

**ANSIEDAD Y SU INFLUENCIA EN EL RENDIMIENTO
ESCOLAR DE UN ESTUDIANTE DE UNA UNIDAD
EDUCATIVA DE LA PROVINCIA DE LOS RÍOS-
ECUADOR**

*ANXIETY AND ITS INFLUENCE ON THE SCHOOL PERFORMANCE
OF A STUDENT FROM AN EDUCATIONAL UNIT OF THE PROVINCE
OF LOS RÍOS- ECUADOR*

Paula Daniela Leon Velásquez¹

Universidad Técnica de Babahoyo, Ecuador
pleon@fcjse.utb.edu.ec

Dennis Mauricio Jimenez Bonilla²

Universidad Técnica de Babahoyo, Ecuador
djimenez@utb.edu.ec

Fecha de recepción: 02 de octubre de 2020 – **Fecha de aceptación:** 09 de noviembre
de 2020

RESUMEN

El presente estudio de caso está relacionado a la ansiedad y su influencia en el rendimiento escolar de un estudiante de una unidad educativa de la provincia de Los Ríos, tiene como objetivo determinar la ansiedad y su influencia en el rendimiento escolar de un estudiante. Relacionando las variables ansiedad y rendimiento escolar la cual se llevó a cabo un abordaje psicológico y psicoterapéutico del paciente mediante diferentes técnicas e instrumentos utilizados como: historia clínica, observación directa, entrevista semiestructurada, técnicas psicométricas como la escala de ansiedad de

¹Psicóloga clínica Universidad Técnica de Babahoyo 2 Psicóloga Clínica, Consultorio Psicológico. Los Ríos, Babahoyo, Ecuador. pleon@fcjse.utb.edu.ec

²Docente Investigador Acreditado por la Senescyt, Docente Universidad Técnica de Babahoyo 2 Psicólogo Organizacional, Master en Psicología Laboral mención en Desarrollo Humano y de las Organizaciones, Docente Universitario, Carrera de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales, Jurídicas de la Educación, Universidad Técnica de Babahoyo. Los Ríos, Babahoyo, Ecuador. mauri0204@hotmail.com

Hamilton e inventario de ansiedad de Beck. Dentro de los resultados se puede evidenciar del DSM5 – CIE10 trastorno de ansiedad generalizada (TAG), existiendo una relación entre ansiedad y el rendimiento escolar, siendo perjudicial su relación interpersonal, relación emocional- afectiva, escolar y su conducta- social. El objetivo de esta investigación, ayudo a realizar un esquema terapéutico mediante el modelo de terapia cognitivo conductual donde se expusieron metas y técnicas para la posible reducción de la sintomatología en el cual la estudiante se encontró dispuesta a poder colaborar y cumplir con cada una de las metas y objetivo del plan terapéutico.

ABSTRACT

The present case study is related to anxiety and its influence on the school performance of a student from an educational unit in the province of Los Ríos, its objective is to determine anxiety and its influence on a student's school performance. Relating the variables anxiety and school performance, which was carried out a psychological and psychotherapeutic approach of the patient through different techniques and instruments used such as: clinical history, direct observation, semi-structured interview, psychometric techniques such as the Hamilton anxiety scale and the anxiety inventory of Beck. Among the results, the DSM5 - ICD10 generalized anxiety disorder (GAD) can be evidenced, there is a relationship between anxiety and school performance, being detrimental their interpersonal relationship, emotional-affective relationship, school and their social behavior. The objective of this research helped to carry out a therapeutic scheme using the cognitive behavioral therapy model where goals and techniques were exposed for the possible reduction of symptoms in which the student was willing to collaborate and meet each of the goals and objective of the treatment plan.

PALABRAS CLAVE

Ansiedad, rendimiento escolar, estudiante

KEYWORDS

Anxiety, school performance, student.

INTRODUCCIÓN

El estudio de caso clínico se apega a la línea de investigación prevención y diagnóstico y la sub- línea de investigación: trastornos del comportamiento y su impacto en el proceso de enseñanza aprendizaje. El tema planteado al estudio de caso clínico: investigar las variables dada al tema ansiedad y su influencia en el rendimiento escolar de un estudiante de la unidad educativa del cantón Urdaneta. El alto nivel de ansiedad reduce el proceso de aprendizaje y disminuye la concentración y atención del estudiante donde habrá un bajo rendimiento escolar. Se trata el caso de una estudiante de 15 años de edad, con ansiedad y su influencia en el rendimiento escolar, donde se utilizó distintas técnicas como: la historia clínica, observación clínica, entrevistas semiestructuradas y el esquema terapéutico basada en la terapia cognitivo conductual utilizando la reestructuración cognitiva para mejorar la calidad de vida y relaciones en el ambiente escolar. Entre las técnicas psicométricas utilizadas están: la escala de ansiedad de Hamilton e inventario de ansiedad de Beck.

DESARROLLO

Se escogió este presente estudio de caso porque en la actualidad hay muchos jóvenes que presentan trastornos de ansiedad y es una de las causas más vistas en la institución educativa, tomando en cuenta que la ansiedad logra limitar al estudiante y se presentan como obstáculo en el proceso de enseñanza aprendizaje y también reflejos de inseguridad. Este caso clínico tiene la finalidad de conocer la problemática y su trasfondo para mejorar el estilo de vida del estudiante y su proceso en el ámbito educativo. Se intenta determinar las principales características de la ansiedad y cómo este influyen el rendimiento escolar y falta de concentración en la hora de clases, ya que el alumno obtiene bajas calificaciones y pierde el interés en el estudio. Este estudio beneficia al estudiante porque hay profesional del departamento de consejería estudiantil (DECE) donde involucra al estudiante y a los familiares a una serie de charlas y consejos para modificar la conducta del estudiante y así mismo controlar la ansiedad causada por factores estresantes que le permitirá ayudar y controlar las emociones y así poder tener un buen rendimiento académico. El impacto del estudio de

caso es satisfactorio para el estudiante, su evolución fue positiva, donde el estudiante ayudó a tener un buen resultado, siendo factible para el proceso de enseñanza y aprendizaje ya que en esta meta se cumplió el objetivo planteado.

Ansiedad

Según (Perez, 2017) indican que la ansiedad se define como un estado de malestar psicológico, que se determina al mostrar inseguridad personal, impaciencia, incertidumbre y sentimientos de pánico antes de determinar la causa, y tratarla como una amenaza inminente. La diferencia entre la ansiedad normal y la ansiedad patológica es que la ansiedad patológica se basa en el hecho de que cuando el enfoque en la ansiedad o ansiedad está más allá del rango normal, su evaluación del trasfondo o amenaza no es del todo correcta, lo que es una ansiedad muy grave. Podría ser interrumpida por temor a su amenaza.

Diferentes autores conceptualizan la ansiedad de diferentes formas:

- (Perez, 2017) indica que la ansiedad es un fenómeno que se presenta en todos los sujetos y se encuentra en un estado de equilibrio, es decir, los individuos viven en armonía, para que puedan desarrollarse en el ámbito social, laboral y escolar. Su tarea es lidiar con eventos y entornos estresantes o amenazantes para que podamos encontrar formas de evitar riesgos u objeciones apropiadas de esta manera.
- (Sarudiansky, 2017) señala que en la mayoría de los casos, los investigadores, académicos y profesionales de la salud mental no suelen tener en cuenta estas características, por lo que la interpretación de estas cualidades es un aspecto importante de la investigación integral, por lo que la ansiedad y la ansiedad se pueden comprender y comprender plenamente. el estudio. Las diferentes condiciones de los pacientes con ansiedad con características patológicas afectarán a los niveles familiar, social, laboral y escolar.

Según (Cardona, Perez, Riviera, Gomez, & Reyes, 2015) manifiesta que la ansiedad por declaraciones se divide en:

- Normal: Es el tipo de actuación emocional que suele presentarse ante diferentes estímulos personales y fuera del mundo.
- Patológico: No tiene estimulación previa diferente a la estimulación normal.
- General: Se determina por el miedo perpetuo a sucesos vagos sin definición, y no hay nada que distinguir con el contexto actual.

Trastornos relacionados con la ansiedad: El trastorno de ansiedad generalizada

Las personas con trastorno de ansiedad generalizada (TAG) están llenas de neuroticismo y tensión dramáticos durante todo el día, incluso con poco o ningún incentivo. Estas personas sufrirán desastres y se preocuparán demasiado por problemas de salud, dinero, problemas familiares o dificultades laborales. A veces, solo pensar en cómo pasar el día puede causar ansiedad. Según (Kendler, Neale, & Kessler, 2016) señalan que cuando las personas están demasiado preocupadas por muchos problemas de la vida diaria durante al menos 6 meses, se establece el TAG. De manera persistente, les resulta difícil quedarse despiertos hasta tarde o quedarse dormidos. Los síntomas físicos de la ansiedad recurrente incluyen fatiga, dolor de cabeza, tensión muscular, dolores musculares, conflictos para tragar, temblores, contracciones nerviosas, inflamación, sudoración, náuseas, mareos, necesidad de ir al baño con regularidad, falta de aire y mejoría imprevista.

Cuando su ansiedad se detiene, las personas con TAG pueden socializar y seguir trabajando. Sin embargo, debido a los trastornos de ansiedad, no pueden evitar que sucedan determinadas situaciones. Las personas con TAG tendrán conflictos para realizar los mandados más espontáneos de la vida diaria cuando la ansiedad les resulta embarazosa. TAG ha llegado a aproximadamente 6,8 millones de adultos mayores norteamericanos y tiene el doble de interferencia con las mujeres que con los hombres.

Según (NIMH, 2012) expresan que la enfermedad se desarrolla gradualmente y logra comenzar en cualquier etapa de la vida, pero los años de mayor conflicto son entre los niños y la mediana edad. Obviamente, los genes juegan un papel simple en esta interferencia. Otros trastornos de ansiedad, depresión o abuso de drogas también pueden seguir al TAG, y el TAG en sí mismo es anormal. El TAG generalmente se puede tratar

con terapia o terapia cognitivo- conductual, pero las enfermedades concurrentes también deben tratarse con la terapia adecuada.

Fobia social o Trastorno de ansiedad social

Según el (Departamento de Salud y Servicios Humanos, 2015) manifiesta que la fobia social, también conocida como trastorno de ansiedad social, está determinada por personas que muestran una gran ansiedad y un yo hipersensible en el entorno social de la vida diaria. Los sujetos con fobia social serán observados y evaluados por otros como un miedo serio, persistente y a largo plazo, y harán cosas que los harán ser tímidos. En los días o semanas previos a la situación que genera desconfianza, pueden sentirse preocupados. Este miedo puede volverse tan severo que se ve interrumpido por el trabajo, la escuela y otras actividades frecuentes, y puede dificultar la creación o retención de nuevos amigos. Sin embargo, las personas con fobia social son sabias, su miedo a estar con otras personas es enorme o ilógico y son incapaces de superar estos miedos. Incluso si logran despertar el miedo y estar rodeados de otras personas, suelen estar muy ansiosos de antemano, se sienten muy incómodos en los encuentros y se preocupan por cómo ser juzgados por ellos durante muchas horas después de que ocurra la situación.

Según (NIH, 2017) expresan que la fobia social se puede definir como un contexto único y puede investigar personas, dietas o cosas en la pizarra frente a otros, o puede ser tan amplia como en la fobia social general. Se las arregla para sentirse frente a individuos sin familia ansiedad. Los síntomas físicos que a menudo causan fobia social incluyen vergüenza, sudoración profusa, temblores, náuseas y conflictos de conversación. Cuando aparecen estos síntomas, las personas con fobia social estiman que todos los sujetos los están mirando. Este miedo aflige a unos 15 millones de personas mayores. Los hombres y las mujeres tienen la misma probabilidad de desarrollar esta enfermedad, que generalmente comienza en la niñez o en las primeras etapas del crecimiento. Existe evidencia de que hay componentes genéticos involucrados. Por lo general, la fobia social va acompañada de otra ansiedad o depresión. Si las personas saben cómo entender su ansiedad a través de la

automedicación, desarrollarán el abuso de sustancias. La fobia social puede alternar con éxito con ciertas características de la psicoterapia o la medicación.

Síntomas

Según (Rojas, 2017) expresa que la ansiedad es una experiencia que ocurre antes de que algo se difunda y es incierta, está determinada por cinco síntomas: psicológicos, autoconfianza, intelectuales, conductuales y físicos. Como resultado, se proporciona una experiencia de inquietud y sorpresa. Las indicaciones psicológicas son todos síntomas que se vuelven reales a través del lenguaje hablado. A través del estudio del habla, entendemos la calidad y los matices de la experiencia. El enunciado se expresa mostrando síntomas afirmativos en diversas relaciones interpersonales, tales como: no saber qué decirle a determinadas personas, no saber cómo iniciar una conversación, expresar sus dificultades y no saber cómo finalizar conversaciones difíciles. Los síntomas intelectuales consisten en opiniones negativas sistemáticas, comentarios falsos sobre la realidad personal, pensamientos preocupantes, planes falsos en la concepción, juicio y razonamiento, tendencias a la arrogancia negativa, ideología básica y abandono en los aspectos positivos.

Los síntomas conductuales son más fáciles de identificar porque se pueden observar en otra persona, lo que significa que un individuo no tiene que contar lo que le sucedió, sino que puede descubrir su comportamiento de un vistazo, con las siguientes características:

- Comportamiento de alerta
- Manténgase alerta
- Súper vigilante
- Estado de atención esperado
- Trastorno afectivo
- Confuso
- No sé qué hacer
- Inquietud
- Los síntomas físicos son:

- Pulsaciones
- Temblor
- Aumento de la sudoración
- Sequedad en la boca
- No es necesario ir al baño

Rendimiento académico

El rendimiento académico de los estudiantes es una estructura multidisciplinaria, que involucra varios campos de estudio, calculados de diferentes formas y con diferentes intenciones, pero debido a la falta de una personalidad común, el autor reflexionó que el término "rendimiento académico" implica el aprendizaje. Algo relacionado con un objetivo de aprendizaje en el campo. (Castejon, 2017)

Existen algunos factores que inciden en el rendimiento académico de una determinada asignatura, al intentar hacer la extensión de determinados libros de texto más allá de una determinada fecha, se produce un gran incremento en la prueba, y algunos factores intentan que los alumnos tengan un bajo rendimiento académico.

Importancia del rendimiento escolar

Expresa (Lamas, 2015) que el propósito del logro escolar o académico es lograr las metas educativas, el aprendizaje. En este sentido, los elementos de un solo complejo llamado performance son diferentes. Son procesos de aprendizaje impulsados por las escuelas e implican el proceso de transformación de determinados estados en diferentes estados. Se logra mediante unidades desiguales y honestidad en el esquema cognitivo y organizativo. La actuación se modificará de acuerdo a la situación, contexto orgánico y ambiental (para determinar habilidad y experiencia). Factores como:

- Nivel de conocimiento
- Personalidad
- Motivación
- Habilidades
- Interesar

- Hábito de aprendizaje
- Autoestima
- Relación profesor-alumno

Cuando hay una brecha entre el rendimiento académico y el rendimiento esperado de un estudiante, estamos hablando de un rendimiento deficiente. El desempeño insatisfactorio es un elemento que supera las expectativas. A veces, trató de prestar atención a la metodología de la enseñanza.

Causas del bajo rendimiento escolar

Es muy importante entender los motivos de la realización de una investigación clave para poder descubrir los motivos del bajo rendimiento académico de los estudiantes, porque este no solo es un problema en la escuela, sino también el bienestar de todos los aspectos. En primer lugar, proporciona una razón para considerar la causa del problema, de hecho, de esta manera, se puede afirmar a la hora de proponer y aplicar soluciones que puedan reducir la incidencia de este problema, especialmente en los menores (Paredes, 2019)

La relación entre ansiedad y rendimiento académico

Según (García, 2017) expresa que el rendimiento académico se ve afectado por las variables psicológicas específicas de cada persona. Por lo tanto, la necesidad de un desempeño académico adecuado puede convertirse en un estrés para los estudiantes, especialmente para aquellos estudiantes cuyos rasgos de personalidad no pueden superar adecuadamente los reveses o fracasos. Puede convertirse en una situación de ansiedad estudiantil. El trastorno de ansiedad ante los exámenes se refiere a aquellas situaciones estresantes que se generan antes de que se resuelva el examen. Durante este período, cuando el trastorno de ansiedad empeora, aparecerán defectos de desempeño que llevarán a un bajo rendimiento académico. (Hernández, Pozo, & Polo, 2017)

Esta investigación ayuda a alinear el rendimiento académico de los estudiantes con el rendimiento académico, como la ansiedad ante los exámenes, que suele ser provocada por una falta de clara capacidad de especulación, lo cual es contrario al hecho de que

alguien sea instruido. Conveniente, y esto siempre es irrelevante para si realmente evalúa su desplazamiento para tener éxito en ese entorno.

Factores que afectan el rendimiento académico

Según (Bonilla & Matute, 2016) Hay muchos factores que afectan el rendimiento académico y no es preciso definir conceptos de una manera específica. Según el punto de vista del autor, el concepto de rendimiento académico es complicado, porque según el punto de vista del autor, se desarrolló a partir de dos conceptos, el primero se centra en la voluntad y habilidad del alumno, y el alumno es el centro. Y los resultados de tu trabajo. El segundo concepto está centrado en el profesor, basado en los métodos de enseñanza y la motivación de los profesores para los estudiantes. Según (Gonzalez, 2019) expresa que los estudiantes deben ser responsables de la ansiedad y el rendimiento académico. Las personas que asumen responsabilidad, motivación y habilidades sociales son un mismo tema, porque son la relación entre la igualdad, lo que promueve mucho el desarrollo cognitivo y social, y también hace una gran contribución a la eficiencia de nuestros adultos.

METODOLOGÍA

Se utilizo la historia clínica siendo una herramienta de ayuda del psicólogo donde se procedió a recolectar información de hechos del pasado o sucesos de la vida del paciente, también permitió obtener información personal y antecedentes del paciente y de sus familiares indagando de sus problemáticas en el motivo de consulta y las apariciones de ciertos síntomas y signos que aquejan al paciente. En el cual se recopiló información de sus exploraciones emocionales, biológicas, conductuales, sociales y familiares que manifiesta el paciente para así sacar un buen diagnóstico en las sesiones esperadas a lo largo del proceso. En la observación directa se recogió una serie de datos donde el objeto de estudio es el paciente, voy analizar su comportamiento de una actividad que se realizó en el medio en que se encuentra. La técnica de la observación permitió realizar las observaciones de las tareas que realizo el paciente, permitiendo al experto estar atento a todo su comportamiento ya que puede actuar de diferente manera cuando esta monitorizado, el cual va a desenvolverse normalmente sin interrupciones de

alguna persona donde es evaluado de acuerdo a su comportamiento para que sea factible el diagnóstico del paciente.

En la entrevista semiestructura se la organizo antes de las sesiones a realizar al paciente, donde se planifico una serie de preguntas abiertas, permitiendo una conversación con la paciente fluida, donde al entrevistador permite el detalle de su problemática.

Técnica psicométricas utilizadas TEST Escala de Ansiedad de Hamilton

La escala de ansiedad de Hamilton fue diseñada 1959 por Max R Hamilton y es una de las escalas más utilizadas por los psicólogos. No es un instrumento para hacer un diagnóstico sino, que es eficaz y útil para ver el estado que se encuentra el paciente: La escala de ansiedad de Hamilton consiste con 14 ítems diseñada para evaluar la ansiedad del paciente en el cual el resultado del cuestionario puede ser ansiedad psíquica o ansiedad somática, dentro de los resultados se establecen niveles de ansiedad moderada.

Inventario de Ansiedad de Beck

Inventario de Ansiedad de Beck fue diseñado por Aarón T Beck en la década de los 80 es un cuestionario de gran ayuda y aceptación, es útil para medir la ansiedad en adultos y adolescentes donde se utilizan las evaluaciones clínicas y es un cuestionario de opción múltiple y consiste de 21 ítems que mide la gravedad y la ansiedad del paciente, en el cual describe sus síntomas fisiológicos, emocionales y cognitivos de la ansiedad. Al realizar la historia clínica donde la paciente nos detalla toda su problemática en el motivo de consulta, en la historia del cuadro psicopatológico actual donde nos manifiesta todos sus síntomas y los antecedentes, traumas que está pasando en su vida y las herramientas utilizadas a la paciente, obteniendo un buen diagnóstico previo a la aplicación de técnicas psicoterapéuticas. Donde obtuvimos éxito ya que la paciente pudo controlar su ansiedad en las sesiones realizadas y manifestó que su rendimiento va mejorando su relación con sus compañeros de clases y sus familiares, adicional estuvo dispuesto a seguir con las terapias para así eliminar los síntomas que tiene. En la prueba psicométrica aplicada obtuvo como resultado:

- Inventario Ansiedad de Beck: obtuvo 33 puntos, equivalente a una escala de ansiedad moderada.

- Escala de Ansiedad de Hamilton: obtuvo 20 puntos, equivalente a una escala de ansiedad moderada.

Diagnostico

Diagnóstico de la paciente con trastornos neuróticos secundarios a situaciones estresantes y somatomorfo según el criterio de diagnóstico CIE-10; (F40 - 48). Según el criterio de diagnóstico DSM5 - CIE-10; (F41, 1) trastorno de ansiedad generalizada.

Objetivos de la terapia realizadas a paciente:

- Modificar los patrones cognitivos disfuncionales
- Disminuir la atención en las sensaciones corporales
- Mejorar las habilidades sociales del adolescente



CONCLUSIONES

Se evidencia que la paciente durante todas las secciones obtenidas tuvo un gran desarrollo en sus cualidades y habilidades, logrando controlar su ansiedad y mejorar su rendimiento académico a través de todas las sesiones trabajadas en el plan terapéutico y el report que se estableció en cada sección que tuvo durante estos meses, se pudo

examinar que en las situaciones detectadas del ámbito escolar, influye en el rendimiento escolar de la estudiante manifestando como es su comportamiento y actitud frente al docente y amigos del salón de clases que afectan sus calificaciones, interfiriendo en la estudiante y afectando en el proceso enseñanza- aprendizaje, al no poder concentrarse y prestar atención en las actividades dadas por el docente, determinando un bajo rendimiento escolar, ya con las sesiones realizadas con el paciente donde logrando mitigar los síntomas y mejorando su interacción con compañeros y docente de aula. En los resultados de la entrevista, y de los test de la Escala de Ansiedad de Hamilton e Inventario de Ansiedad de Beck, se muestran niveles de ansiedad moderada, y niveles críticos en cuanto a su salud emocional describiendo sus síntomas fisiológicos y conductuales donde su sintomatología está mejorando con las terapias que se han realizado y de acuerdo al plan terapéutico, donde ayudo a mejorar el malestar mediante la técnica cognitiva conductual y así disminuir la sintomatología con las técnicas aplicadas para bajar el nivel de ansiedad. Al trabajar con la terapia cognitivo conductual lo primero trabajando con los pensamientos del paciente el cual generan ciertos miedos y ansiedades en el momento que estamos en peligro, porque pensamos automáticamente en la situación, ahí es cuando nuestro organismo sufre y nos genera ansiedad y no nos permite seguir con nuestras actividades o afrontar cualquier situación de nuestras vidas. Se recomienda a la institución unidad educativa, que realicen actividades para mitigar los niveles de ansiedad en estudiantes. Brindar atención a los docentes y padres de familia y dar a conocer los momentos estresantes que generan ansiedad el cual va interferir en el normal desenvolvimiento de las actividades del estudiantado en general.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bonilla, A., & Matute, R. (28 de Noviembre de 2016). Síntomas de la ansiedad y rendimiento académico . Obtenido de Biblioteca Digital:
http://www.bibliotecadigital.usb.edu.co/bitstream/10819/4007/1/S%C3%ADntomas%20an%20siedad%20rendimiento_Ales%20Bonilla%20V_2016.pdf

- Cardona, J., Perez, D., Riviera, S., Gomez, J., & Reyes, A. (2015). Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista Scielo.Universidad de Colombia. Colombia*, 79 - 89.
- Castejon, C. (2017). *Aprendizaje y rendimiento académico*. Monterrey, Mexico: Ediciones Club Universitario.
- Departamento de Salud y Servicios Humanos. (2015). *La fobia social*. Institutos Nacionales de la Salud, 13 - 33.
- García, D. F. (Junio-Julio de 2017). repositorio.Obtenido de <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/14185/Tesis%20Ansiedad%20y%20rendimiento%20acad%C3%A9mico%20final.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Gonzalez, P. (2019). *Modelo de Aaron Beck*. Palencia: Ediciones Calamo.
- Hernández, J., Pozo, C., & Polo, C. (2017). *Ansiedad ante los exámenes: Un programa para su afrontamiento eficaz*. Valencia, España: Ediciones Promolibro Valencia.
- Kendler, K., Neale, M., & Kessler, R. (2016). Trastorno de ansiedad generalizada en mujeres: estudio poblacional de gemelos. *Archivos de psiquiatria general.*, 49(4): 265 - 272.
- Lamas, A. (2015). *Rendimiento escolar: Proposito y representaciones*. Guayaquil, Ecuador: Universidad de Guayaquil, Instituto Superior Tecnológico Bolivariano.
- NIH, N. I. (2017). *Trastorno de Ansiedad Social*. Estados Unidos: Departamento de salud y servicios humanos de los Estados Unidos.
- NIMH.(2012). Instituto Nacional de la Salud Mental. Obtenido de http://ipsi.uprrp.edu/opp/pdf/materiales/ansiedad_esp.pdf

Paredes, K. (2019). Rendimiento academico en los adsolescentes. Cuenca, Ecuador:
Universidad del Azuay.

Perez, D. (2017). Ansiedad. Revista Scielo, 48 - 95.

Rojas, E. (2017). Ansiedad. Barcelona, España: Editorial: Temas de hoy.

Sarudiansky, M. (2017). Ansiedad, angustia y neurosis. Psicología Iberoamericana.
Ciudad de Mexico Distrito Federal, Mexico: Universidad Iberoamericana.