

D. A. M. IZTAPALAPA BIELISTERA

UNIVERSIDAD AUTONOMA METROPOLITANA

IZTAPALAPA

Co. S. H.

EL EFECTO DE LA TENSION
PSICOLOGICA EN LA CONCENTRACION
DE UNA TAREA

126505

TESIS EN PSICOLOGIA SOCIAL

(1986 - 1990)

ASESOR: ABRAHAM NADELSTICHER MITRANI

LECTOR: JAIME PENA SANCHEZ

126505

**UNIVERSIDAD AUTONOMA METROPOLITANA
IZTAPALAPA**

INTEGRANTES

LETICIA OSORIO ESPINOSA, SALVADOR FLORES ZEPEDA

RESUMEN

En la presente investigación se analizan los efectos de la tensión psicológica ambiental en la concentración de una tarea.

Se manejará la hipótesis de que la tensión ambiental disminuye en la concentración. Para la siguiente investigación se utilizó un diseño pretest-postest con un grupo control; la muestra fue aleatoria compuesta de 60 Ss. de 18 a 28 años de edad, por requisito del instrumento. El 50% mujeres y 50% hombres tanto en el grupo control como en el experimental, todos estudiantes de la Univesidad Autónoma Metropolitana, unidad Iztapalapa (UAM-I).

El experimento consistió en contestar una prueba de transformación gramatical de Boddeley (1968) siendo ésta una prueba de razonamiento lógico que sirvió como medición de concentración (V.D). Esta consta de 64 ítemes, divididos en 2 partes de 32 reactivos. Para realizar una prueba pretest-postest.

Se contrastaron tanto el grupo experimental, como el grupo control, a través de cuatro pruebas t, dando como resultado en el grupo experimental que la tensión no aumento ni disminuyó la concentración, mientras que en el grupo control fue donde se generó mayor concentración.

El apoyo técnico a estos resultados estuvo basado en Boddeley (1968).

INTRODUCCION

La siguiente investigación se encuentra dividida en dos partes, en la primera parte, haremos referencia de algunas investigaciones, en las cuales nos dan una explicación de las causas de la tensión, así como los factores que afectan la capacidad de concentración.

En la segunda parte desarrollaremos todos los puntos referentes a la metodología. Debemos advertir que para fines metodológicos utilizamos la tensión psicológica ambiental como la maneja Selye (1974).

Cabe mencionar que dentro de la revisión bibliográfica hablamos de diversos tipos de tensión que de alguna manera nos sirven de apoyo para nuestro tema.

INDICE

INTRODUCCION

PRIMERA PARTE

I REVISION BIBLIOGRAFICA.....	5
1 Causas y consecuencias de la tensión psicológica.....	5
1.1 Características del sistema nervioso autónomo.....	5
1.2 Reacciones de tensión fisiológica.....	10
1.3 Reacciones de tensión intrapsíquica.....	14
1.4 Reacciones de tensión ante el medio ambiente.....	17
2 Principales factores que afectan la capacidad de concentración.....	27
2.1 Importancia de la concentración	
2.2 Influencia del medio ambiente en la concentración.....	30
2.3 Influencia de lo Psíquico en la concentración.....	34
3 Situaciones de amenaza.....	38

SEGUNDA PARTE

II METODOLOGIA.....	44
1 Problema de la investigación	
2 Hipótesis.....	45
3 Variables.....	45
3.1 Tipos.....	45
3.2 Definición	
3.3 Operacionalización.....	46
4 Método.....	47
4.1 Sujetos	
4.2 Instrumento	
4.3 Procedimiento.....	51
5 Piloteo del instrumento.....	54
6 Diseño de investigación.....	71
7 Estadística.....	71
8 Resultados.....	73
9 Conclusiones y discusiones.....	89
10 Límites del estudio.....	91
11 Bibliografía	

PRIMERA PARTE

1 REVISION BIBLIOGRAFICA

1.1 Características del sistema nervioso autónomo

En cierto sentido, el cuerpo humano es como las ciudades amuralladas que hay por doquier en Europa. Las ciudades de aquellas antiguas poblaciones construyeron obras defensivas para impedir la entrada a los ejércitos invasores, pero dejaron puertas en las murallas, para poder meter alimentos y sacar desperdicios. Nuestra piel actúa como "muralla" respecto al cuerpo, que constituye la ciudad. La piel mantiene fuera a los invasores, que permite que entren alimentos y agua, y que salgan los productos de desecho. También tienen "defensas locales" que entran en acción al momento de producirse una amenaza. Por ejemplo, si se corta un dedo, la "policía local" que hay en el lugar de la cortadura, empieza a reparar el daño aún antes de que se de cuenta de haber sufrido. Si entran gérmenes en la herida, los vasos sanguíneos cercanos se abren para permitir la llegada de más "soldados" (glóbulos blancos), que luchan contra los gérmenes invasores.

Todas las reacciones son automáticas y ocurren sin la dirección consciente del individuo. Pero cuando la piel sufre algún daño, tiene receptores que hacen sonar la alarma para que la "junta directiva" sepa que algo malo está ocurriendo, y para que esa junta pueda retirar el cuerpo del sitio del peligro, o repararlo para defenderse de los ataques.

En situaciones de urgencia, no queda mucho tiempo que pensar. Sus reacciones son emocionales y reflejas, es decir que ocurren sin su voluntad o deseo consciente. No tenemos por ejemplo el deseo voluntariamente que nuestras glándulas sudoríparas

secreten agua, ni que empiecen a castañetearnos los dientes cuando sufrimos un susto. Estas actividades son manejadas automáticamente en favor nuestro por las partes inconscientes del cerebro. (Chxid, J. 1983).

La parte de nuestro cerebro que gobierna nuestras reacciones emocionales recibe el nombre de sistema nervioso autónomo McConnell (1975), está conectado a la mayoría de las glándulas y a muchos de los músculos del cuerpo. El sistema nervioso autónomo tiene dos partes o divisiones principales: 1) El sistema nervioso simpático y 2) El sistema nervioso parasimpático. En general la actividad del sistema simpático tiende a excitarnos, o a despertarnos, en forma muy semejante a como podría hacerlo una droga "elevadora", que la actividad del sistema parasimpático tiende a deprimirnos o a desacelerar muchas de nuestras funciones corporales, como lo haría "rebajador" o calmante". Conjuntamente, estos dos sistemas nerviosos gobiernan nuestras funciones corporales en forma coordinada.

Sistema Nervioso Simpático

Este sistema se compone de un grupo de 22 centros nerviosos, situados sobre la médula espinal o próximos a ella. Partiendo de estos 22 centros, salen fibras axiónicas que van a todas las partes del cuerpo a las glándulas salivales de la boca a los iris de los ojos, al corazón, a los pulmones, al hígado al estómago, a los intestinos, y a los genitales. El sistema nervioso simpático también está conectado con las glándulas sudoríparas, con las

células pilosas, y con los diminutos vasos sanguíneos que quedan próximos a la superficie de la piel.

En una situación de urgencia, que haga sentir cólera, súbito terror, o que le produzca un fuerte deseo o que requiera un gran trabajo físico de su parte, entra en acción de inmediato el sistema nervioso simpático Seley H. (1956). Se abren las pupilas de los ojos para permitir la entrada de más luz; el corazón bombea más sangre al cerebro a los músculos y a la superficie de la piel; respira más fuerte y más de prisa; se eleva el nivel de azúcar de la sangre; disminuye el ritmo de la digestión hasta el mínimo; suda la piel para dar salida a los productos de desecho creados por el gran esfuerzo, y para mantenerlo fresco.

También controla el sistema nervioso simpático el orgasmo y la eyaculación durante la excitación sexual.

Dicho brevemente, la actividad del sistema nervioso simpático nos prepara para la lucha, para la huida, para la alimentación, y para el climax u orgasmo sexual.

Sistema Nervioso Parasimpático

El sistema nervioso parasimpático conecta casi todas las mismas partes de nuestro cuerpo que el simpático. En general, la estimulación parasimpática produce efectos fisiológicos que son los opuestos exactamente a aquellos inducidos por la estimulación simpática V. McConnell, (1978). La actividad del sistema parasimpático hace que se cierran, constriñan o contraigan los iris de los ojos, desacelera el ritmo cardíaco, desacelera la

respiración, aumenta la salivación, estimula el flujo de jugos digestivos, promueve el proceso de excreción, y en general mantiene o aumenta los recursos del cuerpo. Por muchas razones, se denomina con frecuencia el sistema parasimpático sistema nervioso vegetativo.

Por lo general, el sistema simpático y parasimpático actúan conjuntamente, en forma coordinada, cuando el uno entra en acción inhibe la excitación del otro. Sin embargo los dos sistemas cooperan durante la actividad sexual, ya que es necesario la estimulación parasimpática para que ocurra la erección, en tanto que, como hicimos notar antes, el orgasmo y la eyaculación son controlados por la excitación simpática. Hay una diferencia particular entre los dos sistemas, el sistema nervioso simpático está concentrado a las glándulas suprarrenales, en tanto el parasimpático no está.

Glándulas Suprarrenales

Las glándulas suprarrenales no sólo producen las hormonas que influyen en el desarrollo sexual, y que ejercen vigilancia continua las funciones corporales tales como la producción de orina, sino también producen dos sustancias químicas a las que se les califican como hormonas de "excitación o despertamiento". Estas dos hormonas son la adrenalina y la noradrenalina .

Cuando hay liberación de adrenalina y noradrenalina a la corriente sanguínea, por parte de las glándulas suprarrenales, estas hormonas hacen que se presenten todos los cambios corporales

relativos ocasionados con las fuertes emociones Murray L. (1976).
Tales como el temor, la ira, la hostilidad y la agersividad sexual.
Es decir, la acción de estas dos hormonas consiste en
aumentar la presión sanguínea y el ritmo cardiaco, en acelerar
la respiración, ensanchar las pupilas de los ojos, aumentar la
sudación y en general, en preparar al cuerpo para afrontar una
situación de urgencia. (Francone, J.L. 1986).

1.2 Reacciones de tensión fisiológica

Para la mayoría de nosotros, cada día de nuestra vida aporta algún suceso que nos produce estrés. Algunas veces, resulta agradable, otras no, y en conjunto lo soportamos bastante bien. El estrés está presente como una parte del ciclo normal de la vida. Situaciones como asumir un nuevo trabajo, casarse, tener un hijo o enviudar son, por ejemplo, situaciones imprevistas con las que todo el mundo puede encontrarse. Tales acontecimientos se refieren al estrés normativo Papalia (1987). En cambio, el estrés no normativo implica algún acontecimiento imprevisto, como un terremoto o estar presente en el atraco a un banco.

Existe un estrés "bueno", que Selye (1974) llamó eutrés, y un estrés "malo" que denominó distres.

El doctor Selye, profesor y director del Instituto de Medicina y Cirugía Experimental de la Universidad de Montreal, fue una figura destacada en la historia de la investigación del estrés hasta su muerte, acaecida en 1982.

Desde que empezó a investigar la respuesta psicológica del cuerpo frente al estrés, hace más de 40 años, formuló muchos de los conceptos claves sobre el estrés que han sido la base de muchas investigaciones. Una de las contribuciones más importantes de Selye a nuestra comprensión del estrés es el haber subrayado que alguna cantidad de estrés es esencial para la vida.

Mientras puede ser perjudicial tener demasiado estrés, resulta aburrido tener poco. Selye mantuvo que "la total liberación del estrés es la muerte" (1980).

Selye (1974, 1980, 1982) definió el estrés como "una respuesta inespecífica del cuerpo a cualquier demanda".

El cuerpo responde de manera similar a cualquier acontecimiento que considera estresante. Esta reacción del cuerpo se considera inespecífica porque es similar, cualquiera que sea la fuente o tipo de estrés. Una respuesta específica, en cambio, es una respuesta diferencial al tipo de demanda que un estrés concreto provoca en el individuo.

Sudar es una respuesta específica al calor, temblar al frío. Todas estas demandas - calor, frío y excesivo esfuerzo muscular, así como también alegría, aflicción, drogas, hormonas y muchos otros estímulos- requieren del cuerpo una reacción que lo devuelva a su estado normal. El proceso total de la adaptación es inespecífico en el sentido de que está más allá de la respuesta de un individuo específico (por ejemplo, calor). El trabajo que el cuerpo tiene que hacer para adaptarse a las demandas del elemento que produce el estrés es independiente de la respuesta específica.

En los años 30 Hans Selye describió inyectando a las ratas, dosis no mortales de veneno poniéndose a estímulos nocivos tales como el frío, calor, infecciones, traumas, hemorragias y alteración nerviosa, aparecía un grupo predecible de síntomas. Aparecieron ciertos cambios fisiológicos definidos: la corteza, o capa exterior, de las glándulas adrenérgicas se dilata, volviéndose hiperactiva; todas las estructuras linfáticas (bazo, timo etc) se contraen y se desarrollan úlceras abiertas en el estómago y en el intestino delgado (Selye 1982).

Selye denominó estas reacciones fisiológicas **síndrome** de adaptación general (SAG 1936). Entonces concluyó que lo que les pasaba a las ratas era similar a que ocurría a los seres

humanos en una situación de estrés. El SAG es una reacción de estrés en tres etapas: alarma, resistencia y agotamiento.

McConnell (1978). Al primer estado lo llama reacción de alarma y en él las defensas del cuerpo son rápidamente llamadas a la acción por medio de la actividad del "sistema límbico" el sistema nervioso simpático y através de la secreción de las " hormonas de excitación", provenientes de las glándulas suprarrenales.

Si continua la tensión el cuerpo tendrá no sólo que mantener sus defensas emocionales de primera línea, sino también empezar de inmediato a reperar el daño que provoque esta excitación. Por ello las glándulas suprarrenales empiezan a secretar cantidades anormalmente grandes de los hormonas reguladoras del cuerpo.

La segunda etapa la denomina Selye (1982) etapa de resistencia. Durante estas dos primeras etapas el sistema nervioso simpático experimenta intensa excitación. Sin embargo, si continúa el estado de urgencia demasiado tiempo, toda la energía disponible en el sistema simpático puede agotarse, y ocurrir una abrumadora contrastación en el cual el sistema parasimpático se hace cargo de la situación.

El organismo cae en el tercer estado, etapa de agotamiento, durante la cual la mayor parte del cuerpo funciona en forma anormalmente desacelerada, o aún deje de funcionar completamente. Si en este momento ocurre aún una mayor exposición a la tensión, puede producir depresión, locura, o la muerte, ya que la sobre estimación del sistema parasimpático puede hacer que el corazón cese completamente de latir. Cree Selye que mucho de lo que llama "enfermedades de adaptación", como la alta presión arterial, la

artritis y ciertos tipos de úlceras, son provocados por la tensión excesiva.

El concepto de SAG de Selye(1982) no es aceptado universalmente. Algunos investigadores combaten su creencia en la respuesta general no específica, sugiriendo su lugar que determinados estímulos productores de estrés producen su perfil específico de cambio hormonal (Lazarus,1980). El trabajo de Manson (1968) y sus colegas indican, por ejemplo que no hay respuestas hormonales a todo estímulo.

1.3 Reacciones de tensión intrapsíquica

Siempre que nos encontramos bajo gran presión, el funcionamiento de nuestra mente se verá afectado en forma muy semejante a la de nuestro funcionamiento fisiológico. Durante la reacción de alarma, por ejemplo, es característico que se sienta el individuo tenso y alerta, ansioso y cansado. Al continuar la situación, puede uno empezar a sentirse sumamente ansioso, o experimentar vagos dolores y malestares que no parecen tener relación con algún daño físico corporal. Demasiada ansiedad puede hacer que disminuya nuestra capacidad de formular juicios sanos, lógicos y también nuestro rendimiento físico (McConnell, 1978).

Lo dicho anteriormente parece ser mucho muy importante para el bloque de países socialistas y sobre todo a la URSS, ellos han hecho uso de técnicas sofisticadas en medicina del deporte para preparar sus atletas en gran forma para competencias internacionales. Hoy están entre 250 a 300 entrenadores psicólogos que se especializan en la Unión Soviética en deportes de alto rendimiento cada año. Se han podido dar cuenta de algo tan natural como es la tensión y de sus graves consecuencias para el deterioro físico de sus atletas. Aproximadamente 20 son los psiquiatras y psicólogos clínicos quienes son designados de tiempo completo para un equipo o atleta individual, para preparar, entrenar, y bajar el tiempo record (Morgan, 1980).

Cuando notamos que empieza a deteriorarse nuestro desempeño, podemos empezar a culpar a otros de nuestros fracasos, y si estos fracasos continúan, podemos a un llegar a perder toda esperanza de ser capaces de manejar tal situación.

Esto lo podemos ver claramente en un estudio de Matic y McGuire (1985), quienes trabajaron el tabaquismo en los adolescentes. Ellos encontraron que los años de adolescencia es un periodo de indecisión, decisiones arriesgadas y experimentación. La transición de niñez a adulto puede, para algunos adolescentes, traer ansiedad, inseguridad, o conducta rebelde. Lotecka y Lassleben (1981), mostraron que el fumar, enfocado por los adolescentes como un medio importante para la realización de la estabilidad temporal y el control sobre los sentimientos de incomodidad, de nerviosismo, depresión y fastidio.

Muchos hombres y mujeres logran altos niveles de satisfacción en la vida, como los atletas socialistas mencionados anteriormente, arriesgándose y aceptando el cambio y navegando victoriosamente a través de las impredecibles acciones de la vida. Es precisamente en estas situaciones cuando nos atrevemos a intentar alguna nueva actividad de la que no estamos seguros, cuando nos resulta imposible salir adelante sin percibir los síntomas ya conocidos del estrés. Cuando solicitamos ser admitidos en una universidad no tenemos plena seguridad de que se nos aceptará; cuando empezamos un nuevo trabajo, no tenemos experiencia para desenvolvernos fácilmente; cuando nos abrimos a un hombre o mujer de cuyo interés por nosotros dudamos, estamos activamente -aunque no siempre conscientes- escogiendo una situación que nos llevará al estrés. Si no nos arriesgáramos de alguna manera, nunca avanzaríamos más allá de nuestros actuales niveles de logro y satisfacción.

Dejaríamos de madurar Papalia (1987). La clave para lograr el éxito parece encontrarse en la habilidad para sobreponerse al estrés, tanto aquel que nosotros activamente buscamos como al que nos impone el destino.

La mayoría de nosotros nos sobreponemos con éxito, la mayoría de las veces. Analizando las estrategias que emplean aquellos que se desenvuelven bien en situaciones de estrés, es posible mejorar nuestra habilidad para afrontarlo en lugar de ser derrotados por él. No existe la posibilidad de que podamos escapar del estrés a lo largo de toda la vida. Y en el caso de que pudieramos escapar, perderíamos más de lo que ganaríamos. Como los investigadores han señalado, todos nosotros necesitamos algún grado de estrés en nuestra vida... Lo que debemos hacer es encontrar el nivel idóneo para nosotros, y entonces desarrollar formas de afrontar el estrés que engrandezcan nuestra vida en lugar de limitarla.

1.4 Reacciones de tensión ante el medio ambiente

Para muchos investigadores interesados sobre el problema de la tensión o estrés, consideran que no depende totalmente de lo que ocurre, sino de nuestra manera de percibirlo, entonces la manera en que sentimos depende en gran medida de la manera como pensamos sobre los acontecimientos que nos suceden. Richard S. Lazarus (1980) Holroyd y Lazarus, (1982), ve el estrés como el resultado de una transacción entre persona y ambiente. La manera en que la gente evalúa o construye su relación con el ambiente es una actividad cognitiva o del pensamiento. Estos pensamientos influyen en el modo en que uno se siente. De la misma forma, las emociones afectan al modo como las personas perciben el mundo que les rodea. Así pues, la emoción (sentimiento) sigue a la cognición (pensamiento) y viceversa (Papalia 1987).

La clave, dice Lazarus, está en las transacciones que tienen lugar entre el individuo y su ambiente. La manera de sentir, pensar y actuar es producto de una mutua relación entre el individuo y los acontecimientos. Todas nuestras experiencias -buenas o malas- son filtradas a través de nuestra personalidad peculiar, nuestra historia y nuestra perspectiva de la vida. En definitiva, somos nosotros quienes determinamos cuál de estas experiencias será constructiva y cual será degradante, lo hacemos en parte, por la manera como actuamos para construir nuestra propia vida y, en parte, por el modo de reaccionar frente a la forma que va adquiriendo nuestra vida.

Una Puffalada psicológica en la espalda , dada por nuestro ambiente social puede de hecho matar al individuo casi con la misma rapidez que una navaja de resorte enterrada entre las costillas. El fisiólogo Walter B. Cannon (1927), llevó a cabo un estudio de la muerte por vudú. En muchas culturas primitivas, el doctor brujo posee, en oponión de los miembros de esa cultura, poderes mágicos o vudú para matar o para curar a las gentes de su tribu. Si alguien de su aldea lo irrita, puede hacer caer sobre esa persona un conjuro, usualmente apuntándole con un hueso o con una varita mágica, mientras murmura terribles maldiciones. Es decir hechizarlo. Como el resto de los habitantes de la aldea lo darán ya por muerto, el individuo así maldecido o hechizado puede retirarse a su choza, o vagar internándose solo en los bosques, para ocultar su verguenza. Si la creencia de este individuo en los poderes del médico brujo es bastante grande, ese individuo, sea hombre o mujer, puede llegar realmente a morir uno o dos días después de que se haya lanzado tal maldición o hechizo. Cannon, quien al principio era sumamente escéptico de los rumores que había oído sobre tales cosas, fue al Africa a investigarlas. Pudo confirmar la autenticidad de cuandomenos 30 "Muertes por vudú" Creyó Cannon (incorrectamente) que esas personas morían por ataques al corazón, acarreados por la sobreestimulación del sistema nervioso simpático.

"El murio de miedo" "Ella murió con el corazón destruido" " No le digas eso, le provocarias un infarto". Estas frases escuchadas corrientemente, a menudo tachadas de exageradas y supersticiosas,

parecen tener hoy validez científica, ya que los investigadores médicos han descubierto cada vez más vínculos entre el estrés y la enfermedad. Numerosos gastroenterólogos, por ejemplo, vienen diciendo desde hace tiempo a sus enfermos de úlcera: "No es lo que come lo que lo pone enfermo, es lo que lo está comiendo a usted.". La tensión emocional en el hogar agrava los síntomas de niños diabéticos, a veces llevándoles al borde de la muerte Baker y Barcei (1968). Algunas investigaciones hechas por el Psiquiatra Gary Small (1988), nos dice que, Alumnos, trabajadores bajo rutina, los empleos monótonos vienen siendo las más frecuentes víctimas. La Enfermedad Epidémica Psicogenética (EPI) ataca a gran número de personas y de pronto se recuperan pronto, no existiendo bases Químicas Biológicas que puedan ser de explicación para esos incidentes. Por ejemplo, una de cada mil escuelas en los Estados Unidos, tienen un (EPI) cada año, calculos de Small(1988). En un típico caso, fueron víctimas varios niños de nauseas, falta de respiración y dolores abdominales durante un concierto por un grupo coral. Seis niños fueron hospitalizados por varias horas. En otra escuela. Reportes de Small, en una graduación de 6o grado, finalizando su año escolar y último de aquellos estudiantes; terminó bruscamente el programa, cuando 34 niños se sintieron mareados y se desmayaron. En ambos casos los niños fueron "experimentadores del estrés, pero fue en esas situaciones que no les fue permitido ejecutar una reacción emocional superior a la aclamación". Explicaciones de Small (1988) en lugar de síntomas físicos eso se desarrolla rápidamente como viruelas locas.

Reconstruyendo la relación suficientemente razonada y probada entre algunas formas de estrés y ciertas enfermedades, dos psiquiatras observaron cuidadosamente los acontecimientos vitales que habían precedido a la enfermedad entre 5000 pacientes hospitalizados Holmes y Rahe (1976). Encontraron fuerte evidencia de que cuantos más cambios hubiera en la vida de una persona, mayor propensión a la enfermedad habría al cabo de uno o dos años. Se encontró relación entre cambios de vida y frecuencia o predisposición a ataques cardíacos, accidentes, tuberculosis, leucemia, esclerosis múltiple, diabetes, enfermedades mentales y todo tipo de síntomas médicos menores.

Sorprendentemente, algunos de los acontecimientos estresantes que los pacientes comunicaron parecían en principio positivos, como casarse, tener un nuevo hijo, una nueva casa, la promoción en el trabajo o un éxito personal importante. Incluso acontecimientos felices requieren ajustes para el cambio que suponen; el cambio induce al estrés y hay gente que reacciona al estrés enfermando. Basándose en la valoración de la gente sobre la cantidad de adaptación que varios acontecimientos de la vida requerían, los investigadores asignaron valores numéricos a dichos acontecimientos (vease cuadro N 1). Al rededor de la mitad de la gente que puntuó entre 150 y 300 unidades de cambio de vida (UCV) enfermaron al cabo de un solo año, lo mismo que el 70 por 100 de los que pasaron de 300 UCV.

CUADRO N. 1

INCIDENTES DE LA VIDA Y VALOR QUE SE LE CONCEDE

INCIDENTE	VALOR	INCIDENTE	VALOR
MUERTE DEL CONYUGE	100	ABANDONO DEL HOGAR	29
DIVORCIO	73	PROBLEMAS CON LA LEY	29
SEPARACION MATRIMONIAL	65	LOGRO PERSONAL IMPORTANTE	28
PERIODO DE PRISION	63	LA ESPOSA EMPIEZA A TRABAJAR O DEJA DE TRABAJAR	28
FALLECIMIENTO DE UN FAM. CERCANO	63	COMIENZO O FINAL DEL PERIODO DE ESCOLARIZACION	26
LESION O ENFERMEDAD PERSONAL	53	REVISION DE HABITOS	24
DESPIDO DEL TRABAJO	47	PROBLEMAS CON EL JEFE	23
RECONCILIACION MATRIMONIAL	45	CAMBIO DE HORARIO DE TRABAJO	20
CAM. EN LA SALUD DE UN MIBRO.DE LA FAM.	44	CAMBIO DE RESIDENCIA	20
EMBARAZO	40	CAMBIO DE ESCUELA	20
PROBLEMAS SEXUALES	39	CAMBIO EN EL TIEMPO LIBRE	19
APARICION DE UN NUEVO MIBRO.DE LA FAM.	39	CAMBIO EN LA ACTIVIDAD SOCIAL	18
CAMBIO DEL EDO.FINANCIERO	38	CAMBIO EN LOS HAB. DE DORMIR	16
FALLECIMIENTO DE UN AMIGO INTIMO	37	CAMBIO EN EL NUMERO DE REUNIONES FAMILIARES	16
CAMBIO DE TRABAJO	36	VACACIONES	15
DISCICIONES CON EL CONYUGE	35		
FINALIZACION PARA PAG. UNA HIPOTECA	30		
CAMB. DE RESPONSABILIDAD EN EL TRAJO.	29	VIOLACIONES MENORES A LA LEY	13

Lazarus (1981) ejemplifica la importancia que tiene la vida diaria mediante la historia de un hombre que acaba de enterarse de que su hermano, que vivía lejos, ha fallecido. Mientras ese individuo puede estar muy afligido por la muerte de su hermano, este apenas afecta a su vida diaria. En cambio, si el socio de un hombre de negocios muriera, no sólo le echaría de menos, sino, que tendría que enfrentarse con muchos problemas causados por la desaparición de aquél. Para Lazarus(1981) enfermar es más probable en el caso de la muerte del socio que en la del hermano.

No, podemos, sin embargo, concluir que las contrariedades causan estrés, el hecho de que dos variables muestren una correlación, no significa que necesariamente una cause la otra. Es posible, por ejemplo, que las personas con peor salud física y mental se tomen los contratiempos más a pecho y se aflijan más gravemente por ello que las personas más sanas. También es posible que la poca salud cause por sí misma algunas de estas contrariedades - hace a la persona olvidadiza, grosera o discutidora-. Sin embargo, parece existir una fuerte relación entre el mal humor habitual y la poca salud. Los esfuerzos de algunos investigadores para evaluar los efectos de la capacidad de control que tenemos sobre el ambiente y el grado con que se puede predecir lo que ocurrirá, han dado un resultado que corrobora la creencia de Lazarus de que sentirse sin control y "a oscuras" incrementa la vulnerabilidad frente al estrés.

Podemos confeccionar una larga lista de elementos estresantes que afectan la manera en que nos enfrentamos con diversas tareas, y se ha comprobado que nos afectan más negativamente cuando no

podemos controlarlos ni predecir cuando aparecen Cohen(1980).

Estos eventos estresantes son, entre otros, ruidos, multitudes, electroshocks, discriminaciones arbitrarias, tensiones burucráticas e incremento de demanda de tareas.

Estudios han descubierto que el estrés incontrolable e impredecible también interfiere en las tendencias humanitarias de la gente. Sujetos de laboratorio a quienes se había expuesto a estrés, sin que pudieran predecir ni hacer nada al respecto, eran menos sencibles que los demás. Según los resultados, es menos probable que ayuden a un extraño a buscar las lentillas que ha perdido; es más probable que administren una pequeña descarga eléctrica a otro individuo y menos probable que reconozcan las diferencias individuales entre las personas (Sherrod,1974).

Cuando una persona siente que no puede hacer nada para cambiar su aspecto del ambiente o predecir un acontecimiento futuro, pierde la voluntad de intentar cambiar otros aspectos del ambiente. Al sentir que nada de lo que hace importa, el resultado final es un encogimiento de hombros y un "¿Por qué intentarlo?". Esto produce como resultado una pobre ejecución tanto en nivel cognitivo como emocional. Puede conducir a la depresión a casos graves, y a la muerte.

Un fuerte apoyo a la teoría de la idenfesión aprendida es el hácho de que aquellas personas que viven bajo condiciones que no tienen control -estudiantes universitarios en residencias superiores muy pobladas, residentes pobres de viviendas muy densamente habitadas y alumnos de escuelas primarias que van a escuelas situadas en áreas ruidosas, como en las cercanias de

aeropuertos-, muestran signos de indefensión (Cohen, 1980).

Para ejemplificar lo anterior imaginemos a dos hombres triunfadores, ambos en la cincuentena: Bumi, director técnico de una fábrica de cerveza, es un hombre impaciente e inquieto, cuya vida diaria se caracteriza por ser como una carrera contra reloj, un continuo esfuerzo para hacer dos o más cosas al mismo tiempo siempre que sea posible; un bajo punto de aceptación de frustraciones tales como, aviones con retraso, colas en bancos y teatros, embotellamientos de tráfico y una agotadora entrega total a su trabajo. Tiene poco tiempo para su familia y ninguno para sus aficiones, amigos o actividades sociales.

Jorge, presidente de un banco, es hombre relajado y paciente que habla despacio; que se toma tiempo para todo, para hacer ejercicio y para sus aficiones, como imprimir libros, escuchar música de cualquier tipo, coleccionar libros antiguos e ir al teatro. Invierte tiempo en sus amistades íntimas, así como su relación con su mujer y sus tres hijos.

Las probabilidades de Bumi de padecer una dolencia cardíaca son dobles que las de Jorge (Rosenman y Chesney, 1982) ¿Por qué? Porque Bumi actúa mediante un "patrón de comportamiento tipo A", mientras que Jorge es "tipo B".

Friedman y Rosenman (1974) mantienen que casi nunca sobre viene una enfermedad coronaria antes de los 70 años de edad en las personas de tipo B, aunque fumen, hagan grandes comidas y no realicen ejercicio. En cambio, las personas con un patrón de comportamiento tipo A son propensas a enfermedades coronarias a los 30 o 40 años.

Parece que estos patrones de conducta tienen su raíz en la infancia (Matthews y Siegel, 1983) y parecen estar más determinados por el ambiente que por los genes. Los niños observan el modo en que actúan los adultos que los rodean, aprendiendo tanto la conducta agresiva y competitiva como otras conductas más relajadas (Rosenman y Chesney, 1982). Algunos datos que apoyan la Etiología ambiental provienen del hecho de que el comportamiento tipo A es más común en sociedades industriales.

La gente de tipo A prefiere trabajar sólo en situaciones tensas (Dembroski y Mac Dougall, 1978), posiblemente porque se sienten con más control, no les distraen los demás y desean evitar la posibilidad de fracasar ante quienes les rodean. Pero esta preferencia en trabajar solitaria en condiciones de estrés puede comportar un estrés todavía mayor. Estos autores recomiendan que las personas de tipo A aprendan a trabajar junto a otros de modo que aumente el apoyo entre colegas sin que ello tenga que producir al mismo tiempo conflictos interpersonales o competitividad.

El individuo debe tomar sus propias decisiones. ¿Vale la pena que la carrera por el éxito nos mate con un ataque cardíaco prematuro?. Algunos piensan que sí. Sin embargo, Friedman y Rosenman, (1974) señalan que muchos del tipo B son también triunfadores y que los del tipo A pueden modificar su conducta con buenos resultados. Pueden combinar los esfuerzos cognitivos para cambiar su manera de pensar, junto a modificaciones fisiológicas para aprender nuevas formas de relajarse y la modificación de sus hábitos conductuales para reducir el número de citas previstas o a

la cantidad de trabajo llevado a casa. Puede, por ejemplo, permitirse aumentar el tiempo en su horario diario, levantándose unos minutos antes, no contestando el teléfono a ciertas horas y no dedicando más tiempo a su trabajo del estrictamente necesario. Pueden combatir "El vertigo de la velocidad", forzándose a ellos mismos, cuando aceleran para pasar un semáforo en ambar, a castigarce girando a la derecha en el siguiente cruce y dar vuelta a la manzana. O bien pueden acudir a un sentido común para desarrollar ingeniosos métodos para "ir más despacio".

2 PRINCIPALES FACTORES QUE AFECTAN LA CAPACIDAD DE CONCENTRACION

2.1 Importancia de la concentración

Constantemente estamos sometidos a una dosis de información y ello resulta especialmente patente hoy en día, ya que nuestra sociedad tecnológica nos bombardea con multitud de mensajes, y nos exige habilidades complejas que demandan el máximo de nuestras capacidades cognitivas. El hecho que podamos adaptarnos a un entorno complejo entendiéndolo y manipulándolo adecuadamente es posible a nuestras capacidades atencionales que nos permiten dirigir nuestros recursos mentales sobre algún aspecto del entorno y prescindir de otros o bien, repartir dichos recursos de un modo óptimo entre dos o más tareas. (De Vega Manuel, 1986).

En realidad el término atención engloba un conjunto de fenómenos diversos. Aquí vamos a destacar de acuerdo con Posner y Boies (1971) tres tipos de la atención: a) la atención como mecanismo de selección de información, b) la atención como mecanismo de capacidad limitada, c) la atención como mecanismo de alerta.

La atención nos permite sincronizar nuestros procesos mentales con una ficción de inputs que recibimos a cada instante. En este sentido la atención actúa como un mecanismo de selección o filtro. Por ejemplo, el lector puede situar el foco de su atención en la lectura de una cierta página, en cuyo caso procesará el significado del texto; pero puede desplazar el foco de su atención alternativamente hacia los ruidos ambientales o hacia sus propias sensaciones corporales, o incluso puede dirigir su atención hacia el recuerdo de un determinado hecho, etc. Los mecanismos de atención permiten seleccionar una fracción relevante de todos los mensajes ocurrentes y procesarla intensamente,

recibirá un procesamiento mínimo o nulo. La atención es por tanto, un mecanismo de control activo que permite al procesador una toma de posición ante los inputs. De este modo el procesador humano no es un mero receptor pasivo de información, sino que gracias a su atención seleccionada y decide a cada instante que aspectos del entorno son relevantes y requieren una elevación cognitiva.

Además del carácter selectivo, hay una segunda característica importante de la atención: se trata de un mecanismo de capacidad limitada. Esto resulta obvio en nuestra experiencia cotidiana. Si intentamos realizar simultáneamente dos tareas relativamente complejas, por ejemplo, la lectura de este proyecto y escuchar el noticiero radiofónico, probablemente encontraremos serias dificultades. Naturalmente podemos emplear una estrategia bastante eficaz consistente en cambiar el foco de nuestra atención alternativamente de uno a otro mensaje, de modo que escucharemos algunos fragmentos del mensaje radiofónico intercalados con la lectura. Si ambos mensajes son sencillos, el resultado será una comprensión aceptable de ellos.

Sin embargo, el hecho de que nos interesa destacar es que no podemos procesar el significado de dos mensajes verbales simultáneamente aunque queramos hacerlo. En general, no podemos realizar eficazmente dos tareas complejas al mismo tiempo, y cuando lo hacemos nuestros recursos atencionales limitados deben distribuirse entre ellas, produciéndose interferencias y bajo rendimiento.

En tercer lugar la atención se puede concebir como un mecanismo de defensa endógeno de alerta. La alerta es una disposición general del organismo para procesar información. Para comprender

la importancia del estado de alerta en el procesamiento de estímulos basta comparar las diferencias dramáticas en capacidad de procesamiento que existen entre un sujeto dormido y a un sujeto despierto. El sujeto en estado de vigilia es capaz de responder a gran variedad de mensajes y ejecutar multitud de tareas que requieren habilidades mientras que un sujeto con un nivel bajo de alerta (dormido) presenta una conducta desorganizada y poco eficaz o bien no responde en absoluto. Los estados de alerta se caracterizan por fluctuar considerablemente, presentando oscilaciones rápidas (alerta física) o lenta (alerta tónica).

Las primeras investigaciones sobre la atención, se basaron generalmente con experimentos con mensajes dicotómicos (Cherry, 1953; Broadbent, 1958) los sujetos recibían simultáneamente dos mensajes verbales (uno en cada oído) y el experimentador tomaba ciertas medidas para que el sujeto atendiese a uno sólo de los mensajes. Los resultados habituales en estos experimentos muestran un recuerdo del mensaje atendido, y una ausencia total de memorización del mensaje no atendido.

Apartir de 1958 y durante toda la década siguiente se constituyeron modelos atencionales basados en la idea de mecanismos selectores que dieron respuestas variadas a muchas cuestiones. Hoy los modelos de filtro están siendo sustituidos por otras concepciones teóricas; sin embargo, merece la pena intentar un esbozo sistemático de aquellos trabajos iniciales, cuyo valor es importante tanto para la simplicidad y elegancia de los modelos como para la enorme cantidad de investigación empírica relevante que han producido.

2.2 Influencia del Medio Ambiente en la Concentración

En general, cuando las condiciones ambientales impiden una gran diversidad de metas y actividades personalmente importantes, por ejemplo cuando se vive en un dormitorio ruidoso que dificulta estudiar, dormir y manejar la propia privacidad, en pocas palabras concentrarnos, entonces el medio se convierte en una fuente de estrés. El estrés surge cuando hay desequilibrio entre las demandas ambientales y nuestra capacidad para enfrentarnos a ellas (Perlman y Cozby, 1985).

El medio afecta la conducta y la salud en dos formas principales: proporciona a la gente oportunidades y le impone restricciones. Los residentes de la ciudad de México disfrutaban del fácil acceso en numerosas actividades culturales y de diversión, aun cuando experimentan alta concentración de población, congestión y ruido. La mayoría de las situaciones comprenden una combinación de oportunidades y restricciones ambientales. Es probable que una respuesta individual y a un caso particular dependa del número relativo y de la importancia de las oportunidades que ésta proporciona y de las restricciones que impone.

Algunos estudios como los que a continuación vamos a citar han demostrado la importancia de los factores cognitivos y psicológicos que median en las restricciones de la gente a las múltiples causas de tensión ambiental. En una serie de experimentos de laboratorio, Glass y Singer (1972) expusieron a individuos a intervalos fijos o al azar ruidos de alta intensidad

(108 desiveles) mientras trabajaban en una serie de tareas. Después de 25 minutos, los participantes se trasladaron a un cuarto silencioso donde se les pidió que completaran una tarea de corrección de pruebas y una serie de difíciles rompecabezas. Los que habían estado expuestos a ruidos al azar, impredecibles, mostraron más errores en la corrección de pruebas y menos persistencia en la tarea de rompecabezas; por otra parte los que habían oído ruidos a intervalos fijos predecibles. Y entre los participantes en la condición de ruido al azar, a quienes se les había dicho que podían apretar un botón para terminar con el ruido (pero se les pidió que se abstuvieran de usar el botón si era posible) cometieron menos errores en la corrección de pruebas y desplegaron mayor persistencia en la tarea de rompecabezas que las personas a las que no se les dio la opción de terminar con el ruido. Los estudios de Glass y Singer (1972) demostraron que aunque los individuos, sean capaces de adaptarse (conductual y fisiológicamente) a ruidos de alta intensidad en corto tiempo, con frecuencia muestran efectos secundarios al estrés, en particular cuando el ruido es impredecible e incontrolable.

Sherrod (1934) encontró que en condiciones de alta concentración de gente, los individuos que estaban conscientes de poder dejar en cualquier momento un cuarto lleno de personas mostraron menos efectos negativos en una tarea después de haber salido del cuarto lleno de personas (es decir persistían más en la tarea) que los que estaban instruidos en no dejar el cuarto durante la sesión experimental.

126505

Carlyle, (1988) del departamento de psicología aplicada de la Universidad de Gales, ha estudiado los efectos del lenguaje inoportuno en la lectura (éste se entiende como todo aquel estímulo ambiental que distrae la atención). Él tenía la hipótesis que los efectos del lenguaje en la lectura serían diferentes de los producidos en la memoria. Para investigar esta posibilidad utilizó métodos mediante los cuales se producía lenguaje de diferentes tipos al tiempo que una persona corregía errores de ortografía y gramática en un texto. En un experimento típico, un voluntario pasaba 15 minutos tratando de descubrir errores que deliberadamente y cuidadosamente habían introducido en un texto. Entonces se contaba el número de errores que era capaz de detectar bajo diversas condiciones de sonido ambiental.

Estos estudios llevan a la conclusión de que el significado del lenguaje es lo que afecta la lectura en la corrección de textos. La memoria a corto plazo, por el contrario se ve afectada por propiedades de tipo lingüístico de señales acústicas. Parece que existen, por lo tanto, dos efectos separados, uno en la lectura y otro en la memoria.

En otros estudios, Buam y Valins (1977) encontraron más probabilidades de que los ocupantes de dormitorios diseñados con corredores se quejaran del paso de mucha gente y la interacción forzada, que los residentes de dormitorios diseñados como swits, presumiblemente debido a que el primer diseño les proporcionó menos protección al contacto social indeseado. Además los residentes de dormitorios diseñados con corredores establecieron

mayor distancia interpersonal entre ellos mismos y los extraños en laboratorios; mostraron mayor competencia en las tareas experimentales e hicieron unas visitas al centro de salud estudiantil para servicios de consejo , que los dormitorios diseñados como swits.

Los estudios de viajeros de tren y de automovil proporcionan mayores evidencias que la controlabilidad ambiental juega un papel importante en la producción de reducciones de tensión.

Luldberg (1976) encontró tasas mayores dentro de aglomeraciones de gente y más altos niveles de adrenalina entre los viajeros de tren en un día que había más pasajeros que en otro cuando el tren estaba ocupado por menos gente, presumiblemente debido a que las condiciones de alta concentración de gente reducian los sentimientos de control de los viajeros sobre el medio.

2.3 Influencia de lo psíquico en la concentración

Es evidente que para poder realizar alguna actividad es necesario que nuestro estado emocional se encuentre en equilibrio, ya que de no ser así tendríamos bastantes dificultades, sobre todo para poder obtener una buena concentración. El individuo se encuentra constantemente con factores físicos, como mentales que afectan su capacidad de concentración producida por diversas causas.

Entre ellos podemos mencionar algunos trastornos mentales producidos por la vida tan acelerada de nuestra sociedad, por malestares físicos que se han vuelto "complejos" producto de la misma. Lo que podemos aportar, como estudiantes de esta Universidad, y como una observación nuestra y vivida también por nosotros, es que, durante los fines de trimestre, es cuando padecemos un desequilibrio psíquico por las presiones de exámenes, trabajos, elección de nuevos grupos, problemas de cupo y de altas y bajas. Durante este periodo cometemos muchos errores por que nosotros lo atribuimos a la pérdida de la atención, causado por la infinidad de pensamientos que se nos atraviesan por nuestra mente. Para poder confirmar lo dicho por nosotros, nos remitiremos a un estudio realizado por el psicólogo de Florida, Charles Spilberger (1979), él ha encontrado que es en la gran mayoría de estudiantes normales donde la ansiedad marca la diferencia.

Generalmente viendo las energías del estudiante mientras realiza una prueba y distrayendo su atención hacia actividades autodestructivas como la preocupación y la autocrítica. Acelerados

por la ansiedad, tiene problemas de concentración, a menudo no siguen adecuadamente las instrucciones y desperdician o malinterpretan pistas informativas obvias. Un grave problema de los estudiantes porque sus mentes se llenan de pensamientos inquietantes. Si pudiéramos leer la mente de un estudiante universitario en el momento de realizar un examen más o menos es esto lo que pensaría. Probablemente voy a suspender este examen. Apuesto que todos los de la clase lo van a hacer mejor que yo. Excepto quizá los supertontos. Miralos: todos los demás parece como si supieran las respuestas: ¿Qué es lo que no funciona en mí? ¿Qué hago en esta clase? ¿Qué estoy haciendo en la universidad? No puedo hacer este trabajo. Soy un idiota. Cuando salgan mis notas, todos van a saberlo. Mi familia me matará, mi novia se disgustará y me dará vergüenza mirar a alguien a la cara. Tendré que dejar la escuela ¿Qué haré entonces? Bueno, siempre puedo conducir un taxi. No todos han de ir a la universidad. Uh,oh.... Me está dando uno de esos dolores de cabeza otra vez. Esto es seguro una señal de que estoy nervioso. Más vale que me calme o nunca aprobaré este examen.

Quizá muchos de nosotros nos identificamos con este tipo de pensamientos y que son producto de la excesiva ansiedad.

Los estudiantes ansiosos son, ante un examen, sus peores enemigos. En otros casos, también. Existe evidencia de que tienen escaso hábito de estudio, no emplean adecuadamente el material y no distribuyen el tiempo de forma eficaz; pueden no saber cómo obtener ayuda y apoyo de compañeros, amigos y de los profesores,

acaso ignoran las estrategias adecuadas para hacer bien un examen, repasar mentalmente las reglas de resolución del problema, desarrollo preguntas de prueba, ect. (Meichebaum y Butler, 1978).

Por otra parte nos hemos podido percatar de que los profesores, también en la UAMI, son presa de la ansiedad en los días finales de trimestre, por presiones de la coordinación, entregar calificaciones y trabajos extra fuera de la universidad. Por lo regular se les nota muy agotados y de muy mal humor, a esto se le define como el agotamiento, "Síndrome de cansancio emocional despersonalización y reducción de la motivación de logro personal". Es probable que desarrolle actitudes negativas y que se insensibilice ante los problemas, hacia las personas que requieren su ayuda, así como que aparezcan sentimientos de culpa por no ser capaz de solventar todos sus problemas.

Normalmente es difícil prever con exactitud cuándo se va a producir el agotamiento porque generalmente se trata de una respuesta al estrés crónico más que el agudo. Los síntomas aumentan, empeoran, se amontonan: fatiga, insomnio, dolores de cabeza, resfriados persistentes, problemas digestivos, abuso de alcohol y/o drogas, y problemas de sociabilidad. El profesional, o sólo profesores, se sienten aburridos de su trabajo y pueden renunciar a él de repente, se aleja de la familia y de los amigos a veces hasta se hunde en una depresión incluso con intentos de suicidio según Briley (1980). Nuestro cuerpo, con todas las predisposiciones heredadas que posee, afecta la manera como

respondemos al estrés (Kobasa, 1982). De acuerdo con Selye (1956), la enfermedad que provoca estrés afecta al órgano más débil del sistema. Así pues, mientras una persona sufre ataques asmáticos por el estrés, otra desarrolla úlceras de estómago y una tercera sufre un ataque cardíaco. Sin embargo, una cuarta puede tener tales reservas de fortaleza física que el estrés no afecta a su salud. En la actualidad encontramos algunos medios para poder lograr una buena relajación y por consiguiente gran concentración.

Por ejemplo, la biorretroalimentación, la meditación y otras técnicas de relajamiento se han hecho muy populares en el tratamiento de personas con insomnio, jaquecas, hipertensión arterial y otros problemas relacionados con la tensión (Heide, 1986). Aunque no son técnicas 100 % seguras como lo indica Heide (1986) según él, una gran cantidad de informes sugieren que, efectivamente, algunas personas se sienten más ansiosas o tensas cuando tratan de relajarse. Sus síntomas incluyen intranquilidad, mucha transpiración, temblores y respiración agitada.

3. SITUACIONES DE AMENAZA

De acuerdo a nuestro tema de investigación, es importante mencionar investigaciones que pretenden dar una explicación de algunos tipos de amenaza, ya que en nuestro experimento realizamos algún tipo de amenaza, y es de vital importancia remarcar el tipo de amenaza que se dió. Para esto nos remitiremos a un estudio realizado por:

Aronson y Carlsmít (1963-1964), en una situación de amenaza de castigo: cuanto más débil fuera ésta, más debería convencer a áquellos que dejan de cometer una acción bajo el efecto de amenaza, ya que tal acción no es de efectos deseables.

Para una persona a la que se lleva a abandonar bajo el efecto de una amenaza de castigo la ejecución de un acto que le agrada, desear hacer este acto y temer no hacerlo son dos nociones disonantes. La amenaza es un castigo grave que conduce por sí mismo a nociones altamente consonante con el abandono de la acción, una persona abandona la realización de una acción que le gusta bajo el efecto de una amenaza ligera, y en consecuencia debe buscar justificaciones suplementarios de haberse abstenido. Un método de justificación consiste en convencerse de que el acto que le gusta no es deseable. Por lo tanto, en una persona llevada a abandonar bajo amenaza una acción deseada, la tendencia a despreciar la acción sería tanto más fuerte cuanto más ligera sea la amenaza (Aronson y Carlsmít, 1974).

En un experimento con niños de cuatro años. Se lleva a cabo en 2 fases. En la primera fase, se familiarizan con el experimentador y con 5 juguetes. Mediante la adaptación del método de comparación por parejas, cada niño establece un orden de preferencia entre los 5 juguetes.

Una vez establecida esta clasificación, el experimentador tomaba cada vez el juguete clasificado en segundo lugar y lo ponía en una mesa, mientras los otros juguetes seguían en el suelo.

Con el pretexto de hacer un concurso, el experimentador decía entonces al niño de turno que podía jugar con todos los juguetes que quedaban en el suelo, indicándoles uno a uno, pero que se prohibía jugar con el juguete que estaba encima de la mesa. En este punto se introducían las variables independientes, a la mitad de los niños, el experimentador les decía solamente que se enfadaria mucho si jugaban con el juguete prohibido; para la otra mitad añadía que en caso de desobediencia se llevaría todos los juguetes, y que no volvería más y consideraría al niño como un niño pequeñito. En realidad con un intervalo de un mes y medio, todos los niños participaban en las dos condiciones experimentales, y mientras la mitad comenzaba por la situación de amenaza fuerte, el resto lo hacía por la situación de amenaza débil.

Durante la ausencia del experimentador, se observaba el comportamiento de los niños a través de una cámara de Gesell; ninguno de ellos tomó el juguete prohibido. La media de la variable dependiente se obtendría mediante una nueva valoración de los juguetes, con la ayuda de la comparación por pares. Se había

predicho que una amenaza ligera conducía a una depresión más fuerte que una amenaza severa. Los resultados muestran que así es, ya que 8 de los 25 niños atribuyeron un rango menos alto al juguete prohibido después de una amenaza ligera, mientras que ni un niño le atribuyó un rango menos elevado después de una amenaza severa. (Aronson y Carlsmitt, 1974).

Según Brehm (1962), dice que cuanto menor es la amenaza por emprender una conducta discrepante mayor será el intento del S. de apoyar su comportamiento mediante otros subterfugios, incluido el cambio actitudinal. El empleo dos niveles de amenaza proporcionada por un miembro de una fraternidad para hacer que los Ss. que eran nocivos de la fraternidad, copiaron una serie de números al azar. En la condición de baja amenaza se advirtió al novicio que recibiría una paliza si rehusaba cooperar, mientras que en la condición de alta amenaza fue invitado a comparecer ante un tribunal de la fraternidad y, posiblemente, el fallo sería su expulsión de la misma.

A continuación el S. emprendía la tarea y, una vez completada, se medía la actitud. El S. de la condición de alta amenaza mostró una actitud menos favorable hacia la tarea que el S. de la condición de baja amenaza.

La cantidad de tensión que podemos tolerar depende también de la complejidad del sistema cognositivo. Las personas que tienen una vida bastante compleja y amenazante, en diversas actividades, pueden tolerar más tensión que los individuos que llevan una vida sencilla y sin complicaciones.

Un campesino analfabeto que trabaja en un cafetal en el interior del Brasil tiene relativamente pocos elementos en su estructura cognocitiva. Conoce pocos elementos en un área relativamente limitada, tanto geográfica como psicológica.

Este campesino, tiene sentimientos positivos hacia el capataz y ambos tienen también esos sentimientos hacia el cultivo de café. No obstante, el mercado mundial queda inundado de café y el gobierno brasileño carece de los fondos necesarios para comprar y almacenar los excedentes de este producto. El gobierno recomienda a los cafetaleros que se dediquen a otros cultivos, y el dueño del cafetal ordena que se siembren distintas plantas como experimento. Para el capataz, el café tiene ahora un valor negativo puesto que el dueño de la hacienda ya no obtiene beneficios de su cultivo. El sistema cognitivo del capataz es más complejo que el del campesino. Está mejor educado, tiene un círculo más amplio de amigos y conocidos, lee los periódicos y conoce otros medios de información y está mejor informado. Es posible que se muestre renuente a abandonar el cultivo del café, pues, al fin y al cabo eso es lo que ha hecho toda la vida y lo que su padre hizo antes que él y no sabe como se darán los nuevos cultivos ni los problemas que plantearán. Tal vez no este convencido de que el problema del café sea tan grave como el dueño piensa, pero acata las órdenes de probar nuevos cultivos. Naturalmente, está bastante preocupado por los problemas que entrañaran el cambio de cultivo, pero también piensa en otras cosas.

El sistema cognitivo del capataz sufre cierta tensión porque

126505

tiene sentimientos positivos por el dueño del cafetal y por el cultivo del café, pero el dueño tiene sentimientos **negativos** por **este** cultivo. Sin embargo como el sistema cognitivo **del capataz** es **múltiple** y complejo puede absorber una gran parte de **esa** tensión y transferirla.

El simple sistema cognitivo del campesino no le permite esto. Mientras que el capataz se siente un tanto amenazado por el inminente cambio de cultivo, el campesino siente que está en gran peligro. El cultivo del café es lo único que sabe hacer; es parte muy importante de su vida. No puede imaginarse dedicado a otra cosa. El capataz sabe que todas las operaciones agrícolas son similares, sea cual fuere el cultivo y sabe también que el campesino podrá cultivar soya, papas o algodón lo mismo que el café. Pero el campesino lo ignora.

Su sistema ha perdido el equilibrio. Así como antes tenía sentimientos positivos por el capataz y por el cultivo de café y el capataz también los tenía por este cultivo, el hecho de que el capataz haya empezado a probar otros cultivos es una prueba incontrovertible de que cambiará su modo de pensar sobre el café. Además, el dueño del cafetal ya lo ha hecho, lo cual indica que el capataz no tardará en imitarlo.

El sistema cognitivo del campesino es menos capaz que el del **capataz** de resistir el desequilibrio o la tensión. El no participa **psicológicamente** en las cosas que ocurren fuera de la **hacienda**. Sus oportunidades para distraerse son pocas y **socialmente** inaceptables; es decir, puede emborracharse el día de paga o pegar

a su mujer y a sus hijos. El alcohol le embotará de tal modo que ya no sentirá esa tensión, pero su efecto será temporal y tendrá problemas por haber gastado en beber el dinero que tanto necesita su familia. Al pegar a su mujer o a sus hijos disminuirá su tensión temporalmente, pues podrá transferir a ellos su enojo que ahora siente hacia el dueño de la hacienda y el capataz, hostilidad que no se atreve a expresar. Podría intentar restablecer el equilibrio amenazando al capataz o al dueño, pero con eso sólo conseguiría perder el trabajo y quizá lo meterían a la cárcel.

En resumen, su sistema cognitivo es demasiado simple para absorber la tensión y se ve obligado a vivir con ella, mientras que el capataz puede disipar gran parte de la suya. Frecuentemente las tensiones se agudizan tanto que las soluciones drásticas parecen las únicas que ofrecen una salida (Lindgren, C. H. 1986).

Como hemos visto en las dos investigaciones citadas anteriormente, el estudio de Berhm (1962), emplea dos niveles de amenaza, en nuestro experimento de acuerdo a esta clasificación, nosotros provocamos la condición de baja amenaza, ya que los Ss. aceptaron cooperar.

SUGUNDA PARTE

II METODOLOGIA

1 PROBLEMA DE LA INVESTIGACION

Tengamos presente que los problemas de tensión o stress, como Ud. quiera llamarlo, según nos lo indica Vázquez Solana J. (1986). Ocupan un lugar muy importante en nuestra vida diaria, es tema que actualmente esta de moda y que sobre todo afecta a los habitantes de las grandes ciudades como la nuestra. De uno u otra forma todos hemos experimentado lo que es la tensión y pocas veces nos hemos puesto a pensar ¿En qué nos afecta? ¿Por qué nos afecta? etc.

De esta manera estudiaremos el problema de la tensión psicológica ambiental en la concentración de una tarea; ya que la concentración es muy importante porque de ella dependerá el buen desempeño de cualquier actividad. En la actualidad cualquier tipo de trabajo sea este intelectual o físico requiere de una buena concentración para la calidad de lo que se haga y para el progreso de una empresa. En nuestra vida moderna todo lo que hacemos se nos esta midiendo, para presentar una solisitud de empleo necesitamos realizar una prueba, para ingresar a una escuela también, ¿Con el fin de qué? ¿De ponernos obstáculos? ¿Elegir los individuos adecuados? resolver estas preguntas no es nuestro problema, el problema es presentar una prueba que implique nuestro máximo desempeño y que por las situaciones de tensión que rodean a la prueba impiden lograr nuestras metas, en pocas palabras nuestro problema es ver si ¿La tensión ambiental disminuye la concentración en una tarea

2 Hipótesis

H₀ La tensión no disminuye la concentración en una tarea.

H₁ La tensión disminuye la concentración en una tarea.

3 Variables

3.1 Tipos

Variable Dependiente (V.D) Concentración

Variable Independiente (V.I) Tensión.

3.2 Definición

Concentración : (V.D) adoptamos la definición de Mierke (1966), la cual la define como la organización disciplinada de la atención por el yo con el fin de proyectar y realizar determinadas tareas. Otras definiciones que encontramos en nuestra revisión bibliográfica tocaban temas enfocados a otros problemas diferentes al que nos interesaba, como por ejemplo, la concentración explicada con elementos de la ciencia química o en la concentración para meditar, de tal forma esta definición se adaptó mejor a nuestra investigación.

Tensión : (V.I) ésta se entenderá como la define Kurt Lewin (1971). el cual; dice que la tensión es el resultado de la acción de dos fuerzas iguales y antagonicas. En donde el campo psicologico es la cede de conflictos y frustraciones que acumulandose pueden producir una descarga brusca, una conducta diferente de la que deberia producir los impulsos normales que no se contradicen. Esta definición es muy completa en la teoria de Campo de Lewin (1968) y la trabaja en el ambito medio ambiental como nosotros la queriamos, a diferencia de las otras definiciones que se referian más a lo intrapsiquico o lo fisico.

3.3 Operacionalización

Concentración: Se midió a través de una prueba de (transformación Gramatical) estructurada por Boddeley (1968), el cual es un test de razonamiento lógico que consta de 64 items los cuales se calificaran en una escala de tipo bipolar de "verdadero" o "falso" (correcto o incorrecto), el puntaje de mayor concentración será dado a aquellos Ss. que contesten correctamente la prueba. (Cfr. Instrumento).

Tensión: Esta se provocó a través de informarles a los Ss. que para realizar el experimento fue necesario inyectarles una sustancia que les provocó depresión y dolor. Encontrandose a la vista todo el material necesario para inyectarlos; en el mismo salón de experimentación estuvo un doctor (complice) el cual se presentó a los Ss.

El experimento empezó con 2 sujetos, uno de ellos (complice) y el otro S. genuino.

La existencia de la Tensión se comprobó al medirle la presión arterial a los dos sujetos

4 METODO

4.1 Sujetos

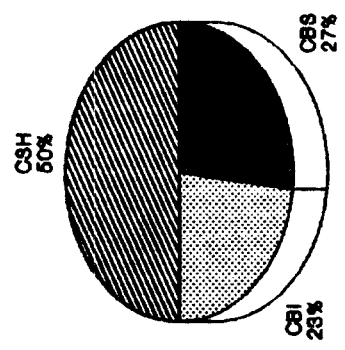
Se seleccionaron aleatoriamente a 60 Ss.. Los cuales fueron 50% mujeres y 50% hombres para ver si en un determinado momento la variable sexo influiría en nuestra investigación. Las edades de los Ss. fueron de 18 a 28 años porque necesitábamos personas universitarias y además para contestar la prueba se requirió de personas mayores de edad por la misma complejidad de la escala. Todos fueron estudiantes de la Universidad Autónoma Metropolitana Iztapalapa (UAMI) y pertenecientes a la clase media baja.

4.2 Instrumento

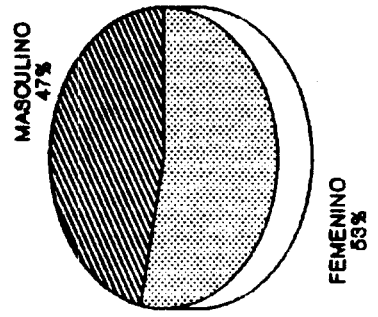
El instrumento para medir la concentración fue una prueba de inteligencia de transformación gramatical, la cual necesita de un alto grado de concentración para poderla resolver correctamente. En una gran variedad de situaciones es necesario contar con pruebas o tareas que arrojen un índice confiable del desempeño humano individual. Dentro de nuestra revisión bibliográfica escogimos esta prueba porque en ella encontramos cualidades como la de ser corta, económica y fácil de aplicar.

DISTRIBUCION DE LA MUESTRA

MUESTRA DE ALUMNOS POR DIVISION
BASE - 60



MUESTRA DE ALUMNOS POR SEXO
BASE - 60



Los trabajos de "verificación", donde los Ss. Únicamente deciden si una oración es verdadera o falsa con respecto a una referencia visual, como la que nosotros aplicaremos se remontan a los estudios de Wason (1961), y otros sobre la influencia que la estructura sintáctica tiene. Sobre el desempeño de los Ss. Miller y Mcken (1964) y Slobin (1966) señalan una notoria diferencia en cuanto a tiempos de procesamiento para oraciones afirmativas y negativas: el tiempo para procesamiento para oraciones negativas es consistentemente mayor que para las afirmativas.

Boddeley (1968) desarrolló, basado fundamentalmente en los estudios citados anteriormente, una prueba de 64 reactivos en donde se puede obtener una estimación rápida y confiable en la capacidad de procesamiento lógico "simple" en adultos.

Debido a que la mayoría de los test conocidos, requieren de un periodo, en ocasiones prolongado de tiempo, se provoca que el nivel de rendimiento de los Ss. vaya decreciendo, esto se debe al cansancio, y en otras ocasiones a la influencia que el medio ambiente ejerce sobre él, esto se manifiestan claramente en los test de ejecución motora, en casos específicos, como es la medición de coeficiente intelectual (C.I), lo más conveniente es que sea de corta duración, fácil aplicación, que sea válido y confiable.

Por el nivel de complejidad que presenta "medir" y cuantificar los datos obtenidos, ha sido necesario crear nuevas formas de evaluación en los test, y teniendo en consideración los requerimientos antes mencionados, Boddeley (1968) ha creado el "3 min. reasoning", es un test de razonamiento simple, en la comparación de varios niveles de complejidad sintáctica.

Validez

Sus resultados indican que la prueba es fácil de administrar y que el efecto de las sucesivas aplicaciones a los **mismos** sujetos no **aumenta** el rendimiento en forma significativa; esto **es**, se está **midiendo** un fenómeno estable. El supuesto de involucración "procesos mentales superiores" en esta prueba de transformación gramatical y el "British Army Verval Intelligence test", ($r=0.593$) ($p<0.05$).

Con el fin de validar el supuesto de que esta prueba involucra la participación de procesos mentales superiores, nos remitimos al estudio de E. Valenzuela; P. Vargas y F. Nazuno (1965). Mostrándonos que en sus resultados arrojaron gran consistencia, como veremos se realizó un experimento que fue preciso aplicarse a un primer grupo de Ss. ($n=97$) y fue aplicada únicamente la prueba de transformación gramatical. A un segundo grupo ($n=70$) se le aplicó la prueba de transformación gramatical junto con la prueba de Raven; (1962), de matrices progresivas y a un tercer grupo ($n=145$) le fue aplicada la prueba de transformación gramatical junto con una de razonamiento verbal.

El promedio de respuestas correctas de los Ss. del primer grupo fue de 22.72 con desviación standar de 8.86 ($\text{error}=0.8996$).

La correlación realizada con los puntajes de la prueba de transformación gramatical y la de Raven de matrices progresivas fue significativa con $r=+0.23$ ($p<0.05$).

La correlación realizada con los puntajes **obtenidos** de la aplicación de la prueba de transformación gramatical y la de razonamiento verbal fue significativa $r=0.42$ ($p<0.0005$).

Con el fin de verificar los supuestos de normalidad en la distribución de los datos obtenidos los puntajes de la prueba de razonamiento verbal y de la prueba de razonamiento de transformación gramatical fueron sometidos a simulaciones en computadora por los métodos de Montecarlo (et-al), dichos puntajes se ajustan bien al modelo de distribución normal.

4.3 Procedimiento

Para la selección de los Ss. se tuvo que recurrir a la coordinación de Servicios Escolares de la Universidad Autónoma Metropolitana (UAMI) para pedir las listas de todos los estudiantes que en ella están inscritos. Una vez constatadas las listas se sortearon al azar las matrículas de todos los estudiantes. Cuando tuvimos las matrículas y los nombres nos dirigimos a buscar a tales estudiantes, aunque no pudimos encontrar a todos, ya que algunos no se habían inscrito en ese trimestre, otros se encontraban en prácticas fuera de la UAMI y otros simplemente no los localizamos, se les informó personalmente lo siguiente. Somos estudiantes de la carrera de Psicología Social perteneciente a la UAMI y realizamos una investigación referente a las situaciones ambientales y que en nuestro sorteo habían sido elegidos para participar en dicha investigación. También se les dijo que no tenía ningún fin lucrativo, y que no se les iba a quitar mucho tiempo, ni tampoco se presentaba peligroso para su integridad física.

126505

Los que aceptaron se les pidió sus grupos en los cuales los podíamos localizar, así como su dirección y teléfono además les dimos la fecha del experimento para que 2 días antes les recordáramos.

Para la realización del experimento se utilizó un salón, que sirvió para el grupo control y para el grupo experimental, con el fin de que no hubiera ninguna variante, primeramente se hizo pasar al salón a 2 sujetos, uno de ellos complice del experimentador, se les asignó un lugar ya previsto anteriormente y se les pidió que esperaran un poco, mientras el médico les checo la presión arterial a ambos Ss. mientras se les daba a contestar la primera parte de la prueba de transformación gramatical, al terminar se les dieron las siguientes instrucciones.

Les agradecemos de antemano el haber aceptado participar en este experimento, el cual consiste en llevar el record de errores cometidos bajo el efecto de una pequeña dosis depresiva. Esta se aplicará con una inyección en la vena, para lo cual fue necesario pedir la participación de un médico, para que nos ayudara, se les indico a los Ss. experimentadores que se trataba de una pequeña dosis de sustancia depresiva, siendo sus efectos reducidos al mínimo, de tal forma su salud no corría ningún peligro, pero sin embargo posiblemente si les dolería. En el salón se dejó a la vista, jeringas, algodón, alcohol, mentiolate etc. con el fin de impresionar a los Ss. Se procedió a efectuar el experimento, primero se eligió al sujeto complice para inyectar la dosis, a éste se le condujo detrás de una cortina para que el otro S. sólo pudiera escuchar los gritos al aplicarle la inyección.

En ese momento fue cuando se le tomo la presión al S. experimentador para corroborar que efectivamente estaba en tensión. Finalmente se les dijo a ambos Ss. que eran las mismas instrucciones para que contestaran la segunda parte de la prueba de transformación gramatical. Ambas partes de la prueba eran contestadas con un límite de cuatro minutos.

Cuando terminaron de contestar la prueba se les dijo que eso era todo y nuevamente se les agradecio por su participación, conduciendo a ambos Ss. hasta la puerta.

PILOTEO DEL INSTRUMENTO

Con el objeto de probar el instrumento en México, se realizó un piloteo. Para éste, se tomó una muestra aleatoria de 43 Ss. pertenecientes a la (UAM-I). Esta muestra estuvo compuesta por 20 mujeres y 23 hombres con edades entre los 20 a 28 años de edad.

En primer lugar se procedió al análisis de c/u. de los ítems.

ITEM No 1

CLAVE : V

Índice de discriminación I.D = .35

Índice de dificultad DIF = .7209

Varianza del ítem $s_z^2 = .2012$

ITEM No 2

CLAVE : V

I.D = .07

DIF = .9767

$S^2 = .0227$

ITEM No 3

CLAVE : F

I.D = .07

DIF = .9767

$S^2 = .0227$

ITEM No 4

CLAVE : F

I.D = .21

DIF = .7674

$S^2 = .1784$

ITEM No 5

CLAVE : V

I.D = .21

DIF = .8372

$S^2 = .1362$

ITEM No 6

CLAVE : V

$$I.D = .28$$

$$DIF = .7674$$

$$S^2 = .1784$$

ITEM No 7

CLAVE : V

$$I.D = .28$$

$$DIF = .8837$$

$$S^2 = .1027$$

ITEM No 8

CLAVE : V

$$I.D = .07$$

$$DIF = .7674$$

$$S^2 = .1784$$

ITEM No 9

CLAVE : F

$$I.D = .28$$

$$DIF = .8604$$

$$S^2 = .1784$$

ITEM No 10

CLAVE : F

$$I.D = 0$$

$$DIF = .8372$$

$$S^2 = .1362$$

ITEM No 11

CLAVE : V

$$I.D = .5$$

$$DIF = .7441$$

$$S^2 = .1903$$

ITEM No 12

CLAVE : V

$$I.D = .5$$

$$DIF = .7441$$

$$S^2 = .1903$$

ITEM No 13

CLAVE : F

$$I.D = .14$$

$$DIF = .9302$$

$$S^2 = .0648$$

ITEM No 14

CLAVE : F

$$I.D = .21$$

$$DIF = .9069$$

$$S^2 = .0843$$

ITEM No 15

CLAVE : F

$$I.D = .14$$

$$DIF = .7906$$

$$S^2 = .1654$$

ITEM No 16

CLAVE: F

$$I.D = .57$$

$$DIF = .6511$$

$$S^2 = .2271$$

ITEM No 17

CLAVE :V

$$I.D = .28$$

$$DIF = .7674$$

$$S^2 = .1784$$

ITEM No. 18

CLAVE: F

$$I.D = .35$$

$$DIF = .7906$$

$$S^2 = .1654$$

ITEM No. 19

CLAVE: F

$$I.D = .21$$

$$DIF = .9069$$

$$S^2 = .0843$$

ITEM No. 20

CLAVE: V

$$I.D = .07$$

$$DIF = .9302$$

$$S^2 = .0648$$

ITEM No. 21

CLAVE: F

$$I.D = .14$$

$$DIF = .9302$$

²

$$S = .0648$$

ITEM No. 22

CLAVE: V

$$I.D = .28$$

$$DIF = .8837$$

²

$$S = .1027$$

ITEM No. 23

CLAVE: F

$$I.D = .14$$

$$DIF = .9534$$

²

$$S = .0443$$

ITEM No. 24

CLAVE: F

$$I.D = .28$$

$$DIF = .9302$$

²

$$S = .0648$$

ITEM No. 25

CLAVE: F

$$I.D = .28$$

$$DIF = .8837$$

²

$$S = .1027$$

ITEM No.26

CLAVE: V

I.D = .36

DIF = .8372

²
S = .1362

ITEM No.27

CLAVE: F

I.D = .28

DIF = .8604

²
S = .12

ITEM No. 28

CLAVE: V

I.D = .36

DIF = .7441

²
S = .1904

ITEM No. 29

CLAVE: F

I.D. = .28

DIF. = .8604

²
S = .12

ITEM No 30

CLAVE:F

I.D = .58

DIF = .7906

²
S = .1654

ITEM No 31

CLAVE : V

$$I.D = .43$$

$$DIF = .6744$$

$$S^2 = .2195$$

ITEM No 32

CLAVE : V

$$I.D = .36$$

$$DIF = .7906$$

$$S = .1684$$

ITEM No 33

CLAVE : F

$$I.D = .29$$

$$DIF = .8372$$

$$S^2 = .1362$$

ITEM No 34

CLAVE : F

$$I.D = .43$$

$$DIF = .6976$$

$$S^2 = .2109$$

ITEM No 35

CLAVE : V

$$I.D = .29$$

$$DIF = .9069$$

$$S^2 = .0843$$

ITEM No 36

CLAVE : F

$$I.D = .07$$

$$DIF = .8837$$

$$S^2 = .1027$$

ITEM No 37

CLAVE : F

$$I.D = .29$$

$$DIF = .7906$$

$$S^2 = .1654$$

ITEM No 38

CLAVE : V

$$I.D = .43$$

$$DIF = .7906$$

$$S^2 = .1654$$

ITEM No 39

CLAVE : V

$$I.D = .64$$

$$DIF = .8604$$

$$S^2 = .12$$

ITEM No 40

CLAVE : V

$$I.D = .29$$

$$DIF = .6976$$

$$S^2 = .2109$$

126505

ITEM No 41

CLAVE : F

I.D = .36

DIF = .8372

²
S = .1362

ITEM No 42

CLAVE : F

I.D = .21

DIF = .8604

²
S = .12

ITEM No 43

CLAVE : V

I.D = .21

DIF = .6744

²
S = .2195

ITEM No 44

CLAVE : F

I.D = .5

DIF = .7209

²
S = .2011

ITEM No 45

CLAVE : V

I.D = .57

DIF = .7441

²
S = .1903

ITEM No 46

CLAVE : F

$$I.D = .21$$

$$DIF = .8139$$

$$S^2 = .1514$$

ITEM No 47

CLAVE : V

$$I.D = .57$$

$$DIF = .69$$

$$S^2 = .2139$$

ITEM No 48

CLAVE : F

$$I.D = 0$$

$$DIF = .8372$$

$$S^2 = .1362$$

ITEM No 49

CLAVE : F

$$I.D = .5$$

$$DIF = .6511$$

$$S^2 = .2271$$

ITEM No 50

CLAVE : V

$$I.D = .29$$

$$DIF = .7906$$

$$S^2 = .1654$$

ITEM No. 51

CLAVE: F

$$I.D = .29$$

$$DIF = .8372$$

$$S^2 = .1364$$

ITEM No. 52

CLAVE: V

$$I.D. = .29$$

$$DIF = .9069$$

$$S^2 = .084$$

ITEM No. 53

CLAVE: V

$$I.D = 0$$

$$DIF = 7906$$

$$S^2 = .165$$

ITEM No. 54

CLAVE: V

$$I.D = .21$$

$$DIF = .6511$$

$$S^2 = .2271$$

ITEM No. 55

CLAVE: F

$$I.D = .07$$

$$DIF = .7674$$

$$S^2 = .1784$$

ITEM No. 56

CLAVE: V

$$I.D = .14$$

$$DIF = .8372$$

$$S^2 = .1362$$

ITEM No. 57

CLAVE: V

$$I.D = .43$$

$$DIF = .8139$$

$$S^2 = .1514$$

ITEM No. 58

CLAVE: V

$$I.D = .21$$

$$DIF = .6976$$

$$S^2 = .2104$$

ITEM No. 59

CLAVE: F

$$I.D = .36$$

$$DIF = .8372$$

$$S^2 = 1062$$

ITEM No. 60

CLAVE: V

$$I.D = .14$$

$$DIF = .9069$$

$$S^2 = .1773$$

ITEM No. 61

CLAVE: F

$$I.D = .29$$

$$DIF = .7674$$

$$S^2 = .1784$$

ITEM No. 62

CLAVE: F

$$I.D = .21$$

$$DIF = .8372$$

$$S^2 = .1362$$

ITEM No. 63

CLAVE: F

$$I.D = .43$$

$$DIF = .8372$$

$$S^2 = .1064$$

ITEM No. 64

CLAVE: F

$$I.D = .57$$

$$DIF = .7441$$

$$S^2 = .1904$$

PRUEBA DE CONFIABILIDAD

Para poder probar la confiabilidad del instrumento nos basamos en el piloteo, para dicha prueba utilizamos el Modelo Kuder-Richardson 20. Ya que ésta es utilizada cuando los ítems o variables tienen valores dicotómicos (correcto - incorrecto; falso-verdadero; etc.). Su fórmula es la siguiente:

$$KR = \frac{K}{K - 1} \left(1 - \frac{\sum pq}{Sr} \right)$$

$K = 64$ ítems

$\sum pq = 9.3315$

$Sr = 77.638724$

Sustituyendo los valores nos queda:

$$KR = \frac{64}{63} \left(1 - \frac{9.3315}{77.638724} \right) = .90$$

La confiabilidad se aproxima a uno, por lo tanto el instrumento es confiable.

Análisis Global y por Mitades de la Prueba

Índice de discriminación (I.D.)

I.D_r = .28 (Resultado Total)

I.D_{1a} = .26 (Resultado para la primera parte)

I.D_{2a} = .31 (Resultado para la segunda parte)

Los índices de discriminación están por debajo del 0.40 sugerido como mínimo, esto indica que los ítems no son discriminativos.

Grado de Dificultad (DIF)

$$DIFr = .81$$

$$DIF_{1a} = .83$$

$$DIF_{2a} = .79$$

Encontramos que generalmente el instrumento es facil de contestar tanto global como por mitades.

Varianza del item S

$$S_r = .15$$

$$S_{1a} = .13$$

$$S_{2a} = .16$$

Prueba de correlación de Pearson, este es un coeficiente que se utiliza para las escalas intervalares o de razón, dándonos como resultado:

$$r = \frac{N \sum XY - \sum X \sum Y}{(N \sum X - (\sum X)^2) (N \sum Y - (\sum Y)^2)} = .68$$

Podemos decir que la correlacion de la primera mitad y la segunda mitad de la prueba es aceptable.

Prueba de Spearman-Brown. En esta prueba se calculó la correlación entre las dos mitades, porque necesitabamos saber que la prueba fuera igual en las dos partes.

$$r_{sb} = \frac{2r}{1+r} = .81$$

Con este resultado podemos decir que las dos partes de la prueba son paralelas.

PRUEBA DE TRANSFORMACION GRAMATICAL

No Folio _____ V1 Edad _____ V2 Sexo _____ V3 Division _____ V4

Preced. Art. Antes _____ V5 Prec. Art. Desp. _____ V6

1. A no está antes de B - BA	"V"	"F"
2. A está antes de B - AB	"V"	"F"
3. A está después de B - AB	"V"	"F"
4. B no está después de A - AB	"V"	"F"
5. B está después de A - AB	"V"	"F"
6. B no está después de A - BA	"V"	"F"
7. B está antes de A - BA	"V"	"F"
8. A no está antes de B - BA	"V"	"F"
9. B está después de A - BA	"V"	"F"
10. A no está después de B - AB	"V"	"F"
11. B no está antes de A - AB	"V"	"F"
12. A no está antes de B - BA	"V"	"F"
13. A está antes de B - BA	"V"	"F"
14. B está antes de A - AB	"V"	"F"
15. A no está después de B - BA	"V"	"F"
16. B no está después de A - AB	"V"	"F"
17. B no está antes de A - AB	"V"	"F"
18. A no está antes de B - AB	"V"	"F"
19. A está después de B - AB	"V"	"F"
20. A está después de B - BA	"V"	"F"
21. A está después de B - AB	"V"	"F"
22. B está antes de A - BA	"V"	"F"
23. A está antes de B - BA	"V"	"F"
24. B está antes de A - AB	"V"	"F"
25. A no está antes de B - AB	"V"	"F"
26. B está antes de A - BA	"V"	"F"
27. B no está antes de A - BA	"V"	"F"
28. B está después de A - AB	"V"	"F"
29. B está antes de A - AB	"V"	"F"
30. B no está después de A - AB	"V"	"F"
31. A no está después de B - AB	"V"	"F"
32. B no está antes de A - AB	"V"	"F"

33. B no está antes de A - BA	"V"	"F"
34. B no está después de A - AB	"V"	"F"
35. A está antes de B - AB	"V"	"F"
36. B está después de A - BA	"V"	"F"
37. A no está antes de B - AB	"V"	"F"
38. B está después de A - AB	"V"	"F"
39. B está antes de A - BA	"V"	"F"
40. A no está antes de B - BA	"V"	"F"
41. A está antes de B - BA	"V"	"F"
42. A está antes de B - BA	"V"	"F"
43. A no está después de B - AB	"V"	"F"
44. B está después de A - BA	"V"	"F"
45. B no está después de A - BA	"V"	"F"
46. A está después de B - AB	"V"	"F"
47. B no está después de A - BA	"V"	"F"
48. A no está antes de B - -AB	"V"	"F"
49. A no está después de B - BA	"V"	"F"
50. A está después de B - BA	"V"	"F"
51. A no está después de B - BA	"V"	"F"
52. A está antes de B - AB	"V"	"F"
53. A no está antes de B - BA	"V"	"F"
54. B no está después de A - BA	"V"	"F"
55. B no está antes de A - BA	"V"	"F"
56. A está después de B - BA	"V"	"F"
57. A está después de B - BA	"V"	"F"
58. B no está antes de A - AB	"V"	"F"
59. A no está después de B - BA	"V"	"F"
60. B está después de A - AB	"V"	"F"
61. B no está antes de A - -BA	"V"	"F"
62. B está antes de A - AB	"V"	"F"
63. A está antes de B - BA	"V"	"F"
64. B está después de A -BA	"V"	"F"

CONTESTE TODOS LOS ITEMS
GRACIAS

5. Diseño de Investigación

Diseño de grupo de control pretest-postest

R	O ₁	X	O ₂
R	O ₃		O ₄

R = Selección de la muestra aleatoriamente

X = Tensión

O₁ = Grupo Experimental Pretest

O₂ = Grupo Experimental Posttest

O₃ = Grupo Control Pretest

O₄ = Grupo Control Posttest

6. Estadísticas

Para la realización del diseño antes mencionado se contrastaron los cuatro grupos a través de la prueba t asignándole un nivel de significancia ($p = 0.05$), quedando las cuatro hipótesis siguientes:

Para las medias del grupo pretest. (independientes) O₁ vs O₃

$$H_0 \quad \gamma_1 \neq \gamma_3$$

$$H_a \quad \gamma_1 = \gamma_3$$

Para las medias del grupo experimental. (apareados) O₁ vs O₂

$$H_0 \quad \gamma_1 = \gamma_2$$

$$H_a \quad \gamma_1 \neq \gamma_2$$

Para las medias del grupo control. (apareados) μ_3 vs μ_4

$$H_0 \quad \mu_3 = \mu_4$$

$$H_a \quad \mu_3 = \mu_4$$

Para las medias del grupo posttest. (independientes) μ_2 vs μ_4

$$H_0 \quad \mu_2 = \mu_4$$

$$H_a \quad \mu_2 = \mu_4$$

Donde:

H_0 = hipótesis nula

H_a = hipótesis alterna

μ_n = es la media del grupo n.

7 RESULTADOS

PUNTUACIONES EN LA PRUEBA DE TRANSFORMACION GRAMATICAL

<i>GRUPO EXPERIMENTAL</i>		<i>GRUPO CONTROL</i>	
SUJETOS	PUNTUACION	SUJETOS	PUNTUACION
1	96.88	1	100.00
2	96.88	2	98.44
3	95.31	3	96.88
4	95.31	4	95.31
5	95.31	5	93.75
6	93.75	6	93.75
7	93.75	7	93.75
8	93.75	8	93.75
9	93.75	9	90.63
10	92.19	10	90.63
11	92.19	11	90.63
12	85.94	12	89.06
13	84.38	13	89.06
14	82.81	14	87.50
15	81.25	15	85.94
16	81.25	16	85.94
17	78.13	17	85.94
18	75.00	18	82.81
19	73.44	19	82.81
20	71.88	20	82.81
21	71.88	21	81.25
22	71.88	22	78.13
23	67.19	23	70.31
24	62.50	24	68.75
25	62.50	25	64.06
26	59.38	26	57.81
27	50.00	27	56.25
28	39.06	28	54.69
29	37.50	29	54.69
30	12.50	30	51.56

MED=76.256
DEV. EST=20.661

MED=81.563
DEV. EST=14.689

*** ANALYSIS OF VARIANCE ***

TOTALF CALIFICACIONES
 BY V4 DIVISION CSH CBI CBS.

FUENTE DE VARIACION	SUM DE CUADRADOS	GL	CUADRADOS MEDIOS	F	SIGNIF DE F
EFECTOR PRINCIPALES	1371.328	2	685.664	2.209	.119
V4	1371.328	2	685.664	2.209	.119
EXPLICACION	1371.328	2	685.664	2.209	.119
RESIDUALES	17688.731	57	310.329		
TOTAL	19060.059	59	323.052		

60 Cases were processed.

0 Cases (.0 PCT) were missing.

126505

- - - - - O N E W A Y - - - - -

Group	Count	Mean	Standard Deviation	Standard Error	95 Pct Conf Int for Mean
Grp 1	30	80.8333	13.6088	2.4846	75.7517 To 85.9149
Grp 2	14	83.5938	15.1335	4.0446	74.8559 To 92.3316
Grp 3	16	71.1914	24.9542	6.2385	57.8943 To 84.4886
Total	60	78.9063	17.9736	2.3204	74.2632 To 83.5493

Group	Minimum	Maximum
Grp 1	50.0000	100.0000
Grp 2	54.6875	98.4375
Grp 3	12.5000	96.8750
Total	12.5000	100.0000

Tests for Homogeneity of Variances

Cochrans C = Max. Variance/Sum(Variiances) = .6005, P = .006 (Approx.)

Bartlett-Box F = 4.131, P = .016

Maximum Variance / Minimum Variance 3.362

Multiple Range Test

Duncan Procedure

Ranges for the .050 level -

2.83 2.98

The ranges above are table ranges.

The value actually compared with $\text{Mean}(J) - \text{Mean}(I)$ is..

$$12.4565 * \text{Range} * \text{Sqrt}(1/N(I) + 1/N(J))$$

No two groups are significantly different at the .050 level

Multiple Range Test

Scheffe Procedure

Ranges for the .050 level -

3.55 3.55

The ranges above are table ranges.

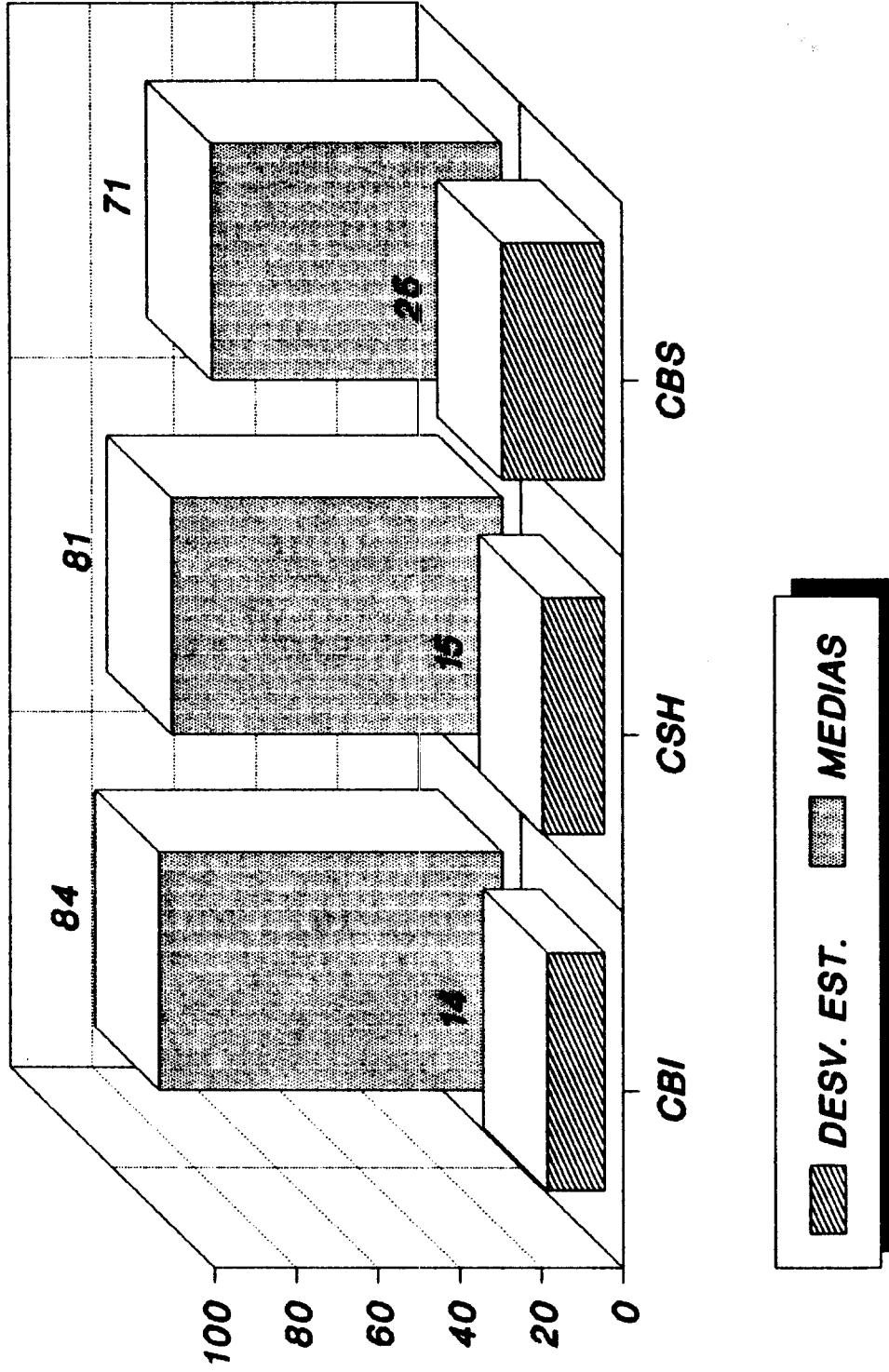
The value actually compared with $\text{Mean}(J) - \text{Mean}(I)$ is..

$$12.4565 * \text{Range} * \text{Sqrt}(1/N(I) + 1/N(J))$$

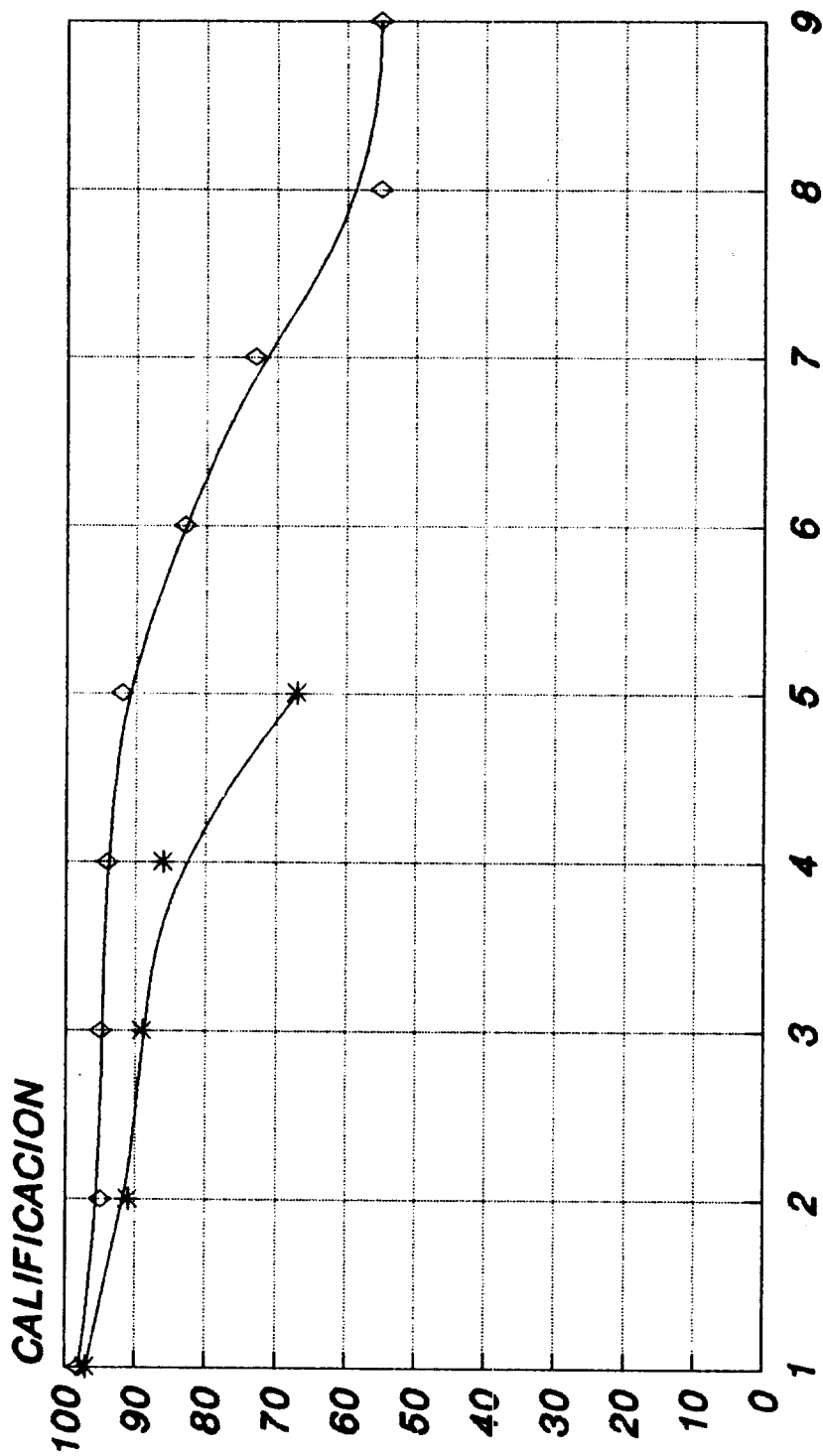
No two groups are significantly different at the .050 level

**COMPARACION DE MEDIAS POR DIVISION
(BASE = 60)**

CALIFICACIONES (DE 1 A 100)

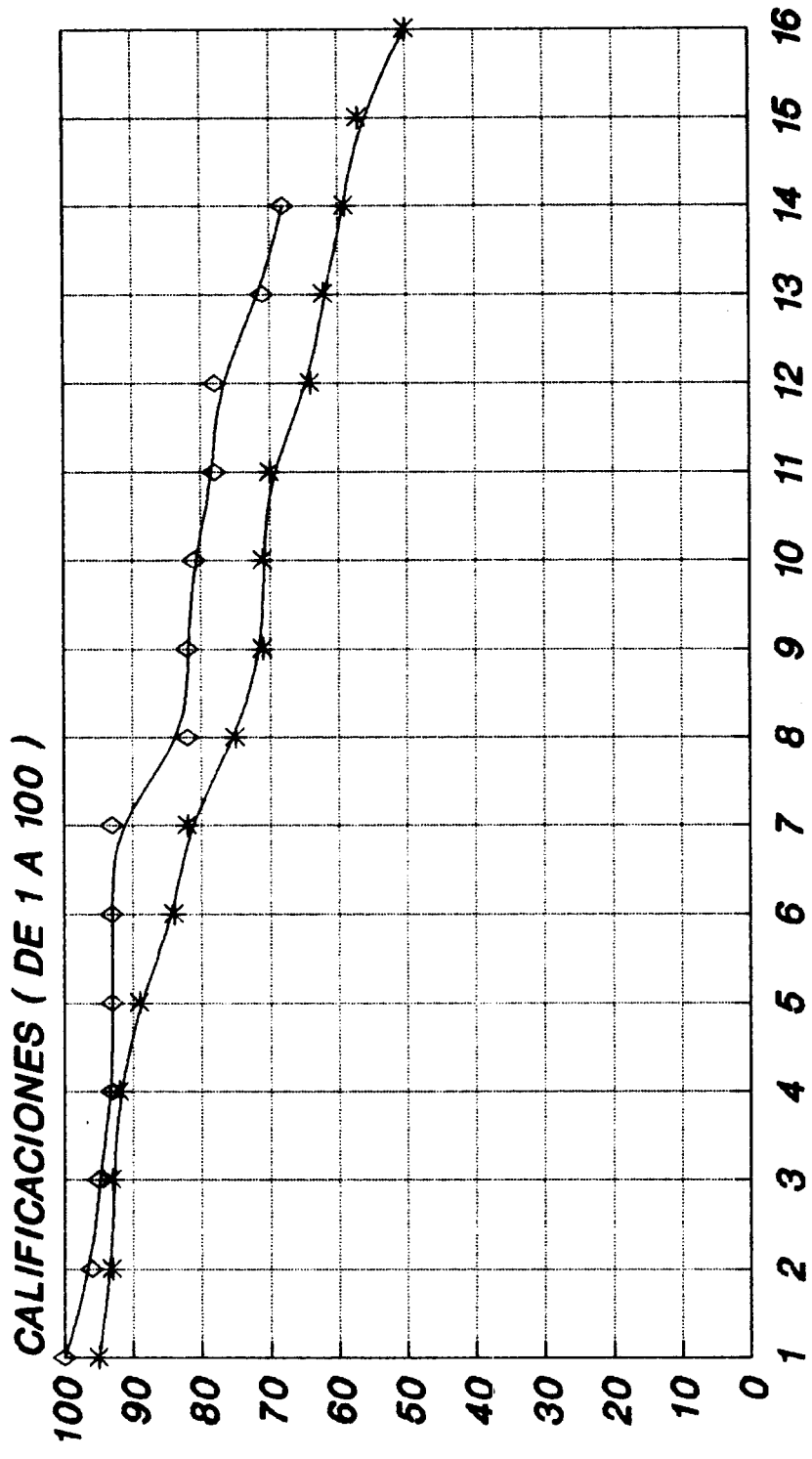


**CALIFICACIONES POR SEXO CBI
(BASE = 14)**



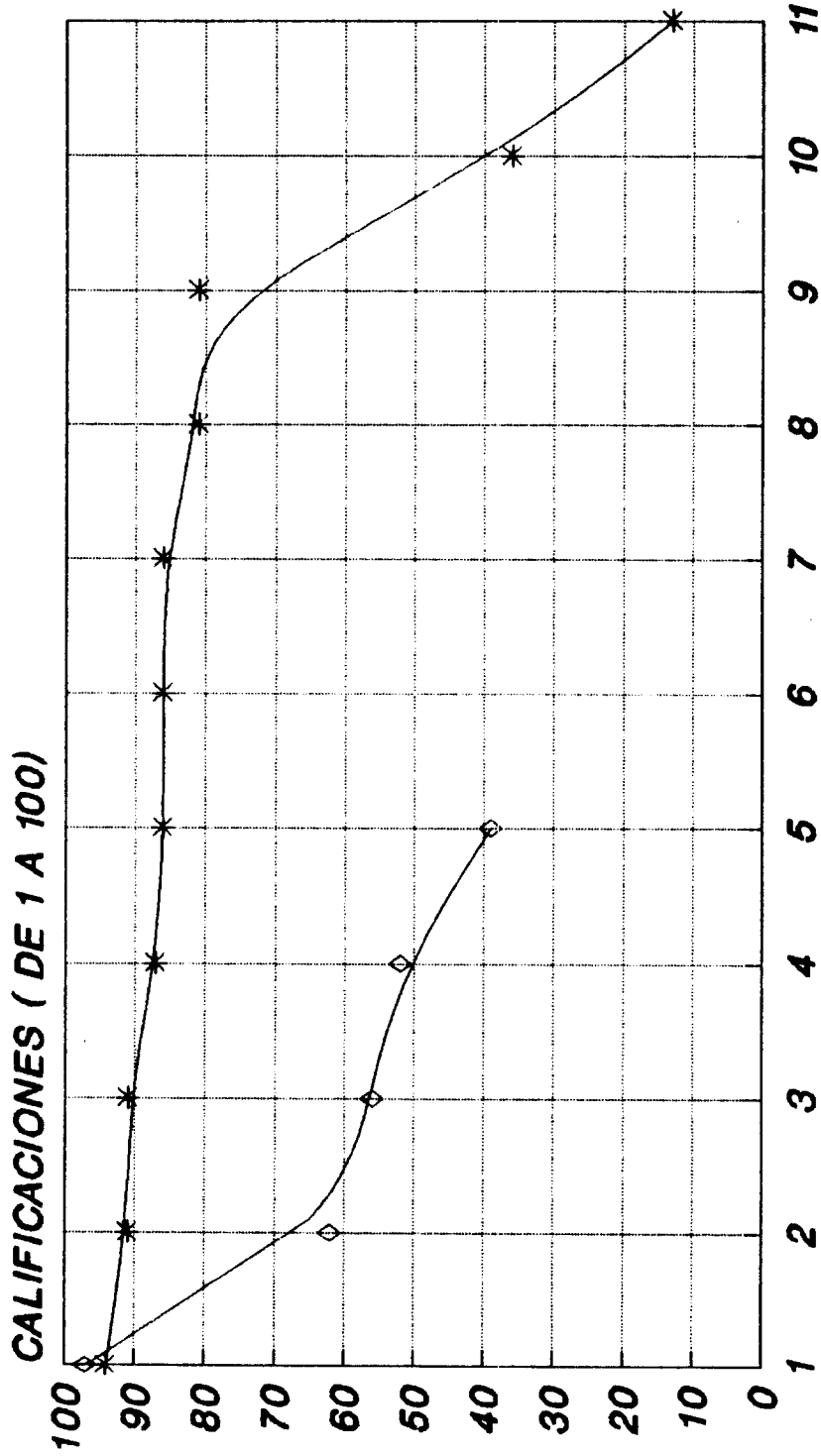
*** MUJERES ◇ HOMBRES**

CALIFICACIONES POR SEXO CSH (BASE = 30)



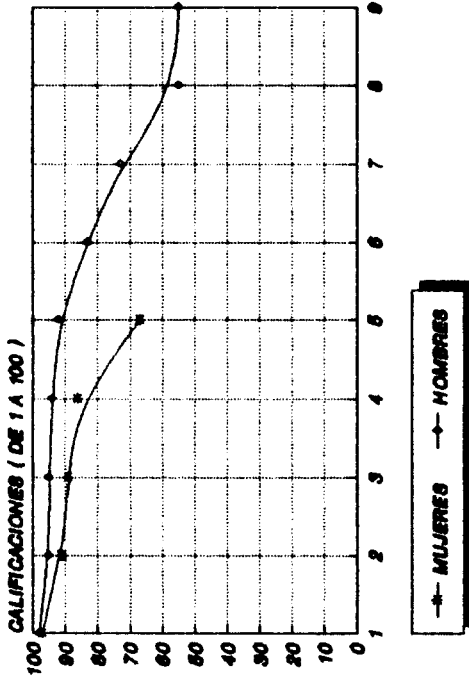
* MUJERES ◇ HOMBRES

**CALIFICACIONES POR SEXO CBS
(BASE - 16)**

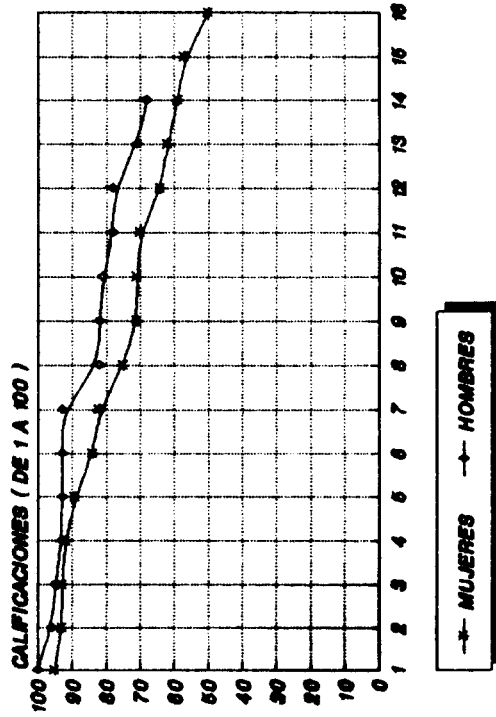


*** — MUJERES ◇ — HOMBRES**

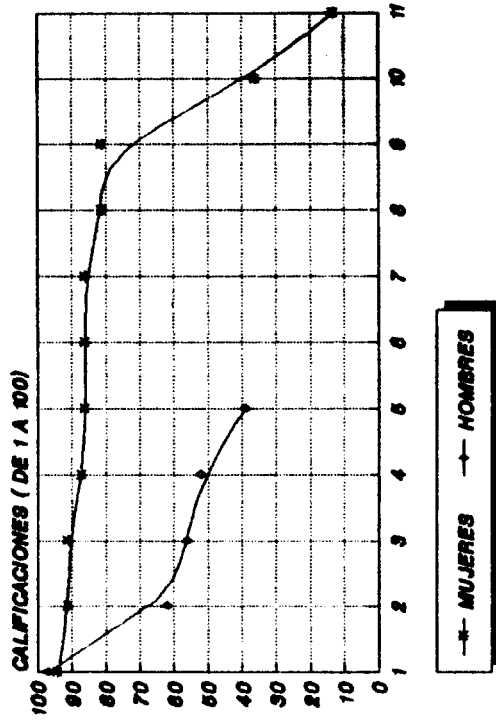
CALIFICACIONES POR SEXO CSH
(BASE - 14)



CALIFICACIONES POR SEXO CSH
(BASE - 30)



CALIFICACIONES POR SEXO CBS
(BASE - 10)



GRUPOS EXPERIMENTALES

Muestra apareada t-test: Pretest
Postest

Variable	Número de Casos	Media	Desviación Estandar	Error Estandar
PRETEST	30	32.3813	8.365	1.527
POSTEST	30	30.9688	9.416	1.719

(Diferencia) Media	Desv. Estandar	Error Estandar	:	Prob. : Corr. 2-Colas	Val. : t	Grados de Libertad	Prob. 2-Colas
1.4125	4.179	.763	:	.896	.000	: 1.85	29 .074

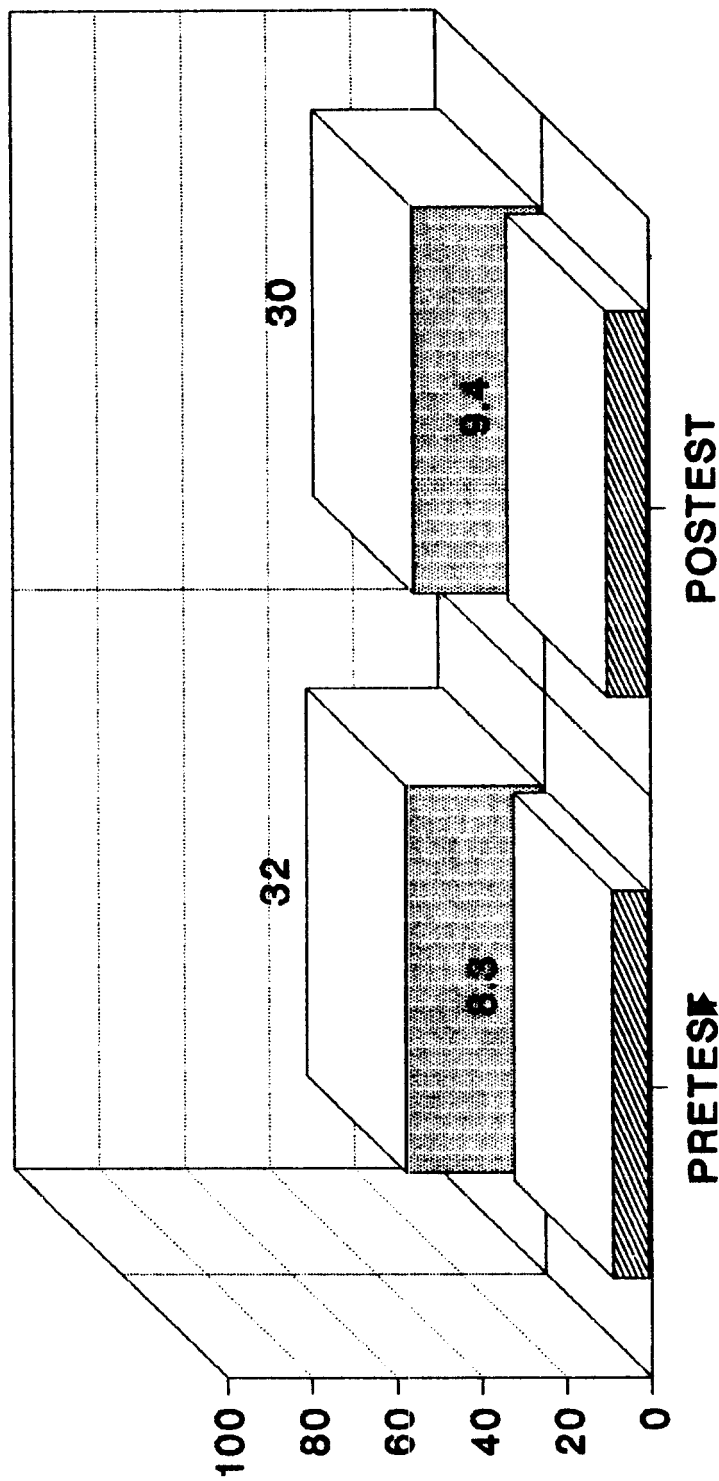
Como podemos ver en la tabla de resultados la $P = .074$ esto es mayor a $.05$ por lo cual aceptamos nuestra hipótesis nula.

Por lo tanto las medias son iguales.

En cuanto a la desviación estandar encontramos que en el postest hay mayor dispersión en las respuestas.

GRUPOS EXPERIMENTALES (BASE = 30)

CALIFICACIONES (DE 1 A 100)



GRUPOS CONTROL

pareas muestrales t-test: Pretest

Postest

Variable	Número de casos	Desviación media	Error Estandar	Error Estandar
PPETEST	30	32.7354	6.697	1.223
POSTEST	30	35.1958	6.300	1.150

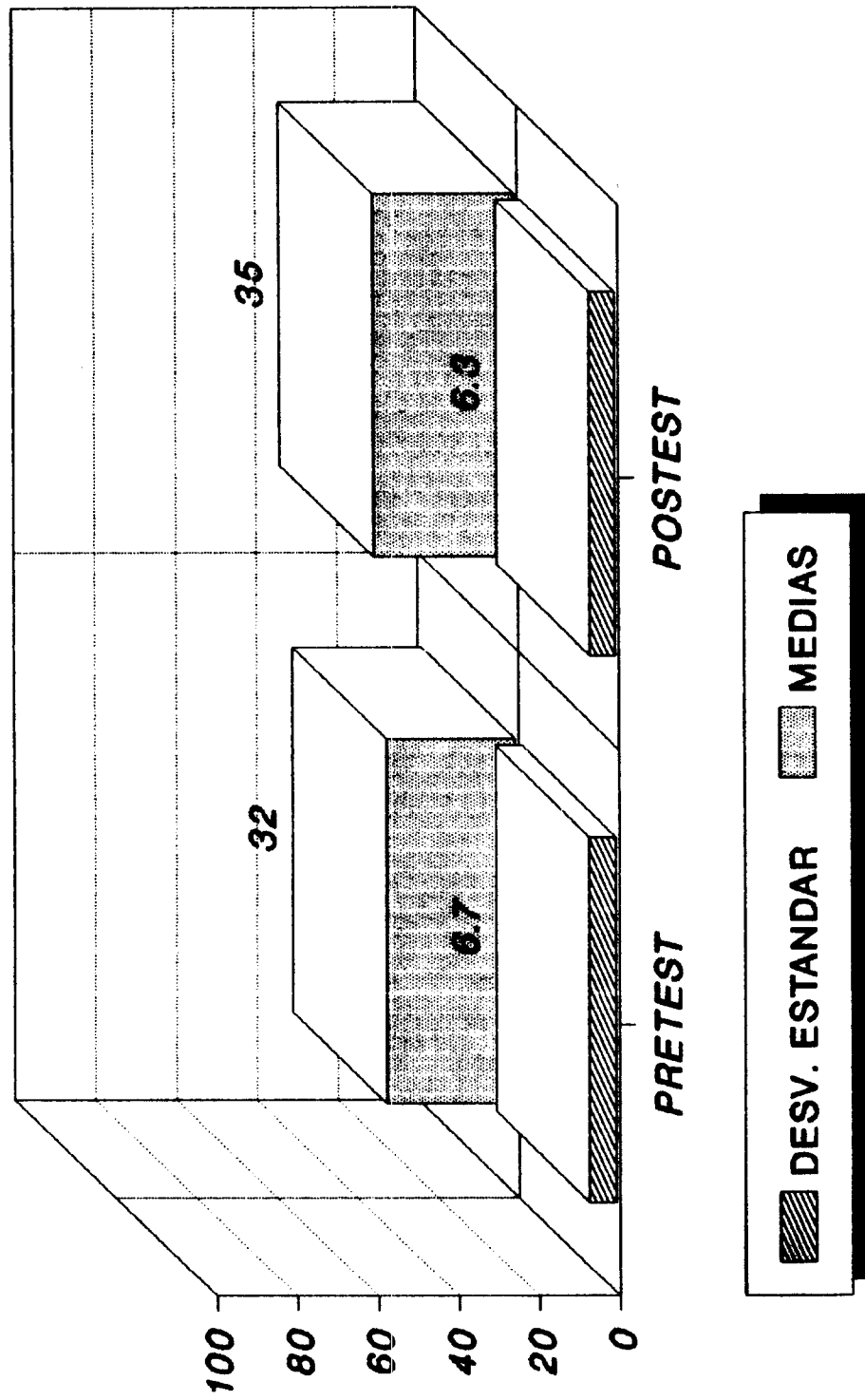
(Diferencia) Media	Desviación Estandar	Error Estandar	Prob. Corr. 2-colas	Valor t	Grados de Libertad	Prob. 2-colas
-2.4604	4.458	.814	.766	.000	-3.02	29 .005

El valor de $P = .005$ este es menor a $.05$ por lo que rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la alterna. En esta prueba sus medias son diferentes.

En cuanto al valor de la desviación estandar es más bajo a comparación del grupo experimental y además el grado de dispersión tanto en el pretest como en el postest son iguales. (VER CUADRO 3).

**GRUPOS CONTROL
(BASE = 30)**

CALIFICACIONES (DE 1 A 100)



GRUPOS PRETEST

Muestras independientes de V69 grupos

Grupo 1: V69 EQ 1 Grupo 2: V69 EQ 2

t-test Para: PRETEST

	Número de Casos	Media	Desviación Estandar	Error Estandar
PRETEST EXP.	30	32.38138	38.365	1.527
PRETEST CON.	30	32.73546	6.697	1.223

: Cálculo de Varian . Igual : Cálculo de Varian . Diferen.

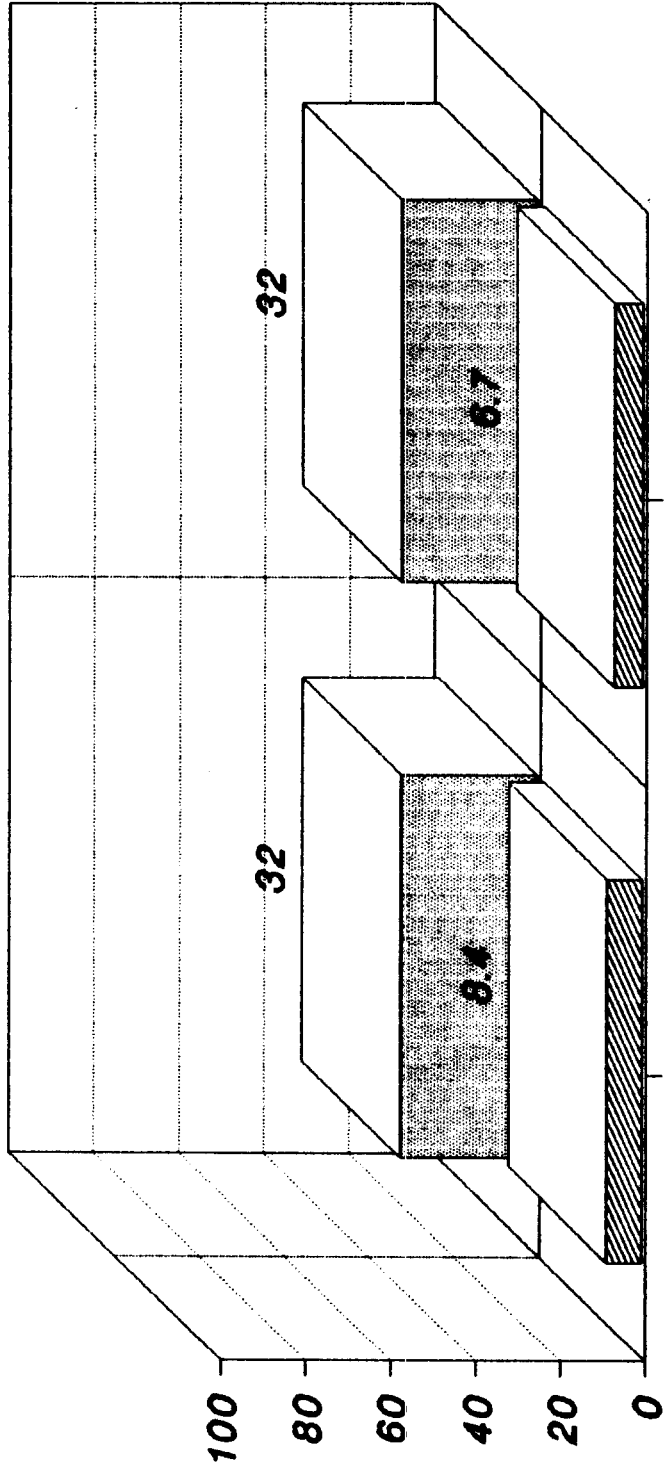
Valor Prob.:	Valor	Grados de	Prob.	:	Valor	Grados de	Prob.
f 2-colas:	t	Libertad	2-colas:	t	Libertad	2-colas	
1.56	.237	: -.18	58	.857	: -.18	55.35	.857

En estos resultados el valor de $P = .857$ por lo que es mayor a $.05$ aceptando así la hipótesis nula. Siendo así que sus medias sean iguales.

En cuanto a la desviación estandar nos muestra mayor dispersión en el grupo pretest experimental. (VER CUADRO 4).

GRUPOS PRETEST (BASE = 30)

CALIFICACIONES (DE 1 A 100)



PRETEST CON

PRETEST EXT



GRUPOS POSTEST

t-test Para: POSTEST

	Number of Cases	Mean	Standard Deviation	Standard Error
POSTEST EXP.	30	30.9688	9.416	1.719
POSTEST CON.	30	35.1958	6.300	1.150

: Cálculo de Varian. Igual. : Cálculo de Varian. Diferen.

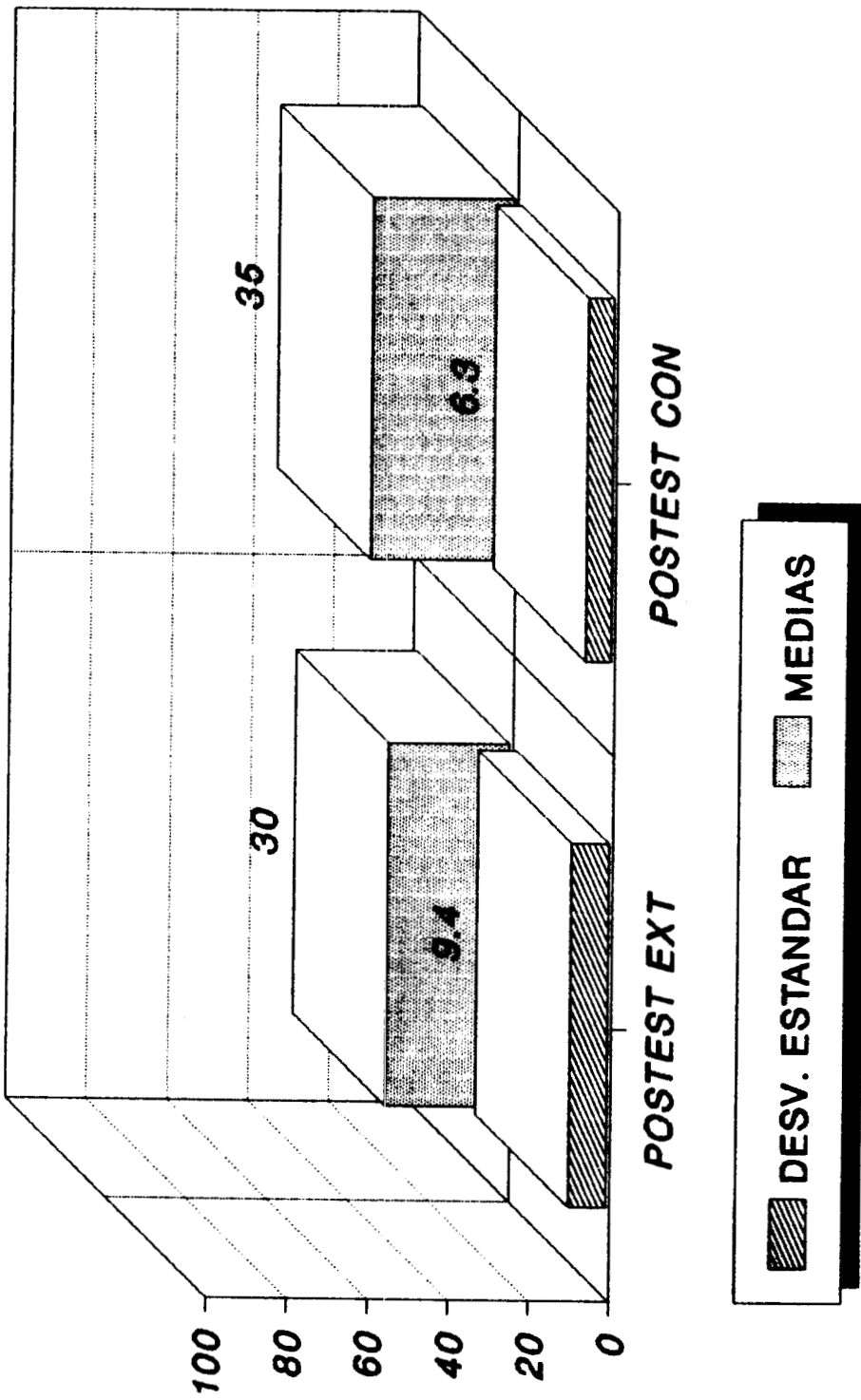
Valor Prob.:	Valor	Grados de	Prob.:	Valor	Grados de	Prob.
f 2-Colas:	t	Libertad	2-Colas:	t	Libertad	2-Colas
2.23	.034	: -2.04	58	.046	: -2.04	50.63
						.046

Por ultimo en esta prueba la $P = .046$ siendo menor a $.05$ aceptamos la hipótesis alterna por ser sus medias diferentes.

En cuanto a la desviación estandar nos confirma el mayor grado de dispersión en el grupo experimental que en el control. (VER CUADRO 5).

GRUPOS POSTEST (BASE = 30)

CALIFICACIONES (DE 1 A 100)



8 CONCLUSIONES Y DISCUSIONES

Como podemos percatarnos, en el grupo experimental, las puntuaciones se mostraron más bajas en comparación al grupo control; además el grupo experimental muestra una mayor dispersión en sus calificaciones indicada por su Desv. Est., lo cual nos hace pensar en una variable extraña que afectó a este grupo en comparación al grupo control; donde encontramos calificaciones más altas y menos dispersión.

En cuanto al análisis por división (CBI, CSH, CBS) comparamos sus medias a través de una prueba ANOVA y un ONEWAY dando como resultado que los tres grupos fueron iguales; no mostraron variación en sus medias; en cuanto a la prueba de homogeneidad de varianzas, ésta, no varió. Lo que podemos decir que por división durante el experimento los grupos se comportaron igual.

Para analizar estos grupos más ha fondo, comparamos hombres y mujeres por división.

En Ciencias Biológicas e Ingeniería puntuaron más alto los hombres que las mujeres.

En Ciencias Sociales y Humanidades puntuaron más alto los hombres que las mujeres.

En Ciencias Biológicas y de la Salud puntuaron más alto las mujeres que los hombres.

Estas calificaciones qué nos indican: Bueno en CBI como en CSH los hombres fueron afectados en menor intensidad por la tensión, en comparación con las mujeres como nos lo muestran las gráficas anteriores. Esto lo atribuyó principalmente a que el procedimiento que seguimos en nuestro experimento es más desconocido para estas dos divisiones y pudieron haberlo tomado

con mayor seriedad. Para las mujeres la tensión fue más intensa por esta razón su rendimiento disminuyó.

En CBS, tienen un amplio conocimiento de los procedimientos experimentales, sobre todo las mujeres, mientras que los hombres tienen un poco menos de estos conocimientos; por esta razón puntuaron más alto las mujeres.

Remarco que nuestra hipótesis propuesta de que $(O_1 > O_2)$ al parecer el efecto de someter a los Ss. a tensión no provocó la disminución ni el aumento de la concentración. Más bien parece indicarnos que el efecto de la tensión provoca que, cuando trata uno de concentrarse para resolver alguna tarea ésta se mantiene constante.

Por otra parte y viéndolo desde otro enfoque, la tensión Psicológica es un factor que provoca el bloqueo de nuestras acciones físicas, como mentales. De acuerdo a las etapas que Selye (1974) clasifica, si la tensión hubiera sido más intensa, ésta hubiera provocado la disminución de la concentración; que era como nosotros suponíamos. Resaltamos que según a Selye (1974), sólo llegamos en el experimento a la primera etapa de tensión. Por este motivo la tensión provocada mantuvo constante a la concentración.

En el grupo control encontramos fuertes diferencias significativas, podemos observar que en el grupo posttest aumentaron sus calificaciones. Aquí nos hace pensar que la ausencia de la variable tensión propicio un clima de más confianza y seguridad para que los Ss. contestaran mejor la prueba.

Podríamos decir que cuando estamos fuera de preocupaciones, situaciones amenazantes, todo aquello que nos provoque tensión, nos desarrollamos mejor y realizamos mejor las cosas.

Otra cosa que consideramos importante y que viene a apoyar el supuesto de que efectivamente pusimos en tensión a los Ss. experimentales son las desviaciones estándar.

En el grupo experimental su dispersión es mayor a el grupo control, de esta manera se demuestra la existencia de alguna variable que alteró más los resultados del grupo experimental; mientras que en el grupo control la dispersión igual tanto en el grupo pretest como en el posttest control el cual indica que fue igual la situación experimental. Conclusiones semejantes las podemos encontrar en McConnell (1978), Selye (1974).

9 Límites del Estudio

Uno de los límites a considerar es el de no haber encontrado durante la revisión bibliográfica el término de concentración obligandonos a recurrir al de atención, aunque de alguna manera estos dos términos están estrechamente relacionados, no dejamos de perder precisión.

Otra limitación del estudio es que durante el desarrollo del experimento otras variables como el estado anímico de los Ss. así como el de los dirigentes del experimento pudieron haber influido en los resultados por la presión de final de trimestre en la UAMI. También otro factor importante fue el ambiente de laboratorio creado artificialmente; éste es mucho mejor cuando es natural.

BIBLIOGRAFIA

Aranson & Carlsmitt (1963-64) Production system: Models of control structures. Visual information procession (pp 463-526). N.Y.: Academic press.

Baker. L., & Barcai, A (1968). personal interview With S. W. olds, Philadelphia. Pag. 104-110, December

Boddeley, A. D. (1968), Medical Research , Applied Psychology Research Unit. Cambridge, England, Psychon. Sci., 10(10).

Brehm (1962) Responsibility & dependemcy , Journal of Abnormal and social Psychology, 66. P 664-436

Briley (1980) Psicologia Cognitiva Trillas., México., p.23-28.

Broadbent. D. E. (1954): The role of auditory localization in attention and memory apan. Journal exp. psychol. 47, p 191-196.

Fuam & Valins (1977) Psicologia del Desarrollo Cognitivo ., uteha, México., 2ad ed., 1986 p. 23-28

Cannon, W. B. (1927). The James Lange theory of emotions : A examination & an alternative Theory. American journal of psychology, 39, 100-124.

Carlyle, Tomas (1968). Gaceta UNAM, Junio 2, 2302, p.14,15.

Carpenter A. Patricia (et.al) (1990) What One Intelligence Test Measures: A Theoretical Account of the Processing in the Raven Progressive Matrices test : Psychological Review 97(3) 404-431.

Cohen, S. (1980). Aftersffects of stress on human performance and social behavior : A review of research and theory psychology bulletin, 88(1) 82-108.

Cherry, E. C. (1953): Some experiments on the recognition of speech : with one an two ears. J. of acust: Soc. am. 25, 975-979.

De Vega Manuel (1986): Introduccion a la psicologia cognitiva, Alianza, Madrid.

Dembroski & MacDougall, J. M. (1978) Stress effects on affiliation preferences among subjects possessing the type A coronary-prone pattern .Journal of personality and Social Psychology. 36, 23-33.

Doise, William et. al.(1982). Psicologia social experimental, Hispano Europea, Barcelona p. 476.

Francone, J. L. (1986) Anatomia y fisiologia humana, Interamericana,México. p. 299.

Friedman, M. & Rosenman, R. H. (1974). Type A behavior and heart . New York: Knopf.

Glass, D. C. & Singer, (et. al.) (1972). Urban stress. New York: Academic Press.

Holroyd, K. A. & Lazarus. R. S. (1982). Stress coping. and somatic adaptation. En L. Goldberger & S. Breznitz (eds). Handbook of stress. New York; Free Press.

Holmes, T. H. & Rahe, R. H. (1976). The Social readjustment rating scale . Journal of psychosomatic medicene, 11, 213.

Lazarus, R. S. (1980). The stress and coping paradigm. En L. adulthood. Hanover, N. H.: University Press of New England, 28-74.

(1981). Little hassles can be hazardous to health. Psychology Today, 15(7), 58-62.

Lewin, Kurt (1971). Teoria de campo Gediza., Madrid., 3era ed., pp.130-120.

Lindgren Clay Henry (1986). Introduccion a la Psicologia Social, Trillas, 2a.ed. México, p.p.164-166.

Lotecka L. and Lassleben M. (1981). The high school smoker a field study of cigarettered cognitions and social percetions. Adolescence, 16, 513-526.

Mason, J. (1968). Organisation of psychoendocrine mechanisms. Psychosomatic medice, 30, 565-608.

Matic, Wayne R. (1985) Perceivedstressand adolescents cigarette use, Psychological Reports , 57, 1043-1048.

McConnell, James V. (1978), Psicologia México, : Interamericana.

Morgan, Williams P. (1980) Test of champions the iceberg profile , Psychology Today , July 14(2).

Papalia, Diane E. (1987). Psicologia Espana, McGra-Hill.

Perman, Daniel (1985) & P. Chis Cozby. Psicologia Social, Interamericana, México.

Posner, M. I. & Bois, S. (1971): uComponents of attentionü. Psychological review, 78(5), 391-408.

Rosenman, R. H. & Chesney. M. A. (1982). Stress, type A Behavior, and coronary disease. En L. Goldberger & S. Breznitz (Eds), Handbook of stress. New York: Free Press.

Selye, H. (1974). Stress Without distress. Philadelphia: Lippincott.

Sherrod, D. R. (1974) Crowding, perceived control, and behavioral of derefects . Journal of Applied Social Psychology. 4, 171-186.

Raven . J. C. (1965). Advanced Progressive Matrices. Sets I & II. London ; H. L. Lewis (Distributed in the united states by the Psychological Corporation. San Antonio TX.)

Slovin (1966). The alleviation of learned helpessness in the dog journal of Abnormal and Social Psychologi .73, pp. 256-262.

Small, Gary. (1988). Psychology Today , November, 22(11).

ANEXOS

(CORRIDA 1)

```
SET          SCREEN=on/printer=off/listing= 'A:EXPERI1.sal'length=66
            width=79/eject=off/include=on/echo=on/more=off/seed=26/blanks=0.
title       'Experimento'.
subtitle    'prueba'.
data list   file= 'A:EXPERI.DAT' fixed/
            v1 1-2 v2 3-4 v3 5 v4 6 v5 to v68 7-70 V69 71.
recode      v5 to v68 (3 thru hi=0).
missing value v5 to v68 (0).
variable labels v1 'sujetos'/
v2 'edad'/
v3 'sexo'/
v4 'division'/
v5 to v68 'respuestas'/
V69 'GRUPO'.
value label v3 1 'masculino' 2 'femenino'/
            v4 1 'csh' 2 'cbi' 3 'cbs'/
            v5 to v68 1 'verdadero' 2 'falso'/
            V69 1 'EXPERIMENTAL' 2 'CONTROL'.
Count      Calif1=v5,v6,v9 to v12, v15,v16,v21,v24,v26,v30,v32,v35,v36
            v39,v42,v43,v44,v47,v49,v51,v54,v56,v57,v58,v60,v61,v62
            v64 (1).
Count      Calif2=v7,v8,v13,v14,v17 to v20, v22,v23,v25,v27,v28,v29,v31
            v33,v34,v37,v38,v40,v41,v45,v46,v48,v50,v52,v53,v55,v59
            v63,v65 to v68 (2).
Compute     total=calif1 + calif2.
compute     totalf= .total * 100/64.

SORT CASES TOTALF (D).
PROCESS IF (V69 EQ 1).
LIST        VARIA=TOTALF/
            FORMAT=NUMBERED.
PROCESS IF (V69 EQ 1).
FREQ        VARIABLES=TOTALF/
            FORMAT=DFREQ/
            STATISTICS=ALL.
```

(CORRIDA 1)

Sort cases TOTALF (D).
Process if CV69 EQ 2).
List VARIA=TOTALF/
FORMAT=NUMBERED.
Process if EQ 2).
FREQ VARIABLES=TOTALF/
FORMAT=DFREQ/
STATISTICS=ALL.
Finish.