exámenes según la teoría del valor de control de las emociones de logro propuesta por Pekrun (citado por Steinmayr et al., 2016) quien señaló que la ansiedad ante los exámenes es el resultado de una interacción de control cognitivo y evaluaciones de valor con respecto a una situación de logro específica (por ejemplo, un próximo examen). Mientras que las evaluaciones de valor se refieren al valor que los estudiantes atribuyen subjetivamente a las actividades de logro (por ejemplo, el aprendizaje para el examen) y sus resultados (por ejemplo, aprobar el examen), las evaluaciones de control se refieren a la evaluación de los estudiantes de su control subjetivo con respecto a estas actividades de logro y sus respectivos resultados. En particular, se asume que la ansiedad ante los exámenes surge cuando los estudiantes se

enfocan en una situación de logro pendiente de alto valor personal (por ejemplo, un examen final) mientras se sienten medianos en el control de sus actividades de rendimiento.

Por otro lado, Griffin (citado por Walters et al., 2014) define a la ansiedad como la aprensión, tensión o malestar que surge de la anticipación del peligro, que puede ser interno o externo. De igual manera, Munir y Takov (2021) refieren que es un trastorno de salud mental que produce miedo, preocupación y un sentimiento constante de estar abrumado. Se caracteriza por una preocupación excesiva, persistente y poco realista por las cosas cotidianas.

Según Ping et al. (2020) sostiene que la ansiedad ante los exámenes se define como la reacción a los estímulos que se asocia con la experiencia de un individuo de probar o evaluar situaciones. Además, Zeidner (citado por Howard, 2020) define la ansiedad ante los exámenes como un rasgo específico de la situación que se refiere a los estados de ansiedad experimentados durante los exámenes. Se trata de una construcción compleja y multidimensional, que incorpora distintas percepciones individuales y respuestas fisiológicas y conductuales.

Además, Krispenz et al. (2019) señaló la ansiedad ante los exámenes se experimenta en contextos de logro que se perciben como potencialmente amenazantes para la autoestima (por ejemplo, exámenes importantes). La ansiedad ante los exámenes es una construcción multidimensional: a nivel fisiológico, los estudiantes ansiosos por los exámenes pueden experimentar sudoración, palpitaciones, temblores y náuseas.

Los estudiantes que sufren de ansiedad ante los exámenes con frecuencia experimentan distracciones y problemas al momento de prepararse para rendir un examen. La ansiedad ante los exámenes se refleja en las quejas de los estudiantes de no tener suficiente tiempo para prepararse para los exámenes o estudiar los materiales del curso, o de estar insatisfechos con el desempeño académico en evaluaciones anteriores (Heinig et al., 2017).

Además, la ansiedad ante los exámenes afecta a los estudiantes en el campo de la valoración y evaluación de sus habilidades y logros; según Crede et al. (2015) sostiene que las personas ansiosas por los exámenes se caracterizan por hábitos y actitudes adquiridos que implican autopercepciones y expectativas negativas.

Estas actitudes de autocrítica predisponen a las personas ansiosas por los exámenes a experimentar miedo y una mayor actividad fisiológica en situaciones tales como exámenes en los que interpretan y responden a eventos en el entorno.

Sumado a ello, Hadian y Javanbakht (2014) señaló que la mayoría de los estudiantes experimentan algunos niveles de ansiedad durante un examen; cuando la ansiedad afecta el rendimiento de la prueba, se convierte en un problema. La ansiedad ante los exámenes puede interferir con la capacidad de los estudiantes para desempeñarse adecuadamente y evitar que los estudiantes demuestren sus conocimientos en los exámenes. Algunos estudiantes tienen las habilidades y el conocimiento para desempeñarse muy bien en situaciones de prueba, pero su ansiedad excesiva afecta su desempeño. Entre muchos factores, la ansiedad puede explicar las diferencias en el desempeño de la comprensión lectora entre los alumnos y tiene un efecto tremendo en la lectura de lenguas extranjeras.

Por otro lado, la ansiedad ante los exámenes es el resultado de una interacción de control cognitivo y evaluaciones de valor con respecto a una situación de logro específica (por ejemplo, un próximo examen). Mientras que las evaluaciones de valor se refieren al valor que los estudiantes atribuyen subjetivamente a las actividades de logro (por ejemplo, el aprendizaje para el examen) y sus resultados (por ejemplo, aprobar el examen), las evaluaciones de control se refieren a la evaluación de los estudiantes de su control subjetivo con respecto a estas actividades de logro y sus respectivos resultados. En particular, se asume que la ansiedad ante los exámenes surge cuando los estudiantes se enfocan en una situación de logro pendiente de alto valor personal (por ejemplo, un examen final) mientras se sienten medianos en el control de sus actividades de rendimiento. Tales evaluaciones de control que causan ansiedad pueden ser una consecuencia de las bajas expectativas de autoeficacia, también se asume que su expectativa de control con respecto a la situación de logro se ve afectada negativamente (Krispenz et al., 2019).

La ansiedad ante los exámenes cognitivos es la parte de preocupación de la reacción cognitiva o el diálogo interno antes, durante y después de situaciones de evaluación, que se correlaciona con el rendimiento académico. Las personas que tienen altos niveles de ansiedad ante las pruebas cognitivas a menudo informan

sentimientos de comparar el desempeño personal con sus compañeros, preocupaciones por las consecuencias del fracaso, bajos niveles de confianza en sus propias habilidades y demasiada preocupación por la evaluación. Además, el componente emocional (a veces llamado tensión) se refiere a los síntomas fisiológicos agudos que surgen de la excitación del sistema nervioso autónomo y las respuestas afectivas relacionadas que tienen los estudiantes durante la prueba, cuyas manifestaciones fisiológicas incluyen un aumento de la respuesta galvánica de la piel, frecuencia cardíaca, mareos por tensión muscular, náuseas o sensación de pánico (Duraku, 2017).

Asimismo, Arbabisarjou et al. (2016) sostiene que un nivel medio de ansiedad es útil ya que un factor de motivación eficaz puede mejorar el rendimiento de uno para un mayor esfuerzo. Sin embargo, la ansiedad excesiva puede resultar en diferentes efectos como la alteración de los procesos mentales. Adicionalmente, Zwettler et al. (2018) refiere que los estudiantes que sufren de ansiedad ante los exámenes a menudo experimentan dificultades de concentración en situaciones de examen, síntomas depresivos, molestias somáticas y problemas para preparar los exámenes, La ansiedad ante los exámenes también se correlaciona negativamente con el rendimiento académico y, por lo tanto, puede llevar a una subestimación del rendimiento individual. Por lo tanto, las consecuencias de la ansiedad ante los exámenes son, por ejemplo, la prolongación del período de estudio, el aumento de las tasas de abandono universitario, la reprobación de exámenes y las deficiencias físicas y psicológicas

Según Sanchez (citado por Sairitupac et al., 2020) señala que las dimensiones que medirán esta variable serán: la preocupación, que hace referencia al aspecto cognitivo de la ansiedad y pensamientos de tipos cognitivos acerca del examen. A ello, se suman pensamientos de pesimismo e inseguridad de sí mismo, de la situación y de la consecuencia en torno a los exámenes.

La segunda dimensión se tiene las reacciones fisiológicas, que se componen como una serie de atributos fisiológicos que aparecen como respuestas ante los cuadros de ansiedad, además, también son aquellas respuestas orgánicas causadas por las tensiones excesivas que enfrenta los estudiantes. Su surgimiento aparece ante

las activaciones del sistema nervioso autonómico, trayendo consigo consecuencias físicas como aceleración del ritmo cardíaco, sudoración, taquicardia, entre otros.

Ahora se presenta a las situaciones, que abarcan las circunstancias y los tipos de exámenes más habituales que se rinden para medir las habilidades educativas; además, se refleja síntomas de afrontamiento a los exámenes según los factores externos y la tipología de los mismos o del ambiente académico que desencadena una respuesta de ansiedad. Por último se tiene a las respuestas de evitación, haciendo referencia a los comportamientos de escape, el cual es un atributo propio de los principales problemas de ansiedad; además, es una manera de afrontamiento invertido, en virtud del cual los estudiantes perciben la situación de ansiedad (Sairitupac et al., 2020).

Pasando a otra instancia, ahora se tiene a la segunda variable, por ello, como principal teoría se tiene la que planteó Bandura (citado por Díaz, 2019) quien definió la autoeficacia como los juicios de las personas sobre sus capacidades para organizar y ejecutar los cursos de acción necesarios para lograr determinados tipos de actuaciones. Dos aspectos importantes de esta definición merecen una explicación más detallada. Primero, la autoeficacia es una *creencia* sobre la capacidad de uno y, como tal, no necesariamente coincide con la capacidad real de uno en un dominio específico.

De hecho, los resultados de la investigación han sugerido que la mayoría de las personas subestiman sus capacidades académicas. Bandura argumentó, sin embargo, que los juicios de eficacia más útiles son aquellos que exceden ligeramente las capacidades reales de uno, ya que esta modesta sobreestimación puede aumentar el esfuerzo y la persistencia durante tiempos difíciles. Un segundo aspecto importante de la definición de Bandura de autoeficacia es la idea de que los individuos hacen uso de sus juicios de eficacia en referencia a algún objetivo ('lograr tipos designados de desempeños'), que refleja la naturaleza de la eficacia tanto de la tarea como de la situación específica. creencias.

Este aspecto de la autoeficacia contrasta con otras medidas de expectativa más generales, como el autoconcepto y las autopercepciones de competencia que, aunque pueden ser específicas de dominio, tienden a ser autopercepciones más globales.

Por otro lado, Feldman et al. (2016) señala que la autoeficacia académica, esta relacionado con las creencias personales específicas acerca de la capacidad de los educandos para regular, ejecutar y organizar actividades para conseguir los niveles deseados acerca del rendimiento académico. Asimismo, sostiene que la autoeficacia es una creencia personal en la capacidad de uno para organizar y ejecutar los cursos de acción necesarios para lograr determinados tipos de actuaciones.

Además, la autoeficacia académica también se ha relacionado con la procrastinación y la motivación, ya que según Burgos y Salas (2020) sostiene que entre más confianza tengan las personas en sus propias capacidades y habilidades para alcanzar una meta que se proyecta difícil, la conducta de aplazar las tareas serán menores; de igual manera, el tiempo de inicio será el más apropiado y mayor será la persistencia para alcanzarlo. Además, la motivación intrínseca toma un rol esencial para la procrastinación, ya que los procrastinadores son sujetos con niveles bajos de autorregulación debido a que son influidos por la presencia de distracciones que aplazan el sostenimiento o el inicio de las actividades que se pretende ejecutar.

Los estudiantes que tienen una baja autoeficacia en la investigación no están seguros de su capacidad para realizar una investigación y no creen que su intento les lleve al éxito y a menudo están ansiosos, especialmente cuando son evaluados sienten una falta de competencia. En cambio, los estudiantes que tienen una mayor autoeficacia creen en su competencia tienen la capacidad de investigar y tienen más éxito en la investigación (Bierer et al., 2015).

Bajo esa misma perspectiva, Maghsoudi et al. (2017) refiere que el desempeño académico de los estudiantes es uno de los indicadores más importantes en la evaluación de la educación de posgrado que estudiar los factores asociados ha sido más considerado por los expertos en educación durante las últimas tres décadas para que los planificadores académicos puedan planificar intervenciones adecuadas para mejorar el desempeño universitario.

Por otro lado, Meadows (citado por Florían y Vasquez, 2019) refiere que los factores que influyen en la autoeficacia, es la persuasión social; debido a que el apoyo incrementa la autoeficacia, mientras que el desánimo la disminuye; como segundo factor se tiene, a las respuestas psicológicas ya que las sensaciones de estrés reducen la autoeficacia, cuando se le considera como una señal de falta de capacidad.

Para ir concluyendo con las bases teóricas, ahora se presentan a las dimensiones de la autoeficacia, el cual, está conformada por el logro de metas que se relacionada con la consecución de una meta que ha sido previamente acordada por los estudiantes; como segunda dimensión se tiene a la resolución de problemas que está referido a la solución de posibles problemas haciendo uso de recursos personales; y finalmente como última dimensión se tiene a la autoconfianza, el cual requiere de que cada alumno tenga confianza en sí mismo, en sus propias capacidades para afrontar alguna situación inesperada.(Quispe, 2018)

Finalmente, se presenta al marco conceptual los siguientes terminos básicos que son indispensables para el presente estudio: Como primer término se tiene a la autoestima, el cual, Bailey (citado por Renske y Boyer, 2021) señaló que es un término simplista para estados mentales variados y complejos relacionados a cómo uno se ve a sí mismo.

Con respecto a la autoconfianza, según Costa et al. (2019) refiere que son las autoevaluaciones que tiene la persona acerca de lo que se cree capaz de realizar. Bajo este contexto, la autoconfianza es la percepción o creencia que el alumno posee sobre su propia capacidad para realizar sus tareas o exámenes

Como tercer término se tiene a la depresión que según Chand y Arif (2021) quien lo define como un trastorno del estado de ánimo que causan sentimientos persistentes de pérdida de interés y tristeza.

Rasheed et al. (2017) hace referencia que el estrés académico es un trastorno psicológico y una de las causas más comunes de los problemas psicológicos en alumnos de todos los niveles educativos.

Asimismo, en relación a la autoestima, Cook y Artino (2016) manifiestan que es el proceso mediante el cual se inician y mantienen las actividades dirigidas a objetivos.

Con respecto a la procrastinación académica, según Limone et al. (2020) referida a un comportamiento disfuncional asociado negativamente con la salud, la riqueza y la felicidad

En cuanto al rendimiento académico, Navarro (citado por Avendaño et al., 2016) manifiesta que es la expresión de los valores, actitudes y habilidades que son desarrollados por los alumnos mediante el proceso de aprendizaje-enseñanza, es decir, que son aquellas actividades encaminadas a la interpretación y explicación de lo aprendido sintetizándose en valores cualitativos o cuantitativos.

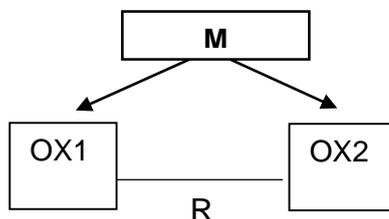
Con respecto a la salud mental, Galderisi et al. (2015) señala que es un estado de bienestar, por el cual la persona, tiene en cuenta sus propias capacidades, el cual, hace frente a las tensiones normales de la vida.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

El presente estudio, relacionado a la ansiedad y autoeficacia, tuvo un enfoque cuantitativo, tal y como lo manifiesta Hernandez y Mendoza (2018) este enfoque consiste en analizar y recolectar data numérica; asimismo, se puede manejar para encontrar promedios, realizar pronósticos y generalizar resultados a poblaciones más extensas, este procedimiento es el que se realizó al procesar las variables de ansiedad ante las evaluaciones de inglés y autoeficacia, es decir los datos se presentan en información numérica.

Además, en cuanto al diseño de la investigación, fue no experimental, porque según Escobar et al. (2018) estas investigaciones no implican la manipulación de control o variable independiente. El investigador mide las variables como ocurren naturalmente. Asimismo, fue de nivel correlacional-causal, porque se midió la relación de las variables a investigar que son la autoeficacia y la ansiedad, además se evaluó una relación estadística (es decir, la correlación) entre ellas. A continuación, se presenta el esquema de la correlación:



M : Muestra

OX1 : Ansiedad ante las evaluaciones de inglés

OX2 : Autoeficacia

R : Nivel de relación entre variables.

3.2. Variables y operacionalización

Variable 1 : Ansiedad

Definición conceptual: Ping et al. (2008) señala que la ansiedad ante los exámenes es la reacción a los estímulos que se asocia con la experiencia de un individuo de probar o evaluar diversas situaciones.

Definición operacional: Se midió a través de un cuestionario, con escala de likert; el cual estuvo constituido por tres dimensiones, la primera de ellas es el logro de metas, la cual estuvo conformado por la persistencia y la experiencia como indicadores; en cuanto a la segunda dimensión, se tiene la resolución de problemas, donde los indicadores serán la toma de decisiones y la solución, como última dimensión será la autoconfianza cuyos indicadores son las habilidades sociales y el nivel de confianza.

Variable 2: Autoeficacia académica

Definición conceptual: en relación a esta variable, Bandura (citado por Artino, 2012) sostiene que se refiere a los juicios de las personas sobre sus capacidades para organizar y ejecutar acciones necesarias para alcanzar ciertos logros.

Definición operacional: fue medido a través de un cuestionario, con una escala de medición de likert, el cual ha sido evaluado por las siguientes dimensiones: preocupación cuyos indicadores están referidos a la dificultad para concentrarse y pensar, en cuanto a las reacciones fisiológicas los indicadores serán la dificultad para respirar, ritmo cardíaco acelerado, sudoración o manos frías, sequedad de la boca, mareos-náusas y la sensación de tener un nudo en la garganta. Para ir concluyendo, se tiene a la tercera dimensión denominada situaciones, cuyos indicadores son la percepción del ambiente como incontrolable, nerviosismo, temor e inseguridad a las exámenes, finalmente se tiene como última dimensión a las respuestas de evitación, donde los indicadores serán las excusas para no rendir un examen, intranquilidad, quedarse paralizado y alivio al terminar un examen.

3.3. Población, muestra, muestreo, unidad de análisis

Población: En relación a este punto, la población lo conformaron todos los estudiantes que pertenecen al nivel básico de inglés del Centro de Idiomas RTC Institute, siendo un total de 60 estudiantes universitarios.

Criterios de inclusión: Estudiantes de cualquier ciclo universitario, pero que estén en el nivel básico de inglés.

Criterios de exclusión: Estudiantes del nivel pre-intermedio, intermedio y avanzado del centro de idiomas y estudiantes con permisos médicos.

Muestra: Se trabajó con la misma cantidad de la población, debido a que será una muestra censal.

Muestreo: Se utilizó el no probabilístico por conveniencia, ya que los sujetos informantes, no van a depender de posibles probabilidades numéricas.

Unidad de análisis: Estudiantes del nivel básico de inglés del Centro de Idiomas RTC Institute.

3.4 Procedimientos

En relación a este punto, en primer lugar, se realizó la búsqueda de la información mediante fuentes confiables y que tengan rigor para el sustento teórico de las variables; luego se fijó la metodología a emplear para el estudio. Como tercer paso, se procedió al diseño de los instrumentos correspondiente a cada variable.

Posteriormente, a lo mencionado, se envió una solicitud al director académico del Centro de Idiomas RTC Institute para el desarrollo de la investigación, el cual fue emitido por la Escuela de Post Grado de la Universidad César Vallejo. Seguidamente se coordinó con los estudiantes del centro de idiomas para el envío de los respectivos cuestionarios a través del google forms y por último se procedió a la recolección de datos.

3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Con respecto a las técnicas para ambas variables se utilizó la encuesta y como instrumento el cuestionario; es por ello, que para la variable autoeficacia académica, se utilizó el cuestionario de Bassler y Schwarzer (citado por Quispe, 2018), señala que este cuestionario esta referido a la confianza que posee cada estudiante en sus capacidades para manejar sus estresores; el cual, este cuestionario esta constituido por 9 ítems con respuestas en una escala de Likert, donde comprende los siguientes rangos: 0 = nunca, 1 = casi nunca, 2 = a veces, 3 = Casi siempre y 4=Siempre; además el máximo puntaje simboliza el nivel más alto de autoeficacia académica percibida y el puntaje menor representa el nivel más bajo; siendo el mayor puntaje de 36 y el menor de 0.

Por otro lado, se tiene al cuestionario de ansiedad, el cual fue medido por el Cuestionario de Ansiedad ante Exámenes (CAEX) que consta de 50 ítems, distribuido de la siguiente manera:

Dimensiones	Ítems
Preocupación	8,13,15,16,17,19,21,24,25,30,31,37,38,39
Reacciones fisiológicas	1,2,3,6,7,9,10,11,20,26,27,28,29,33,34
Situaciones	5,32,36,40,41,42,43,44,45,46,47,48,49,50
Respuesta de evitación	4,12,14,18,22,23,25

Fuente: Cuestionario de Ansiedad ante Exámenes CAEX

Asimismo, con respecto a la confiabilidad y validez de los instrumentos a utilizar, estos instrumentos ya están validados; ante ello, para el cuestionario de autoeficacia, presenta una confiabilidad del 0.08 y en cuanto al cuestionario de ansiedad ante las evaluaciones de inglés se ha demostrado a través del Alpha de Crombach un valor de 0.92; y una validez de 0,68 según el análisis factorial con rotación varimax.

3.6 Métodos de análisis de datos

En esta parte, para el análisis de la data obtenida de los cuestionarios de ambas variables investigadas, se desarrolló a través de la prueba del Rho de Spearman, el cual, tiene como principal función evaluar el nivel de relación de las variables planteadas (ansiedad y autoeficacia académica) en este informe. Bajo esa misma perspectiva, toda la data procesada se presenta por medio de tablas; y todo ello, se llevó a cabo mediante el programa Statistical Package for Social Sciences (SPSS). Versión. 22. Además, se trabajó con el análisis descriptivo e inferencial para toda la información que se requiera.

3.7 Aspectos éticos

En este trabajo se ha tenido la debida confidencialidad y respeto para cada uno de los sujetos informantes; además toda la data que se obtuvo ha estado bajo el anonimato. Por otro lado, el estudio contó con el comité ético de la universidad, correspondiéndole al criterio ético de autonomía. Finalmente, también estuvo bajo el principio de transparencia ya que todos los hallazgos que se han obtenido de este trabajo fueron expuestos tal y como sucedieron.

IV. RESULTADOS

Objetivo General: Determinar la relación entre la ansiedad ante las evaluaciones de inglés y autoeficacia en estudiantes del Centro de Idiomas RTC Institute

Tabla 1

Relación entre la ansiedad ante las evaluaciones de inglés y autoeficacia

			Autoeficacia
Rho de	Ansiedad ante las	Coefficiente de correlación	-,753
Spearman	evaluaciones	Sig. (bilateral)	,000
		N	60

Fuente: elaboración propia

En la tabla 1, se aprecia los resultados del objetivo general, se observa el valor de Rho de Spearman fue del $-0,753$ arroja una correlación fuerte e inversa; además se obtuvo el valor de $p = 0,000$ ($p < \alpha$); permitiendo rechazar el H_0 y aceptar H_1 . Por lo tanto, se encontró una correlación lineal estadísticamente significativa fuerte y directamente proporcional entre la ansiedad y la autoeficacia académica de los estudiantes del centro de idiomas RTC Institute.

Objetivo Específico 01: Examinar la autoeficacia académica ante las evaluaciones de inglés en estudiantes del Centro de Idiomas RTC Institute.

Tabla 2

Autoeficacia en estudiantes del del RTC Institute

		n	%
Autoeficacia académica	Bajo	19	31,7
	Medio	23	38,3
	Alto	18	30,0
	Total	60	100,0

Fuente: elaboración propia

Los resultados muestran los hallazgos encontrados del primer objetivo específico, donde el 31,7% de estudiantes presentan un nivel bajo de autoeficacia académica; sin embargo el que más predominó fue el nivel medio con un 38,3%, debido a que la mayoría de estudiantes poseen pensamientos negativos en relación a su rendimiento académico, es decir, no se sienten seguros de sus capacidades y destrezas que poseen para el desarrollo de sus actividades académicas; asimismo el 30,0% de los estudiantes han manifestado que poseen un nivel alto de autoeficacia en el Centro de Idiomas RTC Institute.

Objetivo Específico 02: Analizar la ansiedad ante las evaluaciones de inglés del Centro de Idiomas RTC Institute

Tabla 3

Ansiedad ante las evaluaciones de inglés del RTC Institute.

		n	%
Ansiedad	Leve	21	35,0
	Moderada	22	36,7
	Grave	17	28,3
	Total	60	100,0

Fuente: elaboración propia

Como se aprecia en la tabla 3, los resultados reflejan los hallazgos más significativos del segundo objetivo específico, en el cual el 35,0% de los estudiantes del Centro de Idiomas RTC Institute, tienen un nivel de ansiedad leve ante las evaluaciones de inglés; seguido del 36,7% cuyo porcentaje fue el que más predominó en el estudio; es decir, los estudiantes presentan problemas y cuadros de estrés al momento de desarrollar un examen, y esto se debe a diversos factores, siendo uno de ellos, la falta de seguridad sobre ellos mismo; además, el 28.3% de los participantes del estudio muestran un nivel grave de ansiedad.

Objetivo específico 03: Relacionar las dimensiones de la ansiedad ante las evaluaciones de inglés y la autoeficacia en estudiantes del Centro de Idiomas RTC Institute

Tabla 4

Relación entre las dimensiones de la ansiedad y la autoeficacia

		Autoeficacia académica	
Rho de Spearman	Preocupación	Coeficiente de correlación	-,767
		Sig. (bilateral)	,000
		N	60
	Reacciones Fisiológicas	Coeficiente de correlación	-,783
		Sig. (bilateral)	,000
		N	60
	Situaciones	Coeficiente de correlación	-,761
		Sig. (bilateral)	,000
		N	60
	Respuestas de evitación	Coeficiente de correlación	-,774
		Sig. (bilateral)	,000
		N	60

Fuente: Elaboración propia

Finalmente, los resultados mostrados en la tabla 4, reflejan la correlación del último objetivo específico, el cual muestran que en la dimensión preocupación a través del r de Spearman se obtuvo el -0,767 indicando una correlación fuerte e inversa; con un valor de significancia del $p=0,000$ ($p < \alpha$); por otro lado, en la dimensión reacciones fisiológicas un r de Spearman de -0,783 esto indica una correlación fuerte e inversa con un valor de $p=0,000$ ($p < \alpha$); además, en la dimensión situaciones un r de Spearman de -0,761 esto indica una correlación fuerte e inversa con un valor de $p =0,000$ ($p < \alpha$); finalmente, en la dimensión respuestas de evitación un r de Spearman de -0,774 esto indica una correlación fuerte e inversa.

V. DISCUSIÓN

La ansiedad ante los exámenes, se le atribuye como una condición psicológica en la que los estudiantes experimentan angustia extrema en contextos de prueba; dicho esto, muchas personas pasan por cierto grado de estrés antes y durante las evaluaciones, llegando a afectar el aprendizaje y el rendimiento académico de los mismos. Si bien los estudiantes poseen el conocimiento y las habilidades para desempeñarse de la mejor manera frente a estas situaciones, su ansiedad excesiva perjudica su autoeficacia. Por ende, la gravedad de la ansiedad ante las evaluaciones puede llegar a variar proporcionalmente de una persona a otra, algunas llegan a sentir que tienen mariposas en el estómago; mientras que otras llegan a tener problemas relacionados a la concentración en el examen.

Por lo tanto, el presente capítulo comienza analizando el objetivo general del estudio que es determinar la relación entre la ansiedad ante las evaluaciones de inglés y la autoeficacia en estudiantes del Centro de Idiomas RTC Institute, por ello, en la tabla 1, se observa que a través de la prueba de Rho de Spearman se ha obtenido un valor de $-0,753$; el cual, se puede deducir que existe una correlación fuerte e inversa entre las variables antes mencionadas con un nivel de significancia de $p = 0,000$ ($p < \alpha$). Como se puede visualizar en lo mencionado anteriormente, los resultados encontrados en este objetivo, se relacionan con el sustento de Ferreira et al. (2020) quien en su estudio realizado concluyó que existe una correlación directa moderada y significativa para las puntuaciones de autoeficacia y la ansiedad ($r = 0,475$, $p = 0,007$).

Bajo esta misma perspectiva, Lei et al. (2021) concuerdan con los resultados obtenidos porque en su estudio realizado en China, señala que existe relación significativa entre la ansiedad y la autoeficacia académica. Asimismo, Onyeizugbo (2019) señala en su investigación realizada en Nigeria que existe una alta correlación observada entre la autoeficacia y la ansiedad ante los exámenes; por lo tanto, se concluye que ambas variables son predictores esenciales que definen la productividad académica.

Además, Gómez (2021) también concluyó que existe una correlación inversa y muy significativa ($r = -.373$; $p < 0.01$) en dichas variables, traducándose, en que, si los universitarios creen en su propia capacidad para conseguir las tareas académicas, se obtendrá un menor nerviosismo, fastidio e irritabilidad, ante circunstancias que miden su rendimiento académico. Sin embargo, discrepan con Barrutia (2021) quien encontró una relación negativa entre las dimensiones de preocupación ante los exámenes y la autoeficacia.

Ante lo expuesto, los hallazgos encontrados se contrastan con el aporte teórico de Maghsoudi et al. (2017) quien refiere que el desempeño académico de los estudiantes es uno de los indicadores más importantes en la evaluación de la educación de postgrado, que estudiar los factores asociados ha sido más considerado por los expertos en educación durante las últimas tres décadas para que los planificadores académicos puedan programar intervenciones adecuadas para mejorar el desempeño universitario.

Como se visualiza en los párrafos anteriores, las variables investigadas, se componen como elementos fundamentales que intervienen en el rendimiento académico de los estudiantes; debido a que es de vital importancia que los alumnos tengan un mejor control de su ansiedad y/o estrés ante las evaluaciones de inglés u otra asignatura, ya que, generan comportamiento y actitudes inapropiadas repercutiendo en su autoeficacia académica.

Pasando a otra instancia, ahora se realiza el respectivo análisis del primer objetivo específico, el cual radica en la evaluación de la autoeficacia académica en los estudiantes del Centro de Idiomas RCT Institute, por eso, en la tabla 2, el 38.3% de los participantes del estudio han referido que el nivel de autoeficacia que tienen sobre ellos mismos se encuentra en un nivel medio, mientras que el 31.7% considera que es bajo y el 30% de los estudiantes encuestados argumentan que tiene un nivel alto de autoeficacia.

Estos resultados concuerdan con Merino (2018) quien realizó un estudio en una universidad de Chiclayo, determinando que la autoeficacia prevaleció en un nivel medio con el 47% en los estudiantes universitarios. Lo mismo ocurre con Díaz y Castro (2020) quien sostiene que el nivel de dificultad depende del contenido y

duración del examen, así mismo el nivel de conocimientos que poseen los estudiantes

En cambio, estos resultados discrepan con Córdova (2019) quien plantea en su estudio que el 55% de las personas encuestadas tienen una baja autoeficacia académica, debido a que, la gran mayoría no se siente seguro de lo que es capaz de hacer y del conocimiento que poseen.

Bajo lo sustentado en líneas anteriores, ahora se tiene el enfoque teórico que plantea Feldman et al. (2016) quien indica que la autoeficacia académica, está relacionado con las creencias personales específicas acerca de la capacidad los educandos para regular, ejecutar y organizar actividades y conseguir los niveles deseados en su rendimiento académico. Asimismo, sostiene que la autoeficacia es la capacidad de una persona para organizar y ejecutar acciones necesarios para lograr determinados propósitos.

En consecuencia, estos resultados obtenidos, reflejan que los estudiantes de este instituto en estudio, no tienen confianza en sí mismos al momento de afrontar una situación completa o difícil, como es el rendimiento de exámenes; por ello, es muy importante, que creen en sí mismos, en sus capacidades, habilidades y destrezas académicas; con la única finalidad de que en cada una de las evaluaciones u otros eventos académicos que enfrenten, priorise la seguridad y confianza para el éxito en su vida profesional y personal.

Paralelamente a lo descrito, ahora se discute el segundo objetivo específico, donde se muestra en la tabla 3, que un 36.7% de los estudiantes del Centro de Idiomas RTC Institute han manifestado tener un nivel de ansiedad moderado ante las evaluaciones de inglés, del mismo modo, el 35% de ellos han señalado que para ellos su nivel de ansiedad es leve y en un 28.3% manifiestan que la ansiedad que perciben si es grave; estos resultados coinciden con Asayesh et al. (2017) cuyo autor indica que la puntuación de ansiedad ante los exámenes del 43% es regular; por ello, se concluye que el estudiante con mayor autoeficacia experimenta una menor ansiedad ante los exámenes.

De igual modo, coinciden con el sustento de Lei et al. (2021) quien menciona que las características psicológicas positivas personales como los factores ambientales de la escuela son factores protectores para la ansiedad ante los exámenes. Sumado a este punto de vista, Florían y Vasquez (2019) también refieren que la ansiedad es un componente notable ante la aparición de la autoeficacia.

Sin embargo, estos resultados no tienen el mismo enfoque de Ferreira et al. (2020) quien en su estudio concluyó que existe una alta proporción de estudiantes que presentan ansiedad de estado alto (37,5%). Sumado a ello, se tiene al enfoque de Díaz y Castro (2020) quien refiere que la ansiedad es una sintomatología muy prevalente en los educandos, repercutiendo directamente en el rendimiento académico.

Asimismo, para dar mayor sustento a estos resultados, se tiene el punto de vista teórico de Fehm y Fydrich (2011) quienes argumentan que los estudiantes que sufren de ansiedad ante los exámenes con frecuencia experimentan distracciones y problemas al momento de prepararse para rendir una evaluación. La ansiedad ante los exámenes se refleja en las quejas de los estudiantes de no tener suficiente tiempo para prepararse o estudiar los materiales del curso, se muestran insatisfechos con su desempeño académico en evaluaciones anteriores. De igual manera, Arbabisarjou et al. (2016) sostiene que un nivel medio de ansiedad es útil ya que un factor de motivación eficaz puede mejorar el rendimiento de uno para un mayor esfuerzo.

En vista de los resultados obtenidos, con respecto a la ansiedad ante los exámenes de inglés, se puede deducir que el cuadro clínico (ansiedad) no es ajeno a los estudiantes del Centro de Idiomas RCT, porque sin duda alguna, es un grave factor que prevalece en su capacidad intelectual; por ello, se debe mitigar este problema en los estudiantes generando estrategias que contribuyan a un mejor manejo de la ansiedad, con la finalidad de disminuir cuadros de estrés, depresión, frustración, entre otros; donde prevalezca el rendimiento académico y sobre todo la seguridad y confianza en cada uno de los estudiantes.

A continuación, se presenta el último objetivo específico, que tiene como propósito analizar la relación entre las dimensiones de la ansiedad ante las evaluaciones de inglés, el cual, se observa en la tabla 4, que existe una correlación fuerte e inversa con el valor de r de Spearman $-0,767$ y un nivel de significancia del $p=0,000$ ($p < \alpha$) en la dimensión preocupación; del mismo modo ocurre con la dimensión reacciones fisiológicas debido a que con el valor de Spearman ($-0,783$) y el nivel de significancia de $p=0,000$ ($p < \alpha$) se obtiene que existe una correlación fuerte e inversa.

Además, en la dimensión situaciones, bajo el Spearman se obtuvo el valor de $-0,761$ esto indica una correlación fuerte e inversa con la autoeficacia; el nivel de significancia fue de $p =0,000$ ($p < \alpha$). Por último, en la dimensión respuestas de evitación con un r de Spearman de $-0,774$, indica que se tiene una correlación fuerte e inversa con la autoeficacia académica.

Por lo tanto, estos resultados concuerdan con Florián y Vasquez (2019) quienes concluyeron que existe correlación directa y significativa entre la autoeficacia y la sub escala de ansiedad cognitiva, fisiológica y motora. Sin embargo, discrepan con el aporte de Barrutia (2021) quien señala que existe una relación negativa entre las dimensiones de preocupación ante las evaluaciones y la autoeficacia.

Estos hallazgos coinciden con el sustento teórico de Sánchez (citado por Sairitupac et al., 2020) quien sostiene que la preocupación, hace referencia al aspecto cognitivo de la ansiedad, que son las preocupaciones y pensamientos de tipos cognitivos sobre el examen. Ante ello, contiene pensamientos de pesimismo e inseguridad de sí mismo, de la situación y de la consecuencia en torno a las evaluaciones. En cuanto a las reacciones fisiológicas, que se componen como una serie de atributos fisiológicos que aparecen como respuestas ante los cuadros de ansiedad, también son aquellas respuestas orgánicas causadas por las tensiones excesivas que enfrentan los estudiantes.

Además en cuanto a las situaciones, que abarcan las circunstancias y los tipos de exámenes más habituales que se rinden para medir las habilidades educativas; se refleja síntomas de afrontamiento a los exámenes según los factores externos y la tipología de los mismos o del ambiente académico que desencadena una respuesta de ansiedad; las respuestas de evitación, hacen referencia a los comportamientos de escape, el cual es una peculiaridad de los principales problemas de ansiedad;

siendo esta una manera de afrontamiento invertido, en virtud del cual los estudiantes perciben la situación de ansiedad.

Por lo tanto, para dar por finalizada la presente discusión, es importante mencionar que la ansiedad juega un papel muy importante que repercute directamente en el rendimiento académico, debido a que, desencadena sentimientos y percepciones negativas sobre sí mismo en los estudiantes, al momento de enfrentar una situación compleja o al momento de rendir un examen afectando de forma directa su autoeficacia académica.

VI. CONCLUSIONES

1. En el Centro de Idiomas RTC Institute se determinó, que con un nivel de significancia de $p=0,000$ ($p < \alpha$) y a través del Rho de Spearman, existe una relación fuerte e inversa entre la ansiedad ante las evaluaciones de inglés y la autoeficacia.
2. En el Centro de Idiomas RCT Institute, se señala que la percepción de los estudiantes acerca de la autoeficacia se encuentra en un nivel medio (38.3%); es decir, no tienen la seguridad suficiente de las habilidades y conocimiento que poseen frente a las evaluaciones de inglés.
3. En el Centro de Idiomas RCT Institute, se indica que la ansiedad ante las evaluaciones de inglés se encuentra en un nivel moderado (36.7); lo que quiere decir, que los estudiantes tienden a sufrir cuadros de estrés y problemas al momento de prepararse para rendir un examen.
4. En el Centro de Idiomas RCT Institute, se determina que existe relación entre las dimensiones preocupación, reacciones fisiológicas, situaciones y respuestas de evitación con la autoeficacia académica, con un nivel de significancia de $p=0,000$ ($p < \alpha$).

VII. RECOMENDACIONES

1. Al director del centro de idiomas desarrollar programas de entrenamiento basados en las habilidades cognitivas y en el manejo de emociones, con el único propósito de reducir los niveles de estrés, frustración, cansancio y aumentar la percepción de eficacia académica; debido a que la preocupación generada por contextos académicos repercuten de manera negativa, esencialmente en época de exámenes.
2. Al director del Centro de Idiomas, desarrollar talleres bajo la perspectiva cognitivo-conductual, que contemple técnicas y métodos de meditación, relajación y musicoterapia, con el propósito de modular todos los procesos de autorregulación cognitiva y emocional, que se producen a raíz del desarrollo continuo de las actividades académicas.
3. Al director del Centro de Idiomas, desarrollar sesiones de consejería y orientación tanto colectivas como individuales, teniendo como base los planteamientos cognitivo-conductuales, con la finalidad de conseguir cambios en los pensamientos negativos que tienen los estudiantes en relación a sus propias cualidades, destrezas y habilidades para la realización de cualquier actividad académica, sobre todo ante los exámenes.
4. Al director del Centro de Idiomas, promover talleres o capacitaciones el manejo de habilidades blandas para la plana docente, con la intención de mejorar el proceso de acompañamiento académico en estudiantes que presentan problemas de estrés y ansiedad ante las evaluaciones u otro contexto académico.

REFERENCIAS

- Arbabisarjou, A., Zare, S., Shahrakipour, M., y Ghoreishinia, G. (2016). Analyzing Test Anxiety among Medical Sciences Students of Zahedan in 2015. *International Journal of Medical Research & Health Sciences*, 5(7), 334-337.
- Artino, A. (2012). Academic self-efficacy: From educational theory to instructional practice. *Perspectives on Medical Education*, 1(2), 76-85. <https://doi.org/10.1007/s40037-012-0012-5>
- Asayesh, H., Hosseini, M., Sharififard, F., y Taheri, Z. (2017). *The relationship between self-efficacy and test anxiety among the Paramedical students of Qom University of Medical Sciences*. 1(3). [https://www.researchgate.net/publication/306057534_The_relationship_b etween_self-efficacy_and_test_anxiety_among_the_Paramedical_students_of_Qom_University_of_Medical_Sciences](https://www.researchgate.net/publication/306057534_The_relationship_between_self-efficacy_and_test_anxiety_among_the_Paramedical_students_of_Qom_University_of_Medical_Sciences)
- Avendaño, C., Gutiérrez, K., Salgado, C., y Santos, M. (2016). Rendimiento Académico en Estudiantes de Ingeniería Comercial: Modelo por Competencias y Factores de Influencia. *Formación universitaria*, 9(3), 03-10. <https://doi.org/10.4067/S0718-50062016000300002>
- Ayala, N., Duré, M., Urizar, C., Insaurralde, A., Castaldelli, J., Ventriglio, A., Almirón, J., García, O., y Torales, J. (2021). Inteligencia emocional asociada a niveles de ansiedad y depresión en estudiantes de Medicina de una Universidad pública. *Anales de la Facultad de Ciencias Médicas (Asunción)*, 54(2), 51-60. <https://doi.org/10.18004/anales/2021.054.02.51>
- Barrutia, M. (2021). *Ansiedad ante exámenes y autoeficacia académica en postulantes de un centro Pre universitario del Cercado de Lima* [Tesis de posgrado, Universidad San Martín de Porres]. https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/8224/BA RRUTIA_GM.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Bierer, B., Prayson, R., y Dannefer, E. (2015). Association of research self-efficacy with medical student career interests, specialization, and

- scholarship: A case study. *Advances in Health Sciences Education*, 20(2), 339-354. <https://doi.org/10.1007/s10459-014-9531-7>
- Burgos, K., y Salas, E. (2020). Procrastinación y Autoeficacia académica en estudiantes universitarios limeños. *Propósitos y Representaciones*, 8(3). <https://doi.org/10.20511/pyr2020.v8n3.790>
- Caycho, T., Barboza, M., Ventura, J., Carbajal, C., Noé, M., Gallegos, M., Reyes, M., y Vivanco, A. (2020). Traducción al español y validación de una medida breve de ansiedad por la COVID-19 en estudiantes de ciencias de la salud. *Ansiedad y Estrés*, 26(2), 174-180. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2020.08.001>
- Chand, S., y Arif, H. (2021). Depression. En *StatPearls*. StatPearls Publishing. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK430847/>
- Cook, D., y Artino, A. (2016). Motivation to learn: An overview of contemporary theories. *Medical Education*, 50(10), 997-1014. <https://doi.org/10.1111/medu.13074>
- Córdova, F. (2019). *Autoeficacia academica de los egresados de las maestrías y prevención de la ansiedad académica en los procesos de sustentación en la Universidad Privada Norbert Wiener* (Tesis de posgrado, Universidad Privada Norbert Wiener). http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3517/T061_10340180_M.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Costa, R., Medeiros, S., Coutinho, V., Mazzo, A., y Araújo, M. (2019). Satisfaction and self-confidence in the learning of nursing students: Randomized clinical trial. *Escola Anna Nery*, 24. <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2019-0094>
- Crede, J., Wirthwein, L., McElvany, N., y Steinmayr, R. (2015). Adolescents' academic achievement and life satisfaction: The role of parents' education. *Frontiers in Psychology*, 6, 52. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00052>
- Cruz, S. (2021). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes universitarios en contexto de educación virtual en tiempos de pandemia, Chiclayo 2020. *Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo*. <http://tesis.usat.edu.pe/handle/20.500.12423/3477>

- Díaz, E. (2019). *Autoeficacia académica y aprendizaje autorregulado en estudiantes del primer ciclo en una universidad privada de Lima* (Tesis de posgrado, Universidad Peruana Cayetano Heredia). https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/7679/Autoeficacia_DiazMontes_Eillen.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Díaz, L., y Castro, J. (2020). *Influencia de la ansiedad en el rendimiento académico de estudiantes universitarios* (Tesis de posgrado, Universidad Cooperativa de Colombia). https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/18306/3/2020_ansi edad_rendimiento_academico.pdf
- Dominguez, S. (2018). Ítem único de ansiedad ante exámenes: Evidencias de validez convergente e incremental en estudiantes universitarios. *Educación Médica*, 19(5), 264-270. <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2017.04.004>
- Duraku, Z. (2017). Factors Influencing Test Anxiety Among University Students. *The European Journal of Social & Behavioural Sciences, Issue 1*. <https://doi.org/10.15405/ejsbs.206>
- Elsalem, L., Azzam, N., Jum'ah, A., Obeidat, N., Sindiani, A., y Kheirallah, K. (2020). Stress and behavioral changes with remote E-exams during the Covid-19 pandemic: A cross-sectional study among undergraduates of medical sciences. *Annals of Medicine and Surgery*, 60, 271-279. <https://doi.org/10.1016/j.amsu.2020.10.058>
- Escobar, A., Ramos, M., López, B., Indacochea, B., Quimis, A., y Ponce, L. (2018). *Metodología de la investigación científica*. Área de Innovación y Desarrollo. <https://doi.org/10.17993/CcyLI.2018.15>
- Feldman, D., Davidson, O., Ben S., Maza, E., y Margalit, M. (2016). Hope as a Mediator of Loneliness and Academic Self-efficacy Among Students With and Without Learning Disabilities during the Transition to College. *Learning Disabilities Research & Practice*, 31(2), 63-74. <https://doi.org/10.1111/ldrp.12094>
- Ferreira, É., Pinto, R., Arantes, P., Vieira, É., Teixeira, A., Ferreira, F., y Vaz, D. (2020). Stress, anxiety, self-efficacy, and the meanings that physical therapy students attribute to their experience with an objective structured

- clinical examination. *BMC Medical Education*, 20(1), 296.
<https://doi.org/10.1186/s12909-020-02202-5>
- Florían, S., y Vasquez, L. (2019). *Ansiedad y autoeficacia académica en estudiantes de un instituto Superior Tecnológico en Lima* (Tesis de posgrado, Universidad Ricardo Palma).
https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/3219/PSIC-T030_70299973_T%20%20%20FLORIAN%20RUIZ%20SAMUEL%20ARMANDO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Galderisi, S., Heinz, A., Kastrup, M., Beezhold, J., y Sartorius, N. (2015). Toward a new definition of mental health. *World Psychiatry*, 14(2), 231-233.
<https://doi.org/10.1002/wps.20231>
- Hadian, M., y Javanbakht, N. (2014). The Effects of Test Anxiety on Learners' Reading Test Performance. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 98, 775-783. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.03.481>
- Heinig, I., Pittig, A., Richter, J., Hummel, K., Alt, I., Dickhöver, K., y Fydrich, T. (2017). Optimizing exposure-based CBT for anxiety disorders via enhanced extinction: Design and methods of a multicentre randomized clinical trial. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 26(2), e1560. <https://doi.org/10.1002/mpr.1560>
- Hernandez, R., y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Interamericana.
- Howard, E. (2020). A review of the literature concerning anxiety for educational assessments. *Research And Analysis*, 6(3), 1-63.
- Keating, K. (2019). *What can schools do about examination and test anxiety*. <https://ofqual.blog.gov.uk/2019/03/15/what-can-schools-do-about-examination-and-test-anxiety/>
- Krispenz, A., Gort, C., Schültke, L., y Dickhäuser, O. (2019). How to Reduce Test Anxiety and Academic Procrastination Through Inquiry of Cognitive Appraisals: A Pilot Study Investigating the Role of Academic Self-Efficacy. *Frontiers in Psychology*, 10, 1917.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01917>
- Lei, W., Zhang, H., Deng, W., Wang, H., Shao, F., y Hu, W. (2021). Academic self-efficacy and test anxiety in high school students: A conditional process

- model of academic buoyancy and peer support. *School Psychology International*, 01430343211039265.
<https://doi.org/10.1177/01430343211039265>
- Limone, P., Sinatra, M., Ceglie, F., y Monacis, L. (2020). Examining Procrastination among University Students through the Lens of the Self-Regulated Learning Model. *Behavioral Sciences*, 10(12), 184.
<https://doi.org/10.3390/bs10120184>
- Maghsoudi, S., Rahimi, M., Emami, A., & Kazem, E. (2017). Identity styles and academic status of Guilan University of Medical Sciences. *Journal of Holistic Nursing And Midwifery*, 25(2), 24-32.
- Merino, D. (2018). *Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes de una Universidad Privada de Chiclayo, 2018* [Tesis de posgrado, Universidad Señor de Sipan].
<https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/7227?show=full>
- Munir, S., & Takov, V. (2021). Generalized Anxiety Disorder. En *StatPearls*. StatPearls Publishing. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK441870/>
- Onyeizugbo, E. (2019). Self-Efficacy and test anxiety as correlates of academic performance| Abstract. *International REsearch Journals*.
<https://www.interestjournals.org/abstract/selfefficacy-and-test-anxiety-as-correlates-of-academic-performance-17311.html>
- Ordinola, M., y Alvarado, P. M. (2020). Ansiedad ante los exámenes en alumnos del octavo ciclo de las carreras profesionales de derecho y medicina humana de una universidad de Chiclayo. *PAIAN*, 11(1), 79-91.
<https://doi.org/10.26495/rcp.v11i1.1339>
- Pajuelo, J. (2019). Ansiedad ante los exámenes y hábitos de estudio en un grupo de estudiantes de psicología de una universidad. *Teoría y Práctica: Revista Peruana de Psicología CPsP-CDR-I*, 1(1), 45-48.
- Ping, S., Gao, W., y Liu, X. (2020). Gender differences in depression, anxiety, and stress among college students: A longitudinal study from China. *Journal of Affective Disorders*, 263, 292-300.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.11.121>
- Ponce, F. (2017). *Depresión, ansiedad y autoeficacia en alumnos de colegio estatales de Huánuco* (Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de

- Loyola).http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/2773/1/2017_Ponce_Depresion%2C-ansiedad-y-autoeficacia.pdf
- Quispe, G. (2018). *Niveles de autoeficacia percibida y frecuencia de procrastinación académica en estudiantes de secundaria* [Tesis de posgrado]. Universidad San Martín de Porres. https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/3538/quispe_agi.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Rajendran, V., Jayalalitha, S., y Adalarasu, K. (2021). EEG Based Evaluation of Examination Stress and Test Anxiety Among College Students. *IRBM*. <https://doi.org/10.1016/j.irbm.2021.06.011>
- Rasheed, F., Naqvi, A., Ahmad, R., y Ahmad, N. (2017). Academic Stress and Prevalence of Stress-Related Self-Medication among Undergraduate Female Students of Health and Non-Health Cluster Colleges of a Public Sector University in Dammam, Saudi Arabia. *Journal of Pharmacy & Bioallied Sciences*, 9(4), 251-258. https://doi.org/10.4103/jpbs.JPBS_189_17
- Renske, V., y Boyer, B. (2021). Explicit and implicit self-esteem in youth with autism spectrum disorders. *Autism*, 25(2), 349-360. <https://doi.org/10.1177/1362361320961006>
- Sairitupac, S., Varas, R., Nieto, J., Silva, B., y Rodriguez, M. (2020). Niveles de ansiedad de estudiantes frente a situaciones de exámenes: Cuestionario CAEX. *Propósitos y Representaciones*, 8(3). <https://doi.org/10.20511/pyr2020.v8n3.787>
- Saravia, M., Cazorla, P., y Cedillo, L. (2020). Anxiety level of first-year medical students from a private university in Peru in times of Covid-19. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 20(4), 568-573. <https://doi.org/10.25176/RFMH.v20i4.3198>
- Steinmayr, R., Crede, J., McElvany, N., y Wirthwein, L. (2016). Subjective Well-Being, Test Anxiety, Academic Achievement: Testing for Reciprocal Effects. *Frontiers in Psychology*, 6, 1994. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01994>
- Tsegay, L., Shumet, S., Damene, W., Gebreegziabhier, G., y Ayano, G. (2019). Prevalence and determinants of test anxiety among medical students in

- Addis Ababa Ethiopia. *BMC Medical Education*, 19, 423.
<https://doi.org/10.1186/s12909-019-1859-5>
- Walters, K., Rait, G., Griffin, M., Buszewicz, M., y Nazareth, I. (2014). Recent Trends in the Incidence of Anxiety Diagnoses and Symptoms in Primary Care. *Plos One*, 7(8), e41670.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0041670>
- Yusefzadeh, H., Amirzadeh, J., y Nabilou, B. (2019). The effect of study preparation on test anxiety and performance: A quasi-experimental study. *Advances in Medical Education and Practice*, 10, 245-251.
<https://doi.org/10.2147/AMEP.S192053>
- Zwettler, C., Reiss, N., Rohrmann, S., Warnecke, I., Luka, U., y van Dick, R. (2018). The relation between social identity and test anxiety in university students. *Health Psychology Open*, 5(2), 2055102918785415.
<https://doi.org/10.1177/2055102918785415>

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de operacionalización de variables

VARIABLES DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
AUTOEFICACIA	Bandura (citado por Artino, 2012) señala que se refiere a los juicios de las personas sobre sus capacidades para organizar y ejecutar los cursos de acción necesarios para lograr determinados tipos de actuaciones.	Será medido por la escala de Autoeficacia Percibida Específica de Situaciones Académicas (EAPESA), que consta de 9 ítems.	Logro de metas	Persistencia	Ordinal
				Experiencia	
			Resolver problemas	Resolución	
				Toma de decisiones	
		Autoconfianza	Habilidades sociales		
			Confianza		
ANSIEDAD	Ping et al. (2008) señala que la ansiedad ante los exámenes se define como la reacción a los estímulos que se asocia con la experiencia de un individuo de probar o evaluar situaciones.	Será medido por el Cuestionario de Ansiedad ante Exámenes (CAEX), y consta de 50 ítems.	Preocupación	Dificultad para concentrarse y pensar	Ordinal
				Pensamientos negativos relacionados al rendimiento académico	
			Reacciones fisiológicas	Dificultad para respirar	
				Ritmo cardíaco acelerado	
				Sudoración o manos frías	
	Sequedad de la boca				

				Mareos, Náuseas, escalofríos	
				Sensación de tener un nudo en la garganta	
			Situaciones	Percepción del ambiente como incontrolable de su parte	
				Nerviosismo excesivo	
				Temor a los exámenes	
				Inseguridad ante el examen	
			Respuestas de evitación	Excusas para no rendir un examen	
				Intranquilidad ante el examen	
				Quedarse paralizado	
				Alivio al terminar un examen	

Anexo 2. Matriz de consistencia

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	HIPÓTESIS	VARIABLES	POBLACIÓN Y MUESTRA	ENFOQUE / NIVEL (ALCANCE) / DISEÑO	TÉCNICA / INSTRUMENTO
<p>Problema Principal:</p> <p>¿Existe relación entre la ansiedad ante las evaluaciones de inglés y la autoeficacia en el centro de idiomas RTC Institute?</p>	<p>Objetivo Principal:</p> <p>Determinar la relación entre la ansiedad ante las evaluaciones de inglés y autoeficacia en estudiantes del Centro de Idiomas RTC Institute</p>	<p>H1: Existe relación entre la ansiedad ante las evaluaciones de inglés y autoeficacia en estudiantes del centro de idiomas RTC Institute, Chiclayo.</p>	<p>V.I.:</p> <p>Ansiedad</p>	<p>UNIDAD DE ANÁLISIS</p> <p>Serán los alumnos del Centro de Idiomas RTC Institute</p>	<p>Enfoque:</p> <p>Cuantitativo.</p> <p>Nivel:</p> <p>Correlacional</p>	<p>Instrumento:</p> <p>Para ambas variables se utilizará en cuestionario</p>
<p>Problemas específicos:</p> <p>1. ¿Cuál es la autoeficacia académica ante las evaluaciones de</p>	<p>Objetivos Específicos:</p> <p>1. Evaluar la autoeficacia académica ante las evaluaciones de inglés en estudiantes del</p>	<p>H0: No existe relación entre la ansiedad y la autoeficacia</p>		<p>POBLACIÓN</p> <p>Lo conformarán todos los estudiantes que pertenecen al</p>	<p>Tipo: Básica</p>	<p>Métodos de Análisis de Investigación:</p> <p>Excel y Spps. V.22</p>

<p>inglés del Centro de Idiomas RTC Institute?</p> <p>2. ¿Cuál es el nivel de ansiedad ante las evaluaciones de inglés del Centro de Idiomas RTC Institute?</p> <p>3. ¿Cuál es la relación entre las dimensiones de la ansiedad ante las evaluaciones de inglés y la autoeficacia en estudiantes del Centro de Idiomas RTC Institute?</p>	<p>Centro de Idiomas RTC Institute</p> <p>2. Analizar la ansiedad ante las evaluaciones de inglés del Centro de Idiomas RTC Institute</p> <p>3. Relacionar las dimensiones de la ansiedad ante las evaluaciones de inglés y la autoeficacia en estudiantes del Centro de Idiomas RTC Institute.</p>	<p>académica ante las evaluaciones de inglés en la ansiedad ante las evaluaciones de inglés y autoeficacia en estudiantes del centro de idiomas RTC Institute, Chiclayo.</p>	<p>V.D.: Autoeficacia</p>	<p>nivel básico de inglés del Centro de Idiomas RTC Institute, siendo un total de 60 estudiantes universitarios.</p> <p>MUESTRA</p> <p>Se trabajará con la misma cantidad de la población, debido a que será una muestra censal..</p>	<p>Diseño de investigación:</p> <p>No experimental-trasversal</p>	
---	---	--	--------------------------------------	--	--	--

Anexo 3. Instrumento de recolección de datos
Cuestionario para medir la autoeficacia

I. DATOS GENERALES:

Edad:

Genero: M () F ()

II. INSTRUCCIONES

Estimado participante, en el siguiente cuestionario tiene como finalidad evaluar la autoeficacia académica en el centro de idiomas RTC Institute, por el cual, se le solicita que marque con un aspa (x) su respuesta para cada interrogante.

Además, la escala valorativa del cuestionario es el siguiente:

Categoría	Escala
Nunca	0
Casi nunca	1
A veces	2
Casi siempre	3
Siempre	4

III. PREGUNTAS

N°	ÍTEMS	0	1	2	3	4
01	Puedo encontrar la forma de obtener lo que quiero, aunque alguien se me oponga.					
02	Puedo resolver problemas difíciles si me esfuerzo lo suficiente					
03	Me es fácil persistir en lo que me he propuesto hasta llegar a alcanzar mis metas					
04	Gracias a mis cualidades y recursos puedo superar situaciones imprevistas					
05	Tengo experiencias de que mis propósitos se han cumplido.					
06	Tengo confianza en que podría manejar eficazmente acontecimientos inesperados.					

07	Cuando me encuentro en dificultades puedo permanecer tranquilo/a porque cuento con las habilidades necesarias para manejar situaciones difíciles					
08	Venga lo que venga, por lo general soy capaz de manejarlo.					
09	Si me encuentro en una situación difícil, generalmente se me ocurre qué debo hacer.					

Instrumento para medir la ansiedad ante las evaluaciones de inglés

I. DATOS GENERALES:

Edad:

Genero: M () F ()

II. INSTRUCCIONES

Estimado participante, en el siguiente cuestionario tiene como finalidad evaluar la autoeficacia académica en el centro de idiomas RTC Institute, por el cual, se le solicita que marque con un aspa (x) su respuesta para cada interrogante.

Además, la escala valorativa del cuestionario es el siguiente:

Categoría	Escala
No siento nada/nunca me ocurre	0
Casi nervioso/muy pocas veces me ocurre	1
Un poco nervioso/algunas veces me ocurre	2
Algo nervioso/a menudo me ocurre	3
Muy nervioso/muchas veces me ocurre	4
Totalmente nervioso/siempre me ocurre	5

III. PREGUNTAS

N°	ÍTEMS	0	1	2	3	4	5
01	En los exámenes me sudan las manos.						
02	Cuando llevo un rato haciendo el examen siento molestias en el estómago y necesidad de ir al baño.						
03	Al comenzar a leer el examen se me nubla la vista no entiendo lo que leo.						
04	Si llego cinco minutos tarde a un examen ya no entro al salón de clases virtual.						
05	El ambiente donde se realiza un examen (p.j. salón con demasiado ruido, calor, frío, sol, etc.) Aumenta mi nerviosismo.						

06	Cuando termino el examen me duele la cabeza.						
07	Cuando llevo un rato haciendo el examen, siento que me falta el aire, mucho calor y sensación de que me voy a desmayar debido a mi nerviosismo.						
08	Me siento nervioso si el profesor se para junto a mí y ya no puedo seguir contestando el examen.						
09	Me pongo nervioso al ver al profesor con los exámenes antes de entrar al salón de clases.						
10	En el examen siento rígidas las manos y los brazos al estar muy nervioso (a).						
11	Antes de entrar al examen siento un "nudo" en el estómago, que desaparece al comenzarla a escribir para responder a las preguntas.						
12	Al comenzar el examen, al nada más leer o escuchar las preguntas siento ganas de salirme y entregarlo en blanco o simplemente lo entrego en blanco						
13	Después del examen lloro con facilidad, al pensar lo mal que lo he hecho, aunque no sepa el resultado						
14	Suelo tener dudas de querer presentarme al examen.						
15	Mientras estoy realizando el examen, pienso que lo estoy haciendo muy mal.						
16	Me siento nervioso si los demás comienzan a entregar antes que yo el examen.						
17	Pienso que el profesor me está observando constantemente y me pongo muy nervioso (a).						
18	Siento grandes deseos de fumar durante, antes o después del examen.						
19	Suelo mordirme las uñas o el bolígrafo durante los exámenes.						
20	Tengo grandes ganas de ir al baño durante el examen.						
21	No puedo quedarme quieto mientras hago el examen (muevo los pies, el bolígrafo, miro alrededor, miro la hora, etc.).						
22	Me pongo enfermo y doy excusas para no hacer un examen.						

23	Para mí es una tranquilidad o alivio cuando, por cualquier razón, se aplaza un examen.						
24	Pienso que no voy a poder aprobar el examen, aunque haya estudiado						
25	Antes de hacer el examen pienso que no me acuerdo de nada y voy a suspenderlo.						
26	No logro dormirme la noche anterior al examen debido a mi nerviosismo						
27	Me pone nervioso que el examen sea con mucha gente alrededor.						
28	He sentido mareos y nauseas en un examen.						
29	Momentos antes de hacer el examen tengo la boca seca y me cuesta tragar.						
30	Si me siento en las primeras filas aumenta mi nerviosismo.						
31	Si el examen tiene un tiempo fijo para realizarse, aumenta mi nerviosismo y lo hago peor						
32	Me siento nervioso en los salones muy grandes						
33	Cuando estoy haciendo un examen el corazón me late muy deprisa.						
34	Al entrar en la sala donde se va a realizar el examen me tiemblan las piernas.						
35	Me siento nervioso en las clases demasiado pequeñas.						
36	Los grupos comentando el examen antes de que éste dé comienzo, me ponen nervioso						
37	Al salir, tengo la sensación de haber hecho muy mal el examen						
38	Pienso que me voy a poner nervioso y se me va a olvidar todo.						
39	Tardó mucho en decidirme por contestar la mayoría de las preguntas, o en entregar el examen						
40	Un examen de entrevista personal con el director (a).						
41	Un examen oral en público.						
42	Una exposición de un trabajo en clase						
43	Un examen escrito con respuestas alternativas.						
44	Un examen escrito con preguntas abiertas.						
45	Un examen escrito de desarrollo de un tema completo						

46	Un examen tipo exposición ante un grupo de personas						
47	Un examen de cultura general.						
48	Un examen de cálculo o problemas matemáticos						
49	Un examen con pruebas físicas o gimnásticas						
50	Un examen práctico (manejar ordenador, realizar un proyecto, dibujo, etc.).						

Anexo 4. Confiabilidad del instrumento

Ficha técnica sobre ansiedad ante las evaluaciones de inglés

1. **Autora** : CAEX
2. **Administración** : Individual
3. **Duración** : 20 minutos
4. **Sujetos de Aplicación** : Estudiantes del Centro de Idiomas RTC Institute, Chiclayo

5. **Consigna**

El presente instrumento forma parte del trabajo de investigación, consta de 50 preguntas.

6. **Niveles y rango**

Rango	Nivel
0 – 125	Leve
126 – 188	Moderada
189 – 250	Grave

7. **Consistencia Interna**

Para determinar la confiabilidad del instrumento se aplicó la consistencia interna dada por el método del alfa de Cronbach, el mismo que se define como:

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum V_i}{V_t} \right]$$

Donde:

α = Alfa de Cronbach

K = Número de Ítems

V_i = Varianza de cada Ítem

V_t = Varianza total

Luego el instrumento tiene una consistencia interna de:

Alfa de Cronbach	N de elementos
,907	50

FICHA TÉCNICA SOBRE AUTOEFICACIA ACADÉMICA

1. **Autora** : BASSLER Y SCHWARCE
2. **Administración** : Individual
3. **Duración** : 20 minutos
4. **Sujetos de Aplicación** : Estudiantes del Centro de Idiomas RTC
Institute, Chiclayo

5. Consigna

El presente instrumento forma parte del trabajo de investigación, consta de 9 preguntas.

6. Niveles y rango

Rango	Nivel
0 – 18	Bajo
19 – 27	Medio
28 – 36	Alto

7. Consistencia Interna

Para determinar la confiabilidad del instrumento se aplicó la consistencia interna dada por el método del alfa de Cronbach, el mismo que se define como:

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum V_i}{V_t} \right]$$

Donde:

α = Alfa de Cronbach

K = Número de Ítems

V_i = Varianza de cada Ítem

V_t = Varianza total

Luego el instrumento tiene una consistencia interna de:

Alfa de Cronbach	N de elementos
,931	9

Anexo 5. Permiso de intervención del estudio



“AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERU: 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA”

CONSTANCIA DE AUTORIZACIÓN

Chiclayo, 21 De Octubre del 2021

Dra. Mercedes Alejandrina Collazos Alarcón
DIRECTORA EPG-UCV-CH

ASUNTO: ACEPTACIÓN PARA REALIZAR PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

De mi Consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarla y expresarle que quien suscribe, Dr. Ernesto Elías Ventura Bravo, quien ejerce el cargo de Dirección del centro de idiomas RTC Institute **ACEPTAMOS**, que Ana María Chafloque Gonzales, estudiante del III ciclo del programa de estudios en Maestría en Psicología Educativa de la escuela de Posgrado realice la Aplicación del Proyecto de tesis, Ansiedad antes las evaluaciones de inglés y autoeficacia en estudiantes del centro de idiomas RTC Institute, Chiclayo

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

Sin otro particular

Atentamente.

ERNESTO ELÍAS VENTURA BRAVO
DIRECTOR DEL CENTRO DE IDIOMAS RTC INSTITUTE

Anexo 6. Consentimiento informado

Estimado colaborador (a). Mi nombre es Chafloque Gonzales, Ana María estudiante de la Escuela de Pos Grado de la Universidad César Vallejo Programa de Maestría en Psicología Educativa. Me dirijo a Usted para pedirle su apoyo en la presente investigación Titulada: **ANSIEDAD ANTE LAS EVALUACIONES DE INGLÉS Y AUTOEFICACIA EN ESTUDIANTES DEL CENTRO DE IDIOMAS RTC INSTITUTE, CHICLAYO**. Con el objetivo general de: determinar la relación entre la ansiedad ante las evaluaciones de inglés y autoeficacia en estudiantes del Centro de Idiomas RTC Institute.

Por cuanto pido a Usted la firma del presente en señal de conformidad y de aceptación a participar voluntariamente en la presente investigación. Haciendo saber que está en la libre decisión de abandonar su participación cuando lo crea conveniente. Así mismo indicarle que la información que usted brinde será solamente para fines de la presente investigación.

Yo....., identificada con DNI N° , después de haber recibido información sobre el trabajo de investigación a realizar por la Chafloque Gonzales, Ana María, acepto ser entrevistada(o) y doy el consentimiento de colaboración por mi propia voluntad, y así brindar la información solicitada por el investigador de manera personal.

Chiclayo,.....de.....del 2021.

Entrevistado

Investigador