

AUTOEFICACIA PARA EL AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS Y LA ANSIEDAD RASGO-ESTADO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

Investigadores USAL:

Directora Pereyra Girardi, Carolina Iris (carolina.pereyra@usal.edu.ar); Páez Vargas, Natalia

Alumnos Practicantes USAL:

Ronchieri Pardo, Carla del Valle; Rivas, Analía; Trueba, Daniela Agustina; Ortega, Avril

Resumen

La autoeficacia fue definida como el conjunto de creencias que tiene una persona acerca de su propia capacidad para manejar las demandas del entorno (Bandura, 1982, 1986).

La muestra de estudio se conformó por 200 alumnos, 137 mujeres (edad $m=25$) y 63 varones (edad $m=26$). En su mayoría se trataba de alumnos de la carrera de Psicología (85 %), y un porcentaje pertenecía a la de Psicopedagogía (15 %).

Respecto a las variables de estudio, las medias de los niveles de ansiedad fueron: estado: $m=37.5$ ($de=9.4$), rasgo: $m=40.6$ ($de=8.6$), autoeficacia: $m=29.9$ ($de=3.8$). Respecto a las dimensiones de la autoeficacia para el afrontamiento del estrés, para la dimensión expectativa de resultado la $m=14.3$ ($de=2.6$) y para la expectativa de eficacia fue de: $m=11.9$ ($de=3.1$). Los datos evidenciaron una correlación significativa y negativa entre: niveles de ansiedad estado-rasgo y autoeficacia. Las correlaciones fueron de moderadas a bajas pero todas ellas muy significativas. Ansiedad estado y autoeficacia: ($r=-.26$; $p=.000$); ansiedad rasgo y autoeficacia: ($r=-.46$; $p=.000$). Estos resultados evidencian que, a mayores niveles de ansiedad, hay menores niveles de autoeficacia. La relación inversa se mantuvo para la ansiedad-estado y rasgo, con valores moderados en las dimensiones de la autoeficacia: expectativa de resultado ($r=-.37$; $p=.000$); expectativa de eficacia ($r=-.42$; $p=.000$), para estado; expectativa de resultado ($r=-.51$; $p=.000$) y expectativa de eficacia ($r=-.54$; $p=.000$) para rasgo.

Asimismo, se realizó la adaptación local de la escala que evalúa autoeficacia para el afrontamiento del estrés. El estudio factorial confirmatorio conservó los 8 ítems de la escala original y propuso un modelo de primer orden, en coincidencia con la conceptualización de especificidad de dominio de la autoeficacia. La adaptación permite disponer de un instrumento apropiado para la evaluación e investigación sobre la autoeficacia específica para el afrontamiento del estrés enriqueciendo el desarrollo de la psicometría local.

Los datos aportan evidencia para el diseño de talleres psicoeducativos dirigidos a favorecer la autoeficacia y morigerar el impacto de las emociones negativas en el alumnado.

Palabras clave: autoeficacia para el afrontamiento del estrés; ansiedad; contexto universitario; validación psicométrica

Abstract

Self-Efficacy was defined as the set of beliefs that a person has about their own capability to manage the environment's demands (Bandura, 1982, 1986)

The sample included 200 students, 137 women (age $m=25$) and 63 men (age $m=26$). The majority of them are Psychology students (85 %) vs. Psychopedagogy (15 %).

Regarding the study variables, the medians of the State Anxiety levels were: $m=37.5$ (of=9.4), Trait Anxiety: $m=40.6$ (of=8.6), Self-Efficacy: $m=29.9$ (of=3.8).

Concerning the dimensions of Self-Efficacy for stress coping, for the dimension Outcome Expectancy, the $m=14.3$ (of=2.6) and for the Efficacy Expectancy $m=11.9$ (of=3.1). The collected data showed a significant and negative correlation between: State-Trait Anxiety levels and Self-Efficacy.

The correlations were moderated-low but all of them very significant. State-Anxiety and Self-Efficacy: ($r=-.26$; $p=.000$) Trait-Anxiety and Self-Efficacy: ($r=-.46$; $p=.000$).

These results show that, the higher the levels of anxiety, the lower the levels of self-efficacy. The inverse relationship was maintained between State and Trait Anxiety, with moderate values in Self-Efficacy dimensions: Outcome Expectancy ($r=-.37$; $p=.000$), Efficacy Expectancy ($r=-.42$; $p=.000$), for state and Outcome Expectancy ($r=-.51$; $p=.000$), Efficacy expectancy ($r=-.54$; $p=.000$) for Trait.

Additionally, a local adaptation of the scale to evaluate Self-Efficacy for Coping with Stress was performed. The confirmatory factorial study kept the original scale's 8 items and proposed a first-order model, coinciding with the conceptualization of Self-Efficacy's domain specificity.

The adaptation enables to have an appropriate instrument for the evaluation and research on specific self-efficacy for coping with stress enhancing the local psychometry's development.

Data provides evidence for the design of psychoeducational workshops geared towards enhancing self-efficacy and moderating negative emotions's impact on students.

Keywords: self-efficacy for coping with stress; anxiety; university context; psychometric validation