

RESUMEN

En el ámbito universitario, el estudiante se enfrenta a problemáticas de diferente índole: propias del sistema académico, como la enseñanza, el régimen de evaluación, la exigencia académica. La época **de exámenes provoca que muchos estudiantes sufran estados de ansiedad, estrés**, además de problemas para conciliar el sueño e **incluso depresión**, por eso la presente investigación tiene como objetivo principal: *“Determinar los niveles de ansiedad, depresión y estrés en el periodo de exámenes en estudiantes de Séptimo y Noveno Semestre de la Carrera de Psicología de la Universidad Autónoma Juan Misael Saracho de la ciudad de Tarija”*.

El presente trabajo de investigación se enmarca dentro de la Psicología Clínica y el tipo de investigación utilizado es el exploratorio y el descriptivo, considerando que la temática planteada es escasa en Bolivia y más aún en nuestro medio. Para el tratamiento de la información recabada se utilizó la metodología cuantitativa y cualitativa.

La población estuvo constituida por las y los estudiantes de Séptimo y Noveno Semestre de la Carrera de Psicología de la Universidad Autónoma Juan Misael Saracho de la ciudad de Tarija. Tomando como muestra a 61 universitarios de ambos sexos. El tipo de muestreo utilizado fue el aleatorio.

Los instrumentos utilizados en la recolección de la información fueron: el Cuestionario de Rojas para valorar la Ansiedad, Inventario de Depresión de Beck BDI-II y la Escala de Holmes v Rahe para evaluar el Estrés.

De acuerdo a los resultados obtenidos se concluye que los estudiantes de la Carrera de Psicología durante el periodo de exámenes presentan un **nivel de ansiedad normal**, esto se puede atribuir a dos aspectos importantes, por un lado, que durante todo el semestre los estudiantes realizan diferentes prácticas lo que les permite tener mayor conocimiento sobre la temática. Y, por otro lado, las diferentes técnicas de estudio que cada universitario utiliza para prepararse para rendir un examen.

Tomando en cuenta la segunda variable, de acuerdo a los resultados obtenidos los estudiantes universitarios presentan un *nivel de Depresión Moderada*, caracterizada por la falta de energía, la pérdida de interés en las cosas que disfrutaban lo cual les impide realizar exitosamente las actividades cotidianas en la vida universitaria.

Finalmente, los estudiantes de séptimo y noveno semestre de la Carrera de Psicología presentan un *nivel de Estrés Medio*, se infiere que estos resultados se deben a diferentes estresores cotidianos como ser problemas familiares, de pareja si es que la tuvieran, de salud, económicos, etc. más que el enfrentarse al examen en sí.

Las tres hipótesis planteadas en el trabajo se confirman de acuerdo a los resultados obtenidos durante todo el proceso de investigación.

INTRODUCCIÓN

Nuestra sociedad actual está expuesta a altos niveles de ansiedad, depresión y estrés; es normal que algunos estudiantes se sientan más cansados que de costumbre, más irritables, y con otros síntomas físicos. Para muchos estudiantes la vida universitaria es una experiencia positiva, sin embargo para otros es negativa, el acceso a la universidad puede convertirse en una experiencia muy estresante de difícil manejo.

Los estudiantes deben enfrentarse a estresores relacionados con los horarios, las condiciones de las aulas, los exámenes, la espera de calificaciones, junto con la alta competitividad a la que se ven sometidos, donde el paso por la universidad requiere que los jóvenes se esfuercen por adaptarse a nuevos roles, normas, responsabilidades y demandas académicas.

En el ámbito universitario, el estudiante se enfrenta a problemáticas de diferentes índole: propias del sistema académico, como la enseñanza, el régimen de evaluación, la exigencia académica, los docentes, el personal, y el aspecto, que tienen que ver con la personalidad de cada individuo, como el grado de inseguridad, los niveles de ansiedad, depresión y estrés en el periodo de exámenes.

Esta transición durante la universidad y en otros semestres más avanzados puede resultar aún más estresante no solo en los semestres de Séptimo y Noveno de la facultad sino en todos los semestres, ya que el nivel de ansiedad, depresión y estrés aumenta en determinados momentos tales como en las épocas de exámenes. Ya en los últimos semestres es indudable que los estresores cambien o se encuentren en el mismo nivel de los que se presentaban en semestres anteriores.

En cuanto al contenido del presente trabajo de investigación y para su mejor comprensión está sistematizado en los siguientes capítulos:

En el **Capítulo I**, Se presenta el planteamiento y justificación del problema, que constituye la primera etapa de la investigación es decir definir el tema a investigar para luego plantearlo y justificarlo a partir de la lectura e información a la población de los estudiantes de séptimo y noveno semestre de la carrera de psicología.

En el **Capítulo II**, Se presenta el diseño teórico, el cual contiene la pregunta científica, el objetivo general, los objetivos específicos, las hipótesis y la operacionalización de las variables que se encuentran en el problema planteado.

En el **Capítulo III**, Se incluye la fundamentación teórica, ya que es uno de los elementos principales de una investigación. Este estudio se centra en el abordaje de ansiedad, depresión y estrés en el periodo de exámenes en estudiantes de psicología.

En el **Capítulo IV**, Se desarrolló la parte operativa de la investigación, la metodología que consiste en brindar una explicación y descripción de cómo se va a realizar el estudio, en este caso la investigación se caracteriza por el área de Psicología Clínica de carácter descriptivo, la población está constituida por los estudiantes de séptimo y noveno semestre. Asimismo se define los instrumentos utilizados y se detalla en la recolección de datos.

En el **Capítulo V**, Se plantea el análisis e interpretación de los resultados en base a los datos obtenidos por los instrumentos y orden a los objetivos, de esta manera también dando repuesta a las hipótesis planteadas al inicio de la investigación.

En el **Capítulo VI**, Se manifiestan las conclusiones y recomendaciones que surgieron del análisis e interpretación anteriormente hecha en la fase final del trabajo de investigación.

Finalmente se presenta la bibliografía con las revisiones de libros, textos, autores y páginas de internet para sustentar el trabajo de investigación y los anexos.