

# UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

Facultad De Ciencias De La Salud

Escuela Profesional De Psicología



## TESIS

**Título** : **ANSIEDAD Y EVITACIÓN EXPERIENCIAL EN INTERNOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR DE HUANCAYO, 2021**

**Para Optar** : Título Profesional de Psicóloga

**Autores** : Bachiller De la Cruz Cuba, Thalia Morelia  
Brachiller Mallqui Segura, Patricia

**Asesores** : Mg. Maena Rosío Rafael Pucuhuaranga.  
Mg. Yesenia del Rocío Zúñiga Cabeza

**Línea de Investigación Institucional** : Salud y Gestión de la salud

**Fecha de inicio y culminación** : Setiembre 2021 – Enero 2022

**Huancayo, Perú 2022**

## **DEDICATORIA**

A Dios por guiar nuestro camino, a nuestros seres queridos que desde donde estén celebran nuestros logros. A nuestros Padres que nos acompañaron en este trayecto de formación profesional, por su apoyo incondicional y su ejemplo de perseverancia, así mismo, un especial agradecimiento por la perspicacia, entereza y la motivación por parte de nuestros hermanos, familiares, compañeros y amigos.

**Las Autoras**

## **AGRADECIMIENTO**

A Universidad Peruana Los Andes por cobijarnos y abrazarnos en sus aulas, de manera especial a los instructores de la facultad de ciencias de la salud de la carrera Profesional de Psicología. Un reconocimiento a nuestras asesoras y gratitud por el ánimo impulsado y la confianza que depositaron hacia nosotras.

A las personas que ayudaron al desarrollo de este estudio, en especial a las jurisdicciones educativas de la Carrera Profesional de Psicología de la Universidad Peruana Los Andes y sus internos, por su aporte en la evaluación de los instrumentos utilizados en este estudio.

**Thalía y Patricia**

## INTRODUCCIÓN

La ansiedad y su complejidad ha tomado la atención de muchos estudios, ya que se busca conocer más sobre su actuar en los individuos y como se desarrolla de indistintas maneras. La ansiedad está asociada a la condición humana, siendo una sensación que se da como respuesta ante un estímulo, esto se puede manifestar de modo conductual, fisiológica, afectiva y cognitiva, se dan notoriamente ante la anticipación de algún suceso que es amenazante para el sujeto. (Clark y Beck, 2010). Por otro lado, no olvidemos que, para Spielberger hay dos tipos de ansiedad: Ansiedad Estado y Ansiedad Rasgos (Spielberger, 1966).

Otra variable a ser estudiada fue la evitación experiencial, que es considerada como un estado donde la persona se rehúsa a tener contacto con experiencias privadas definidas e intenta modificar su forma o frecuencia. (Hayes, 1996).

El propósito de la investigación es comprobar la relación que hay entre ansiedad y evitación experiencial, en internos de psicología de una universidad particular de Huancayo, mediante un estudio cuantitativo en una muestra no probabilística, esta investigación está compuesta por cinco capítulos.

Capítulo I, se da a conocer el planteamiento del problema, el cual permitió formular las preguntas de investigación. Por tal motivo se planteó la descripción de la realidad del problema, así mismo, describir las delimitaciones del problema, espacio, tiempo y la temática. Por otro lado, se obtuvieron formulaciones en cuanto al problema, su justificación y los objetivos.

El capítulo II, presenta el marco teórico donde sustenta los antecedentes tanto a nivel internacional y nacional, luego pasamos a las bases científicas – teóricas, en donde se exponen

diversos puntos de vista relacionados con la ansiedad y la evitación experiencial, la definición de los conceptos básicos.

El capítulo III, se da a conocer la hipótesis del estudio tanto general e hipótesis específicas, la identificación de sus variables con sus respectivas definiciones, bases y fundamentos teóricos.

El capítulo IV, aborda el método empleado en el estudio. Exponiendo el nivel, tipo y diseño de la investigación, su población y la muestra e instrumentos que son utilizados para evaluar las variables ya mencionadas, el procedimiento de recaudar información necesaria sobre el trabajo y los estadísticos empleados en su procesamiento y análisis.

El capítulo V, detalla la descripción de los resultados, la contrastación de hipótesis, análisis y discusión de resultados, conclusiones, recomendaciones, se finaliza con las referencias bibliográficas y anexos.

## CONTENIDO

<b>PORTADA.....</b>	<b>i</b>
<b>DEDICATORIA.....</b>	<b>ii</b>
<b>AGRADECIMIENTO .....</b>	<b>iii</b>
<b>INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>iv</b>
<b>CONTENIDO.....</b>	<b>vi</b>
<b>CONTENIDO DE TABLAS .....</b>	<b>ix</b>
<b>CONTENIDO DE FIGURAS .....</b>	<b>x</b>
<b>RESUMEN.....</b>	<b>xi</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>xii</b>
<b>CAPÍTULO I.....</b>	<b>13</b>
<b>PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....</b>	<b>13</b>
1.1. Descripción de la realidad problemática .....	13
1.2. Delimitación del problema.....	15
1.2.1. Delimitación temporal .....	15
1.2.2. Delimitación Espacial .....	15
1.2.3. Delimitación Temática.....	16
1.3. Formulación del problema .....	16
1.3.1. Problema General.....	16
1.3.2. Problema (s) Específico (s).....	16
1.4. Justificación.....	17
1.4.1. Social.....	17
1.4.2. Teórica .....	17
1.4.3. Metodológica .....	18
1.5. Objetivos .....	19
1.5.1. Objetivo General.....	19
1.5.2. Objetivo(s) Específico(s) .....	19
<b>CAPÍTULO II.....</b>	<b>20</b>
<b>MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>20</b>
2.1. Antecedentes (nacionales e internacionales).....	20

2.1.1. Investigaciones Internacionales.....	20
2.1.2. Investigaciones Nacionales.....	23
2.2. Bases Teóricas o Científicas .....	26
2.2.1. Ansiedad.....	26
2.2.2. Componentes de la ansiedad.....	33
2.2.3. Evitación Experiencial.....	33
2.2.4. Características de la Evitación Experiencial.....	35
2.2.5. Evitación Experiencial, situaciones donde resulta perjudicial .....	36
2.2.6. Contextos verbales de la evitación experiencial.....	38
2.3. Marco Conceptual (de las variables y dimensiones).....	39
<b>CAPÍTULO III.....</b>	<b>41</b>
<b>HIPÓTESIS.....</b>	<b>41</b>
3.1. Hipótesis General .....	41
3.2. Hipótesis específica.....	41
3.3. Variables (definición conceptual y operacionalización) .....	42
<b>CAPÍTULO IV.....</b>	<b>44</b>
<b>METODOLOGÍA.....</b>	<b>44</b>
4.1. Método de Investigación:.....	44
4.2. Tipo de Investigación.....	44
4.3. Nivel de Investigación.....	45
4.4. Diseño de la Investigación .....	45
4.5. Población y muestra .....	46
4.5.1 Criterio de Inclusión: .....	46
4.5.2 Criterios de Exclusión .....	47
4.6. Técnicas e Instrumentos de recolección de datos: .....	47
4.7. Técnica de Procesamiento de Datos.....	53
4.8. Aspectos éticos de la Investigación.....	53
<b>CAPÍTULO V.....</b>	<b>56</b>
<b>RESULTADOS .....</b>	<b>56</b>
<b>5.1. Descripción de los resultados .....</b>	<b>56</b>
<b>5.2. Contrastación de hipótesis.....</b>	<b>62</b>
<b>5.2.1. Prueba de hipótesis general.....</b>	<b>62</b>

<b>5.2.2. Prueba de hipótesis específicas .....</b>	<b>64</b>
<b>ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....</b>	<b>68</b>
<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>75</b>
<b>RECOMENDACIONES .....</b>	<b>77</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS (APA).....</b>	<b>79</b>
<b>ANEXOS.....</b>	
ANEXO 01: Matriz de consistencia.....	
ANEXO 02: Matriz de operacionalización de variables.....	
ANEXO 03: Matriz de Operacionalización del Instrumento .....	
ANEXO 04: Instrumentos de investigación y constancia de su aplicación .....	
ANEXO 05: Confiabilidad y validez del instrumento .....	
ANEXO 06: Data de procesamiento de datos.....	
ANEXO 07: Consentimiento informado.....	
ANEXO 08: Declaración de Confidencialidad .....	
ANEXO 09: Evidencias de la aplicación del instrumento .....	
ANEXO 10: Constancia de la Aplicación de los instrumentos.....	
ANEXO 11: Formulario de google forms.....	
ANEXO 12: Gráficos del google forms.....	



**CONTENIDO DE TABLAS**

<i>Tabla 1</i> Confiabilidad del Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE) .....	49
<i>Tabla 2</i> Estadística de Fiabilidad del Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE) .....	49
<i>Tabla 3</i> Validez del Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE).....	50
<i>Tabla 4</i> Confiabilidad del Cuestionario de Aceptación y Acción – II (AAQ-II).....	51
<i>Tabla 5</i> Estadística de Fiabilidad del Cuestionario de Aceptación y Acción – II (AAQ-II).....	52
<i>Tabla 6</i> Validez del Cuestionario de Aceptación y Acción – II (AAQ-II).....	52
<i>Tabla 7</i> Resultados de la variable ansiedad.....	56
<i>Tabla 8</i> Resultado de Ansiedad Rasgo.....	58
<i>Tabla 9</i> Resultados de Ansiedad Estado.....	59
<i>Tabla 10</i> Resultados de la variable evitación experiencial.....	61
<i>Tabla 11</i> Correlación de Ansiedad y Evitación Experiencial.....	63
<i>Tabla 12</i> Correlación de Ansiedad Rasgo y Evitación Experiencial .....	64
<i>Tabla 13</i> Correlación de Ansiedad Estado y Evitación Experiencial .....	66

## CONTENIDO DE FIGURAS

<i>Figura 1</i> Resultados de la variable ansiedad.....	57
<i>Figura 2</i> Resultados de Ansiedad Rasgo .....	58
<i>Figura 3</i> Resultados de Ansiedad Estado .....	60
<i>Figura 4</i> Resultado de evitación experiencial.....	61

## RESUMEN

Se planteó como problema ¿Cuál es la relación entre ansiedad y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo-2021?, cuyo objetivo fue determinar la relación que existe entre ansiedad y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología, la investigación se sustenta con el método científico, de tipo básica, de nivel relacional, diseño no experimental transversal, con una muestra no probabilístico intencional de 173 internos de psicología. La técnica utilizada fue la encuesta y los instrumentos empleados para el estudio fueron el Cuestionario de Aceptación y Acción – II (AAQ–II) cuyo objetivo es evaluar su única dimensión evitación experiencial y el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE). Los resultados obtenidos al aplicar el Rho de Spearman nos indica la relación con nivel significativo de  $0.000 < 0.05$ . se muestra que si existe relación significativa entre ansiedad y evitación experiencial en internos de la carrera profesional de psicología de una Universidad Particular de Huancayo -2021, por lo que se concluye que si existe una relación significativa entre ambas variables lo que nos indica que a mayor ansiedad se manifiesta una evitación experiencial, se recomienda desarrollar una evaluación e intervención psicológica a los estudiantes que inician el internado, para identificar la ansiedad y la evitación experiencial, fomentando un adecuado manejo de solución de problemas y que no se vean afectados en su desempeño personal, académico y profesional.

**Palabras clave:** ansiedad, ansiedad estado, ansiedad rasgo, evitación experiencial, internos de psicología.

## ABSTRACT

The problem was posed: What is the relationship, between anxiety and experiential avoidance in Interns of the Professional School of Psychology of a Private University of Huancayo-2021 ?, whose objective was to determine the relationship between anxiety and experiential avoidance in Interns of the School Psychology professional, the research is supported by the scientific method, basic type, relational level, non-experimental cross-sectional design, with an intentional non-probabilistic sample of 173 psychology interns. The technique used was the survey and the instruments used for the study were the Acceptance and Action Questionnaire - II (AAQ – II), the objective of which is to evaluate its unique dimension of experiential avoidance and the State-Trait Anxiety Inventory (IDARE). The results obtained by applying Spearman's Rho indicate the relationship with a significant level of  $0.000 < 0.05$ . It is, shown that if there is a significant relationship between anxiety and experiential avoidance in interns of the professional career of psychology of a Private University of Huancayo -2021, so it is concluded that if there is a significant relationship between both variables, which indicates that the higher Anxiety manifests an experiential avoidance, it is recommended to develop an evaluation and psychological intervention for students who start the internship, to identify anxiety and experiential avoidance, promoting an adequate problem-solving management and that they are not affected in their personal performance , academic and professional.

**Keywords:** anxiety, state anxiety, trait anxiety, experiential avoidance, psychology interns

## **CAPÍTULO I**

### **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

#### **1.1. Descripción de la realidad problemática**

A lo largo de la vida a cada individuo se le presentan retos con relación a su desempeño y los desafíos académicos que comúnmente enfrentan los estudiantes universitarios, por lo cual evidencian una mayor predisposición a la depresión, estrés, ansiedad. Esta última, percibida como una amenaza en la realización de sus metas, también en el trabajo, específicamente si hay interacción de diversos riesgos, donde se asocian los psicosociales (Rodríguez, 2009) ha crecido la preocupación por los problemas de ansiedad, estrés y depresión que se convierten frecuentemente en bajas laborales y académicas. Las condiciones ya mencionadas no son exclusivas de los trabajadores. La nueva tendencia, la competitividad, los cambios acelerados, cómo la situación económica, pone en riesgo la salud mental de numerosos alumnos universitarios y de todo individuo.

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud OMS/OPS (2017) hay un aumento del 18% en trastornos depresivos, evidenciando que 322 millones de personas padecen este trastorno y la ansiedad incremento en un 15%, lo que indica que 264 millones de personas presentan trastornos de ansiedad. La propensión de estos trastornos se va intensificando sobre todo en países bajos y medianos recursos, así como en regiones de conflicto. En América Latina, Brasil reporta un 9.3% de trastornos de ansiedad en la

población, seguido por Paraguay (7.6%); Chile (6.5%); Uruguay (6.4%); Argentina (6.3%) y Colombia (5.8%).

En cuanto al Ministerio de Salud refiere que respecto a los temas de salud mental atendió de enero a mayo, a más de 156 mil casos de ansiedad, 77 mil sucesos de depresión, 18 mil casos de consumo de sustancias psicotóxicas y alcohol, y más de 60 mil incidentes de violencia. (MINSAL, 2021)

Como también el Ministerio de Educación reporta en lo que conlleva del año, y en pandemia por el COVID-19, unos 174.000 jóvenes tuvieron que dejar sus estudios que cursaban en diferentes universidades del país. Referente a un informe del diario El Comercio, la cifra refiere que el porcentaje de ausencia universitaria indicó este año un 18,6% de un total de 955 mil educandos en el Perú; un indicativo del 6%, al producido en el 2019. (El Comercio, 2020).

El informe detalla que el porcentaje de deserción actual en las universidades públicas es de 9,85%, mientras que en las privadas llegó a 22,5%, repercutiendo aún más en los estudiantes de los últimos ciclos que cursaban o cursarían las prácticas de internado quienes fueron afectados por las medidas de seguridad sanitaria siendo suspendidos, e incrementando sus niveles de ansiedad, definida como una respuesta previa ante una situación de amenaza, la misma que se caracteriza por síntomas como la tensión muscular, sudoración, hiperventilación y conducta vigilante. La ansiedad puede ser identificada como un estado emocional transitorio o como un rasgo de la personalidad. Siendo esto un tema poco tocado y que está latente en el que hacer de nuestros días, es importante entender cuándo y de qué manera suele presentarse en el ser humano, y seguir investigando para un afrontamiento correcto y oportuno.

En cuanto a la evitación experiencial en conceptos generalizados es la manera y forma de cómo el individuo trata de suprimir o evadir emociones desagradables de diferentes maneras como, beber en exceso, consumir drogas, salir de fiesta de manera continua y descontrolada, etc. Lo que los lleva a sentirse en niveles de ansiedad más altos de los que se encontraban en principio, no pudiendo enfrentar o confrontar de una manera adecuada el problema en que se encuentran y que esto a su vez va perjudicando el desarrollo de su vida cotidiana, laboral, familiar, conyugal etc.

Sin embargo, son escasas las investigaciones ejecutadas en Perú sobre la evitación experiencial y su relación con la ansiedad, por ello se enfocó en la realidad actual del país, surgiendo el interés sobre el papel de la evitación experiencial frente a la ansiedad, también en otros problemas psicológicos y la importancia de generar más investigaciones por ello, genero la interrogante de investigación.

## **1.2. Delimitación del problema**

### **1.2.1. Delimitación temporal**

Esta investigación se estableció para los meses de Septiembre del 2021 a Enero del 2022.

### **1.2.2. Delimitación Espacial**

Se laboró con una muestra constituida por Internos de la Escuela Profesional de Psicología de la “Universidad Peruana Los Andes”, ubicada en Av. Mártires del periodismo cuadra 20 (Ex Calmell del solar) Chorrillos – San Carlos - Distrito de Huancayo, Provincia de Huancayo perteneciente a la Región Junín.

### **1.2.3. Delimitación Temática**

La investigación se encuentra respaldada por los conceptos científicos de Cattell y Scheier (1961) quienes aportaron un conocimiento importante en cuanto a la comprensión de la ansiedad, separándolos entre Ansiedad- estado y Ansiedad – rasgo. Ambos son pioneros en realizar esta distinción con respecto a la ansiedad y Steven Hayes conceptualizando a la Evitación Experiencial como un fenómeno evitativo frente a situaciones particulares donde el individuo fue expuesto.

## **1.3. Formulación del problema**

### **1.3.1. Problema General**

- ¿Cuál es la relación entre ansiedad y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo-2021?

### **1.3.2. Problema (s) Específico (s)**

- ¿Cuál es la relación entre ansiedad rasgo y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo-2021?
- ¿Cuál es la relación entre ansiedad estado y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo-2021?



## 1.4. **Justificación**

### 1.4.1. **Social**

A partir del enfoque social, el estudio buscó conocer la importancia de la ansiedad y la evitación experiencial, obteniendo a partir de ello una información adecuada. De igual forma, permite concientizar a los asesores y a los internos desarrollando una salud mental de los mismos, adoptando estrategias de afrontamiento y lograr un mejor rendimiento académico y desempeño laboral logrando disminuir el estado de ansiedad. Al mismo tiempo, la información que se recaude será útil para preceder a futuras investigaciones.

### 1.4.2. **Teórica**

Esta investigación se apoyó en estudios realizados sobre la ansiedad y la evitación experiencial, estos últimos años los estudios han enfatizado la importancia de conocer estas variables, su aparición se ve reflejada por la situación actual, que se suscita por el covid-19, los estudiantes no son ajenos a ello, como los internos de la carrera profesional de psicología. De este modo la investigación está encaminada por la teoría de ansiedad por Catell (1958) quien indica que la ansiedad es un estado cambiante, que varía en la persona y en diferentes momentos que se pueden identificar como ansiedad estado y ansiedad rasgo. La evitación experiencial por Hayes et al. (1996) dice que es un hecho que se visualiza cuando el individuo no tiene la disposición a estar en interacción con eventos que le generan desagrado. Considerando estas teorías se buscó relacionar y reforzar los conocimientos

sugeridos, demostrando así que las teorías son confiables para la explicación de la investigación.

Por tanto, se brindó un antecedente actual en cuanto a los diferentes niveles de ansiedad y evitación experiencial que puedan ir percibiendo nuestra población, ofreciendo datos confiables y válidos, otorgando un aporte a los estudios teóricos acerca de las variables en investigación, fomentando así futuras investigaciones semejantes.

### **1.4.3. Metodológica**

Esta investigación permitió comprobar que ambos instrumentos son útiles, para evaluar en el contexto de ansiedad el Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo de Spielberger et al. (1970) y la evitación experiencial el Cuestionario de Aceptación y Acción-II (AAQ-II Hayes et al. (1996) empleadas para medir las variables de estudio, ambas evidencian un constructo psicométrico apropiado en cuanto a su validez y confiabilidad, del mismo modo se encuentran adaptadas y validadas para la población peruana. De igual modo, esta investigación aportara a otros análisis en relación a la problemática de la salud mental, considerando las variables estudiadas de este informe, se brindó información sobre como la ansiedad, la ansiedad estado y la ansiedad rasgo están vinculadas con la evitación experiencial.

El estudio busco nuevas formas de relacionar las variables de la población en internos de la escuela profesional de psicología, ya que en nuestro contexto no existe una investigación relacionada a las variables en mención.

## 1.5. Objetivos

### 1.5.1. Objetivo General

- Determinar la relación entre ansiedad y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo-2021.

### 1.5.2. Objetivo(s) Específico(s)

- Determinar la relación entre de ansiedad rasgo y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo-2021.
- Determinar la relación entre ansiedad estado y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo-2021

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1. Antecedentes (nacionales e internacionales)

##### 2.1.1. Investigaciones Internacionales.

Menéndez (2021) en su tesis titulado “*Evitación Experiencial, Personalidad, Inteligencia Emocional, Depresión, Ansiedad y Humor*”. Planteó como objetivo de llevar a cabo la validación del AAQ-II a la población española, fueron 964 evaluados. El instrumento que se utilizó fue el Cuestionario de Aceptación y compromiso AAQ-II, el método de evolución fue mediante un cuestionario online, donde se analizó la influencia del sexo y de la edad en las calificaciones en Evitación Experiencial y se percibió si esta influía en los usos del humor. Y mediante estadísticos, se indago si la Evitación Experiencial influencia en el efecto de la personalidad sobre variables psicopatológicas. El resultado AAQ-II es un instrumento confiable para su empleo en población general, la Evitación Experiencial se reduce con la edad y discrepan elocuentemente entre hombres y mujeres e influyen en la utilización del humor. Concluyendo así que la Evitación Experiencial es un hecho importante en el suceso psicológico y es viable estudiar cómo afecta a diversas variables.

González et al. (2020) en su estudio “*Relación entre el uso problemático de Facebook y la Evitación Experiencial en jóvenes colombianos*”, tuvo como objetivo examinar la relación entre el uso problemático de Facebook, la evitación experiencial

y los componentes de la teoría biopsicosocial. Participaron 677 jóvenes colombianos voluntarios, los instrumentos fueron, el cuestionario de datos sociodemográficos, la escala de Aceptación y Acción-II (AAQ-II) y la escala de Adicción a Facebook de Bergen (BFAS). Se evidencia en la muestra que los hombres mostraron mayor uso problemático de la red social y obtuvieron puntajes más altos en los componentes de abstinencia y conflicto. Se halló una correlación positiva significativa entre el uso problemático, la evitación experiencial y todos los componentes de la teoría biopsicosocial. En conclusión, la evitación experiencial contribuye al entendimiento del uso problemático de Facebook desde el análisis práctico y la teoría biopsicosocial orientada en la identificación de la sintomatología adictiva, estos resultados admiten direccionar futuras intervenciones.

Sanabria et al. (2017) realizó una investigación titulada “*Relaciones entre la presencia de evitación experiencial y el nivel de actividad física de jóvenes universitarios*”, el actual estudio tuvo como objetivo identificar la relación entre evitación experiencial y el nivel de actividad física de jóvenes universitarios. Se trabajó con una muestra de 687 estudiantes de ambos sexos y se empleó el IPAQ para medir la frecuencia y nivel de actividad física y el AAQ II para medir la evitación experiencial. Los hallazgos conseguidos muestran una relación de dependencia entre la aceptación de vivencias negativas y la realización de actividades físicas, lo que propone que es más probable la aceptación de vivencias emocionales negativas, en individuos que realizan actividad física moderada e intensa. Concluyendo que la tolerancia de experiencias emocionales negativas se evidencia más en los jóvenes que realizan actividades físicas moderadas e intensas.

Cuevas et al. (2017) en su estudio *“Incorporación del mindfulness en el aula: un estudio piloto con estudiantes universitarios”*, como objetivo del estudio fue estudiar los efectos de un programa breve de mindfulness adaptado al contexto del aula, en relación con el nivel de mindfulness (MAAS), evitación experiencial (AAQ-II), ansiedad (STAI) y satisfacción vital (SWLS). La muestra estuvo constituida por 115 estudiantes universitarios. Tras la contribución en el programa, los estudiantes aumentaron significativamente los niveles de satisfacción vital y ansiedad estado, no se encontraron diferencias en el resto de variables. Sin embargo, el incremento de la satisfacción vital se relacionó con el aumento del nivel de mindfulness al final del programa (coincidiendo con el inicio de los exámenes). En conclusión, un programa breve de mindfulness desarrolla una satisfacción vital, aun en un período de alto nivel de ansiedad como es la fase de exámenes.

Castillo et al. (2016) ejecutaron una tesis titulada *“Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud”*, que tuvo como objetivo conocer los niveles de ansiedad e identificar las fuentes generadoras de estrés académico en 173 estudiantes de 2.º año de Enfermería y Tecnología Médica de la Facultad de Medicina de la Universidad de Chile, el instrumento manejado fue el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo para evaluar el nivel de ansiedad y el Inventario de Estrés Académico para describir distintas situaciones académicas que incitan un mayor nivel de estrés en alumnos universitarios. Los resultados mostraron mayores niveles de ansiedad estado y ansiedad rasgo que los alumnos de Tecnología Médica. Solo para ansiedad estado se observó una frecuencia significativamente diferente, encontrando las diferencias en los grupos que manifiestan un nivel de ansiedad leve (Enfermería

32.1% y Tecnología Médica 56.6%) y ansiedad severa (Enfermería 20.5% y Tecnología Médica 9.2%). Aunque las situaciones generadoras de estrés fueron similares para ambos grupos, varias de ellas fueron percibidas como estresores significativamente mayores por los estudiantes de Enfermería. Las tres principales fuentes de estrés resultaron ser: sobrecarga académica, falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas y realización de exámenes concluyendo que los estudiantes de Enfermería presentan altos índices de ansiedad, resultando necesario analizar la planificación curricular de estos cursos, así como implementar consejerías y talleres para enseñar a los estudiantes a afrontar las situaciones estresantes.

#### 2.1.2. Investigaciones Nacionales.

Valencia et al. (2017) Elaboraron un estudio denominado “*Evitación Experiencial, Afrontamiento y Ansiedad en Estudiantes de una Universidad Pública de Lima Metropolitana 2017*”, el análisis es de tipo correlacional y tiene como objetivo comprobar si la Evitación Experiencial y otras estrategias de afrontamiento pronostican independientemente la ansiedad-estado y la ansiedad-rasgo. los instrumentos evaluados fueron el AAQ-II, una versión modificada del COPE breve, y el IDARE. Se evaluó a 284 estudiantes universitarios (172 mujeres, 112 varones) de una universidad pública de Lima Metropolitana, de edades entre los 16 y los 30 años. De acuerdo con lo hallado, la ansiedad (estado y rasgo) mostró correlaciones significativas con la Evitación Experiencial, la baja actitud de solución de problemas, la auto culpa y el uso de sustancias. En cambio, al someter estas variables a análisis de regresión múltiple, únicamente la evitación experiencial, la baja actitud de solución de problemas y la auto culpa reflejaron predictores significativos de la ansiedad-rasgo; de

estos, solo la Evitación Experiencial contribuyó de manera importante al modelo ( $\Delta R^2 = .16$ ). Adicionalmente, ninguna de las variables estudiadas predijo de manera significativa la ansiedad-estado. Concluyendo así, la intención de evitar los pensamientos y emociones desagradables establece un elemento fundamental de la ansiedad-rasgo.

Guillén (2018) elaboró una investigación sobre “*Evitación Experiencial y Ansiedad en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana*”, el estudio es de diseño descriptivo correlacional y tiene como objetivo comprobar la relación entre la Evitación Experiencial y la Ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Lima. Se evaluó a una muestra de 183 participantes. Para la evaluación de la evitación experiencial se requirió la versión mexicana del Acceptance and Action Questionnaire (AAQ-II), adecuado para la investigación, y para la evaluación de la ansiedad se utilizó el Inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad (ISRA). Los resultados muestran una correlación positiva y significativa entre la evitación experiencial y la ansiedad, así como con sus componentes (cognitivo, motor y fisiológico). El componente cognitivo obtuvo un mayor grado de correlación con la evitación experiencial. Asimismo, sólo se encontraron diferencias significativas en el componente fisiológico de la ansiedad cuando se considera el sexo. Se concluyó que la evitación experiencial es un componente importante en la aparición y mantenimiento de la ansiedad. Además, se estima que el constructo de evitación experiencial se relaciona especialmente con el componente cognitivo debido a los procesos verbales en los cuales se fundamenta.



Guevara et. al. (2020) en la investigación denominada “*Relación entre Auto concepto y ansiedad estado-rasgo en Universitarios Peruanos*” el estudio tuvo como objetivo encontrar la relación entre estas dos variables. Se diseñó una investigación no experimental, transversal y correlacional simple, donde se utilizó la Escala de Ansiedad Estado-Rasgo y el Cuestionario de Autoconcepto de Garley, adecuado para universitarios. La muestra se conformó por 150 jóvenes universitarios de Lima, entre los 17 y 27 años de edad, de ambos sexos. Los resultados arrojaron relaciones significativas y con tamaños del efecto que oscilan entre bajo, moderado y grande entre ansiedad rasgo y las dimensiones de auto concepto (físico, social, familiar, intelectual, personal y control), pero la ansiedad estado únicamente se relacionó de manera significativa con auto concepto intelectual, personal y control.

Sánchez et al. (2021) en un artículo científico, realizó una investigación sobre “*Indicadores de Ansiedad, Depresión, Somatización y Evitación Experiencial en Estudiantes Universitarios del Perú en Cuarentena por Covid-19, 2021*”, el estudio tuvo como objetivo reconocer, factores asociados a la ansiedad, depresión, somatización y evitación experiencial, la investigación fue de tipo observacional transversal. La muestra se constituyó por 1264 estudiantes universitarios de diversos departamentos del Perú, se consideró como variables dependientes a la ansiedad, depresión, somatización y evitación experiencial, las cuales fueron evaluadas con el cuestionario de “*El Inventario de comportamiento psicosocial desajustado, ante la presencia del COVID-19 en la población peruana*” y el *AAQ II*, hallando, que más de la mitad de los estudiantes universitarios del Perú, presenta entre 3 y 6 de los 6 indicadores de ansiedad, y este mismo número de indicadores de depresión lo presenta

el 45% de la muestra. El 30 % muestra entre 3 y 6 indicadores de somatización y el 40,3% de la muestra se ubica de la mitad hacia arriba en la escala de evitación experiencial. Concluyendo que existen distintos niveles de ansiedad, somatización y evitación experiencial entre varones y mujeres, asimismo resulto que los estudiantes de mayor edad presentaban niveles más bajos de ansiedad, depresión y evitación experiencial, mas no en somatización.

Román (2021) en la investigación denominada “*Ansiedad y Evitación Experiencial en estudiantes de Psicología de una Universidad Estatal de Lima Metropolitana, 2021*”, se usó el diseño correlacional. Evaluando a una muestra conformada por 259 estudiantes universitarios (103 varones y 156 mujeres). Los instrumentos requeridos fueron el Cuestionario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) y el Cuestionario de Aceptación y Acción-II (AAQ-II). Los resultados indicaron que hay una correlación positiva significativa entre la ansiedad rasgo y la evitación experiencial, como también, entre la ansiedad estado y la evitación experiencial en la muestra de estudio. Igualmente se halló que no había diferencias estadísticamente significativas de las variables según el sexo de dichos estudiantes. Llegando a la conclusión de que hay una relación significativa entre la ansiedad rasgo-estado y la evitación experiencial.

## **2.2. Bases Teóricas o Científicas**

### **2.2.1. Ansiedad**

La ansiedad forma parte del ser humano, todos podemos sentirla en un grado moderado, del mismo modo es una respuesta adaptativa, una experiencia emocional con la que estamos familiarizados, siendo un fenómeno cotidiano y normal, logra

movilizar y anticipar al individuo por ello hasta hoy la misma sigue siendo objeto de interés en la Psicología.

Según el Diccionario de la Real Academia Española (2020), la palabra ansiedad viene del latín *Anxietas*, que refiere a un momento de agitación, intranquilidad o preocupación, de igual manera supone como una sensación común y frecuente en el ser humano. La ansiedad, es un tema complejo por ello es que indistintos autores han realizado diversas teorías.

Por ejemplo, Freud (1926) define la ansiedad como una reacción interna que pone en alerta por un posible riesgo y que se origina en sucesos traumáticos de los primeros años de vida.

Catell (1958) Define la ansiedad como una fase que cambia en la misma persona en diferentes momentos, planteando la existencia de dos factores diferenciables: ansiedad rasgo y ansiedad estado.

Papalia y Wendkos (1988), refieren que la ansiedad presenta una particularidad al manifestar sentimientos de aprensión, rigidez o incertidumbre, estas se originan frente a un estado de amenaza y puede ser realista o ficticia.

Más adelante, Chua y Dolan (2000) definen a la ansiedad como un evento perjudicial, ello presenta componentes fisiológicos donde se encuentra la hipervigilancia, el afectivo representado por el miedo y cognitivo latente en la idea de indefensión, esta misma caracterizada por la carencia de control ante las amenazas y posible daño.

La American Psychiatric Association APA (2014) definió la ansiedad como una respuesta anticipatoria frente a un sentimiento amenazante, esta misma percibida como una tensión muscular, conducta vigilante frente a un futuro riesgo y evitación. Se puede atribuir a esta investigación diferentes enfoques como:

#### Enfoque Psicofisiológico

James (1884 - 1890), tomo interés por el sistema nervioso autónomo y somático, por tal motivo, formula la Teoría Periférica de la Emoción, determinando que la corteza cerebral recepciona y procesa los estímulos sensoriales y que esta a su vez provoca emociones, al ocasionar cambios en los órganos de los sistemas ya mencionados.

Lange (1885) propone que cada experiencia conlleva un esquema fisiológico característico de respuesta, agrega también que la activación fisiológica vasomotora era una condición indispensable para la presencia de una respuesta emocional, y que esta era causal de un episodio emocional.

Por otro lado, Cannon (1927 - 1931) postuló la Teoría Central de Emociones en contraposición a la Teoría Periférica de la Emoción, desde su perspectiva sostiene que la ansiedad es una emoción acompañada por un estado fisiológico de activación general – unidimensional, donde su propósito es preparar al ser humano frente a situaciones de supervivencia.

#### Enfoque Psicodinámico

Este enfoque parte de la observación de la Ansiedad en relación con análisis de la actividad intrapsíquica a raíz del procedimiento introspectivo. Freud (1894) llega a

otorgarle un lugar central en el desarrollo de la teoría psicoanalítica postulando tres teorías de la ansiedad. Parte desde un patrón económico, aseverando que la ansiedad es una fase de excitación acumulada que pretende liberarse mediante el medio somático. Freud (1917) sostiene que el cúmulo de excitación se realiza por la opresión ante un estímulo intolerable que pretende adquirir dominio consciente. En la tercera premisa, plantea que el proceso de dominio era el resultado y no el origen de la ansiedad (Freud, 1926) . Igualmente, la determina como una contestación interna que pone en alarma por un probable riesgo y que es causada por vivencias traumáticas de los años iniciales de vida.

#### Enfoque cognitivo conductual

Esta perspectiva enfatizo el rol que ejercen las variables cognitivas en el progreso y preservación de la ansiedad. La contribución más importante fue estimar el desarrollo cognitivo entre un impulso repulsivo y la respuesta de ansiedad del sujeto, lo cual dificulto el prototipo estímulo-respuesta sugerido por la teoría conductual. El enlace entre ansiedad y cognición se indagó en dos sentidos opuestos. Por un lado, se indagó cómo las variables cognitivas podían apoyar o preservar la respuesta de ansiedad; y por otro, cómo las situaciones de ansiedad modificaban distintas variables cognitivas e incluso se interponen en la conducta del sujeto (Cano, 1989).

Bandura (1977) quien inicio la tendencia cognitiva dentro del enfoque conductual, supuesto a través de la teoría del aprendizaje social, que los hechos eran regulados por las perspectivas del sujeto entre la probabilidad de autoeficacia y probabilidad de resultado. Las iniciales referían a las convicciones sobre la misma

capacidad para efectuar ciertas conductas de forma airada, y las segundas, a las estimaciones sobre el efecto que podían ocasionar determinados comportamientos. A partir de la pesquisa, se efectuaba una nueva evaluación - reevaluación- del ambiente y del individuo, la cual podía suprimir o ampliar la valoración anticipada. Interpretó la ansiedad como una situación subjetiva producto de la evaluación y reevaluación de estímulos internos y externos, cuya consecuencia determinaba el tipo, intensidad y persistencia de la experiencia emocional.

Clark y Beck (2012). Establecieron una conjetura propia, conceptualizando la ansiedad como un sistema dificultoso de reacción conductual, fisiológica, afectiva y cognitiva que se activaba al anticipar hechos o situaciones percibidas como sucesos imprevisibles, inmanejables que potencialmente lograrían intimidar los intereses vitales de un sujeto. Propusieron que la contestación de ansiedad implica un sistema de enjuiciamiento de la indagación que percibía dos procesos. Primero, llamado valoración primaria de amenaza, se efectuaba de forma espontánea estimar rápida y eficientemente la posible peligrosidad de un estímulo. Fijaron que en los trastornos de ansiedad se encontraba una sobrevaloración de la posibilidad de que pueda acontecer el daño y una sobreestimación de la inclemencia de este. El segundo, nombrado reevaluación secundaria, demandaba de un enjuiciamiento estratégico, controlado y elaborativo de la información obtenida. En los trastornos de ansiedad mostraron una dificultad para identificar aspectos seguros en estado de peligro y la inclinación a minimizar las capacidades de afrontamiento. Conforme con este modelo, los procesos cognitivos automáticos participan activamente en el desarrollo y conservación de los trastornos de ansiedad.

### Enfoque psicométrico factorial

Caracterizado por intentar proponer un nuevo ejemplar teórico general de la ansiedad e instaurar las conexiones existentes con otras variables. Se le asigna a Cattell (1958) ser el pionero al pretender separar y cuantificar el constructo ansiedad, valiéndose de diferentes medidas psicológicas, así como técnicas de análisis factorial. Sus investigaciones lograron debatir el valor factorial del constructo ansiedad, como se había considerado hasta ese momento. Así mismo, planteó la existencia de dos factores diferenciables: ansiedad rasgo y ansiedad estado (Cattell y Scheier, 1961) La primera indica un estado próximo de permanencia de la personalidad respondiendo de manera impaciente, frente a un incentivo peligroso, la segunda a una condición emocional variante en fuerza y permanencia.

Cattell (1983) en su nueva teoría fue innovador al formular la existencia de una ansiedad que se hace duradero al pasar del tiempo y que es una característica de la personalidad del sujeto.

Spielberger (1966,1972,1989) alega que para determinar la ansiedad de forma asertiva se debe considerar la disparidad de la ansiedad como situación emocional y la ansiedad como rasgo de personalidad proponiendo así su Teoría de Ansiedad Estado Rasgo (Cattell y Scheier, 1961).

Spielberger et al. (1970,1972) definen la ansiedad estado como una circunstancia emocional inmediata cambiante en el tiempo y en su intensidad, se distingue por la presencia de rigidez, temor, nervios, ideas que causan molestia y

desasosiego, juntamente a cambios físicos y orgánicos los mismos que son percibidos de manera consciente.

A su vez los niveles altos de ansiedad-estado se conocen como potencialmente molestos; por consiguiente, si el individuo no logra evadir el estrés que le ocasiona, optará por habilidades de afrontamiento necesarias para resolver situaciones aversivas. Cuando el individuo se nota desbordado a causa de la ansiedad-estado puede originar un procedimiento preventivo para minimizar el estado emocional desagradable. Los componentes de protección inciden en el procedimiento psicofisiológico de tal modo, que cambia o altera la apreciación o evaluación de la posición. (Pons, 1994; Wadey y Hanton, 2008; Mellalieu y Hanton, 2009; Mellalieu, Neil, Hanton y Fletcher, 2009).

Por el contrario, la ansiedad rasgo, se refiere a las desigualdades particulares y posiblemente estable del ser humano, estas se manifiestan al percibir situaciones amenazantes y estas irán en aumento en su intensidad. Al respecto, los individuos con elevada condición de ansiedad-rasgo notan un gran rango de situaciones como peligrosas y están más propensos a padecer ansiedad-estado de manera más seguida o de gran exaltación.

Por consiguiente y en disposición en que los componentes de justificación posean éxito, los eventos logran verse cómo poco hostiles y se generara una disminución de ansiedad. Asimismo, los sujetos con altos valores de ansiedad-rasgo conciben las situaciones y contextos evaluativos como más amenazantes que aquellos otros que presentan menores niveles de ansiedad-rasgo (Pons, 1994; Wadey y Hanton, 2008; Mellalieu y Hanton, 2009; Mellalieu, Neil, Hanton y Fletcher, 2009).



### 2.2.2. Componentes de la ansiedad

Carlson y Hatfield (1992) dan a conocer que las emociones y la ansiedad, constan de tres elementos cognitivo, fisiológico y motor – conductual, que a continuación serán detalladas:

**Componente Cognitivo.** Nos refiere al conjunto de cogniciones e imágenes de aspecto amenazantes, como pensamientos de muerte, perder la razón o el control, Estas ideas surgen de manera automática.

**Componente fisiológico.** Hace referencia al conjunto de síntomas internos, tales como taquicardia, sudoración, parestesias, tensión muscular, etc.

**Componente motor o conductual.** Alude a las respuestas observables, como evitar, huir, buscar ayuda o afrontar la circunstancia a la que el individuo está exhibido, buscar el modo de librarse del peligro.

### 2.2.3. Evitación Experiencial

Desde hace más de dos décadas la psicología ha sufrido cambios específicamente en el área conductista uno de las variaciones más significativas es el surgimiento de la terapia de tercera generación, llamada también terapias contextuales, su característica principal es que conforman un regreso a las raíces contextuales del conductismo radical de Skinner, dentro de esta generación de terapias, la que se considera la aportación más completa es la terapia de aceptación y compromiso (ACT) ya que encuentra fundamento en la teoría de los Marcos Relacionales (TMR) la cual se considera un acercamiento analítico conductual al lenguaje humano y cognitivo (Patrón 2010).

La teoría de los Marcos Relacionales en la terapia de aceptación y compromiso es la herramienta que se tiene para comprender como es que el lenguaje funciona a través de significados, así mismo la terapia de aceptación y compromiso se ocupa de la transformación del significado para que ocurra una flexibilidad psicológica.

A través de esta teoría de marco relacional se aportan puntos de vista para explicar las posibles causas de la psicopatología, considerando la existencia de ciertos contextos verbales que contribuyen al desarrollo y mantenimiento de los problemas psicológicos. (Patrón 2010).

Es por ello que Hayes et al. (1996) catalogó la expresión evitación experiencial para ser estimado una variable funcional transdiagnóstica, el cual definió como aquel hecho que se evidencia en el momento en que el individuo no muestra la destreza a permanecer en contacto con las prácticas privadas vividas por lo que busca modificar o cambiar el modo o la constancia de los contextos que los originan. Cabe alegar que puede nombrarse también como evitación emocional o cognitiva una vez que se tenga claro qué aspectos trascendentales de las experiencias se busca evitar.

Con lo citado hasta el momento, se ha encontrado otra expresión que presenta semejanza con el concepto de evitación experiencial, el cual es el afrontamiento (Karekla y Panayiotou 2011) “La enunciación de afrontamiento se detalla como “aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son

evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (Lazarus y Folkman 1986 p. 164).

Además, Folkman y Lazarus (1980) propone dos modelos de afrontamiento. Uno se orienta en el problema; en tanto que, el otro, está encaminado en la emoción, donde se busca el control emocional mediante diferentes habilidades que disponga el individuo.

#### 2.2.4. **Características de la Evitación Experiencial**

Hayes et al. (1999), señalaron que el ser humano vive en un mundo claramente verbal, el cual es muy popular en el lenguaje coloquial, no obstante, los procesos que lo subyacen no son descritos. Siendo el caso que se denomina “mentales” a los procedimientos verbales. Los autores expusieron que la conducta verbal es un instrumento fuertemente útil para la interacción positiva con el ambiente; sin embargo, aquella tiende a incomodar las otras formas de actividad. Además, añadieron que dicho suceso ocurre con poco apoyo del ambiente, concibiendo prácticamente que no haya nada en el mundo de la experiencia del ser humano que no pueda ser tocada por la “mente”.

Entonces, la primera particularidad de la evitación experiencial se caracteriza por ser un fenómeno de naturaleza verbal, puesto que es un modelo de regulación o regla verbal. Dicha evitación experiencial ocurre cuando el individuo no está preparado para estar en contacto con sus eventos privados aversivos, por lo que; en consecuencia, efectúa un plan de acción enfocado a desaparecerlos (Hayes et al., 1996). El resultado inmediato que acarrea hacer esto, corresponde al objetivo

planteado previamente por el sujeto, es decir, acortar o evitar eventos privados no deseados (Wilson y Luciano 2002).

El referido efecto es tan fuerte que los sujetos acaban siendo, evasores en cierto grado, y que su conducta este bajo el control de las ocasiones inmediatas, a pesar de que a largo plazo los efectos son fatales para ellos mismos (Hayes et al., 1999). La segunda característica de la evitación experiencial se ostenta en una clase funcional limitante. Esta característica, hace referencia a que el sujeto pone en evidencia el modo en que ha aprendido a responder frente a la aparición de eventos privados no esperados, a través de diversas reacciones, aunque todas con el mismo objetivo: La eliminación o evitación del mencionado suceso (Wilson y Luciano, 2002).

#### **2.2.5. Evitación Experiencial, situaciones donde resulta perjudicial**

Señalaron cinco situaciones o condiciones donde la evitación experiencial posee un efecto perjudicial. (Hayes et al., 1996). A continuación, son las siguientes:

El primer escenario sucede cuando el medio para conseguir un control deliberado rechaza los resultados esperados. Esto se describe básicamente al hecho de que para evitar o eliminar, de manera intencionada, un pensamiento o sentimiento se sigue una planificación verbal, el cual, esencialmente, incluye a estos. Al mismo tiempo, dichas intenciones de evitación aumentarían su aparición, los cuales originaria más evitación.

Un ejemplo de esto dan a conocer Wenzlaff y Klein (1991) quienes hallaron, que al querer evitar un pensamiento vinculado con un estado de ánimo en específico, aquel intento tiende a generar dicho pensamiento.

El segundo escenario se refiere a que el proceso de regulación de los eventos privados, se exhiben insensibles al control por medio de la regulación verbal. Esto implica que las experiencias privadas vividas, como los pensamientos y las emociones, no se pueden modificar por medio de la regulación verbal, y al pretender hacerlo solo concluye por intensificar el problema.

En el tercer escenario, puntualiza que el cambio es posible, pero los esfuerzos de cambio llevan a formas poco saludables de la evitación. Hace alusión a que se puede hacer la supresión o la evitación de los pensamientos o las emociones, aunque el precio de hacerlo, muchas veces, restringe al libre acceso a la conciencia de los eventos vividos.

La cuarta hace mención a la situación en la que el acontecimiento no se puede cambiar. En ocasiones ocurre que se pretende controlar las emociones en contextos que son inmodificables, debido al desagrado que se genera en el individuo.

Por último, el quinto escenario indica que el esfuerzo de cambio en sí mismo es una conducta que contradice a esta. Señala que lo que se necesita realizar se orienta a evitar, por lo complicado que resulta ser. En consecuencia, se advierte que es una razón importante la evitación experiencial, ya que puede ser patológica, la cual es el de limitar el cambio necesario. Debido a que la mencionada evitación resalta en actividades que pueden ser destructivas como

el estrechamiento del grado de adaptación ante los cambios que se producen en el entorno.

#### **2.2.6. Contextos verbales de la evitación experiencial**

Hayes et al. (2001), Wilson y Luciano (2002), Hayes y Strosahl (2004), Luciano et al. (2004) mostraron que la evitación experiencial se ampara por los contextos verbales de literalidad, evaluación, dar razones y la regulación verbal de los eventos privados, que son detallados a continuación:

Contexto de literalidad: Significa que el sujeto responde frente a una situación en término de otra, es decir actuar de manera simbólica siempre y cuando las funciones del referente (objeto real) se encuentra presente en el símbolo y a la inversa. Este contexto proviene de las propiedades de marco relacional que hay entre los estímulos y las funciones que uno de ellos lograrse tener, originando que las palabras estén cargadas de función verbal (aversiva o reforzante). Cuando esto se produce, las palabras como su referente se vuelven funcionalmente parecidos llevando a evitar aquellas palabras como se hace con los sucesos reales con lo que interactúa.

Contexto verbal de evaluación: Se basa en el aprendizaje de los marcos relacionales, de comparación o de oposición que se adquiere de la cultura sobre lo que está bien o mal, si es peligroso o saludable, normal o no, adecuado o inadecuado, hasta la valoración negativa de la humillación, depresión, y otros sucesos que se encuentren directamente o no relacionados. Cuando las valoraciones que se adquieren sobre el estímulo se mezclan con las características propias de este, sucede el fracaso al

diferenciar entre las propiedades interiores de un estímulo frente a las arbitrarias, lo cual genera que las propiedades de las cosas se confundan con sus valoraciones.

Contexto verbal de dar razones: Este se evidencia cuando las emociones y pensamientos culturales son buenos motivos o razones del comportamiento y esto se sustenta en la tendencia habitual de justificar las acciones mientras se tenga un buen motivo para hacerlo. Asimismo, se encuentra el estímulo desagradable de que uno pueda estar equivocado, el cual se busca evitar. Frente a ello, está el estímulo reforzante de ser coherente con lo que se piensa, las normas o aquellos aspectos valiosos que se posee, lo cual conduce a un estrechamiento de la actuación. Ocasionado por el aprendizaje que se da en el sistema social, el cual es el poseer o no determinados pensamientos o emociones que muestra la conducta de la persona. En consecuencia, ello direcciona que para modificar el modo de actuar, antes se debe cambiar tales pensamientos y emociones por otros más adecuados.

Contexto verbal de regulación: Involucra el actuar con el propósito de controlar las presuntas causas de la conducta. Dicho contexto se caracteriza por la presencia de reglas de supresión de pensamientos, sentimientos y emociones, y el estímulo social que existen para seguir estas reglas, el cual fortalece la idea de que se hace lo correcto al aplicarlas.

### **2.3. Marco Conceptual (de las variables y dimensiones)**

- **Ansiedad:** Define la ansiedad como una situación cambiante, en la persona en diferentes momentos, planteando la existencia de dos factores diferenciables: ansiedad rasgo y ansiedad estado. Catell (1958).

Las dimensiones son manifestadas por Catell y Scheier (1961).

**Ansiedad Estado:** Es un estado emocional transitorio, manifestándose mediante la tensión e incremento del trájín del sistema nervioso.

**Ansiedad Rasgo:** Características propias de la personalidad en la persona, que se manifiesta frente al estado de ansiedad.

- **Evitación experiencial:** Hecho que aparece cuando el sujeto no muestra la destreza de permanecer en contacto con sus experiencias privadas buscando alterar los contextos que generan estas. Hayes et al. (1996)



## **CAPÍTULO III**

### **HIPÓTESIS**

#### **3.1. Hipótesis General**

Hi: Existe una relación significativa entre ansiedad y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021.

H0: No existe una relación significativa entre ansiedad y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021.

#### **3.2. Hipótesis específica**

H1.1: Existe una relación significativa entre ansiedad rasgo y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021.

H2.1: No existe una relación significativa entre ansiedad rasgo y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021.

H1.2: Existe una relación significativa entre ansiedad estado y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021.

H2.1: No existe una relación significativa entre ansiedad estado y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021.

### 3.3. Variables (definición conceptual y operacionalización)

- Definición conceptual - Ansiedad

Catell (1958) define la ansiedad como una situación cambiante, en la persona en diversos momentos, planteando la existencia de dos factores diferenciables: ansiedad rasgo y ansiedad estado.

#### Definición operacional

Refiere que es una emoción la ansiedad, donde antepone una respuesta de alerta ante una posible amenaza, alterando la estabilidad del individuo y su autocontrol. A razón de ello, se evaluó con el Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE).

- Definición conceptual - Evitación Experiencial

Hayes et al. (1996) catalogaron el termino evitación experiencial para ser estimado como una variable funcional transdiagnóstica, el cual es conceptualizado como aquel hecho que se pone en evidencia en el instante en que la persona no muestra la decisión a permanecer una relación con las experiencias personales vividas por lo que busca cambiar el modo o la constancia de los incidentes o contextos que los originan.

### Definición operacional

La evitación experiencial es una respuesta generada cuando el sujeto no está dispuesto a tener interacción con experiencias íntimas desagradables. Por lo cual, se evaluó el Inventario de Aceptación y Compromiso – II- (AAQ – II), que tiene como objetivo identificar su única dimensión que es la Evitación Experiencial.

## **CAPÍTULO IV**

### **METODOLOGÍA**

#### **4.1. Método de Investigación:**

El presente estudio se sustentó con el modelo científico que de acuerdo a Sánchez y Reyes (2015) lo detallan como un conjunto de métodos que se sigue por medio de normas pre determinados el cual ayudará a adquirir resultados.

Por esa razón, el método específico que se empleo fue el Hipotético Deductivo, según el manual de términos de investigación, está nos refiere que es de conocimiento relativo al método científico, iniciando de un supuesto o un planteamiento que hay que constatar. (Sánchez et al., 2018).

#### **4.2. Tipo de Investigación.**

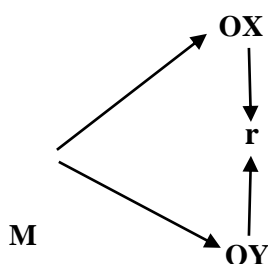
Se aplico el tipo de investigación básica. El objetivo de la investigación fue recaudar información del contexto para contribuir con el conocimiento científico, donde, se desarrolló saberes científicos, a través de recolección de datos. De esta manera se obtuvo nociones existentes, como también información, que fueron apareciendo en este informe de investigación sobre evitación experiencial y ansiedad en los internos de Psicología en una universidad Privada de Huancayo. (Hernandez et al., 2014)

### 4.3. Nivel de Investigación

Según, Supo (2012) el presente estudio pertenece a una categoría relacional, de modo que las variables buscan un grado de asociación que existe entre las dos, teniendo en cuenta que las variables son distintas; se buscó determinar cuál es la relación que existe entre ansiedad y evitación experiencial en los internos de Psicología en una universidad privada de Huancayo.

### 4.4. Diseño de la Investigación

Según Hernández et al. (2014), es un estudio de diseño no experimental, ya que observamos las variables en su ambiente natural, a causa de que no se realizó manipulación de las variables, asimismo, es de corte transversal, porque la recaudación de datos fue exclusivamente en un momento con el propósito de analizar la relación de las dos variables en una población. De tal modo presentamos el esquema del diseño de la investigación.



Leyenda:

M = Muestra (internos de psicología de una universidad Privada en Huancayo)

Ox = Observación de la variable 1 (ansiedad)

Oy = Observación de la variable 2 (evitación experiencial)

r = Relación entre las dos variables.

## 4.5. Población y muestra

### **Población**

La población es un grupo de elementos, ya que pueden ser sujetos, objetos o sucesos que muestran características semejantes, que se asociaron por su parecido y estos son implicados en una posible hipótesis de investigación. (Hernández et al., 2014). La población se constituyó por 250 internos de psicología de una universidad particular de Huancayo que cursan los últimos ciclos de la carrera profesional de psicología.

### **Muestra**

La muestra es la cifra de la población la cual se recolectó datos que se define con exactitud por medio del muestreo censal ya que los colaboradores fueron de forma voluntaria y cumplían con ciertos criterios de interés por parte de los investigadores. (Hernández et al., 2014).

Dicha muestra se conformó por 173, utilizando la técnica de muestreo no probabilístico intencional, cuyos colaboradores tuvieron la misma oportunidad de ser seleccionados.

#### 4.5.1 Criterio de Inclusión:

- Personas que estudien en la Universidad ya mencionada.
- Personas matriculadas en el internado I y II.
- Estudiantes mayores de 18 años

- Internos de psicología que aceptaron participar de la investigación. Firmando el consentimiento informado.

#### 4.5.2 Criterios de Exclusión

- Personas que no estudien en la Universidad en mención.
- Personas que no estén matriculadas en el internado I y II.
- Personas menores de 18 años.
- Personas que no acepten colaborar en la investigación.

#### **4.6. Técnicas e Instrumentos de recolección de datos:**

##### **Técnica**

La técnica utilizada es la encuesta que es un proceso que está formado por un grupo de reactivos, contando como finalidad recaudar información en una única población (Hernández et al., 2014). En la presente investigación se obtuvo permiso a la dirección de la Escuela Profesional de Psicología, posterior a ello se presentó el oficio a los asesores para la designación de los horarios de evaluación, se coordinó con los asesores e internos, para evaluar la variable ansiedad se usó el Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE) y para la variable Evitación Experiencial se empleó el Cuestionario de Aceptación y Compromiso - II- (AAQ - II) que tiene como objetivo evaluar su única dimensión que es la Evitación Experiencial, evaluaciones que fueron de manera virtual por medio de reuniones en la plataforma Blackboard, uso de Google forms y también whatsapp. Antes de iniciar la evaluación se les brindó información sobre la investigación y los instrumentos. Procediendo

a la entrega de manera virtual del documento de consentimiento informado a los internos que desarrollaron los instrumentos de forma voluntaria.

### **Instrumentos:**

Se refiere al instrumento que se utiliza para medir las variables de un suceso o fenómeno, las cuales pueden ser escalas de observación, cuestionario, etc. (Sánchez et al. 2018). A continuación, se le presenta los instrumentos utilizados.

Se empleo el Instrumento Inventario de Ansiedad Rasgo Estado (IDARE) validado en el Perú en 1999 por Anchante M. Rojas R y Flores. Lo cual nos permitió evaluar dichas dimensiones, así mismo este instrumento puede evaluar el grado de ansiedad del evaluado y obtener un resultado general pero también por dimensiones.

### **INVENTARIO DE ANSIEDAD RASGO – ESTADO (IDARE)**

State-Trait Anxiety Inventory

Autores Originales: R. Gorsuch, R. Lushene y Ch. Spielberger

Autores de la Prueba Adaptada: Anchante M., Rojas R. y Flores.

País: Perú (adaptación)

Años de adaptación: 1993 - 1997 - 1999

Objetivo: Evaluar la ansiedad rasgo - estado

Modo de Evaluación: Individual y colectiva

Tiempo de Evaluación: Sin límite de tiempo

Ámbito de la prueba: Estudiantes de secundaria, universitarios y adultos.



Escala de evaluación: Likert

Total, de Ítems: 40 ítems (20 ansiedad - rasgo y 20 ansiedad - estado)

Dimensiones: Ansiedad rasgo y ansiedad - estado.

Confiabilidad

### Tabla 1

*Confiabilidad del Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE)*

		N	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido	0	,0
Total,		20	100,0

Nota: Confiabilidad del Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE)

### Tabla 2

*Estadística de Fiabilidad del Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE)*

Alfa de Cronbach	N de elementos
,756	40

Nota: Estadística de Fiabilidad del Inventario de Ansiedad estado – rasgo (IDARE)

Confiabilidad: El índice de confiabilidad es 0.756, encontrándose dentro de los valores de un coeficiente de confiabilidad aceptable.

Validez

**Tabla 3**

*Validez del Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE)*

	OBJETIVO	CLARIDAD	ORDEN	COHERENCIA	PROPOSITO	ADECUADO
V DE AIKEN POR CRITERIO	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
V DE AIKEN DE TEST				1.00		

Nota: Validez de Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE)

De acuerdo a la validez del Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE). La V de Aiken es el 1.00 por lo que existe una validez de contenido perfecto del inventario. Concluyendo así que existe una aceptación y validez por parte de los tres jueces.

Entre tanto, la variable Evitación Experiencial, se evaluó mediante el instrumento denominado Cuestionario de Aceptación y Acción –II (AAQ.II) y tiene el objetivo medir su única dimensión que es evitación experiencial. Cuyo instrumentó fue adaptado en el Perú por Cárdenas Reyes L.A, Preciado Sal y Rosas M.A en el año 2020.

### **CUESTIONARIO DE ACEPTACIÓN Y ACCIÓN - II (AAQ - II)**

Acceptance and Action Questionnaire - II

Autores: F.W. Bond; S.C. Hayes, R.A. Baer; K.M. Carpenter, H.K. Orcutt, T. Waltz y R.D. Zettle

Autores de la Prueba Adaptada: Cárdenas Reyes L.A, Preciado Sal y Rosas M.A

País: Perú (adaptación)

Año: 2020

Finalidad: Evaluación de la evitación experiencial.

Modo de Evaluación: Individual y colectiva

Tiempo de Evaluación: 10 minutos

Ámbito de Evaluación: Personas de 18 a 61 años

Escala de Evaluación: Likert

Total, de Ítems: 10 ítems

Dimensiones: Evitación Experiencial

Confiabilidad

#### **Tabla 4**

*Confiabilidad del Cuestionario de Aceptación y Acción – II (AAQ-II)*

		N	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido	0	,0
Total		20	100,0

Nota: Validez del Cuestionario de Aceptación y Acción – II (AAQ-II)

**Tabla 5**

*Estadística de Fiabilidad del Cuestionario de Aceptación y Acción – II (AAQ-II)*

Alfa de Cronbach	N de elementos
,764	10

Nota: Estadística de Fiabilidad del Cuestionario de Aceptación y Acción – II (AAQ-II)

Confiabilidad: El índice de confiabilidad es 0.764, encontrándose dentro de los valores de un coeficiente de confiabilidad fuerte, ubicado dentro del rango de 0,76 a 0,89.

Validez

**Tabla 6**

*Validez del Cuestionario de Aceptación y Acción – II (AAQ-II)*

	OBJETIVO	CLARIDAD	ORDEN	COHERENCIA	PROPOSITO	ADECUADO
V DE AIKEN POR CRITERIO	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
V DE AIKEN DE TEST			1.00			

Nota: Validez del Cuestionario de Aceptación, y Acción – II (AAQ-II)

De acuerdo a la validez del Cuestionario de Aceptación y Acción – II (AAQ-II). La V de Aiken es de 1.00 por lo que existe una validez de contenido perfecto del cuestionario. Concluyendo así que existe una aceptación y validez por parte de los tres jueces.

Habiendo detallado los dos instrumentos para adquirir la validación se establece que ambos instrumentos se sometieron a la validación por juicio de expertos. Como también para conseguir la confiabilidad de los instrumentos se realizó la medida de consistencia interna denominada alfa de Cronbach.

#### **4.7. Técnica de Procesamiento de Datos**

Los datos se elaboraron inicialmente, a través el uso del software Excel, posteriormente el análisis de los propios, se desarrolló en el programa de SPSS 31, luego se empleó la estadística descriptiva, donde se mostraron los resultados por medio de las tablas de frecuencia, promedios y porcentajes. Para determinar la relación de las variables Ansiedad y Evitación Experiencial se trabajó con el estadístico inferencial coeficiente de correlación Rho de Spearman.

#### **4.8. Aspectos éticos de la Investigación**

Para la elaboración de este estudio se tuvo presente las nociones éticas, para el inicio y el desenlace de los procesos, de acuerdo con el artículo N°27 y 28 del Reglamento General de Investigación actualizado por la Universidad Peruana Los Andes. También se tomó en cuenta el código de Nuremberg y el código de Ética para la Investigación Científica de la (Universidad Peruana Los Andes, .2019), detallando lo siguiente:

##### **Art. 27. PRINCIPIOS QUE RIGEN LA ACTIVIDAD INVESTIGATIVA**

- Se guardó la confidencialidad y privacidad de los internos que conformaron la muestra
- La participación fue sumamente voluntaria.

- Se solicitó el consentimiento informado a los internos que participaron de forma voluntaria en esta investigación
- Se les brindó información sobre la investigación, evitando daños psicológicos y físicos, disminuyendo en lo posible cualquier incomodidad durante el desarrollo de los instrumentos.
- Se empleó responsabilidad con los resultados obtenidos de la investigación conservando la confiabilidad y validez de estos.
- Se respetó los resultados obtenidos de cada instrumento, al calificarlos, orientándonos a la veracidad

Art. 28°. NORMAS DE COMPORTAMIENTO ÉTICO DE QUIENES INVESTIGAN

- La investigación se efectuó de manera oportuna, original y claramente con las estipulaciones de investigación institucional.
- Se procedió con carácter científico aseverando la validez, la fiabilidad y credibilidad de los métodos, fuentes y datos.
- Se asumió la responsabilidad que implicaba el desarrollo del estudio, tomando en cuenta las consecuencias particulares, sociales y de estudio que surgen a partir del mismo.
- La información y los datos que se obtuvieron durante la investigación fueron confidenciales.
- Se reportó la culminación de la evaluación, a la escuela profesional de Psicología y autoridades encargadas.

- Se reportó los resultados a la investigación tanto a la comunidad científica como a las autoridades correspondientes de la escuela profesional
- La información obtenida tuvo solo fines de investigación científica
- Se tomó en cuenta las normas, el deber de cumplir con las pautas establecidas por las distintas instituciones que velan por resguardar la integridad de las personas, animales y ambiente.
- Realizar la publicación del estudio acorde a las estipulaciones del Reglamento de Propiedad Intelectual de la Universidad y las reglas dirigidas a derecho de autor.

## CAPÍTULO V

### RESULTADOS

#### 5.1. Descripción de los resultados

Los resultados obtenidos con la evaluación de los instrumentos de investigación a los internos de la escuela profesional de psicología, estuvieron resumidos, tratados y ordenados según los requerimientos de la investigación, a fin de desarrollar su análisis a favor del informe. Se inicio, con el desarrollo estadístico descriptivo de ansiedad y de la evitación experiencial.

#### Variable ansiedad

**Tabla 7**

*Resultados de la variable ansiedad en internos de la carrera profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo 2021.*

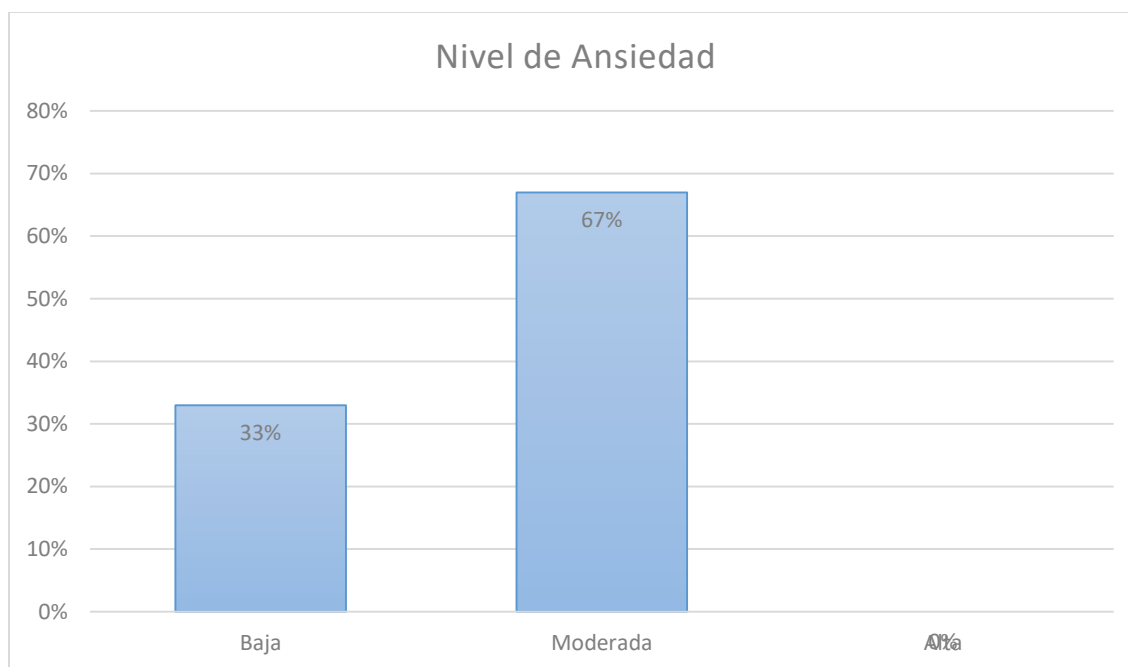
Nivel	F	%
Baja	58	33%
Moderada	115	67%
Alta	0	0%
	173	100%

Nota. Datos obtenidos del instrumento Inventario De Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE)



**Figura 1**

*Resultados de la variable ansiedad en internos de la carrera profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo 2021.*



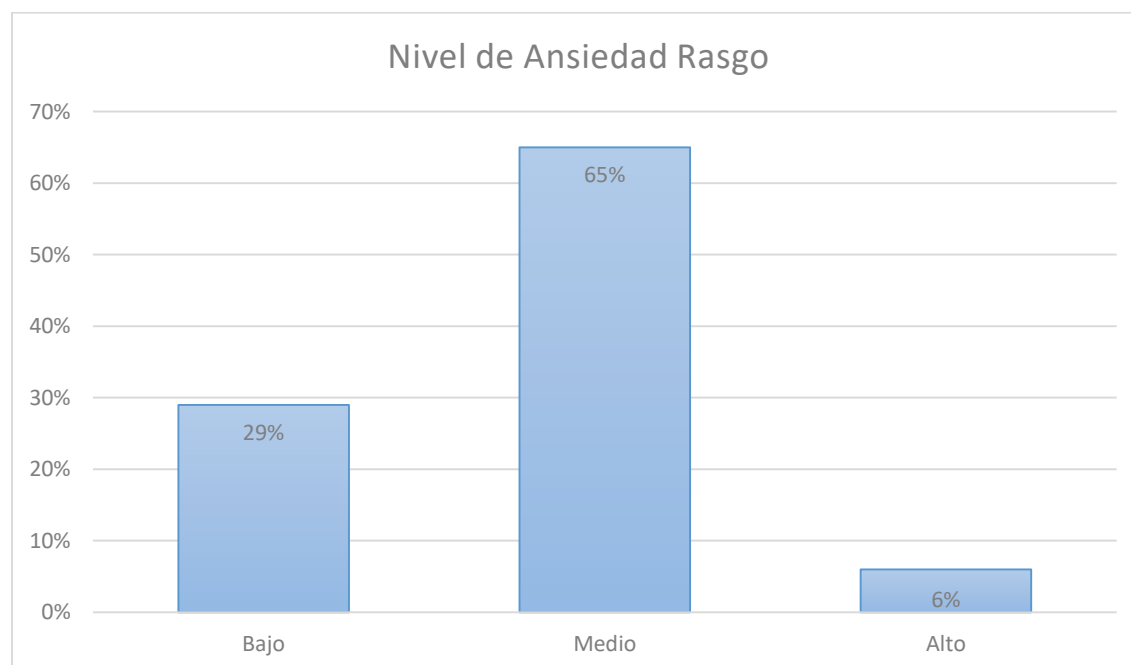
Nota. Datos obtenidos del instrumento Inventario De Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE)

**Descripción:** En la tabla 7 y figura 1 se tiene los resultados de 173 internos de la carrera profesional de psicología, de los cuales 58 tienen nivel bajo de ansiedad, que representa el 33%, 115 estudiantes tienen un nivel moderado de ansiedad, que representan el 67%, lo cual refiere que los internos reflejan una predisposición a una ansiedad de nivel alta, es decir manejan una inadecuada resolución de problemas.

**Tabla 8***Resultado de Ansiedad Rasgo*

Ansiedad Rasgo	F	%
Bajo	50	29%
Medio	111	65%
Alto	12	6%
	173	100

Nota. Datos obtenidos del instrumento Inventario De Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE)

**Figura 2***Resultados de Ansiedad Rasgo*

Nota. Datos obtenidos del instrumento Inventario De Ansiedad Rasgo – Estado, (IDARE)

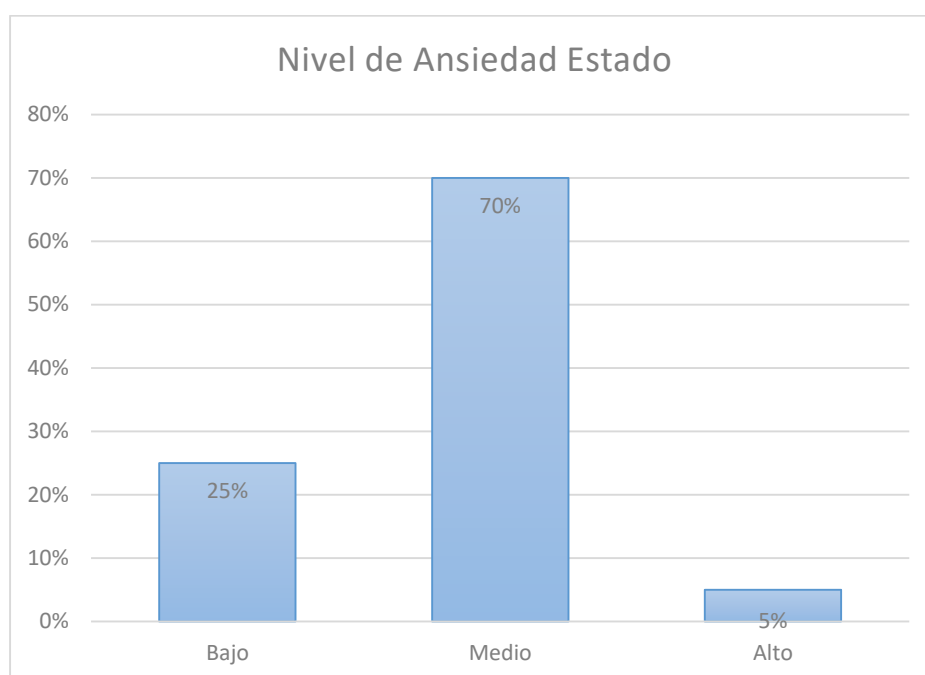
**Descripción:** En la tabla 8 y figura 2 se tienen los resultados de 173 internos de la carrera profesional de psicología de los cuales 50 tiene un nivel bajo de ansiedad rasgo, que representa un 29%, 111 tienen un nivel medio de ansiedad rasgo que representa el 65% y 12 tiene un nivel alto de ansiedad rasgo que presenta el 6%. Lo que evidencia que los internos que tienen un nivel bajo de ansiedad rasgo tienen un adecuado manejo de resolución de problemas, los internos que presentan un nivel moderado de ansiedad rasgo evidencia una dificultad para la resolución de problemas manteniendo una frecuencia y duración de eventos específicos, así mismo los 12 internos que presentan un nivel alto de ansiedad rasgo, manejan una inadecuada resolución de problemas, manteniendo una frecuencia ,duración e intensidad en dichos eventos.

**Tabla 9**

*Resultados de Ansiedad Estado*

Ansiedad Estado	F	%
Bajo	44	25%
Medio	120	70%
Alto	9	5%
	173	100

Nota. Datos obtenidos del instrumento Inventario De Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE)

**Figura 3***Resultados de Ansiedad Estado*

Nota. Datos obtenidos del instrumento Inventario De, Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE)

**Descripción:** En la tabla 9 y figura 3 se tienen los resultados de 173 internos de la carrera profesional de psicología de los cuales 44 tiene un nivel bajo de ansiedad estado, que representa un 25%, 120 tienen un nivel medio de ansiedad estado que representa el 70% y 9 tiene un nivel alto de ansiedad estado que presenta el 5%. Los internos que presentan un nivel bajo de ansiedad estado presentan una adecuada resolución de problemas, los internos que tienen un nivel medio de ansiedad estado presenta una inadecuada resolución de problemas que lo manifiestan de manera fluctuante, los internos que tienen un nivel alto de ansiedad estado evidencia una inadecuada resolución de problemas manifestándolo de manera cambiante.

## Variable evitación experiencial

**Tabla 10**

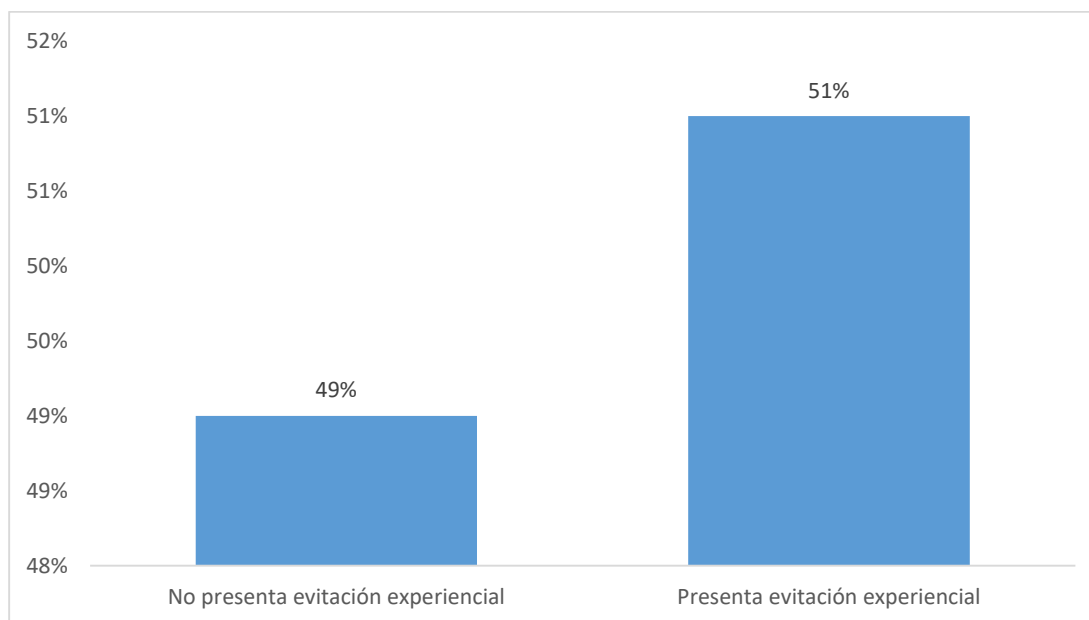
*Resultados de la variable evitación experiencial en internos de la carrera profesional de Psicología de una Universidad, Particular de Huancayo 2021.*

Evitación Experiencial	F	%
No presenta evitación experiencial	86	49%
Presenta evitación experiencial	87	51%
	173	100%

Nota. Datos obtenidos del Cuestionario de Aceptación, y Acción – II (AAQ-II)

**Figura 4**

*Resultado de evitación experiencial*



Nota. Datos obtenidos del Cuestionario de Aceptación y Acción, – II (AAQ-II)

**Descripción:** En la tabla 10 y figura 4 se tiene de 173 estudiantes, de los cuales los 86 no presentan evitación experiencial, que representa el 49%. Y 87 presentan evitación experiencial, que representa el 51%. Teniendo como resultado que el mayor porcentaje de internos de la carrera profesional de psicología presentan supresión de eventos aversivos, lo que indica que manejan un inadecuado mecanismo de solución y afrontamiento de problemas.

## **5.2. Contrastación de hipótesis**

En la contrastación de hipótesis, se operó la base de datos elaborada, a partir de la aplicación de los instrumentos en estudio, para la variable ansiedad y para la variable evitación experiencial. Las hipótesis planteadas, como la general y la específica, se realizaron según su valoración correspondiente en cada una de sus dimensiones, para luego ser evaluadas mediante la Rho de Spearman, para encontrar la relación. Por otro lado, cada una de las hipótesis se constataron rechazando o aceptando la  $H_0$  (hipótesis nula) o la  $H_1$  (hipótesis de alterna) con la Rho de Spearman.

### **5.2.1. Prueba de hipótesis general**

La hipótesis general está compuesta por la hipótesis nula ( $H_0$ ) y la hipótesis alterna ( $H_1$ ), las cuales señalan que:

#### **Planteamiento de la Hipótesis**

$H_0$ : No existe una relación significativa entre ansiedad y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021.

$H_1$ : Existe una relación significativa entre ansiedad y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021.

**Tabla 11***Correlación de Ansiedad y Evitación Experiencial*

			Ansiedad	Evitación experiencial
Rho de Spearman	Ansiedad	Coefficiente de correlación	1,000	,475
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	173	173
	Evitación experiencial	Coefficiente, de correlación	,475	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	173	173

Nota: Data obtenida de los instrumentos de investigación

**- Nivel de significancia o riesgo**

El grado de significancia es:  $\alpha = 0,05$

**- Utilización del estadístico de prueba**

P valor  $< 0.05$ : Se rechaza la hipótesis nula y se acepta la alterna

P valor  $> 0.05$ : Se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna

**- Lectura del P. valor**

La P valor halla es:  $P = 0,000$

**- Decisión estadística**

Reemplazando los datos se tiene,  $0.000 < 0.05$ . Por lo que se rechaza la hipótesis nula y acepta la hipótesis general, teniendo: Se puede observar que el coeficiente de Rho de Spearman es de 0,475 afirmando que se encuentra una correlación positiva media. Existiendo una relación significativa entre ansiedad y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021.

**- Conclusiones estadísticas**

Esto quiere decir, que entre mayor sea la ansiedad de los internos de la escuela profesional de psicología, hay mayor predisposición a presentar evitación experiencial.

**- Interpretación en función al objetivo:** En la prueba estadística de hipótesis se muestra que existe relación entre las variables ansiedad y evitación experiencial en los internos de la escuela profesional de psicología de una universidad particular de Huancayo, 2021.

**5.2.2. Prueba de hipótesis específicas**

**Planteamiento de la Hipótesis específica 1**

He<sub>0</sub>: No existe una relación significativa entre ansiedad rasgo y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021.

He<sub>1</sub>: Existe una relación significativa entre ansiedad rasgo y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021.

**Tabla 12**

*Correlación de Ansiedad Rasgo y Evitación Experiencial*

			Ansiedad rasgo	Evitación experiencial
Rho de Spearman	Ansiedad rasgo	Coeficiente de correlación	1,000	,385
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	173	98
	Evitación experiencial	Coeficiente de correlación	,385	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	98	173

Nota. Data obtenida de los instrumentos de investigación



**- Nivel de significancia o riesgo**

El grado de significancia es:  $\alpha = 0,05$

**- Utilización del estadístico de prueba**

P valor  $< 0.05$ : Se rechaza la hipótesis nula y se acepta la alterna

P valor  $> 0.05$ : Se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna

**- Lectura del P. valor**

La P valor halla es:  $P = 0,000$

**- Decisión estadística**

Reemplazando los datos se tiene,  $0,000 < 0,05$ . Por lo cual rechaza la hipótesis nula y acepta la hipótesis específica, Se puede observar que el coeficiente de Rho de Spearman es de 0,385 afirmando que se encuentra una correlación positiva media, teniendo: Existe una relación significativa entre ansiedad rasgo y la evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021.

**- Conclusiones estadísticas**

Esto quiere decir, que entre mayor ansiedad rasgo tienen los internos de la escuela profesional de psicología, presentan una evitación experiencial.

**Hipótesis específica 2:**

$H_{e0}$ : No existe una relación significativa entre ansiedad estado y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021.

$H_{e2}$ : Existe una relación significativa entre ansiedad estado y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021.

**Tabla 13***Correlación de Ansiedad Estado y Evitación Experiencial*

			Ansiedad estado	Evitación experiencial
Rho de Spearman	Ansiedad estado	Coefficiente de correlación	1,000	,252
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	173	173
	Evitación experiencial	Coefficiente de correlación	,252	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	173	173

Nota. Data obtenida de los instrumentos de investigación

**- Nivel de significancia o riesgo**

El grado de significancia es:  $\alpha = 0,05$

**- Utilización del estadístico de prueba**

P valor  $< 0.05$ : Se rechaza la hipótesis nula y se acepta la alterna

P valor  $> 0.05$ : Se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna

**- Lectura del P. valor**

La P valor halla es:  $P = 0,000$

**- Decisión estadística**

Reemplazando los datos se tiene,  $0.000 < 0.05$ . Lo que se rechaza la hipótesis nula y acepta la hipótesis general. Se puede observar que el coeficiente de Rho de Spearman es de 0,252 afirmando que se encuentra una correlación positiva media. Existiendo una relación significativa entre ansiedad estado y la evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021

**- Conclusiones estadísticas**

Esto quiere decir, que entre mayor ansiedad estado tienen los internos de la escuela profesional de psicología, presentan evitación experiencial.

## ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En este estudio la finalidad principal fue establecer la relación entre ansiedad y evitación experiencial en internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021. Al cumplir con la evaluación, los resultados evidencian, una relación significativa entre ansiedad y evitación experiencial en internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021. De manera que a mayor ansiedad presentan una evitación experiencial, lo cual dificultará en su adaptación a situaciones aversivas como la ansiedad.

Este resultado no es nuevo, en los antecedentes nacionales, Valencia et al. (2017) en un estudio encontraron una correlación significativa entre la Ansiedad estado-rasgo y Evitación Experiencial, relacionándose con la baja actitud en la solución de problemas, la auto culpa y el uso de sustancias. Así mismo, Guillén (2018), encontró una relación positiva entre ansiedad y evitación experiencial, concluyendo que la evitación experiencial es un elemento significativo en la aparición y mantenimiento de la ansiedad, apreciando que el fenómeno de la evitación experiencial se relaciona especialmente con el componente cognitivo debido a los procesos verbales en los cuales se sustenta. También Sánchez et al. (2021) en su informe de estudio en Perú, obtuvieron como resultado que más de la mitad de los alumnos universitarios presentan entre tres y seis de los seis indicadores de ansiedad y que más de la mitad se ubica en la escala de evitación experiencial. También manifiesta que existen diferencias en los niveles de ansiedad y evitación experiencial entre varones y mujeres.

De acuerdo con la American Psychiatric Association APA (2014) quien define que la ansiedad es una reacción previsorá ante un sentimiento amenazante, percibida como una tensión muscular, conducta vigilante ante un futuro riesgo y evitación. Al igual que Chua y Dolan (2000)

definen la ansiedad como un suceso negativo, que muestra mecanismos fisiológicos encontrándose la hipervigilancia, el afectivo es representado por el miedo y el pensamiento por la idea de indefensión, caracterizándose por la ausencia de control ante amenazas y posible daño. Según Hayes et al. (1996) afirman que la persona al no mostrar disposición a permanecer en contacto con sus experiencias como los sucesos negativos busca modificar los eventos o contextos que le parezcan desagradables como la ansiedad. Por lo tanto, se puede decir que existe una ansiedad en los internos de la escuela profesional de psicología evidenciando una predisposición a la evitación experiencial adoptando un mecanismo de defensa inadecuado, a diferentes sucesos que le generan miedo, inseguridad, etc., provocando una ansiedad difícil de confrontar suprimiendo emociones, pensamientos y recuerdos que le causa desagrado, concibiendo así una evitación experiencial.

El primer objetivo específico se orientó a identificar la relación entre ansiedad rasgo y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021. Los resultados arrojaron que existe relación entre ansiedad rasgo y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021. De manera que al evidenciar ansiedad rasgo se puede generar una evitación experiencial relativamente estable.

De este modo se encontró investigaciones nacionales como Román (2021) en su investigación, consiguió como resultado que entre la ansiedad rasgo y la evitación experiencial existe una correlación positiva significativa, agregando así que no había diferencias significativas según el sexo de los estudiantes, llegando a la conclusión que hay una relación significativa entre ansiedad rasgo-estado y evitación experiencial, obteniendo así resultados similares con la presente

investigación ya que también se encontró una relación significativa entre la ansiedad rasgo y la evitación experiencial. De igual forma Valencia et al. (2017) en su investigación, obtuvieron como resultado una correlación significativa en ansiedad rasgo y evitación experiencial, así mismo, una baja actitud de solución problemas y el uso de sustancias, resultando que, al evitar pensamientos y emociones desagradables, estas se manifiestan como una de las características fundamentales de la ansiedad rasgos. Y Guevara et. al. (2020) en su investigación tuvo correlación significativa entre ansiedad rasgo y las dimensiones de auto concepto, relacionándose directamente con el área físico, social, familiar, intelectual, personal y control en estudiantes universitarios. Encontrando así que los estudiantes universitarios presentan ansiedad, específicamente una ansiedad rasgo.

Corroborando la teoría de Catell y Scheier (1961), Catell et al. (1970) señala que la ansiedad rasgo es un estado de ansiedad relativamente estable de la personalidad del individuo, respondiendo así de manera ansiosa a situaciones amenazantes, las diferencias particulares prevalecen y se mantienen estables en el ser humano, que van aumentando su intensidad. Así mismo, Hayes et al. (1999) mencionan que una de las características de la evitación experiencial es que el individuo pone en manifiesto la forma en la que aprendió a responder frente a la aparición de experiencias privadas no deseados como la ansiedad, por medio de diversas reacciones con la finalidad de suprimir dicho evento. Entonces se infiere que los internos de la carrera profesional de psicología presentan una ansiedad rasgo, siendo esto un estado que varía en relación a las circunstancias que afecta la personalidad y la forma en como afrontan los eventos aversivos, originan una evitación experiencial, lo cual es manifestando en respuestas inadecuadas que suprimen su estado de incomodidad.

Como último objetivo se enfocó en identificar la relación entre ansiedad estado y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021. Los resultados hallados revelan que existe una relación significativa entre ansiedad estado y evitación experiencial, lo que señala que ambas variables tienen relación entre sí, de manera que al evidenciar una ansiedad estado se manifiesta una evitación experiencial.

Con el resultado obtenido se encontró una similitud en la investigación de Román (2021) donde encontró relación entre ansiedad rasgo-estado y evitación experiencial, concluyendo que hay una correlación positiva significativa entre la ansiedad estado y evitación experiencial en la muestra de investigación. De igual modo Guevara et. al. (2020) en su estudio hallaron una relación significativa entre la ansiedad estado y auto concepto intelectual, personal y control.

Respaldándonos en la teoría de Catell y Scheier (1961) quienes indican que es un estado emocional variante en cuanto a su intensidad y duración. Por otro lado, Spielberger et al. (1970) refiere a una condición que sucede en el momento, que va incluyendo la presencia de conflicto psicológico como la frustración, ansiedad, tensión y aprensión (temor al contacto con alguien o algo), estos son percibidos de manera consiente. En cuanto a la evitación experiencial Hayes et al. (1996) refieren que la evitación experiencial sucede cuando el individuo no está de acuerdo a estar en interacción con sus experiencias privadas aversivas (estímulos desagradables), siguiendo esa línea Wilson y Luciano (2002) mencionan que es un efecto inmediato con una finalidad ya planificado previamente por el sujeto para reducir o evitar sucesos desagradables. Por lo vertido se deduce que los internos de psicología de la carrera profesional de psicología presentan una ansiedad estado, influenciando en el área cognitivo (como pensamientos negativos, destructivos) viéndose reflejado en las respuestas conductuales no adecuadas produciéndose una evitación

experiencial ya sea por la frustración, tensión y aprensión, etc. con el objetivo de rechazar dichas situaciones.

-Es importante mencionar que los internos de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Peruana Los Andes Huancayo, 2021 se encontró como resultado que de 173 internos de la carrera profesional de psicología, de los cuales 58 tienen un nivel bajo de ansiedad, que representa el 33%, 115 estudiantes tienen un nivel moderado de ansiedad, que representan el 67%, es decir manejan una inadecuada resolución de problemas que refiere una mayor predisposición a presentar una ansiedad de nivel alto por consiguiente a desarrollar una Evitación Experiencial. En los antecedentes internacionales según Castillo et al. (2016) en su investigación en Chile, obtuvieron como resultado mayores niveles de ansiedad estado y ansiedad rasgo en estudiantes universitarios de ciencias de la salud, como fuente generadora de estrés identificando la sobrecarga académica, falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas y realización de exámenes, llegando a la conclusión que los estudiantes presentan altos niveles de ansiedad, resalta también la importancia de planificar la curricula de los cursos, implementar consejerías y talleres que enseñen a los estudiantes a afrontar situaciones aversivas. Afirmando así la teoría de Catell (1958) quien indica, la ansiedad es un estado cambiante en cuanto a su intensidad o por el contrario estable en su duración según sus experiencias. Infiriendo que los evaluados de esta investigación exhiben una ansiedad moderada con predisposición a una ansiedad alta ya que la ansiedad es un estado cambiante en su intensidad y al no confrontarla de manera adecuada las respuestas que manifiestan se volverían frecuentes produciéndose así una ansiedad rasgo siendo esta parte de su personalidad y conllevando a una evitación experiencial.

-En cuanto a la dimensión de Ansiedad Rasgo que de los 173 internos de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Peruana Los Andes Huancayo, 2021, 50 tienen un



nivel bajo de ansiedad rasgo, que representa un 29%, 111 tienen un nivel medio de ansiedad rasgo que representa el 65% y 12 tiene un nivel alto de ansiedad rasgo que presenta el 6%. Evidencia que más de la mitad los internos presentan nivel medio en ansiedad rasgo, con inclinación a un nivel alto en ansiedad rasgo. Valencia et al. (2017) en su tesis en Lima Metropolitana, encontró una relación en la baja actitud de solución de problemas y la auto culpa, resultando así que el evadir los pensamientos y emociones desagradables constituye a un predictor significativo de la ansiedad rasgo. Respaldado por la teoría de Catell y Scheier (1961) quien indica que la ansiedad rasgo es un estado de ansiedad cambiante de la personalidad. Siguiendo con Spielberger et al. (1970) la ansiedad rasgo refiere las diferencias específicas y estables del ser humano, estas se exteriorizan al percibir situaciones amenazantes e irán en aumento en su intensidad. Y por Hayes et. al (1996), quien expone que la evitación experiencial es un fenómeno que se evidencia al instante en que el individuo no manifiesta disposición a estar en contacto con sus experiencias, buscando su modificación o pretendiendo reemplazar dichos eventos desagradables. Deduciendo que los internos de la escuela profesional de psicología presentan una ansiedad rasgo siendo esta parte de su personalidad, con una predisposición a desarrollar un mecanismo de defensa inadecuado como es la evitación experiencial.

-De igual forma, en la dimensión Ansiedad Estado que de los 173 internos de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Peruana Los Andes Huancayo, 2021, 44 tienen un nivel bajo de ansiedad estado, que representa un 25%, 120 tienen un nivel medio de ansiedad estado que representa el 70% y 9 tienen un nivel alto de ansiedad estado que presenta el 5%. Los internos que son más de la mitad, se ubican en un nivel medio de ansiedad estado, por lo que presentan una posible tendencia a un nivel alto de ansiedad estado. Guevara (2020) en su investigación en Lima, indica una relación significativa entre sus variables de auto concepto y

ansiedad estado - rasgo nos expone que en cuanto a su dimensión de ansiedad estado que solo se relaciona de manera significativa con auto concepto intelectual, personal y control. Citando a Catell (1961) quien expone que la ansiedad estado como una situación emocional de poca duración y que se manifiesta de manera momentánea, respondiendo así de manera adecuada e inadecuada a momentos o situaciones de tensión. Determinando que los internos de la escuela profesional de psicología presentan una ansiedad estado, describe que los eventos que afrontan de manera circunstancial, manifiestan respuestas inadecuadas cambiantes que varían según su intensidad.

-Como también en la variable de evitación experiencial que de los 173 internos de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Peruana Los Andes Huancayo, 2021, 86 no presentan evitación experiencial, que representa el 49% y 87 presentan evitación experiencial, que representa el 51%. De igual forma Sanchez et al. (2021) en su investigación en Lima encontraron en la variable evitación experiencial un 40.3% de su muestra que se ubica de la mitad hacia arriba de la escala de evitación experiencial. Respalda la teoría de Hayes et al. (1996) quien nos dice que la evitación experiencial es un hecho que evidencian las personas al no mostrarse en contacto con sus pensamientos, recuerdos, situaciones, etc. Deduciendo que el mayor porcentaje de internos de la carrera profesional de psicología presentan supresión de eventos aversivos, lo que indica que manejan un inadecuado mecanismo de solución y afrontamiento de problemas, buscando modificar los eventos. o contextos que le parezcan desagradables ya sea reprimiéndolas, evitándolas o remplazándolas por otra conducta o emoción, llamándolo a esto evitación experiencial.

## CONCLUSIONES

- Se concluye que existe relación entre ansiedad y evitación experiencial en los internos de la escuela profesional de psicología de una universidad particular de Huancayo, 2021. Luego de cumplir con la evaluación los resultados se hallaron a través del estadístico Rho de Spearman el cual nos indica la relación con nivel significativo de 0,475 afirmando que se encuentra una correlación positiva media. Por lo cual rechaza la hipótesis nula y acepta la hipótesis general, Existiendo una relación significativa entre ansiedad y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021.

Existiendo así una relación positiva media significativa entre ansiedad y evitación experiencial en internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021. Mostrando así que los resultados obtenidos son congruentes con la teoría. Esto quiere decir que los internos de la escuela profesional de psicología presentan una ansiedad y una evitación experiencial, al evidenciar eventos como el miedo, tensión, frustración y al no entrar en contacto con estas emociones, generando una evitación experiencial.

- Se encontró una relación entre ansiedad rasgo y evitación experiencial en los internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021. Los resultados se hallaron a través del estadístico Rho de Spearman, arrojaron que existe relación entre ansiedad rasgo y evitación experiencial con un nivel de significancia de 0,385 afirmando que se encuentra una correlación positiva media. Rechazando la hipótesis nula y acepta la hipótesis específica. existiendo así una relación significativa entre ansiedad rasgo y evitación experiencial en internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021. Resultando así que los internos de la carrera profesional de psicología exhiben una ansiedad

rasgo que es variante en cuanto a los episodios que repercuten en la personalidad y la forma como lo afrontan conlleva a una evitación experiencial.

- Se encontró una relación entre ansiedad estado y evitación experiencial en los internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021. Los resultados se hallaron a través del estadístico Rho de Spearman obteniendo una relación significativa entre ansiedad estado y evitación experiencial con un grado de significancia de 0,252 afirmando que se encuentra una correlación positiva media Lo cual rechaza la hipótesis nula y acepta la hipótesis específica. existiendo así una relación significativa entre ansiedad estado y evitación experiencial en internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021. Este resultado señala que los internos de la carrera profesional de psicología tienen ansiedad estado que es una condición momentánea que se caracteriza por la presencia de tensión y aprensión, observado de manera consciente y el evento circunstancial como lo afronta genera una evitación experiencial.

- En la muestra de los internos de psicología se encontró un nivel moderado de ansiedad rasgo estado, por lo que es probable que manifiesten una ansiedad de nivel alto, refiere que la mayoría de los internos presentan una ansiedad que puede percibirse como transitoria y por otra parte se percibe como un rasgo propio de su personalidad.

-Así como también casi más de la mitad de los internos de psicología presentan evitación experiencial, deduciendo que los internos al no mostrar disposición a estar en interacción con sus experiencias buscan modificar los eventos. o contextos que le parezcan desagradables.

## RECOMENDACIONES

- Se recomienda publicar esta investigación en la escuela de psicología, con el objetivo de generar mayor interés en las variables de estudio y así contribuir en su familiarización, ya que no existe ninguna investigación en la provincia de Huancayo.

-Se recomienda exponer a los asesores de internado de la carrera profesional de psicología y estudiantes de la Universidad Peruana Los Andes, la aplicación de los instrumentos de la investigación, para su adecuada evaluación e intervención en relación a la identificación de la variable de evitación experiencial, ya que esta puede ser abordada por la terapia de Aceptación y Compromiso.

-Realizar estudios sobre la variable de Evitación Experiencial en las diferentes provincias del país y utilizar el Cuestionario de Aceptación y Acción – II (AAQ-II). Puesto que ayudará a identificar la evitación experiencial, y esta puede ser abordada por la terapia de Aceptación y Compromiso.

- Realizar una evaluación e intervención psicológica a los estudiantes que empiezan a realizar internado, para identificar la ansiedad y la evitación experiencial, así fomentar un adecuado manejo de solución de problemas y que no se vean afectados en su desempeño personal, académico y profesional.

-Realizar la evaluación de los instrumentos de manera presencial generando un vínculo empático entre el evaluado y el evaluador para poder tener un control de las necesidades que presentan los evaluados a la hora de desarrollar el instrumento.

- Promover estudios que establezcan relaciones causales entre la ansiedad y evitación experiencial, de manera que se compruebe cuál de las dos variables es un factor que determina la aparición de otra.

- Incentivar el desarrollo de estudios científicos donde se determine la medición de la variable personalidad en la relación entre la ansiedad y evitación experiencial.
- Realizar más investigaciones sobre la variable evitación experiencial, ya que cuenta con muy pocas investigaciones en el Perú así mismo en la provincia de Huancayo.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS (APA)

- America Psychological Association [APA] (2014). Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5. Madrid: *Medicas Panamericana*. de <https://www.apa.org/topics/anxiety/tratamiento>
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological review*.
- Cannon, W.B (1927 - 1931). The James-Lange's theory of emotion: a critical examination and an alteration. *American*. 106 - 124.
- Cano V. A. (1989). *Cognición, emoción y personalidad: Un estudio centrado en la ansiedad* Tesis doctoral Universidad Complutense de Madrid. *Dialnet*(142031) [dialnet.unirioja.es/ser?cvlet/tesisodigo=142031](https://dialnet.unirioja.es/ser?cvlet/tesisodigo=142031) .
- Carlson y Hatfield. (1992). La emoción desde el modelo biológico. *Revista Electronica de Motivacion y Emocion*, 6(3) <http://reme.uji.es/articulos/apalmf5821004103/texto.html>.
- Castillo, P. (2016). Ansiedad y Fuentes de Estrés Académico en Estudiantes de Carreras de la Salud. *Investigación en Educación Médica*(230-237). <https://doi.org/10.1016/j.riem.2016.03.001>
- Cattell, R.B. (1983). La naturaleza y medida de la ansiedad. *Estudios de Psicología*. 47-59 [.https://dialnet.unirioja.es](https://dialnet.unirioja.es).
- Cattell, R y Scheier, I. (1961). El significado y la medición del neuroticismo y la ansiedad. *Summa Psicológica UST*, 16(1), 42 - 50. <http://summapsicologica.cl/index.php/summa/announcement/view/6>
- Chua, P., y Dolan, R. (2000). The neurobiology of anxiety and anxiety-related. *The disorders*, 509-522. San Diego, C.A: Academic Press <https://doi.org/10.1016/B978-012481460-8/50023-8>.
- Clark, D. A., y Beck, A. T. (2010). Terapia Cognitiva para Trastornos de Ansiedad. *Desde Brouwer, A.S.* [https://www.srmcursos.com/archivos/arch\\_5847348cec977.pdf](https://www.srmcursos.com/archivos/arch_5847348cec977.pdf)
- Clark, D. A., y Beck, A. T. (2012). Terapia Cognitiva para Trastornos de Ansiedad. *Desde Brouwer, A.S.* [https://www.srmcursos.com/archivos/arch\\_5847348cec977.pdf](https://www.srmcursos.com/archivos/arch_5847348cec977.pdf)
- Cruz, G. D., Véliz, C. P. (12 de 4 de 2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *sciencedirect*, 5(20), 230-237. doi:<https://doi.org/10.1016/j.riem.2016.03.001>
- Cuevas, A. M., Dias, C., Velez, M. (2017). Incorporación del mindfulness en el aula: un estudio piloto con estudiantes universitarios. *Universitas Psychologica*, 16(4), 1-13. doi:<https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy16-4.imae>
- El Comercio. (28 de 09 de 2020). El Comercio. *Unos 174.000 estudiantes peruanos dejaron la universidad en lo que va del 2020*. <https://elcomercio.pe/lima/sucesos/unos-174000-estudiantes-peruanos-dejaron-la-universidad-en-lo-que-va-del-2020-noticia/?f>
- Freud, S. (1917). La Angustia en S. Freud. 357 - 354. Buenos Aires: *Amorrortu* <https://bibliopsi.org/docs/freud/16%20-%20Tomo%20XVI.pdf>.
- Freud, S. (1926). 71 - 161. Buenos Aires: *Amorrortu*. <https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>

- González-Santos, B. J. Puertas-Cortez D. X y Ramirez, N. (2020). Relación entre el uso problemático de Facebook y la evitación experiencial en jóvenes colombianos [Tesis de pregrado Universidad de Ibagué]. *Psicología Desde El Caribe*, 83(3).  
<https://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/13465>
- Guevara C. K., Rodas V. N. M. y Varas L. R. P. (2020). Relación entre autoconcepto y ansiedad estado-rasgo en universitarios peruanos. *Revista De Investigación En Psicología*, 22(2), 251–264.  
<https://doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17425>
- Guillén Chávez, L. (2018). Evitación Experiencial y Ansiedad en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana. [Tesis de Pre Grado Universidad Ricardo Palma, Lima, Perú]  
<http://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/1610>.
- Hayes SC, W. K. (Diciembre de 1996). Experimental avoidance and behavioral disorders: a functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *J Consult Clin Psycho*, 64(6), 1152–68. doi:doi: 10.1037//0022-006x.64.6.1152. PMID: 8991302.
- Hayes, S. C. (1999). . Acceptance and Commitment Therapy:. *Guilford Press*.
- Hayes, S. C. (2001). Relational Fratrie Theory. A post skinnerian account of human language and cognition. *Amazon.com*
- Hayes, S.C y Strosahl, K.D (2004). Una guía práctica para la Terapia de Aceptación y Compromiso . Nueva York: *Springer-Verlag*.
- Hernandez, F. C. (2014). *Metodología de la investigación*. Mexico : McGRAW-HILL / Interamericana Editores, S.A. de C.V.
- James, W. (1884 - 1890). The principles of psychology. New York.  
[https://biblioteca.uam.es/psicologia/exposiciones/james/documentos/Cartela%20A5\\_teoriaemociones.pdf](https://biblioteca.uam.es/psicologia/exposiciones/james/documentos/Cartela%20A5_teoriaemociones.pdf)
- Karekla, M. Y. (2011)). Coping and experiential avoidance: Unique or overlapping constructs? *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 42 (2)( 163-170).  
 doi:doi:10.1016/j.jbtep.2010.10.002
- Lange, C. (1885). *Omsindsbevaegelser: Et psyko-fysiologisk studie*. Copenhagen, Dinamarca, Jacob Lunds.  
[https://biblioteca.uam.es/psicologia/exposiciones/james/documentos/Cartela%20A5\\_teoriaemociones.pdf](https://biblioteca.uam.es/psicologia/exposiciones/james/documentos/Cartela%20A5_teoriaemociones.pdf)
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. Barcelona: Martínez Roca.  
<https://www.redalyc.org/pdf/2972/297224996002.pdf>.
- Luciano, C. R. (2004). A proposal for synthesizing verbal contexts in Experiential Avoidance Disorder and Acceptance and Commitment Therapy. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 4(1), 377- 394.
- Mellalieu, S.D. y Hanton, S. (Eds.). (2009). A competitive anxiety review: Recent directions in sport psychology research. Hauppauge, NY: Nova Science. *SciELO Analytics*.  
<https://scielo.isciii.es/scielo.php>



- Mellalieu, S.D., Neil, R., Hanton, S. y Fletcher, D. (2009). Competition stress in sport performers: Stressors experienced in the competition environment. *Journal of Sports Sciences*, 27, 729-744 *SciELO Analytics*. <https://scielo.isciii.es/scielo.php>
- Menéndez Aller, Á. (18 de 01 de 2021). Evitación Experiencial, Personalidad, Inteligencia Emocional, Depresión, Ansiedad y Humor. *Repositorio Institucional de la Universidad de Oviedo*. <https://digibuo.uniovi.es/dspace/handle/10651/60328?show=full>
- Ministerio de Salud [MINSA]. (enero-mayo de 2021). Perú Ministerio De Salud . *Perú Ministerio De Salud* : <https://www.minsa.gob.pe/salud-mental/>
- Organizacion Mundial de la Salud (OMS/OPS). (2017). Depresion y otros Transtornos Mentales Comunes.Estimaciones Sanitarias Mundiales. *Organizacion Mundial de la Salud* . <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34006/PAHONMH17005-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Papalia, D yWendkos-Olds, S. (1988). Psicología. *McGraw-Hill*. Mexico D.F.
- Patrón, E.F. (2010). La evitación experiencial y su medición por medio de AAQ-II. *Enseñanza e investigación en psicología*. vol 15( N° 1) <https://www.redalyc.org/pdf/292/29213133001.pdf>
- Pons, D. (1994). Un estudio sobre la relación entre ansiedad y rendimiento en jugadores de golf. *SciELO Analytics*. Tesis doctoral sin publicar. Universidad de Valencia. <https://scielo.isciii.es/scielo.php>
- Real Academia Española. (2020). <https://dle.rae.es/ansiedad?m=form>
- Real Academia Española. (30 de octubre de 2021). Real Academia Española . *Real Academia Española* : <https://dle.rae.es/contenido/cita>
- Rodríguez, M. (2009). Factores psicosociales de riesgo laboral:¿nuevos tiempos, nuevos riesgos? *Observatorio laboral Revista Venezolana*, vol. 2(N° 3), 127 - 141. <http://servicio.bc.uc.edu.ve/faces/revista/lainet/lainetv2n3/v2n3-6.pdf>
- Roman Nalvarte, D. A. (2021). Ansiedad y Evitación Experiencial en estudiantes de Psicología de una Universidad Estatal de Lima Metropolitana.[Tesis de Pre Grado. Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú] <https://hdl.handle.net/20.500.12672/16320>.
- Sanabria-Ferrand, P.A y Pino Robledo, S. (2017). Relaciones entre la presencia de evitación experiencial y el nivel de actividad física de. *Revista de Psicología del Deporte*, 28(2), 119-122. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=235152048015>
- Sanches Carlessi H. y Reyes Meza C. (2015). *Metodología y Diseños de la Investigacion Cientifica*. Perú: Vision Universitaria. [www/psicopedagogiaperu.com](http://www/psicopedagogiaperu.com)
- Sanchez Carlessi, H. H. (2021). Indicadores de Ansiedad, Depresion, Somatizacion y Evitacion Experiencial en Estudiantes Universitarios del Peru en Cuarentena por Covid 19. *SciELO Perú* 21 (2) .
- Sánchez, H. R. (2018). Manual de terminos en investigación. ©*Universidad Ricardo Palma*.
- Spielberger, C. D. (1966). *Anxiety and Behavior* (Vol. 1). Academic Press Inc. [https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=45pGBQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA3&ots=C4\\_kPRsva2&sig=eMyPxXKh\\_gr0e8MW4hy-q92FI2o&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=45pGBQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA3&ots=C4_kPRsva2&sig=eMyPxXKh_gr0e8MW4hy-q92FI2o&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)

- Spielberger, Gorsuch, y Lushene. (1970). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto.
- Supo, C. J. (2012). *Seminarios de Investigación Científica*. Metodología de la investigación.34 .
- Universidad Peruana Los Andes. (.2019). *Reglamento General De Investigación De La Universidad Peruana Los Andes*. Huancayo, Junin , Perú.
- Valencia, P., Paz, J., Paredes,E., León, M., Zuñe, C. F., Portal, R.,Murillo, L. (2017). Evitacion experiencial, afrontamiento y ansiedad en estudiantes de una universidad publica de Lima Metropolitana [Tesis de pregrado Universidad Nacional Mayor de San Marcos ]. *Dialnet*, 3(1), 45 - 58. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5961159>
- Wadey, R. y Hanton, S. (2008). Basic psychological skills usage and competitive anxiety responses: perceived underlying mechanisms. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 79, 363-373. *SciELO Analytics*.  
[https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_nlinks&ref=1571026&pid=S1578-8423201200020000200046&lng=es](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=1571026&pid=S1578-8423201200020000200046&lng=es).
- Wenzlaff, R. M. (1991). The role of thought suppression in the bonding of thought and mood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 500–508. doi: 10.1037/0022-3514.60.4.500
- Wilson, K.G yLuciano ,M.C. (2002). *Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT).Un tratamiento conductual orientado a los valores* Madrid: Pirámide .

## ANEXOS

### ANEXO 01: Matriz de consistencia

Título: “ANSIEDAD Y EVITACIÓN EXPERIENCIAL EN INTERNOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR DE HUANCAYO, 2021”

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLE	METODOLOGIA
<p>¿Cuál es la relación entre ansiedad y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo-2021?</p> <p><b>Problemas Específicos:</b></p> <p>-¿Cuál es la relación entre ansiedad estado y evitación experiencial en internos de la escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo-2021.</p> <p>-¿Cuál es la relación entre ansiedad estado y evitación experiencial</p>	<p><b>Objetivo general:</b></p> <p>Determinar la relación entre ansiedad y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo-2021.</p> <p><b>Objetivos específicos:</b></p> <p>-Determinar la relación entre ansiedad rasgo y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad</p>	<p><b>Hipótesis General</b></p> <p>H1: Existe una relación significativa entre Ansiedad y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021.</p> <p>H2: No existe una relación significativa entre Ansiedad y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021</p> <p><b>Hipótesis específica</b></p> <p>H1.1: Existe una relación significativa entre ansiedad rasgo y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021.</p> <p>H2.1: No existe una relación significativa entre ansiedad rasgo y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021</p> <p>H1.2: Existe una relación significativa entre ansiedad estado y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021.</p>	<p>ANSIEDAD:</p> <p>ANSIEDAD ESTADO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tensión</li> <li>• Nerviosismo</li> <li>• Preocupación</li> <li>• Aprensión</li> </ul> <p>ANSIEDAD RASGO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tensión Transitorio</li> <li>• Aprensión Transitorio</li> <li>• Nerviosismo Transitorio</li> <li>• Preocupación Transitorio</li> <li>• Transitorio</li> </ul> <p>EVITACIÓN EXPERIENCIAL</p>	<p>Tipo de investigación: Básica - Pura</p> <p>Nivel de investigación: relacional.</p> <p>Diseño de investigación: No Experimental</p> <div style="text-align: center;"> <pre> graph TD     M --&gt; OX     M --&gt; OY     OX &lt;--&gt;  r  OY             </pre> </div> <p>M = Muestra (173 Internos de Psicología de una Universidad Privada en Huancayo)</p> <p>Ox = Observación Variable 1 (ansiedad)</p> <p>Oy = Observación variable 2 (Evitación experiencial)</p> <p>r = Relación entre ambas variables.</p> <p>Población: La población conforma 173 Internos de la</p>

<p><b>en internos de la escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo-2021.</b></p>	<p>Particular de Huancayo-2021.</p> <p>-Determinar la relación entre ansiedad estado y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo-2021</p>	<p>H2.1: No existe una relación significativa entre ansiedad estado y evitación experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021.</p>		<p>Carrera Profesional de Psicología  Muestra: 173 Internos de la Carrera de Psicología de los últimos ciclos.  Tipo de Muestra: No probabilístico intencional  Instrumento:  Cuestionario de Aceptación y Acción-II (AAQ-II)  Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE)</p> <p>Técnica de Procesamiento de datos: SPSS, EXCEL 2013.</p>
---	--	---	--	--



ANEXO 03: Matriz de Operacionalización del Instrumento

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMES	ESCALA VALORATIVA	ESCALA DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO
ANSIEDAD	Ansiedad Estado	Ansiedad Estado	1. Me siento tranquilo. 2. Me siento seguro. 3. Estoy tenso. 4. Estoy fastidiado (molesto o enojado). 5. Estoy a gusto. 6. Me siento alterado. 7. Tengo ahora un problema que me preocupa.	(1) No en lo absoluto.  (2) Un poco.  (3) Bastante.  (4) Mucho.	Likert	INVENTARIO DE ANSIEDAD RASGO – ESTADO (IDARE)  State-Trait Anxiety Inventory
	Ansiedad Rasgo	Ansiedad Rasgo	8. Me siento aliviado 9. Me siento intranquilo. 10. Me siento cómodo. 11. Me siento con confianza en mi mismo. 12. Me siento nervioso. 13. Me siento agitado. 14. Me siento “a punto de reventar”. 15. Me siento reposado. 16. Me siento satisfecho. 17. Me siento preocupado. 18. Me siento alterado y muy confundido. 19. Me siento alegre. 20. Me siento bien. 21. Me siento bien. 22. Me canso rápidamente. 23. Siento ganas de llorar. 24. Me gustaría ser tan feliz como otros. 25. Pierdo oportunidades por no decidirme pronto. 26. Me siento descansado. 27. Soy una persona tranquila, serena y sosegada.			

			<p>28. Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas.</p> <p>29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.</p> <p>30. Soy feliz.</p> <p>31. Suelo tomar las cosas demasiado seriamente.</p> <p>32. Me falta confianza en mí mismo.</p> <p>33. Me siento seguro.</p> <p>34. No suelo afrontar las crisis o dificultades.</p> <p>35. Me siento triste (melancólico).</p> <p>36. Estoy satisfecho.</p> <p>37. Me rondan y molestan pensamientos sin importancia.</p> <p>38. Me afectan tanto los engaños que no puedo olvidarlos.</p> <p>39. Soy una persona estable.</p> <p>40. Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales, me pongo tenso y agitado.</p>			
--	--	--	--	--	--	--

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA VALORATIVA	ESCALA DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO
EVITACION EXPERIENCIAL	(unidimensional)	El instrumento no presenta indicadores	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Puedo recordar algo desagradable sin que esto me cause molestias.</li> <li>2. Mis recuerdos y experiencias dolorosas me dificultan vivir una vida que pudiera valorar.</li> <li>3. Evito o escapo de mis sentimientos.</li> <li>4. Me preocupa no poder controlar mis sentimientos y preocupaciones.</li> <li>5. Mis recuerdos dolorosos me impiden tener una vida plena.</li> <li>6. Mantengo el control de mi vida.</li> <li>7. Mis emociones me causan problemas en la vida.</li> <li>8. Me parece que la mayoría de la gente maneja su vida mejor que yo</li> <li>9. Mis preocupaciones obstaculizan mi superación.</li> <li>10. Disfruto mi vida a pesar de mis pensamientos y sentimientos desagradables.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>(1) Completamente falso.</li> <li>(2) Rara vez cierto.</li> <li>(3) Algunas veces cierto.</li> <li>(4) A veces cierto.</li> <li>(5) Frecuentemente cierto.</li> <li>(6) Casi siempre cierto.</li> <li>(7) Completamente cierto.</li> </ol>	Dicotómica	<p>CUESTIONARIO DE ACEPTACION Y ACCION – II (AAQ-II)</p> <p>Acceptance and Action Questionnaire - II</p>



## ANEXO 04: Instrumentos de investigación y constancia de su aplicación

### INVENTARIO DE ANSIEDAD RASGO – ESTADO (IDARE)

State-Trait Anxiety Inventory

Autores Originales: R. Gorsuch, R. Lushene y Ch. Spielberger

Autores de la Prueba Adaptada: Anchante M., Rojas R. y Flores.

País: Estados Unidos (país de origen)

País: Perú (adaptación)

Años de adaptación: 1993 - 1997 - 1999

Objetivo: Evaluar la ansiedad rasgo - estado

Forma de aplicación: Individual y colectiva

Duración de la prueba: Sin límite de tiempo

Ámbito de la prueba: Alumnos de secundaria, universitarios y adultos.

Escala de evaluación: Likert

Total, de Ítems: 40 ítems (20 ansiedad - rasgo y 20 ansiedad - estado)

Dimensiones: Ansiedad rasgo y ansiedad - estado.

Aplicación: Para su aplicación, primero se entrega la Escala de Ansiedad estado - rasgo, luego se pasa a dar las instrucciones y se dice lo siguiente: Lee cada frase y marque con una (x) el número que indique cómo se siente ahora mismo. Luego, se

les dice que tome en cuenta la escala de calificación del 1 al 4, donde el 1 significa No en lo absoluto; el 2, Un poco; el 3, Bastante; y el 4, Mucho. Después, se da las instrucciones de la Escala de Ansiedad Rasgo, de la siguiente manera: Algunas expresiones que la gente usa para describirse abajo. Lee cada frase y marque con una (X) que indique cómo se siente generalmente. No hay respuestas buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa cómo se siente generalmente. Además, se les pide que tomen en consideración los puntajes que van del 1 al 4, en el que el 1 significa Casi nunca; el 2, Algunas veces; el 3, Frecuentemente; y el 4, Casi siempre

Corrección: El primer paso a realizar es sumar las calificaciones obtenidas de los reactivos con puntaje directo. El segundo paso es restar la suma de las calificaciones de los ítems inversos. Luego, se le añade la constante que es 50 a ambas escalas, dando como respuesta las calificaciones de las escalas de Ansiedad Estado y Ansiedad Rasgo

Validez: Coeficientes de correlación superiores al criterio de 0.20, razón por la cual todos los ítems fueron aceptados y considerados como coeficiente Alfa de Cronbach, con un puntaje de 0.91 para la escala A- Estado y de 0.83 para la escala A- Rasgo.

Confiabilidad: Se encontró una confiabilidad interna a través del coeficiente alfa de cronbach de 0.92 para la escala A- Estado y de 0.87 para la escala A- Rasgo.

ANEXO 05: Confiabilidad y validez del instrumento

**INVENTARIO DE ANSIEDAD ESTADO – RASGO (IDARE)**

**Tabla 1**

*Confiabilidad del Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE)*

		N	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido	0	,0
Total		20	100,0

Nota: Confiabilidad del Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE)

**Tabla 2**

*Estadística de Fiabilidad del Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE)*

Alfa de Cronbach	N de elementos
,756	40

Nota: Estadística de Fiabilidad del Inventario de Ansiedad estado – rasgo (IDARE)

Confiabilidad: El índice de confiabilidad es 0.756, encontrándose dentro de los valores de un coeficiente de confiabilidad aceptable.

Validez

**Tabla 3**

*Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE)*

	OBJETIVO	CLARIDAD	ORDEN	COHERENCIA	PROPOSITO	ADECUADO
V DE AIKEN POR CRITERIO	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
V DE AIKEN DE TEST				1.00		

Nota: Validez de Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE)

De acuerdo a la validez del Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE). La V de Aiken es de 1.00 por lo que hay una validez de contenido perfecto del inventario. Concluyendo así que existe una aceptación y validez por parte de los tres jueces.

**CUESTIONARIO DE ACEPTACION Y COMPROMISO – II (AAQ-II)**

Confiabilidad

**Tabla 4**

*Confiabilidad del Cuestionario de Aceptación y Acción – II (AAQ-II)*

		N	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido	0	,0
	Total	20	100,0

Nota: Validez del Cuestionario de Aceptación y Acción – II (AAQ-II)

**Tabla 5**

*Estadística de Fiabilidad del Cuestionario de Aceptación y Acción – II (AAQ-II)*

Alfa de Cronbach	N de elementos
,764	10

Nota: Estadística de Fiabilidad del Cuestionario de Aceptación y Acción – II (AAQ-II)

Confiabilidad: El índice de confiabilidad es 0.764, encontrándose dentro de los valores de un coeficiente de confiabilidad fuerte, ubicado dentro del rango de 0,76 a 0,89.

Validez

**Tabla 6**

*Cuestionario de Aceptación y Acción – II (AAQ-II)*

	OBJETIVO	CLARIDAD	ORDEN	COHERENCIA	PROPOSITO	ADECUADO
V DE AIKEN POR CRITERIO	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
V DE AIKEN DE TEST			1.00			

Nota: Validez del Cuestionario de Aceptación y Acción – II (AAQ-II)

De acuerdo a la validez del Cuestionario de Aceptación y Acción – II (AAQ-II). La V de Aiken es de 1.00 por lo que hay una validez de contenido perfecto del inventario. Concluyendo así que existe una aceptación y validez por parte de los tres jueces.

## Juicio de Expertos

Expertos	Psc. Yanina Rocío Catay Gamboa	Mg. Nilton David Vílchez Galarza	Mg. Patricia R. Puma Chacón
Inventario de Ansiedad: Rasgo – Estado (IDARE)	Adecuado	Adecuado	Adecuado
Cuestionario de Aceptación y Acción – II (AAQ-III)	Adecuado	Adecuado	Adecuado

Habiendo descrito ambos instrumentos para obtener la validación se determina que ambos instrumentos se sometieron a la validación por juicio de expertos. Así mismo para obtener la confiabilidad de los instrumentos se realizó la medida de consistencia interna denominada alfa de Cronbach.

## INVENTARIO DE ANSIEDAD: RASGO - ESTADO (IDARE)

Fecha de aplicación:..... Grado de instrucción:.....

INSTRUCCIONES: A continuación, le presentamos algunas frases que la gente usa para describirse a sí mismo. Lea cada frase y marque con una "X" dentro del casillero que corresponde al número que mejor describa **cómo se siente usted ahora mismo, es decir, en este momento**. No hay respuestas correctas ni incorrectas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa **cómo se siente ahora**.

Los números significan lo siguiente:

1 = No en absoluto    2 = Un poco    3 = Bastante    4=Mucho

SXE. ESCALA ANSIEDAD DE ESTADO

FRASES	1 No en absoluto	2 Un poco	3 Bastante	4 Mucho
1. Me siento tranquilo				
2. Me siento seguro				
3. Estoy tenso				
4. Estoy fastidiado (molesto, enojado)				
5. Estoy a gusto				
6. Me siento alterado				
7. Tengo ahora un problema que me preocupa				
8. Me siento aliviado				
9. Me siento intranquilo				
10. Me siento cómodo				
11. Me siento con confianza en mí mismo				
12. Me siento nervioso				
13. Me siento agitado				
14. Me siento "a punto de reventar"				
15. Me siento reposado				
16. Me siento satisfecho				
17. Me siento preocupado				
18. Me siento alterado y muy confundido				
19. Me siento alegre				
20. Me siento bien				

## INVENTARIO DE ANSIEDAD: RASGO - ESTADO (IDARE)

Fecha de aplicación:.....

INSTRUCCIONES: A continuación, le presentamos algunas frases que la gente usa para describirse a sí mismo. Lea cada frase y marque con una "X" dentro del casillero que corresponde al número que mejor describa **cómo se siente usted ahora mismo, es decir, en este momento**. No hay respuestas correctas ni incorrectas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa **cómo se siente ahora**.

Los números significan lo siguiente:

1 = No en absoluto    2 = Un poco    3 = Bastante    4 = Mucho

SXR. ESCALA ANSIEDAD DE RASGO

FRASES	1 No en absoluto	2 Un poco	3 Bastante	4 Mucho
21. Me siento bien				
22. Me canso rápidamente				
23. Siento ganas de llorar				
24. Me gustaría ser tan feliz como otros				
25. Pierdo oportunidades por no decidirme Pronto				
26. Me siento descansado				
27. Soy una persona tranquila, serena y sosegada				
28. Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas				
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia				
30. Soy feliz				



31. Suelo tomar las cosas demasiado seriamente				
32. Me falta confianza en sí mismo				
33. Me siento seguro				
34. No suelo afrontar las crisis o dificultades				
35. Me siento triste (melancólico)				
36. Estoy satisfecho				
37. Me rondan y molestan pensamientos sin importancia				
38. Me afectan tanto los desengaños que no puedo olvidarlos				
39. Soy una persona estable				
40. Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales, me pongo tenso y agitado				

## **CUESTIONARIO DE ACEPTACIÓN Y ACCIÓN - II (AAQ - II)**

Acceptance and Action Questionnaire - II

Autores Originales: F.W. Bond; S.C. Hayes, R.A. Baer; K.M. Carpenter, H.K.

Orcutt, T. Waltz y R.D. Zettle

Autores de la Prueba Adaptada: Cárdenas Reyes L.A, Preciado Sal y Rosas M.A

País: Perú (adaptación)

Año: 2020

Objetivo: Evaluación de la evitación experiencial.

Forma de aplicación: Individual y colectiva

Duración de la prueba: 10 minutos

Ámbito de aplicación: Personas de 18 a 61 años

Escala de Evaluación: Dicotómica

Total, de Ítems: 10 ítems

Dimensiones: Evitación Experiencial

Aplicación: En lo que respecta a la aplicación del Cuestionario de Aceptación y Acción-II, primero, se entrega el cuestionario en mención. Luego, se dicta las instrucciones, de la siguiente manera: A continuación, se encontrará una lista de

frases. Por favor indique qué tan cierta es cada una para usted marcando con una (X) el número que le parezca adecuado de la escala que se encuentra a la derecha de cada frase. No hay respuestas buenas o malas, ni preguntas con truco. Asegúrese de contestar todas las frases.

Corrección: Su forma de calificación en cada ítem es por medio de una escala que va desde el 1 que significa que la frase es completamente falso; el 2 que refiere que la frase rara vez es cierta; el 3 que quiere decir que la frase algunas veces es cierta; el 4 implica que la frase a veces es cierta; el 5 significa que la frase es frecuentemente cierta; el 6 hace referencia que la frase es casi siempre cierta y el 7, que indica que la frase en cuestión es completamente cierta. Finalmente, el puntaje mínimo que se puede obtener en el cuestionario es 7 y el puntaje máximo es 70.

Validez: se obtuvo de resultado 0.0698 el cual se considera adecuado.

Confiabilidad: Se obtuvo un coeficiente  $\alpha$  y  $\omega = .940$  para ambos y un promedio de cargas factoriales de 0.8314.

## CUESTIONARIO DE ACEPTACIÓN Y ACCION II

A continuación, encontrará una lista de frases. Por favor indique qué tan cierta es cada una para usted marcando con una (x) el número que le parezca adecuado de la escala que se encuentra a la derecha de cada frase, no hay respuestas ni buenas ni malas ni preguntas con truco. Asegúrese de contestar todas las frases.

Use como referencial la siguiente escala para hacer su elección:

1	2	3	4	5	6	7
Completamente falso	Rara vez cierto	Algunas veces cierto	A veces cierto	Frecuentemente cierto	Casi siempre cierto	Completamente cierto

1. Puedo recordar algo desagradable sin que esto me cause molestia.	1	2	3	4	5	6	7
2. Mis recuerdos y experiencias dolorosas me dificultan vivir una vida que pudiera valorar.	1	2	3	4	5	6	7
3. Evito o escapo de mis sentimientos.	1	2	3	4	5	6	7
4. Me preocupa no poder controlar mis sentimientos y emociones.	1	2	3	4	5	6	7
5. Mis recuerdos dolorosos me impiden tener una vida plena.	1	2	3	4	5	6	7
6. Mantengo el control de mi vida.	1	2	3	4	5	6	7
7. Mis emociones me causan problemas en la vida.	1	2	3	4	5	6	7
8. Me parece que la gente maneja su vida mejor que yo.	1	2	3	4	5	6	7
9. Mis preocupaciones obstaculizan mi superación.	1	2	3	4	5	6	7
10. Disfruto mi vida a pesar de mis pensamientos y sentimientos desagradables.	1	2	3	4	5	6	7

# Constancia

Juicio de experto

Yo, Patricia R. Puma Chacón, con Documento Nacional de Identidad N° 41014425 certifico que realicé el juicio de experto del instrumento INVENTARIO DE ANSIEDAD RASGO – ESTADO (IDARE) , visto, cuyos responsables son los investigadores Thalia Morelia De la Cruz Cuba con DNI N° 77334073 y Patricia Mallqui Segura con DNI N° 47665630, quienes solicitan el apoyo a fin de realizar la investigación: ANSIEDAD Y EVITACION EXPERIENCIAL EN INTERNOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR DE HUANCAYO, 2021. En la provincia de Huancayo 2021.

Huancayo, 06 de octubre del 2021

  
Mg. Patricia R. Puma Chacón  
PSICOLOGA  
C. Ps. P. 12101

Firma

Nombre y Apellidos: Patricia R. Puma Chacón  
DNI N° 41014425

CRITERIO DE JUECES

NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO : Patricia R. Puma Chacón  
TÍTULO PROFESIONAL : Psicóloga  
GRADO OBTENIDO (PREGRADO) : Psicóloga  
CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN: Universidad Nacional de San Martín  
GRADO OBTENIDO (POSGRADO) : Magister  
CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN: Universidad César Vallejo  
ESPECIALIDAD : Psicología Educativa  
AÑOS DE EXPERIENCIA : 15 años  
INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA : I.E. PSE Ramiro Vilaverde  
CARGO LABORAL/ RESPONSABLE : Encargada de la Psicopedagógica  
TRABAJOS PUBLICADOS :  
OTROS MERITOS :

EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO  
"INVENTARIO DE ANSIEDAD RASGO - ESTADO (IDARE)"

ADECUADO 1  MEDIANAMENTE ADECUADO 2  INADECUADO 3

OBSERVACIONES:.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Huancayo, 06 de octubre del 2021

  
Ma. Patricia R. Puma Chacón  
psicóloga  
C.Ps.P. 12101

Finna  
Nombre y Apellidos: Patricia R. Puma Chacón  
DNI N° 41014925

**JUICIO DE EXPERTOS**

Experto: Patricia R. Poma Chacon Profesion: Psicología Educativa Cargo: Psicóloga Región: Sur

**INSTRUCCIONES:**

A continuación, usted tiene columnas enumeradas por cuadros para evaluar cada una de las preguntas del Instrumento "INVENTARIO DE ANSIEDAD RASGO - ESTADO (IDARE)", respectivamente en seis columnas con criterios diferentes:

Marque en el espacio en blanco para cada pregunta con un check (✓) si no lo encuentra ningún objeción, o una (X) si tiene que modificarse en ese aspecto la pregunta.

La modificación de algunos términos o agregados que deba realizarse podrá ser detallada en la columna de observaciones o al final.

Por favor utilice letra legible y sea ordenado, a fin de hacer más fácil la interpretación del mismo.

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO: INVENTARIO DE ANSIEDAD RASGO - ESTADO (IDARE)**

N° ITEMS	JUICIO						OBSERVACIONES Y/O MODIFICACIONES
	¿Esta pregunta permitirá alcanzar el objetivo planteado en el estudio?	¿La pregunta está formulada en forma clara y precisa?	¿El orden de esa pregunta es adecuado?	¿La redacción es entendible o coherente con el propósito del estudio?	¿El contenido corresponde con el propósito del estudio?	¿El vocabulario de esta pregunta es el adecuado?	
<b>DIMENSION 1: ESTADO</b>							
<b>ITEMS</b>							
01°	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
02°	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
03°	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
04°	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
05°	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
06°	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
07°	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
08°	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
09°	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
10°	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
11°	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
12°	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
13°	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
14°	✓	✓	✓	✓	✓	✓	





32°	¿Me siento seguro?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
34°	¿No suelo afrontar las crisis o dificultades?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
35°	¿Me siento triste (melancólico)?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
36°	¿Estoy satisfecho?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
37°	¿Me rondan y molestan pensamientos sin importancia?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
38°	¿Me afectan tanto los desengaños que no puedo olvidarlos?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
39°	¿Soy una persona estable?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
40°	¿Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones acenables, me pongan tenso y agitado?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

OTROS APORTES QUE CONSIDERA PUEDE SER VALIOSO PARA LA INVESTIGACIÓN (formulación de preguntas, alguna dimensión no ha sido considerada en el instrumento y que es de relevancia para ser considerado, otros):



Firma  
Nombre y Apellidos: Aracely R. Perea Chacón  
DNI N° 410149115

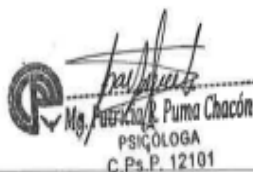
Huancayo, 06 de octubre del 2021

# Constancia

Juicio de experto

Yo, Patricia R. Puma Chacón, con Documento Nacional de Identidad N° 41014425 certifico que realicé el juicio de experto del instrumento "CUESTIONARIO DE ACEPTACIÓN Y ACCIÓN -II (AAQ-II)", visto, cuyos responsables son los investigadores Thalia Morelia De la Cruz Cuba con DNI N° 77334073 y Patricia Mallqui Segura con DNI N° 47665630, quienes solicitan el apoyo a fin de realizar la investigación: ANSIEDAD Y EVITACION EXPERIENCIAL EN INTERNOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR DE HUANCAYO, 2021. En la provincia de Huancayo 2021.

Huancayo, 06 de octubre del 2021

  
Mo. Patricia R. Puma Chacón  
PSICÓLOGA  
C.Ps.P. 12101

Firma

Nombre y Apellidos: Patricia R. Puma Chacón  
DNI N° 41014425



CRITERIO DE JUECES

NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO : Patricia R. Puma Chacón  
TÍTULO PROFESIONAL : Psicóloga  
GRADO OBTENIDO (PREGRADO) : Psicóloga  
CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN: Universidad Nacional de San Agustín  
GRADO OBTENIDO (POSGRADO) : Magister  
CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN: Universidad César Vallejo  
ESPECIALIDAD : Psicología Educativa  
AÑOS DE EXPERIENCIA : 15 años  
INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA : I.E. PNP Ramona Villavieja  
CARGO LABORAL/ RESPONSABLE : Enseñante Data Psicológica  
TRABAJO:S PUBLICADOS :  
OTROS MERITOS :

EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO  
"CUESTIONARIO DE ACEPTACIÓN Y ACCIÓN -II(AAQ-II)"

ADECUADO 1  MEDIANAMENTE ADECUADO 2  INADECUADO 3

OBSERVACIONES:.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Huancayo, 06 de octubre del 2021

  
Mg. Patricia R. Puma Chacón  
PSICÓLOGA  
C.Ps.P. 12101

Firma  
Nombre y Apellidos: Patricia R. Puma Chacón  
DNI N° 41014425

JUICIO DE EXPERTOS

Experto: Patricia R. Puma Chacón Profesión: Psicóloga Forense Cargo: Psicóloga Región: Jurón

**INSTRUCCIONES:**

A continuación, usted tiene columnas enumeradas por cuadros para evaluar cada una de las preguntas del Instrumento "CUESTIONARIO DE ACEPTACIÓN Y ACCIÓN-II (AAQ-II)", respectivamente en seis columnas con criterios diferentes:

Marque en el espacio en blanco para cada pregunta con un check (✓) si no le encuentra ninguna objeción, o una (X) si tiene que modificarse en ese aspecto la pregunta.

La modificación de algunos términos o agregados que deba realizarse podrá ser detallada en la columna de observaciones o al final.

Por favor utilice letra legible y sea ordenado, a fin de hacer más fácil la interpretación del mismo.

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO: CUESTIONARIO DE ACEPTACIÓN Y ACCIÓN -II (AAQ-II)**

N°	ITEMS	JUICIO						OBSERVACIONES Y/O SUGERENCIAS
		¿Esta pregunta permitirá alcanzar el objetivo planteado en el estudio?	¿La pregunta está formulada en formas claras y precisas?	¿El contenido de la pregunta es adecuado?	¿La redacción es entendible o coherente con el propósito del estudio?	¿El contenido comprende con el propósito del estudio?	¿El vocabulario de esta pregunta es el adecuado?	
1	<b>DIMENSIÓN I: EVITACIÓN EXPERIENCIAL</b>							
	<b>PREGUNTAS</b>							
01°	Puedo recordar algo desagradable sin que esto me cause molestia.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
02°	Mis recuerdos y experiencias dolorosas me dificultan vivir una vida que pudiera valorar.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
03°	Evito o escapo de mis sentimientos.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
04°	Me preocupa no poder controlar mis sentimientos y emociones.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	

05°	Mis recuerdos dolorosos me impiden tener una vida plena.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
06°	Mantengo el control de mi vida.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
07°	Mis emociones me causan problemas en la vida.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
08°	Me parece que la gente maneja su vida mejor que yo.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
09°	Mis preocupaciones obstaculizan mi superación.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
10°	Disfruto mi vida a pesar de mis pensamientos y sentimientos desagradables.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

OTROS APORTES QUE CONSIDERA PUEDE SER VALIOSO PARA LA INVESTIGACIÓN (formulaciones de preguntas, alguna dimensión no ha sido considerada en el instrumento y que es de relevancia para ser considerado, otros):

\_\_\_\_\_

Huancayo, 06 de octubre del 2021



Nombre y Apellidos: Dalysia R. Rivera Chacón  
 DNI N°: 51015525

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

Huancayo, 09 de octubre del 2021

Estimado (a) señor (a) (rita):

PS. NILTON DAVID, VILCHEZ GALARZA

Presente.

Le saludo cordialmente y a la vez solicito su valiosa colaboración en la revisión del instrumento anexo, el cual tiene como objetivo recolectar datos necesarios para el desarrollo de nuestra investigación titulada “ANSIEDAD Y EVITACIÓN EXPERIENCIAL EN INTERNOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR DE HUANCAYO, 2021”

Acudo a usted debido a sus conocimientos y experiencias en la materia, los cuales aportarían una útil y completa información para la culminación exitosa de este trabajo de investigación, y de aporte a la comunidad psicológica de la provincia de Huancayo.

Se le agradece por anticipado por su valioso aporte y participación.

Atentamente,

  
Thalia Morelia De La Cruz Cuba  
DNI N° 77334073

  
Patricia Mallqui Segura  
DNI N° 47665630

**CRITERIO DE JUECES**

**NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO** : NILTON DAVID VILCHEZ GALARZA  
**TÍTULO PROFESIONAL** : Psicólogo  
**GRADO OBTENIDO (PREGRADO)** : Bachiller en Psicología  
**CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN:** Universidad Peruana Los Andes  
**GRADO OBTENIDO (POSGRADO)** : Magister  
**CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN:** Universidad Cesar Vallejo  
**ESPECIALIDAD** : Psicología Educativa  
**AÑOS DE EXPERIENCIA** : 9 años  
**INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA** : Universidad Peruana Los Andes  
**CARGO LABORAL/ RESPONSABLE** : responsable del Psicopedagógico – FCC, SS.  
UPLA-Sub-gerente del Centro  
Psicoterapéutico “Creciendo paso a paso”  
S.A.C

**EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO  
“CUESTIONARIO DE ACEPTACIÓN Y ACCIÓN -II (AAQ-II)”**

ADECUADO 1  MEDIANAMENTE ADECUADO 2  INADECUADO 3

OBSERVACIONES:.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Huancayo, 09 de octubre del 2021



**Dr. N. David Vilchez Galarza**  
PSICÓLOGO  
C.P.S. N° 208014

Firma

Nombre y Apellidos: Nilton David Vilchez Galarza  
DNI N°41665934





---

# Constancia

Juicio de experto

Yo, NILTON DAVID VILCHEZ GALARZA, con Documento Nacional de Identidad N° 41665934 certifico que realicé el juicio de experto del instrumento "CUESTIONARIO DE ACEPTACIÓN Y ACCIÓN -II (AAQ-II)", visto, cuyos responsables son los investigadores Thalia Morelia De la Cruz Cuba con DNI N° 77334073 y Patricia Mallqui Segura con DNI N° 47665630, quienes solicitan el apoyo a fin de realizar la investigación: ANSIEDAD Y EVITACION EXPERIENCIAL EN INTERNOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR DE HUANCAYO, 2021. En la provincia de Huancayo 2021.

Huancayo, 09 de octubre del 2021


---

Firma

Nombre y Apellidos: Milton David Vilchez Galarza  
DNI N°41665934

### JUICIO DE EXPERTOS

Experto: NILTON DAVID VILCHEZ GALARZA Profesión: PSICÓLOGO Cargo: RESPONSABLE PSICOPEDAGOGICO - UPLA Región: JUNÍN

#### INSTRUCCIONES:

A continuación, usted tiene columnas enumeradas por cuadros para evaluar cada una de las preguntas del Instrumento "CUESTIONARIO DE ACEPTACIÓN Y ACCIÓN -II (AAQ-II)", respectivamente en seis columnas con criterios diferentes:

Marque en el espacio en blanco para cada pregunta con un check (✓) si no le encuentra ninguna objeción, o una (X) si tiene que modificarse en ese aspecto la pregunta.

La modificación de algunos términos o agregados que deba realizarse podrá ser detallada en la columna de observaciones o al final.

Por favor utilice letra legible y sea ordenado, a fin de hacer más fácil la interpretación del mismo.

#### NOMBRE DEL INSTRUMENTOS: CUESTIONARIO DE ACEPTACIÓN Y ACCIÓN -II (AAQ-II)

N°	ÍTEMS	JUICIO						OBSERVACIONES V/O SUGERENCIAS	
		¿Esta pregunta permitirá alcanzar el objetivo planteado en el estudio?	¿La pregunta está formulada en forma clara y precisa?	¿El orden de esta pregunta es el adecuado?	¿La redacción es entendible o coherente con el propósito del estudio?	¿El contenido corresponde con el propósito del estudio?	¿El vocabulario de esta pregunta es el adecuado?		
1	<b>DIMENSIÓN I: EVITACION EXPERIENCIAL</b>								
	<b>N° DE ÍTEMS</b>	<b>PREGUNTAS</b>							
	01°	Puedo recordar algo desagradable sin que esto me cause molestia.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
	02°	Mis recuerdos y experiencias dolorosas me dificultan vivir una vida que pudiera valorar.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
	03°	Evito o escape de mis sentimientos.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
	04°	Me preocupa no poder controlar mis sentimientos y emociones.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	

05°	Mis recuerdos dolorosos me impiden tener una vida plena.	√	√	√	√	√	√	
06°	Mantengo el control de mi vida.	√	√	√	√	√	√	
07°	Mis emociones me causan problemas en la vida.	√	√	√	√	√	√	
08°	Me parece que la gente maneja su vida mejor que yo.	√	√	√	√	√	√	
09°	Mis preocupaciones obstaculizan mi superación.	√	√	√	√	√	√	
10°	Disfruto mi vida a pesar de mis pensamientos y sentimientos desagradables.	√	√	√	√	√	√	

OTROS APORTES QUE CONSIDERA PUEDE SER VALIOSO PARA LA INVESTIGACIÓN (formulación de preguntas, alguna dimensión no ha sido considerada en el instrumento y que es de relevancia para ser considerado, otros):

---



---

Huancayo, 09 de octubre del 2021




**Mg. N. David Vilchez Galarza**  
 PSICÓLOGO  
 C.P.S.P. N° 20814

Firma  
 Nombre y Apellidos: Nilton David Vilchez Galarza  
 DNI N°41665934

## CRITERIO DE JUECES

**NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO** : NILTON DAVID VILCHEZ GALARZA  
**TÍTULO PROFESIONAL** : Psicólogo  
**GRADO OBTENIDO (PREGRADO)** : Bachiller en Psicología  
**CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN**: Universidad Peruana Los Andes  
**GRADO OBTENIDO (POSGRADO)** : Magister  
**CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN**: Universidad Cesar Vallejo  
**ESPECIALIDAD** : Psicología Educativa  
**AÑOS DE EXPERIENCIA** : 9 años  
**INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA** : Universidad Peruana Los Andes  
**CARGO LABORAL/ RESPONSABLE** : responsable del Psicopedagógico – FCC.SS.  
UPLA-Sub-gerente del Centro  
Psicoterapéutico “Creciendo paso a paso”  
S.A.C

### EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO “CUESTIONARIO DE ACEPTACIÓN Y ACCIÓN -II (AAQ-II)”

ADECUADO 1  MEDIANAMENTE ADECUADO 2  INADECUADO 3

OBSERVACIONES:.....  
.....  
.....

Huancayo, 09 de octubre del 2021



Mg. N. David Vilchez Galarza  
PSICÓLOGO  
C.P.S.P. N° 20814

Firma

Nombre y Apellidos: Nilton David Vilchez Galarza  
DNI N°41665934



# Constancia

Juicio de experto

Yo, NILTON DAVID VILCHEZ GALARZA , con Documento Nacional de Identidad N° 41665934 certifico que realicé el juicio de experto del instrumento INVENTARIO DE ANSIEDAD RASGO – ESTADO (IDARE) , visto, cuyos responsables son los investigadores Thalia Morelia De la Cruz Cuba con DNI N° 77334073 y Patricia Mallqui Segura con DNI N° 47665630, quienes solicitan el apoyo a fin de realizar la investigación: ANSIEDAD Y EVITACION EXPERIENCIAL EN INTERNOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR DE HUANCAYO, 2021. En la provincia de Huancayo 2021.

Huancayo, 09 de octubre del 2021



 **Mg. N. David Vilchez Galarza**  
PSICÓLOGO  
C.Ps.P. N° 20614

Firma

Nombre y Apellidos: Nilton David Vilchez Galarza  
DNI N°41665934

### JUICIO DE EXPERTOS

Experto: NILTON DAVID VILCHEZ GALARZA Profesión: PSICÓLOGO Cargo: RESPONSABLE PSICOPEDAGOGICO - UPLA Región: JUNÍN

#### INSTRUCCIONES:

A continuación, usted tiene columnas enumeradas por cuadros para evaluar cada una de las preguntas del Instrumento "INVENTARIO DE ANSIEDAD RASGO – ESTADO (IDARE)", respectivamente en seis columnas con criterios diferentes:

Marque en el espacio en blanco para cada pregunta con un check (✓) si no le encuentra ninguna objeción, o una (X) si tiene que modificarse en ese aspecto la pregunta.

La modificación de algunos términos o agregados que deba realizarse podrá ser detallada en la columna de observaciones o al final.

Por favor utilice letra legible y sea ordenado, a fin de hacer más fácil la interpretación del mismo.

#### NOMBRE DEL INSTRUMENTOS: INVENTARIO DE ANSIEDAD RASGO – ESTADO (IDARE)

Nº	ÍTEMS	JUICIO						OBSERVACIONES Y/O SUGERENCIAS
		¿Esta pregunta permitirá alcanzar el objetivo planteado en el estudio?	¿La pregunta está formulada en forma clara y precisa?	¿El orden de esta pregunta es el adecuado?	¿La redacción es entendible o coherente con el propósito del estudio?	¿El contenido corresponde con el propósito del estudio?	¿El vocabulario de esta pregunta es el adecuado?	
1	<b>DIMENSIÓN 1: ESTADO</b>							
	Nº DE ÍTEM	PREGUNTAS						
	03º	¿Estoy tenso?	✓	✓	✓	✓	✓	
	04º	¿Estoy fastidiado? (molesto o enojado)	✓	✓	✓	✓	✓	
	06º	¿Me siento alterado?	✓	✓	✓	✓	✓	
	07º	¿Tengo ahora un problema que me preocupa?	✓	✓	✓	✓	✓	
	09º	¿Me siento intranquilo?	✓	✓	✓	✓	✓	
	12º	¿Me siento nervioso?	✓	✓	✓	✓	✓	
	13º	¿Me siento agitado?	✓	✓	✓	✓	✓	
	14º	¿Me siento "a punto de reventar"?	✓	✓	✓	✓	✓	



	17º	¿Me siento preocupado?	√	√	√	√	√	√	
	18º	¿Me siento alterado y muy confundido?	√	√	√	√	√	√	
	01º	¿Me siento tranquilo?	√	√	√	√	√	√	
	02º	¿Me siento seguro?	√	√	√	√	√	√	
	05º	¿Estoy a gusto?	√	√	√	√	√	√	
	08º	¿Me siento aliviado?	√	√	√	√	√	√	
	10º	¿Me siento cómodo?	√	√	√	√	√	√	
	11º	¿Me siento con confianza en mi mismo?	√	√	√	√	√	√	
	15º	¿Me siento reposado?	√	√	√	√	√	√	
	16º	¿Me siento satisfecho?	√	√	√	√	√	√	
	19º	¿Me siento alegre?	√	√	√	√	√	√	
	20º	¿Me siento bien?	√	√	√	√	√	√	
2	<b>DIMENSIÓN 2: RASGO</b>								
	Nº DE ÍTEM	PREGUNTA							
	21º	¿Me siento bien?	√	√	√	√	√	√	
	22º	¿Me canso rápidamente?	√	√	√	√	√	√	
	23º	¿Siento ganas de llorar?	√	√	√	√	√	√	
	24º	¿Me gustaría ser tan feliz como otros?	√	√	√	√	√	√	
	25º	¿Pierdo oportunidades por no decidirme pronto?	√	√	√	√	√	√	
	26º	¿Me siento descansado?	√	√	√	√	√	√	
	27º	¿Soy una persona tranquila, serena y sosegada?	√	√	√	√	√	√	
	28º	¿Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas?	√	√	√	√	√	√	
	29º	¿Me preocupo demasiado por cosas sin importancia?	√	√	√	√	√	√	
	30º	¿Soy feliz?	√	√	√	√	√	√	
	31º	¿Suelo tomar las cosas demasiado seriamente?	√	√	√	√	√	√	
	32º	¿Me falta confianza en mi mismo?	√	√	√	√	√	√	

33º	¿Me siento seguro?	√	√	√	√	√	√	
34º	¿No suelo afrontar las crisis o dificultades?	√	√	√	√	√	√	
35º	¿Me siento triste (melancólico)?	√	√	√	√	√	√	
36º	¿Estoy satisfecho?	√	√	√	√	√	√	
37º	¿Me rondan y molestan pensamientos sin importancia?	√	√	√	√	√	√	
38º	¿Me afectan tanto los desengaños que no puedo olvidarlos?	√	√	√	√	√	√	
39º	¿Soy una persona estable?	√	√	√	√	√	√	
40º	¿Cuándo pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales, me pongo tenso y agitado?	√	√	√	√	√	√	

OTROS APORTES QUE CONSIDERA PUEDE SER VALIOSO PARA LA INVESTIGACIÓN (formulación de preguntas, alguna dimensión no ha sido considerada en el instrumento y que es de relevancia para ser considerado, otros):

---



---




 Mr. M. David Vilchez Galarza  
 PSICÓLOGO  
 C.P.S. N° 20814

Huancayo, 09 de octubre del 2021

Firma

Nombre y Apellidos: Milton David Vilchez Galarza  
 DNI N°41665934

**CRITERIO DE JUECES**

**NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO** : YANINA ROCIO, CATAY GAMBOA  
**TÍTULO PROFESIONAL** : PSICOLOGA CLINICA  
**GRADO OBTENIDO (PREGRADO)** : LICENCIADA  
**CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN:** UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES  
**GRADO OBTENIDO (POSGRADO)** :  
**CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN:**  
**ESPECIALIDAD** : CON FORMACIÓN EN TERAPIA  
GESTALT  
**AÑOS DE EXPERIENCIA** : 14 AÑOS  
**INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA** : HOSPITAL GENERAL DE SATIPO  
**CARGO LABORAL/ RESPONSABLE** : PSICOLOGA  
**TRABAJOS PUBLICADOS** :  
**OTROS MERITOS** :

**EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO  
"INVENTARIO DE ANSIEDAD RASGO – ESTADO (IDARE)"**

**ADECUADO 1**  **MEDIANAMENTE ADECUADO 2**  **INADECUADO 3**

**OBSERVACIONES:**

---

---

---

Huancayo, 06 de octubre del 2021

  
  
YANINA ROCIO CATAY GAMBOA  
PSICOLOGA  
R.P.S.P. 10020

DNI N° 41808344

# Constancia

Juicio de experto

Yo, Yanina Rocio, Catay Gamboa con Documento Nacional de Identidad N°41808344 certifico que realicé el juicio de experto del instrumento INVENTARIO DE ANSIEDAD RASGO – ESTADO (IDARE) , visto, cuyos responsables son los investigadores Thalia Morelia De la Cruz Cuba con DNI N° 77334073 y Patricia Mallqui Segura con DNI N° 47665630, quienes solicitan el apoyo a fin de realizar la investigación: ANSIEDAD Y EVITACION EXPERIENCIAL EN INTERNOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR DE HUANCAYO, 2021. En la provincia de Huancayo 2021.

Huancayo, 06 de octubre del 2021


Yanina Rocio Catay Gamboa  
PSICÓLOGA  
C.Ps.P. 12429

DNI N°41808344

## JUICIO DE EXPERTOS

Experto: Yanina Rocio, Catay Gamboa    Profesión: Psicóloga    Cargo: Psicóloga Región: Junín

### INSTRUCCIONES:

A continuación, usted tiene columnas enumeradas por cuadros para evaluar cada una de las preguntas del Instrumento "INVENTARIO DE ANSIEDAD RASGO – ESTADO (IDARE)", respectivamente en seis columnas con criterios diferentes:

Marque en el espacio en blanco para cada pregunta con un check (✓) si no le encuentra ninguna objeción, o una (X) si tiene que modificarse en ese aspecto la pregunta.

La modificación de algunos términos o agregados que deba realizarse podrá ser detallada en la columna de observaciones o al final.

Por favor utilice letra legible y sea ordenado, a fin de hacer más fácil la interpretación del mismo.

### **NOMBRE DEL INSTRUMENTOS: INVENTARIO DE ANSIEDAD RASGO – ESTADO (IDARE)**

Nº	JUICIO		¿Esta pregunta permitirá alcanzar el objetivo planteado en el estudio?	¿La pregunta está formulada en forma clara y precisa?	¿El orden de esta pregunta es el adecuado?	¿La redacción es entendible o coherente con el propósito del estudio?	¿El contenido corresponde con el propósito del estudio?	¿El vocabulario de esta pregunta es el adecuado?	OBSERVACIONES Y/O SUGERENCIAS
1	<b>DIMENSIÓN 1: ESTADO</b>								
	Nº DE ÍTEM	PREGUNTAS							
	03º	¿Estoy tenso?	✓	X	✓	✓	✓	✓	
	04º	¿Estoy fastidiado? (molesto o enojado)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
	06º	¿Me siento alterado?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
	07º	¿Tengo ahora un problema que me preocupa?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
	09º	¿Me siento intranquilo?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
	12º	¿Me siento nervioso?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
	13º	¿Me siento agitado?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
	14º	¿Me siento "a punto de reventar"?	✓	X	✓	✓	✓	✓	ACLARAR TERMINO

17º	¿Me siento preocupado?	√	√	√	√	√	√	
18º	¿Me siento alterado y muy confundido?	√	√	√	√	√	√	
01º	¿Me siento tranquilo?	√	√	√	√	√	√	
02º	¿Me siento seguro?	√	√	√	√	√	√	
05º	¿Estoy a gusto?	√	√	√	√	√	√	
08º	¿Me siento aliviado?	√	√	√	√	√	√	
10º	¿Me siento cómodo?	√	√	√	√	√	√	
11º	¿Me siento con confianza en mi mismo?	√	√	√	√	√	√	
15º	¿Me siento reposado?	√	X	√	√	√	√	ACLARAR TERMINO
16º	¿Me siento satisfecho?	√	√	√	√	√	√	
19º	¿Me siento alegre?	√	√	√	√	√	√	
20º	¿Me siento bien?	√	X	√	√	√	√	DEFINIR AL EVALUADO ESTADO BIENESTAR
2	<b>DIMENSIÓN 2: RASGO</b>							
Nº DE ITEM	PREGUNTA	√	√	√	√	√	√	
21º	¿Me siento bien?	√	√	√	√	√	√	
22º	¿Me canso rápidamente?	√	√	√	√	√	√	
23º	¿Siento ganas de llorar?	√	√	√	√	√	√	
24º	¿Me gustaría ser tan feliz como otros?	√	√	√	√	√	√	
25º	¿Pierdo oportunidades por no decidirme pronto?	√	√	√	√	√	√	
26º	¿Me siento descansado?	√	√	√	√	√	√	
27º	¿Soy una persona tranquila, serena y sosegada?	√	√	√	√	√	√	
28º	¿Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas?	√	√	√	√	√	√	
29º	¿Me preocupo demasiado por cosas sin importancia?	√	√	√	√	√	√	

30°	¿Soy feliz?	√	√	√	√	√	√	
31°	¿Suelo tomar las cosas demasiado seriamente?	√	√	√	√	√	√	
32°	¿Me falta confianza en mí mismo?	√	√	√	√	√	√	
33°	¿Me siento seguro?	√	√	√	√	√	√	
34°	¿No suelo afrontar las crisis o dificultades?	√	√	√	√	√	√	
35°	¿Me siento triste (melancólico)?	√	√	√	√	√	√	
36°	¿Estoy satisfecho?	√	√	√	√	√	√	
37°	¿Me rondan y molestan pensamientos sin importancia?	√	√	√	√	√	√	
38°	¿Me afectan tanto los desengaños que no puedo olvidarlos?	√	√	√	√	√	√	
39°	¿Soy una persona estable?	√	√	√	√	√	√	
40°	¿Cuándo pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales, me pongo tenso y agitado?	√	√	√	√	√	√	

OTROS APORTES QUE CONSIDERA PUEDE SER VALIOSO PARA LA INVESTIGACIÓN (formulación de preguntas, alguna dimensión no ha sido considerada en el instrumento y que es de relevancia para ser considerado, otros): \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Huancayo, 06 de octubre del 2021




 Universidad  
 Huancayo  
 PSICÓLOGA  
 C.Ps.P. 12429

DNI N°41808344

**CRITERIO DE JUECES**

**NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO** : YANINA ROCIO CATAY GAMBOA  
**TÍTULO PROFESIONAL** : BACHILLER EN PSICOLOGA  
**GRADO OBTENIDO (PREGRADO)** : PSICOLOGA CLINICA  
**CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN:** UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES  
**GRADO OBTENIDO (POSGRADO)** : LICENCIATURA  
**CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN:** UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES  
**ESPECIALIDAD** : CON FORMACION EN TERAPIA  
GESTALT  
**AÑOS DE EXPERIENCIA** : 14 AÑOS  
**INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA** : HOSPITAL GENERAL DE SATIPO  
**CARGO LABORAL/ RESPONSABLE** : PSICOLOGA  
**TRABAJOS PUBLICADOS** :  
**OTROS MERITOS** :

**EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO  
"CUESTIONARIO DE ACEPTACIÓN Y ACCIÓN -II (AAQ-II)"**

ADECUADO 1  MEDIANAMENTE ADECUADO 2  INADECUADO 3

**OBSERVACIONES:**

---

---

---

Huancayo, 06 de octubre del 2021


DNI N° 41808344



# Constancia

Juicio de experto

Yo, Yanina Rocio, Catay Gamboa con Documento Nacional de Identidad N°41808344 certifico que realicé el juicio de experto del instrumento "CUESTIONARIO DE ACEPTACIÓN Y ACCIÓN -II (AAQ-II)", visto, cuyos responsables son los investigadores Thalia Morelia De la Cruz Cuba con DNI N° 77334073 y Patricia Mallqui Segura con DNI N° 47665630, quienes solicitan el apoyo a fin de realizar la investigación: ANSIEDAD Y EVITACION EXPERIENCIAL EN INTERNOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR DE HUANCAYO, 2021. En la provincia de Huancayo 2021.

Huancayo, 06 de octubre del 2021


Yanina Rocio Catay Gamboa  
PSICÓLOGA  
C.Ps.P. 12628

Firma  
DNI N° 41808344

---

## JUICIO DE EXPERTOS

Experto: YANINA ROCIO, CATAY GAMBOA Profesión: PSICOLOGA CLINICA Cargo: PSICOLOGA Región: JUNIN

### INSTRUCCIONES:

A continuación, usted tiene columnas enumeradas por cuadros para evaluar cada una de las preguntas del Instrumento "CUESTIONARIO DE ACEPTACIÓN Y ACCIÓN -II (AAQ-II)", respectivamente en seis columnas con criterios diferentes:

Marque en el espacio en blanco para cada pregunta con un check (✓) si no le encuentra ninguna objeción, o una (X) si tiene que modificarse en ese aspecto la pregunta.

La modificación de algunos términos o agregados que deba realizarse podrá ser detallada en la columna de observaciones o al final.

Por favor utilice letra legible y sea ordenado, a fin de hacer más fácil la interpretación del mismo.

### NOMBRE DEL INSTRUMENTOS: CUESTIONARIO DE ACEPTACIÓN Y ACCIÓN -II (AAQ-II)

Nº	ÍTEMS	JUICIO						OBSERVACIONES YO SUGERENCIAS
		¿Esta pregunta permitirá alcanzar el objetivo planteado en el estudio?	¿La pregunta está formulada en forma clara y precisa?	¿El orden de esta pregunta es el adecuado?	¿La redacción es entendible o coherente con el propósito del estudio?	¿El contenido corresponde con el propósito del estudio?	¿El vocabulario de esta pregunta es el adecuado?	
1	<b>DIMENSIÓN 1: EVITACIÓN EXPERIENCIAL</b>							
	Nº DE ÍTEM	PREGUNTAS						
	01º	Puedo recordar algo desagradable sin que esto me cause molestia.	✓	✓	✓	✓	✓	
	02º	Mis recuerdos y experiencias dolorosas me dificultan vivir una vida que pudiera valorar.	✓	✓	✓	✓	✓	
	03º	Evito o escapo de mis sentimientos.	✓	✓	✓	✓	✓	
	04º	Me preocupa no poder controlar mis sentimientos y emociones.	✓	✓	✓	✓	✓	

05°	Mis recuerdos dolorosos me impiden tener una vida plena.	√	√	√	√	√	√	
06°	Mantengo el control de mi vida.	√	√	√	√	√	√	
07°	Mis emociones me causan problemas en la vida.	√	√	√	√	√	√	
08°	Me parece que la gente maneja su vida mejor que yo.	√	√	√	√	√	√	
09°	Mis preocupaciones obstaculizan mi superación.	√	√	√	√	√	√	
10°	Disfruto mi vida a pesar de mis pensamientos y sentimientos desagradables.	√	√	√	√	√	√	

OTROS APORTES QUE CONSIDERA PUEDE SER VALIOSO PARA LA INVESTIGACIÓN (formulación de preguntas, alguna dimensión no ha sido considerada en el instrumento y que es de relevancia para ser considerado, otros): \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Huancayo, 06 de octubre del 2021



Huancayo, 06 de octubre del 2021  
 PSICÓLOGA  
 C.P.S.P. 12439

DNI N°41808344



32	2	3	2	2	2	2	1	1	3	1	3	2	2	1	2	3	2	2	3
33	4	4	2	2	4	2	2	2	2	4	4	2	2	1	4	4	2	1	3
34	4	3	1	2	3	1	1	3	1	3	3	1	1	1	4	4	1	1	4
35	2	2	1	1	3	1	2	2	2	3	2	1	1	1	3	2	2	1	3
36	4	4	1	1	4	1	1	4	1	4	4	1	1	1	4	4	1	1	4
37	3	3	1	1	3	1	3	3	2	3	2	1	1	1	3	2	2	1	2
38	3	3	2	1	3	1	1	2	1	3	4	2	1	1	2	3	1	1	3
39	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	1	2	3	3	2	1	3
40	4	3	2	2	4	2	2	4	2	4	3	2	1	1	1	3	1	1	3
41	4	4	1	1	3	1	2	3	1	3	4	1	1	1	3	4	1	1	3
42	3	3	1	1	3	1	2	2	1	3	3	2	1	1	2	3	1	2	3

43	1	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	4
44	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
45	3	2	1	1	3	1	2	3	1	4	4	1	2	1	3	2	2	1	4
46	4	4	1	1	4	1	1	4	4	4	4	1	1	1	3	4	1	3	3
47	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	4	2	2	2	2	3	2	2	3
48	2	3	3	2	2	1	3	2	1	2	1	2	3	1	2	2	4	3	2
49	3	3	1	1	2	1	1	3	1	3	3	1	1	1	1	3	2	1	3
50	4	4	2	1	4	1	1	4	1	4	4	1	1	1	4	4	1	1	4
51	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3
52	2	2	4	3	2	3	3	2	2	2	1	3	3	3	2	2	3	4	2
53	2	3	1	1	3	1	2	4	3	3	3	1	1	2	3	3	2	1	3
54	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3
55	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	1	3	1	2	2	2	2
56	3	3	2	1	3	1	2	3	2	3	3	1	2	1	3	3	2	2	3
57	3	3	1	1	3	1	1	3	3	3	3	1	1	1	3	3	1	1	3
58	3	3	3	2	3	1	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3
59	3	3	2	2	3	1	2	2	2	2	3	1	1	1	2	3	2	1	2
60	4	4	2	2	4	2	2	3	1	4	4	1	1	1	2	3	2	2	3
61	3	4	2	1	4	2	1	1	4	3	4	2	2	1	4	3	2	1	4
62	3	3	2	2	3	1	2	3	2	3	3	2	2	1	3	3	2	2	3
63	3	3	1	1	3	1	2	3	2	3	4	1	1	1	3	4	2	1	3
64	4	4	1	1	4	1	1	4	4	4	4	1	1	1	4	4	1	1	4
65	4	4	2	2	3	2	1	3	2	3	3	3	2	1	2	3	2	1	3
66	3	4	2	1	4	1	2	4	2	3	3	1	1	1	1	4	2	1	3
67	2	2	2	1	2	1	3	1	3	1	2	2	2	2	1	2	3	1	1

68	4	4	2	2	3	2	2	3	2	2	4	3	1	1	3	4	2	1	4
69	4	4	1	1	4	1	2	4	1	4	4	1	1	1	4	4	1	1	4
70	2	1	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	1	2	2	2	3	2
71	3	3	1	1	4	1	1	4	1	4	4	1	1	1	1	4	1	1	4
72	4	4	2	1	4	1	1	4	1	4	4	1	1	1	3	4	1	1	4
73	4	3	2	1	4	1	2	3	1	4	4	1	2	1	4	4	2	1	4
74	3	2	2	1	3	1	2	3	1	3	3	2	2	1	3	3	2	2	3
75	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	4	3	1	2	3	3	1
76	3	3	1	1	3	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
77	4	4	1	1	4	1	1	1	1	4	4	1	1	1	4	4	2	1	4
78	4	3	1	1	4	1	1	3	1	4	4	1	1	1	3	4	1	1	4
79	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	1	1	1	2	2	1	2
80	3	4	2	1	3	2	3	3	2	3	3	2	2	1	3	3	2	1	3
81	3	4	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3
82	3	4	2	2	3	2	3	3	2	4	4	2	2	2	3	3	2	2	3
83	4	4	2	3	4	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	4
84	4	4	2	2	4	1	1	4	4	4	4	2	1	1	3	4	2	1	4
85	3	3	1	2	3	1	1	3	3	3	3	1	1	1	3	3	1	1	3
86	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2
87	4	4	1	1	2	1	3	4	2	3	3	1	1	1	2	2	1	1	3
88	3	3	1	2	3	1	2	3	1	4	4	1	2	1	4	4	1	1	4
89	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3

90	3	3	1	2	3	1	3	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2
91	3	3	2	1	4	1	1	4	4	4	4	1	1	1	2	4	1	1	4
92	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
93	2	3	1	1	3	1	1	3	1	3	3	1	1	1	1	3	1	1	3
94	4	4	1	1	4	1	1	4	1	4	4	1	1	1	4	4	1	1	4
95	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2
96	3	3	1	1	3	1	1	3	1	3	3	1	1	1	3	3	1	1	3
97	2	2	1	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2
98	3	3	2	2	4	1	1	3	2	4	4	2	2	1	3	4	2	2	4
99	2	3	2	1	3	2	2	2	2	3	4	2	1	2	1	2	2	1	2
100	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
101	2	3	2	1	2	1	4	2	4	2	3	3	3	1	2	2	4	2	2
102	4	4	1	1	4	2	4	4	2	4	4	1	1	1	2	4	1	1	4
103	2	3	1	1	3	1	2	2	2	2	3	1	1	2	2	2	2	2	2

104	3	3	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
105	2	2	4	4	2	4	4	1	4	1	1	4	4	4	1	1	4	4	1
106	4	4	2	4	3	2	2	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	2	4
107	2	3	4	1	3	1	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3
108	4	4	2	1	4	1	1	4	1	4	4	2	1	1	4	4	2	1	4
109	4	4	1	1	4	2	1	4	4	4	4	1	1	1	4	4	1	1	4
110	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	1	2
111	3	3	1	2	4	1	1	3	1	3	3	1	1	1	3	3	1	1	3
112	3	4	2	1	4	1	1	3	1	4	4	1	1	1	3	4	1	1	3
113	2	3	2	2	2	1	1	4	2	3	4	2	2	2	2	4	2	1	4
114	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	2	4	3	2
115	4	3	2	1	4	1	2	4	1	4	3	2	1	1	2	3	2	1	4
116	4	4	2	2	2	2	1	4	4	4	4	2	2	2	4	4	2	2	4
117	4	4	1	1	4	1	1	4	1	4	4	1	1	1	4	4	1	1	4
118	4	4	2	2	3	1	2	4	1	4	4	1	1	1	4	4	2	1	3
119	3	3	2	2	4	1	2	2	2	3	3	1	1	2	2	3	2	1	4
120	4	4	2	2	4	2	4	2	2	4	4	1	1	1	4	4	2	1	4
121	4	4	1	1	4	1	1	4	3	3	4	1	1	1	1	4	1	1	4
122	4	4	3	1	3	1	1	3	1	3	3	3	1	1	2	2	2	2	4
123	4	3	2	1	2	1	2	3	1	1	4	1	1	1	1	4	2	1	2
124	3	2	4	4	3	2	4	2	3	2	2	3	3	3	2	2	4	4	2
125	3	3	2	2	4	1	1	4	1	4	4	3	1	1	3	4	1	1	4
126	2	4	2	2	2	1	4	1	1	3	4	2	2	1	3	3	2	1	2
127	2	2	3	3	2	3	4	2	2	2	3	4	3	2	1	2	2	2	2
128	4	4	2	1	4	2	2	4	2	4	4	1	1	1	4	4	1	1	3
129	3	4	3	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2
130	2	2	2	2	2	1	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2
131	4	4	1	1	4	1	4	1	4	4	4	1	1	1	4	4	1	1	4
132	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
133	3	3	2	1	3	1	2	3	3	3	3	1	1	1	3	3	1	1	3
134	4	4	1	1	4	1	1	4	1	4	4	1	1	1	4	4	1	1	4
135	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2
136	4	4	1	1	4	1	1	4	1	4	4	1	1	1	4	4	1	1	4

137	3	3	2	1	2	1	2	3	1	3	3	2	1	1	3	1	2	1	3
138	2	1	1	1	3	1	2	2	1	1	3	1	1	1	2	2	2	1	3
139	3	3	2	1	3	1	2	3	2	3	3	1	1	1	3	3	2	1	3

140	3	3	2	1	4	1	1	3	1	3	4	1	1	1	4	3	1	1	4
141	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	1	1	3
142	4	4	2	1	3	1	2	2	2	3	2	2	1	1	3	3	2	3	3
143	4	4	1	1	4	1	1	4	1	4	4	1	1	1	2	4	2	2	4
144	3	3	2	2	3	1	1	3	1	3	3	1	1	1	3	4	1	1	4
145	3	2	2	1	3	1	2	2	3	3	3	2	1	1	2	3	2	1	3
146	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	1	2	2	2	1	3
147	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2
148	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
149	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	1	3	3	2	3	3	3	3	3
150	3	3	2	2	3	2	3	1	3	2	3	3	1	2	3	3	3	3	4
151	2	3	2	1	2	1	2	2	1	2	3	2	3	1	2	2	2	1	4
152	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	3	1	3	1	1	3	2
153	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
154	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
155	3	3	2	3	3	1	2	3	1	3	3	1	1	1	3	3	1	1	3
156	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3
157	4	4	1	1	4	1	1	3	1	4	4	1	1	1	3	3	1	1	3
158	4	4	1	2	4	2	2	4	1	4	4	1	1	1	4	4	1	1	4
159	2	2	2	2	4	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3
160	3	3	2	2	4	2	1	4	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3
161	4	4	1	1	4	1	1	4	1	4	4	1	1	1	4	4	1	1	4
162	3	2	1	1	3	1	1	3	1	3	4	1	1	1	3	3	1	1	4
163	4	4	1	2	4	1	2	3	1	3	4	1	1	1	3	4	2	1	4
164	2	2	1	3	2	3	3	2	3	2	2	2	1	3	2	1	3	2	2
165	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
166	4	3	2	2	4	2	2	4	2	4	3	2	1	3	4	4	3	2	4
167	3	3	2	2	2	1	2	3	2	2	3	1	1	1	3	3	2	2	3
168	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
169	3	3	2	2	3	2	2	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
170	3	2	4	4	2	4	3	2	2	3	2	4	4	4	2	2	3	3	3
171	4	3	2	1	3	1	1	4	4	4	4	1	1	1	3	4	2	1	4
172	4	4	1	1	4	1	1	4	1	4	4	1	1	1	3	4	1	1	4
173	4	4	2	1	4	1	1	3	1	4	4	1	1	1	4	3	2	1	4

---

INVENTARIO DE ANSIEDAD RASGO - ESTADO (IDARE)

---



ITEM 20	TOTAL	PERCENTIL	NIVEL	N°	ITEM 21	ITEM 22	ITEM 23	ITEM 24	ITEM 25	ITEM 26	ITEM 27	ITEM 28	ITEM 29	ITEM 30	ITEM 31	ITEM 32	ITEM 33
2	49	92	ALTO	1	2	2	1	2	1	2	1	1	3	3	3	2	2
2	47	89	ALTO	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2
2	57	97	ALTO	3	2	3	3	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2
3	42	80	ALTO	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	41	76	ALTO	5	4	4	1	1	1	1	4	1	1	4	4	1	4
3	37	58	ALTO	6	3	2	1	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2
4	28	23	BAJO	7	4	1	1	1	1	3	3	1	1	4	2	1	4
2	50	93	ALTO	8	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3
2	47	89	ALTO	9	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3
2	46	87	ALTO	10	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
4	30	33	MEDIO	11	4	2	1	1	1	3	2	2	2	3	3	1	3
3	43	83	ALTO	12	2	1	2	1	1	1	1	1	2	3	3	3	3
2	62	98	ALTO	13	2	3	4	3	3	1	2	3	3	2	3	2	2
3	39	71	ALTO	14	3	1	2	1	1	1	3	2	2	3	2	1	2
4	32	45	ALTO	15	4	2	2	2	1	3	4	1	1	4	1	2	4
3	49	92	ALTO	16	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2
4	37	65	ALTO	17	4	2	2	1	2	3	3	2	2	4	2	1	3
4	31	39	MEDIO	18	4	1	1	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3
1	57	94	ALTO	19	1	4	2	2	1	2	2	1	1	3	3	3	2
4	39	71	ALTO	20	4	3	1	2	3	2	2	4	3	4	4	2	2
3	35	59	ALTO	21	3	1	2	1	2	3	3	3	2	3	2	2	3
4	36	54	ALTO	22	4	1	1	1	1	2	3	1	1	4	3	1	3
2	45	83	ALTO	23	2	2	3	3	2	2	3	2	1	4	2	1	2
4	34	45	ALTO	24	4	2	1	1	2	3	3	1	2	4	2	1	4
2	46	87	ALTO	25	2	3	2	1	2	2	2	1	2	2	2	3	2
3	43	83	ALTO	26	3	1	1	3	2	3	4	2	3	4	3	2	3
4	23	4	BAJO	27	4	1	1	3	1	4	4	1	1	4	1	1	4
3	35	50	ALTO	28	3	1	1	1	2	2	3	2	1	3	2	1	2
4	24	7	BAJO	29	4	1	1	1	1	4	4	1	1	4	1	1	4
3	32	45	ALTO	30	3	1	1	1	1	3	3	1	1	1	2	1	3
3	50	93	ALTO	31	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	47	89	ALTO	32	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3
3	32	45	ALTO	33	2	3	1	4	3	4	4	1	3	4	4	1	4
4	29	23	BAJO	34	4	2	1	1	2	3	3	1	1	4	3	2	4
2	39	59	ALTO	35	3	2	2	1	1	2	3	1	1	3	2	1	3
4	20	0	BAJO	36	4	1	1	4	1	1	4	1	1	4	1	1	4

2	38	68	ALTO	37	2	1	2	3	2	3	3	1	3	3	2	2	3
3	33	49	ALTO	38	3	1	1	3	2	2	2	2	2	3	3	1	3
3	38	68	ALTO	39	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	4	3	3
4	33	49	ALTO	40	4	1	1	1	3	4	4	1	2	3	4	2	4
3	27	17	BAJO	41	3	1	1	1	1	4	4	1	1	4	2	1	4
3	35	59	ALTO	42	3	2	2	2	1	2	2	1	1	3	2	2	3

4	50	91	ALTO	43	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	48	88	ALTO	44	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3
4	31	39	MEDIO	45	2	2	1	3	2	2	3	1	2	3	2	2	3
4	27	17	BAJO	46	4	1	1	1	1	3	3	1	1	4	2	1	4
3	40	74	ALTO	47	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3
2	53	95	ALTO	48	2	3	2	4	3	1	3	4	3	2	2	4	2
2	35	59	ALTO	49	1	3	2	3	3	1	1	1	1	3	2	2	3
4	21	1	BAJO	50	4	1	1	4	1	2	3	1	1	4	2	1	4
3	51	92	ALTO	51	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2
2	62	98	ALTO	52	2	3	3	3	4	2	2	3	3	2	3	3	2
4	34	54	ALTO	53	4	2	2	1	2	3	3	1	2	3	2	1	4
3	48	91	ALTO	54	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	47	89	ALTO	55	2	3	3	1	2	2	2	2	3	3	3	2	2
3	36	63	ALTO	56	3	2	2	3	2	3	3	1	2	3	3	2	3
3	32	45	ALTO	57	3	3	1	1	1	1	3	1	1	3	2	1	3
3	43	83	ALTO	58	3	4	1	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3
2	40	74	ALTO	59	2	1	1	1	1	2	3	1	2	3	2	1	3
3	32	38	MEDIO	60	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	4	4	4
4	34	45	ALTO	61	3	2	2	2	1	3	3	2	1	4	2	2	4
3	38	68	ALTO	62	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
4	30	33	MEDIO	63	4	1	1	1	1	3	3	1	1	4	2	1	4
4	23	4	BAJO	64	4	1	1	1	1	3	3	2	1	4	1	1	3
3	37	65	ALTO	65	3	2	1	1	2	2	3	1	3	4	4	2	3
3	32	45	ALTO	66	3	1	1	1	1	3	3	1	1	4	1	1	3
1	55	96	ALTO	67	1	3	3	3	3	3	2	3	1	2	2	3	1
4	33	49	ALTO	68	4	2	1	4	1	3	3	1	4	4	4	1	3
4	24	6	BAJO	69	4	1	1	1	1	1	3	1	1	4	1	1	4
2	53	95	ALTO	70	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	1
4	25	12	BAJO	71	4	1	2	1	3	3	4	1	1	4	3	1	3
4	22	2	BAJO	72	4	2	1	2	1	4	4	1	1	4	3	1	4

4	32	45	ALTO	73	4	2	1	1	2	4	4	1	2	4	4	1	4
3	37	65	ALTO	74	3	3	2	3	1	2	2	1	1	3	2	3	3
2	60	98	ALTO	75	2	4	4	4	3	1	2	4	4	2	4	4	1
3	44	85	ALTO	76	3	1	2	1	2	1	1	2	2	2	4	2	3
4	24	6	BAJO	77	4	2	1	1	1	3	3	1	2	3	1	1	4
4	23	4	BAJO	78	4	1	1	4	1	4	3	1	1	4	2	1	4
2	46	85	ALTO	79	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1
4	36	63	ALTO	80	4	1	1	1	2	3	3	1	2	3	2	1	3
3	41	76	ALTO	81	3	3	2	1	1	2	3	1	1	4	3	1	3
3	38	68	ALTO	82	4	2	3	3	2	3	3	1	2	3	4	2	3
3	44	85	ALTO	83	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	4	4	4
4	28	23	BAJO	84	4	2	2	1	1	3	3	2	1	4	4	2	3
3	33	49	ALTO	85	3	2	1	1	1	3	3	2	3	3	3	1	1
2	48	91	ALTO	86	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2
3	33	49	ALTO	87	3	1	1	2	2	3	3	1	1	1	3	1	3
4	27	17	BAJO	88	4	1	1	4	2	3	4	4	2	4	2	1	4
3	45	86	ALTO	89	3	2	2	3	3	1	2	2	2	3	3	3	3

2	46	85	ALTO	90	2	2	2	3	3	3	2	3	2	4	2	3	4
4	28	23	BAJO	91	4	2	2	2	2	3	3	2	2	4	3	2	4
3	49	92	ALTO	92	3	3	3	3	2	2	2	1	1	3	2	2	2
3	33	49	ALTO	93	3	2	1	2	1	2	3	1	1	3	1	1	3
4	22	2	BAJO	94	4	1	1	1	1	4	4	1	1	4	4	1	4
2	45	86	ALTO	95	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2
3	32	45	ALTO	96	3	1	1	1	2	3	3	1	1	3	2	1	3
3	51	94	ALTO	97	2	2	3	2	3	2	4	2	2	2	3	1	3
4	32	38	MEDIO	98	4	2	2	3	3	3	2	2	3	4	2	1	3
2	42	80	ALTO	99	2	4	1	1	2	1	2	3	1	2	2	1	2
2	50	93	ALTO	##	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
2	51	94	ALTO	##	2	2	2	4	3	2	3	2	3	2	2	3	2
4	28	23	BAJO	##	4	1	1	1	1	3	3	1	2	4	4	2	4
2	42	80	ALTO	##	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2
1	48	88	ALTO	##	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1
1	74	0	BAJO	##	1	4	4	4	4	4	1	4	4	1	1	4	1
4	42	80	ALTO	##	4	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	42	80	ALTO	##	3	3	4	3	2	2	4	2	2	4	4	2	3
4	28	23	BAJO	##	4	2	1	1	1	3	3	1	1	4	3	1	4

4	27	17	BAJO	##	4	1	1	2	2	2	4	2	1	4	2	3	4
2	50	93	ALTO	##	2	2	1	3	2	1	2	1	1	2	3	2	2
3	30	33	MEDIO	##	3	1	2	2	2	3	3	1	1	4	2	2	3
3	26	15	BAJO	##	3	1	1	3	1	3	3	1	3	3	3	1	3
4	35	59	ALTO	##	4	2	1	1	1	2	3	1	2	4	4	2	4
2	58	98	ALTO	##	2	4	4	2	4	2	2	4	4	4	4	2	2
4	29	28	BAJO	##	4	2	1	2	3	2	2	2	2	4	2	2	4
4	33	49	ALTO	##	4	2	2	1	2	3	3	3	3	4	3	3	3
4	20	0	BAJO	##	4	1	1	1	1	4	4	1	1	4	3	1	4
3	27	17	BAJO	##	3	1	1	3	1	4	2	2	2	3	4	2	4
3	36	63	ALTO	##	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3
4	30	28	BAJO	##	4	2	1	1	1	4	4	4	2	4	4	1	4
4	26	13	BAJO	##	4	1	1	3	1	4	3	1	1	4	3	1	4
3	35	59	ALTO	##	3	1	1	1	1	2	2	2	1	3	3	2	3
3	36	63	ALTO	##	3	4	4	1	1	1	3	1	1	3	4	1	2
3	61	97	ALTO	##	2	4	3	4	4	2	3	3	4	2	2	3	3
4	27	17	BAJO	##	4	1	1	1	2	4	4	1	2	4	3	1	4
3	41	76	ALTO	##	3	3	3	3	2	2	2	3	1	2	3	2	2
2	58	97	ALTO	##	2	3	4	3	4	2	3	2	2	2	3	2	2
3	26	13	BAJO	##	3	2	1	1	1	3	3	1	1	4	1	1	4
2	47	89	ALTO	##	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	49	92	ALTO	##	2	3	4	4	4	2	3	2	3	2	4	3	2
4	29	28	BAJO	##	4	1	4	1	4	4	4	1	1	4	1	1	4
2	50	93	ALTO	##	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	34	54	ALTO	##	3	1	1	1	1	3	4	1	1	3	1	1	3
4	20	0	BAJO	##	4	1	1	1	1	4	4	1	1	4	3	1	4
2	43	83	ALTO	##	2	2	2	4	2	2	3	2	2	2	1	3	2
4	20	0	BAJO	##	4	1	1	1	1	4	1	1	1	4	4	1	4

3	33	41	MEDIO	##	3	1	1	1	2	3	3	1	1	3	3	2	3
3	40	74	ALTO	##	3	2	1	2	1	2	2	1	1	3	2	1	3
3	34	54	ALTO	##	3	1	1	2	2	3	3	1	2	3	2	2	3
4	26	13	BAJO	##	4	1	1	1	1	3	3	1	1	3	3	1	3
3	43	78	ALTO	##	3	1	2	1	3	2	3	1	1	3	2	1	3
3	37	65	ALTO	##	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
4	24	6	BAJO	##	4	2	1	1	1	3	4	1	2	4	2	2	3
4	28	23	BAJO	##	3	1	2	2	1	1	3	1	2	4	2	2	4

3	39	71	ALTO	##	3	3	1	1	2	3	2	1	2	3	3	2	3
2	43	83	ALTO	##	3	2	2	2	1	3	3	2	2	3	3	2	2
3	49	92	ALTO	##	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2
2	50	93	ALTO	##	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2
3	50	91	ALTO	##	3	2	2	3	3	3	3	1	1	3	2	2	3
4	45	86	ALTO	##	4	1	3	2	2	3	2	3	2	4	2	2	4
2	44	85	ALTO	##	2	3	2	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2
2	50	93	ALTO	##	1	1	2	2	2	3	2	2	3	2	1	2	3
2	50	91	ALTO	##	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
2	48	91	ALTO	##	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	34	54	ALTO	##	3	2	1	1	1	3	3	1	1	3	2	1	3
3	41	76	ALTO	##	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3
3	25	12	BAJO	##	3	1	1	1	1	3	3	1	1	4	2	1	3
4	23	4	BAJO	##	4	1	1	1	1	4	4	1	1	4	1	1	4
2	48	91	ALTO	##	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2
3	38	68	ALTO	##	3	3	1	1	1	1	3	1	1	4	4	1	3
4	20	0	BAJO	##	4	4	1	1	1	4	4	1	1	4	1	1	4
3	29	28	BAJO	##	4	1	1	1	1	3	3	1	1	3	3	1	3
4	26	13	BAJO	##	4	1	2	2	3	4	3	2	2	4	3	2	3
2	55	95	ALTO	##	2	1	3	2	2	2	1	1	1	3	1	2	2
2	48	91	ALTO	##	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
4	31	39	MEDIO	##	4	3	2	1	3	3	3	2	2	4	4	4	4
3	38	61	ALTO	##	3	1	2	3	1	2	2	3	2	3	2	1	3
2	50	93	ALTO	##	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	46	87	ALTO	##	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3
3	61	97	ALTO	##	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2
4	28	23	BAJO	##	4	2	1	2	2	1	4	1	1	4	4	1	3
4	21	1	BAJO	##	4	1	1	4	1	4	4	1	1	4	4	1	4
4	24	6	BAJO	##	4	1	1	1	1	3	4	1	1	4	1	1	4

ANSIEDAD

ITEM 34	ITEM 35	ITEM 36	ITEM 37	ITEM 38	ITEM 39	ITEM 40	TOTAL	PERCENTIL	NIVEL	PUNTAJE GENERAL	NIVEL GENERAL
1	2	2	2	2	3	2	38	55	ALTO	17	BAJA ANSIEDAD
2	2	2	2	2	2	3	47	86	ALTO	19	ANSIEDAD MODERADA
1	3	2	2	2	2	3	48	86	ALTO	21	ANSIEDAD MODERADA

3	3	3	3	3	3	3	53	94	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
1	1	4	1	1	4	1	29	12	BAJO	9	BAJA ANSIEDAD
1	2	3	2	2	3	3	44	76	ALTO	16	BAJA ANSIEDAD
2	1	3	2	1	3	1	27	7	BAJO	4	BAJA ANSIEDAD
3	2	2	2	3	2	2	50	89	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
2	3	2	3	2	3	2	49	87	ALTO	22	ANSIEDAD MODERADA
2	2	2	2	2	2	2	47	86	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
2	2	3	2	1	3	2	36	45	ALTO	10	BAJA ANSIEDAD
1	2	3	1	1	3	2	40	65	ALTO	12	BAJA ANSIEDAD
2	2	2	3	1	2	3	57	96	ALTO	21	ANSIEDAD MODERADA
2	2	3	2	1	3	2	38	55	ALTO	14	BAJA ANSIEDAD
1	2	4	2	2	3	2	30	15	BAJO	14	BAJA ANSIEDAD
2	2	2	2	3	2	2	48	86	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
1	2	4	2	2	3	2	34	36	MEDIO	17	BAJA ANSIEDAD
2	1	3	1	2	3	2	37	51	ALTO	12	BAJA ANSIEDAD
2	2	2	3	4	1	3	52	93	ALTO	16	BAJA ANSIEDAD
2	1	2	2	1	2	2	46	84	ALTO	16	BAJA ANSIEDAD
2	1	3	2	3	3	2	40	65	ALTO	13	BAJA ANSIEDAD
1	1	4	1	2	3	2	29	19	BAJO	10	BAJA ANSIEDAD
2	2	2	2	2	2	2	43	73	ALTO	18	BAJA ANSIEDAD
1	1	3	2	2	3	2	30	24	BAJO	11	BAJA ANSIEDAD
2	2	2	2	1	3	2	44	79	ALTO	19	ANSIEDAD MODERADA
1	1	3	2	1	3	2	36	45	ALTO	14	BAJA ANSIEDAD
1	1	4	1	1	4	1	22	1	BAJO	1	BAJA ANSIEDAD
2	1	3	2	1	3	2	35	46	ALTO	8	BAJA ANSIEDAD
2	1	4	1	1	4	1	21	1	BAJO	1	BAJA ANSIEDAD
1	2	3	1	1	3	2	32	24	BAJO	6	BAJA ANSIEDAD
3	3	3	3	4	4	4	54	94	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
2	1	3	2	1	3	3	43	76	ALTO	19	ANSIEDAD MODERADA
1	2	4	2	1	4	2	37	51	ALTO	16	BAJA ANSIEDAD
1	1	4	1	2	3	1	29	19	BAJO	6	BAJA ANSIEDAD
1	2	2	1	3	2	3	38	55	ALTO	9	BAJA ANSIEDAD
1	1	4	1	1	4	1	26	6	BAJO	1	BAJA ANSIEDAD
2	2	2	1	1	2	2	41	70	ALTO	12	BAJA ANSIEDAD
1	1	3	2	2	3	2	37	51	ALTO	10	BAJA ANSIEDAD
2	1	3	1	1	3	2	43	76	ALTO	18	BAJA ANSIEDAD
1	1	3	3	1	3	2	33	30	MEDIO	12	BAJA ANSIEDAD

1	1	4	1	1	3	1	23	2	BAJO	2	BAJA ANSIEDAD
2	2	3	2	3	3	2	40	65	ALTO	13	BAJA ANSIEDAD

3	3	3	3	3	3	3	44	76	ALTO	15	BAJA ANSIEDAD
1	1	3	1	1	3	1	39	57	ALTO	18	BAJA ANSIEDAD
2	1	3	1	2	3	2	39	60	ALTO	12	BAJA ANSIEDAD
1	1	4	1	1	3	2	24	4	BAJO	4	BAJA ANSIEDAD
2	2	3	2	2	3	2	42	73	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
3	4	3	3	2	2	4	61	97	ALTO	20	ANSIEDAD MODERADA
2	2	3	2	3	2	2	49	87	ALTO	12	BAJA ANSIEDAD
1	1	4	1	1	4	1	27	11	BAJO	3	BAJA ANSIEDAD
2	3	3	2	2	2	2	49	88	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
2	3	2	3	2	1	4	61	97	ALTO	22	ANSIEDAD MODERADA
1	2	3	1	1	3	2	32	24	BAJO	11	BAJA ANSIEDAD
3	3	3	3	3	3	3	53	94	ALTO	22	ANSIEDAD MODERADA
3	3	2	2	3	2	2	52	93	ALTO	21	ANSIEDAD MODERADA
2	2	3	2	2	3	2	41	70	ALTO	18	BAJA ANSIEDAD
1	1	3	1	1	3	1	34	36	MEDIO	3	BAJA ANSIEDAD
2	2	3	3	2	3	3	50	89	ALTO	21	ANSIEDAD MODERADA
2	2	2	1	2	3	1	37	51	ALTO	10	BAJA ANSIEDAD
3	3	3	3	3	3	2	51	91	ALTO	19	ANSIEDAD MODERADA
2	1	4	1	2	3	2	35	46	ALTO	15	BAJA ANSIEDAD
3	2	3	3	2	3	3	52	93	ALTO	21	ANSIEDAD MODERADA
1	1	4	1	1	3	1	26	6	BAJO	4	BAJA ANSIEDAD
1	1	4	1	1	3	1	27	11	BAJO	2	BAJA ANSIEDAD
2	1	3	2	3	2	2	41	70	ALTO	16	BAJA ANSIEDAD
2	1	3	1	1	2	2	29	12	BAJO	6	BAJA ANSIEDAD
1	3	1	1	3	2	2	54	94	ALTO	17	BAJA ANSIEDAD
1	1	4	1	1	3	2	35	40	MEDIO	12	BAJA ANSIEDAD
2	1	4	1	1	2	1	27	7	BAJO	3	BAJA ANSIEDAD
2	2	2	3	3	2	2	53	94	ALTO	20	ANSIEDAD MODERADA
1	2	3	2	1	4	1	30	24	BAJO	5	BAJA ANSIEDAD
1	1	4	1	1	4	2	25	5	BAJO	5	BAJA ANSIEDAD
1	1	4	1	1	4	2	27	7	BAJO	9	BAJA ANSIEDAD
2	2	3	1	3	3	2	42	73	ALTO	15	BAJA ANSIEDAD
2	3	1	4	1	2	4	69	0	BAJO	22	ANSIEDAD MODERADA
2	2	2	2	2	2	2	47	86	ALTO	18	ANSIEDAD MODERADA

1	1	4	1	1	3	1	26	6	BAJO	3	BAJA ANSIEDAD
1	1	4	1	1	4	1	25	5	BAJO	2	BAJA ANSIEDAD
2	1	2	1	3	2	2	47	84	ALTO	16	BAJA ANSIEDAD
1	1	3	1	1	4	2	29	12	BAJO	11	BAJA ANSIEDAD
1	1	3	1	2	3	3	35	40	MEDIO	15	BAJA ANSIEDAD
2	2	3	2	3	3	2	43	76	ALTO	21	ANSIEDAD MODERADA
4	4	4	4	4	4	4	56	95	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
1	2	3	2	1	4	2	34	36	MEDIO	13	BAJA ANSIEDAD
2	1	3	1	2	3	1	37	51	ALTO	8	BAJA ANSIEDAD
2	3	2	2	3	2	2	53	94	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
1	1	1	1	3	1	1	39	60	ALTO	6	BAJA ANSIEDAD
4	1	4	1	2	4	1	34	36	MEDIO	10	BAJA ANSIEDAD
2	2	3	2	2	2	3	49	87	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA

2	2	4	3	3	3	2	45	79	ALTO	20	ANSIEDAD MODERADA
2	2	3	2	2	3	2	38	55	ALTO	15	BAJA ANSIEDAD
2	2	2	3	3	2	2	50	89	ALTO	21	ANSIEDAD MODERADA
1	2	2	1	1	3	1	32	24	BAJO	3	BAJA ANSIEDAD
1	1	4	1	1	4	1	23	2	BAJO	1	BAJA ANSIEDAD
2	2	1	2	3	1	2	48	86	ALTO	15	BAJA ANSIEDAD
1	1	3	1	1	3	1	29	12	BAJO	2	BAJA ANSIEDAD
2	1	2	2	1	2	1	43	76	ALTO	18	BAJA ANSIEDAD
2	1	4	1	1	3	2	37	53	ALTO	16	BAJA ANSIEDAD
1	1	2	1	1	2	3	44	79	ALTO	12	BAJA ANSIEDAD
2	2	2	2	2	2	2	47	86	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
3	3	3	4	4	3	3	56	95	ALTO	20	ANSIEDAD MODERADA
1	1	4	1	3	3	3	32	24	BAJO	8	BAJA ANSIEDAD
2	2	2	2	2	2	2	45	81	ALTO	17	BAJA ANSIEDAD
2	1	2	1	2	1	2	44	76	ALTO	8	BAJA ANSIEDAD
4	4	1	4	4	1	4	74	0	BAJO	22	ANSIEDAD MODERADA
3	3	3	3	3	3	3	51	91	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
1	2	3	2	2	3	2	44	79	ALTO	20	ANSIEDAD MODERADA
1	1	4	1	1	3	2	27	10	BAJO	6	BAJA ANSIEDAD
2	2	4	1	2	4	3	33	39	MEDIO	11	BAJA ANSIEDAD
1	2	2	2	2	2	2	46	84	ALTO	17	BAJA ANSIEDAD
1	1	3	1	2	3	2	33	30	ALTO	8	BAJA ANSIEDAD
1	1	3	2	4	3	2	38	55	ALTO	7	BAJA ANSIEDAD



1	1	4	2	3	3	4	36	45	ALTO	14	BAJA ANSIEDAD
4	4	2	4	2	2	4	65	98	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
1	1	3	1	2	3	2	36	45	ALTO	13	BAJA ANSIEDAD
3	1	3	2	1	4	2	39	60	ALTO	19	ANSIEDAD MODERADA
1	1	4	1	1	4	1	22	1	BAJO	1	BAJA ANSIEDAD
1	1	4	1	2	3	3	37	51	ALTO	11	BAJA ANSIEDAD
2	2	3	2	2	3	2	43	76	ALTO	19	ANSIEDAD MODERADA
1	1	4	2	4	4	4	35	46	ALTO	13	BAJA ANSIEDAD
1	1	4	1	1	4	2	26	6	BAJO	4	BAJA ANSIEDAD
2	1	3	1	1	2	2	36	45	ALTO	9	BAJA ANSIEDAD
1	4	3	1	1	4	1	41	70	ALTO	7	BAJA ANSIEDAD
2	3	3	2	3	3	3	57	97	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
1	1	4	1	1	3	2	26	9	BAJO	7	BAJA ANSIEDAD
3	3	2	2	2	4	2	50	89	ALTO	19	ANSIEDAD MODERADA
3	4	2	3	2	1	4	60	97	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
1	1	4	1	1	4	2	25	5	BAJO	6	BAJA ANSIEDAD
2	2	2	2	2	2	2	47	86	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
2	3	2	2	3	2	3	60	97	ALTO	22	ANSIEDAD MODERADA
1	1	4	1	1	4	1	26	6	BAJO	4	BAJA ANSIEDAD
2	2	2	2	2	2	2	47	86	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
3	1	3	1	1	3	1	28	10	BAJO	4	BAJA ANSIEDAD
1	1	3	1	1	4	1	23	2	BAJO	1	BAJA ANSIEDAD
2	2	2	2	2	2	2	48	86	ALTO	14	BAJA ANSIEDAD
1	1	4	1	1	3	2	28	10	BAJO	2	BAJA ANSIEDAD

1	1	3	1	2	3	1	32	34	MEDIO	8	BAJA ANSIEDAD
1	1	3	1	2	2	2	35	40	MEDIO	7	BAJA ANSIEDAD
1	1	3	2	1	3	2	34	40	MEDIO	11	BAJA ANSIEDAD
1	1	3	1	1	3	1	28	10	BAJO	2	BAJA ANSIEDAD
1	3	2	1	1	3	2	36	50	ALTO	13	BAJA ANSIEDAD
2	2	2	2	2	2	2	46	84	ALTO	19	ANSIEDAD MODERADA
1	1	3	1	1	3	1	28	10	BAJO	6	BAJA ANSIEDAD
3	1	4	2	1	3	2	35	40	MEDIO	10	BAJA ANSIEDAD
3	2	3	3	1	2	1	41	70	ALTO	13	BAJA ANSIEDAD
1	2	2	2	2	3	2	41	70	ALTO	19	ANSIEDAD MODERADA
3	2	3	2	3	2	3	51	91	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
2	2	2	2	2	2	2	47	86	ALTO	22	ANSIEDAD MODERADA

1	1	3	1	2	1	1	38	55	ALTO	17	BAJA ANSIEDAD
3	4	2	3	3	2	2	49	87	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
1	2	2	2	2	1	2	47	86	ALTO	17	BAJA ANSIEDAD
3	1	1	2	2	1	2	47	86	ALTO	16	BAJA ANSIEDAD
2	2	2	2	2	2	2	47	84	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
2	2	2	2	2	2	2	47	86	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
1	1	3	2	1	3	2	29	12	BAJO	7	BAJA ANSIEDAD
2	2	3	1	2	2	2	44	79	ALTO	22	ANSIEDAD MODERADA
1	1	4	1	1	4	1	25	7	BAJO	1	BAJA ANSIEDAD
3	2	4	2	2	4	1	25	5	BAJO	7	BAJA ANSIEDAD
2	2	2	2	2	2	2	47	86	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
1	1	4	1	1	4	1	31	20	BAJO	11	BAJA ANSIEDAD
1	1	4	1	1	4	1	23	2	BAJO	1	BAJA ANSIEDAD
1	1	4	1	1	4	1	26	6	BAJO	1	BAJA ANSIEDAD
1	2	3	2	1	3	3	37	51	ALTO	13	BAJA ANSIEDAD
2	2	1	2	2	1	3	47	84	ALTO	17	BAJA ANSIEDAD
2	2	2	2	2	2	2	47	86	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
2	1	4	2	3	4	2	40	65	ALTO	20	ANSIEDAD MODERADA
2	2	2	2	2	3	2	42	68	ALTO	16	BAJA ANSIEDAD
2	2	2	2	2	2	2	47	86	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
3	3	3	3	3	3	3	49	87	ALTO	22	ANSIEDAD MODERADA
3	4	2	2	2	2	4	57	97	ALTO	23	ANSIEDAD MODERADA
1	1	3	1	1	4	2	32	24	BAJO	8	BAJA ANSIEDAD
1	1	4	1	1	4	1	26	6	BAJO	2	BAJA ANSIEDAD
1	1	4	2	1	4	1	22	1	BAJO	8	BAJA ANSIEDAD

## CUESTIONARIO DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO

ENCUESTADOS	PREGUNTAS										TOTAL	INTERPRETACIÓN
	ITEM 1	ITEM 2	M 3	ITEM 4	ITEM 5	ITEM 6	ITEM 7	M 8	ITEM 9	ITEM 10		
1	5	2	2	2	2	4	2	2	2	2	25	SI PRESENTA E.E
2	5	3	3	5	3	2	2	1	2	2	28	SI PRESENTA E.E
3	6	3	3	3	3	5	2	1	1	5	32	SI PRESENTA E.E
4	6	1	1	1	1	6	1	1	1	6	25	SI PRESENTA E.E
5	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	13	NO PRESENTA E.E
6	4	1	1	1	1	7	1	2	2	6	26	SI PRESENTA E.E
7	2	1	1	1	1	3	1	1	1	2	14	NO PRESENTA E.E
8	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	38	SI PRESENTA E.E
9	5	3	3	3	3	6	2	3	3	6	37	SI PRESENTA E.E
10	6	2	2	2	2	5	2	2	2	6	31	SI PRESENTA E.E
11	6	2	1	3	1	4	3	1	1	2	24	NO PRESENTA E.E
12	4	1	2	3	1	2	2	1	1	2	19	NO PRESENTA E.E
13	3	3	5	5	6	5	4	5	5	4	45	SI PRESENTA E.E
14	6	1	2	3	1	7	1	1	1	7	30	SI PRESENTA E.E
15	2	1	1	1	1	6	1	2	1	1	17	NO PRESENTA E.E
16	7	2	4	4	4	4	4	4	4	3	40	SI PRESENTA E.E
17	2	2	2	2	1	3	2	2	5	6	27	SI PRESENTA E.E
18	5	2	2	1	2	4	2	1	2	4	25	SI PRESENTA E.E
19	6	1	4	5	2	3	4	1	7	6	39	SI PRESENTA E.E
20	6	1	1	2	1	6	1	1	2	6	27	SI PRESENTA E.E
21	6	1	1	1	1	6	1	1	1	6	25	SI PRESENTA E.E
22	4	1	1	1	1	3	1	1	1	3	17	NO PRESENTA E.E
23	4	1	2	3	1	1	2	2	3	2	21	NO PRESENTA E.E
24	2	2	1	4	2	2	2	1	2	2	20	NO PRESENTA E.E
25	7	1	1	2	1	7	2	1	2	7	31	SI PRESENTA E.E
26	7	2	4	4	5	4	3	1	1	6	37	SI PRESENTA E.E
27	6	2	2	2	2	6	2	2	2	6	32	SI PRESENTA E.E
28	6	1	3	2	1	2	2	1	2	2	22	NO PRESENTA E.E
29	6	2	2	2	2	6	2	2	2	6	32	SI PRESENTA E.E
30	6	2	3	1	1	7	1	2	1	7	31	SI PRESENTA E.E
31	1	7	7	7	7	1	7	7	7	1	52	SI PRESENTA E.E
32	4	4	3	2	5	7	3	3	3	6	40	SIPRESENTA E.E
33	2	1	1	2	1	1	2	3	4	1	18	NO PRESENTA E.E

34	3	2	7	4	2	2	2	4	1	2	29	SI PRESENTA E.E
35	5	2	4	1	3	3	2	1	2	2	25	SI PRESENTA E.E
36	5	3	3	3	1	1	1	1	1	1	20	NO PRESENTA E.E
37	6	2	2	2	1	5	2	2	1	5	28	SI PRESENTA E.E
38	2	2	2	4	2	2	2	1	3	2	22	NO PRESENTA E.E
39	6	2	3	2	1	5	2	1	2	5	29	SI PRESENTA E.E
40	6	3	3	1	1	6	1	3	4	5	33	SI PRESENTA E.E
41	2	2	2	1	1	3	1	1	1	2	16	NO PRESENTA E.E
42	5	4	2	2	2	2	2	4	2	1	26	SI PRESENTA E.E
43	6	2	4	3	4	3	5	5	4	3	39	SI PRESENTA E.E

44	6	2	2	2	2	3	1	1	1	2	22	NO PRESENTA E.E
45	6	1	1	2	1	6	2	1	1	3	24	NO PRESENTA E.E
46	6	1	1	1	1	4	1	1	1	7	24	NO PRESENTA E.E
47	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	13	NO PRESENTA E.E
48	3	4	6	6	2	4	5	6	5	3	44	SI PRESENTA E.E
49	6	3	2	3	3	4	1	2	2	4	30	SIPRESENTA E.E
50	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	NO PRESENTA E.E
51	2	5	6	5	4	3	5	5	4	3	42	SI PRESENTA E.E
52	4	6	6	4	6	4	7	6	7	3	53	SI PRESENTA E.E
53	5	2	1	1	2	7	1	1	1	6	27	SI PRESENTA E.E
54	4	5	4	4	5	4	4	4	4	5	43	SI PRESENTA E.E
55	6	3	2	4	4	2	4	1	2	1	29	SI PRESENTA E.E
56	3	2	1	2	2	2	4	4	2	3	25	SI PRESENTA E.E
57	6	1	1	1	1	6	1	1	1	7	26	SI PRESENTA E.E
58	4	2	2	2	2	6	3	3	3	2	29	SI PRESENTA E.E
59	4	1	1	1	1	1	1	1	1	6	18	NO PRESENTA E.E
60	6	2	2	1	1	1	3	4	1	1	22	NO PRESENTA E.E
61	6	1	3	2	1	2	1	1	1	6	24	NO PRESENTA E.E
62	5	2	2	3	1	3	2	1	2	2	23	NO PRESENTA E.E
63	4	1	1	2	1	1	2	1	2	1	16	NO PRESENTA E.E
64	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	12	NO PRESENTA E.E
65	5	1	3	1	2	4	2	3	3	3	17	NO PRESENTA E.E
66	6	1	3	3	1	6	1	3	2	1	17	NO PRESENTA E.E
67	3	2	2	1	4	3	1	1	3	5	25	NO PRESENTA E.E

68	4	1	1	1	2	2	1	1	1	2	16	NO PRESENTA E.E
69	2	3	7	2	2	2	2	5	1	2	18	NO PRESENTA E.E
70	5	1	2	4	3	2	4	5	1	1	18	NO PRESENTA E.E
71	2	1	3	5	4	3	3	1	1	1	24	NO PRESENTA E.E
72	6	1	1	1	1	1	2	1	1	2	17	NO PRESENTA E.E
73	1	1	2	1	1	1	1	1	3	1	13	NO PRESENTA E.E
74	6	1	1	2	1	7	1	1	1	6	27	SI PRESENTA E.E
75	5	3	2	2	3	5	3	4	4	5	36	SI PRESENTA E.E
76	5	3	4	3	3	4	3	2	5	4	36	SI PRESENTA E.E
77	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	NO PRESENTA E.E
78	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	NO PRESENTA E.E
79	5	4	4	5	3	5	4	3	3	5	41	SI PRESENTA E.E
80	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	14	NO PRESENTA E.E
81	5	1	3	1	1	3	2	1	1	1	19	NO PRESENTA E.E
82	5	5	6	3	4	2	3	3	3	3	37	SI PRESENTA E.E
83	6	3	3	3	4	5	3	4	2	6	39	SI PRESENTA E.E
84	7	1	1	2	1	7	2	2	1	1	25	SI PRESENTA E.E
85	6	2	2	2	2	6	2	2	2	6	22	NO PRESENTA E.E
86	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	40	SI PRESENTA E.E
87	7	1	1	2	1	7	1	2	1	7	30	SI PRESENTA E.E
88	3	3	2	2	1	3	2	4	1	3	24	NO PRESENTA E.E
89	5	3	2	3	4	5	4	5	5	2	38	SI PRESENTA E.E
90	5	3	4	1	3	5	3	2	2	3	31	SI PRESENTA E.E

91	2	4	1	7	3	1	6	1	1	1	27	SI PRESENTA E.E
92	2	3	4	2	2	1	3	1	2	3	23	NO PRESENTA E.E
93	1	6	1	3	4	1	3	2	2	1	24	NO PRESENTA E.E
94	3	1	2	2	2	2	1	1	2	3	19	NO PRESENTA E.E
95	6	3	3	4	3	6	2	3	3	6	39	SI PRESENTA E.E
96	6	1	2	2	2	3	2	3	3	3	27	SI PRESENTA E.E
97	5	4	6	4	3	5	4	3	4	5	23	NO PRESENTA E.E
98	5	2	1	2	2	5	1	2	1	5	16	NO PRESENTA E.E
99	1	2	1	1	2	2	2	1	2	2	16	NO PRESENTA E.E

100	3	6	5	5	6	3	5	5	5	3	46	SI PRESENTA E.E
101	5	3	2	2	5	6	5	5	5	2	40	SI PRESENTA E.E
102	6	1	1	2	1	6	2	2	1	6	28	SI PRESENTA E.E
103	6	2	2	2	2	6	2	2	2	6	32	SI PRESENTA E.E
104	7	1	2	1	2	7	2	1	2	7	32	SI PRESENTA E.E
105	6	3	5	7	7	7	4	4	3	7	53	SI PRESENTA E.E
106	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	13	NO PRESENTA E.E
107	6	1	1	4	1	2	1	1	1	1	19	NO PRESENTA E.E
108	1	1	1	1	1	6	1	1	1	1	15	NO PRESENTA E.E
109	2	1	4	1	3	2	4	1	2	3	23	NO PRESENTA E.E
110	6	5	3	6	5	2	3	2	2	6	40	SI PRESENTA E.E
111	2	2	6	4	1	2	1	2	1	2	23	NO PRESENTA E.E
112	6	3	5	5	1	2	2	4	1	1	30	SI PRESENTA E.E
113	6	4	3	1	3	1	5	1	2	1	27	SI PRESENTA E.E
114	7	6	6	7	6	3	7	7	6	1	56	SI PRESENTA E.E
115	4	2	2	2	1	7	1	2	2	7	30	SI PRESENTA E.E
116	3	2	1	3	2	6	2	1	4	4	28	SI PRESENTA E.E
117	7	2	2	2	2	1	2	2	2	6	28	SI PRESENTA E.E
118	5	1	1	3	1	1	2	2	2	1	19	NO PRESENTA E.E
119	4	2	2	3	2	1	2	4	1	1	22	NO PRESENTA E.E
120	1	2	7	7	5	1	2	2	5	1	33	SI PRESENTA E.E
121	7	1	2	1	1	6	1	1	2	7	29	SI PRESENTA E.E
122	4	1	4	4	1	3	4	1	1	7	30	SI PRESENTA E.E
123	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	NO PRESENTA E.E
124	3	4	5	5	6	4	5	5	5	3	45	SI PRESENTA E.E
125	5	2	2	2	2	4	1	2	2	1	23	NO PRESENTA E.E
126	6	1	3	3	1	5	2	2	2	6	31	SI PRESENTA E.E
127	4	6	7	4	5	3	4	6	5	3	47	SI PRESENTA E.E
128	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	17	NO PRESENTA E.E
129	6	3	3	2	3	6	3	2	3	6	37	SI PRESENTA E.E
130	4	3	2	5	4	5	6	5	5	2	41	SI PRESENTA E.E
131	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	NO PRESENTA E.E
132	6	2	2	2	2	6	2	2	2	6	32	SI PRESENTA E.E

133	6	1	1	1	1	5	1	1	1	7	25	SI PRESENTA E.E
134	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	NO PRESENTA E.E
135	5	2	3	3	3	4	4	4	3	6	37	SI PRESENTA E.E
136	7	1	1	1	1	3	2	2	2	4	24	NO PRESENTA E.E
137	3	3	2	2	2	2	4	2	5	2	27	SI PRESENTA E.E

138	2	1	1	3	1	5	2	1	2	2	20	NO PRESENTA E.E
139	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	19	NO PRESENTA E.E
140	5	1	1	1	1	7	1	1	1	1	20	NO PRESENTA E.E
141	6	2	1	1	1	7	2	1	1	7	29	NO PRESENTA E.E
142	5	1	2	3	1	1	1	3	2	1	20	NO PRESENTA E.E
143	7	1	2	1	1	3	1	1	1	4	22	NO PRESENTA E.E
144	6	1	2	2	1	4	2	2	2	1	23	NO PRESENTA E.E
145	2	5	4	4	2	5	5	2	2	2	33	SI PRESENTA E.E
146	5	4	5	5	2	2	4	6	3	3	39	SI PRESENTA E.E
147	6	3	4	3	3	4	4	6	6	2	41	SI PRESENTA E.E
148	2	3	7	6	6	7	3	2	4	4	44	SI PRESENTA E.E
149	7	1	2	1	1	7	1	1	1	7	29	SI PRESENTA E.E
150	3	3	4	6	4	4	6	6	6	2	44	SI PRESENTA E.E
151	7	2	1	1	2	7	2	1	1	6	30	SI PRESENTA E.E
152	6	2	1	2	2	6	1	1	2	6	29	NO PRESENTA E.E
153	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	40	SI PRESENTA E.E
154	6	4	4	4	2	5	3	2	3	4	37	SI PRESENTA E.E
155	6	1	1	2	1	6	1	1	1	6	26	SI PRESENTA E.E
156	6	1	1	2	2	7	1	1	1	2	24	NO PRESENTA E.E
157	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	13	NO PRESENTA E.E
158	6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	NO PRESENTA E.E
159	2	4	3	6	2	1	7	6	6	2	39	SI PRESENTA E.E
160	1	6	1	1	1	1	1	1	1	1	15	NO PRESENTA E.E
161	3	1	1	1	1	3	1	1	1	7	20	NO PRESENTA E.E
162	1	1	1	1	1	7	1	1	1	7	22	NO PRESENTA E.E
163	4	1	2	2	2	1	2	4	2	2	22	NO PRESENTA E.E
164	6	2	3	3	3	6	3	3	3	5	37	SI PRESENTA E.E

165	6	1	1	2	2	6	2	1	2	6	29	SI PRESENTA E.E
166	6	1	1	1	3	1	2	2	1	1	19	NO PRESENTA E.E
167	6	2	1	2	1	1	2	1	2	1	19	NO PRESENTA E.E
168	6	2	3	3	3	5	3	1	3	7	36	SI PRESENTA E.E
169	6	1	2	3	3	6	2	2	2	6	33	SI PRESENTA E.E
170	6	1	5	3	2	3	4	4	4	5	37	SI PRESENTA E.E
171	7	1	1	1	1	7	1	1	2	6	28	SI PRESENTA E.E
172	1	1	6	1	1	1	1	1	1	1	15	NO PRESENTA E.E
173	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	22	NO PRESENTA E.E



ANEXO 07: Consentimiento informado



UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Luego de haber sido debidamente informado de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi persona como parte de la investigación denominada "Ansiedad y Evitación Experiencial en Internos de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Particular de Huancayo, 2021."

Mediante la firma de este documento acepto participar voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por los investigadores responsables:

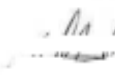
Thalía Morelia De La Cruz Cuba y Patricia Mallqui Segura

Se me ha notificado que mi participación es totalmente libre y voluntaria y que aun después de iniciada puedo rehusarme a responder cualquier de las preguntas o decidir suspender mi participación en cualquier momento, sin que ello me ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que mis respuestas a las preguntas y aportes serán absolutamente confidenciales y que las conocerá solo el equipo de profesionales involucradas en la investigación; y se me ha informado que se resguardará mi identidad en la obtención, elaboración y divulgación del material producido.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que todas las preguntas acerca del estudio o sobre los derechos a participar en el mismo me serán respondidas.

Huancayo.....24.....de.....octubre.....2021



  
\_\_\_\_\_  
(Participante)  
Apellidos y nombres:.....  
Nº DNI :.....

## ANEXO 08: Declaración de Confidencialidad

### DECLARACIÓN DE CONFIDENCIALIDAD

Yo, Thalia Morelia De La Cruz Cuba identificado (a) con DNI N°77334073, egresada la escuela profesional de Psicología, (vengo/habiendo) implementando/implementado el proyecto de investigación titulado “ANSIEDAD Y EVITACIÓN EXPERIENCIAL EN INTERNOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR DE HUANCAYO, 2021”, en ese contexto declaro bajo juramento que los datos que se generen como producto de la investigación, así como la identidad de los participantes serán preservados y serán usados únicamente con fines de investigación de acuerdo a lo especificado en los artículos 27 y 28 del Reglamento General de Investigación y en los artículos 4 y 5 del Código de Ética para la investigación Científica de la Universidad Peruana Los Andes , salvo con autorización expresa y documentada de alguno de ellos.

Huancayo, .....de .....2021.




  
Apellidos y nombres: De la Cruz Cuba Thalia M.

### DECLARACIÓN DE CONFIDENCIALIDAD

Yo, Patricia Mallqui Segura identificado (a) con DNI N° 47665630, egresada la escuela profesional de Psicología, (vengo/habiendo) implementando/implementado el proyecto de investigación titulado “ANSIEDAD Y EVITACIÓN EXPERIENCIAL EN INTERNOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR DE HUANCAYO, 2021”, en ese contexto declaro bajo juramento que los datos que se generen como producto de la investigación, así como la identidad de los participantes serán preservados y serán usados únicamente con fines de investigación de acuerdo a lo especificado en los artículos 27 y 28 del Reglamento General de Investigación y en los artículos 4 y 5 del Código de Ética para la investigación Científica de la Universidad Peruana Los Andes , salvo con autorización expresa y documentada de alguno de ellos.

Huancayo, 28 de sep. 2021.



  
Apellidos y nombres: Mallqui Segura Patricia

## ANEXO 09: Evidencias de la aplicación del instrumento



### UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD



"AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERÚ: 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA"  
**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**  
"Excelencia en Salud.... De los Andes al Mundo"

Huancayo, 30 de setiembre de 2021

OFICIO MULTIPLE N° 015-EPPs-FCS-UPLA-2021/Virtual

Señores:  
Mg. Gusiela Franco Livano  
Mg. Giancarlo Villalva Lázaro  
DOCENTES DE PRACTICAS PRE PROFESIONALES A E.P. DE PSICOLOGIA

Presente. -

**ASUNTO:** AUTORIZACIÓN PARA REALIZAR INVESTIGACIÓN  
**REFERENCIA:** Carta de presentación

Es grato dirigirme a usted, para saludarlo cordialmente y en mérito al documento de la referencia solicitarle tenga a bien otorgar las facilidades para la realización del proyecto de investigación titulada: "ANSIEDAD Y EVITACIÓN EXPERIENCIAL EN INTERNOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR DE HUANCAYO, 2021". a cargo de las estudiantes De La Cruz Cuba Thalía Morelia y Mallqui Segura, Patricia, teniendo como asesores a la Mg. Rafael Pucuhuaranga Maena y Zuñiga Cabeza Yesenia. Asimismo, deberá tener en consideración que la participación de los estudiantes es voluntaria y previa disposición del horario.

Agradeciendo su gentil atención al presente aprovecho a esta para expresarle las muestras de mi especial diferencia.



**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES**  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

  
DRA. MARIBEL RUIZ BALVIN  
Directora de la Escuela Profesional  
de Psicología

C/c  
Archivo  
MRB/cvmt

**MISIÓN:**  
Somos una unidad académica formadora de profesionales científicos, técnicos y humanistas competitivos en el campo de Ciencias de la Salud con docentes altamente calificados que promueven la labor interdisciplinaria, aprovechando la infraestructura, equipamiento y ubicación geográfica, para promover el desarrollo sostenible de la región y del país.



ANEXO 10: Constancia de la Aplicación de los instrumentos



**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**



"FACIO DE LA UNIVERSALIZACIÓN DE LA SALUD"

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**  
"Excellencia en Salud... De los Andes al Mundo"

**LA QUE SUSCRIBE, LA DIRECTORA DE LA ESCUELA  
PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD  
PERUANA LOS ANDES, DEJA:**

# CONSTANCIA

Que las bachilleres DE LA CRUZ CUBA, THALÍA y MALLQUI SEGURA, PATRICIA, han aplicado Inventario De Ansiedad Rasgo - Estado (IDARE) y el Cuestionario de Aceptación y Acción - II (AAQ-II) a los estudiantes del IX y X ciclo de la Escuela Profesional de Psicología, dentro del proceso de realización de la investigación titulada "ANSIEDAD Y EVITACIÓN EXPERIENCIAL EN INTERNOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR DE HUANCAYO 2021", para obtener el título de psicólogo, remitiendo el respectivo informe de los resultados a esta Dirección

Se expide le presente a solicitud de las interesados

Huancayo, 06 de diciembre de 2021



**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES**  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

**DRA. MARIBEL RUIZ BALVIN**  
Directora de la Escuela Profesional  
de Psicología

**Oficina  
Asesoría  
MBA/psicología  
Fórmula (10)  
SECCIÓN**

Somos una unidad académica formada por profesionales científicos, técnicos y humanistas comprometidos en el campo de Ciencias de la Salud, con docentes altamente calificados que potencian la labor interdisciplinaria, aprovechando la infraestructura, equipamiento y ubicación geográfica, para promover el desarrollo sostenible de la región y del país.



## 6. INVENTARIO DE ANSIEDAD: RASGO - ESTADO (IDARE) \*

A continuación, le presentamos algunas frases que la gente usa para describirse a sí mismo. Lea cada frase y marque con una "X" dentro del casillero que corresponde al número que mejor describa cómo se siente usted ahora mismo, es decir, en este momento. No hay respuestas correctas ni incorrectas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa cómo se siente ahora.

Marca solo un óvalo por fila.

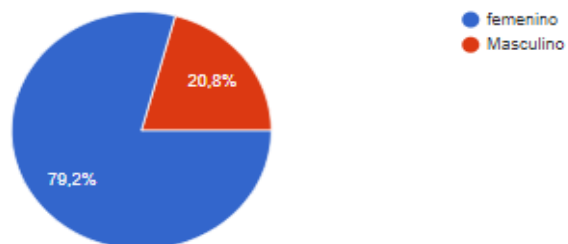
	No en absoluto	Un poco	Bastante	Mucho
¿Me siento tranquilo?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me siento seguro?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Estoy tenso?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Estoy fastidiado? (molesto o enojado)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Estoy a gusto?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me siento alterado?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Tengo ahora un problema que me preocupa?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me siento aliviado?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me siento intranquilo?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me siento cómodo?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me siento con confianza en mí mismo?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me siento nervioso?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me siento agitado?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me siento "a punto de reventar"?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me siento reposado?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me siento satisfecho?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me siento preocupado?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me siento alterado y muy confundido?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me siento alegre?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me siento bien?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



¿Me encuentro bien?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me canso rápidamente?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Siento ganas de llorar?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me gustaría ser tan feliz como otros?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Pierdo oportunidades por no decidirme pronto?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me siento descansado?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Soy una persona tranquila, serena y sosegada?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me preocupo demasiado por cosas sin importancia?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Soy feliz?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Suelo tomar las cosas demasiado seriamente?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me falta confianza en mí mismo?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me siento cómodo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿No suelo afrontar las crisis o dificultades?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me siento triste (melancólico)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Estoy satisfecho?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me rondan y molestan pensamientos sin importancia?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Me afectan tanto los engaños que no puedo olvidarlos?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Soy una persona estable?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Cuándo pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales, me pongo tenso y agitado?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## ANEXO 12: Gráficos del google forms

genero  
173 respuestas



**FALTA EVIDENCIA FOTOGRAFICA DE LA APLICACION DE SUS INSTRUMENTOS**

## CUESTIONARIO DE ACEPTACION Y ACCION II



## INVENTARIO DE ANSIEDAD: RASGO - ESTADO (IDARE)

### INVENTARIO DE ANSIEDAD: RASGO - ESTADO (IDARE)

