

# Experiencia de ansiedad desde la perspectiva humanista existencial en estudiantes universitarios de Cali y Cartagena<sup>1</sup>

Experience of anxiety from the existential humanist perspective in university students of Cali and Cartagena

Ansiedade experiênciã na perspectiva humanista existencial em estudantes universitários em Cali e Cartagena

Alberto Mario De Castro Correa <sup>2</sup>  
Universidad del Norte, Barranquilla, Colombia

Johana Carolina De La Ossa Sierra<sup>3</sup>  
Universidad de San Buenaventura, Cartagena, Colombia

Amelia del Cristo Eljadue Rizcala<sup>4</sup>  
Universidad de San Buenaventura, Cartagena, Colombia

RECIBIDO: 31 DE MAYO DE 2015 • APROBADO: 30 DE MARZO DE 2016

- 1 Artículo de investigación
- 2 Docente y director de posgrados en Psicología- Universidad Del Norte- Doctor en Psychology, clinical track de la Saybrook University U.S.A; Magister en Psicología de la Universidad de Dallas U.S.A y Psicólogo de la Universidad del Norte. Miembro activo del Grupo de Investigación en Psicología de la Universidad del Norte. E-mail: amdecast@uninorte.edu.co
- 3 Profesora tiempo completo, programa de Psicología de la Facultad de Educación Ciencias Humanas y Sociales, Universidad San Buenaventura Cartagena. Psicóloga, Especialista en Psicología Clínica, Magister en Psicología, Universidad del Norte, Barranquilla-Colombia. Investigadora líder Semillero de Investigación en psicología humanista (PSIHUM), miembro del grupo de investigación en psicología GIPSI. Universidad de San Buenaventura Cartagena. E-mail: delaossasierra@gmail.com
- 4 Psicóloga, egresada del programa de Psicología de la Facultad de Educación Ciencias Humanas y Sociales, Universidad San Buenaventura Cartagena, investigadora miembro del semillero de investigación en psicología Humanista PSIHUM.

Para citar este artículo: De Castro, A.; De la Ossa, J. y Eljadue, A. (2016). Experiencia de ansiedad desde la perspectiva humanista existencial en estudiantes universitarios de Cali y Cartagena. *Itinerario Educativo*, 68, 79-94

**Resumen.** El presente estudio tiene por objetivo describir la experiencia de ansiedad desde la perspectiva humanista – existencial, en una muestra de 300 estudiantes universitarios de las ciudades de Cali y Cartagena. Abordando la sintomatología y las vías de la ansiedad presentes en dichos estudiantes. La ansiedad dentro del contexto universitario es uno de los motivos de consulta más comunes en área de bienestar estudiantil (Agudelo, Casadiego & Sánchez, 2008), de ahí la importancia del estudio. Los resultados muestran predominio de sintomatología de la ansiedad en la dimensión psicológica. Además, una tendencia a enfrentar la experiencia de ansiedad de forma constructiva. No se observan diferencias estadísticamente significativas entre los resultados obtenidos en cada una de las muestras (Universitarios de Cali y Cartagena).

**Palabras clave.** Universitarios, Ansiedad, neurótico, constructivo (Tesauro Unesco).

**Abstract.** This study aims to describe the anxiety experience from an existential-humanistic perspective in a sample of 300 college students from the cities of Cali and Cartagena, dealing with the symptomatology and the way these students face anxiety. The anxiety in the college context is the leading reason for attending to university welfare (Agudelo, Garzón & Sánchez, 2008). The results shows the presence of anxiety symptoms in the psychological dimension and a tendency of facing anxiety in a constructive way. There are no statistical differences between the results in each sample (College students from Cali and Cartagena).

**Key words.** College students, anxiety, neurotic, constructive (Thesaurus Unesco).

## Introducción

El presente estudio tiene como objetivo describir la experiencia de ansiedad desde la perspectiva humanista existencial en estudiantes universitarios de las ciudades de Cali y Cartagena. Desde dicha perspectiva, la ansiedad no es vista como una variable meramente

patológica y paralizante, sino, como una característica que incluso si logra ser enfrentada prepara a los estudiantes para el enfrentamiento de las situaciones cotidianas (May, 1977).

Con el fin de responder al objetivo del estudio se aplicó un inventario para medir ansiedad (construido por De La Ossa, Noreña & De Castro, 2014), a una muestra de estudiantes universitarios, conformada por 150 estudiantes de la ciudad de Cali y 150 de Cartagena. Dicho inventario de ansiedad permite dar cuenta de lo que ocurre con los estudiantes con respecto a la sintomatología presente en la experiencia de ansiedad (Rojas, 2000), y a la manera como ellos están enfrentando las situaciones de ansiedad en su contexto universitario, en términos de constructiva y destructiva (Neurótico) (May, 2000).

Es importante mencionar que la ansiedad y la depresión constituyen importantes problemas de salud, dadas las altas tasas de prevalencia tanto en población normal como en población clínica (Agudelo, Casadiego & Sanchez, 2009). La ansiedad se considera como uno de los motivos más comunes de consulta en los servicios de asesoría y bienestar universitarios del país, y como un detonante en la aparición de conductas suicidas sino es manejada a tiempo (Amezquita, González & Zuluaga, 2003). La ansiedad es una variable que tiene una incidencia considerable en factores propios del contexto universitario: el rendimiento escolar, la deserción escolar y el bienestar psicológico (Agudelo, Casadiego & Sánchez, 2008).

## **Objetivo General**

Describir la experiencia de ansiedad desde la perspectiva humanista existencial en estudiantes universitarios de las ciudades de Cali y Cartagena.

## **Objetivos Específicos**

- Identificar la sintomatología ansiosa en estudiantes universitarios de Cali y Cartagena.
- Determinar si la experiencia de ansiedad en los estudiantes universitarios de Cali y Cartagena es confrontada de forma neurótica o constructiva.

## Metodología

**Tipo y Diseño de Investigación:** Descriptivo no experimental trasversal (Montero & León, 2007).

**Población:** Estudiantes universitarios entre los 17 y 28 años de edad.

**Muestra:** Muestreo no probabilístico por conveniencia (Hernández, Fernández & Baptista, 2007). Dicha muestra conformada por 300 estudiantes universitarios 150 de la ciudad de Cali y 150 de Cartagena. Se tomó como criterio de inclusión el rango etario de los participantes entre los 17 y 28 años de edad, dado que de acuerdo a las etapas del desarrollo propuestas por Erick Erikson las personas desarrollan su identidad principalmente en la adolescencia, pero en algunas personas este proceso se extiende incluso hasta a la adultez emergente, lo que permite una moratoria, un tiempo de espera sin las presiones del desarrollo (Erickson citado por Papalia, 2010).

**Técnicas e Instrumentos:** Se utilizó un inventario para medir ansiedad (construido por De La Ossa, Noreña & De Castro, 2014), dividido en dos dimensiones: síntomas (Rojas, 2000) y formas de enfrentar (May, 2000). El inventario fue sometido a análisis estadístico en el programa SPSS, los resultados de dicho análisis mostraron que el inventario posee un adecuado comportamiento psicométrico en lo referente a su confiabilidad y validez.

## Procedimiento

1. Construcción teórica y metodológica del estudio
2. Realización de la prueba Piloto
3. Exploración de las propiedades psicométricas de los instrumentos, con el fin de estimar la consistencia interna del inventario y en esa medida la pertinencia en la población (Campo & Oviedo, 2008).
4. Aplicación Inventario de Ansiedad
5. Identificación de las puntuaciones en cada una de las subdimensiones del inventario. Para esto se establecieron puntos de cohorte aplicando la prueba empírica del intervalo, la cual consistente en sumar y restar una desviación estándar a la media muestral en cada subdimensión del inventario aplicado.

6. Análisis descriptivos de los datos.
7. Elaboración de resultados y conclusiones del estudio.

## Marco Teórico

La ansiedad desde el enfoque humanista existencial es concebida como una característica ontológica (May, 1977), es decir, inherente al ser humano, y no como un mero síntoma patológico (De Castro & García 2011; De Castro, 2000). La ansiedad entonces, es la reacción básica que los seres humanos experimentan al ver amenazado un valor centrado, es decir, ver truncado un aspecto que resulta significativo para sus vidas (May, 1963), lo cual le genera un estado de aprensión o tensión excesiva al ser humano (Romero, 2008). En el caso de los estudiantes universitarios la experiencia de ansiedad suele generarse ante la posibilidad de no poder mantener el rendimiento académico (Agudelo, Casadiego & Sánchez, 2008), o en cierta medida ver frustrado su proyecto vital al ver que la carrera escogida no cumple con sus expectativas, ni con la manera como ellos desean orientarse en un futuro (De Castro & García, 2011).

Es importante aclarar que cuando May (1977) sostiene que la ansiedad se genera por la amenaza a *valores centrados*, no hace a referencia exclusiva a valores éticos, o morales, como la piedad o la tolerancia (De Castro & García, 2011), si no, a todos aquellos aspectos propios a la estima de cada persona (Romero, 2005), que surgen ante la posibilidad que tiene el ser humano de valorar y dar significado a sus acciones, es decir, que los valores centrados serán todos aquellos aspectos valiosos o significativos que le prestan un sentido y una valía a la vida de los seres humanos (May, 2000).

Con frecuencia la ansiedad es confundida con términos afines tales como angustia, estrés o miedo, lo cierto es que en gran parte de la literatura médica suelen aparecer como sinónimos (Rojas, 2000). De hecho, se habla de angustia y ansiedad como conceptos equivalentes, siendo fenómenos discriminables (Romero, 2003). La ansiedad se caracteriza por la presencia de manifestaciones psicológicas e intelectuales y por tener un efecto activador, lo que aumenta la posibilidad de aparición de conductas suicidas, mientras que la angustia por el contrario, se caracteriza por la presencia de manifestaciones más físicas y viscerales, produciendo una reacción asténica o paralizante en el individuo (Rojas,

2000). Sin embargo, tanto la angustia como la ansiedad son de referente difuso, vago, inconcreto e indefinido (Rojas, 2000), no es fácil saber que las genera, dado que afloran ante la inminencia de un peligro para la existencia (Ravagnan, 1981).

Otro concepto que es pertinente diferenciar de la ansiedad es el miedo, puesto que estos suelen ser confundidos en el uso común (Romero, 2003b). Sin embargo, a diferencia de la ansiedad el miedo es una reacción que implica la sensación de un peligro inminente, posee un objeto cuyo referente es siempre explícito, mientras que en la ansiedad, el referente es impreciso y carente de objeto exterior (Rojas, 2000).

El estrés es otro concepto que merece ser diferenciado de la ansiedad, es común escuchar hablar de ellos en la cotidianidad como si fueran lo mismo, sin embargo, el estrés se define como una conducta que aparece cuando las demandas del entorno superan la capacidad del individuo para afrontarla (Karls, 1978 citado por Sierra, Ortega & Zubeidat, 2003) y se origina a partir de una sobrecarga de estímulos; la ansiedad no se genera necesariamente por una sobrecarga de estímulos externos. Se puede decir que toda vivencia de estrés implica ansiedad ya que pueden verse amenazados aspectos significativos para la persona, pero no siempre que hay ansiedad la persona está estresada, debido a que bajo estas circunstancias no siempre existe una sobrecarga de estímulos (De Castro, 2012).

Los seres humanos cuentan con una forma concreta, peculiar e individual de vivenciar la ansiedad y de asumirla (Riemann, 1997). Así la experiencia de ansiedad puede ser enfrentada constructiva y/o destructivamente (Neuróticamente) (May, 2000a). Sin embargo, la dirección que esta tome dependerá esencial y directamente de la forma en cómo cada ser humano la vivencie, valore, e integre a la totalidad de sus experiencias (De Castro & García, 2011; De Castro, 2000).

En la ansiedad normal enfrentada de manera *constructiva*, las personas enfrentan las situaciones de la vida cotidiana aun cuando dichas situaciones puedan estar poniendo en peligro aspectos significativos en sus vidas, es decir, que suelen hacerle frente a las situaciones en donde se ven amenazados o truncados valores centrados (aspectos de la vida que les son significativos). Además, las personas que enfrentan constructivamente la ansiedad tienen nivel de conciencia de lo que les ocurre cuando la

experimentan, y la vivencia ansiosa es proporcional a la amenaza objetiva, dado que la sintomatología de la ansiedad desaparece luego de haber enfrentado la situación objetiva que la generaba (May, 2000).

Por su parte, en la ansiedad enfrentada de forma *destruktiva (neurótica)* las personas evitan las situaciones que ponen en amenaza o peligro valores centrados, utilizan mecanismos para rehuir de las situaciones generadoras de ansiedad, y la vivencia ansiosa es desproporcional a la amenaza objetiva, es decir que este grupo de personas siguen sintiéndose tensos o intranquilos (desproporcionada), aun cuando la situación generadora de ansiedad haya desaparecido (May, 2000).

La manera de relacionarse con la vivencia de ansiedad muestra entonces una doble faceta, por una parte actuar como activadora y por otra como paralizadora. La primera traerá consigo un enfrentamiento que impulsará al ser humano en su desarrollo y crecimiento personal, la segunda, al evitar un enfrentamiento de las situaciones cotidianas que generan la ansiedad, darán como resultado el estancamiento, inhibición de la progresión del desarrollo del ser humano, dejándolo en el infantilismo al no lograr rebasar los límites que se le imponen (Riemann, 1997).

En la vivencia de ansiedad, Rojas (2000) propone cinco tipos de síntomas diferentes entre los que se encuentran: Síntomas físicos, conductuales, psicológicos, intelectuales y asertivos.

En el caso de los *síntomas físicos* participan estructuras cerebrales (sistema nervioso autónomo y central con cada una de sus partes) donde residen las bases neurofisiológicas de la emoción. Dentro de los síntomas físicos más frecuentes se destacan: Palpitaciones, hipersudoración, sequedad de boca, sensación de falta de aire, pellizco gástrico, temblores (Rojas, De las Heras & Reig, 1989, citado por Rojas, 2000).

*Los conductuales* por su parte, hacen referencia a todos aquellos síntomas que se pueden observar desde afuera en otra persona, es decir, que no es necesario que la persona cuente lo que le pasa, sino que simplemente se registra al ver su comportamiento, manifestándose de la siguiente manera: comportamiento de alerta, estar en guardia, hipervigilancia, estado de atención expectante, bloqueo afectivo/ perplejidad/ sorpresa/ no saber qué hacer, dificultad para llevar a cabo tareas simples, inquietud motora (agitación intermitente) (Rojas, 2000).

*Los psicológicos* apuntan a todos aquellos síntomas que se hacen evidentes a través del lenguaje verbal, mediante el análisis del discurso penetramos en la calidad y matices de la vivencia, entre los síntomas psicológicos se destacan de manera frecuente los siguientes: Inquietud (estar nervioso), desasosiego, agobio, vivencia de amenaza, experiencia de lucha o huida, inseguridad, amplia gama de sentimientos tímicos (miedos diversos), presentimientos de la nada, temor a perder el control, temor a agredir, pérdida de energía y sospecha e incertidumbres negativas vagas (Rojas, 2000).

*Los síntomas intelectuales*, permiten evidenciar fallas en la valoración de los hechos por el estado de tensión en que se encuentra el individuo; tales como: expectativas negativas generalizadas, falsas interpretaciones de la realidad personal, pensamientos preocupantes, falsos esquemas en la fabricación de ideas, juicios y razonamientos, tendencia a sentirse afectado negativamente, pensamientos absolutistas, centrarse en detalles pequeños desfavorables y sacarlos fuera del contexto ignorando lo positivo, dificultades para concentrarse, tendencia a la duda (Rojas, 2000).

Por último, los síntomas de tipo *asertivo* se manifiestan en las diferentes conductas que se desarrollan dentro del contexto de las relaciones interpersonales tales como: no saber que decir ante ciertas personas, no saber iniciar una conversación, dificultad para presentarse a sí mismo, no saber terminar una conversación difícil (Rojas, 2000).

## **Resultados y Conclusiones**

La distribución de los datos sociodemográficos muestra que el 75% de los universitarios de Cali son de género masculino y el 22,7% del femenino, por su parte, el 68% de los universitarios en Cartagena son de género masculino y el 31% femenino. Con respecto a la edad en ambas muestras, la edad mínima fue de 17 años, la máxima de 29 años y la media de 20 años con una desviación estándar de 3 años en Cali y de 6,8 años en Cartagena. El 90% de los universitarios caleños y el 88% de los Cartageneros son solteros, el resto de los universitarios se encuentran en unión libre (7%) o casados (3%). Se halló que la mayor parte de la muestra de universitarios caleños se ubica en los estratos tres y cuatro con un 26% y un 28% respectivamente, mientras que en Cartagena la mayor distribución muestral estuvo en los estratos dos con un 27,3% y tres con el 35,3%.

A continuación se pretende dar respuesta a los dos objetivos específicos del estudio: identificar la sintomatología de la ansiedad y la forma de enfrentar la experiencia de ansiedad en la muestra de estudiantes seleccionada. Los resultados obtenidos con respecto a la sintomatología ansiosa serán descritos en términos de ausencia, baja, media y alta tendencia para cada una de las subdimensiones (Síntomas psicológicos, conductuales, intelectuales, asertivos y físicos). Los resultados obtenidos en la subdimensión formas de enfrentar la ansiedad, serán descritos teniendo en cuenta si los Universitarios enfrentan o rehúyen las situaciones generadoras de ansiedad, en términos de tendencia a enfrentar o a rehuir, y si la vivencia es proporcional o desproporcional a la amenaza objetiva, es decir, si los universitarios aún días después de haber enfrentado una situación generadora de ansiedad seguían sintiéndose tensos o intranquilos (desproporcionada), o si por el contrario la sintomatología ansiosa desaparecía días después de haber enfrentado la situación que las generaba (Proporcional). Con esos datos luego se estimó la vía por la que es direccionada la experiencia de ansiedad por parte de los universitarios, señalando si se relacionan de forma constructiva o neurótica con la experiencia de ansiedad.

En el caso de los síntomas psicológicos, evidentes a través del lenguaje verbal, y el análisis del discurso (Rojas, 2000) se encontró que el 21% de los universitarios Caleños y el 18% de los Cartageneros los experimenta en una tendencia alta, el 74% de los caleños y el 77,3% de los cartageneros en una tendencia media y el 4% en ambas muestras no los presentan. Estos datos señalan la presencia considerable de síntomas psicológicos tales como temor a perder el control, intranquilidad constante, incapacidad para concentrarse, agotamiento y temores inespecíficos (Rojas, 2000).

Con relación a los síntomas intelectuales, evidentes por fallas en la valoración de los hechos debido al estado de tensión en el que se encuentran los universitarios (Rojas, 2000), se encontró que el 10% de los universitarios Caleños y el 9,3% Cartageneros los experimentan en una tendencia alta, el 16% de los caleños y el 13% de los cartageneros en una tendencia media, en tendencias bajas para caleños y cartageneros con un 33% y 40,6% respectivamente. El 40,67% (Cali) y 37% (Cartagena) de los universitarios no presentan este tipo de síntomas, esto señala que este porcentaje de universitarios no tienden a interpretar las situaciones en términos radicales o extremos (nunca - siempre), no es común que vean el futuro de forma pesimista, ni que se enfoquen solo en aspectos

negativos, por su parte, conservan aspectos de sus vida que le son gratificantes y evitan pensar de forma negativa.

Con respecto a los síntomas físicos, los cuales revelan la respuesta fisiológica del cuerpo durante un episodio ansioso (Rojas, 2000). Se halló que el 11,3% de los universitarios Caleños y el 9,3% de los cartageneros los experimenta en una tendencia alta, mientras que el 42,67% (caleños) y el 45,33% (cartageneros) en una tendencia media. En una tendencia baja se ubican el 42% de los universitarios caleños y 45,33% de los cartageneros. Por último, el 4% (Cali) y el 0,6% (Cartagena) de los universitarios no presentan síntomas físicos. Los universitarios que presentan síntomas físicos en una tendencia media, ocasionalmente en un episodio ansioso sienten que les late rápido el corazón y notan aumento del apetito asociado a la sensación de vacío en el estómago, además, experimentan tensión, dolor y rigidez en el cuello. Mientras que aquellos universitarios que experimentan en una tendencia baja los síntomas físicos, escasamente durante un episodio ansioso pueden llegar a experimentar opresión en el pecho, dificultad para respirar, cólicos estomacales nauseas o rigidez en la parte media de la espalda.

Respecto a los síntomas conductuales caracterizados por registrarse al observar el comportamiento (Rojas, 2000). Se encontró que el 4,6% de los universitarios Caleños y el 10,67% de los Cartageneros los experimenta en una tendencia alta, el 71% (Cali) y el 70% (Cartagena) de los universitarios en una tendencia media y el 24,67% (Cali) y el 19,33% (Cartagena) no presenta este grupo de síntomas. Estos datos señalan que la tendencia con mayor distribución muestral fue la media, por tanto los universitarios ocasionalmente cuando se sienten ansiosos experimentan gestos de duda, tendencia responder de forma impulsiva o se quedan bloqueados sin saber qué hacer.

De los síntomas asertivos caracterizados por manifestarse en las diferentes conductas que se desarrollan dentro del contexto de las relaciones interpersonales (Rojas, 2000), se encontró que el 20,67% de los universitarios caleños y el 29,3% de los cartageneros los experimenta en una tendencia alta, y el 65% (caleños) y el 56% (cartageneros) en una tendencia media. El 14% (caleños) y el 14,6% (cartageneros) señaló no presentar este tipo de síntomas cuando están ansiosos. Los anteriores datos señalan que la experiencia de ansiedad en los universitarios al menos en una tendencia media permea el contexto de las relaciones in-

terpersonales, puesto que cuando están ansiosos experimentan síntomas como, no encontrar la forma cómo llegar a la respuesta que se les piden a pesar de tener idea de ella, no saben que decir ante ciertas personas y experimentan sensación de querer hablar pero dan vueltas para hacerlo por no saber cómo empezar.

En cuanto a la dimensión de formas de enfrentar la ansiedad en la situación toma de decisiones se halló que el 90% de los universitarios de Cali y el 98% de Cartagena, enfrentan de forma consciente la experiencia de ansiedad (May, 2000), lo cual implica que la gran mayoría de los universitarios logra enfrentar la incertidumbre que surge ante la toma de decisiones, es decir, enfrentan la incertidumbre que se genera ante la doble posibilidad que existe en la toma de decisiones, por no saber con seguridad si las cosas saldrán como ellos las esperan obteniendo lo que se desean o anhelan, o por el contrario que las cosas no les salgan como esperan y fracasen (De Castro, 2000). Por otro lado, el 10% de los universitarios (Cali) y el 2% (Cartagena) rehúyen la toma de decisiones (May, 2000), evitando lidiar con la incertidumbre que esta les genera. Con respecto a la proporción de la amenaza ante la toma de decisiones, se encontró que el 63% de los universitarios tiene una vivencia proporcional, es decir, que una vez han tomado una decisión que los pone ansiosos la sintomatología ansiosa y el estado de tensión disminuye, por su parte 37% tiene una vivencia desproporcionada, lo cual señala que aun después de haber enfrentado o rehuido a la toma de decisiones la sintomatología ansiosa y el estado de tensión continúan exacerbados (May, 2000).

Con respecto a las vivencias de aislamiento existencial, la cual, al ser confrontada genera una profunda ansiedad en el ser (Yalom, 2002), se halló que 87% de los universitarios de Cali y el 92% de Cartagena, logran enfrentar de forma consiente situaciones en la que deben permanecer a solas y alejados de cualquier distractor, mientras que en un porcentaje menor 13% (Cali) y 8% (Cartagena) rehúyen a las situaciones de aislamiento existencial. De los universitarios de la muestra el 68% de los Caleños y el 81% de los cartageneros tienen una vivencia proporcionada (May, 2000), dado que una vez logran confrontar momentos en los que tienen que permanecer a solas y alejados de cualquier distractor, la sintomatología ansiosa y el estado de tensión disminuye. Por su parte la vivencia es desproporcionada en el 32% de universitarios de Cali y en el 19% de los universitarios de Cartagena, es decir que los universitarios

ubicados en estos porcentajes aun días después de haber enfrentado o rehuido las situaciones de aislamiento continúan experimentando sintomatología exacerbada y sensación de tensión.

Con relación a la posibilidad de ver amenazados valores centrados o aspectos significativos para la vida de los universitarios, es decir, ante la posibilidad de ver frustrado aquello que se consideran significativo y que les otorga un sentido, y un propósito a sus vidas (De Castro & García, 2011), se halló que el 86,67% de los universitarios de Cali y el 87,33% de Cartagena, enfrentan de forma consciente dichas situaciones, mientras que el 13,33% (Cali) y el 12,67% (Cartagena) rehúyen o evitan (May, 2000) aquellas situaciones en las que ven amenazado algo que consideran importante o significativo. Con respecto a proporción de la amenaza se halló que el 78,67% de los universitarios de Cali y el 78% de Cartagena, tienen una vivencia proporcional, lo cual señala que una vez enfrentadas las situaciones donde ven amenazados valores centrados, la sintomatología exacerbada y la sensación de tensión en los universitarios disminuye, mientras que en el 21,33% de los universitarios de Cali y el 22% de Cartagena, la sintomatología es desproporcionada, es decir que persiste aun días después de haber evitado o enfrentado situaciones que amenazaban valores significativos (May, 2000).

A manera general y para dar cuenta de la vía por la que se orienta el enfrentamiento de la experiencia de ansiedad en cada una de las situaciones se halló que en cuanto a la toma de decisiones el 59% (Cali) y el 62% (Cartagena) de los universitarios la enfrentan de forma constructiva, siendo capaces de enfrentar la toma de decisiones, teniendo una vivencia proporcional (May, 2000). Mientras tanto, el 41% (Cali) y el 37% (Cartagena) lo hace de forma neurótica o destructiva evitando tomar decisiones y teniendo una vivencia desproporcionada a la amenaza (May, 2000). En la situación de aislamiento existencial el 69% de los universitarios de Cali y el 74% de Cartagena confrontan de forma constructiva la soledad, teniendo una vivencia proporcional (May, 2000). Mientras que el 31% (Cali) y el 26% (Cartagena) de los estudiantes lo hace de forma neurótica o destructiva, evitando enfrentar situaciones en las que deben permanecer a solas y experimentando tensión aun días después de haber enfrentado y/o rehuido dicha situaciones, es decir, que tienen una vivencia desproporcionada a la amenaza (May, 2000). Por último, en la situación de amenaza a un valor centrado se halló que el 60% de los universitarios de Cali y el 70% de Cartagena, enfrentan la amenaza

un valor centrado de forma constructiva, es decir, conscientes y con una vivencia proporcionada, mientras que el 40% (Cali) y el 30% (Cartagena) de los universitarios enfrentan de forma neurótica o destructiva las situaciones donde ven amenazados aspectos que consideran significativos para sus vidas, evitando dichas situaciones utilizando mecanismos para rehuirlos. Además, la vivencia de la ansiedad resulta desproporcionada para este porcentaje de universitarios, puesto que permanecen en un estado de tensión incluso días después de haber experimentado situaciones donde sintieron amenazados o truncados aspectos significativos para sus vidas (May, 2000).

En general, tomando todos los sujetos de la muestra, la tendencia de los universitarios ante las tres situaciones generadoras de ansiedad fue hacia un enfrentamiento constructivo con un porcentaje del 62% para los universitarios de Cali y del 74% para los universitarios de Cartagena. Es decir, que este grupo de estudiantes enfrenta las tres o al menos 2 de las situaciones generadoras de ansiedad que se proponen en el inventario, haciéndolo de forma consciente y experimentando una vivencia proporcionada (May, 2000). Por otro lado, la tendencia a enfrentar de forma neurótica las situaciones generadoras de ansiedad, fue del 38% para los universitarios de Cali y el 24% para los de Cartagena, esto quiere decir que en estos porcentajes se ubican los universitarios que rehúyen las tres o por lo menos dos de las situaciones planteadas, utilizando mecanismos de defensa que facilita la evitación de la situaciones y una vivencia desproporcionada (May, 2000).

Los resultados obtenidos en la dimensión de síntomas señalan la prevalencia de tendencias medias y bajas en la muestra estudiada, es decir, que a pesar de que no prevalecen las tendencias altas existe presencia de sintomatología ansiosa en los Universitarios de Cali y Cartagena. Esto corrobora lo planteado por May (1977) cuando afirma que la ansiedad es una característica ontológica, es decir, inherente a experiencia (De Castro, 2000).

Ahora bien, indistintamente de la tendencia en que los síntomas se presentan, en los universitarios se registra sintomatología de la ansiedad, lo cual favorece el enfrentamiento de la misma (Fischer, 2000 citado por De Castro & García, 2011), dado que al poder identificar dichos síntomas los universitarios revelan cierto grado de conciencia de lo que les ocurre cuando experimentan ansiedad, lo cual resulta necesario para su

enfrentamiento. La sintomatología ansiosa además, funciona como un antena que le permite a los universitarios percatarse del conflicto psicológico por el que atraviesan (May, 2000). Así mismo, la prevalencia de la sintomatología ansiosa en tendencias media y baja en ambas muestras, se configura como un factor protector dado que en estas tendencias los síntomas no son exacerbados, lo cual disminuye la posibilidad de que los universitarios lleguen a padecer un ataque de ansiedad que los paralice o a presentar ideación suicida (Rojas, 2000).

Con respecto la manera como los universitarios están confrontando o relacionándose con la Ansiedad, los datos reflejan de forma general, que en la muestra estudiada la tendencia a enfrentar la experiencia de ansiedad es constructiva (74% en Cali y 62% en Cartagena) y el porcentaje de los universitarios con enfrentamientos neuróticos fue menor (38% en Cali y 26% en Cartagena), diferente a lo encontrado en otro estudio realizado en esta misma población de universitarios cartageneros donde se encontró que el mayor porcentaje de enfrentamiento fue neurótico con 73% y el menor fue el constructivo con un 27% (De la Ossa & De Castro, 2015).

Tras aplicar comparación de proporciones con puntuaciones Z se halló con relación a los porcentajes de síntomas y vías de la ansiedad (enfrentamiento neurótico o constructivo), que entre los universitarios caleños y los cartageneros no existen diferencias estadísticamente significativas en ninguna de las dos dimensiones. Esto indica que la experiencia de ansiedad en ambos grupos de universitarios es similar. Lo anterior puede atribuirse al hecho de que ambas muestras comparten características sociodemográficas similares respecto al contexto en donde se desenvuelven (universitario) y el rango etario.

## Referencias

- Amezquita, M.; Medina, R.; González y Zuluaga, D. (2003). Prevalencia de la depresión, ansiedad y comportamiento suicida en la población estudiantil de pregrado de la Universidad de Caldas. En *Revista Colombiana De Psiquiatría*, Vol. XXXII (4).
- Agudelo, D.; Casadiego, C. y Sánchez, D. (2008). Características de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. Universidad Pontificia Bolivariana de Bucaramanga. En *International Journal Of Psychological Research*. 1 (1). 34 – 39.

- Agudelo, D.; Casadiego, P y Sánchez, D. (2009). Relación entre esquemas mal adaptativos tempranos y características de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. En *Universitas Psychologica*. 8 (1). 87-104
- Campo, A. y Oviedo, H. (2008). Propiedades Psicométricas de Una Escala: La Consistencia Interna. En *Revista de Salud Pública*. 10(5), 831-839.
- De Castro, A. (2000). *La Psicología Existencial de Rollo May*. Barranquilla Colombia: Ediciones De U.
- De Castro, A. y García, G. (2011). *Psicología Clínica. Fundamentos Existenciales*. Barranquilla Colombia: Ediciones de la U.
- De Castro, A. (2012). Archivo de Audio (Barranquilla, Colombia). 4 de febrero de 2012.
- De La Ossa J; Noreña, M. y De Castro, A. (2014). La ansiedad desde la perspectiva humanista existencial hacia una propuesta de medición. *Revista Latinoamericana de Psicoterapia Existencial: Un Enfoque Comprensivo Del Ser*. (9).
- De La Ossa J; Noreña, M. y De Castro, A. (2015). Experiencia de ansiedad desde la perspectiva humanista-existencial en estudiantes universitarios. En *Revista Latinoamericana de Psicoterapia Existencial: Un Enfoque Comprensivo del Ser*. (10).
- Fromm, E. (2007). *El Arte de Amar*. Barcelona España: Nueva Biblioteca De Erich Fromm Paidós.
- Hernández, Fernández y Baptista, (2007). *Metodología de la Investigación*. Bogotá: Editorial Mcgraw-Hill.
- May, R. (1963). *El hombre en busca de sí mismo*. Madrid España: Editorial Gredos.
- May, R. (1977). *Existencia*. Madrid España: Editorial Gredos.
- May, R. (2000). *El dilema del hombre*. España: Edición Gedisa.
- Montero y León (2006). *Investigación en Ciencias sociales*. Bogotá: Editorial: Mcgraw-Hill.
- Papalia, D. (2010). *Desarrollo Humano*. Bogotá: Editorial: Mcgraw-Hill.
- Ravagnan, L. (1981). *El Origen de la Angustia*. Santiago de Chile: Editorial Universitaria.

- Riemann, F. (1997). *Formas Básicas de la Angustia*. Barcelona, España: Editorial: Herder.
- Rojas, E. (2000). *La Ansiedad*. Barcelona, España: Editorial Temas De Hoy.
- Romero, E. (2003). *El inquilino de los imaginarios*. Sao -Paulo: Editorial Norte- Sur (A).
- Romero, E. (2003). *Las formas de la sensibilidad, emociones y sentimientos en la vida humana*. Sao -Paulo: Editorial Norte- Sur (B).
- Romero, E. (2005). *Estaciones en el camino de la vida*. Sao Paulo: Editorial Norte-Sur.
- Romero, E. (2008). *Entre la Alegría y la Desesperación Humana. Sobre los estados de ánimo*. Sao Paulo: Editorial Norte –Sur.
- Sampieri, Fernández y Batista. (2004). *Metodología de la Investigación*. Bogotá: Editorial: Mcgraw-Hill.
- Sierra, J.; Ortega, V. y Zubeidad, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés tres conceptos a diferenciar. En *Revista mal-estar e subjetividade* .Vol. 3. Brasil: Universidad de Fortaleza.
- Yalom, I. (1984). *Psicoterapia Existencial*. Barcelona España: Herder Ediciones.
- Yalom, I. (2002). *El don de la terapia*. Buenos Aires Argentina: Editorial Emece.
- Yalom, I. y May, R. (1989). Existential Psychotherapy. In R.Corsini and D. Wedding (Ed.). En *Current psychotherapies* (pp. 363-462). Itasca: FE. Peacock publishers (fourth edition).