

Perfiles de afrontamiento y su relación con la ansiedad ante exámenes en estudiantes de Psicología

Celina Elizabeth Morel González¹ y Nicolás Alejandro Viziolí²

Universidad de Buenos Aires-Argentina

La relación entre las respuestas de afrontamiento y la ansiedad ante exámenes fue abordada por distintas investigaciones. Sin embargo, no se han hallado estudios acerca de los perfiles de afrontamiento y su relación con la ansiedad ante exámenes. La presente investigación tuvo como objetivo estudiar los perfiles de afrontamiento de 100 estudiantes de Psicología y su relación con la ansiedad ante exámenes. Se halló una solución de tres conglomerados bien diferenciados respecto de las puntuaciones medias de respuestas de afrontamiento. Se halló que los participantes pertenecientes al clúster de puntuaciones más bajas en todas las respuestas de afrontamiento experimentaron menor nivel de preocupación, emocionalidad y ansiedad ante exámenes global. Se discuten las implicaciones de estos resultados.

Palabras clave: afrontamiento, ansiedad ante exámenes, perfiles, clúster.

Coping profiles and their relationship with test anxiety in Psychology students

The relationship between coping responses and test anxiety was addressed by different investigations. However, no studies have been found about coping profiles and their relationship to test anxiety. The objective of this research was to study the coping profiles of 100 psychology students and their relationship with test anxiety. A solution of three well differentiated clusters was found regarding the mean scores of coping responses. It was found that the participants belonging to the cluster with the lowest scores in all the coping responses experienced a lower level of concern, emotionality and global test anxiety. The implications of these results are discussed.

Keywords: coping, test anxiety, profiles, clusters.

Perfis de enfrentamento e sua relação com a ansiedade do teste em estudantes de psicologia

A relação entre respostas de enfrentamento e ansiedade no teste foi abordada por diferentes investigações. No entanto, não foram encontrados estudos sobre perfis de enfrentamento e sua relação com o teste de ansiedade. O objetivo desta pesquisa foi estudar os perfis de enfrentamento de 100 estudantes de psicologia e sua relação com a ansiedade do teste. Foi encontrada uma solução de três grupos bem diferenciados em relação aos escores médios das respostas de enfrentamento. Verificou-se que os participantes pertencentes ao cluster

¹ Licenciada en Psicología de la Universidad de Buenos Aires, Argentina. Terapeuta Cognitivo-Conductual en Argentina. Dirección postal: Pueyrredon 677 Ramos Mejía, Provincia de Buenos Aires (Código postal: 1704). Contacto: elizabethmorelg10@gmail.com

² Licenciada en Psicología de la Universidad de Buenos Aires, Argentina. Ayudante de primera e investigador del proyecto UBACyT. Dirección postal: Avellaneda 4050, piso 3, departamento D, Ciudad de Buenos Aires. (Código postal: 1407). Contacto: nicoviziolí@gmail.com



com as pontuações mais baixas em todas as respostas de enfrentamento experimentaram um nível mais baixo de preocupação, emocionalidade e ansiedade antes dos exames globais. As implicações desses resultados são discutidas.

Palavras-chave: enfrentamento, ansiedade no teste, cluster, perfil.

Profils d'adaptation et leur relation avec l'anxiété de test chez les étudiants en psychologie

La relation entre les réponses d'adaptation et l'anxiété du test a été abordée par différentes enquêtes. Cependant, aucune étude n'a été trouvée sur les profils d'adaptation et leur relation avec le test d'anxiété. L'objectif de cette recherche était d'étudier les profils d'adaptation de 100 étudiants en psychologie et leur relation avec l'anxiété liée aux tests. Une solution de 3 grappes bien différenciées a été trouvée concernant les scores moyens de réponses d'adaptation. Il a été constaté que les participants appartenant au groupe ayant les scores les plus bas dans toutes les réponses d'adaptation ont connu un niveau de préoccupation, d'émotivité et d'anxiété au test global plus faibles. Les implications de ces résultats sont discutées.

Mots-clés: faire face, anxiété du test, cluster, profils.

A lo largo de la vida, todas las personas atraviesan situaciones de evaluación. Estas situaciones pueden generar ansiedad, relacionada con las fluctuantes exigencias de la vida de las personas (Clark & Beck, 2011a). En caso de los estudiantes universitarios, las evaluaciones se realizan periódicamente y forman una parte fundamental de la vida académica.

La ansiedad ante exámenes puede definirse como rasgo específico de la situación, es decir, como la disposición para reaccionar con una elevada ansiedad ante situaciones que son específicamente relacionadas con evaluaciones y el rendimiento (Hodapp, 1995). Refiere a un conjunto de respuestas fenomenológicas, fisiológicas y conductuales que se asocian a la preocupación acerca de posibles consecuencias negativas ante una situación evaluativa (Sieber et al., 2013). En el caso de los estudiantes, la ansiedad ante exámenes resulta problemática dado que se asocia negativamente con la autoestima (Alam, 2013), la autoeficacia (Bonaccio & Reeve, 2010; Schnell et al., 2015), el rendimiento, el logro de títulos y la selección de ocupaciones (Topp, 1989).

A este respecto, en una revisión meta analítica reciente Von der Embse et al. (2018) sintetizaron 238 estudios llevados a cabo durante 30 años de investigación, con el objetivo de conocer la influencia de la ansiedad ante los exámenes en variables educativas, sociodemográficas e interpersonales. Hallaron que la ansiedad ante exámenes se relacionó negativamente con variables vinculadas con el desempeño académico, que la autoestima funcionó como predictor de la ansiedad ante exámenes, y que la percepción de una elevada dificultad y las consecuencias del examen se relacionaron con niveles más elevados de ansiedad ante exámenes.

El éxito con el cual las personas pueden afrontar situaciones desafiantes o amenazantes como las evaluaciones de rendimiento, depende en gran medida de su repertorio de respuestas de afrontamiento. Ante situaciones desafiantes o amenazantes como las evaluaciones, las

personas cuentan con una serie de recursos y respuestas para afrontarlas, aunque a veces no fueran suficientes. El afrontamiento hace referencia a esfuerzos cognitivos y/o conductuales que realiza una persona para manejar las demandas internas y/o externas, percibidas como desbordantes de sus recursos disponibles (Lazarus & Folkman, 1986). En este sentido, cuando las personas perciben un evento como amenazante, y a sus propios recursos de afrontamiento como inoperantes, experimentan ansiedad.

Existen varios estudios que han abordado la relación entre las respuestas de afrontamiento y la ansiedad ante exámenes. Por ejemplo, Putwain et al. (2016) estudiaron la relación entre los niveles de ansiedad cognitiva ante exámenes, la capacidad de resistir y responder con éxito a los desafíos y contratiempos escolares de rutina, el afrontamiento y el rendimiento académico, en una muestra de 325 estudiantes de último año de secundaria. Reportaron que la ansiedad ante exámenes predijo menor rendimiento, parcialmente mediado por un menor uso de estrategias efectivas de afrontamiento previas al examen. La flotabilidad académica moderó la relación de manera que la relación fue más fuerte cuando la flotabilidad académica fue menor.

Por su parte, Genc (2017) estudió la relación entre la ansiedad ante exámenes y el rendimiento académico, tomando al afrontamiento como variable mediadora, en una muestra de 263 estudiantes de la Universidad de Novi Sad. Informaron que únicamente el afrontamiento centrado en la emoción fue una variable mediadora estadísticamente significativa en la relación entre el nivel de ansiedad ante el examen y el rendimiento académico. A partir de este resultado, afirmaron que los estudiantes con ansiedad ante exámenes alta que emplean estrategias de afrontamiento predominantemente centradas en la emoción tienden a tener un rendimiento académico más bajo.

Hyseni Duraku y Hoxha (2018) evaluaron la asociación de la ansiedad ante los exámenes y el rendimiento académico con las habilidades de estudio, el afrontamiento, el autoconcepto, la autoestima y el estrés en 284 estudiantes universitarios y de secundaria. Hallaron que estar en la universidad y el apoyo social resultaron ser factores protec-

tores para la ansiedad ante los exámenes, que mejores habilidades de estudio, el autoconcepto y el estrés fueron indicativos de una mayor ansiedad ante los exámenes. Los niveles más altos de autoestima se asociaron con un mayor éxito académico.

En Argentina, Casari et al. (2014), analizaron las respuestas de afrontamiento y la ansiedad cognitiva ante situación de examen, en 140 estudiantes de Psicología de la Universidad del Aconagua de la provincia de Mendoza. Hallaron la existencia de asociaciones significativas negativas entre la ansiedad cognitiva y las respuestas de afrontamiento solución de problemas y descarga emocional. A su vez, reportaron asociaciones significativas positivas entre la ansiedad cognitiva y las respuestas de afrontamiento evitación cognitiva, aceptación-resignación y descarga emocional. También reportaron que a medida que transcurren los años académicos, los estudiantes no solo van disminuyendo los niveles de ansiedad, sino que también modifican sus estrategias de afrontamiento al examen.

Por su parte, Furlan et al. (2012), en una muestra de 816 estudiantes universitarios de distintas carreras de la Universidad de Córdoba, estudiaron las relaciones entre ansiedad frente a los exámenes, las estrategias de aprendizaje y los estilos de afrontamiento ante el estrés académico. Hallaron que los estudiantes de mayor ansiedad ante exámenes recurren a abordar de manera recurrente el problema, y que utilizan menos estrategias reflexivas que los menos ansiosos. Quienes presentaron niveles más elevados de ansiedad ante exámenes, presentaron mayor tendencia a la autoculpabilización y la rumiación autofocalizada, mientras que aquellos que experimentan menores niveles de ansiedad ante exámenes mayormente afrontaron la situación buscando su resolución o su aceptación y reevaluación en términos más positivos. Además, reportaron que la preocupación se correlacionó en forma positiva con las estrategias de repetición y regulación del esfuerzo y con estilos más o menos adaptativos de afrontamiento, mientras que la falta de confianza y la interferencia se asocian negativamente con estrategias de aprendizaje reflexivo y crítico y positivamente con los estilos menos eficaces de afrontamiento.

Asimismo, Arana y Furlán (2016), en un estudio realizado con 277 estudiantes, estudiaron la relación entre grupos de perfeccionismo, ansiedad ante exámenes y afrontamiento previo a los exámenes. Encontraron que la ansiedad ante exámenes se asoció positivamente con el perfeccionismo desadaptativo, y que el perfeccionismo adaptativo se asoció positivamente con el afrontamiento orientado a la resolución de problemas. También reportaron que los perfeccionistas desadaptativos tendieron a sufrir más ansiedad ante exámenes que los perfeccionistas adaptativos.

Los estudios mencionados ponen de relieve la relación entre el afrontamiento, la ansiedad ante exámenes, y variables como el rendimiento académico o la autoestima. No obstante, no se han encontrado investigaciones que aborden la relación entre perfiles de afrontamiento y la ansiedad ante exámenes. Sin embargo, es posible encontrar antecedentes en el estudio de la relación entre los perfiles de afrontamiento y la sintomatología psicológica realizados en los últimos años. A este respecto, Li et al. (2017) en un trabajo realizado con 618 mujeres, recientemente diagnosticadas con cáncer de mama, encontró tres grupos caracterizados como 1) afrontamiento adaptativo, 2) afrontamiento desadaptativo y 3) afrontamiento inconsistente. Reportaron que las sujetos pertenecientes al primer grupo obtuvieron puntuaciones significativamente más bajas de ansiedad y depresión, seguidos de los del tercer grupo. Las mujeres que conformaron el grupo de afrontamiento desadaptativos puntuaron significativamente más alto en sintomatología ansiosa y depresiva.

Siguiendo esta temática, Cheng et al. (2019) realizaron un estudio que incluyó a 248 sobrevivientes de cáncer de mama, con la finalidad de estudiar la asociación entre el afrontamiento ante el cáncer de mama y sus consecuencias. Hallaron que aquellas personas que pertenecían al grupo caracterizado por el afrontamiento adaptativo del cáncer experimentó menos estrés y síntomas ansiosos y depresivos que el grupo caracterizado por un afrontamiento desadaptativo.

En otra investigación, Martinent y Decret (2015) condujeron un estudio que involucró a 147 jugadores de tenis de mesa. Hallaron

la existencia de tres conglomerados de afrontamiento: uno orientado hacia la tarea, otro hacia la distracción y el último hacia la retirada. Hallaron que los participantes pertenecientes al primer grupo obtuvieron mayores puntajes de recuperación, y menores de estrés y *burnout* que aquellos que integraron los otros dos grupos.

Por su parte, Sanchez et al. (2015) realizaron una investigación con 171 trabajadores con dolor crónico, e identificaron tres conglomerados: uno caracterizado por afrontamiento positivo, otro por catatrofización, y otro por afrontamientos mixtos. Hallaron que aquellos integrantes del grupo de afrontamiento positivo obtuvieron puntajes significativamente menores en sintomatología depresiva e interferencia de la actividad, y mayores puntuaciones de calidad de vida, en comparación con los otros dos grupos.

Además, en Argentina, De la Iglesia et al. (2019), en un estudio que incluyó a 459 adolescentes, hallaron la existencia de tres clústeres de afrontamiento para varones y tres para mujeres. Hallaron que las mujeres presentaron mayor sintomatología en el caso de los conglomerados caracterizados por afrontamiento evitativo, mientras que los valores experimentaron menor síntoma en el grupo con menor frecuencia de afrontamiento.

Los análisis de perfiles de afrontamiento han permitido arrojar luz sobre la relación acerca de la relación entre el afrontamiento y la sintomatología psicológica. Pudiéndose obtener evidencia de los perfiles de afrontamiento adaptativos y desadaptivos. Siguiendo a Seiffge-Krenke y Klessinger (2000), es importante establecer el perfil de afrontamiento de las personas para poder trabajar con ellas en el desarrollo de respuestas que permitan atravesar una situación desafiante o amenazante de manera tal que se maximicen el bienestar psicológico y la calidad de vida, y se disminuyan los riesgos de un impacto psicológico negativo.

Conocer aquellas modalidades de afrontamiento que pudieran ser más efectivas para la ansiedad ante exámenes, a su vez, permitiría diseñar programas efectivos dirigidos a estudiantes universitarios. En este sentido, Ergene (2003), a través de una revisión metaanalítica de 53 estudios realizada con el objetivo de determinar la efectividad de

los programas de reducción de la ansiedad ante exámenes, planteó que un programa debe incluir 1) información sobre el estudio y habilidades de estudio, 2) ver como otros toman exámenes o realizar simulacros de examen, 3) aumentar el automonitoreo y la práctica del autocontrol del comportamiento y los pensamientos en situaciones de evaluación, 4) la práctica en atender a la tarea a realizar y la capacitación atencional, y (5) aprender a relajarse bajo condiciones de examen.

En el caso de los estudiantes universitarios, las respuestas de afrontamiento pueden ayudar a lidiar con la experiencia de estrés y ansiedad en situaciones de examen, eliminar o modificar las condiciones que causan el estrés para mantener emociones negativas a raya (Stöber, 2004). También pueden promover resultados adaptativos o positivos ante estas situaciones. Por esta razón, el presente trabajo se propone analizar las diferencias en la ansiedad ante exámenes según perfiles de respuestas de afrontamiento en estudiantes de Psicología.

Metodología

Participantes

Mediante un muestro intencional no probabilístico se seleccionaron 100 estudiantes de la Licenciatura en Psicología de la Universidad de Buenos Aires-Argentina, que ya hubieran completado el ciclo básico común y se encontraran cursando materias correspondientes del primer al último año de la carrera. En relación con la caracterización de los participantes, sus edades oscilaban entre los 19 y los 47 años ($M=25$; $DE=4$). Con relación al sexo, el 74% eran mujeres y el 26% restante varones. El 95% de los participantes manifestó que su estado civil era soltero, mientras que el 5% se encontraba casado/en concubinato.

Medición

Datos sociodemográficos: Se diseñaron ítems que consultaron edad, género y lugar de residencia de los participantes.

Inventario de Respuestas de Afrontamiento CRI-A (Moos, 1993, adaptación Mikulic y Crespi, 2008). El instrumento consta de 48 preguntas para responder de acuerdo a en una escala Likert de 0 a 3 cuyas opciones son 'Nunca', 'Raras veces', 'Algunas veces' y 'Muy a menudo'. A través de los 24 reactivos se evalúan ocho respuestas de afrontamiento: Análisis Lógico, Revalorización Positiva, Búsqueda de Orientación o apoyo, Solución de Problemas, Evitación Cognitiva, Aceptación/Resignación, Búsqueda de gratificaciones alternativas y Descarga Emocional. Las primeras cuatro respuestas de afrontamiento se consideran Respuestas por Aproximación al Problema y las cuatro respuestas restantes, Respuestas por Evitación. Con relación a la validez estructural de la adaptación argentina, las autoras hallaron una solución factorial que explicó un 56,1% de la varianza y estuvo conformada por dos factores con pesos factoriales comprendidos entre .48 y .87, que coinciden con el modelo teórico propuesto por Moos (1993). En relación con la consistencia interna, reportaron valores adecuados en cada una de las escalas y en el total.

Inventario de respuestas emocionales durante los exámenes (GTAI-A Heredia, Piemontesi et al., 2008). Se trata de la versión argentina del instrumento alemán de respuestas emocionales durante los exámenes. El mismo, consta de un autoinforme de 28 ítems con cinco opciones de respuesta tipo Likert de 1 a 5 cuyas opciones de respuesta son "nunca", "poco", "a veces", "frecuentemente" y "siempre". El instrumento se compone de cuatro subescalas: emocionalidad, referida a las percepciones de la activación fisiológica; preocupación, que da cuenta de los pensamientos sobre las consecuencias negativas de fracasar; falta de confianza, que refiere a las creencias negativas de la propia capacidad de rendir adecuadamente un examen; e Interferencia, que tiene que ver con los pensamientos que producen distracción y bloqueo cognitivo. El puntaje global de ansiedad ante exámenes se calcula sumando los puntajes de todas las escalas.

Procedimiento

Para recolectar los datos, se recurrió a un muestreo intencional no probabilístico. Se administraron los instrumentos en papel, junto con un consentimiento informado. Se informó a cada uno de los participantes el carácter voluntario de su participación, el tratamiento anónimo y confidencial de los datos del estudio, y se les mencionó que podrían abandonar en cuanto quisieran. Se solicitó que los participantes completaran el Inventario de Respuestas de Afrontamiento considerando una situación estresante de examen.

Análisis de datos

Los datos se analizaron utilizando el software estadístico SPSS versión 26. Se analizaron los perfiles de respuestas de afrontamiento mediante la realización de análisis de clústeres, siguiendo las indicaciones de Henry et al. (2005). En primer lugar, se estandarizaron las puntuaciones obtenidas en cada una de las escalas del CRI-A utilizando puntuaciones z . Luego, se realizó un análisis de clústeres jerárquico con el método de Ward y la distancia euclídea al cuadrado, para determinar el número adecuado de conglomerados con los que trabajar. Teniendo en cuenta el historial del coeficiente de conglomeración y el dendograma obtenidos, a continuación se realizó un análisis de clústeres de k medidas, con el objetivo de confirmar los perfiles. Para validar los clústeres, se analizó la existencia de diferencias en las puntuaciones en las respuestas de afrontamiento, según el clúster de pertenencia, mediante el análisis de la varianza (ANOVA).

Por último, se realizó un análisis multivariado de la varianza (MANOVA) para estudiar las diferencias en la utilización de respuestas de afrontamientos según el perfil de personalidad. Se tuvieron en cuenta los efectos multivariados, y a continuación se optó por desagregar las variables dependientes para realizar análisis de la varianza (ANOVA), utilizando la corrección de Bonferroni para comparaciones múltiples. Por último, se realizaron análisis post hoc con corrección de Bonferroni y se tomaron en cuenta las puntuaciones medias de cada perfil a partir

de las escalas y la puntuación global del GTAI-A, y la pertenencia a subconjuntos homogéneos.

Resultados

Se realizó un análisis de clústeres jerárquico tomando las puntuaciones obtenidas en las respuestas de afrontamiento. Teniendo en cuenta el historial del coeficiente de conglomeración y el dendograma, se arribó a la conclusión de que la solución más adecuada era la de tres conglomerados. En consecuencia, se realizó un análisis de clústeres de k medidas teniendo en cuenta la solución de tres conglomerados. Para validar dicha solución, se procedió a analizar la existencia de diferencias en las puntuaciones de los cinco factores de la personalidad según el clúster de pertenencia, mediante la realización de análisis de la varianza (ANOVA). Se obtuvieron diferencias significativas en todos los casos al nivel de $p < .001$ (Tabla 1).

Tabla 1

Perfiles de respuestas de afrontamiento y estadísticos del análisis de la varianza (ANOVA)

	Clúster 1	Clúster 2	Clúster 3	F	p	η^2 parcial
Análisis Lógico	12.28	5.70	11.11	48.73	.000	.50
Revalorización Positiva	12.15	7.52	13.53	38.18	.000	.44
Búsqueda de Apoyo/ Orientación	11.46	3.78	9.84	57.12	.000	.54
Resolución de Problemas	12.23	6.13	10.92	44.49	.000	.48
Evitación Cognitiva	10.44	.91	8.03	94.81	.000	.66
Aceptación/Resignación	10.90	.87	5.79	84.56	.000	.64
Búsqueda de gratificaciones alternativas	13.23	4.87	8.18	80.24	.000	.62
Descarga Emocional	10.92	1.13	5.92	104.23	.000	.68

En la relación con la caracterización de cada clúster, teniendo en cuenta los datos reportados Mikulic y Crespi (2008), el clúster 1 se caracteriza por valores medios obtenidos en todas las respuestas de afrontamiento. El clúster 2, se caracteriza por puntuaciones bajas obtenidas en todas las respuestas de afrontamiento. Por último, el clúster 3, en comparación con el clúster 1, se caracteriza por valores medios dentro de lo esperable, pero comparativamente más bajos en todas las respuestas de afrontamiento, excepto revalorización positiva, donde un se halló un puntaje medio más elevado que en el clúster 1.

Mediante un análisis multivariado de la varianza (MANOVA) se estudió la relación entre los perfiles de respuestas de afrontamiento y la ansiedad ante exámenes. Dado que los tamaños muestrales de los tres clústeres no fueron iguales, se procedió a interpretar al estadístico *Traza de Pillai*, que es un estadístico más robusto y se lo recomienda en casos donde los tamaños muestrales son desiguales o no se cumple el supuesto de homogeneidad de covarianzas (Hair et al., 2014). El modelo resultó estadísticamente significativo (*Traza de Pillai* = .364; $F(8, 188) = 5.423$; $p = .000$; $\eta^2_{\text{parcial}} = .18$). Al desagregar las variables dependientes mediante análisis de la varianza (ANOVA) con la corrección de Bonferroni para comparaciones múltiples, se hallaron diferencias significativas en el puntaje global de ansiedad ante exámenes ($F = 12.91$; $p = .000$; $\eta^2_{\text{parcial}} = .21$), y las dimensiones emocionalidad ($F = 12.56$; $p = .000$; $\eta^2_{\text{parcial}} = .21$) y preocupación ($F = 17.06$; $p = .000$; $\eta^2_{\text{parcial}} = .26$). Mediante la realización de análisis post hoc con corrección de Bonferroni para comparaciones múltiples, se halló que los participantes del clúster 2 experimentaron significativamente menor nivel emocionalidad y preocupación que los integrantes de clústeres 1 y 3. A su vez, experimentaron significativamente menor ansiedad ante exámenes tomando en cuenta el puntaje global (Tabla 2).

Tabla 2*Diferencias en la ansiedad ante exámenes según el clúster de pertenencia*

	Cluster 1	Cluster 2	Cluster 3
Preocupación	33.82a	26.52b	34.74 ^a
Interferencia	14.59 ^a	12.91a	13.42a
Falta de Confianza	16.36a	14.96a	16.00a
Emocionalidad	26.77 ^a	18.70b	24.13 ^a
Puntaje Global	91.54a	73.09b	88.29 ^a

*Letras iguales indican subconjuntos homogéneos***Discusión**

La presente investigación se propuso analizar las diferencias en la ansiedad ante exámenes según perfiles de respuestas de afrontamiento en estudiantes de Psicología.

Para ello, en primer lugar, se realizó un análisis de clústeres que concluyó en una solución de tres conglomerados bien diferenciados. El primero se caracterizó por niveles medios en todas las respuestas de afrontamiento, el segundo por niveles bajos en todas las respuestas de afrontamiento, y el tercero por poseer niveles, en relación con el clúster 1, comparativamente más bajos en todas las respuestas de afrontamiento excepto en la revalorización positiva. Es decir, que el clúster 2 se caracterizó por utilizar en menor medida todas las respuestas de afrontamiento, tanto de aproximación como de evitación. Estos resultados con los hallados por De la Iglesia et al. (2019), quienes informaron que, en su investigación, los clústeres de afrontamiento en caso de los varones se diferenciaron en la frecuencia de la utilización de estrategias de afrontamiento.

Estos resultados, sin embargo, se diferencian de los reportados por Li et al. (2017) quienes hallaron tres grupos caracterizados como 1) afrontamiento adaptativo, 2) afrontamiento desadaptativo y 3) afrontamiento inconsistente; los informados por Cheng et al (2019) quienes

encontraron dos grupos caracterizados por afrontamiento adaptativo y desadaptativo; con los de Martinent y Decret (2015) quienes hallaron la existencia de tres conglomerados de afrontamiento: uno orientado hacia la tarea, otro hacia la distracción y el último hacia la retirada; y los de Sanchez et al. (2015) quienes identificaron tres conglomerados: uno caracterizado por afrontamiento positivo, otro por catastrofización, y otro por afrontamiento mixtos. Es decir que, mientras los mencionados antecedentes han reportado grupos caracterizados por modalidades de afrontamiento, la presente investigación ha encontrado que los grupos se diferencian en la medida en que se utilizaron todas las respuestas de afrontamiento.

En segundo lugar, teniendo en cuenta la relación entre los perfiles ya conformados de respuestas de afrontamiento y la ansiedad ante exámenes, se halló que los integrantes del clúster 2 presentaron significativamente menores niveles de preocupación, emocionalidad y ansiedad ante exámenes global que los integrantes de los otros dos conglomerados. Es decir, que aquellas personas que utilizaron en menor medida todas las respuestas de afrontamiento experimentaron menos activación fisiológica y preocupación menos pensamientos sobre las consecuencias negativas de fracasar que los participantes correspondientes a los otros dos grupos. A su vez, teniendo en cuenta el puntaje global, experimentaron menor ansiedad ante exámenes a nivel general. Una posible explicación a estos hallazgos podría ser que, si bien los participantes correspondientes a los conglomerados 1 y 3 utilizaron las respuestas de afrontamiento en mayor medida que quienes pertenecen al conglomerado 2, estos últimos pudieron haber utilizado las respuestas de afrontamiento de una manera más efectiva. Es decir, que la diferencia en los niveles de ansiedad ante exámenes podría deberse a maneras efectivas de manejar la situación, en lugar de relacionarse con el tipo de respuesta utilizada.

No se hallaron estudios que anteriormente hubieran realizado investigaciones acerca de los perfiles de afrontamiento y su relación con la ansiedad ante exámenes. Sin embargo, estos resultados se contraponen a los reportados por Furlan et al. (2012), quienes hallaron que

los estudiantes de mayor ansiedad ante exámenes recurren a abordar de manera recurrente el problema, y que utilizan menos estrategias reflexivas que los de menos ansiosos. En la presente investigación no se hallaron diferencias significativas en las dimensiones falta de confianza e interferencia.

Estos resultados reflejan la importancia de considerar el análisis de perfiles de afrontamiento para generar información que permita diseñar programas que permitan disminuir la ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios.

Tal como señaló Ergene (2003), los programas diseñados para trabajar sobre la ansiedad ante los exámenes deben incluir componentes relacionados al estudio, al automonitoreo y el autocontrol, a la práctica de situaciones, al entrenamiento de la atención y a la relajación. Debe considerarse, además, que existen niveles de ansiedad adaptativos. Ya que posibilita que en las ocasiones en que sea necesario, se tomen cuidados extra o bien que uno se prepare especialmente para un evento determinado (Clark & Beck, 2011b).

Estos hallazgos demuestran la importancia de trabajar sobre intervenciones para afrontar de manera eficaz las situaciones de exámenes, considerando los recursos disponibles de las personas. Es decir, que podría ponerse en foco en utilizar efectivamente los recursos propios, mientras se trabaja en ampliar el repertorio de respuestas para poner en práctica. Posibilitando que la ansiedad ante exámenes no repercuta negativamente en el rendimiento académico, en la autoestima o en la calidad de vida de los estudiantes.

En cuanto a las limitaciones del presente estudio, en primer lugar, puede mencionarse el tamaño muestral reducido. A pesar de esta dificultad, se ha producido un acercamiento al estudio de los perfiles de afrontamiento y su relación con la ansiedad ante exámenes.

En segundo lugar, no se han tenido en cuenta dentro del diseño los años que llevan los estudiantes dentro de la carrera. Esta variable resulta de importancia, dado que las respuestas de afrontamiento son constantemente cambiantes, y se modifican como resultado de la adquisición de nuevas herramientas. En este sentido, Casari et al. (2014)

han mencionado que conforme avanzan los años, los estudiantes ven experimentando menores niveles de ansiedad ante exámenes y modificaciones en sus modalidades de afrontamiento ante estas situaciones. Se sugiere que futuras investigaciones incluyan a los años dentro de la carrera como covariable, o bien que se estudie su relación con los perfiles de afrontamiento. Además, se propone la realización de estudios longitudinales.

En tercer lugar, no se ha tenido en cuenta el rendimiento académico como variable. En futuras investigaciones podría incluirse al rendimiento académico dentro del diseño de la investigación, para explorar como los perfiles de afrontamiento se relacionan con dicha variable.

Para concluir, el presente estudio permitió arrojar luz sobre una temática novedosa como lo es el estudio de perfiles de afrontamiento y su relación con la ansiedad ante exámenes. Dejando el panorama abierto a futuras investigaciones sobre la temática, y para diseñar programas que preparen a los sujetos a enfrentar situaciones de examen.

Referencias

- Alam, M. M. (2013). A study of test anxiety, self-esteem, and academic performance among adolescents. *IUP Journal of Organizational Behavior*, 12(4), 33. <https://ssrn.com/abstract=2458799>
- Hair, J. F., Jr., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2014). *Multivariate data analysis: International edition* (7th ed.). Pearson.
- Arana, F. G., & Furlan, L. (2016). Groups of perfectionists, test anxiety, and pre-exam coping in Argentine students. *Personality and Individual Differences*, 90, 169-173. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.11.001>
- Bonaccio, S., & Reeve, C.L. (2010). The nature and relative importance of students' perceptions of the sources of test anxiety. *Learning and Individual Differences*, 20, 617-625. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2010.09.007>

- Casari, L. M., Anglada, J., & Daher, C. (2014). Estrategias de afrontamiento y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología*, 32(2), 243-269. <https://doi.org/10.18800/psico.201402.003>
- Cheng, C. T. et al. (2019). Cancer-coping profile predicts long-term psychological functions and quality of life in cancer survivors. *Supportive Care in Cancer*, 27(3), 933-941. <https://doi.org/10.1007/s00520-018-4382-z>
- Clark, D. A., & Beck, A. T. (2011a). *Cognitive therapy of anxiety disorders: Science and practice*. Guilford Press.
- Clark, D. A., & Beck, A. T. (2011 b). *The anxiety and worry workbook: the cognitive behavioral solution*. Guilford Press.
- De la Iglesia, G., Castro Solano, A., & Fernández Liporace, M. M. (2019). Perfiles de afrontamiento del estrés en adolescentes: su relación con la psicopatología. *Revista de Psicología*, 14(27), 77-92. <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/6085>. <https://doi.org/10.16925/pe.v13i22.1985>
- Ergene, T. (2003). Effective interventions on test anxiety reduction: A meta-analysis. *School Psychology International*, 24(3), 313-328. <https://doi.org/10.1177/01430343030243004>
- Furlan, L., Sánchez-Rosas, J., Heredia, D., Piemontesi, S., Illbele, A., & Martínez, M. (2012). Estrategias de aprendizaje y afrontamiento en estudiantes con elevada ansiedad frente a los exámenes. *Anuario de Investigaciones de la Facultad de Psicología*, 1(1), 130-141. www.revistas.unc.edu.ar/index.php/aifp. <https://doi.org/10.5093/anyes2022a9>
- Genc, A. (2017). Coping strategies as mediators in the relationship between test anxiety and academic achievement. *Psihologija*, 50(1), 51-66. <https://doi.org/10.2298/PSI160720005G>
- Henry, D., Tolan, P. H., & Gorman-Smith, D. (2005). Cluster analysis in family psychology research. *Journal of Family Psychology*, 19, 121-132. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.19.1.121>
- Heredia, D., Piemontesi, S., Furlan, L., & Volker, H. (2008). Adaptación del Inventario Alemán de Ansiedad frente a los Exámenes:

- GTAI-A. *Revista Evaluar*, 8(1). <https://doi.org/10.35670/1667-4545.v8.n1.504>
- Hyseni Duraku, Z., & Hoxha, L. (2018). Self-esteem, study skills, self-concept, social support, psychological distress, and coping mechanism effects on test anxiety and academic performance. *Health Psychology Open*, 5(2). <https://doi.org/10.1177/2055102918799963>
- Hodapp, V. (1995). The TAI-G: A multidimensional approach to the assessment of test anxiety. En C. Schwarzer y M. Zeidner (Eds.), *Stress, Anxiety, and Coping in Academic Settings* (pp. 95-130). Francke.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez Roca.
- Li, L. et al (2017). Coping profiles differentiate psychological adjustment in Chinese women newly diagnosed with breast cancer. *Integrative Cancer Therapies*, 16(2), 196-204. <https://doi.org/10.1177/1534735416646854>
- Martinent, G., & Decret, J. C. (2015). Coping profiles of young Athletes in their everyday life: A three-wave two-month study. *European Journal of Sport Science*, 15(8), 736-747. <https://doi.org/10.1080/17461391.2015.1051131>
- Mikulic, I., & Crespi, M. (2008). Adaptación y validación del Inventario de Respuestas de Afrontamiento de Moos (CRI-A) para adultos. *Anuario de Investigaciones*, 15, 305-312. http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1851-16862008000100030. <https://doi.org/10.16888/interd.2015.32.2.7>
- Moos, R. (1993). *Coping Responses Inventory*. Psychological Assessment Resources.
- Putwain, D. W., Daly, A. L., Chamberlain, S., & Sadreddini, S. (2016). ‘Sink or swim’: buoyancy and coping in the cognitive test anxiety–academic performance relationship. *Educational Psychology*, 36(10), 1807-1825. <https://doi.org/10.1080/01443410.2015.1066493>

- Sanchez, J. et al (2015). Pain Coping Profiles in Workers' Compensation Clients with Chronic Musculoskeletal Pain: A Cluster Analysis. *Australian Journal of Rehabilitation Counseling*, 21(2), 108-122. <https://doi.org/10.1017/jrc.2015.13>
- Schnell, K., Ringeisen, T., Raufelder, D., & Rohrmann, S. (2015). The impact of adolescents' self-efficacy and self-regulated goal attainment processes on school performance—Do gender and test anxiety matter? *Learning and Individual Differences*, 38, 90-98. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2014.12.008>
- Seiffge-Krenke, I., & Klessinger, N. (2000). Longterm effects of avoidant coping on adolescents' depressive symptoms. *Journal of Youth and Adolescence*, 29(4), 617-630. <https://doi.org/10.1023/A:1026440304695>
- Sieber, J. E., O'Neil Jr, H. F., & Tobias, S. (2013). *Anxiety, learning, and instruction*. Routledge.
- Stöber, J. (2004). Dimensions of test anxiety: Relations to ways of coping with pre-exam anxiety and uncertainty. *Anxiety, Stress & Coping*, 17(3), 213-226. <https://doi.org/10.1080/10615800412331292615>
- Topp, R. (1989). Effect of relaxation or exercise on undergraduates' test anxiety. *Perceptual and Motor Skills*, 69(1), 35-41. <https://doi.org/10.2466/pms.1989.69.1.35>
- Von der Embse, N., Jester, D., Roy, D., & Post, J. (2018). Test anxiety effects, predictors, and correlates: A 30-year meta-analytic review. *Journal of Affective Disorders*, 227, 483-493. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.11.048>

Recibido: 2020-06-14

Revisado: 2022-05-13

Aceptado: 2022-10-23