



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

“PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS DEL INVENTARIO DE ANSIEDAD:
RASGO – ESTADO EN ADULTOS JÓVENES “

Tesis para optar el Título Profesional de:
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

Presentado por:

Déborah Olaechea Terán (0000-0003-3832-6164)

Asesor:

César Augusto Eguía Elias (0000-0002-6499-9971)

Lima – Perú

2021

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Lima, 02 de Mayo de 2021.

Los integrantes del Jurado de tesis:

Presidente: Dr. Carlos Ramón Ponce Díaz	<input type="checkbox"/>
Miembro: Mg. Dora Raquel Pacheco Vásquez	
Miembro: Mg. María José Vermejo Valle	

Se reúnen para evaluar la tesis titulada:

“PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS DEL INVENTARIO DE ANSIEDAD: RASGO - ESTADO EN ADULTOS JÓVENES”

Presentada por el estudiante/bachiller:

- Déborah Olaechea Terán

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología.

Asesorada por: Mg. César Augusto Eguía Elías

Luego de haber evaluado el informe final de tesis y evaluado el desempeño de los estudiantes de la carrera de Psicología en la sustentación, concluyen de manera unánime (X) por mayoría simple () calificar a:

Tesis: Déborah Olaechea Terán			Nota (en letras): 15
Aprobado (X)	Aprobado - Muy buena ()	Aprobado - Sobresaliente ()	Desaprobado ()

Los miembros del jurado firman en señal de conformidad.



Dr. Carlos Ramón Ponce Díaz
Presidente del Jurado



Mg. César Augusto Eguía Elías
Asesor



Mg. Dora Raquel Pacheco Vásquez
Miembro 1



Mg. María José Vermejo Valle
Miembro 2

T // (51) 610 6738
informes@cientifica.edu.pe
cientifica.edu.pe

Dedicatoria:

El presente trabajo de investigación está dedicado a mis padres, gracias a quienes puedo convertirme en la profesional que deseo ser; y a María José y Gianella, por ser mi confort y mi sostén durante toda mi vida universitaria.

Agradecimientos:

Al Ps. John Espinoza, porque ser más que un profesor e incentivarme siempre.

A Sandra, por su gran ayuda en mi recolección de datos.

Al Ps. Cesar Eguia Elias por su apoyo en cada paso de este proceso.

Índice General

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	9
1. Descripción del problema	9
2. Justificación	12
2.1. <i>Aporte a nivel teórico</i>	<i>12</i>
2.2. <i>Aporte a nivel metodológico.....</i>	<i>13</i>
3. Problema General.....	13
II. MARCO TEÓRICO.....	14
1. Antecedentes de investigación	14
1.1. <i>Antecedentes internacionales</i>	<i>14</i>
1.2. <i>Antecedentes nacionales.....</i>	<i>15</i>
2. Bases teóricas	16
2.1. <i>Definición de la ansiedad.....</i>	<i>16</i>
2.2. <i>Diferencia entre ansiedad normal y patológica</i>	<i>16</i>
2.3. <i>Síntomas y signos de la ansiedad</i>	<i>17</i>
2.4. <i>Ansiedad rasgo y ansiedad estado</i>	<i>18</i>
2.5. <i>Test psicométrico.....</i>	<i>18</i>
2.6. <i>Validez.....</i>	<i>18</i>
2.7. <i>Confiabilidad.....</i>	<i>19</i>
2.8. <i>Baremos.....</i>	<i>19</i>
III. OBJETIVOS	20
1. Objetivo General:.....	20
2. Objetivos Específicos:	20
IV. METODOLOGÍA	21
1. Tipo y diseño de estudio	21
2. Participantes	21
3. Instrumento de medición	23
4. Plan estadístico	24
V. RESULTADOS.....	26
VI. DISCUSIÓN.....	31
VII. CONCLUSIONES	34
IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	36
X. ANEXOS	40

Índice de tablas

Tabla 1. <i>Sintomatología general de la ansiedad</i>	17
Tabla 2. <i>Estadísticos descriptivos de edad</i>	21
Tabla 3. <i>Frecuencia de edades</i>	22
Tabla 4. <i>Frecuencia de sexo</i>	22
Tabla 5. <i>Frecuencia del centro de estudio</i>	23
Tabla 6. <i>Matriz de correlación de ítems</i>	26
Tabla 7. <i>Análisis de fiabilidad</i>	27
Tabla 8. <i>Estadísticos de fiabilidad por subescalas</i>	28
Tabla 9. <i>Matriz de componentes rotados</i>	29
Tabla 10. <i>Baremos generales y por grupos</i>	30

Índice de anexos

Anexo 1: Modelo de Consentimiento Informado	41
Anexo 2: Plantilla de IDARE	43

Resumen

La presente investigación tiene el objetivo de evaluar las propiedades psicométricas del Inventario de Ansiedad: Rasgo-Estado (IDARE) en adultos jóvenes de Lima Metropolitana. La muestra está conformada por 343 participantes, 32,2% hombres y 67,8% mujeres, de 19 a 30 años con una media de 22,37 años (DT=2,4). Dentro de los resultados se obtuvo la validez de consistencia interna mediante el análisis factorial que da como resultado división en 6 dimensiones válidas. Para la confiabilidad, se obtuvo un alfa de cronbach de 0,942, lo cual indica que el instrumento es confiable en el presente contexto. Se procedió a eliminar 1 ítem con baja confiabilidad, para obtener un alfa de cronbach de 0,944; lo que demuestra una alta confiabilidad. Finalmente, se realiza la baremación mediante el uso de percentiles creando así baremos generales, por sexo y por tipo de centro de estudio.

Palabras clave: ansiedad rasgo, ansiedad estado, propiedades psicométricas, adultos jóvenes

Abstract

The current investigation aims to evaluate the psychometric properties of the State – Trait Anxiety Inventory, in young adults of Metropolitan Lima. The sample is conformed by 115 participants who are studying at a university, 32,2% male and 67,8% females, from 19 to 39 years old with an average age of 22,37 years (DT=2,4). Within the results, the validity of inner consistence was obtaines, throwing a result of 6 valid dimensions. For the reliability, a Cronbach alpha of 0,942 was obtained; which indicates that the instrument was reliable in this context. 1 item with low reliability was eliminated, to obtain an alpha of 0,944. Finally, the scale is done through the use of percentiles, creating a general scale, and also scale by sex and by type of educational center.

Palabras clave: trait anxiety, state anxiety, psychometric properties, young adults.

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1. Descripción del problema

A través de la historia de las ciencias sociales, surge la necesidad de medir constructos psicológicos para una evaluación más pertinente. Por ello, para poder generar más conocimiento científico y estudiar las diferencias individuales humanas, la psicometría surge como disciplina de la psicología, definido por Muñiz (2003) como el conjunto de métodos, técnicas y teorías implicadas en la medida – cuantitativa - de las variables psicológicas, y en el desarrollo de estos (Meneses, 2013).

Desde sus inicios, diversos autores como Galton, Cattell, y Binet, empezaron con la construcción de instrumentos que sean capaces de medir sistematizadamente las “diferencias humanas”. Dentro de ellas, abordando constructos cognitivos y no cognitivos, como inteligencia y personalidad respectivamente. Eventualmente, surgió la necesidad de construir escalas que midan variables emocionales, como menciona Meneses (2013) para poder realizar descripciones, clasificaciones, diagnósticos, explicaciones y predicciones que puedan ayudar al profesional de la salud a orientar una acción o toma de decisión sobre la persona evaluada.

Por otro lado, la ansiedad es un constructo psicológico ampliamente estudiado por diversos autores, y por ende ha generado interés en diversos autores para la construcción de instrumentos que midan este variable.

Por ende, Spielberger et al (1970), y luego Spielberger y Díaz-Guerrero en el 2007, diseñan el Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE) que permite medir la variable ansiedad como un estado temporal emocional y como un rasgo de tendencia a presentarla, como apoyo para la

evaluación psicológica y, por ende, para un diagnóstico más acertado. El beneficio de esta prueba es que permite diferenciar la ansiedad como estado situacional de la ansiedad como rasgo relativamente permanente de la personalidad, teniendo en cuenta que este último afecta en el otro, es decir, una propensión estable a responder a situaciones percibidas como amenaza con ansiedad, y un estado temporal que se activa únicamente en ciertas circunstancias (Spielberger, 1970). Además, es una escala que es de fácil aplicación por la facilidad de comprensión y el tiempo que toma realizarlo. Por ello, Andrade et ál (2001), mencionan que este inventario de autoevaluación es una de las herramientas más utilizadas para la medición de la variable ansiedad alrededor del mundo (Domínguez et ál, 2012). A pesar de ello, y de haber sido validada, estandarizada y adaptada en distintos países, el nuestro no cuenta con ninguna adaptación oficial.

Actualmente, existen varios instrumentos de medición de la variable ansiedad. Dichos instrumentos han sido desarrollados a lo largo del último siglo, en distintos países ajenos al nuestro.

Como ya se conoce, para poder aplicar un instrumento de otro país, este debe pasar por un proceso de adaptación psicométrica. Sin embargo, en el Perú, los test e inventarios que se utilizan para evaluación psicológica, no siempre cuentan con una adaptación a nuestra realidad, o se utilizan adaptaciones que ya perdieron vigencia. Y las investigaciones que estudian las propiedades psicométricas de esos instrumentos en esta realidad, suelen ser dirigidas a poblaciones muy específicas, como ya se verá en los antecedentes de investigación, y esto, impide su uso en un contexto cotidiano. Es por ello, que, en el contexto peruano, se suelen utilizar las pruebas adaptadas y sus respectivos baremos en países cercanos tales como Chile o Argentina.

Por otro lado, es de gran relevancia estudiar la variable ansiedad en el contexto de adultos jóvenes en etapa universitaria. Cardona-Arias (2015) señala que el alumnado de educación superior es considerado como una población de riesgo dadas las exigencias psicológicas, sociales, y académicas, que pueden llevar a grados elevados de estrés y ansiedad.

Asimismo, en el contexto peruano, la institución encargada de supervisar la educación superior, la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria (SUNEDU), inició un proceso de licenciamiento de universidades. Esta se decretó en la Resolución N° 006 - 2015/SUNEDU/CD, que fue publicada en el Diario Oficial El Peruano por la SUNEDU. Estos licenciamientos, son procedimientos que tienen el propósito de verificar que las universidades posean las condiciones básicas en cuanto a infraestructura, calidad de enseñanza, mecanismos de inserción laboral, etc. Con planes y objetivos claros y viables (El Peruano, 2015). Este proceso se inició entre el 2015 y 2017 y se preveía que para el 2019 todas las universidades del Perú debían haber pasado por dicho proceso. Sin embargo, existe un número de universidades que no obtuvieron el licenciamiento para poder funcionar, perjudicando así a los universitarios en su proceso de educación superior, y sienten otro factor de ansiedad en su contexto.

Es por todo ello que es necesario que existan instrumentos válidos y confiables que puedan medir esta variable en la población ya mencionada, tal y como lo es el IDARE.

2. Justificación

Previo a la realización de la presente propuesta de investigación, estuvo en construcción un proyecto de estudio para determinar la prevalencia de ansiedad en practicantes pre-profesionales del área de salud, cuya muestra estaba conformada por adultos jóvenes universitarios de pre-grado realizando el proceso de internado.

No obstante, a pesar de ya existir artículos y tesis sobre las propiedades psicométricas del uso en cuestión, los estudios encontrados no cuentan con una baremación a la población a la que se dirige este estudio. Además, están dirigidos a poblaciones muy específicas. Incluso algunos sugieren como recomendación ampliar el estudio para que exista la baremación correspondiente. Estos serán posteriormente mencionados en antecedentes de investigación.

Dado la falta de estandarización de instrumentos que miden ansiedad a la población joven de Lima Metropolitana en general, se desarrolla el interés de evaluar las propiedades psicométricas y elaborar baremos con la finalidad de que esta pueda ser de utilidad para futuras investigaciones. Y es importante, asimismo, establecer un precedente a la realidad de educación remota actual.

2.1. Aporte a nivel teórico

Se aporta realizando una investigación actualizada sobre un instrumento ampliamente utilizado. Esto puede generar puntos de partida o antecedentes recientes para futuras investigaciones que traten sobre el tema, e incluso generar nuevos estudios sobre la variable de ansiedad en distintas subpoblaciones dentro de adultos jóvenes universitarios. Se genera

así, un estudio reciente sobre las propiedades del instrumento en una realidad inmediata previa a la pandemia covid.

2.2. Aporte a nivel metodológico

El uso de baremos actualizados del Inventario de Ansiedad Rasgo Estado permitirá que el diagnóstico sea más acorde a la realidad limeña, a través de un diagnóstico más preciso que servirá para la intervención adecuada del manejo emocional de a quien se aplique la prueba, y que pueda ser utilizado tanto a nivel individual como grupal.

3. Problema General

En el estudio se plantea la siguiente interrogante: ¿Cuáles son las propiedades psicométricas del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado?

II. MARCO TEÓRICO

1. Antecedentes de investigación

1.1. *Antecedentes internacionales*

Bee Seok et ál (2018) realizaron una investigación sobre las propiedades psicométricas del IDARE, tomando como muestra a 341 universitarios de Malasia. Como resultado, tres ítems fueron eliminados para poder obtener óptimos resultados en cuanto a la validez y confiabilidad (0,888).

Una investigación realizada en México por Silva et ál (2016) en 3458 estudiantes de habla hispana cuyas edades oscilaban entre 14 y 23 años para hacer la revisión únicamente del factor rasgo del IDARE, concluyó que para lograr que el instrumento sea confiable en dicha población, fue necesario eliminar 2 ítems debido a su baja asociación con el instrumento, quedando 18 reactivos con una mejor consistencia interna. Asimismo, se encontró que, dentro de todos los jóvenes, los adolescentes y las mujeres reportaron mayor ansiedad rasgo.

Asimismo, Fonseca et ál (2012), realizaron un estudio en una muestra de 588 participantes, con la edad media de 20,3 años. Los resultados mostraron adecuadas propiedades psicométricas, tanto la confiabilidad (0,93), como el análisis de estructura interna. Asimismo, se realizó un análisis sobre diferencias entre variables como edad y sexo, encontrando diferencias significativas.

Por otro lado, Rojas Carrasco (2010) realizaron una investigación en España, en la cual aplicaron el instrumento a un grupo de 120 madres y 90 padres de niños hospitalizados en UCI. Se encontraron adecuados valores para validez y confiabilidad, y se realizaron

percentiles para dicha población. Se concluyó que esta prueba y su nueva estandarización puede ser utilizada de mejor manera para este tipo de población.

Grös et ál (2007) en su investigación sobre propiedades psicométricas del IDARE en comparación al Inventario de Ansiedad Rasgo Estado: Somática y Cognitiva (STICSA), evaluaron a 567 pacientes de una clínica de trastornos de ansiedad en Nueva York. Se obtuvo como resultados que, a pesar que ambos instrumentos poseen alto nivel de validez y confiabilidad, el último instrumento mencionado tuvo mayor correlación con la ansiedad que la depresión, al contrario que el IDARE, lo que sugiere que el STICSA es un instrumento más puro para medir sintomatología de ansiedad.

1.2. Antecedentes nacionales

Castro (2016), realizó una revisión psicométrica de dicho inventario, en una muestra de 200 pacientes atendidos en el año 2015, en una clínica de control de peso en Trujillo. Se obtuvo como resultados que existe tanto validez como confiabilidad en la muestra ya mencionada.

Asimismo, Ortiz y Céspedes (2015) para realizar su tesis de bachiller, realizaron una investigación sobre las propiedades psicométricas del IDARE en 2600 niños y adolescentes de Lima Sur. En dicha investigación, se obtuvo tanto validez y confiabilidad, y además se elaboraron percentiles para dicha muestra.

Por otro lado, Domínguez et ál (2012) realizaron una revisión psicométrica del IDARE, recolectaron los datos a partir de 133 estudiantes de primer año de dos carreras profesionales de salud de una universidad estatal de Lima Metropolitana. A pesar de haber

concluido que el instrumento mencionado es válido y confiable, los autores recomiendan ampliar la muestra con la finalidad de elaborar baremos.

Asimismo, se menciona en la investigación de Guzmán et ál (2000) sobre ansiedad rasgo estado y personalidad en alumnos preuniversitarios que, en el Perú, la confiabilidad para universitarios sobre la prueba fue trabajada por Anchante en 1993 y Rojas en 1997. Sin embargo, ninguna investigación se centró en explorar las propiedades psicométricas del instrumento en su totalidad, únicamente hallaron la confiabilidad para poder realizar estudios correlacionales. Por ejemplo, en el caso de Rojas en 1997, la confiabilidad fue hallada para un estudio sobre ansiedad, cólera y estilos de afrontamiento en portadores de VIH.

2. Bases teóricas

2.1. Definición de la ansiedad

La ansiedad es considerada una respuesta adaptativa al medio, porque aparece como la anticipación a un evento futuro considerado como negativo para el individuo. Por ello, se encuentra acompañado de una sensación desagradable y síntomas somáticos de tensión. Es adaptativa, debido a que sirve como indicador de alerta al individuo acerca de un peligro, y permite que el individuo organice su respuesta al medio de modo que sea capaz de enfrentarse a la amenaza (Unidad de Evaluación de Tecnologías Sanitarias de Madrid, 2010).

2.2. Diferencia entre ansiedad normal y patológica

Como ya se ha mencionado, la ansiedad es un estado afectivo emocional adaptativo, y por ende normal en determinadas situaciones estresantes que atraviesa un individuo. Sin

embargo, cuando la ansiedad se manifiesta de manera desproporcionada en comparación a la situación estresante, o dicha situación o amenaza es irreal, pero percibida como real para el individuo, la ansiedad es considerada patológica, ya que comenzará a afectar la funcionalidad de la persona, y será desadaptativa en vez de adaptativa.

De esta forma, se afectan distintas áreas de la vida del individuo, como su desempeño laboral, académico, social; y se convierte en un riesgo de trastornos físicos, por ejemplo, enfermedades cardiovasculares; y también predispone a la aparición de trastornos mentales simultáneos, como depresión, trastorno por uso de sustancias, etc. (Martínez y Nelson, 2011).

2.3. *Síntomas y signos de la ansiedad*

Según la Unidad de Evaluación de Tecnologías Sanitarias de Madrid en el 2010 se dividen en:

Tabla 1. *Sintomatología general de la ansiedad*

Síntomas fisiológicos	Síntomas psicológicos
– Sudoración	– Sentimiento de preocupación
– Sequedad en la boca	– Sensación de agobio
– Mareos, náuseas, vómitos	– Miedo a perder el control o volverse “loco”
– Temblores	– Sensación de muerte inminente
– Tensión muscular	– Dificultad para concentrarse
– Cefaleas	– Afección en la memoria
– Palpitaciones, taquicardias	– Irritabilidad, inquietud
– Disnea	– Conductas de evitación
– Diarrea o estreñimiento	– Inhibición o bloqueo psicomotor
– Micción frecuente, etc.	– Obsesiones o compulsiones, etc.

Nota: Recuperado de “Guía práctica clínica para el manejo de pacientes con trastornos de ansiedad”, de la Unidad de Evaluación de Tecnologías Sanitarias de Madrid en el 2010.

2.4. *Ansiedad rasgo y ansiedad estado*

En el año 1997, Spilberger, Gorsuch y Lushene elaboran un instrumento para medir el constructo ansiedad como estado y ansiedad como rasgo. La primera de ellas, se considera una condición transitoria o pasajera en el individuo que la experimenta, y originada por eventos externos; es decir, su aparición obedece en mayor parte a un carácter contextual y/o ambiental.

Por otro lado, la ansiedad como rasgo, refiere a una tendencia del individuo, relativamente estable y permanente, a percibir mayor cantidad de eventualidades del entorno como una amenaza; y a modo de consecuencia, se eleva también la ansiedad estado.

2.5. *Test psicométrico*

Herrera (1998) define un test psicométrico como un instrumento de medida que va a permitir la asignación numérica (cuantificación) a un atributo de un sujeto (Espinosa, 2008).

2.6. *Validez*

a. De contenido

Prieto y Delgado (2010), mencionan que un instrumento no debe ser considerado válido si los ítems que la componen no miden realmente el contenido a evaluar. Es decir, los ítems deben representar suficientemente las diferentes manifestaciones del constructo a medir.

b. De constructo

Según Cronbach y Meehl (1955), es el modo principal de validación (como se citó en Prieto y Delgado, 2010). Este tipo de validez puede ser entendido como la existencia de evidencias del grado en que las puntuaciones representan el atributo psicológico que se supone que evalúa el constructo teórico (Leyva, 2011).

2.7. *Confiabilidad*

La confiabilidad es definida como la consistencia y/o estabilidad de dicho instrumento, en el cual no debe existir variación significativa en los resultados de un proceso de medición y otro en las mismas condiciones. Si variabilidad es pequeña, se considera que los valores son precisos y fiables (Prieto y Delgado, 2010).

2.8. *Baremos*

Aiken (2003) conceptualiza el término de baremos como una tabla hecha a partir de normas obtenidas de las puntuaciones directas en el proceso de estandarización, con la finalidad de tener un marco de referencia mediante la cual realizar interpretaciones (Parasi, 2015).

III. OBJETIVOS

1. Objetivo General:

Estimar las propiedades psicométricas del Inventario de Ansiedad Rasgo- Estado (IDARE) en adultos jóvenes de Lima Metropolitana.

2. Objetivos Específicos:

- Determinar la confiabilidad del Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado en adultos jóvenes de Lima Metropolitana.
- Determinar la validez del Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado en adultos jóvenes de Lima Metropolitana
- Elaborar baremos del Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado en adultos jóvenes de Lima Metropolitana

IV. METODOLOGÍA

1. Tipo y diseño de estudio

El presente estudio tiene un enfoque cuantitativo a través de tipo psicométrico, con un diseño no experimental, ya que no se pretende manipular las variables o hechos; transversal, ya que existirá un momento único de recogida de datos.

2. Participantes

Se hizo la recolección de datos a la población de adultos jóvenes universitarios de Lima Metropolitana. La muestra está conformada por 343 universitarios, adultos jóvenes con edad entre 19 – 30 años, pertenecientes a universidades nacionales y privadas de Lima Metropolitana. Excluye a personas que no formen parte de dicho rango de edad, no sean estudiantes de una institución educativa superior, y no sean de Lima Metropolitana.

El muestreo es no probabilístico, por conveniencia. Para adaptaciones y propiedades psicométricas, se acepta un mínimo de 150 participantes.

Se logró recolectar datos de 5 universidades privadas y 2 universidades estatales de Lima Metropolitana.

Tabla 2.

Estadísticos descriptivos de edad

		Edad
N	Válido	343
Media		22,81
Mediana		22,00
Moda		23
Desv. Desviación		2,419
Mínimo		19
Máximo		30

Respecto a la edad, se observa que, del rango propuesto, 19 a 30, el promedio de la edad de los participantes es de 22,81.

Tabla 3.

Frecuencia de edades

		Frecuencia	Porcentaje	% Acumulado
Válido	19	28	8,2	8,2
	20	22	6,4	14,6
	21	40	11,7	26,2
	22	59	17,2	43,4
	23	94	27,4	70,8
	24	44	12,8	83,7
	25	25	7,3	91,0
	26	8	2,3	93,3
	27	4	1,2	94,5
	28	7	2,0	96,5
	29	2	0,6	97,1
	30	10	2,9	100,0
	Total	115	91,3	
Total		126	100,0	

Asimismo, se observa que la moda de la edad es de 23 años. También se observa que los participantes más frecuentes son los de 23 y 22 años en ese orden, mientras que los menos frecuentes son de 29 y 27 años.

Tabla 4.

Frecuencia del sexo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Hombre	104	30,3	30,3	30,3
	Mujer	239	69,7	69,7	100,0
Total		343	100,0		

Se observa que el 69,7% de la muestra son mujeres, porcentaje mayor al de los hombres, que representan el 30,0% de la muestra.

Tabla 5.

Frecuencia del centro de estudio

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Universidad	303	88,3	91,8	91,8
	Instituto	27	7,9	8,2	100,0
	Total	330	96,2	100,0	
Perdidos	Sistema	23	18,3		
Total		343	100,0		

Se observa que el 88,3% de la muestra son solo estudiantes universitarios, porcentaje mayor a los estudiantes de instituto, que representan el 7,9% de la muestra.

3. Instrumento de medición

Para la medición de la variable de ansiedad, se utilizó el Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado. A continuación, se muestra la ficha técnica de dicho instrumento:

Nombre	: Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado
Autores	: C.D. <u>Spielberger</u> y R. Díaz-Guerrero
Año	: 2007
Constructo Evaluado	: Ansiedad como estado transitorio
Dirigido a	: Adolescentes y Adultos
Área de aplicación	: Clínico
Forma de aplicación	: Evaluador o autoevaluación
Aplicación	: Individual o colectiva
Tiempo de aplicación	: 20 minutos

4. Plan estadístico

Para realizar la investigación deseada, en primer lugar, se presentó el proyecto de tesis ante la universidad, y una vez corregido y probado, se realizó la compra del instrumento ya mencionado (IDARE). Más adelante, tomó lugar la recolección de datos a través de evaluaciones tanto colectivas como individuales, en distintas locaciones y fechas a personas que cumplieron con los criterios de inclusión a las cuales se tuvo acceso.

Se realizó una base de datos utilizando Microsoft Excel una vez obtenidos los datos, y dicha base fue procesada en el programa estadístico *Statistics Package for Social Sciences 2* (SPSS 25). Se utilizaron los estadísticos descriptivos, tablas de frecuencia, el coeficiente de alfa de Cronbach y el análisis factorial. Finalmente, se redactaron los resultados y la discusión y conclusiones del estudio.

5. Aspecto ético

Se contó con el consentimiento informado de cada participante del estudio, realizando así el compromiso de tener un manejo responsable y profesional, únicamente con el fin de realizar investigación, de los datos obtenidos, respetando la confidencialidad de la información del participante y sus resultados. Además, se le mencionó los objetivos de la investigación a cada individuo mediante dicho consentimiento informado.

Se cumplió con los criterios de investigación para el uso del Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado, obteniendo el instrumento por medio legal.

Por último, la investigación pasó por el proceso para que el comité de ética del área de investigación de la Universidad Científica del Sur, quienes emitieron el acta de aprobación por parte de su área.

V. RESULTADOS

Al realizar el primer estudio estadístico de fiabilidad, se observa que el alfa tiene un valor de 0,942, mayor al 0,800; por lo tanto, la prueba es confiable.

Se procede a revisar la correlación de ítems para eliminar los ítems con baja confiabilidad.

Tabla 6.

Matriz de correlación de ítems

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
ITEM1	79,54	285,109	,563	,941
ITEM 2	79,75	282,798	,636	,940
ITEM3	79,86	284,423	,524	,941
ITEM4	80,27	287,599	,456	,941
ITEM 5	79,71	283,705	,561	,941
ITEM6	80,41	285,727	,503	,941
ITEM7	79,91	282,580	,522	,941
ITEM 8	79,09	288,792	,361	,942
ITEM9	79,94	282,000	,583	,940
ITEM 10	79,62	285,581	,536	,941
ITEM 11	79,94	282,853	,582	,940
ITEM12	80,20	283,953	,543	,941
ITEM13	80,47	286,589	,483	,941
ITEM14	80,57	285,223	,538	,941
ITEM 15	79,27	283,034	,556	,941
ITEM 16	79,57	282,520	,622	,940
ITEM17	79,84	282,416	,608	,940
ITEM18	80,46	284,004	,558	,941
ITEM 19	79,70	285,250	,503	,941
ITEM 20	79,84	283,180	,615	,940
ITEM 21	80,00	285,477	,618	,940
ITEM22	79,82	285,342	,481	,941
ITEM23	80,31	285,678	,538	,941
ITEM24	80,15	287,199	,422	,942

ITEM25	79,98	287,152	,402	,942
ITEM 26	79,31	287,552	,409	,942
ITEM 27	79,76	287,696	,400	,942
ITEM28	80,14	283,010	,598	,940
ITEM29	80,01	281,319	,571	,941
ITEM 30	80,12	285,372	,536	,941
ITEM31	80,03	284,899	,477	,941
ITEM32	80,12	283,062	,565	,941
ITEM 33	79,82	283,468	,585	,940
ITEM34	79,57	292,795	,193	,944
ITEM35	80,18	284,991	,512	,941
ITEM 36	79,83	283,080	,649	,940
ITEM37	79,96	282,253	,585	,940
ITEM38	80,09	283,474	,490	,941
ITEM 39	79,92	282,914	,584	,940
ITEM40	79,89	283,430	,554	,941

Se eliminan los ítems con una confiabilidad negativa, que en este caso es el ítem 34, sombreado en el cuadro.

Se vuelve a realizar el análisis de confiabilidad

Tabla 7.

Análisis de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,944	39

Se vuelve a realizar el análisis de confiabilidad, en esta ocasión también se obtiene un alfa de 0,944, mayor a 0,800, por ende, se concluye que la prueba es confiable.

Se procede a analizar la fiabilidad de cada escala.

Tabla 8.

Estadísticas de fiabilidad por subescalas.

	Alfa de Cronbach	N de elementos
Ansiedad Estado	.922	20
Ansiedad Rasgo	.911	19

Se observa en la tabla 8 que el alfa de la subescala ansiedad estado, tiene un valor mayor al 0,800; por lo tanto, la subescala es Ansiedad Estado es confiable con un alfa de Cronbach de 0,922.

Asimismo, se observa en la misma tabla que el alfa de la subescala ansiedad rasgo, tiene un valor mayor al 0,800; por lo tanto, la subescala de Ansiedad Rasgo es confiable con un alfa de Cronbach de 0,911.

Después de haber completado el análisis de fiabilidad, se procede a realizar el análisis de validez, utilizando la prueba de KMO y Bartlett.

Luego se analizan dos valores más, la medida de KMO, que debe ser mayor a 0,5. Se observó que en este análisis el valor es de 0,942; cumpliendo con el criterio propuesto.

Asimismo, se observó en la prueba de esfericidad de Bartlett, que el valor es menor a 0,05, siendo de 0,000. Así se cumple con los tres criterios para hallar validez.

Tabla 9.

Matriz de componentes rotados

	C1	C2	C3	C4	C5	C6
ITEM1	,664					
ITEM 2	,581					
ITEM3		,553				
ITEM4		,405				
ITEM 5	,802					
ITEM6		,700				
ITEM7		,469				
ITEM 8					,669	
ITEM9		,665				
ITEM 10	,730					
ITEM 11	,542					,484
ITEM12		,677				
ITEM13		,764				
ITEM 15	,581				,405	
ITEM 16	,696					
ITEM17		,547				
ITEM18		,762				
ITEM 19	,711					
ITEM 20	,739					
ITEM 21				,624		
ITEM22					,555	
ITEM23			,411	,437		
ITEM24			,662			
ITEM25						,600
ITEM 26					,699	
ITEM 27				,533		
ITEM28			,569			
ITEM29			,681			
ITEM 30				,667		
ITEM31			,468			
ITEM32			,484			,488
ITEM 33						,463
ITEM35			,464	,487		
ITEM 36				,534		
ITEM37			,612			
ITEM38			,665			
ITEM 39				,628		
ITEM40			,570			

En la tabla 9 se puede observar la distribución de los ítems de manera equivalente y pareja y con valores válidos para la creación de dichas dimensiones.

Finalmente, se procede a realizar los baremos respectivos (general y por sexo) utilizando percentiles.

Tabla 10.

Baremos generales y por grupos

	Generales		Femenino		Masculino		C.E. Privado		C.E. Estatal	
	AE	AR	AE	AR	AE	AR	AE	AR	AE	AR
Alto	48-60	48-60	48-52	49-54	48-43	47-57	48-61	49-63	47-60	48-57
Promedio	42-47	43-47	42-47	43-48	42-47	43-46	43-47	43-48	41-46	43-47
Bajo	0-41	0-42	0-41	0-42	0-41	0-42	0-42	0-42	0-40	0-42

VI. DISCUSIÓN

El presente estudio de tipo psicométrico tuvo como objetivo principal estimar las propiedades psicométricas del Inventario de Ansiedad: Rasgo-Estado en una población de adultos jóvenes estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, logrando cumplir dicho objetivo, se procede a discutir los objetivos específicos:

Asimismo, acerca de determinar la validez del Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado en adultos jóvenes universitarios de Lima Metropolitana, esta se logra realizar en el presente estudio mediante el análisis factorial, a diferencia de Spielberger y Díaz Guerrero en el 2007, evidencian la validez mediante los reactivos individuales en correlación con otras escalas de ansiedad tal como la Escala de Ansiedad IPAT y la Escala de Ansiedad Manifiesta (TMAS) en el manual original. Esta validez demuestra que los ítems que la conforman, realmente hacen la medición del constructo de ansiedad.

Respecto a determinar la confiabilidad del Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado en adultos jóvenes universitarios de Lima Metropolitana, se observa en los resultados que se logra obtener un Alfa de Cronbach de 0,944; lo cual indica un alto nivel de confiabilidad, es decir, que dicho inventario posee estabilidad y consistencia.

Se realizó también, un análisis de confiabilidad por cada sub-escala, obteniendo un Alfa de Cronbach de 0,922 y 0,911 por las subescalas de Ansiedad Estado y Ansiedad Rasgo respectivamente. Indicando un alto nivel de confiabilidad para ambas subescalas, por encima de 0,800.

Por otro lado, se logró elaborar baremos del Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado en adultos jóvenes de Lima Metropolitana a partir de rangos percentiles para ambos factores en adultos jóvenes universitarios.

La baremación realizada incluye lo siguiente: En primer lugar, baremos generales; así como baremos divididos por sexo (femenino y masculino) y también por el tipo de centro de estudio (estatal o privado). Se puede observar que, si bien las puntuaciones no distan mucho entre sí, a la hora de elaborar baremos, 1 o 2 puntos hacen la diferencia en cuanto a la calificación obtenida en la prueba. Por ello, la decisión para utilizar el baremo queda en el criterio y el propósito de cada evaluador a utilizar la información brindada en esta investigación.

En cuanto a los resultados obtenidos, se observa que la única variación realizada en la prueba es la eliminación del ítem 34: “Procuró evitar enfrentarme a las crisis y dificultades” ya que obtuvo un valor menor a 0,200 en el análisis de correlación de ítems. No se procedió a intentar modificar el ítem ya que el ítem es comprensible y conciso en nuestro lenguaje, por lo que se concluye que dicho ítem no mide realmente la ansiedad como estado.

Se observa también, en cuanto a la revisión de antecedentes, que los resultados respecto a las propiedades psicométricas son similares a los encontrados en los antecedentes tanto nacionales como internacionales.

Sin embargo, en dichos antecedentes se abarcaba poblaciones específicas o de diferente rango de edad, por lo cual se puede destacar y complementar los resultados de esta investigación con las investigaciones pasadas.

Respecto a las investigaciones internacionales se puede observar, por ejemplo, la diferencia en la necesidad de eliminación de ítems, que, en comparación al estudio presente, donde solo se

tuvo que eliminar un ítem, en las investigaciones de Bee Seok et al (2018) y Silva (2016) hubo la necesidad de eliminar 3 y 2 ítems respectivamente.

Respecto a las investigaciones nacionales, resalta la diferencia de poblaciones elegidas para estudiar, como por ejemplo la de Castro (2016), que realizó las propiedades psicométricas del instrumento en una clínica de control de peso, o la de Domínguez (2012) que es un estudio sobre estudiantes de primer año de solo dos carreras universitarias y no presenta baremación. Por otro lado, tenemos a Ortiz y Céspedes (2015), que realizó un amplio trabajo con una muestra de 2600 niños y adolescentes de Lima Sur, cubriendo otra población en otra etapa del ciclo vital.

Asimismo, si bien existen investigaciones previas en cuanto a la confiabilidad de la prueba en poblaciones similares como Rojas (1997) y Guzmán (2000), estas datan hace más de 20 años y no se avocan específicamente a evaluar las propiedades psicométricas, por lo que se puede resaltar la importancia de los resultados obtenidos en esta investigación.

Para culminar, es importante recalcar la relevancia de la presente investigación que permite el uso del instrumento estudiado en el contexto de la capital peruana donde se centra la mayor cantidad de estudiantes universitarios, en una población que, como se mencionó en el marco teórico, se encontraba en la coyuntura del licenciamiento de universidades. Cabe recalcar también que si bien este era un tema coyuntural o contextual, la muestra que participó en la presente investigación provino de universidades que afortunadamente se encontraba con el licenciamiento aprobado a la hora de aplicación de la prueba, por tanto este factor mencionado es única y exclusivamente coyuntural, mas no determinante o influyente en la data obtenida; y sirve para hacer diferenciación del contexto 2019 al contexto actual, 2021.

VII. CONCLUSIONES

Tomando en cuenta los objetivos planeados, se puso estimar satisfactoriamente las propiedades psicométricas del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado, y se concluye se logró adaptar satisfactoriamente a una realidad local en una población determinada.

Se logró establecer la validez de constructo mediante el análisis factorial, que revela una estructura distinta en cuanto a factores y proceso de obtención de validez de la adaptación oficial más reciente y cercana. Sin embargo, cumple con los criterios para ser considerado válido.

Se pudo obtener una confiabilidad alta con un alfa de Cronbach de 0,944 en una muestra de 343 adultos jóvenes universitarios de Lima Metropolitana de universidades privadas y estatales.

Asimismo, cumple con el objetivo de crear baremos para cualquier adulto joven universitario oscilando entre los 19 y 30 años. Estos baremos son generales, como también por sexo y tipo de universidad; y fueron creados a partir de percentiles.

VIII. RECOMENDACIONES

Respecto a la estimación de las propiedades psicométricas del instrumento, se recomienda:

- Realizar una recolección de datos a la misma población en el contexto de la pandemia del SARS-Cov-2, ya que el contexto de la población en cuanto a la educación universitaria y marco personal difiere del contexto en el cual la presente investigación fue realizada.
- Realizar un estudio comparativo con la presente investigación ya que no se sabe si sus datos variarán de forma significativa o no. Si bien existen factores como la virtualidad, la crisis económica y política que dificulta el pagar estudios superiores, la falta de presencialidad y socialización, no se sabe si estas afectarán directamente en la ansiedad en universitarios de forma significativa, o en otras variables psicológicas.
- Se recomienda realizar un trabajo más exhaustivo en cuanto a otras formas de hallar validez, teniendo en cuenta el estudio psicométrico de otras investigaciones y del mismo manual e instructivo; así como profundizar en las dimensiones halladas y su contenido.
- Finalmente, se recomienda realizar baremos mediante eneatis, siendo otra forma válida de crear baremos para los instrumentos psicométricos.

IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aiken, L. R. (2003). *Tests psicológicos y evaluación*, 11ed. México: Pearson Educación.
- Anchante, M. (1993). *Ansiedad rasgo-estado en un grupo de alumnos de EEGGCC de la PUCP*. Tesis de licenciatura en psicología no publicada. Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Andrade, L., Gorestein, C., Vieira Filho, A., Tung, T. y Artes, R. (2001). Psychometric properties of the portuguese version of the State-Trait Anxiety Inventory applied to college students: factor analysis and relation to the Beck Depression Inventory. *Brazilian Journal of Medical and Biological Research*, 34, 367-374.
- Bee Seok, C., Shah Abd, H., Mutang, J. e Ismail, R. (2018). Psychometric Properties of the State-Trait Anxiety Inventory (Form Y) Among Malaysian University Students. *Sustainability*, 10 (3311).
- Cardona-Arias, J. A. (2015). Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios. *Perspectivas en Psicología*, 11(1), 079 – 089.
- Castro, I. (2016). Propiedades Psicométricas del Inventario de Ansiedad: Rasgo – Estado (IDARE). *Rev. Paian*; 7(1).
- Corona, A. y Quiroga, A. (2015). *Trastornos de Ansiedad*. Fistera: <https://www.fistera.com/guias-clinicas/trastornos-ansiedad/#24334>
- Diario Oficial El Peruano. (2015). Resolución N° 006 -2015. Perú.

- Domínguez, S., Villegas, G., Sotelo, N. y Sotelo, L. (2012). Revisión Psicométrica del Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE) en una muestra de una Universidad de Lima Metropolitana. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 1(1), 45 – 54.
- Espinosa, J. (2008). *Validación y Estandarización de los Instrumentos*. Academia: https://www.academia.edu/32601233/VALIDACION_Y_ESTANDARIZACION_DE_INSTRUMENTOS_1
- Fonseca, E., Paino, M., Sierra-Baigrie, S., y Lemos-Giráldez y Muñiz (2012). Propiedades psicométricas del “Cuestionario de Ansiedad Estado – Rasgo” (STAI) en Universitarios. *Behavioral Psychology*, 20 (3), 547 – 561.
- Guzmán, I., Calderón, A., Escalante, M., Lira, T., Morote, R. y Ruda, L. (2000). Personalidad, ansiedad estado-rasgo e ingreso a la universidad en alumnos preuniversitarios. *Revista de Psicología de la PUCP*; 28 (2), 341 – 372.
- Grös, D., Antony, M., Simms, L., y McCabe, R. (2010). Psychometric Properties of the State-Trait Inventory for Cognitive and Somatic Anxiety (STICSA): Comparison to the State – Trait Anxiety Inventory (STAI). *Psychological Assessment*; 19(4). 369 – 381.
- Herrera, A.N. (1998). *Notas sobre psicometría*. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia.
- Leyva, Y. (2011). Una reseña sobre la validez de constructo de pruebas referidas a criterio. *Perfiles Educativos*, 33 (131).
- Martínez, M. y Nelson, D. (2011). Trastornos de ansiedad. *Revista de Neurología, Neurocirugía y Psiquiatría*; 44(3), 101 – 107.
- Meneses, J. (2013). *Psicometría*. Barcelona: Editorial UOC.

- Muñiz, J. (2003). *Teoría Clásica de los Tests*. Madrid: Pirámide.
- Ortiz, M. y Céspedes, E. (2015). *Propiedades psicométricas del inventario de ansiedad estado y ansiedad rasgo en niños y adolescentes en Lima sur*. Lima: Universidad Autónoma del Perú.
- Parasi, C. (2015). *Construcción y Propiedades Psicométricas de la Escala de Conducta Emocional Inadaptada en Niños y Adolescentes de 8 a 15 Años de Lima Sur*. Universidad Autónoma del Perú.
- Prieto, G. y Delgado, A. (2010). Fiabilidad y Validez. *Papeles del Psicólogo*, 31 (1). 67-74.
- Rojas, K. (2010). Validación del Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado en padres con un hijo en terapia intensiva. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*; 48 (5).
- Rojas, R. (1997). *Ansiedad, cólera y estilos de afrontamiento en portadores del VIH*. Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Silva, C., Hernández, A., Jiménez, B. E. y Alvarado, N. (2016). Revisión de la estructura interna de la subescala de rasgo del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado para jóvenes de habla hispana. *Psicología y Salud*, 26(2), 253-262.
- Spielberger, C. y Diaz-Guerrero, R. (2007). *IDARE: Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado*. Manual Moderno.
- Spielberger, C., Gorsuch, R. y Lushene, R. (1997). *STAI, Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (Self Evaluation Questionnaire)*. Consulting Psychologists Press.
- Unidad de Evaluación de Tecnologías Sanitarias de Madrid (2010). *Guía Práctica Clínica para el Manejo de Pacientes con Trastornos de Ansiedad en Atención en Atención*

Primeria. Biblioteca de Guías de Práctica Clínica del Sistema Nacional de Salud:

http://www.guiasalud.es/GPC/GPC_430_Ansiedad_Lain_Entr_compl.pdf

X. ANEXOS

Anexo 1: Modelo de consentimiento informado



Título de la investigación: “PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS DEL INVENTARIO ANSIEDAD RASGO – ESTADO EN ADULTOS JÓVENES”

Hola, mi nombre es **Deborah Olaechea Terán**, soy alumna de la carrera de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud, en la Universidad Científica del Sur. Estoy llevando a cabo una investigación sin fines de lucro sobre *Propiedades psicométricas del Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE)*. A continuación, te voy a invitar a ser parte de este estudio, y brindarte la información necesaria antes de que decidas participar.

La ansiedad es uno de los mecanismos defensivos psicológicos más comunes, y puede llegar a ser perjudicial de no ser bien controlado. Los psicólogos, para poder medir la ansiedad en una persona, utilizamos algunos instrumentos como pruebas psicológicas. La razón por la que se está realizando esta investigación, es para poder adaptar uno de esos instrumentos al contexto limeño, y que así los resultados al aplicar la prueba sean más acertados.

Para ello, me gustaría pedirle que resuelva el test siguiendo las instrucciones que yo le voy a indicar, y marcando la respuesta que más se ajuste a su realidad de la manera más sincera posible. De tener cualquier duda durante su resolución, estaré para despejarla. El proceso de la encuesta puede durar hasta 20 minutos.

La participación en esta investigación es totalmente voluntaria, incluso usted puede retirarse de esta habiendo aceptado inicialmente realizar las pruebas. Asimismo, toda información obtenida será estrictamente de uso académico y solo para la redacción del presente estudio. Estos datos serán manejados exclusivamente por mí, asegurando la confidencialidad de los mismos.

Su participación en esta investigación no provocará perjuicio alguno. Tampoco se brindará un beneficio económico por dicha participación, pero sí existen beneficios para nuestra comunidad al generar los resultados de esta investigación.

De tener alguna duda adicional, o querer conocer sobre los resultados obtenidos en esta investigación, usted se puede comunicar conmigo al correo electrónico: 100021704@ucientifica.edu.pe

Certificado de consentimiento

He leído la información anterior, o se me ha leído. He tenido la oportunidad de hacer preguntas sobre ella y las preguntas que he hecho han sido respondidas a mi satisfacción. Doy mi consentimiento voluntario para participar en esta investigación.

Nombre y apellido del participante: _____

Firma del participante : _____

Fecha (Día/Mes/Año) : _____

Anexo 2: IDARE

IDARE		SXR			
Inventario de Autoevaluación					
Instrucciones: Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y llene el círculo numerado que indique cómo se siente <i>generalmente</i> . No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa cómo se siente <i>generalmente</i> .					
		CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	FRECUENTEMENTE	CASI SIEMPRE
21. Me siento bien	①	②	③	④	
22. Me canso rápidamente	①	②	③	④	
23. Siento ganas de llorar	①	②	③	④	
24. Quisiera ser tan feliz como otros parecen serlo	①	②	③	④	
25. Pierdo oportunidades por no poder decidirme rápidamente	①	②	③	④	
26. Me siento descansado(a)	①	②	③	④	
27. Soy una persona "tranquila, serena y sosegada"	①	②	③	④	
28. Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas	①	②	③	④	
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	①	②	③	④	
30. Soy feliz	①	②	③	④	
31. Tomo las cosas muy a pecho	①	②	③	④	
32. Me falta confianza en mí mismo(a)	①	②	③	④	
33. Me siento seguro(a)	①	②	③	④	
34. Procuro evitar enfrentarme a las crisis y dificultades	①	②	③	④	
35. Me siento melancólico(a)	①	②	③	④	
36. Me siento satisfecho(a)	①	②	③	④	
37. Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente y me molestan	①	②	③	④	
38. Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza	①	②	③	④	
39. Soy una persona estable	①	②	③	④	
40. Cuando pienso en mis preocupaciones actuales me pongo tenso(a) y alterado(a)	①	②	③	④	

EDITORIAL
EL MANUAL MODERNO, S.A. DE C.V.
Av. Sonora núm. 206, Col. Hipódromo, Deleg. Cuauhtémoc
06100 México, D.F.

Nota: Este Inventario está impreso en verde y negro. **NO LO ACEPTE SI ES DE UN SOLO COLOR.**



IDARE

SXE

Inventario de Autoevaluación
por

C.D. Spielberg, A. Martínez-Urrutía, F. González-Reigosa, L. Natalicio y R. Díaz-Guerrero

Nombre: _____ Fecha: _____

Instrucciones: Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y llene el círculo numerado que indique cómo se *siente ahora mismo*, o sea, en *este momento*. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos *ahora*.

	NO EN LO ABSOLUTO	UN POCO	BASTANTE	MUCHO
1. Me siento calmado(a)	①	②	③	④
2. Me siento seguro(a)	①	②	③	④
3. Estoy tenso(a)	①	②	③	④
4. Estoy contrariado(a)	①	②	③	④
5. Estoy a gusto	①	②	③	④
6. Me siento alterado(a)	①	②	③	④
7. Estoy preocupado(a) actualmente por algún posible contratiempo	①	②	③	④
8. Me siento descansado(a)	①	②	③	④
9. Me siento ansioso(a)	①	②	③	④
10. Me siento cómodo(a)	①	②	③	④
11. Me siento con confianza en mí mismo(a)	①	②	③	④
12. Me siento nervioso(a)	①	②	③	④
13. Me siento agitado(a)	①	②	③	④
14. Me siento "a punto de explotar"	①	②	③	④
15. Me siento reposado(a)	①	②	③	④
16. Me siento satisfecho(a)	①	②	③	④
17. Estoy preocupado(a)	①	②	③	④
18. Me siento muy agitado(a) y aturdido(a)	①	②	③	④
19. Me siento alegre	①	②	③	④
20. Me siento bien	①	②	③	④

D.R. © 1980 por
EDITORIAL EL MANUAL MODERNO, S.A. DE C.V.
Miembro de la Cámara Nacional
de la Industria Editorial Mexicana, Reg. núm. 39



Nota: Este Inventario está impreso en verde y negro. **NO LO ACEPTE SI ES DE UN SOLO COLOR.** 0519