

ISBN: 978-987-544-705-9

LA ANSIEDAD PATOLÓGICA EN LOS PRIMEROS PASOS DE LA DOCENCIA

Milazzo, Vanina;

Universidad Nacional de Mar del Plata

vaninamilazzo@gmail.com

Muñoz, Natalia

Universidad Nacional de Mar del Plata

munoznatalia92@gmail.com

Resumen

El presente trabajo fue desarrollado en el marco de la materia “Metodología de la Investigación Científica”, incluida en el cuarto año de la carrera Profesorado de Inglés de la Universidad Nacional de Mar del Plata (UNMdP). Este proyecto académico está basado en los síntomas de ansiedad patológica que experimentan algunos estudiantes de la materia “Metodología de la Enseñanza”, del área pedagógica dentro de la misma carrera. Uno de los requisitos de esta materia es realizar experiencias vivenciales docentes parciales en forma gradual, denominadas *micro-teaching experiences* (MTE) para promover la integración de aspectos teóricos y prácticos en diferentes instituciones educativas. La práctica docente evoca distintas emociones que pueden ser positivas o negativas, especialmente para aquellos estudiantes que realizan sus primeros pasos en su desarrollo profesional. Dentro de dichas emociones, una de las más comunes es la ansiedad, la cual, dependiendo de cómo los estudiantes la vivan, puede ser normal y saludable o patológica. El objetivo de este proyecto es describir aquellos síntomas de ansiedad patológica que afectan el desempeño de los estudiantes al realizar la MTE.

Palabras clave: ansiedad patológica; síntomas; micro-teaching experience

Introducción

Este proyecto de investigación fue realizado en el marco de la asignatura Metodología de la Investigación Científica en el año 2015. Esta materia se dicta en el cuarto año de la carrera de Profesorado de Inglés de la UNMdP. La misma está a cargo de los profesores Branda, Silvia, Portela, Gerardo y Forace, Virginia. La asignatura apunta a identificar los marcos teóricos metodológicos subyacentes en las investigaciones sobre fenómenos sociales, reconocer los diferentes momentos del proceso de investigación, identificar los distintos tipos de diseño y su relación con los fines de la investigación, y así como a adquirir habilidad en la utilización de métodos y técnicas específicas de las ciencias sociales y a analizar e interpretar los resultados de la investigación. De esta manera, como requisito y objetivo de la cátedra, realizamos el presente proyecto.

ISBN: 978-987-544-705-9

Desarrollo

Elegir una carrera que estudiar luego de finalizar la escuela secundaria no es siempre tarea fácil. Por lo general, está acompañada de diferentes aspectos compartidos entre el estudiante y su grupo social, familia y amigos, como la ansiedad por el ingreso a la vida universitaria, las expectativas y el nerviosismo por querer estar a la altura de las demandas académicas, y la duda de saber si, eventualmente, podrá insertarse en el mercado laboral, ejerciendo aquellas tareas para las cuales se preparó. Está claro que a través de la formación académica se prepara al estudiante para que pueda enfrentar la mayoría de los problemas y las situaciones durante su vida profesional. Sin embargo, los primeros pasos y las primeras vivencias durante su formación son las que quedan impregnadas muchas veces en las mentes de los estudiantes.

Una de las opciones elegidas por los estudiantes son los profesorado. Inspirados por sus propios docentes o por miembros de la familia, muchas veces los adolescentes se ven estimulados a emular el trabajo y las características de aquellos que los motivaron, por lo que se inscriben en carreras de profesorado.

Lo que caracteriza y diferencia a la formación docente del resto de la oferta académica de las diversas casas de estudios es la formación pedagógica, que es quizás uno de los aspectos más complejos en las carreras docentes. Se forma al alumno no solo para poder manipular su conocimiento sobre el área (por ejemplo, geografía, historia, idiomas), sino a desarrollarse y desenvolverse dentro del aula, conociendo, por un lado, los procesos de aprendizaje de sus futuros alumnos, como los distintos paradigmas de enseñanza. En el caso específico del profesorado de inglés de la Universidad Nacional de Mar del Plata, “Las materias del área de Formación Docente tienen como propósitos, (primero) formar docentes conscientes de su rol en la sociedad y con capacidad para un continuo desarrollo profesional.” (UNMdP, 2008). Así es como sucede en la Universidad Nacional de Mar del Plata (UNMdP). La Facultad de Humanidades de dicha universidad ofrece siete carreras de profesorado en distintas áreas: Letras, Geografía, Filosofía, Bibliotecología y Documentación, Historia e Inglés. En el presente proyecto nos centraremos en ésta última. La carrera de Profesorado de Inglés está conformada por cuatro áreas: Habilidades Lingüísticas, Fundamentos Lingüísticos, Cultural y Formación Docente. En esta última área, y en correlatividad con las asignaturas Problemática Educativa y Teorías del Sujeto y del Aprendizaje, se encuentra Metodología de la Enseñanza.

Esta última materia se ubica en el segundo año de la carrera y se dicta durante el segundo cuatrimestre. Uno de los propósitos de la materia Metodología de la Enseñanza es realizar experiencias vivenciales parciales en forma gradual (*micro-teaching experiences, MTE*) para promover la integración de aspectos teóricos y prácticos. Es decir, se espera que a través de esta primera instancia de práctica docente, los alumnos puedan reunir sus conocimientos teóricos y prácticos y ponerlos en acción.

La práctica docente es un proceso que genera distintos sentimientos y emociones en los practicantes. Algunos de ellos pueden ser positivos, mientras que otros pueden ser negativos. En este proyecto de investigación nos centraremos en la ansiedad, entendida como un sentimiento, que depende cómo la viva el alumno, puede ser normal y sana, o puede ser patológica y acarrear consigo efectos negativos. Analizaremos, pues, este último aspecto, y describiremos cómo es que la ansiedad en su estado patológico afecta el rendimiento de los alumnos de la materia Metodología de la Enseñanza, perteneciente a la carrera de Profesorado de Inglés de la UNMdP, durante el transcurso de la MTE.

Marco de referencia

La ansiedad

Se considera como punto de partida sólido para el completo entendimiento del presente proyecto, comenzar por definir el término ansiedad. Para ello, se han consultado diversas fuentes que den cuenta de qué es la ansiedad, qué síntomas conlleva y cuáles son sus variaciones. En cuanto a este último punto, serán tomadas en cuenta y analizadas sólo aquellas variaciones que tengan relación con los alumnos de metodología de la enseñanza, materia propia de la carrera de profesorado de inglés, dictada en la UNMdP, en el transcurso de la MTE. Esta elección se debe a que es la primera instancia en que los estudiantes se sitúan como docentes ante un curso siendo a la vez evaluados.

En su libro, los doctores Oscar Carrión y Gustavo Bustamante (2003) definen la ansiedad como “un estado de inquietud o temor originado como reacción ante un peligro inminente y determinado. La ansiedad es un sentimiento, una sensación que en ocasiones puede aparecer como normal. En la ansiedad hay deseo o temor a que algo ocurra, se trate tanto de un suceso real como imaginario”. (Carrión y Bustamante, 2003, p. 22)

ISBN: 978-987-544-705-9

Como explican estos autores, la ansiedad surge cuando un sujeto se encuentra frente a un peligro puntual y concreto o uno creado por su imaginación. Es una respuesta del organismo ante tales situaciones.

Para comprender mejor estos mecanismos, la Licenciada Claudia Abraham, psicóloga y titular del Grupo de Manejo de Ansiedad perteneciente al Servicio de Salud Universitario de la UNMdP, aportó la comparación de la ansiedad como producto del enfrentamiento a una situación amenazante real o imaginaria entre el hombre primitivo y el hombre moderno. En este sentido, como en el pasado no existía una mediación del lenguaje a través de la cual el hombre de las cavernas pudiera manifestar sus emociones ante la presencia de una señal de alerta, como un mamut o un puma, el hombre primitivo debía enfrentar este peligro o huir de él. Lo mismo sucede con el hombre moderno. En la actualidad, una persona se enfrenta a un tipo de peligro y a través de manifestaciones y síntomas físicos (que serán desarrollados más adelante), el cuerpo se prepara para luchar o fugarse.

En la entrevista que le realizamos a la Lic. Abraham en el marco del presente proyecto de investigación, ella explicó el funcionamiento del cerebro a la hora de estar frente a un peligro, real o imaginario, de la siguiente manera: “Yo siempre doy el ejemplo cuando tenemos una alarma en casa. Cuando yo entro, si está conectada la alarma, el sensor de movimiento no reconoce si yo soy la dueña de la casa o un ladrón. Reconoce un peligro, suena la alarma. Sucede lo mismo con nuestro aparato psíquico en nuestro cerebro. Cuando el cerebro reconoce un estímulo que puede resultar peligroso suena la alarma. No sabe si está realmente el rinoceronte o algo que nosotros tenemos miedo”.

En este contexto, es necesario vislumbrar la diferencia entre un peligro real y un peligro imaginario. Cuando una persona está frente a un peligro real e inminente debe reaccionar de forma rápida y eficaz. Carrión y Bustamante proveen el siguiente ejemplo de peligro real: “Estamos en un micro que acaba de chocar y volcar. Vemos el fuego desencadenado que se nos acerca. Buscamos el martillo para romper el vidrio, no está. Tomamos entonces uno de nuestros zapatos y rompemos el vidrio para salir. No hay tiempo para pensar”. (Carrión y Bustamante, 2003, p. 29)

Así, el fuego simboliza un temor concreto que pone al individuo en estado de ansiedad, lo que provoca su reacción y la posterior huida. Sin embargo, a veces las personas tienden a

ISBN: 978-987-544-705-9

sobreestimar esas situaciones de emergencia, creando un peligro imaginario que va de la mano con el concepto de la visión en túnel o selectiva, que consiste en centrar la visión en un solo punto y perder la visión periférica. Estos individuos construyen creencias negativas con el paso del tiempo, que luego los condicionan a la hora de actuar. Por ejemplo, frente a una situación de examen o una entrevista laboral, una persona puede sentir ansiedad.

Ante estas dos situaciones de peligro (real o imaginaria) el organismo reacciona de la misma manera debido a que el cerebro no diferencia el origen sino que solamente reconoce el estímulo.

Manifiestos de ansiedad: de la telenovela a la película de terror

Independientemente de su origen, la ansiedad puede tener diferentes manifestaciones. Cabe destacar que la ansiedad es un sentimiento que se evidencia de distintas maneras según las personas y su predisposición biológica, y que no es condición sine qua non presentar todos y cada uno de los síntomas para poder decir con seguridad que se está pasando por un momento de ansiedad. Según profesionales de la Clínica de Ansiedad de Madrid y Barcelona, los manifiestos de la ansiedad pueden clasificarse en cinco grupos distintos. En primer lugar, están los indicios físicos que incluyen taquicardia, palpitaciones, temblores, sudoración, molestias digestivas, tensión y rigidez muscular, cansancio, “nudo” en el estómago, etc. En cuanto a las manifestaciones psicológicas, la ansiedad puede producir agobio, inseguridad, sensación de vacío, incertidumbre, dificultad para tomar decisiones, y en casos más extremos, temor a la muerte. En tercer lugar, la ansiedad también puede generar problemas de conducta, como por ejemplo, estado de alerta, dificultad para actuar, inquietud motora, dificultad para estar quieto y en reposo. Además, estos síntomas vienen acompañados de cambios en la expresividad corporal y el lenguaje corporal. En cuarto lugar se pueden encontrar consecuencias intelectuales o cognitivas como las dificultades de atención, la preocupación excesiva, las expectativas negativas, el incremento de las dudas y la sensación de confusión, la susceptibilidad, etc. Por último, la ansiedad puede traer consecuencias en el ámbito social, como irritabilidad, dificultades para iniciar o seguir una conversación, bloquearse o quedarse en blanco a la hora de preguntar o responder, temor excesivo a posibles conflictos, entre otros.

Como ya fue explicitado, algunos individuos sobreestiman las situaciones de peligro debido a creencias que han formado durante su vida. La Lic. Abraham asocia este proceso con la metáfora del pasaje de una telenovela a una película de terror. La profesional ilustra esto con una situación en el que dos estudiantes se juntan a preparar un examen. Sin embargo, en vez de leer los textos o realizar ejercicios, los dos compañeros empiezan a dialogar sobre lo mal que le fue a un tercero en el examen, o sobre lo mal que le respondió el docente a uno de ellos, produciéndose así la telenovela. Este mecanismo es característico de la ansiedad. No obstante, el problema se produce cuando, aplicando la visión en túnel, los dos sujetos no tienen en consideración que, por ejemplo, al resto de sus compañeros sí les fue bien en el examen, o que en el resto de las clases el docente les habló bien. Entonces, viendo y considerando a las excepciones como la norma general, es cuando estos dos individuos pasan de la telenovela a la película de terror, bloqueándose y gastando tiempo y energía necesarios para estudiar para el examen en anticipar y plantear situaciones hipotéticas y peligrosas imaginarias.

La ansiedad patológica

Como ya se ha definido, la ansiedad es una “reacción ante un peligro inminente y determinado.” (2003: 22) Sin embargo, es la magnitud de la respuesta ante ese peligro lo que determina si la ansiedad es normal y sana o si es patológica. La ansiedad normal es la que corresponde a la definición ya establecida y se produce ante un acontecimiento tal como casarse, realizar un viaje, tener que subir una escalera muy alta o rendir un examen. En cambio, la ansiedad patológica, “nos afecta a la vida haciéndonos infelices, como las fobias, obsesiones, manías. Puede tratarse de una ansiedad ligada a una situación o un estímulo concreto o puede ser generalizada.” (García Higuera, 2013)

La ansiedad patológica es la encargada de afectar negativamente sobre el rendimiento de las personas. Así, Carrión y Bustamante explican que “cuando se supera un cierto nivel máximo de ansiedad, ésta deja de ser una aliada para convertirse en una enemiga de nuestra calidad de vida. En esa situación, empezamos a experimentar una intolerable y evidente sensación de malestar y, lamentablemente, el rendimiento de las personas se deteriora.” (Carrión y Bustamante, 2013, p. 31)

Además, según Navas, W. & Vargas Baldares, M. (2012), la ansiedad se convierte en patológica cuando es desproporcionada para la situación y demasiado prolongada. Puede bloquear una respuesta adecuada a la vida diaria, empeora el rendimiento y en algunos casos genera demanda de atención psiquiátrica.

Ansiedad ante los exámenes

La ansiedad patológica genera una disminución en el rendimiento de un determinado grupo social: los estudiantes. Ante una situación de examen, cada vez es más frecuente que los alumnos presenten síntomas de ansiedad. Esta ansiedad puede ser causada por la “preocupación excesiva sobre su (de los estudiantes) actuación, las consecuencias de una mala ejecución, comparación con el resto de los compañeros y pensamientos de autocrítica.”(Cano Vindel, A., 2011)

Gutiérrez Calvo y Averó definen la ansiedad ante los exámenes como “un rasgo específico-situacional, que se caracteriza por la predisposición del estudiante a actuar con elevada ansiedad en los contextos que se relacionan con el rendimiento.” (Gutiérrez Calvo y Averó, 1995, p. 47) Para Gutiérrez Calvo y Averó (1995), la ansiedad de evaluación es una

Reacción emocional que numerosas personas manifiestan en situaciones en las cuales sus aptitudes son evaluadas social y/o profesionalmente (entrevistas, exámenes, tests de aptitud, etc). La característica más definitoria de tal reacción es la preocupación recurrente por el posible fracaso o mal rendimiento en la tarea, y sus consecuencias aversivas sobre la propia autoestima, minusvaloración social, y pérdida de algún beneficio esperado. (Gutiérrez Calvo y Averó, 1995, p. 569/570)

Para los fines de esta investigación, consideramos aquella ansiedad ante los exámenes que provocan una reacción emocional del alumno, que se genera antes, durante y después de la situación de evaluación; aquella ansiedad que trae consecuencias en el sujeto y que generan una distracción en su atención hacia pensamientos negativos recurrentes.

Trabajos de investigación previos

Este proyecto de investigación también hace referencia a las conclusiones de algunos trabajos previos relacionados al tema en cuestión. Es importante aclarar que las conclusiones de dichos trabajos fueron realizados en contextos geográficos y/o académicos diferentes a los de este

ISBN: 978-987-544-705-9

proyecto. De todos modos, creemos que estos trabajos generaron grandes aportes a nuestro proyecto de investigación.

Por ejemplo, el Dr. Luis Valero Aguayo (1999) llevó a cabo una investigación en la cual diseñó un cuestionario de evaluación de problemas de ansiedad ante exámenes. Los datos fueron obtenidos entre una amplia muestra de estudiantes universitarios de tercer y cuarto año de Psicología de la Universidad de Málaga. El cuestionario incluía una serie de ítems o situaciones, a las cuales cada alumno debía asignarle una puntuación de 0 a 5 dependiendo del grado de ansiedad o malestar que él o ella sintió ante esas situaciones. Los criterios eran los siguientes:

0 No siento nada

1 Ligera ansiedad

2 Un poco intranquilo

3 Bastante nervioso

4 Muy nervioso

5 Completamente nervioso

Las conclusiones que aportó este trabajo fueron que, al finalizar la investigación, se pudieron identificar cuatro factores principales que definen las características de respuesta de ansiedad ante exámenes (preocupación, respuesta fisiológica, situaciones, respuestas de evitación).

Por otra parte, los Licenciados Leandro Casari, Johana Anglada y Celeste Daher (2014) publicaron su proyecto de investigación en un artículo de la *Revista de Psicología*. Estos investigadores analizaron las estrategias de afrontamiento y la ansiedad ante situación de examen en 140 estudiantes universitarios de Psicología de la Universidad del Aconcagua de la provincia de Mendoza. Además, evaluaron las diferencias y el grado de relación entre estas dos variables en cuanto a género, materias rendidas y año académico. Los resultados mostraron que se encuentran unas relaciones significativas entre ansiedad ante exámenes y estrategias de afrontamiento, como también entre estas variables en relación al género y el año de cursado.

ISBN: 978-987-544-705-9

Ansiedad patológica en los alumnos de la materia metodología de la enseñanza, de la carrera de profesorado de inglés en la Universidad Nacional de Mar del Plata (UNMdP) al momento de llevar a cabo la Micro-Teaching experience (MTE).

En este proyecto se toma como objeto de estudio a los estudiantes de la asignatura Metodología de la Enseñanza. Dicha materia es de carácter cuatrimestral, y se dicta en el segundo año y durante el segundo cuatrimestre de la carrera de Profesorado de Inglés de la UNMdP. Metodología de la Enseñanza pertenece al área curricular de Formación Docente, y es, precisamente, la tercera materia dentro de dicha área. Si bien previamente los alumnos de la carrera cuentan con materias pedagógicas, Metodología de la Enseñanza es la primera materia en la cual los alumnos, aparte de observar horas clase, deben dictar dos horas de clase en una institución educativa, sea pública o privada, a través de las MTE. La justificación a esta modalidad es que “La cátedra considera que estas experiencias son fundamentales ya que le permiten al alumno poner en práctica conocimientos pedagógicos en una situación áulica concreta.” (UNMdP, 2014)

A lo largo del cuatrimestre, y con el conocimiento previo que los mismos alumnos traen por haber cursado materias previas, los docentes preparan a los estudiantes para que lleguen al aula con la mayor cantidad de herramientas posibles. Sin embargo, son muchas las expectativas que los alumnos tienen sobre esta primera experiencia áulica como docentes. A su vez, aunque los alumnos sean preparados para esta práctica, los nervios están presentes y, muchas veces, juegan en contra a la hora de actuar. Estos aspectos pueden desembocar en, o incluir, ansiedad, que, como ha sido explicitado anteriormente, es normal y esperable en ciertas ocasiones, ya que consiste en una reacción del cuerpo que nos pone en estado de alerta. No obstante, la ansiedad puede ser patológica, y convertirse en otro factor negativo afecte al desenvolvimiento del alumno durante el transcurso de la MTE.

Algunos efectos sintomatológicos de la ansiedad patológica pueden incluir dolor de estómago, dolor muscular, sudoración, palpitaciones y disminución de la atención. Además, la ansiedad patológica puede provocar una disminución en el rendimiento de las personas en general, y de los alumnos practicantes, en particular. Es por esto, que se afirma que aquellos alumnos afectados negativamente por la ansiedad patológica no pueden dar en totalidad lo mejor de sí a la hora de llevar a cabo la MTE. Sin bien previamente los alumnos deben planificar

detalladamente los pasos a seguir en las clases que van a dictar, esta planificación puede verse truncada por el factor de la ansiedad. Al momento de entrar al aula, si el alumno presenta síntomas de ansiedad, su rendimiento se va a ver afectado negativamente y, consecuentemente, las clases no resultarán como lo esperado.

Objetivos

Mediante la presente investigación se pretende:

Objetivo general

1. Describir los síntomas de ansiedad patológica que afectan el rendimiento de los estudiantes de la materia Metodología de la Enseñanza, de la carrera de Profesorado de Inglés en la Universidad Nacional de Mar del Plata (UNMdP) al momento de llevar a cabo la Micro-Teaching experience (MTE).

Objetivos particulares

1.1. Indagar si existen síntomas de ansiedad patológica por parte de los estudiantes al momento de realizar la MTE.

1.2. Identificar aquellas manifestaciones de alto nivel de ansiedad exhibidos por los Alumnos de Metodología de la Enseñanza de la carrera de Profesorado de Inglés al momento de ingresar a un aula a dar clases durante la Micro-Teaching experience. (MTE)

1.3. Analizar el discurso, en particular al momento de comentar sobre la preparación previa al ingreso al aula como practicante, y la reflexión posterior a dar las clases, de los alumnos de Metodología de la Enseñanza de la carrera de Profesorado de Inglés en la UNMdP.

Problema

La carrera de Profesorado de Inglés de la Universidad Nacional de Mar del Plata (UNMdP) cuenta con un plan de estudios en el que se organizan las materias en cuatro áreas: Habilidades Lingüísticas, Fundamentos Lingüísticos, Cultural y Formación Docente. Dentro de esta última, se forma a los estudiantes en aspectos pedagógicos y didácticos, acercándolos a la tarea profesional paulatinamente. Dentro del área de formación docente se encuentra la

materia Metodología de la Enseñanza, perteneciente al segundo año de la carrera, en la cual los estudiantes deben llevar a cabo una MTE, que involucra ingresar a un aula durante las clases de inglés de una institución educativa, en calidad de practicante, previa observación de horas de clase. Siendo éste probablemente el primer contacto con alumnos, se puede experimentar ansiedad, a veces en un alto nivel.

El presente tema de investigación surgió a partir de la reflexión, como alumnas avanzadas en la carrera de Profesorado de Inglés de la UNMDP, sobre la ansiedad, a veces manifestada intensamente y con diversos síntomas. Si bien el cuerpo docente capacita y hace un seguimiento a los estudiantes caso a caso a nivel teórico-práctico, consideramos que es igual de importante y relevante ponderar acerca de cómo se sienten los futuros practicantes a la hora de enfrentar y llevar a cabo sus tareas en el aula frente a alumnos, ya que los síntomas de excesiva ansiedad pueden afectar su desenvolvimiento.

El propósito de este estudio, basado en un enfoque cualitativo, es describir los síntomas que algunos alumnos tienen debido al alto nivel de ansiedad al momento de realizar la MTE dentro de la materia Metodología de la Enseñanza correspondiente a la carrera de Profesorado de Inglés de la Universidad Nacional de Mar del Plata.

Metodología

Enfoque

El enfoque a utilizar será de corte cualitativo. Esto se debe a que el presente proyecto no busca generalizar, sino más bien profundizar sobre el alto grado de ansiedad experimentado por alumnos de la materia Metodología de la Enseñanza, propia del segundo año de la carrera de Profesorado de Inglés de la Universidad Nacional de Mar del Plata. En palabras de S.J. Taylor y R. Bogdan (1990, p. 7) “la metodología cualitativa se refiere en su más amplio sentido a la investigación que produce datos descriptivos.” De esto último se infiere que en su naturaleza de buscar comprender e indagar sobre una problemática determinada, los proyectos de investigación descriptivos generan resultados y conclusiones más fiables si se realizan desde una mirada cualitativa. Considerando, entonces, que el presente es un proyecto descriptivo, creemos esencial que sea el enfoque cualitativo el que guíe nuestras tareas.

ISBN: 978-987-544-705-9

Según S.J. Taylor y R. Bogdan (1990, p. 8), además, una de las premisas propias del método cualitativo indica que “los investigadores cualitativos tratan de comprender a las personas dentro del marco de referencia de ellas mismas. Para la perspectiva fenomenológica y por lo tanto para la investigación cualitativa es esencial experimentar la realidad tal como otros la experimentan.” Entonces, es a partir de nuestra experiencia en la materia Metodología de la Enseñanza que creemos conveniente realizar nuestro proyecto de investigación con la metodología cualitativa, ya que las palabras y las declaraciones de los alumnos de dicha materia, así como sus conductas observables que afectan negativamente su rendimiento durante su ingreso a un aula como practicante en el marco de la MTE dentro de la propia asignatura nos permitirán profundizar sobre el tema.

Tipo de investigación

Como ya se ha mencionado anteriormente, la metodología propuesta para este proyecto de investigación es de corte cualitativa. Según S. J. Taylor y R. Bogdan (1990), la metodología cualitativa es aquella que aporta datos descriptivos acerca de las personas o fenómenos observados. Siguiendo esta perspectiva, la investigación propuesta en el presente proyecto es puramente descriptiva. Su propósito es describir los trastornos de ansiedad que experimentan aquellos estudiantes de la materia Metodología de la Enseñanza propia de la carrera de Profesorado de Inglés en la Universidad Nacional de Mar del Plata (UNMdP) al momento de llevar a cabo la MTE. Según sugiere R. Hernández Sampieri y otros (2006), los estudios descriptivos son útiles para mostrar con precisión los ángulos o dimensiones de un fenómeno, suceso, comunidad, contexto o situación. Es entonces por estos motivos, que se ha decidido llevar a cabo el proyecto de investigación desde un enfoque cualitativo de metodología descriptiva.

Diseño

El tipo de diseño seleccionado para este proyecto es no experimental, en el cual no existe ningún tipo de control por parte de los investigadores sobre el fenómeno a observar ni tampoco sobre los actores que participan en dicho fenómeno. Tal como explican R. Hernández Sampieri, la investigación no experimental consiste en estudios donde no hacemos

ISBN: 978-987-544-705-9

variar en forma intencional las variables independientes para ver su efecto sobre otras variables. Lo que hacemos en la investigación no experimental es observar fenómenos tal como se dan en su contexto natural, para después analizarlos. (R. Hernández Sampieri y otros, 2006, p. 205)

En el caso de nuestro trabajo de investigación, se observará el fenómeno de la ansiedad en el contexto natural de la MTE.

Unidad de análisis

Para la selección de la muestra se toma en cuenta como universo a los alumnos cursantes de la materia Metodología de la Enseñanza del Profesorado de Inglés de la UNMdP durante la finalización del segundo cuatrimestre del ciclo lectivo 2015. Esto se debe a que sus reflexiones sobre la propia práctica durante las MTE van a ser recientes y detalladas. Esta elección está fundada, además, en la base de que dicho grupo conforma el eje central de nuestro tema de investigación, es decir, en los síntomas de ansiedad por parte de los alumnos de Metodología de la Enseñanza de Profesorado de Inglés al momento de llevar a cabo la MTE.

Instrumento de recolección

Como instrumento de recolección de datos para realizar el presente proyecto utilizaremos, en primer lugar, cuestionarios. Restituto Sierra Bravo (2002) define al cuestionario como un “conjunto de preguntas, preparado cuidadosamente, sobre los hechos y aspectos que interesan en una investigación sociológica para su contestación por la población o su muestra a que se extiende el estudio emprendido.” (Sierra Bravo, 2002, p. 306)

En el caso de nuestro trabajo de investigación, se realizarán cuestionarios a los alumnos de la materia Metodología de la Enseñanza del Profesorado de Inglés de la UNMdP luego de finalizar la MTE. De esta manera, se identificarán rápidamente cuáles fueron los alumnos que presentaron trastornos de ansiedad al momento de realizar la experiencia de micro enseñanza. Tal como agrega Sierra Bravo (2002, p. 307), el objetivo de cuestionario es “obtener de manera sistemática y ordenada, información de la población investigada sobre las variables objeto de la investigación.” Por ello, consideramos que dicho instrumento de recolección de

datos nos será de gran utilidad para poder recolectar la información necesaria y central para este proyecto.

En segundo lugar se llevarán a cabo entrevistas semi- estructuradas a aquellos alumnos que presentaron síntomas de alta ansiedad. La entrevista semi-estructurada no es estrictamente una lista predeterminada de preguntas, no existe una guía rígida a la cual el entrevistador deba adherirse, sino que se establece un diálogo más flexible y comprensivo. La entrevista constará, en primer lugar, de preguntas de identificación (edad, sexo, etc.) y luego se indagará en las preguntas referentes al tema de investigación.

Cronograma de actividades

El cronograma de actividades es un método gráfico de planeación y control, en la que un proyecto se divide en distintas actividades y se realizan estimaciones acerca de cuánto tiempo requiere cada una de ellas. En el siguiente cronograma se especifica cuánto tiempo, aproximadamente, requiere realizar las actividades para llevar a cabo el proyecto. Se debe aclarar que los datos propuestos en el cronograma son estimativos y puede que no coincidan exactamente con la realidad cuando la investigación se lleva a cabo.

ACTIVIDAD	TIEMPO											
	MAY	JUN	JUL	AGO	SEPT	OCT	NOV	DIC	ENE	FEB	MAR	ABR
ARQUEO BIBLIOGRÁFICO	X	X										
ELAB. MARCO TEÓRICO		X	X									
SELECCIÓN DE MUESTRA				X								
INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN				X	X							
ELABORACIÓN CUESTIONARIOS					X							

REALIZACIÓN DE CUESTIONARIOS					X							
ELABORACIÓN ENTREVISTAS SEMI-ESTRUCT.						X						
REALIZACIÓN DE ENTREVISTAS SEMI-ESTRUCT.						X	X					
CODIFICACIÓN DE DATOS							X					
ANÁLISIS DE DATOS								X	X			
REDACCIÓN DE BORRADOR									X	X		
REDACCIÓN DE MANUSCRITO										X	X	
PRESENTACIÓN DE INFORME												X

Presupuesto

No aplica. Debido a que el proyecto de investigación no se realizará en este momento no es necesario especificar el presupuesto para realizarlo.

Transferencia de los resultados o impacto del proyecto

Creemos que esta investigación ayudará a generar conciencia acerca de los síntomas de ansiedad que pueden llegar a manifestar los alumnos de la materia Metodología de la Enseñanza, de la carrera de Profesorado de Inglés en la UNMdP al momento de llevar a cabo la MTE. Los hallazgos resultantes podrían hacer reflexionar a los docentes del Profesorado de Inglés acerca de los síntomas de ansiedad más frecuentes en los estudiantes y de este modo desarrollar estrategias para ayudar a los alumnos a evitar estos trastornos. Finalmente, como

en toda investigación, se espera que los resultados de este estudio sirvan de base o disparador para futuras investigaciones relacionadas.

Referencias

Abraham, C. (2015, 4 de Junio). Entrevista sobre la Ansiedad a la Lic. Claudia Abraham/ Entrevistadores: Milazzo, V. y N. Muñoz, Metodología de la Investigación Científica, Universidad Nacional de Mar de Plata, Argentina.

Baeza Villarroel, J. C. (2015). ¿Cuáles son los síntomas de la ansiedad? *Clínica de Ansiedad*. Recuperado de <https://clinicadeansiedad.com/soluciones-y-recursos/preguntas-mas-frecuentes/cuales-son-los-sintomas-de-la-ansiedad/>

Cano Vindel, A. (2011) ¿En qué consiste la ansiedad ante los exámenes? *Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés -SEAS* .Recuperado de: <http://www.ansiedadystres.org/en-que-consiste-la-ansiedad-ante-los-examenes>

Carrion,O., y Bustamante, G. (2003) *Ataques de pánico y trastornos de fobia y ansiedad*. Buenos Aires: Galerna.

Casari, L., J. Anglada, y C. Daher, (2014) Estrategias de afrontamiento y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología*. 32 (2), pp. 244-269.

Garcia Higuera, J. (2013) ¿Qué es la ansiedad? *Psicoterapeutas.com*. Recuperado de: http://www.psicoterapeutas.com/trastornos/ansiedad/que_es_ansiedad.html

Gutiérrez-Calvo, M. y P. Averó, (1995). Ansiedad, estrategias auxiliares y comprensión lectora: Déficit de procesamiento versus falta de confianza. *Psicothema*, 7, pp. 569-578.

Heredia, D., S. Piemontesi, L. Furlan, y Volker, H. (2008). Adaptación del Inventario Alemán de Ansiedad frente a los Exámenes: GTAI-A. *Evaluar*, 8,46-60. Recuperado de <http://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar/article/view/504/460>

Hernández Sampieri, R. y et al. (2010). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.

Navas Orozco, W. & Vargas Baldares, M. (2012) Trastornos de ansiedad: revisión dirigida para atención primaria. *Revista médica de Costa Rica y Centroamérica* LXIX (604), pp. 497-507.

Sierra Bravo, R. (2002). *Técnicas de investigación social*. Madrid: Paraninfo.

ISBN: 978-987-544-705-9

Taylor, S.J., & Bogdan, R. (1990). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación. La búsqueda de significados*. Buenos Aires: Paidós.

Universidad Nacional de Mar del Plata. (2008). *Departamento de Lenguas Modernas: Área de Formación Docente*. Mar del Plata: Facultad de Humanidades, Departamento de Lenguas Modernas. Recuperado de: <http://www.mdp.edu.ar/humanidades/ingles/formacion.htm>

Universidad Nacional de Mar del Plata. (2014). *Plan de Trabajo Docente: Metodología de la Enseñanza*. Mar del Plata: Facultad de Humanidades, Departamento de Lenguas Modernas.

Valero Aguayo, L. (1999). Evaluación de ansiedad ante exámenes: Datos de aplicación y fiabilidad de un cuestionario CAEX. *Anales de Psicología*, 15 (2), pp. 223-231.