



FACULTAD DE PSICOLOGÍA

CAPACIDAD DEL PERDÓN Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE INGENIERÍA DE
UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE LIMA

Línea de investigación:

Evaluación Psicológica y psicométrica

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología con
mención en Psicología Clínica

Autora:

Quispe Gonzales, Gladys Vanessa

Asesora:

Aguirre Morales, Marivel

ORCID: 0000-0002-0680-2616

Jurado:

Díaz Hamada, Luis Alberto

Cuya Barzola, César Enrique

Quiñones Gonzales, Linda Giovanna

Lima - Perú

2024

CAPACIDAD DEL PERDÓN Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE INGENIERÍA DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE LIMA

ORIGINALITY REPORT

18%

SIMILARITY INDEX

15%

INTERNET SOURCES

3%

PUBLICATIONS

10%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	Submitted to Universidad Nacional Federico Villarreal Student Paper	3%
2	repositorio.upla.edu.pe Internet Source	2%
3	hdl.handle.net Internet Source	2%
4	repositorio.unfv.edu.pe Internet Source	1%
5	repositorio.ucv.edu.pe Internet Source	1%
6	repositorio.unsa.edu.pe Internet Source	<1%
7	www.cauriensa.es Internet Source	<1%
8	Submitted to Universidad de San Buenaventura Student Paper	<1%



Universidad Nacional
Federico Villarreal

VRIN | VICERRECTORADO
DE INVESTIGACIÓN

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**CAPACIDAD DEL PERDÓN Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE INGENIERÍA DE
UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE LIMA**

Línea de investigación:

Evaluación Psicológica y psicométrica

Tesis para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología con mención en psicología clínica

Autora:

Quispe Gonzales, Gladys Vanessa

Asesora:

Aguirre Morales, Marivel

ORCID: 0000-0002-0680-2616

Jurado:

Díaz Hamada, Luis Alberto

Cuya Barzola, César Enrique

Quiñones Gonzales, Linda Giovanna

Lima – Perú

2024

Dedicatoria

A mis padres por su amor incondicional y sacrificio para construir una base donde me permitió continuar y lograr este sueño.

A mis hermanos por sus constantes motivaciones.

A quien es mi persona favorita y especial en mi vida (R.F.)

Agradecimientos

Mi mayor agradecimiento es a Dios por su infinito amor y acompañarme en todo momento de mi vida.

A la Universidad Federico Villarreal mi alma mater y la facultad de psicología que me dio la oportunidad de lograr como profesional.

A mis padres por sus oraciones y demás familiares y amigos que creyeron en mí.

A Rodrigo quien es muy significativo y especial en mi vida, por toda su paciencia y apoyo acompañarme en cada paso de este camino hasta lograr como profesional.

A cada uno de los docentes de la Universidad y asesores de tesis por impartir sus conocimientos y sus motivaciones constantes.

Índice

Resumen	viii
Abstract	ix
I. Introducción	1
1.1. Descripción y formulación del problema	3
1.2. Antecedentes	7
1.2.1. Antecedentes nacionales	7
1.2.2. Antecedentes internacionales	9
1.3. Objetivos	11
1.3.1. Objetivo general	11
1.3.2. Objetivos específicos	11
1.4. Justificación	12
1.5. Hipótesis	13
1.5.1. Hipótesis general	13
1.5.2. Hipótesis específicas	14
II. Marco teórico	15
2.1. Bases teóricas sobre capacidad de perdón	15
2.1.1. Conceptualización	15
2.1.2. El perdón en población joven	17
2.1.3. El perdón acorde al nivel de instrucción	18
2.1.4. Dimensiones de la capacidad del perdón	18
2.1.5. Modelos y teorías sobre el perdón	20
2.2. Bases teóricas sobre ansiedad	22
2.2.1. Conceptualización	22
2.2.2. Ansiedad en población joven	25

2.2.3. Ansiedad acorde al nivel de instrucción	26
2.2.4. Dimensiones de la ansiedad	27
2.2.5. Modelos y teorías sobre la ansiedad	28
III. Método	31
3.1. Tipos de investigación	31
3.2. Ámbito temporal y espacial	31
3.3. Variables	31
3.4. Población y muestra	33
3.5. Instrumentos	33
3.6. Procedimientos	35
3.7. Análisis de datos	35
3.8. Consideraciones éticas	36
IV. Resultados	37
V. Discusión de resultados	49
VI. Conclusiones	54
VII. Recomendaciones	55
VIII. Referencias	
IX. Anexos	

Índice de tablas

Nº de tabla		Pág.
1	Operacionalización de las variables de estudio: capacidad de perdonar y ansiedad.	32
2	Análisis factorial del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI).	37
3	Prueba para Medidas de Ajuste y ajuste exacto del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI).	37
4	Análisis factorial por carga factorial del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI).	38
5	Correlación ítem-total o índice de homogeneidad del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI).	39
6	Confiabilidad del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI).	39
7	Análisis factorial de la Escala de Capacidad de Perdón (CAPER).	40
8	Análisis factorial por carga factorial de la Escala de Capacidad de Perdón (CAPER).	40
9	Correlación entre factores de la Escala de Capacidad de Perdón (CAPER).	41
10	Prueba para Medidas de Ajuste y un Ajuste Exacto de la Escala la de Capacidad de Perdón (CAPER).	41
11	Correlación ítem-total o índice de homogeneidad de la Escala de Capacidad de Perdón (CAPER).	42
12	Índice de homogeneidad para cada factor de la Escala de Capacidad de Perdón (CAPER).	43
13	Confiabilidad de la Escala de Capacidad de Perdón (CAPER).	44

14	Niveles de capacidad de perdón en los estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.	44
15	Niveles de ansiedad en los estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.	45
16	Prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov	45
17	Correlación entre capacidad de perdón y ansiedad en los estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.	46
18	Correlación entre capacidad de perdón a sí mismo y ansiedad en los estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.	46
19	Correlación entre capacidad de perdón hacia otro y ansiedad en los estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.	47
20	Correlación entre capacidad de perdón a la situación y ansiedad en los estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.	47
21	Correlación entre capacidad de perdón y ansiedad, según sexo en los estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.	48

Resumen

Objetivo: Relacionar la capacidad del perdón y ansiedad, tomando como muestra a 400 estudiantes de ambos sexos de ingeniería pertenecientes a la Facultad de Ingeniería Industrial y de Sistemas (FIIS), de primer a quinto año de una universidad pública ubicada en Lima.

Método: Se aplicó un diseño no experimental de nivel correlacional, obteniendo a los participantes a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia, considerando como instrumentos el Inventario de Ansiedad de Beck - BAI y la Escala de Capacidad de Perdón (CAPER), los cuales demostraron validez y confiabilidad en este estudio.

Resultados: Los resultados demostraron que la capacidad de perdón y la dimensión perdón a sí mismo tienen una relación significativa inversa débil con ansiedad ($\rho = -.286$ y $\rho = -.349$, respectivamente), mientras que entre perdón a otros y perdón a la situación se demostró una relación inversa muy débil con ansiedad ($\rho = -.191$ y $\rho = -.117$, respectivamente).

Conclusión: en medida que los alumnos de ingeniería mejoren su apertura al perdón, se reduce su ansiedad.

Palabras claves: perdón, ansiedad, universitarios

Abstract

Objective: To relate the capacity for forgiveness and anxiety, taking as a sample 400 engineering students of both sexes belonging to the Faculty of Industrial and Systems Engineering (FIIS), from first to fifth year of a public university located in Lima. Method: A non-experimental design of a correlational level was applied, obtaining the participants through a non-probabilistic sampling for convenience, considering as instruments the Beck Anxiety Inventory - BAI and the Capacity for Forgiveness Scale (CAPER), which demonstrated validity and reliability in this study. The results showed that the capacity for forgiveness and the self-forgiveness dimension have a weak inverse significant relationship with anxiety ($\rho = -.286$ and $\rho = -.349$, respectively), while between forgiveness of others and forgiveness of the situation A very weak inverse relationship was demonstrated with anxiety ($\rho = -.191$ and $\rho = -.117$, respectively). Conclusion: To the extent that engineering students improve their openness to forgiveness, their anxiety is reduced.

Keywords: forgiveness, anxiety, university students, engineering

I. INTRODUCCIÓN

En este estudio se analizó la literatura en torno la relación entre la capacidad de perdón y ansiedad en universitario con la finalidad de dar respuesta a la problemática de estudio en el contexto universitario de carreras afines de ingeniería. Siendo particularmente un perfil poco explorado en torno a la capacidad de gestión emocional y su respuesta ante situaciones que le suponen vulnerabilidad; así mismo, se analiza si esta situación se acompaña de sintomatología ansiosa como consecuencia obstructiva en el caso de una inadecuada gestión del perdón hacia sí mismo, con otros o por las situaciones.

La investigación se orienta a obtener mayor información actualizada sobre este contexto, donde los universitarios de carreras de ingeniería cumplirían con el desarrollo de habilidades duras relacionadas a su carrera, desarrollando a su vez un pensamiento concreto que le permitirá desarrollar funcione acorde a su perfil; sin embargo, usualmente se descuida el potencial en habilidades blandas, pudiéndose apreciar un descuido en la madurez emocional cuando se encuentran frente a situaciones que demandan de apertura de sus emociones en el ámbito social, familiar y de pareja, presentando dificultades para desarrollarse de forma satisfactoria.

Tomando en cuenta la etapa universitaria, los jóvenes universitarios se encuentran en medio de demanda social, familiar y profesional, suponiendo un panorama complicado para encontrar estabilidad en la capacidad de gestionar sus emociones y reaccionar idóneamente en la medida que fortalecen sus capacidades para relacionarse con su entorno. Es por ello que, frente a las adversidades y dificultades con otras personas, la capacidad de perdón permite conservar y fortalecer vínculos que brindan equilibrio a los jóvenes, pues de lo contrario, estaría afectando áreas en su vida como en el campo académico, familia, amistades y pareja.

En este sentido, la problemática se centra en la presencia de ansiedad derivada de las dificultades para mantener un equilibrio en la salud mental a través de la conservación de

vínculos, siendo el perdón una herramienta útil para responder a esta necesidad, ya que el perdón implica la integración de un proceso que requiere un cambio en las actitudes y emociones que se tiene por la persona que le ofendió. Por tanto, este estudio pretende aportar con datos que demuestren el requerimiento de incluir temas de habilidades intrínsecas en la curricular del perfil de carreras afines a ingeniería o en temas abordados por los psicólogos de las instituciones con el fin de formar profesionales estables, no solo para resolver problemas concretos sino a su vez abstractos, así como para desarrollar capacidad emocional de relación y dirección de personas.

Para el desarrollo, se toma en cuenta un estudio de carácter básico que se limita a conocer el comportamiento de las variables tal cual se muestran en su contexto, para lo cual se aplicarán instrumentos válidos que midan las variables. Se optó por un estudio no probabilístico por conveniencia debido a la limitación de acceso al registro de alumnos matriculados y a la disposición de las autoridades para acceder a las respectivas aulas. Además, se bordó un estudio de nivel correlacional, siendo el método apropiado para determinar la relación entre variables y consigo demorar la dirección relacional entre sí y, consigo, sensibilizar a las autoridades a entender la importancia de medidas que mejoren la realidad presentada.

Si bien el tema desarrollado no supone una consecuencia grave en la vida de los universitarios de ingeniería, si implica un malestar que limita su capacidad de desarrollo y lo pone en desventaja frente a otros profesionales, lo que a largo plazo presentaría dificultad para insertarse en el campo laboral, establecimiento de relaciones duraderas, acceso a aprendizajes funcionales, entre otros; pues a diferencia de otras carreras, su instrucción se centra en aplicaciones concretas. Para ello, se planteó como objetivo de estudio determinar la relación entre capacidad del perdón y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de lima, desarrollándose con la siguiente estructura:

En el capítulo I, tras la revisión de la literatura, se desarrolló la formulación de la problemática, se presentó antecedentes internacionales y nacional en torno al tema de estudio, se presentó los objetivos, justificación e hipótesis de investigación.

En el capítulo II, acorde a los autores representativos de las teorías para la capacidad de perdón y ansiedad, así como los postulados conceptuales, se realizó el marco teórico.

En el capítulo III, como se mencionó, se aplicará el estudio a la población de universitarios de carreras afines a ingeniería, con el fin de relacionar la variable capacidad de perdón y ansiedad, utilizando instrumento válidos y confiables.

En el capítulo IV, se responder a las hipótesis planteadas a través de los cuadros estadísticos correlacionales.

En el capítulo V, se formula la discusión de estudio, planteando los aportes de los hallazgos a través de las conclusiones y sugiriendo recomendaciones.

1.1. Descripción y formulación del problema

Los cambios en la sociedad conllevan a una serie de adaptaciones de la población, pero este conlleva esfuerzos en sus habilidades emocionales para hacerlo, tal es el caso de su repercusión en la salud física y psicológica de las personas, pues en muchos casos la exigencia es tal que tiende a deteriorarse. Así mismo, respecto al desarrollo personal, las personas requieren cada vez mayor eficiencia en el manejo emocional debido a las exigencias sociales, familiares y laborales, tendiendo en muchas limitaciones debido a las dificultades para sobrellevar etapas del pasado, ya que el modo de sentir influye y dirige el razonamiento que llevan a las acciones (Uriarte, 2017). Es así que se produce inestabilidad en las emociones, actitudes frente a la vida, desarrollo personal y profesional; resaltando que, en este caso de los universitarios, se encuentran en proceso formativo y adaptativo.

La experiencia histórica y traumática encuentran una manera de expresarse, pues cuando los pesares antiguos, injurias y heridas, no desaparecen, ocasionan un dolor inexpresado

adecuadamente, dando paso a la furia y resentimiento en consecuencia, provocando además inhibición en la capacidad afectiva, sentimiento de desasosiego, rencor, estrés, ansiedad, odio y depresión (Rosas, 2009). La complejidad, dificultad de expresión si como manejo emocional varía acorde a la personalidad y habilidades de cada persona, donde algunas tienden a racionalizar el control de las emociones, no obstante, esta actitud disciplinaria frente a los problemas produce insanidad emocional, pues da paso a la pérdida de contacto consigo mismo, pérdida de autenticidad y desintegración de caracteres (Arana, 2018).

Así mismo, los estudiantes universitarios se encuentran inmersos en un contexto de constantes demandas sociales, por ello, las cargas emocionales relacionadas a la presencia de ansiedad dificultan su adaptación al cambio y aprendizajes significativos, disminuyendo la probabilidad de éxito durante el desarrollo de su formación. La ansiedad entonces es un estado que provoca la experimentación de sentimientos de incertidumbre, presión y tensiones, que son interpretados como amenazas reales a pesar de ser en muchos casos imaginarias (Papalia et al. 2009). Las características más resaltantes en los universitarios con ansiedad son las auto críticas, inseguridad, dificultad para afrontar problemas, responsabilidades y desvalimiento (Fantin, et al., 2005), bajo rendimiento académico, dificultades para atender comprender y aprender, aumento de distracción, dificultades para logros personales, en las habilidades sociales y manejo emocional (Jadue, 2001).

Según los estudios a nivel internacional, en México, Chávez (2022) encontró que por lo menos la tercera parte (31.77%) de los universitarios presentaba ansiedad, teniendo como causas principales acontecimientos similares a pandemias o cambios políticos abruptos, como deterioro de la economía e irregular universitaria. Por otro lado, también en México, Portillo et al. (2021) evidenció que las redes sociales, medio de comunicación propio de universitarios para comunicarse o coordinar trabajo, se asociaban a un mayor nivel de ansiedad en la medida que aumenta su exposición a la misma.

En el ámbito latinoamericano, Emiro et al. (2022) en Colombia, reportó que, de 1,004 estudiantes, por lo menos el 26.1% manifestaba indicadores de ansiedad, la cual respondía al deterioro emocional, mostrando adicionalmente que el 47.7% tenía síntomas de depresión. Pinilla et al. (2020), también en Colombia, reportó que en estudiantes universitarios de medicina el 67.8% presentaba tendencia a ansiedad, dentro de los cuales las características presenten de riesgo era ser mujer, tener poco tiempo de ocio, falta de tiempo para alimentarse, dormir menos de 5 horas, percibirse discriminado y el aumento en el tiempo de desplazamiento al centro de estudios.

En el Perú, en Arequipa, según Oviedo y Palomino (2022) reportaron que, en universitarios de la facultad de psicología, el 53.7% padecía de ansiedad moderada, la cual estaba asociada a sus bajos niveles de habilidades sociales para confrontar las relaciones sociales; no obstante, en esta misma región, Gonzales (2020) reportó que los universitarios de medicina presentaban síntomas de ansiedad (47.6%), dentro de lo cual el 24% se encontraba en nivel severo; así mismo, reportó que adicionalmente estas personas presentaban indicadores de nivel severo en estrés (17.6%) y depresión (19.3%). Así también, en Chiclayo, Ruiz (2021), demostró en su estudio que los estudiantes universitarios, que estos tienden a presentar un nivel moderado de ansiedad, la cual está asociada a la procrastinación académica.

En el ámbito local, en Lima, estudios evidenciaron que en estudiantes universitarios de medicina padecía de ansiedad en por lo menos el 75.4%, la cual se diferenciaba particularmente por el sexo femenino, pero no por la edad (Saravia et al., 2020). Además, según datos presentados, en el Perú, se han dado por lo menos 3977 casos de trastornos de ansiedad (Suárez, 2018). Otros estudios a nivel local demuestran que por lo menos el 29.49% de estudiantes universitarios de facultades de ingeniería presentan niveles elevados de ansiedad (Domínguez, 2016), así como una capacidad de perdonar baja del 20.8% consigo mismo en 24.9% y con los demás en 24.5% (Ticona & Flores, 2017).

Entonces, los grupos que estarían más afectados por esta realidad, serían aquellos con un pensamiento racionalmente rígido y disciplinado, característica que encontramos en quienes se encuentran confrontando nuevas dificultades como la formación y adaptación a la dinámica social, siendo el grupo más resaltante los universitarios, donde aquellos que destacan en pensamiento de dirección, planificación, normas, programación, organización, control y realización, tienden a hacer prevalecer una actitud racional frente a la vida, como es el caso de los estudiantes de las carreras de ingeniería (Universidad de Zulia, 2012). Por lo tanto, los estudiantes universitarios de ingeniería tienden a optar por un pensamiento racionalmente rígido que permita entender y controlar los problemas, más en el aspecto emocional, tienden a restringir, reprimir y controlar su sentir, ocasionando dificultades en su expresión personal y social; pues reprimir las emociones conlleva a experimentar estados de ansiedad insoportables (Lemos, 2020).

Para comprender la dinámica de la dificultad de expresión en base a experiencias insatisfactorias, es necesario entender el perdón como alternativa, pues consiste en la capacidad de cancelar la deuda a la persona que te ha herido o hecho daño, así como la despedida al deseo de venganza y al resentimiento (Exline & Baumeister, 2000). Al no tener capacidad de perdonar, se puede aliviar el sufrimiento, evidenciando problemas para sanar heridas, presentando sintomatologías asociadas a la ansiedad y depresión (Jimenes, 2015). Así mismo, la falta de perdón provoca al individuo tensión en el cuerpo, ocasionado por rabia y resentimiento, produciendo la ansiedad y el desequilibrio del bienestar psicológico. Esto quiere decir que los estudiantes universitarios tienen problemas para relacionarse con los demás, pues esto amerita control y manejo emocional consecuentemente, afectándolos psicológicamente.

Expuesta esta realidad, se comprende que los estudiantes universitarios de ingeniería tienden a presentar, entre otros grupos, dificultades resaltantes acorde a su perfil para demostrar capacidad de gestionar el perdón y en consecuencia para manejar sus emociones, resaltando la

presencia de agentes negativos emocionales como la ansiedad, la cual también presenta una serie de sintomatologías que limitan el desarrollo en el ámbito personal, familiar, de pareja y social. Así mismo, surge la necesidad de comprender si la ansiedad o la capacidad de perdón funciona como factor protector, así como la dinámica entre ambos que expliquen la causa del problema.

En vista de que estos datos demuestran una realidad preocupante que conlleva un problema que afectan a miles de peruanos estudiantes universitarios pues dificulta muchas veces la capacidad de trabajo y la productividad (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2017), el presente estudio surge con la necesidad de demostrar si el perdón se relaciona con la ansiedad, cumpliendo una de dinámica de causa efecto, permitiendo así un panorama claro para sugerir mejoras en la atención a esta población. En tal sentido, se plantea las siguientes interrogantes: ¿Cómo se relaciona la capacidad de perdón y la ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima?

1.2. Antecedentes

1.2.1. Antecedentes nacionales

En el ámbito de estudios nacionales, Halanoca y Ramos (2022) elaboraron una investigación de relación entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad, tomando como muestra 82 pacientes hospitalizados en el Hospital Carlos Monge Medrano en Juliaca. Se aplicó una metodología de diseño no experimental de nivel correlacional, evaluando a través de los instrumentos Escala de ansiedad de Hamilton y Estilos de Afrontamiento al Estrés (COPE). Los resultados reportan que, a nivel descriptivo, los pacientes utilizan un afrontamiento orientado al problema en un 47%, orientado a la emoción en un 49% y en un 42% a la evitación; mientras que los indicadores de ansiedad se mostraron moderados con una prevalencia del 47%. En los hallazgos inferenciales, se evidencia que existe relación entre ambas variables ($p < 0.05$).

Cardozo (2019) realizó una investigación sobre el temperamento y perdón, tomando una muestra representativa de 77 adultos padres de familia de una institución educativa en Cajamarca. El método aplicado fue descriptivo correlacional, no experimental de corte transversal. Los instrumentos aplicados fueron el Inventario de Personalidad – Eysenck forma B para adultos (EPI) y la Escala del Perdón VAPPER 490. Los resultados demuestran que la mayor proporción de evaluados mantiene un nivel bajo en la capacidad de perdón, nivel bajo en perdón a sí mismo, nivel bajo en perdón a otros y un nivel moderado en perdón a la situación; además, prepondera el temperamento melancólico. En cuanto a las relaciones, a través del análisis de asociación de Chi cuadrado, se halló que el tipo flemático se relaciona con tendencia a perdonar ($p < 0.05$) y los de tipo colérico tienen menor tendencia al perdón ($p < 0.05$).

Toro (2019) realizó la investigación para relacionar el trastorno de déficit de atención, depresión y nivel de ansiedad, utilizando como muestra a 217 estudiantes preuniversitarios de la academia Mendel en Arequipa. El método utilizado fue correlacional de corte trasversal. Los instrumentos utilizados fueron: la Escala de Birieson, la Escala de Depresión Ansiedad de Beck y la Escala de TDAH. Los resultados descriptivos arrojaron que hay evidencia del total de estudiantes con cierto grado depresión el 38.8% presentó ansiedad leve, 40.3% presentó ansiedad moderada y 20.9% presentó ansiedad severa, mientras que del total de estudiantes con sintomatología compatible con TDAH el 47.7% presentó cierto grado de depresión, 38.6% presentó ansiedad muy baja, 40.9% presentó ansiedad moderada y 20.5% presentó ansiedad severa. El estudio refiere que existe relación entre estos trastornos.

Rodrich (2019) desarrollo un estudio donde relacionó autoestima como medio de afrontamiento y ansiedad estado-rasgo, aplicado a una muestra de 236 universitarios entre 18 y 25 años ubicados en Lima. El estudio se abordó con una metodología de diseño no experimental y de nivel correlacional, aplicándose como instrumentos de medición el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) y el Inventario de Autoestima de

Coopersmith. Los resultados demuestran que existe relación inversa alta entre autoestima con ansiedad estado ($\rho = -.673$) y rasgo ($\rho = -.705$); sin embargo, no se hallaron diferencias en las comparativas con edad y sexo. El estudio concluye que esta relación se sostiene en la estabilidad de los procesos cognitivos propios de la autoestima, siendo una autoestima sólida un mecanismo de afrontamiento y de adaptación frente a situaciones difíciles, disminuyendo la ansiedad.

Flores (2018) realizó una investigación para relacionar la ansiedad y la resiliencia; tomando como muestra de estudio a 60 adolescentes del género femenino en situación de riesgo con edades entre los 11 y 17 años de un albergue en Loreto. Se aplicó una metodología básica de nivel correlacional de corte transversal, aplicándose como instrumentos el Inventario de Autoevaluación de la Ansiedad Rasgo Estado (IDARE) y la Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA). Los resultados encontrados demuestran que existe una relación inversa débil entre resiliencia y ansiedad estado. La ansiedad estado predomina en el nivel promedio (45%), mientras que a su vez la muestra presenta un nivel de resiliencia bajo (55%).

1.2.2. Antecedentes internacionales

Así también, en el contexto internacional, Turizo (2021), el Colombia, aplicó un estudio de investigación para comprender la relación entre el perdón y salud mental, estudio que tuvo como muestra 200 venezolanos migrantes mayores de 18 años. Se aplicó una metodología de diseño no experimental y nivel correlacional, utilizando como instrumentos de medición la Escala de Perdón Heartland (HFS), Escala de satisfacción con la vida de la migración (SWMLS) y la Escala de Bienestar Psicológico de C. Ryff. Los resultados muestran que existe relación estadísticamente significativa entre el bienestar psicológico y las dimensiones del perdón, en tanto que perdón propio, perdón a otros y perdón a las circunstancias mantuvieron una relación débil y moderada con las dimensiones aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito de vida ($.192 < \rho < .365$).

Martínez y Parra (2019) realizaron un estudio sobre la actitud frente al perdón en víctimas del conflicto armado suscitado en Colombia; para lo cual se tomó una muestra de 123 víctimas del CAC. El estudio fue cuantitativo, descriptivo no experimental de corte transversal. El instrumento utilizado fue la Escala de Actitud frente al perdón (EAP). Los resultados demuestran que la actitud de los jóvenes y de los adultos se encuentra dispuesta o favorable a poder perdonar; a diferencia que los adultos mayores, donde se encuentra mayor resistencia al perdón. Respecto al componente cognitivo, predomina la actitud favorable (58.04%), e el componente emotivo, predomina el favorable (46.53%) seguido de desfavorable (43.59%), y para el componente conductual, predomina el favorable (55.10%). El autor concluye que en la actitud de nivel emotivo se presenta menor movilización al perdón, dificultando la sanación y el perdón sobre lo vivido.

Wagner et al. (2019) realizaron un estudio para relacionar empatía, síntomas de depresión, ansiedad y estrés en profesores de educación superior, tomando una muestra de 50 docentes de edades de 22 a 57 años. Se aplicó una metodología no experimental y nivel correlacional; se utilizaron como instrumentos: Inventario de Empatía (IE) y Depression, Anxiety, and Stress Scale (DASS-21). Los resultados hallados evidencian que la dimensión de empatía toma de perspectiva se relaciona en sentido inverso con estrés ($\rho = -.47$) pero no con ansiedad; así mismo, los indicadores en la dimensión humor si obtuvieron asociación con la variable empatía.

Fritzler (2018) realizó un estudio sobre la capacidad de perdonar y bienestar psicológico en una muestra de 348 residentes en Argentina, entre los 18 y 16 años. EL método aplicado fue descriptivo correlacional no probabilística, utilizando como instrumento la Escala CAPER de Casullo (2005) y el Mentak Health Continuum de Keyes (2006). Los resultados reportan que capacidad de perdonar se relaciona de forma positiva y moderada el con bienestar psicológico (.430), bienestar emocional (.403), bienestar social (.359) y bienestar personal (.341); así

mismo, bienestar psicológico se relaciona con perdón de sí mismo (.412), perdón hacia otros (.184) y perdón a situaciones (.360).

Garzón (2018) realizó un estudio para determinar los factores del proceso del perdón y las actitudes del perdón; para ello, recolectó una muestra de 979 universitarios de distintas universidades de España. Se aplicó un estudio descriptivo comparativo, se utilizó como instrumento la Escala del Perdón y Factores Facilitadores (ESPER), la Escala de evaluación de la capacidad de perdón (CAPER) y la Escala de motivación Asociada a las Transgresiones (TRIM-18). Los resultados demuestran que no existe diferencia a partir de los grupos de género sobre el concepto de Perdón. En los componentes Control de situaciones y sentimientos/pensamientos negativos se encontraron diferencias entre grupos, siendo los hombres los que obtuvieron mayor puntuación. Sobre la actitud hacia el agresor, se encontró diferencias para venganza y evitación, siendo en este caso las mujeres quienes obtuvieron mayor puntaje que los varones.

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre capacidad del perdón y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.

1.3.2. Objetivos específicos

- Hallar las propiedades psicométricas de los instrumentos: Inventario de Ansiedad de Beck - BAI y la Escala de Capacidad de Perdón (CAPER)
- Describir los niveles de la capacidad del perdón en jóvenes de una universidad pública de Lima.
- Conocer y analizar los niveles de ansiedad en jóvenes de una universidad pública de Lima.
- Hallar la relación entre perdón a sí mismo y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.

- Hallar la relación entre la dimensión perdón hacia el otro y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.
- Hallar la relación entre la dimensión perdón a la situación y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.
- Hallar la relación entre la dimensión capacidad del perdón y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima, según sexo.

1.4. Justificación

El presente estudio surge por la necesidad de demostrar la relación entre la capacidad de perdón y ansiedad en estudiantes universitarios de ingeniería, puesto que, los jóvenes requieren desarrollar factores protectores que conlleven a poder adaptarse y desarrollarse oportunamente para afrontar las adversidades propias de su etapa. Es entonces donde la variable perdón cumple un factor protector para poder establecer un equilibrio emocional que libere la sobrecarga de la falta de expresión de emociones negativas producto de experiencias traumáticas o situaciones no superadas en el pasado, conllevando una carga que dificulta o inhibe las facultades de desarrollo que, sumadas a indicadores ansiógenos, merman la capacidad de éxito en la vida personal, social y académica. En este sentido, el presente estudio beneficia a los jóvenes universitarios, pues al conocer la dinámica de causa efecto entre variables, puede abordarse su mejora de forma progresiva por los responsables.

Desde una justificación teórica, se comprende el estudio de la literatura sobre los acontecimientos y conceptos conocidos y por conocer sobre el comportamiento humano, se genera un aporte al conocimiento de la dinámica relacional, otorgándole al perdón atribución como factor protector frente a los indicadores ansiógenos producto de las dificultades experimentadas en la vida de los universitarios, pues como refieren diversas investigaciones, en casos de acoso, quienes no desarrollan perdón, tienden a replicar la misma conducta con otras personas (Quintana et al., 2019).

En el aspecto metodológico, donde se ofrecen aportes sobre sectores o grupos poblacionales a través de la medición de variables, el presente estudio brinda información que complementa a la escasa literatura de relación entre el perdón y ansiedad a nivel nacional, proporcionando además información válida y confiable sobre la medición y relación de variables a partir de instrumentos estandarizados y confiables en universitarios de ingeniería. El estudio está enfocado en explicar o establecer una relación entre una variable que actúa como estrategia para superar o afrontar esta ansiedad y querer identificar el mecanismo de cómo opera la asocia con los niveles de ansiedad. Pues como menciona Sánchez (2020), existe imprecisión en las metodologías de investigación, así como frecuencia de sesgos en la selección de campos de investigación, ocasionando un dilema en la ejecución de estudios que verdaderamente aporten al desarrollo de investigación social necesaria.

En lo aplicado, los datos proporcionan una conclusión sustentable de los efectos teóricos de ambas variables, pudiendo ser trasladados en efectos prácticos para que se generen y desarrollen programas para que los alumnos manejen su ansiedad y mejoren su capacidad para afrontar las exigencias a través de la capacidad del perdón. Asimismo, el presente estudio es importante pues aporta información a la comunidad científica, sobre la capacidad del perdón y la ansiedad para contribuir a el conocimiento científico y psicológico como materia de estudio, pues, así como existen limitaciones en la literatura sobre correlación y descripción de las variables, existe ausencia de estudios experimentales que demuestren la aplicación de la dinámica relacional.

1.5. Hipótesis

1.5.1. Hipótesis general

H1: Existe relación entre capacidad del perdón y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.

H0: No existe relación entre capacidad del perdón y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.

1.5.2. Hipótesis específicas

- Hi: Existe relación entre perdón a sí mismo y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.
- Ho: No existe relación entre perdón a sí mismo y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.
- Hi: Existe relación entre perdón hacia el otro y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.
- Ho: No existe relación entre perdón hacia el otro y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.
- Hi: Existe relación entre perdón a la situación y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.
- Ho: No existe relación entre perdón a la situación y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.
- Hi: Existe relación entre capacidad del perdón y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima, según sexo.
- Ho: No existe relación entre capacidad del perdón y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima, según sexo.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Bases teóricas sobre capacidad de perdón

2.1.1. *Conceptualización*

El ser humano encuentra espacios para su desarrollo en la realidad de un contexto que suele ser desalentador y en el transcurso del mismo presenta la necesidad de hacer frente a situaciones complejas que afectan la esfera cognitiva y emocional, lo cual requiere de la habilidad de sobrellevar la experiencia. Es la capacidad del perdón aquel proceso intrapsíquico que permite desplazar o no el enfado y la ofensa que parte de determinado contexto, a partir de las estructuras cognitivas desarrolladas como capacidad para sobrellevar el agravio, las cuales pueden a su vez encontrarse limitadas por defensas posteriores o motivadoras causadas por traumatismos, desplazando el alcance del apego seguro y capacidad de mentalizar para conllevar un duelo (Horwitz, 2005).

Es entonces la capacidad del perdón una forma de adaptarse al daño suscitado por otra persona, situación o contexto de forma involuntaria o voluntaria, pidiendo tener una base sustentable o ser una exageración de la experiencia vivida. Para perdonar, la víctima debe abandonar los deseos de venganza como una reivindicación sobre el hecho (Durham, 2000). Desde una postura conductual, el perdón debe requerir una acción o solicitud de disculpa por parte del ofensor, para lo cual se requiere que la respuesta del agredido sea acciones que demuestren que el agravio se dejó atrás (Enright, 2000).

Ello concuerda que el perdón es un auto análisis que conlleva a sobrellevar el dolor y abandonar los deseos de venganza como reivindicación, sino que, en vez de ello, el perdón es estimulado a partir de la conducta del agresor que a su vez modifica la predisposición conductual del agredido. Es decir, al perdonar, el individuo se libera de resentimientos y la actitud negativa el ofensor se vuelve más positivo (Diez, 2015).

El perdón sobre sí mismo y hacia los demás, es definido como el esfuerzo para alcanzar la restauración del amor y la confianza como medio de reducción del vínculo destructivo (López et al., 2008), promoviendo un bienestar psicológico, la autoestima, restablecimiento de emociones positivas, ausencia de vergüenza, reducción de indicadores neuróticos, de ansiedad y depresión (Flores, 2009). Lo que deja entender como una capacidad restauradora proveniente del propio sujeto respecto a las experiencias y actitudes establecidas a partir de un elemento, sea una persona, sí mismo o el contexto.

El proceso de perdón hacia sí mismo conlleva al desarrollo de autoaceptación, tanto de sus fortalezas como de sus debilidades, requiriendo de una postura positiva auto aplicada y reconocimiento de sus propios errores como oportunidades, abandonando la continuidad de las auto críticas y adoptando una postura opuesta para brindarse amor y respeto, logrando así también, en consecuencia, la capacidad para poder perdonar a los demás (López et al., 2008). La aceptación de los fracasos propios son el camino para el establecimiento de un nuevo concepto de sí y de los demás, permitiendo flexibilidad como resolución de la adversidad. Casullo (2006) manifiesta que el perdón es el camino del perdón, en el género masculino, surge como medio de olvido, progreso y mejora de la convivencia en la sociedad; no obstante, en las mujeres, perdonar significa ser perdonadas, siendo un indicador de inteligencia.

Por otro lado, perdón no es sinónimo de olvido o mucho menos aceptar la conducta o actitud del otro, si no la oportunidad de liberarse de todo dolor y cicatrizar la herida. La memoria sin ira, sin afanes vengativos no abre, si no cierra heridas de tal modo que el perdón involucra la disminución de las emociones, conductas y juicios negativos (Kalayjian & Paloutzian, 2009). Desde otra perspectiva, Gamboa (2014), manifiesta que el perdón es un acto moral entre dos actores, el ofensor y la víctima, donde la víctima libera del daño causado hacia su persona a la vez que el ofensor reconoce y se arrepiente. Para Gordon y Baucom (2003) el

perdón implica el avance más balanceado de la relación, disminución de sentimiento negativos hacia el otro y un menor deseo de castigarlo.

Sobre la capacidad de perdonar a otros, es nutrida por la capacidad empática y la habilidad conciliadora, en consecuencia, reducir las emociones negativas y optimizar consigo la funcionalidad mental y física, mejora en las relaciones interpersonales y mayor adaptación emocional, mayor esperanza, mayor autoestima, mayor satisfacción de vida y reducción de sintomatologías asociadas a la depresión (Luskin, 2002). Flores (2009) manifiesta que el perdón es una capacidad de afrontamiento al conflicto, teniendo relación con la presencia de enfermedad física y mental.

2.1.2. El perdón en población joven

Se entiende como juventud al periodo suscitado entre la adolescencia y la adultez, donde se desarrollan descubrimientos más desarrollados en el ámbito emocional y social. La juventud es entonces un periodo en la vida de todas las personas donde se adquiere experiencia progresiva de las funciones que presentan los adultos, siendo una transición para esa etapa, donde se espera que desarrolle autonomía, a partir de la cual se dará lugar a un conjunto de relaciones en determinadas sociedades (Souto, 2007). En este sentido, la calidad de relación y su capacidad para conservarla denotaría una habilidad de adaptabilidad emocional que serviría como mecanismo de afronte ante el malestar.

Por otro lado, Machado et al. (2008), conceptualizan a la juventud como aquella interacción entre las categorías establecidas en la sociedad por su contexto, economía y política, determinando el timón de su dirección, por lo que las demandas de la sociedad forman las relaciones del joven y por lo tanto al mismo. En este sentido, la capacidad de perdonar en los jóvenes sería el reflejo de su capacidad adaptativa a los cambios prosociales otorgados por motivaciones interpersonales e intrapersonales (Casullo, 2005) sugieren que el poder perdonar refleja cambios prosociales en las motivaciones intra e interpersonales.

En la etapa de la juventud se forma la intriga, envidia y rivalidad, provenientes de la típica estructura cultural y social con la que se forma, los cuales son escenas chocantes y lamentables que generan consecuencias negativas como el odio y resentimiento a hacia sus padres, por percibir como un infierno su hogar, además practicar la entrega sexual altamente frustrantes buscando aliviar el vacío y soledad para mitigar su dolor, que muchas veces son evidenciado agresivamente. Estos hechos son frecuentes por la falta de conocimiento de la capacidad del perdón y su efecto liberador (Schmitt, 2005).

2.1.3. El perdón acorde al nivel de instrucción

Cuando se habla del nivel instructivo en las diferentes etapas acorde a la edad, se espera un mejor rendimiento en aquellos con mayor logro en conocimientos; esto debido además a su etapa de desarrollo biológico que debería permitir un mejor rendimiento en el razonamiento acorde a la edad y el perdón como conceptualización del mismo, pues como exponen Enright et al. (1991), la capacidad de perdonar varía acorde al nivel de desarrollo del proceso cognitivo y mejora en el crecimiento desde la niñez a la adultez. Por otro lado, Flanagan et al. (2012) refieren que no es suficiente la edad, sino que implica haber desarrollado la capacidad de poder atribuir motivaciones prosociales, comportamientos y el estado mental de otras personas, por ello es importante entender cómo el perdón está ligado a las relaciones sociales (Scheleien et al., 2010).

2.1.4. Dimensiones de la capacidad del perdón

El perdón surge como consecuencia negativa de interacción consigo, de dos o más personas y contextos donde se desarrolló cada persona, dando paso a eventos donde pueden existir experiencias adversas que hieren o causan herida por seres queridos, teniendo como solución al perdón como una capacidad de bienestar individual. Desde una perspectiva positivista, diversos autores establecen que la capacidad del perdón se desarrolla en torno a tres factores.

- Perdón a sí mismo

Donde se contempla el auto resentimiento como el daño objetivo que, de ser superado, dará paso a la generosidad, humanidad y perdón tanto consigo como con los demás, promoviendo el bienestar de sí mismo (Enright, 2000). Entonces, el perdón se centra en las emociones, situaciones y pensamientos dirigidos a la evitación que pretende el agresor (Muñoz, 2016). A partir de ello, se presentan cuatro puntos que desarrollan el arrepentimiento del agresor (Cornish & Wade, 2015, citados en Ticona & Flores, 2017) y cuatro componentes del perdón (Pansera et al., 2009, citados en Ticona & Flores, 2017).

- Arrepentimiento del agresor
 - Reconocimiento del daño.
 - Mitigación de venganza a través del arrepentimiento.
 - Restablecer mediante conductas reparadoras
 - Fortalecimiento de la autocompasión y autoaceptación para el desarrollo moral.
- Componentes del perdón
 - Reconocimiento del daño ocasionado
 - Demostrar la empatía hacia el dolor y sufrimiento producido
 - Llevar a cabo la reparación
 - Mostrar cambio en la conducta

- Perdón a otros

Comprende la disposición de la persona dañada para perdonar la transgresión de la cual fue víctima, siendo una posición en el que el beneficio recae sobre la víctima y no del victimario, en la medida que exista alivio sobre el sufrimiento, resentimiento o dolor (Franchi, 2005). Pereyra (2004) sustenta el desarrollo de cuatro etapas para llevar a cabo la intervención en el desarrollo del perdón interpersonal.

- Catarsis: descarga del paciente sobre las cosas que le generan emocionales negativas.

- Insight: lograr que el paciente comprenda que la persona causada el daño tiene errores, puede fallar, es humana. Esto permitirá lograr el restablecimiento cognitivo del suceso dañino el individuo.
 - Decisión: aquí la persona llega a comprender que la decisión del perdón es incondicional pero que si invita a deshacerse de los pensamiento y sentimiento y perturbadores proponiendo la tranquilidad.
 - Acción: en esta etapa se realiza la acción ejecutora para restaurar la relación ofensora.
- Perdón a la situación

López et al. (2008) refieren que el perdón a las situaciones comprende la confrontación a las situaciones adversas, momentos negativos o hechos vividos; estos pueden comprender enfermedades, sufrimientos y tragedias en consecuencia, pero cuando la persona acepta y comprende, se desarrolla la reconciliación y reparación del daño percibido (Ticona & Flores, 2017).

2.1.5. Modelos y teorías sobre el perdón

A continuación, se presentan las teorías que explican la implicancia del perdón en el desarrollo psicosocial y emocional de las personas.

2.1.5.1. Modelo del afrontamiento del perdón y del estrés de Worthington y Scherer (2004). La teoría expone que el perdón es un proceso de involucramiento emocional, motor, cognitivo y motivacional necesarios para dominar las demandas, siendo estresores que se desarrollan después de una ofensa. Rocha et al. (2017) extienden el modelo de los autores de la teoría en base a la teoría de Lazarus y Folkman (1986, citados en Rocha et al., 2017), considerando al perdón como una estrategia para el afrontamiento de las emociones, a partir de las cuales se desprenden cuatro proposiciones: La falta de perdón genera estrés, los mecanismos de afrontamiento pueden reducir la falta de perdón, el perdón reduce el estrés y el

perdón como estrategia se relaciona a la salud. Posteriormente, Strelan y Corvic (2006, citados en Rocha et al., 2017) desarrollaron seis principios básicos en respuesta a dicho modelo: El perdón es la reacción a un agente estresor; las reacciones frente a una transgresión son evaluaciones tanto primarias como secundarias; las estrategias de afrontamiento describen el modo en que las personas perdonan; tanto el perdón como el afrontamiento pueden ser orientados hacia el futuro; el perdón es un proceso tanto intrapersonal como interpersonal; y, el perdón es un proceso dinámico.

2.1.5.2. Modelo de la complejidad del perdón de Hudson (2016). El modelo de Hudson (2016) hace énfasis en las respuestas de afrontamiento, integrando las teorías de Lazarus y Folkman (1986), Bronfenbrenner (1987) y Hegadoren (2006), donde los factores relacionados al perdón y sus efectos en la salud del ser humano, se consideran los distintos niveles dentro de un mismo proceso. El desarrollo del modelo se da en tres etapas: Antecedentes, Procesos y Consecuencias. En la primera etapa de antecedentes, se desarrollan dos tiempos, siendo el primero el de transgresión individual, grupal, comunitario o cultural, los cuales alimentan al estresor, dando paso al segundo tiempo de evaluación, donde se desarrolla la amenaza, reto o daño o es ignorado como algo irrelevante. En la segunda etapa de Procesos, es donde se da el desequilibrio, donde, como respuesta de afrontamiento, puede suscitarse el perdón, el no perdón, dependiendo además de los factores influyentes. En la tercera etapa de Consecuencias, se evalúan los resultados de los elementos de la etapa 2, obteniendo en el perdón salud física y mental, mientras que, en el no perdón, enfermedad y malestar mental, cabe mencionar que las consecuencias dependen de la habituación, los patrones propios y la normalidad.

2.1.5.3. Psicología positiva y el perdón. Definida por Seligman (1999) por el estudio científico de las experiencias de índole positivas, donde destacan los rasgos personales positivos, así como de las instituciones y programas que promueven, pues previenen la

aparición de las patologías en torno a la carencia del mismo; estas también se definen como fortalezas que permiten adoptar una perspectiva amplia del potencial, capacidades y motivaciones. Esta a su vez depende del sentido de vida consecuente de las circunstancias y la interpretación que se establecen a partir de estas y su afrontamiento (Linley et al., 2006). Sobre el perdón desde una dimensión positivista, es la capacidad empática, comprensión, olvido y reconciliación (Thompson & Synder, 2003). Existe una perspectiva que indica que el perdón existe en la medida que los pensamientos, acciones y emociones se transforman en positivas a través del cambio de motivación (Cosgrove & Konstam, 2008), mientras que otros autores lo conciben como la ausencia de una carga negativa donde da paso la superación del odio, la rabia y el rencor, así como ausencia o descenso de la actitud de venganza hacia quien agredió (Sells & Hargrave, 1998).

2.2. Bases teóricas sobre ansiedad

2.2.1. Conceptualización

Es una expresión que acompaña sintomatologías asociadas al miedo y la percepción de estímulos que son interpretados como amenazas, siendo así una reacción necesaria para la supervivencia del individuo; sin embargo, esta puede ser errónea en la medida que pierde compatibilidad con la realidad. La ansiedad es un sistema complejo que contiene respuestas afectivas, conductuales, fisiológicas y cognitivas que se activan inmediatamente después de percibir un estímulo como amenazante para la vida de la persona (Clark & Beck, 2012). Así mismo, Sierra et al. (2003) concibe a la ansiedad como una respuesta emocional ante la identificación de información por conocimientos previos que contienen carga interpretada como peligrosa y que ostenta amenaza, ante lo cual emite una reacción cognitiva, fisiológica y motora.

Por otro lado, desde un efecto adverso experimentado en el individuo, la ansiedad representa el acompañamiento de la reacción con malestar, el cual puede empeorar en la medida

que la ansiedad deja de ser una reacción ante estímulos reales y se genera una exageración fisiológica que altera el funcionamiento de la persona. Cia (2002) entonces, manifiesta que la ansiedad es un malestar psicofísico a partir del cual da lugar una perturbación, zozobra, inquietud, inseguridad o temor ante la experiencia inmediata de una amenaza; siendo entonces esta amenaza interpretada como un atentado directo para su integridad, pero esta es interpretada de forma no adaptativa, es decir, en condiciones normales, debería aumentar el rendimiento, pero en este caso, obstruye sus funciones (Virues, 2005).

El Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5), concibe la mal adaptación de la ansiedad como un trastorno caracterizado por ansiedad y miedo excesivo, dando lugar a la percepción de amenazas futuras como una constante sin la necesidad de un estímulo real (American Psychiatric Association [APA], 2017). La ansiedad como conducta, es determinada como una aprehensión acompañada de sintomatologías somáticas de constante tensión a partir del cual el sujeto cree anticipar catastrofes, peligros y desgracias inminentes (APA, 2017). El trastorno ansioso entonces, es un sistema de conservación desadaptativo en la medida que su interpretación responde a la malformación de la percepción de la realidad; así mismo, tiende a ser un sentimiento de opresión debido al sistema de anticipación del peligro interno y externo (Vega, 2017).

Clark y Beck (2012) manifiestan que la manifestación patológica de la ansiedad se caracteriza por funciones cognitivas, las cuales pueden darse por: Cognición disfuncional, donde existe una valoración errónea de los estímulos ambientales y que no se ajusta a un criterio empírico; deterioro del funcionamiento, donde el funcionamiento, social, laboral, familiar, etc. de la persona con ansiedad clínica o patológica se ve disminuido debido a la su propia interpretación de los estímulos; persistencia, donde independientemente de si actualmente existen o no amenazas reales en el entorno, el estado de ansiedad puede mantenerse en la persona durante periodos prolongados; falsa alarma o miedo invisible, este cuadro puede

ocurrir tanto en situaciones de mínima amenaza como en momentos en los que el peligro es inexistente, siendo un ejemplo la aparición de ataques de pánico; y la hipersensibilidad de los estímulos, donde a diferencia de la ansiedad adaptativa, este tipo de ansiedad es activada por diversos estímulos o contextos que, en situaciones normales, no resultarían peligrosos o amenazantes para un individuo.

Los trastornos de ansiedad tienen lugar en la persona a través de diferentes formas de manifestación, donde no solo se desarrolla la exageración de los síntomas habituales que acompañan la ansiedad, sino que aparecen otros como el mutismo selectivo, trastorno por separación, agorafobia, trastorno de pánico, trastorno de ansiedad generalizada, fobia social, fobia específica, trastorno de ansiedad debido a otra afección médica, trastorno de ansiedad inducido por sustancias, otros trastornos de ansiedad especificados y el no especificado (APA, 2017). Toro (2019) explica cada uno de estos puntos:

- Trastorno de ansiedad por separación: es el miedo excesivo y desproporcionado al nivel de desarrollo de la persona a su separación de las figuras de apego.
- Mutismo selectivo: imposibilidad de habla en situaciones sociales específicas que requieran que la persona hable.
- Fobia específica: miedo intenso desproporcionado e inmediato por un objeto o contexto en concreto.
- Fobia social: miedo intenso a situaciones sociales donde la persona queda expuesta al posible escrutinio de otros individuos.
- Trastorno de pánico: consiste en ataques recurrentes (de forma súbita) de miedo intenso, alcanzando su máximo en minutos y que se acompaña con síntomas físicos.
- Agorafobia: se presenta miedo intenso en diversas situaciones (2 o más) como uso del transporte público, encontrarse en espacios abiertos o cerrados, hacer cola o estar en medio de una multitud y encontrarse solo fuera de casa.

- Trastorno de ansiedad generalizada: es la preocupación excesiva generado por diversos acontecimientos o actividades y que tiene una duración mínima de seis meses.
- Trastorno de ansiedad inducido por sustancias o medicamentos.
- Trastorno de ansiedad debido a otra afección médica: a partir de la historia, análisis y otros elementos médicos, se evidencia la existencia de otra afección, la cual es responsable del cuadro ansioso.
- Otro trastorno de ansiedad especificado: cuando los síntomas ansiosos que presenta el individuo causan deterioro en diversos aspectos de su vida pero que no se ajustan a los criterios de otros trastornos ansiosos.

Sue et al. (2010) explican una perspectiva de interacción de la ansiedad desde las esferas biológicas, socioculturales y psicológicas sociales que llevan al sujeto a incidir en trastornos asociados a la ansiedad: Dimensión biológica, estructura cerebral e influencia genética; Dimensión psicológica, procesos cognitivos en el desarrollo y mantenimiento de la ansiedad; Dimensiones sociales y socioculturales, que manifiesta existencia de estrés ambiental y prejuicio entre los grupos. Esto concluye en la argumentación de que la ansiedad no solo afecta los espacios de estabilidad personal, sino que consigo quebranta las relaciones interpersonales y contextuales donde se encuentra inmersa la persona, suponiendo consigo una variedad de respuestas que podrían fortalecer el sistema infructuoso de ansiedad.

2.2.2. Ansiedad en población joven

Durante esta etapa, el desarrollo cognitivo y físico van de la mano con la madurez emocional, la cual, en la juventud no está completamente desarrollada, por lo que es necesario afrontar situaciones adversas y conflictos que demanda la sociedad y la vida adulta, proveyendo así un desarrollo de experiencias acumulativas que provean de una adultez saludable (Pérez & Merino, 2009). En este sentido, es necesario comprender que esta etapa parte de la necesidad de independizarse y realizar un salto desde la adolescencia, siendo la familia un grupo

primordial del cual deja de depender para construir relaciones sociales sólidas que acompañen su progreso e identidad, probándose así mismo asumiendo responsabilidades, obteniendo errores y desaciertos.

La ansiedad en esta etapa tiene como principales factores sociales las altas expectativas de éxito que otorga la sociedad y la familia, así como la complejidad de afrontar un mundo amenazador y atemorizante que cada vez demanda de más habilidad y competencias y, las redes sociales, las cuales muestran el cómo otros obtienen éxito o mejora, siendo un punto de comparación que genera presión de expectativa en los mismos jóvenes (McCarthy, 2019). Los jóvenes universitarios tienden a presentar con mayor frecuencia el riesgo de sufrir ansiedad debido a su constante exposición a exigencias académicas sociales y psicológicas, además, por la constante presencia de estrés, conllevando a desarrollar problemas de salud mental y conductas desadaptativas como consumo de alcohol y drogas, siendo incluso motivo de casos de trastornos depresivo, de ansiedad e ideación suicida (Fernández, 2002).

2.2.3. Ansiedad acorde al nivel de instrucción

Las carreras profesionales son opciones formativas cuya elección es determinada por los jóvenes a partir de sus conocimientos y actitudes con las cuales interpretan y razonan sobre el mundo y sus propias construcciones cognitivas, por tanto, su motivación de elección responde a su interés y necesidad. Así mismo, estudiar una carrera comprende consigo la adquisición de experiencias y conocimientos que lo acompañarán a lo largo de su vida (Fernández, 2002), para posteriormente acentuar o cuestionar dichos aprendizajes en el campo laboral, bajo un esquema de acción asociada al perfil de la carrera.

El comportamiento de los profesionales se explica debido a la congruencia de perfiles según las habilidades que los jóvenes poseen, alcanzando así la satisfacción profesional. Holland (1975) establece una clasificación a partir de la personalidad de las personas, lo cual determina el ambiente laboral congruente con la misma, dando espacio a seis modelos

ambientales: primero, la orientación realista, donde se destacan por la coordinación motriz, habilidades físicas, evitan habilidades verbales e interpersonales, tendiendo a la preferencia de problemas abstractos o concretos; segundo, orientación intelectual, siendo personas con tendencia a la introversión, pensar, medir y meditar los problemas, tendiendo a preferir labores con cierta ambigüedad, poseyendo actitudes poco convencionales.

Continuando, tercero, orientación social, característico de personas sociables, humanistas, sensibles, con tendencia por resolver problemas utilizando sus sentimientos, comunicación e interacción interpersonal, pero evitan las situaciones problemáticas físicas e intelectuales; cuarto, orientación convencional, donde se ubican las personas con orientación por el cumplimiento de las reglas, normas, órdenes y la organización; quinto, orientación emprendedora, siendo personas que ostentan poder y liderazgo, manifestando habilidad de dominio, poder, estatus, habilidad verbal e incluso de manipulación; y sexto, orientación artística, ubicando a aquellos con habilidad para las artes físicas, tendiendo a ser sensibles auto expresivos, introvertidos y poco sociables (Holland, 1975).

2.2.4. Dimensiones de la ansiedad

La ansiedad no necesariamente es un elemento que tiene una única función o manifestación, sino que incluye otros aspectos, como la respuesta medida por el entorno. Lang (1968, citado por Arcas & Cano, 1999), refiere que la ansiedad se puede establecer bajo tres niveles que acompañan el sistema del sujeto, los cuales pueden ser nivel cognitivo, motor y fisiológico, comprendidos como un sistema o dimensión triple:

- Dimensión o Nivel cognitivo subjetivo: Se desarrolla la dinámica asociativa entre el conocimiento y las experiencias, pudiendo dar lugar al desasosiego, molestia, impresión de pérdida de control, incertidumbre, ideas negativas y problemas al tomar decisiones.

- Dimensión o Nivel fisiológico: La manifestación de cambios corporales y el incremento de la activación del sistema nervioso autónomo, estimulan el sistema motor, endocrino, central y autónomo de forma involuntaria.
- Dimensión o Nivel motor: La manifestación de ansiedad observable se presenta comúnmente por acciones repetitivas, incremento de ingesta de comida y sustancias, inquietud excesiva y problemas para articular el lenguaje.

Por otro lado, Spielberger y Díaz-Guerrero (2002), dimensionan a la ansiedad por estado y rasgo: ansiedad estado, es un estado emocional de tiempo limitado que desaparece, caracterizado por la manifestación de emociones rígidas acompañadas de aprehensión interna y la estimulación progresiva del sistema nervioso autónomo, pudiendo ser medido por la intensidad; mientras que la ansiedad como rasgo, es una manifestación constante de la ansiedad desde la persona con su contexto, los cuales son constantemente percibidos como amenazantes y peligrosos, por lo que se mide a través de la frecuencia y no por la intensidad.

2.2.5. Modelos y teorías sobre la ansiedad

A continuación, se presentan las teorías que explican la presencia de ansiedad en el desarrollo psicosocial y emocional de las personas.

2.2.5.1. Teoría conductual de la ansiedad de Wolpe (1958). Las aproximaciones teóricas conductuales de la ansiedad se sustentan en el principio de que la ansiedad puede ser comprendida como una respuesta emocional condicionada. De acuerdo con Wolpe (1958, citado por Cia, 2002) el inicio se basa en el hecho de que los procesos de condicionamiento clásico podrían explicar el apareamiento de estímulos neutrales previos con la respuesta de ansiedad condicionada. Este supuesto se constituyó en un principio heurístico útil para desarrollar procedimientos de tratamientos a una variedad de trastornos de ansiedad. Como una clase de respuesta condicionada la ansiedad, está relacionada a eventos que la estimulan y provocan, incluyendo los eventos especialmente. Desde esta perspectiva, la ansiedad aparece

ante la presencia u ocurrencia de un estímulo interno o externo y disminuye rápidamente en ausencia del mismo. En este modelo teórico, los temores pueden ser adquiridos mediante experiencias traumáticas condicionantes, a través de un aprendizaje vicario (modelo) y por una recepción de información verbal amenazante que sea relevante.

La ansiedad como un constructo hipotético es asumida como un estado mediador entre lo que se percibe en el exterior como amenaza y la emisión resultante como conducta ante la misma. El modelo conductual identifica detalladamente los aspectos básicos implicados en la ansiedad, que son: la situación desencadenante y las respuestas producidas por el sujeto. Las situaciones estímulos pueden ser de carácter interno o externo, así mismo las respuestas del sujeto implican topográficamente elementos cognitivos, fisiológicos o motores (Cia, 2002).

2.2.5.2. Teoría cognitiva de la ansiedad de Beck (1987). Beck manifiesta que los trastornos emocionales surgen de la distorsión o el sesgo a partir de un sistema perturbado en el proceso de la información. Es así que la aparición de la ansiedad sesga la capacidad de valoración real del peligro y sus capacidades para confrontarlos, ante lo cual, emerge la respuesta de evitación ante el supuesto de fracaso o pérdida, fortaleciendo la infravaloración de las capacidades. Dicha retirada persistente implica la incapacidad de poder adquirir un valor de adaptación. Como consecuencia de dicha dinámica, aparecen consigo síntomas psicopatológicos afectivos, motivacionales, conductuales y fisiológicas, que pueden ir de la mano con otros factores no directos como hormonales, evolutivos, físicos y psicológicos, que pueden empeorar el cuadro. Es así que, Beck explica el mantenimiento de los procesos distorsionados de la ansiedad, como desencadenamiento y mantenimiento.

Beck también explica la teoría cognitiva de la ansiedad a través de esquemas establecidos como una funcionalidad duradera producto de la experiencia y conocimientos previas, a partir de las cuales se pueden identificar estructuras cognitivas de codificación, organización, percepción, recuperación y mantenimiento en referencia al entorno. Así también,

Beck explica que son los estímulos los que codifican y elaboran los esquemas, rechazando información que ante el esquema son inconsistentes, permitiendo el mantenimiento de la disfuncionalidad desadaptativa sobre la realidad. La teoría cognitiva identifica dos factores propios de la personalidad como vulnerables a los trastornos emocionales: autonomía y sociotropía. Los esquemas sociotrópicos comprenden creencias y actitudes elevadas sobre las relaciones interpersonales y dependencia social como referente de auto valoración (aceptabilidad social y atracción personal activan los esquemas ansiógenos); por otro lado, los esquemas autónomos, consideran en primera instancia la independencia, la privacidad, libertad de acción y autodeterminación (restricción de autonomía o de logro de objetivos activan los esquemas ansiógenos).

2.2.5.3. Teoría bioinformacional de las emociones de Lang (1995). Para Lang (1995) la fobia por ansiedad es la organización de proposiciones esquematizadas en la memoria como producto de la interpretación errónea de las experiencias vividas; es por ello que la activación total o parcial de la red de proposiciones se activa, desencadena la experimentación de ansiedad y consigo se activa el sistema de vigilancia, valencia y de control. Estas valencias son negativas, pues dan paso a la pérdida de control, hiper alerta y baja dominancia en respuesta a un estímulo que es percibido como amenaza cuando en realidad tiene una carga real menor; esta se da, como refiere el autor, de sujeto a objeto, desplegando la proposición estímulo, de respuesta y de significado (Martínez et al., 2012):

- Las proposiciones de estímulo se refieren a la naturaleza del objeto del temor,
- Las proposiciones de respuesta se refieren a las calidades de la respuesta al objeto y
- Las proposiciones de significado se refieren a las diferencias e implicancias del objeto en cuestión.

III. MÉTODO

3.1. Tipo de investigación

El presente estudio abordó un enfoque cuantitativo, pues toma en cuenta los datos estadísticos a través de la recolección y observación de datos cuyo objetivo será analizarlos para dar respuesta a las hipótesis del estudio (Cortés e Iglesias, 2004). Así mismo es de tipo básico, ya que confirma los conceptos teóricos a partir de la relación entre variables (Niño et al., 2012). El diseño no es experimental ni aplicado, pues no se interviene en el desarrollo de las variables, sino que se analiza su estado natural (Hernández et al., 2014). El nivel aplicado fue descriptivo correlacional; descriptivo por que se da a conocer los niveles manifiestos de cada una de las variables, permitiendo detallar las propiedades, rasgos y características del comportamiento de las mismas; y correlacional porque se informó el grado de relación o asociación entre las variables capacidad de perdón y ansiedad (Hernández et al., 2014). El corte de estudio fue transversal, pues permite medir en un momento único, describir y establecer el comportamiento de dichas variables (Cohen & Gómez, 2019).

3.2. Ámbito temporal y espacial

La investigación se realizó en una universidad pública ubicada en el distrito de Lima Cercado, con los alumnos pertenecientes a la facultad de Ingeniería Industrial y de Sistemas (FIIS).

3.3. Variables

Capacidad de perdón

Definición conceptual. Castilla y Caycho (2015), siguiendo los conceptos abordados por Thompson et al. (2005), definen la capacidad de perdón como el proceso que permite abandonar las conductas canalizadas por el enojo y represalias hacia otro, desplegando la carga negativa del enojo por alegría y el sentimiento de vengarse por establecer diálogo.

Definición operacional. Castilla y Caycho (2015) refieren que la Escala CAPER mide la capacidad de perdonar que tienen las personas, pudiendo ser medida a través de un cuestionario de escala Likert de 5 opciones: “Nunca” (1), “Casi Nunca” (2), “A veces” (3), “Casi siempre” (4) y “Siempre” (5), que mide tres dimensiones: Perdón a sí mismo, Perdón a otros y Perdón a las situaciones.

Ansiedad

Definición conceptual. Galindo et al. (2015), en base a los postulados teóricos de Beck y Steer (1988), definen la ansiedad como un estado negativo de emociones que se caracteriza por la manifestación de nerviosismo o tensión, acompañado de sintomatologías físicas como temblor, vértigo y náuseas.

Definición operacional. Galindo et al. (2015), refieren que el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI), mide la ansiedad en población ansiosa y no ansiosa, en el ámbito clínico y no clínico para evaluar la sintomatología ansiosa. El instrumento mide la ansiedad a través de una escala Likert de cuatro opciones de respuesta: La puntuación para cada ítem va de 0 a 3, donde “En absoluto” =0, “levemente, no me molesta mucho” =1, “moderadamente, fue muy desagradable, pero puedo soportarlo” =2 y “severamente, casi no podría soportarlo” =3.

Operacionalización de variables

Tabla 1

Operacionalización de las variables de estudio: capacidad de perdonar y ansiedad

Variable	Dimensión	Indicador	Ítems	Instrumento	Categoría de respuesta	Tipo de respuesta
Capacidad de perdonar	Perdón a sí mismo	Perdón, reconciliación con uno y hechos vividos.	1,2,3,4,5 y 6	Escala de Capacidad de Perdón (CAPER) (Casullo y Fernández, 2005)	Likert-5: “Nunca” (1), “Casi Nunca” (2), “A veces” (3), “Casi siempre” (4) y “Siempre” (5)	ordinal
	Perdón a los otros	Habilidad para perdonar, demostrar empatía con quien causo el daño	7,8,9,10,11 y 12			

Variable	Dimensión	Indicador	Ítems	Instrumento	Categoría de respuesta	Tipo de respuesta
	Perdón a situaciones	Capacidad de aceptación de los hechos vividos	13, 14, 15, 16, 17 y 18			
Ansiedad	Unidimensional	Sintomatologías afectivas, motoras y somáticas	21 ítems	Inventario de Ansiedad de Beck - BAI (Galindo, 2015)	Likert-4: “En absoluto” =0, “levemente, no me molesta mucho” =1, “moderadamente, fue muy desagradable, pero puedo soportarlo” =2 y “severamente, casi no podría soportarlo” =3	ordinal

3.4. Población y muestra

La población estuvo constituida por aproximadamente 2055 estudiantes de ambos sexos de una universidad pública de Lima, pertenecientes a la Facultad de Ingeniería Industrial y de Sistemas (FIIS), de primer a quinto año. El tamaño de muestra estimado a partir de un margen de error del 5%, fue de 400 alumnos; utilizando el método no probabilístico, que no depende de la probabilidad sino del carácter del estudio y la intencionalidad del investigador (Hernández et al., 2014), y por conveniencia, debido a la disposición y accesibilidad a las unidades de estudio (Salkind, 1998). Como criterios de inclusión, se consideró a estudiantes de la FIIS que cursen y se encuentren llevando clases en la facultad el día de evaluación en una universidad pública, con edades entre 18 a 30 años dispuestos a participar de la evaluación; como criterio de exclusión, alumnos de otras facultades presentes al momento de la evaluación y con edades más de 30 años.

3.5. Instrumentos

Escala de Capacidad de Perdón (CAPER)

Fue creada por Thompson et al. (2005) en Estados Unidos, traducida y adaptada al español por Casullo y Fernández (2005), adaptada al español por Menghi, et al. (2017); y posteriormente validada en Perú por Castilla y Caycho (2015) quienes reduciendo de 7 tipos de respuestas a solo 5, Arias y Velásquez (2022), entre otros. El instrumento tuvo por objetivo

analizar la capacidad de perdón manifiestas por los jóvenes, compuesto por 18 ítems distribuido en tres subescalas que forman las dimensiones: Perdón propio (ítems 1,2,3,4,5 y 6), Perdón a otros (ítems 7,8,9,10,11 y 12) y Perdón a situaciones (ítems 13, 14, 15, 16, 17 y 18). Respecto a la evaluación, se califican nueve ítems directos (1,3,5,8,10,12,14,16 y 18) y nueve ítems inversos (2,4,6,7,9,11,13,15 y 17).

La validez fue confirmada por Arias y Velásquez (2022), partiendo del análisis factorial del modelo, encontrando que, en el AFC, en los índices de bondad de ajuste, se encontró adecuados indicadores en forma general al obtener puntajes esperados ($3 > \chi^2/df$), así mismo, adecuados índices en CFI= .949, TLI= .94 y un RMSEA de .049; sin embargo, se halló estadísticos no esperados de .095 en el SRMR, siendo esperado indicadores que sean menores a .05. Finalmente, los hallazgos del análisis de confiabilidad señalaron indicadores superiores a .7 en la variable general, .683 en la dimensión perdón a sí mismo, .629 en la dimensión perdón a otros y .688 en la dimensión perdón a situaciones, siendo estos datos considerados aceptables.

Inventario de Ansiedad de Beck - BAI

El Inventario de Ansiedad fue creado por Beck y Steer (1988), adaptada al español por Galindo et al. (2015), adaptada al español por Sanz et al. (2011) y validada en Perú por Pacheco (2019) en su versión de 21 ítems. El instrumento evalúa la ansiedad, midiendo los síntomas ansiosos, especialmente los relacionados con la angustia, pánico y ansiedad generalizada, los cuales deben ser considerados a partir de la última semana hasta el momento actual de la evaluación. Este instrumento se mide a través de una sola dimensión, pudiendo obtener puntuaciones generales de 0 a 63, con los siguientes puntos de corte: de 0 a 21, Ansiedad muy baja; de 22 a 35, Ansiedad moderada; y de 36 a más, Ansiedad severa.

La validez fue confirmada por Pacheco (2019), donde se realizó el análisis de validez de constructo de la prueba, donde usando el método de análisis factorial, la estructura tri factorial confirmó el modelo propuesto por el autor de la prueba, explicando el 64% de la

varianza ($KMO=.970$; $X^2=6479.253$; $gl=210$; $p=.000$). Sobre la confiabilidad, se realizó el análisis de ítems por cada dimensión y la escala general, arrojando una confiabilidad adecuada.

La validez del instrumento también fue confirmada por Castillo (2019) con la participación de 182 alumnos, confirmando un análisis factorial confirmatorio elevado, así como su coeficiente de confiabilidad. En cuanto a los estadísticos de ítems, los índices de alfa obtuvieron niveles deseados .894. Así mismo, se obtuvo una validez convergente mayor a .50, siendo la confiabilidad de .90. Así mismo, Palomino (2020), obtuvo una validez de consistencia a través de validez por juicio de cinco expertos, obteniendo un índice de coeficiente de validez de Aiken de 1, indicando una buena validez; así mismo, se comprobó la confiabilidad del instrumento de 21 ítems, obteniendo un alfa de .931, siendo este excelente.

3.6. Procedimientos

Antes de la realización del presente proyecto, se tramitaron los permisos necesarios en las dependencias correspondientes de la FIIS para poder ingresar a los salones y proceder con el llenado correspondiente del consentimiento informado además de la aplicación de ambos instrumentos; para ello, la investigadora se acercó a los salones de dicha facultad presentándose ante los estudiantes y potenciales participantes para luego proceder a explicar el nombre y objetivo general de la investigación para luego solicitar su participación, asegurando que los datos brindados fueron tratados con la reserva necesaria. Una vez obtenidos los datos de la muestra, se elaboró la base de datos tanto en el programa Microsoft Excel del paquete Microsoft Office como en el programa estadístico IBM SPSS, con el propósito de analizar los puntajes obtenidos en cada instrumento.

3.7. Análisis de datos

Para el cumplimiento de los objetivos planteados, una vez elaborada la base de datos y revisado que no existan datos perdidos, se procedió a realizar el análisis estadístico descriptivo y correlacionales de la muestra; tomando en cuenta que ambos instrumentos se miden a través

de puntales ordinales proporcionados por escalas numerales de medición y calificaciones a partir de estimaciones totales. Para ello, dichos puntajes fueron sometidos a la prueba de ajuste a la normalidad de Kolmogorov – Smirnov (K-S), con el fin de determinar si los datos se ajustan a una curva normal y puedan ser sometidos a pruebas paramétricas; obteniendo que las variables no se ajustan a la normalidad, por lo que se optó la aplicación de análisis de Spearman para los análisis inferenciales.

3.8. Consideraciones éticas

Una vez obtenido el permiso de la carta de presentación, por parte de la UNFV del anexo Facultad de la FIIS, en el distrito de cercado de Lima, teniendo preparado el tamaño de la muestra. Se accederá brindar información a los alumnos sobre la importancia de la investigación, para proceder con la aplicación de los instrumentos a cada salón que sea necesario. Esta investigación procederá los lineamientos éticos de protección de derechos humanos a los sujetos del estudio descritos en el código de ética del psicólogo peruano y en el código de señalado en el manual APA (2016), en la cual se protege los derechos de información, procediendo primero el conocimiento de los objetivos y el propósito de la investigación antes de tomar o recoger algún dato.

IV. RESULTADOS

Análisis de validez y confiabilidad

En la Tabla 2 se observa el análisis factorial confirmatorio para la variable ansiedad, obteniéndose a partir de la prueba especificidad de Bartlett, un Chi cuadrado con indicador de 822.012 que es confirmado por una significancia estadísticamente significativa ($p < .05$); así como un KMO superior al adecuado (.839).

Tabla 2

Análisis factorial del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI).

	X²	P	gl	KMO
Ansiedad de Beck (BAI)	822.012	.001	210	.839

En la Tabla 3, se reporta medidas de medias de ajuste esperada aceptables; así como una prueba de ajuste exacta aceptada significativa ($p < .05$). Los datos muestran que el instrumento cumple con una buena estructura factorial.

Tabla 3

Prueba para Medidas de Ajuste y ajuste exacto del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI).

Medidas de Ajuste					Ajuste exacto			
CFI	TLI	SRMR	RMSEA	IC 90% del RMSEA Inferior	IC 90% del RMSEA Superior	χ^2	gl	p
.811	.789	.0631	.068	.0461	.0782	98.5	301	<.001

En la Tabla 4 se observa el análisis por carga factorial. El instrumento demuestra ser unidimensional, siendo que todas las cargas estadísticas son mayores a la carga estadística esperada ($p > .03$). No se requiere de retiro de ítem para mejora de carga factorial.

Tabla 4

Análisis factorial por carga factorial del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI).

Ítem	Factor	Unicidad
1	.585	.342
2	.413	.170
3	.382	.146
4	.639	.408
5	.573	.328
6	.443	.196
7	.468	.219
8	.684	.468
9	.639	.408
10	.611	.373
11	.629	.396
12	.594	.353
13	.846	.716
14	.617	.381
15	.410	.168
16	.335	.112
17	.597	.357
18	.436	.190
19	.536	.287
20	.363	.132
21	.550	.302

En la Tabla 5 se observa la correlación ítem-total para demostrar la homogeneidad del instrumento. Todos los reactivos cumplen con índice de homogeneidad y significancia aceptable ($r > .04$; $p < .001$).

Tabla 5

Correlación ítem-total o índice de homogeneidad del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI).

Ítem	r de Pearson	p
1	.613	.001
2	.462	.001
3	.448	.001
4	.648	.001
5	.605	.001
6	.494	.001
7	.525	.001
8	.682	.001
9	.655	.001
10	.601	.001
11	.616	.001
12	.653	.001
13	.811	.001
14	.646	.001
15	.481	.001
16	.385	.001
17	.611	.001
18	.491	.001
19	.602	.001
20	.431	.001
21	.567	.001

Se observa en la Tabla 6 el análisis de confiabilidad a través del estadístico de alfa de Cronbach para el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI), observándose niveles superiores a .81 para el cuestionario, siendo esta una significancia muy alta y aceptable (Ruíz, 2002).

Tabla 6

Confiabilidad del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI).

	Alfa de Cronbach
Cuestionario de Ansiedad	.898

En la Tabla 7 se observa el análisis factorial confirmatorio para la variable Capacidad del Perdón, obteniéndose a partir de la prueba especificidad de Bartlett, un Chi cuadrado con indicador de 487.804 que es confirmado por una significancia estadísticamente significativa ($p < .05$); así como un KMO adecuado (.708).

Tabla 7

Análisis factorial de la Escala de Capacidad de Perdón (CAPER).

	X²	P	gl	KMO
Capacidad del Perdón	487.804	.001	153	.708

En la Tabla 8, en cuanto al análisis por carga factorial, se observa que todas las relaciones son superiores al esperado ($p > .03$), no obstante, se presentan casos de ítems que, respecto a la variable, presentan baja carga factorial (ítems 4, 17, 13, 15 y 1).

Tabla 8

Análisis factorial por carga factorial de la Escala de Capacidad de Perdón (CAPER).

	Factor			Unicidad
	1	2	3	
Item5	.666			.496
Item14	.647			.436
Item18	.620			.486
Item 16	.565			.342
Item 3	.560			.329
Item 12	.522			.320
Item 8	.509			.371
Item 6		.388		.400
Item 7		.611		.442
Item 2		.606		.396
Item 11		.556		.379
Item 4		.455		.249
Item 17		.451		.233
Item 13		.422		.220
Item 10			-.338	.435
Item 9			.350	.431
Item 15			.338	.255
Item 1			.311	.198

Nota. El método de extracción 'Residuo mínimo' se usó en combinación con una rotación 'oblimin'

En la Tabla 9, respecto a la correlación entre factores, existe una correlación superior a .03

Tabla 9

Correlación entre factores de la Escala de Capacidad de Perdón (CAPER).

	1	2	3
1	—	.506	.328
2		—	.328
3			—

En la Tabla 10, se reporta medidas de medias de ajuste esperada aceptables; así como una prueba de ajuste exacta aceptada significativa ($p < .05$). Los datos muestran que el instrumento cumple con una buena estructura factorial.

Tabla 10

Prueba para Medidas de Ajuste y un Ajuste Exacto de la Escala la de Capacidad de Perdón (CAPER).

Medidas de Ajuste				Ajuste Exacto				
CFI	TLI	SRMR	RMSEA	IC 90% del RMSEA Inferior	IC 90% del RMSEA Superior	χ^2	gl	p
.903	0.950	.0441	.074	.0524	.0871	105.0	144	< .001

En la Tabla 11 se observa la correlación ítem-total para demostrar la homogeneidad, donde todos los reactivos menos el ítem 6 muestran cargas aceptables ($p > .03$) y significativas ($p < .05$).

Tabla 11

Correlación ítem-total o índice de homogeneidad de la Escala de Capacidad de Perdón (CAPER).

Ítem	r de Pearson	<i>p</i>
1	.390	< .001
2	.389	< .001
3	.418	< .001
4	.358	< .001
5	.509	< .001
6	.158	.116
7	.466	< .001
8	.464	< .001
9	.590	< .001
10	.517	< .001
11	.340	< .001
12	.408	< .001
13	.301	.002
14	.377	< .001
15	.335	< .001
16	.410	< .001
17	.453	< .001
18	.537	< .001

Por otro lado, en la Tabla 12, se muestra en análisis de homogeneidad para cada factor de la escala, demostrando que todos los reactivos menos el ítem 6 muestran cargas aceptables

($p > .03$) y significativas ($p < .05$). Los datos muestran que el instrumento cumple con una buena estructura factorial, pudiendo sugerir el retiro del ítem 6.

Tabla 12

Índice de homogeneidad para cada factor de la Escala de Capacidad de Perdón (CAPER).

Factor	Ítems	r de Pearson	<i>p</i>
Factor 1	5	.516	< .001
	14	.347	< .001
	18	.513	< .001
	16	.424	< .001
	3	.358	< .001
	12	.426	< .001
	8	.435	< .001
Factor 2	6	.175	.081
	7	.466	< .001
	2	.455	< .001
	11	.386	< .001
	4	.362	< .001
	17	.475	< .001
	13	.339	< .001
Factor 3	10	.526	< .001
	9	.496	< .001
	15	.347	< .001
	1	.401	< .001

Se observa en la Tabla 13 el análisis de confiabilidad a través del estadístico de alfa de Cronbach para la Escala de Capacidad de Perdón (CAPER), observándose niveles superiores a .7 para el cuestionario y en cada una de sus dimensiones, siendo esta una significancia alta y aceptable (Ruíz, 2002).

Tabla 13

Confiabilidad de la Escala de Capacidad de Perdón (CAPER).

	Alfa de Cronbach
Cuestionario Capacidad de Perdón	.719
Perdón a sí mismo	.806
Perdón a otros	.771
Perdón a la situación	.812

Análisis descriptivo

En la Tabla 14 se muestra la variable capacidad de perdón, cuya distribución de niveles señala que en la muestra de estudio hay mayor incidencia de personas que probablemente perdonan (38.3%); seguido de no perdona (33%) y finalmente, aquellos que perdonan (28.7%). Si bien hay diferencias, estas se mantienen en una proporción similar.

Tabla 14

Niveles de capacidad de perdón en los estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.

Niveles	<i>fr</i>	%
No perdona	132	33
Probablemente perdona	153	38.3
Perdona	115	28.7
Total	400	100

Nota. *fr*=frecuencia; %=porcentaje

En la Tabla 15 se muestra la variable ansiedad, cuya distribución de niveles demuestra que predomina el nivel medio de ansiedad (40.5%), seguido del nivel bajo (31.8%) y finalmente se observa que existe incidencia de nivel alto en ansiedad (27.8%), siendo este último un indicador de observación pues representa casi la tercera parte de la muestra con alta sintomatología ansiosa.

Tabla 15

Niveles de ansiedad en los estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.

	<i>fr</i>	%
Bajo	127	31.8
Medio	162	40.5
Alto	111	27.8
Total	400	100

Nota. *fr*=frecuencia; %=porcentaje

Análisis inferencial

En la Tabla 16 se desarrolló el análisis estadístico de Kolmogorov-Smirnov para determinar los estadísticos aplicables acorde a la distribución de las variables ansiedad y capacidad de perdón con sus dimensiones. Los hallazgos muestran que predomina una distribución no normal entre las variables y dimensiones, por lo que, tomando en cuenta los criterios de normalidad, se opta por aplicar el análisis de Spearman para determinar el coeficiente de correlación entre variables.

Tabla 16

Prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov

	Estadístico	<i>gl</i>	<i>p</i>
Ansiedad	.091	400	.000
Capacidad de perdón	.045	400	.051
Perdón a sí mismo	.078	400	.000
Perdón a otros	.072	400	.000
Perdón a la situación	.088	400	.000

Nota. *gl* =grado libertad; *p*=significancia

En la Tabla 17 se muestra la relación entre capacidad de perdón y ansiedad, donde se determina una relación altamente significativa ($p < 0.001$) inversa y débil entre ambas variables ($\rho = -.286$). Por tanto, se puede afirmar que existe relación y se rechaza la hipótesis nula.

Tabla 17

Correlación entre capacidad de perdón y ansiedad en los estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.

	Ansiedad		
	<i>rho</i>	<i>p</i>	<i>n</i>
Capacidad de perdón	-.286	.000	400

Nota. *rho*=coeficiente de correlación, *p*=significancia, *n*=cantidad

En la Tabla 18 se observa la relación entre la dimensión capacidad de perdón a sí mismo y ansiedad, donde se determina una relación altamente significativa ($p < 0.001$) inversa y débil entre ambas variables ($\rho = -.349$). Por tanto, se puede afirmar que existe relación y se rechaza la hipótesis nula.

Tabla 18

Correlación entre capacidad de perdón a sí mismo y ansiedad en los estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.

	Ansiedad		
	<i>rho</i>	<i>p</i>	<i>n</i>
Perdón a sí mismo	-.349	.000	400

Nota. *rho*=coeficiente de correlación, *p*=significancia, *n*=cantidad

En la Tabla 19 se muestra la relación entre la dimensión perdón a otros y ansiedad, donde se determina una relación altamente significativa ($p < 0.001$) inversa y muy débil entre ambas variables ($\rho = -.191$). Por tanto, se puede afirmar que existe relación y se rechaza la hipótesis nula.

Tabla 19

Correlación entre capacidad de perdón hacia otro y ansiedad en los estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.

	Ansiedad		
	<i>rho</i>	<i>p</i>	<i>n</i>
Perdón a otros	-.191	.000	400

Nota. *rho*=coeficiente de correlación, *p*=significancia, *n*=cantidad

En la Tabla 20 se observa la relación entre la dimensión perdón a la situación y ansiedad, donde se determina una relación significativa ($p < 0.05$) inversa y muy débil entre ambas variables ($\rho = -.117$). Por tanto, se puede afirmar que existe relación y se rechaza la hipótesis nula.

Tabla 20

Correlación entre capacidad de perdón a la situación y ansiedad en los estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.

	Ansiedad		
	<i>rho</i>	<i>p</i>	<i>n</i>
Perdón a la situación	-.117	.019	400

Nota. *rho*=coeficiente de correlación, *p*=significancia, *n*=cantidad

En la Tabla 21 se muestra la relación entre la capacidad de perdón y ansiedad, según sexo. La relación en la agrupación de mujeres se presenta como una relación altamente significativa ($p < 0.001$) inversa y débil entre ambas variables ($\rho = -.315$); mientras que, en hombres, se demuestra una relación significativa ($p < 0.05$) inversa y muy débil entre ambas variables ($\rho = -.117$). Los hallazgos demuestran que hay diferencia en el grado de relación en ambos sexos, siendo mayor la relación entre variables en mujeres que en hombres.

Tabla 21

Correlación entre capacidad de perdón y ansiedad, según sexo en los estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima.

		Ansiedad		
		<i>rho</i>	<i>p</i>	<i>n</i>
Capacidad de perdón	Hombre	-.233	.019	102
	Mujer	-.315	.000	298

Nota. *rho*=coeficiente de correlación, *p*=significancia, *n*=cantidad

V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Este estudio presenta un aporte orientado a comprender la importancia de fortalecer recursos en las habilidades interpersonales de los alumnos de ingeniería, pues es un perfil orientado académicamente a desarrollar habilidades concretas y tiende a descuidar valores en el desarrollo de habilidades blandas; siendo la capacidad de perdón una habilidad que facilita la conservación de estabilidad social pues fortalece o conserva los vínculos con personas de su entorno y genera una regulación emocional en la medida que tiene una consecuencia en la ansiedad experimentada por la persona al no poder gestionar adecuadamente el malestar al no poder perdonar a las personas.

En respuesta a las hipótesis planteadas en este estudio, se comprobó una relación significativa ($p < 0.001$) inversa y débil entre ansiedad y perdón ($\rho = -.286$), por lo que se procede a aceptar la hipótesis alterna y rechazar la hipótesis nula. En la búsqueda de literatura se observa que no hay antecedentes con los cuales comparar la relación estudiada; no obstante, siendo la sintomatología ansiosa un factor que afecta a la salud mental, se compara con los hallazgos de Turizo (2021), donde refiere que la capacidad de perdón con sus dimensiones y bienestar psicológico se relacionan significativamente ($p < 0.05$) de forma débil ($.192 < \rho < .365$); así también, Fritzler (2018) reportó que capacidad de perdón y bienestar psicológico se relacionan de forma moderada ($\rho = .430$). Estos hallazgos denotan que las personas con la capacidad de perdonar mejoran su estabilidad emocional, por tanto, reduce sus niveles de ansiedad y consigo mejora su bienestar psicológico; lo cual, según Uriarte (2017), brinda capacidad de afronte a las exigencias sociales, familiares y laborales. A su vez, la capacidad de perdón otorga la capacidad de expresar sentimientos o dolores, reduciendo la inhibición en la capacidad afectiva, sentimiento de desasosiego, rencor, estrés, ansiedad, odio y depresión (Rosas, 2009).

En el presente estudio se encontró una distribución relativamente simétrica entre los niveles de ansiedad, obteniendo que el 33% no perdona, el 38.3% probablemente perdona y el 28.7% perdona; estos datos corresponden a los hallazgos de Garzón (2018), quien reporta que los hombres obtuvieron mayor puntuación en el perdón, mientras que las mujeres obtuvieron mayor puntaje en venganza y evitación. Tomando en cuenta los hallazgos, se explica que, en la tercera parte de la muestra de estudio, no se halla una función de desplazamiento del enfado u ofensa de su contexto, lo que denota falta de desarrollo en la estructura cognitiva como capacidad para sobrellevar el agravio (Horwitz, 2005).

En cuanto los niveles del perdón, se encontró que por lo menos la tercera parte de la muestra (27.8%) presenta un alto nivel en ansiedad; así también, se encontró preponderancia en el nivel medio (40.5%) seguido de bajo nivel de ansiedad (31.8%). En contraste con otros estudios, Chávez (2022) también reportó que la tercera parte de su muestra de universitarios obtuvo alto nivel de ansiedad (31.77%); por otro lado, Gonzales (2020), reportó que la tercera parte de universitarios (24%) de su muestra presentaba ansiedad severa. Estos datos demuestran que los universitarios se encuentran expuestos a experimentar sintomatologías ansiosas que afectan su vida académica, personal y familiar, pues como refieren Fantin et al. (2005), tienen a desarrollar auto críticas, inseguridad, dificultad para afrontar problemas y responsabilidades y desvalimiento.

Continuando con la comprobación de hipótesis específicas, se obtuvo una relación altamente significativa ($p < 0.001$) inversa y débil entre perdón a sí mismo y ansiedad ($\rho = -.349$); en contraste, tomando en cuenta que la ansiedad es una variable asociada al malestar psicológico, Fritzler (2018) y Turizo (2021) reportan una relación moderada entre perdón a sí mismo con bienestar psicológico ($\rho = .412$). Tomando en cuenta los hallazgos, se entiende que en la medida que la persona sea capaz de aceptar y perdonar la insatisfacción a partir de sus propias decisiones, regularizará mejor su ansiedad, restaurando vínculos de amor, confianza y

reduciendo los vínculos destructivos (López et al., 2008); es decir, como sostiene Exline y Baumeister (2000), la capacidad de cancelar la deuda a la persona y despedir el deseo de venganza y resentimiento, facilita la capacidad de expresión y optar al perdón como alternativa, mejorando además la expresión personal y social, evitando estados de ansiedad insoportables (Lemos, 2020).

En cuanto a la relación entre perdón hacia el otro y ansiedad, se demostró una relación altamente significativa ($p < 0.001$) inversa y muy débil entre variables ($\rho = -.191$); en contraste, tomando en cuenta que la ansiedad es una variable asociada al malestar psicológico, Fritzler (2018) y Turizo (2021) reportan una relación muy débil entre perdón hacia otros con bienestar psicológico ($\rho = .184$). Esto demostró que dirigir el perdón hacia personas de su entorno fortalecerán los vínculos interpersonales, brindando estabilidad a nivel emocional, que a su vez reducirá los niveles de ansiedad, mejorando su calidad de vida personal y social; pues, como refiere Diez (2015), el individuo se libera de sentimientos y actitud negativa respecto al otro, volviéndola más positiva. Enright (2000) sostiene que en la medida que el ofendido accione a la solicitud de disculpa del agresor, este libera una carga emocional respecto al agravio; es decir, en la medida que se genere capacidad de perdonar, se puede aliviar el sufrimiento, evidenciando una solución a problemas para sanar heridas, sintomatologías asociadas a la ansiedad y depresión (Jimenes, 2015).

Respecto a la relación entre perdón a la situación y ansiedad, se halló una relación significativa ($p < 0.05$) inversa y muy débil entre variables ($\rho = -.117$); en contraste, tomando en cuenta que la ansiedad es una variable asociada al malestar psicológico, Fritzler (2018) y Turizo (2021) reportan una relación débil entre perdón a la situación con bienestar psicológico ($\rho = .360$). Estos hallazgos responder a la capacidad de desenvolverse satisfactoriamente a nivel social, pues el contexto es donde se desarrollan las situaciones de la vida cotidiana; como menciona Casullo (2005), el poder perdonar responde a los cambios prosociales interpersonales

como capacidad adaptativa que, según Flanagan et al. (2012), se asocia a desarrollar capacidad de atribuir motivaciones prosociales, comportamientos y el estado mental de otras personas y está directamente ligado a las relaciones sociales (Scheleien et al., 2010). En complemento, Flores (2009) sostiene que el perdón cumple una función de afrontamiento al conflicto en diferentes situaciones, cuya ausencia podría recaer en enfermedades mentales o físicas y, en el caso de los universitarios, afectaría además su capacidad de trabajo y la productividad (OMS, 2017).

Finalmente, sobre la relación entre capacidad del perdón y ansiedad, se obtuvo como resultado que en las mujeres existe una relación altamente significativa ($p < 0.001$) inversa débil ($\rho = -.349$), mientras que en los hombres se halló una relación significativa ($p < 0.05$) inversa muy débil ($\rho = -.233$). Si bien no se encontró estudios previos semejantes para contrastar los hallazgos, se puede observar una diferencia mínima en el grado de relación hallado, siendo mayor la relación en mujeres que en hombres. En un estudio de Garzón (2018), respecto al sexo al perdón y el malestar consecuente, refiere que los hombres presentan mayor incidencia de poder perdonar, mientras que en el caso de las mujeres predomina la tendencia a la evitación o venganza. Los hallazgos son complementados con Casullo (2006), quien refiere que en los hombres el significado del perdón se asocia al progreso, olvido y mejora de la convivencia en la sociedad, pero en las mujeres contiene un significado orientado a ser perdonadas consigo mismas.

Este estudio demostró que se cumplen las hipótesis específicas, existiendo una relación inversa entre las variables de estudio así como sus dimensiones; no obstante, el aporte se centra en explicar la vulnerabilidad a la que se encuentran expuestos los jóvenes universitarios de la carrera de ingeniería, pues tienden a presentar con mayor frecuencia el riesgo de sufrir ansiedad debido a su constante exposición a exigencias académicas sociales y psicológicas, además, por la constante presencia de estrés, conllevando a desarrollar problemas de salud mental y

conductas desadaptativas como consumo de alcohol y drogas, siendo incluso motivo de casos de trastornos depresivo, de ansiedad e ideación suicida (Fernández, 2002). Es así que este estudio brinda respuestas al determinar que la capacidad de perdón tiene un efecto en la ansiedad, orientando consigo a la intervención de las instituciones y de los profesionales en el campo educativo superior para mejorar sus vínculos interpersonales a través del entrenamiento en el perdón.

VI. CONCLUSIONES

- 6.1. En la medida que se desarrolle capacidad de perdón, se reducirá la sintomatología ansiosa en los estudiantes universitarios.
- 6.2. Se hallaron validez y confiabilidad para las escalas de capacidad del perdón y ansiedad donde se evidencia que ambas escalas se encuentran aptas para ser aplicadas en esta población de estudio.
- 6.3. Se halló en los niveles de capacidad del perdón mayor incidencia de probablemente perdonan en los estudiantes universitarios.
- 6.4. En los niveles de ansiedad se encontró que predomina el nivel medio con sintomatologías ansiosas en los estudiantes universitarios.
- 6.5. En la medida que aumente el perdón a sí mismo, se reducirá la sintomatología ansiosa en los estudiantes universitarios.
- 6.6. En la medida que aumente el perdón hacia otros, se reducirá la sintomatología ansiosa en los estudiantes universitarios.
- 6.7. En la medida que aumente el perdón a la situación, se reducirá la sintomatología ansiosa en los estudiantes universitarios.
- 6.8. En la capacidad de perdón y la ansiedad es mayor la correlación en mujeres que en hombres.

VII. RECOMENDACIONES

- 7.1. En las instituciones universitarias, así como a los profesionales de la salud mental, introducir temas de entrenamiento y sensibilización para desarrollar la capacidad de perdón y ansiedad en la aplicación de talleres, permitiendo fortalecer los vínculos interpersonales.
- 7.2. Incentivar a los psicólogos investigadores a replicar el tema de estudio en una muestra más amplia que permita generalizar los resultados obtenidos para beneficiar a alumnos de otras facultades respecto a la capacidad de perdón para disminuir su ansiedad y consigo su estabilidad emocional en el desempeño académico.
- 7.3. Promover la replicación de investigaciones sobre la relación entre capacidad de perdón y ansiedad en poblaciones similares para generar un mayor repertorio de antecedentes de estudio que permitan conocer la realidad de la población.
- 7.4. Promover charlas de sensibilización por parte de los psicólogos en las universidades donde se desarrollen actividades sociales de fraternidad y compartir, permitiendo la mejora de las relaciones interpersonales a través de espacios donde se practique la empatía, confianza y concientización del malestar de otros, permitiendo desarrollar conciencia del perdón a otros.
- 7.5. Promover la igualdad de género a través de la sensibilización frente al perdón y ansiedad como parte de un programa brindado por los psicólogos de las universidades, donde se promueva la importancia de entender el perdón como una capacidad interpersonal que mejora el estilo de vida de las personas y sus interacciones, tanto para hombres como para mujeres.

VIII. REFERENCIAS

- American Psychiatric Association. (2017). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5*. Editorial Médica Panamericana.
- Arana, A. (2018). Expresar vs reprimir las emociones: por qué lo hacemos. *Psicología Online*.
<https://www.psicologia-online.com/expresar-vs-reprimir-las-emociones-por-que-lo-hacemos-2626.html>
- Arcas, S. & Cano, A. (1999). Procesos cognitivos en el trastorno de ansiedad generalizada, según el paradigma del procesamiento de la información. *Revista Electrónica de Psicología*, 3(1), 1-33. <http://psiqu.com/1-6380>
- Arias, W. & Velásquez, D. (2022). Análisis psicométrico de la escala de capacidad de perdón en Arequipa. *Avances en Psicología*, 30(2), 1-11. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2022.v30n2.2647>
- Beck, A.T. (1987). Cognitive models of depression. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 1, 5-37. [https://www.scirp.org/\(S\(351jmbntvnsjt1aadkposzje\)\)/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=672593](https://www.scirp.org/(S(351jmbntvnsjt1aadkposzje))/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=672593)
- Cardozo, E. (2019). *Temperamento y perdón en padres de familia de una institución educativa pública de la Ciudad de Cajamarca*. [Tesis de pregrado, Universidad de Cajamarca]. Repositorio institucional UPAGU. http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/1228/Informe-de-Tesis_Elvia%20Cardozo%20Montalvo.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Castilla, H. & Caycho, T. (2015). Estructura factorial de la escala de evaluación de la capacidad de perdón de Casullo en adolescentes y jóvenes peruanos. En Caycho, T., Villegas, G. & Domínguez, S. (Eds.). *Breve panorama de la investigación en psicología*, 1(1), 56-84. https://www.researchgate.net/publication/312492294_Estructura_factorial_de_la_escala_de_evaluacion_de_la_capacidad_de_perdon_de_Casullo_en_adolescentes_y_jovenes_peruanos
- Castillo, M. (2019). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de la carrera de psicología en una universidad privada de Lima Norte. 2018*. [Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte]. Repositorio institucional de UPN. <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/23148/Castillo%20Palma%2c%20Maily%20Yuriko%20-%20Tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Casullo, M. & Fernández, L. (2005). Evaluación de la capacidad de perdonar. Desarrollo y validación de una escala. *Acta Psiquiátrica y Psicológica de América Latina*, 51 (1), 14 – 20. <https://psycnet.apa.org/record/2006-03416-002>
- Casullo, M. (2005). La capacidad para perdonar desde una perspectiva psicológica. *Revista de Psicología de la PUCP*, 23(1), 40-63. <https://doi.org/10.18800/psico.200501.002>
- Casullo, M. (2006). Las razones para perdonar. Concepciones populares o teorías implícitas. *Universidad de Palermo*. <http://www.palermo.edu/cienciassociales/publicaciones/pdf/Psico7/7Psico%2001.pdf>
- Chávez, I. (2022). Ansiedad en universitarios durante la pandemia de COVID-19: un estudio cuantitativo. *Psicumex*, 11(1), 1-26. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v11i1.420>

- Cia, A. (2002). *La ansiedad y sus trastornos*. Editorial Polemos.
- Clark, D. & Beck, A. (2012). *Terapia cognitiva para trastornos de ansiedad: Ciencia y práctica*. Editorial Desclée de Brouwer. https://www.srmcursos.com/archivos/arch_5847348cec977.pdf
- Cohen, N., & Gómez, G. (2019). *Metodología de la investigación, ¿Para qué?: la producción de los datos y los diseños*. CLACSO. http://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/se/20190823024606/Metodologia_para_que.pdf
- Cortés, M., & Iglesias, M. (2004). *Generalidades sobre metodología de la investigación*. Universidad Autónoma del Carmen.
- Cosgrove, L. & Konstam, V. (2008). Forgiveness and forgetting: clinical implications for mental healthcounsellors. *Journal of Mental HealthCounselling*, 30(1), 1-13. <https://doi.org/10.17744/mehc.30.1.r1h1250015728274>
- Diez, P. (2015) *Factores relacionados con el perdón: características de la ofensa, del ofensor y del ofendido*, Bcelona.
- Dmongues, S. (2016). Prevalencia de ansiedad ante exámenes en una muestra de estudiantes universitarios de lima metropolitana. *Revista Psicológica*, 6(2), 47-56. <https://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/psicologia/article/download/155/150/456>
- Durham, M.S. (2000). *The Therapist's Encounters with Revenge and For-giveness*. Jessica Kingsley.

- Emiro, J., Castañeda, T. & Zambrano, R. (2022). Sintomatología de depresión y ansiedad en estudiantes universitarios colombianos durante la pandemia COVID-19. *Ciencia y Enfermería*, 28(1), 1-13. <https://doi.org/10.29393/CE28-19SDJR30019>
- Enright, R. & The Human Development Study Group (1991). The moral development of forgiveness. En W. Kurtines y J. Gewirtz (Eds.), *Handbook of moral behavior and development* (123-152). Psychology Press. <https://psycnet.apa.org/record/1991-98694-003>
- Enright, R. (2001). *Forgiveness Is a Choice: A Step-by-Step Process for Resolving Anger and Restoring Hope*. American Psychological Association.
- Exline, J. & Baumeister, R. (2000). Expressing forgiveness and repentance: Benefits and barriers. In M. E. McCullough, K. Pargament, & C. Thoresen (Eds.). *Forgiveness: Theory, research, and practice* (133-155). Guilford.
- Fantin, MB, Florentino, MT. y Correché, MS (2005). Estilos de personalidad y estrategias de afrontamiento en adolescentes de una escuela privada de la ciudad de San Luis. *Fundamentos en Humanidades*, 6 (11), 159-176. <https://www.redalyc.org/pdf/184/18411609.pdf>
- Fernández, N. (2003). El desarrollo profesional de los trabajadores como ventaja competitiva de las empresas. *Cuadernos de Gestión*, 2 (1), 66-87. <http://www.ehu.es/cuadernosdegestion/documentos/214.pdf>
- Flanagan, K., Loveall, R., & Carter, J. (2012). The spiritual craft of forgiveness: Its need and potential in children's peer relations and spiritual development. *Journal of Psychology*

& *Christianity*, 31(1), 3-15. <https://www.thefreelibrary.com/The+spiritual+craft+of+forgiveness%3A+its+need+and+potential+in...-a0293812655>

Flores, D. (2018). *Relación entre ansiedad y resiliencia en las adolescentes en situación de riesgo de la Casa de la Niña de Loreto – Iquitos – 2017*. [Tesis de pregrado, Universidad Científica del Perú]. Repositorio institucional UCP. <http://repositorio.ucp.edu.pe/bitstream/handle/UCP/460/FLORES-1-Trabajo-relaci%c3%b3n.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Flores, I. (2009). El perdón como potencial humano. *Témat. Psicol.*, 5(1), 59-63. <https://revistas.unife.edu.pe/index.php/tematicapsicologica/article/download/869/777>

Franchi, S. (2005). Las dimensiones del perdón. *Revista de Psicología*, 1(2), 76-88. <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/6238>

Fritzler, V. (2018). *Capacidad de perdonar y bienestar psicológico en adultos argentinos*. [Tesis de pregrado, Universidad UADE]. Repositorio institucional UADE. <https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/6588/FRITZLER.pdf?sequence=1>

Galindo, O., Castillo, E., García, A., Aguilar, J. Álvarez, M. & Alvarado, S. (2015). Propiedades psicométricas del inventario de ansiedad de Beck (BAI) en pacientes con cáncer. *Psicooncología*, 12(1), 51-58. https://doi.org/10.5209/rev_PSIC.2015.v12.n1.48903

Gamboa, R. (2014). Relación entre la dimensión afectiva y el aprendizaje de las matemáticas. *Revista Electrónica Educare*, 18(2), 117-139. <https://doi.org/10.15359/ree.18-2.6>

- Garzón, A. (2018). Diferencias personales en el perdón en universitarios españoles en función al sexo. *CAURIENSIA*, 23(1), 175-192. <https://doi.org/10.17398/2340-4256.13.175>
- Gonzales, J. (2020). *Nivel de depresión, ansiedad y estrés en jóvenes universitarios asociados a confinamiento social - Arequipa 2020*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio institucional UCSM. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/10219>
- Gordon, K. C. & Baucom, D. H. (2003). Forgiveness and marriage: Preliminary support for a measure based on a model of recovery from a marital betrayal. *The American Journal of Family Therapy*, 31(3), 179-199. <https://doi.org/10.1080/01926180301115>
- Halanoca, J. & Ramos, K. (2022). *Estrategias de afrontamiento y nivel de ansiedad en pacientes hospitalizados del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca – 2022*. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio institucional UAI. <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/1911/1/KAROL%20MARIELA%20RAMOS%20QUENAYA.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (6ta edición ed.). Mac Graw Hill.
- Holland, J. (1975). *Elección vocacional. La teoría de las carreras*. <http://www.bibliopsi.org/docs/carreras/electivas/ECFP/Orientacion-vocacional-Aisen/holland%20-%20la%20eleccion%20vocacional.%20teoria%20de%20las%20carreras.pdf>

- Horwitz, L. (2005). The capacity to forgive: Intraspychic and developmental perspectives. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 53(2), 485-511. <https://doi.org/10.1177/00030651050530021401>
- Hudson, K. (2016). Modelo de complejidad de afrontamiento: factores estresantes de afrontamiento, factores que influyen en el afrontamiento y respuestas de afrontamiento. *Psicología*, 7(1), 300-309. <https://doi.org/10.4236/psych.2016.73033>
- Jadue, G. (2001). Algunos efectos de la ansiedad en el rendimiento escolar. *Estudio pedagógico*, 27(1), 111-118. <https://doi.org/10.4067/S0718-07052001000100008>
- Jiménez, J. (2015). Los procesos de perdón y reconciliación como una propuesta para una paz más sostenible. *Universitat Jaume I*, 1, 316-424. <https://doi.org/10.6035/40003.2015.4655>
- Kalayjian, A. & Paloutzian, R. (2009). *Forgiveness and reconciliation: Psychological pathways for conflict transformation and peace building*. Springer.
- Lang, P. J. (1995). The Emotion Probe: Studies of Motivation and Attention. *American Psychologist*, 50, 372-385. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.50.5.372>
- Lemos, R. (2020). Reprimir las emociones aumenta la ansiedad. *Mejor Salud*. <https://mejorconsalud.as.com/reprimir-las-emociones-aumenta-la-ansiedad/>
- Linley, P.A., Joseph, S. & Word, A.M. (2006). Positive psychology: Past, present and (possible) future. *The Journal of Positive Psychology*, 14, 148-153. <https://doi.org/10.1080/17439760500372796>

- López, A., Kansanzew, A. & Fernández, M. (2008). Los efectos psicoterapéuticos de estimular la connotación positiva en el incremento del perdón. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 26(2), 211-226. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2857142.pdf>
- Luskin, F. (2002). *Forgive for good: A proven prescription for health and happiness*. Harper Collins.
- Machado, G., Gómez, L. & Espina, R. (14 de abril de 2008). La juventud y los retos de la actualidad. *La juventud y los retos de la actualidad*, 1(1), 1-3. https://www.nodo50.org/cubasi gloXXI/congreso08/conf4_machadogr.pdf
- Martínez, C., Inglés, C., Cano, A., & García, J. (2012). Estado actual de la investigación sobre la teoría tridimensional de la ansiedad de Lang. *Estrés y Ansiedad*, 18(2), 201-219. https://www.researchgate.net/publication/232706973_Estado_actual_de_la_investigacion_sobre_la_teor%C3%ADa_tridimensional_de_la_ansiedad_de_Lang_Current_status_of_research_on_Lang's_three-dimensional_theory_of_anxiety
- Martínez, G. & Parra, L. (2018). Actitud frente al perdón en un grupo de víctimas del conflicto armado colombiano. *Tempus Psicológico*, 2(2), 241-258. <https://doi.org/10.30554/tempuspsi.2.2.2894.2019>
- McCarthy, C. (21 de noviembre de 2019). La ansiedad en los adolescentes va en aumento: ¿qué está pasando?. *American Academy of Pediatrics*. <https://www.healthychildren.org/Spanish/health-issues/conditions/emotional-problems/Paginas/Anxiety-Disorders.aspx>

- Menghi, S., Rodríguez, L., Tortul, M. & Moreno, J. (2017). Adaptación de la Escala de Probabilidad del Perdón a la población adolescente argentina. *Interdisciplinaria*, 34(2), 489-498. <https://doi.org/10.16888/interd.2017.34.2.15>
- Muñoz, D. (2016). *La capacidad de perdón, una revisión desde la edad, el sexo y la escolaridad en habitantes del Quindío*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Abierta y a Distancia]. Repositorio institucional UNAD. <https://repository.unad.edu.co/jspui/handle/10596/5813>
- Niño, M., Niño, D., Niño, O. & Ventura, L. (2012). *El proyecto de investigación*. INFODEM.
- Organización Mundial de la Salud (2017) Día Mundial de la Salud Mental 2017 – La salud mental en el lugar de trabajo. OMS. https://www.who.int/mental_health/world-mental-health-day/2017/es/.
- Oviedo, Z. & Palomino, E. (2022). *Habilidades sociales y ansiedad social debido al confinamiento por covid-19 en universitarios, Arequipa, 2021*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica San Pablo]. Repositorio institucional UCSP. http://54.213.100.250/bitstream/20.500.12590/17198/1/OVIEDO_MAMANI_ZAM_CON.pdf
- Pacheco, D. (2019). *Adicción al internet, impulsividad y ansiedad en estudiantes de nivel secundaria de dos instituciones educativas de Villa El Salvador*. [Tesis de pregrado, Universidad autónoma del Perú]. Repositorio institucional UAP. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/696/PACHECO%20CHAVEZ%2C%20DANA%20GRACIELA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Palomino, M. (2020). *Niveles de ansiedad en pacientes adolescentes y adultos que acuden a una clínica dental de la ciudad de Huancayo, 2019*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana de Los Andes]. Repositorio institucional UPLA. <https://core.ac.uk/download/pdf/426952511.pdf>
- Papalia, D., Wendkos, S. & Duskin, R. (2009). *Psicología del desarrollo. De la infancia a la adolescencia*. McGrawHill. <http://mastor.cl/blog/wp-content/uploads/2019/04/Papalia-y-Otros-2009-psicologia-del-desarrollo.-Mac-GrawHill.-pdf.pdf>
- Pereyra, M. (2004). *El poder terapéutico del perdón*. Universidad Peruana Unión.
- Peréz, J. & Merino, M. (2009). Definición de juventud. *Definicion.de*. <https://definicion.de/juventud/>
- Pinilla, L., López, O., Moreno, D. & Sánchez, J. (2020). Prevalencia y Factores de riesgo de ansiedad en estudiantes de Medicina de la Fundación Universitaria Juan N. Corpas. Un estudio de corte transversal. *Revista Cuarzo*, 26(1), 22–27. <https://doi.org/10.26752/cuarzo.v26.n1.493>
- Portillo-Reyes, V., Ávila-Amaya, J. & Capps, J. (2021). Relación del Uso de Redes Sociales con la Autoestima y la Ansiedad en Estudiantes Universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 3(1), 139-149. <https://revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/182/117>
- Quintana-Orts, C., Rey, L., & Worthington, E. L. (2019). The Relationship Between Forgiveness, Bullying, and Cyberbullying in Adolescence: A Systematic Review.

Trauma, Violence, & Abuse, 22(3), 558-604.
<https://doi.org/10.1177/1524838019869098>

Rocha, A., Amarís, M. & López, W. (2017). El perdón como estrategia de afrontamiento. Una mirada desde el modelo de la complejidad del afrontamiento. *Terapia psicológica* 2017, 35(3), 271-281. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082017000300271>

Rodrich, P. (2019). *Autoestima y ansiedad estado-rasgo en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima*. [Tesis de pregrado, Universidad de Lima]. Repositorio institucional UL. <https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/10295>

Rosas, C. (2009). *El odio y el perdón en el Perú. Siglos XVI al XXI*. Fondo Editorial de la Pontificia Universidad Católica del Perú. https://red.pucp.edu.pe/riel/files/2020/03/El_odio_y_el_perdon_en_el_Peru.pdf

Ruiz, C. (2002). *Instrumentos de Investigación Educativa*. Fedupel.

Ruiz, S. (2021). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes universitarios en contexto de educación virtual en tiempos de pandemia, Chiclayo 2020*. [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. Repositorio institucional UCSTM. <https://tesis.usat.edu.pe/handle/20.500.12423/3477>

Salkind, N. (1998). *Métodos de Investigación*. Prentice Hall.

Sánchez, H. (2020). Desafíos para la Investigación en la Universidad Peruana. *Universidad Ricardo Palma*. <https://www.urp.edu.pe/pdf/id/4282/n/sanchez-h.-desafios-para-la-investigacion-en-la-universidad-peruana.pdf>

- Sanz, J., Vallar, F., De la Guía, E. & Hernández, A. (2011). Evaluación del inventario BAI. *Efpa*. <https://www.cop.es/uploads/PDF/2013/BAI.pdf>
- Saravia, M., Cazorla, P. & Cedillo, L. (2020). Nivel de ansiedad de estudiantes de medicina de primer año de una universidad privada del Perú en tiempos de Covid-19. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 20 (4), 568-573. <https://doi.org/10.25176/rfmh.v20i4.3198>
- Schleien, S., Ross, H., & Ross, M. (2010). Young children's apologies to their siblings. *Social Development*, 19(1), 170-186. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2008.00526.x>
- Schmitt, A. (2005). *Libérese perdonando, la terapia del perdón para la curación interna*. Editorial San Pablo.
- Seligman, M. (1999). The President's address. APA 1998 Annual Report. *American Psychologist*, 54, 559-562. <https://www.apa.org/about/governance/president/address>
- Sells, J. & Hargrave, T. (1998). Forgiveness: a review of the theoretical and empirical literature. *Journal of Family Therapy*, 20, 21-36. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1111/1467-6427.00066>
- Sierra, J., Ortega, V. & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Malestar e Subjetividade, Fortaleza*, 3(1), 10-59. <https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>

- Souto, S. (2007). *Juventud, Teoría e Historia: La formación de un sujeto social y un objeto de análisis*. Historia Actual Online. <https://digital.csic.es/bitstream/10261/162771/1/208-783-1-PB.pdf>
- Spielberger, C. & Díaz-Guerrero, R. (2002). *Inventario de ansiedad: Rasgo- Estado*. Manual Moderno.
- Suárez, V. (2018). *Ansiedad escénica y rasgos de personalidad en artistas*. [Tesis de doctorado, Universidad Argentina de la Empresa]. Repositorio institucional UADE. <https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/6845/SUAREZ.pdf?sequence=3&is>
- Sue, D., Wing, D. & Sue, S. (2010). *Psicopatología. Comprendiendo la conducta anormal*. BARCE.
- Thompson, L., Snyder, C., Hoffman, L., Scott, T., Rasmussen, H., Billings, L., Heinze, L., Neufeld, J., Shorey, H., Roberts, J. & Roberts, D. (2005). Dispositional Forgiveness of Self, Others, and Situations. *Blackwell Publishing*, 73(2). <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00311.x>
- Thompson, L. & Snyder, C. (2003). Measuring forgiveness. In S.J. Lopez & C.R. Snyder (Eds.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures*, 1, 301-312. <https://doi.org/10.1037/10612-019>
- Ticona, L. & Flores, M. (2017). *Bienestar psicológico y capacidad de perdonar en estudiantes de una universidad privada de Lima Este, 2016*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional UPU.

https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/418/Luz_Tesis_bachiller_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Toro, M. (2019). *Relación entre trastornos de ansiedad, depresión y de déficit de atención en estudiantes de la academia Preuniversitaria Mendel, Arequipa*. [Tesis de pregrado, Universidad nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio institucional UNAS. <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/8246/MDtovame.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Turizo, Y. (2021). *Perdón y Salud Mental en Migrantes Venezolanos*. [Tesis de maestría, Universidad de la Costa]. Repositorio institucional CUC. <https://repositorio.cuc.edu.co/bitstream/handle/11323/8448/Perd%c3%b3n%20y%20Salud%20Mental%20en%20Migrantes%20Venezolanos.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Universidad del Zulia (14 de octubre de 2012). Perfil del Ingeniero Civil. *Luz*. http://www.pregrado.luz.edu.ve/index.php?option=com_content&task=view&id=167&Itemid=200.

Uriarte, L. (2017). Las emociones y su papel en nuestra vida. *Instituto Centta*. <https://centta.es/articulos-propios/las-emociones-y-su-papel-en-nuestra-vida>

Vega, J. (2017). *Estudio de caso clínico: Tratamiento de un caso de trastorno de ansiedad generalizada bajo la terapia cognitiva, Lima-Perú*. [Tesis de pregrado, Universidad de San Martín de Porres]. Repositorio institucional USMP. https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/2842/VEGA_LJF.pdf?sequence=3&isAllowed=y

- Virues, R. (2005). *Estudio sobre ansiedad*. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma de Nuevo León Monterrey]. Repositorio institucional UANLM. <https://www.psicologiacientifica.com/ansiedad-estudio/>
- Wagner, M., Piccinini, J., Piccinini, J. & Patias, N. (2019). Empatía, síntomas de depresión, ansiedad y estrés en profesores de educación superior. *Revista da SPAGESP*, 20(2), 55-67. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1677-29702019000200005&script=sci_abstract&tlng=es
- Worthington, E. & Scherer, M. (2004). El perdón es una estrategia de afrontamiento centrada en las emociones que puede reducir los riesgos para la salud y promover la resiliencia de la salud: teoría, revisión e hipótesis. *Psicología y Salud*, 19, 385-405. <https://doi.org/10.1080/0887044042000196674>

IX. ANEXOS

Anexo A. Matriz de consistencia

Variables y Población de estudio	Modelo teórico	Instrumento de medición derivado del Modelo Teórico	Dimensionalidad del instrumento de medición	Formulación del problema de investigación	Objetivos de la investigación	Hipótesis de investigación
Variable 1: Capacidad de perdón	Variable 1: Psicología positiva y del perdón (Seligman, 1999); Componentes del perdón (Pansera et al., 2009; Pereyra, 2004; López et al., 2008)	Variable 1: Escala de Capacidad de Perdón (CAPER) (Casullo y Fernández, 2005)	Variable 1: Variable multidimensional: Perdón a sí mismo, Perdón a los otros y Perdón a situaciones	General: ¿Cómo se relaciona la capacidad de perdón y la ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de Lima?	General: Determinar la relación entre capacidad del perdón y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de lima.	General: Existe relación entre capacidad del perdón y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de lima.
Variable 2: Ansiedad	Variable 2: Teoría cognitiva de la ansiedad de Beck (1987)	Variable 2: Inventario de Ansiedad de Beck - BAI (Galindo, 2015)	Variable 2: Variable unidimensional. Medir la Ansiedad a través de Sintomatologías afectivas, motoras y somáticas		Específicos: Identificar los niveles de ansiedad en jóvenes de una universidad pública de Lima Metropolitana. Identificar las dimensiones de la capacidad de perdón en jóvenes de una universidad pública de Lima Metropolitana. Determinar la relación entre perdón a sí mismo y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de lima. Determinar la relación entre perdón hacia el otro y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de lima. Determinar la relación entre perdón a la situación y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de lima.	Específicos: Existe relación entre perdón a sí mismo y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de lima. Existe relación entre perdón hacia el otro y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de lima. Existe relación entre perdón a la situación y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública de lima.
Población de estudio: 2055 estudiantes de la FIIS, aproximadamente						
Muestra de estudio: 325 estudiantes de la FIIS, aproximadamente						

Anexo B. Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado:

.....

Con el debido respeto me presento a usted, mi nombre es **Gladys Vanessa, Quispe Gonzales** soy egresada de la facultad de psicología de la Universidad Nacional Federico Villarreal–Lima. En la actualidad me encuentro realizando una investigación cuyo objetivo es “Establecer la relación de entre capacidad del perdón y ansiedad en estudiantes de ingeniería de una universidad pública” la participación va a consistir en responder a cada una de las frases de los cuestionarios de manera anónima y voluntaria con toda la veracidad posible, cuya información se procederá de manera confidencial solo con fines de la investigación. Por esta razón solicito su participación que es muy importante y valiosa.

Cualquier duda puede consultar al correo: vane_22qg@hotmail.com, por el presente acepto participar libre y voluntariamente en esta investigación Si () No ()

firma

.....

Muy agradecido por su participación

Anexo C. Escala de Perdón (HFS)

Edad.....Sexo.....Ciclo.....Escuela profesional.....Fecha de aplicación.....

En el transcurso de la vida pueden surgir eventos negativos como resultados de nuestra propia acción, o las acciones de otro(a)s, o por circunstancias fuera de nuestro control. En el espacio que sigue a cada oración, marque según la escala de 5 puntos la opción indicada con que frecuencia usted si presenta o actúa así. No hay respuesta correcta o incorrecta. Por favor trate de ser lo mas honesto(a) posible con sus respuestas.

Considere que:

1: Nunca		2: Casi nunca		3: A veces		4: Casi siempre		5: siempre	
		N	CN	AV	CS	S			
1	Aunque me sienta mal al cometer un error, pasado un tiempo dejo de preocuparme por ello.	1	2	3	4	5			
2	Tiendo a guardar rencor por las cosas negativas que he hecho.	1	2	3	4	5			
3	Aprendo algo de las cosas malas que he hecho, me ayudan a sobrellevarlas.	1	2	3	4	5			
4	Es difícil aceptarme a mí mismo(a) después que he cometido un error.	1	2	3	4	5			
5	Pasado un tiempo, soy mas comprensivo(a) conmigo misma sobre los errores que he cometido.	1	2	3	4	5			
6	Me critico por las cosas negativas que he sentido, pensando, dicho o hecho.	1	2	3	4	5			
7	Sigo criticando a quien haya hecho algo que creo que es incorrecto.	1	2	3	4	5			
8	Pasado un tiempo, llego a comprender a otro(a)s por los errores que hayan cometido.	1	2	3	4	5			
9	Sigo asiéndole la vida difícil a las personas que me han herido.	1	2	3	4	5			
10	Aunque me hayan herido en el pasado, he podido eventualmente ver a otro(a) como buenas personas.	1	2	3	4	5			
11	Me quedo pensando mal de quien me haya maltrato.	1	2	3	4	5			
12	Cuando alguien me decepciona, pasado un tiempo, soy capaz de dejarlos un lado	1	2	3	4	5			

13	Cando suceden cosas malas por razones que no se pueden controlar, me quedo estancado(a) en pensamientos negativos sobre el evento.	1	2	3	4	5
14	Paso un tiempo puedo ser comprensivo(a) con malas circunstancias en mi vida.	1	2	3	4	5
15	Si me siento decepcionado(a) por circunstancias incontrolables en mi vida, no puedo dejar de pensar negativamente sobre ellas.	1	2	3	4	5
16	Al final me encuentro en paz con las situaciones negativas, que me han sucedido.	1	2	3	4	5
17	Se me hace difícil aceptar situaciones negativas, que no son culpa de nadie.	1	2	3	4	5
18	Al final puedo dejar atrás los pensamientos negativos sobre las circunstancias malas que puedo controlar	1	2	3	4	5

Anexo D. Escala de ansiedad (BAI)**ESCALA ANSIEDAD DE BECK - (BAI)**

Lee cada uno de los enunciados atentamente e identifique cuando le ha afectado en la última semana incluyendo hoy, con solo una respuesta por pregunta

Nº	ITEMS	En absoluto	Levemente	Moderadamente	Severamente
1	Torpe o entumecido	0	1	2	3
2	Acalorado	0	1	2	3
3	Temblor en las piernas	0	1	2	3
4	Incapaz de relajarme	0	1	2	3
5	Con temor de que ocurra lo peor	0	1	2	3
6	Mareado	0	1	2	3
7	Con latidos de corazón fuerte o acelerado	0	1	2	3
8	Inestable	0	1	2	3
9	Atemorizado o asustado	0	1	2	3
10	Nervioso	0	1		3
11	Con sensación de bloqueo	0	1	2	3
12	Con temblores en las manos	0	1	2	3
13	Inquieto e inseguro	0	1	2	3
14	Con miedo a perder el control	0	1	2	3
15	Con sensación de ahogo	0	1	2	3
16	Con temor a morir	0	1	2	3
17	Con miedo	0	1	2	3
18	Con problemas digestivos	0	1	2	3
19	Con desvanecimiento	0	1	2	3
20	Con rubor facial	0	1	2	3
21	Con sudores fríos o calientes	0	1	2	3