

Universidad Siglo 21



Trabajo Final de Grado- Manuscrito Científico

Licenciatura en Psicología

Ansiedad Social en Estudiantes Universitarios de Córdoba, Argentina

Social Anxiety in University Students from Córdoba, Argentina

Autora: Romero Andraca Camila

Legajo N° PSI04935

DNI: 41963386

Tutora: Dra. Azpilicueta Ana Estefanía

Córdoba, octubre 2025

Índice

Agradecimientos	4
Resumen y palabras clave	5
Abstract y Keywords	6
Introducción	7
Habilidades Sociales y Ansiedad Social.....	13
Dificultades en la Regulación Emocional y Ansiedad Social.....	15
Autoeficacia Social y Ansiedad Social.....	17
Expectativas de Rechazo Social y Ansiedad Social	18
Objetivos	20
Objetivo General.....	20
Objetivos Específicos	21
Método	21
Diseño	21
Participantes.....	21
Instrumentos.....	22
Procedimiento	24
Análisis de datos	25
Resultados	25
Análisis Descriptivos	25
Análisis de Correlación.....	27
Análisis de Covarianza (ANCOVA).....	29
Medias Marginales Estimadas según Género	31
Discusión	32
Limitaciones del Estudio y Futuras Líneas de Investigación	39
Implicancia y Aplicaciones.....	42
Referencias	46

Anexos	53
Anexo A.Consentimiento Informado.....	53
Anexo B.Datos Sociodemográficos.....	54
Anexo C.Cuestionario de Habilidades Sociales para Estudiantes Universitarios (CHS-U)	55
Anexo D.Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS).....	58
Anexo E.Escala de Autoeficacia Social para Estudiantes Universitarios (EAS-U)	60
Anexo F Escala de Expectativas de Rechazo Social (ERS)	61
Anexo G.Test de Ansiedad Social para Estudiantes Universitarios (TAS-U).....	64

Agradecimientos

A mamá y papá, por acompañarme y sostenerme con tanto amor, paciencia y compromiso a lo largo de todo este proceso. Gracias por estar siempre presentes, por su apoyo incondicional y por el enorme esfuerzo que hicieron para que pudiera acceder a mi querida universidad.

A todos los profesores y profesoras que me compartieron sus conocimientos y sabiduría, respondiendo cada una de mis preguntas con dedicación. Gracias por enseñarme desde el saber, pero también desde la calidez y la humildad.

A las amistades que fui construyendo en este recorrido, por la ayuda mutua, las charlas, el sostén en los momentos difíciles y todo lo compartido. En especial, a Vanesa Cano y Verónica López, a quienes tuve la fortuna de conocer y que hicieron de mi tramo final un recorrido más liviano y compartido.

A la niña que fui, curiosa, inquieta, llena de ganas de saberlo todo. Por no dejar nunca de preguntar.

Resumen

La ansiedad social representa un fenómeno de creciente relevancia en el ámbito universitario, donde los estudiantes enfrentan exigencias académicas y sociales constantes. Estas demandas pueden generar malestar emocional y afectar el desempeño académico, por lo que identificar los factores implicados es clave para orientar estrategias preventivas. El presente estudio analizó la relación entre ansiedad social y variables como habilidades sociales, autoeficacia social, desregulación emocional y expectativas de rechazo en 156 universitarios de Córdoba, Argentina. Se empleó un diseño cuantitativo, correlacional y transversal. Los resultados mostraron que la ansiedad social se correlacionó de forma negativa y fuerte con la autoeficacia social, y de manera más débil con las habilidades sociales. A su vez, se asoció positivamente con las expectativas de rechazo (correlación fuerte) y con la desregulación emocional (correlación moderada). El análisis de covarianza (ANCOVA) confirmó que todas las variables se asociaron significativamente con la ansiedad social, siendo la autoeficacia social la que presentó la asociación de mayor magnitud. Se observaron diferencias por género, con niveles de ansiedad ligeramente superiores en hombres, aunque con un efecto pequeño. Se sugiere que futuras investigaciones incluyan estudios longitudinales que incorporen una perspectiva de género, para comprender cómo las transformaciones socioculturales influyen en la forma en que se experimenta, expresa y afronta la ansiedad social en el contexto universitario.

Palabras clave: Ansiedad Social; Habilidades Sociales; Autoeficacia; Regulación Emocional; Expectativas de Rechazo; Estudiantes Universitarios.

Abstract

Social anxiety is an increasingly relevant phenomenon in the university setting, where students face constant academic and social pressures. These demands can cause emotional distress and impact academic performance, making it crucial to identify contributing factors to inform preventive strategies. This study analyzed the relationship between social anxiety and psychological variables like social skills, social self-efficacy, emotional dysregulation, and expectations of rejection among 156 university students in Córdoba, Argentina, using a quantitative, correlational, cross-sectional design. Findings indicated that social anxiety was strongly negatively correlated with social self-efficacy and weakly correlated with social skills. Conversely, it was positively linked to expectations of rejection (a strong relationship) and emotional dysregulation (a moderate relationship). An analysis of covariance (ANCOVA) confirmed that all were significantly associated with social anxiety, highlighting social self-efficacy as the factor with the most robust association. Gender differences were found, with men reporting slightly higher levels of anxiety, though the effect size was small. It is suggested that future research conduct longitudinal studies incorporating a gender perspective to better understand how sociocultural shifts influence the experience, expression, and management of social anxiety in the university environment.

Keywords: Social Anxiety; Social Skills; Self-efficacy; Emotional Regulation; Expectations of Rejection; University Students.

Introducción

En los últimos años se ha producido un avance significativo en la visibilización y discusión pública de diversos aspectos relacionados con la salud mental (Thornicroft et al., 2017). Uno de los fenómenos que ha cobrado particular relevancia en este contexto es la ansiedad social, cuya presencia parece haberse incrementado, en parte, debido a los cambios culturales que han promovido una mayor apertura para hablar de lo psíquico, tanto a nivel individual como colectivo. Asimismo, los avances tecnológicos y la expansión de las redes sociales han intensificado la exposición pública y reforzado la necesidad de validación social, generando condiciones propicias para la emergencia, o al menos el reconocimiento, de este tipo de malestares (Valkenburg, 2022). Sin embargo, esta mayor visibilidad no implica necesariamente un aumento del fenómeno, sino más bien un cambio en la forma de nombrarlo y comprenderlo. Esta comprensión moderna de la ansiedad social se alinea con la perspectiva evolutiva que, según autores clave en el campo, enmarca el miedo a la evaluación negativa como un mecanismo ancestral (Gilbert, 2001). Este sistema de alerta habría sido clave para la supervivencia, ya que, como confirman estudios más recientes, la exclusión del grupo representa una amenaza directa a la necesidad fundamental de pertenencia (Yavuz Güzel & Şahin, 2018).

En este sentido, Goffman (1959) aporta una clave interpretativa al entender que la interacción social funciona como una puesta en escena donde las personas buscan mantener una imagen aceptable frente a los demás. El temor a fallar en esa representación puede desencadenar angustia y retraimiento. Con el proceso de civilización, las normas sociales se han interiorizado, generando un control constante sobre las emociones y los

comportamientos. La ansiedad social, entonces, no surge solo del temor individual, sino de la tensión entre las exigencias del entorno y el deseo de aceptación (Elías, 2000).

En el contexto universitario, esta problemática adquiere una relevancia particular, la etapa formativa universitaria implica constantes evaluaciones, tanto académicas como sociales, que ponen en juego la exposición, el juicio externo y la construcción de la identidad adulta. Diversas investigaciones muestran que la ansiedad social en estudiantes universitarios está vinculada a la evitación de actividades clave para su desempeño, como hablar en público o participar en clase, lo cual puede afectar tanto su rendimiento académico como su bienestar emocional (Strahan, 2003).

Según la American Psychiatric Association (APA, 2013), la ansiedad se define como una emoción caracterizada por sentimientos de tensión, pensamientos de preocupación y reacciones físicas como el aumento de la presión arterial o la aceleración del ritmo cardíaco. Esta respuesta, originalmente adaptativa frente a amenazas, puede transformarse en patológica cuando se vuelve persistente, excesiva o desproporcionada, generando malestar significativo o interferencia en la vida cotidiana.

Dentro de este espectro, la ansiedad social representa una forma específica de ansiedad relacionada con el temor intenso y persistente a situaciones sociales o de rendimiento en las que la persona puede sentirse observada o evaluada. El trastorno de ansiedad social, según el *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-5) de la American Psychiatric Association (2013), se caracteriza por un miedo excesivo a ser

juzgado, humillado o rechazado, lo que lleva con frecuencia a la evitación de situaciones sociales y un deterioro significativo en el funcionamiento académico, laboral y relacional.

Diversos modelos teóricos han intentado explicar el desarrollo y mantenimiento de la ansiedad social, coincidiendo en destacar el papel central de los procesos cognitivos, las experiencias interpersonales tempranas y los factores evolutivos como componentes clave (Hofmann, 2007). Dentro de los enfoques cognitivos, que han recibido una considerable atención empírica, destacan los modelos propuestos por Rapee y Heimberg (1997) y por Clark y Wells (1995).

Rapee y Heimberg (1997) desarrollaron un enfoque cognitivo-comportamental centrado en la autopercepción negativa. Según este modelo, los individuos con ansiedad social tienden a imaginar una representación negativa de sí mismos, que proyectan hacia los demás durante situaciones sociales. Esta autoimagen distorsionada se acompaña de una hipervigilancia hacia señales de desaprobación en el entorno y una sobreestimación del juicio negativo ajeno. Como consecuencia, se desencadena un circuito de ansiedad sostenido que incluye síntomas fisiológicos, pensamientos disfuncionales y conductas evitativas, las cuales refuerzan el problema en el tiempo.

Por su parte, el modelo de Clark y Wells (1995) también ofrece un enfoque cognitivo, pero se centra en la atención dirigida hacia uno mismo. Este modelo sostiene que, durante situaciones sociales, las personas con ansiedad social enfocan su atención en sus propios pensamientos, sensaciones físicas y desempeño percibido, lo cual les impide procesar la información externa de manera objetiva. A su vez, esta atención autorreferencial

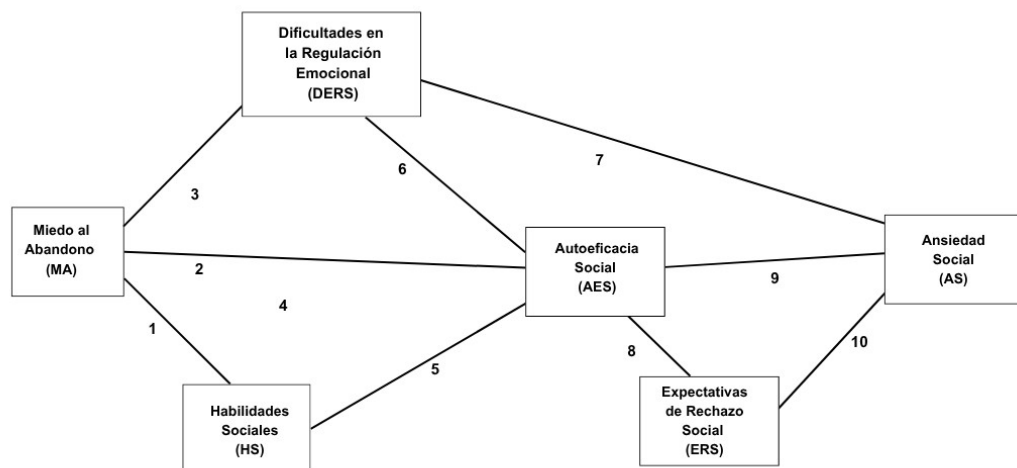
favorece la interpretación sesgada de señales sociales neutras como negativas, la rumiación posterior al evento y la consolidación de creencias disfuncionales sobre su competencia social. Este proceso refuerza el miedo a la evaluación negativa y perpetúa la sintomatología ansiosa.

Desde un enfoque más amplio, el modelo evolucionista o bioconductual propone que la ansiedad social puede entenderse como una respuesta adaptativa que ha perdido funcionalidad en contextos modernos. Según esta perspectiva, el temor al rechazo y la evaluación negativa cumple una función ancestral: garantizar la inclusión dentro del grupo social. En sociedades primitivas, la pertenencia al grupo era esencial para acceder a recursos, protección y vínculos afectivos. Así, la sensibilidad social habría evolucionado como un mecanismo para detectar amenazas a la inclusión y el estatus. Sin embargo, en el contexto contemporáneo, esta respuesta puede activarse de forma desproporcionada frente a estímulos sociales comunes, generando malestar significativo (Gilbert, 2001).

Uno de los antecedentes más relevantes en el estudio de la ansiedad social en estudiantes universitarios en el contexto argentino es la investigación realizada por Morán (2016), quien desarrolló un modelo explicativo (Figura 1) de este fenómeno basado en evidencia empírica. A partir de una muestra de 438 estudiantes universitarios, y utilizando la técnica de modelos de ecuaciones estructurales (SEM), la autora propuso un modelo integrador en el que se identifican como variables influyentes las expectativas de rechazo social, las habilidades sociales, la autoeficacia social, las habilidades de regulación emocional y el miedo al abandono. Estas variables se ven modeladas por estructuras cognitivas denominadas “modelos operantes internos”, construidas en base a experiencias

vinculares tempranas, particularmente en contextos de apego inseguro (Bowlby, 1988; Morán, 2016).

Figura 1. Modelo A de Ansiedad Social propuesto por Morán (2016).



Nota. Extraído de Modelo de ansiedad social en estudiantes universitarios, tesis doctoral de V. E Morán, Facultad de Psicología, Universidad Nacional de Córdoba, 2016

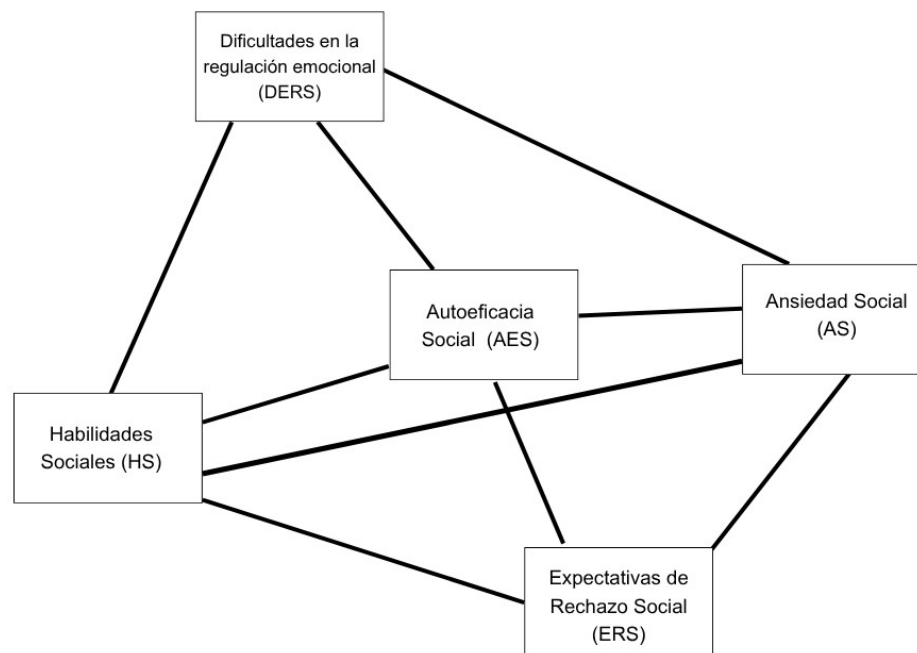
El modelo presentado mostró adecuados índices de ajuste, demostrando evidencia empírica del rol predictivo de variables como las expectativas de rechazo social, el miedo al abandono y las dificultades en la regulación emocional, además, diferencias significativas por género en la ansiedad social y las expectativas de rechazo social, siendo más elevadas en mujeres. No obstante, la autora señala que, pese a la importancia teórica y clínica de variables como la autoeficacia y las habilidades sociales, no presentaron efectos significativos sobre la ansiedad social en la muestra analizada. Este hallazgo resulta

particularmente interesante, dado que estudios previos han sugerido un vínculo entre dichas variables y los niveles de ansiedad social (Bandura, 1977; La Greca & Lopez, 1998).

El presente estudio toma como referencia el marco conceptual propuesto por Morán (2016) para explorar un conjunto específico de asociaciones en torno a la ansiedad social. Considerando la complejidad de este fenómeno, resulta fundamental analizar el papel de variables que podrían influir en su desarrollo y mantenimiento. En este sentido, se propone reevaluar la relación entre la ansiedad social y factores como las expectativas de rechazo social y las dificultades en la regulación emocional (ver Figura 2), dado que en investigaciones previas se ha observado una fuerte asociación. Asimismo, se busca retomar el análisis de la autoeficacia social y las habilidades sociales en una nueva muestra de estudiantes universitarios de Córdoba, ya que la ausencia de asociaciones significativas en estudios anteriores podría estar vinculada a particularidades de la muestra utilizada, como su procedencia geográfica, el contexto institucional o factores culturales que inciden en la expresión y percepción de estas variables (Cheung, Van de Vijver & Leong, 2011). Con el propósito de focalizar este análisis en los componentes cognitivos, sociales y de regulación emocional, se ha decidido no incluir el constructo “miedo al abandono”, cuyo vínculo conceptual se encuentra más estrechamente relacionado con las teorías del apego dentro del modelo original (Morán, 2016). Esta decisión metodológica permite explorar con mayor detalle las conexiones entre las variables seleccionadas, las cuales se articulan en el modelo adaptado presentado en la Figura 2. Dicho marco guiará el estudio de las posibles asociaciones, sin pretender establecer relaciones de causalidad, con el fin de describir la red de vinculaciones que se configuran en torno a la ansiedad social en el contexto de los

estudiantes universitarios de Córdoba y, al mismo tiempo, aportar evidencia empírica que contribuya a fortalecer la literatura existente en este campo.

Figura 2. Modelo de Ansiedad Social propuesto en la investigación.



Nota. Adaptado de *Modelo de ansiedad social en estudiantes universitarios*, de Valeria Estefanía Morán, 2016, Tesis doctoral, Universidad Nacional de Córdoba

Habilidades Sociales y Ansiedad Social

Según Jeffrey A. Kelly (2002) las habilidades sociales son conductas que pueden ser aprendidas en contextos interpersonales con el fin de alcanzar reforzadores del ambiente. Es decir, se consideran vías mediante las cuales una persona puede lograr ciertos objetivos en sus relaciones con los demás. Para comprender esta definición, es necesario tener en cuenta tres aspectos fundamentales: en primer lugar, entender que una conducta socialmente hábil es aquella que incrementa la probabilidad de obtener consecuencias reforzadoras; en segundo lugar, considerar que estas habilidades se manifiestan en

situaciones específicas de interacción social; y en tercer lugar, que la conducta social debe ser descrita de manera objetiva y observable.

Además, Kelly (2002) destaca que las habilidades sociales cumplen funciones adaptativas según las necesidades del individuo. Principalmente, permiten establecer nuevas relaciones interpersonales, alcanzar metas personales o acceder a reforzadores, y también impiden que otras personas interfieran con dichos reforzadores necesarios para el bienestar del sujeto.

En la investigación realizada por Peralta et al. (2020) en una muestra de 144 estudiantes universitarios de la Universidad Nacional de Córdoba, se encontró una correlación negativa estadísticamente significativa entre ansiedad social y habilidades sociales, lo que sugiere que a mayor ansiedad social, menores son las habilidades sociales que presentan los estudiantes universitarios. Este resultado refuerza la idea de que la ansiedad en contextos sociales puede interferir en la capacidad de los individuos para relacionarse de manera efectiva, limitando su desenvolvimiento en interacciones cotidianas y académicas. La presencia elevada de ansiedad social podría, por tanto, actuar como un obstáculo en el desarrollo y expresión de conductas sociales adaptativas, afectando el bienestar general y el rendimiento interpersonal (Peralta et al., 2020).

De manera complementaria, un estudio realizado en estudiantes universitarios de países hispanohablantes (Palma-Gómez et al., 2020) aporta evidencia sobre la relación entre habilidades sociales y ansiedad social, al señalar que el fortalecimiento de las competencias interpersonales constituye un eje relevante para la reducción del malestar

ansioso. A través de un programa de intervención psicoeducativa centrado en la promoción del afrontamiento y el bienestar psicológico, se observó que los participantes que mejoraron sus habilidades sociales también reportaron una disminución significativa de síntomas ansiosos, lo cual refuerza la importancia de considerar este aspecto como componente esencial en el abordaje de la ansiedad social en contextos universitarios.

La investigación realizada por Reyes Hernández, Cuevas Martínez y Correa Reyes (2023) examinó la relación entre habilidades sociales, ansiedad social y rendimiento académico en estudiantes universitarios de Psicología. El estudio tuvo un diseño correlacional preexperimental y contó con una muestra de 312 estudiantes (104 hombres y 209 mujeres).

Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Habilidades Sociales (CHASO-II) y el Cuestionario de Ansiedad Social para Adultos (CASO-A30). Los resultados mostraron una correlación negativa moderada y estadísticamente significativa entre habilidades sociales y ansiedad social, lo que indica que a mayores niveles de habilidades sociales, menores niveles de ansiedad social presentan los estudiantes. Además, se encontraron diferencias significativas por género, siendo los hombres quienes obtuvieron puntuaciones más altas en habilidades sociales en general, mientras que las mujeres reportaron mayores niveles de ansiedad social (Reyes Hernández et al., 2023)

Dificultades en la Regulación Emocional y Ansiedad Social

La regulación emocional es el proceso mediante el cual las personas gestionan sus emociones para responder de manera adecuada a las demandas del entorno

(Gross y John, 2003). Se ha observado que los individuos con ansiedad social tienden a emplear estrategias desadaptativas para manejar su malestar. Mecanismos como la rumiación post-evento y la evitación emocional son centrales en el mantenimiento del trastorno, ya que, en lugar de aliviar, agravan los síntomas ansiosos a largo plazo. La relevancia de estos procesos es tal que las intervenciones cognitivo-conductuales más recientes y efectivas dedican módulos específicos a su abordaje (Matsumoto et al., 2024).

Cook y Newins (2021) investigaron el papel moderador de la regulación emocional en la relación entre la ansiedad social y la disociación, encontrando que la desregulación emocional amplifica significativamente la asociación entre estos dos fenómenos. Para ello, analizaron una muestra de 407 adultos jóvenes, quienes completaron autoinformes estandarizados para evaluar ansiedad social, disociación y dificultades en la regulación emocional. Los resultados mostraron que, en condiciones de alta desregulación emocional, la ansiedad social se asoció de forma más fuerte con la disociación, en comparación con niveles bajos de desregulación. Este hallazgo sugiere que la capacidad limitada para manejar emociones intensas puede intensificar las respuestas evitativas y disociativas características de la ansiedad social (Cook & Newins, 2021).

Por su parte, Rozen y Aderka (2023) realizaron una revisión sistemática de la literatura centrada en las emociones en el trastorno de ansiedad social, destacando que las dificultades en la regulación emocional son un factor transdiagnóstico clave que puede explicar tanto la aparición como el mantenimiento del trastorno. En su análisis, enfatizan que las personas con ansiedad social tienden a emplear estrategias de regulación emocional desadaptativas, como la supresión emocional o la rumiación, en lugar de estrategias más

adaptativas como la reevaluación cognitiva. Además, señalan que la baja conciencia emocional y la dificultad para identificar y comprender las propias emociones son comunes en esta población, lo que contribuye a una experiencia emocional más intensa y desorganizada ante situaciones sociales (Rozen & Aderka, 2023). Esta vulnerabilidad emocional favorece un ciclo de retroalimentación negativa, donde la incapacidad para manejar emociones incrementa la evitación social y perpetúa la ansiedad.

Autoeficacia Social y Ansiedad Social

El concepto de autoeficacia social se refiere a la percepción que una persona tiene sobre su capacidad para interactuar de forma eficaz en situaciones sociales (Bandura, 1997). Se ha propuesto que niveles elevados de autoeficacia social pueden mitigar el impacto de la ansiedad social (Smith & Betz, 2000)

La investigación desarrollada por Martínez y Bouroncle (2022) analizó la relación entre distintos tipos de ansiedad, ansiedad social, ansiedad estado y ansiedad rasgo, en estudiantes universitarios. El estudio se llevó a cabo con una muestra de 449 estudiantes de pregrado de las carreras de Psicología y Derecho de una universidad privada de Lima Sur, mediante un enfoque cuantitativo, correlacional y de corte transversal. Se utilizaron como instrumentos el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) y el Cuestionario de Ansiedad Social para Adultos (CASO-A30).

Aunque la autoeficacia no fue una variable medida de forma directa, los autores destacan su papel teórico dentro del funcionamiento psicológico afectado por la ansiedad. Específicamente, se señala que los altos niveles de ansiedad social generan repercusiones

significativas en el grado de autoeficacia de los estudiantes, afectando su seguridad para participar en clases, interactuar socialmente o enfrentar situaciones académicas exigentes. Además, se menciona que esta disminución en la percepción de eficacia personal puede derivar en conductas de evitación, retraimiento, bajo rendimiento académico e incluso abandono universitario (Martínez & Bouroncle, 2022).

La investigación realizada por Avila Campoverde y Ullauri Matute (2025) tuvo como objetivo analizar la relación entre los niveles de ansiedad y la autoeficacia en estudiantes universitarios de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca. A partir de una muestra de 240 estudiantes, se encontró que el 35,8% presentó ansiedad grave, mientras que solo el 3,8% reportó una autoeficacia alta. Los análisis estadísticos revelaron una correlación negativa significativa entre ambas variables, lo cual indica que a mayores niveles de ansiedad, los niveles de autoeficacia tienden a disminuir. Este hallazgo coincide con estudios previos que sugieren que una autoeficacia reducida puede incrementar la vulnerabilidad ante situaciones estresantes, dificultando la adaptación académica y emocional de los estudiantes (Avila Campoverde & Ullauri Matute, 2025).

Expectativas de Rechazo Social y Ansiedad Social

Las expectativas de rechazo social se definen como pensamientos anticipatorios que indican la posibilidad de ser rechazado en situaciones de interacción interpersonal (Morán et al., 2018). Estas expectativas se activan cuando una persona, de forma consciente o no, conjetura que sus intentos de vinculación social no serán valorados o bien recibidos por los otros. El deseo de lograr aceptación y evitar el rechazo ha sido ampliamente reconocido

como un factor fundamental en la formación y mantenimiento de los vínculos interpersonales (Tévez Carranza et al., 2018).

Desde una perspectiva teórica, Leary (2006) conceptualiza el rechazo interpersonal como un continuo sobre el cual los individuos evalúan la importancia de sus relaciones. Así, se considera que ocurre un rechazo cuando una persona califica una relación como poco significativa o sin importancia, ya sea desde su propia percepción o al interpretar que ese es el valor que el otro le asigna. En este sentido, las personas con expectativas de rechazo social tienden a pensar que los demás no valorarán la interacción con ellas. Esta anticipación del rechazo es un componente central del Trastorno de Ansiedad Social, ya que se manifiesta como un miedo a ser evaluado negativamente, lo que influye directamente en el afrontamiento emocional y conductual en dichas interacciones (Matsumoto et al., 2024).

En el estudio de Zaid, Taresh y Aljumaili (2023), realizado en una muestra de 339 estudiantes universitarios yemeníes, se encontró una correlación positiva y significativa entre la expectativa de rechazo social y la ansiedad social. Aunque el coeficiente fue de magnitud baja, el resultado respalda la existencia de una asociación entre anticipar rechazo en situaciones sociales y experimentar ansiedad social. El estudio utilizó una versión adaptada del Rejection Sensitivity Questionnaire (Y-RSQ), que incluyó específicamente el componente de expectativa cognitiva de rechazo.

En la investigación desarrollada por Lin y Fan (2023), se investigó específicamente la relación entre la sensibilidad o expectativas de rechazo social y la ansiedad social en

estudiantes universitarios chinos, encontrando una correlación significativa entre ambos constructos. A partir de una muestra de 1.004 estudiantes universitarios, se observó que la sensibilidad al rechazo predice significativamente los niveles de ansiedad social, lo que sugiere que cuanto más intensas son las expectativas de rechazo por parte del entorno social, mayor es la probabilidad de experimentar ansiedad social.

Este vínculo se explica en parte por mecanismos psicológicos que intensifican la percepción de amenaza interpersonal: los estudiantes con alta sensibilidad al rechazo tienden a anticipar evaluaciones negativas en contextos sociales, lo que eleva la activación ansiosa y refuerza patrones evitativos. Este hallazgo es consistente con modelos cognitivos de la ansiedad social, que proponen que las creencias disfuncionales sobre la aceptación social generan un ciclo de anticipación negativa, ansiedad y conductas de evitación que refuerzan el malestar (Lin & Fan, 2023).

Objetivos

Objetivo General

Analizar la relación entre la ansiedad social y variables psicológicas como las expectativas de rechazo social, la autoeficacia, la desregulación emocional y las habilidades sociales en estudiantes universitarios, con el propósito de identificar los factores que contribuyen a su desarrollo y mantenimiento.

Objetivos Específicos

1. Examinar la relación entre las habilidades sociales y la manifestación de la ansiedad social.
2. Analizar la asociación entre de la desregulación emocional y los niveles de ansiedad social.
3. Evaluar la relación entre la autoeficacia social y los niveles de ansiedad social.
4. Examinar la relación directa entre las expectativas de rechazo social y la ansiedad social en estudiantes universitarios.
5. Estudiar las posibles diferencias en los niveles de ansiedad social según variables sociodemográficas, como el género.

Método

Diseño

Esta investigación adopta un enfoque cuantitativo y de alcance correlacional. Se utilizó un diseño no experimental de tipo transversal, dado que los datos se recopilaban en un único momento temporal (Hernández Sampieri, Fernández Collado & Baptista Lucio, 2010).

Participantes

Para evaluar el modelo propuesto se utilizó una muestra no probabilística de tipo accidental (Grasso, 1999), conformada por estudiantes universitarios/as que participaron de

manera voluntaria y completaron los instrumentos en formato digital. La muestra estuvo conformada por 156 personas, con edades que oscilaron entre los 18 y los 54 años. La media de edad fue de 24,41 años, con una desviación estándar de 4,32. Todas las personas participantes residían en la provincia de Córdoba, Argentina.

Instrumentos

Ansiedad Social. Se administró el Test de Ansiedad Social para universitarios (TAS-U; Morán et al., 2018). Este instrumento fue construido para estudiantes universitarios argentinos. Utilizando una escala de 1 a 10 (1 nada -10 mucho), la persona debe indicarla intensidad con que experimenta ansiedad, nerviosismo o malestar ante determinadas situaciones sociales. El instrumento se compone de 27 ítems agrupados en cuatro factores obtenidos mediante AFE y AFC, denominados Ansiedad ante situaciones sociales con personas conocidas, compuesto por 11 ítems, Ansiedad ante situaciones de desempeño académico o laboral compuesto por siete ítems, Ansiedad a ser observado por otros en situaciones generales, compuesto por seis ítems y Ansiedad ante situaciones de abordaje afectivo o sexual, compuesta por cuatro ítems. Evalúa el nivel de ansiedad social percibida. La confiabilidad de la escala es alta, evidenciada por un coeficiente omega (ω) de .94, lo que indica una adecuada consistencia interna entre los ítems.

Habilidades Sociales. Se administró el Cuestionario de Habilidades Sociales para Universitarios (CHS-U; Morán, Olaz & Del Prette, 2015) en su versión final. Se trata de un instrumento de autorreporte constituido por 20 ítems que describen una situación de demanda interpersonal y una reacción a esta, consignando su respuesta en base a una escala

Likert de 5 puntos que varía de 1 (nunca o raramente) a 5 (siempre o casi siempre). La escala está compuesta por cinco factores obtenidos mediante análisis factorial exploratorio: Habilidades sociales académicas, Habilidades de oposición asertiva, Habilidades de aceptación asertiva, Habilidades para el Abordaje afectivo-sexual y Habilidades conversacionales. La escala presentó una consistencia interna adecuada, con un coeficiente omega (ω) de .76.

Dificultades en la Regulación Emocional. Se administró la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS; Medrano y Trogolo, en prensa), adaptación argentina del instrumento original de Gratz y Roemer (2004). El cuestionario consta de 28 ítems con formato de respuesta tipo Likert y evalúa seis dimensiones específicas de las dificultades en la regulación emocional: no aceptación de las respuestas emocionales, dificultades para la ejecución de conductas dirigidas a objetivos, dificultades en el control de impulsos, falta de conciencia emocional, acceso limitado a estrategias de regulación emocional y falta de claridad emocional. La escala contó con una consistencia interna adecuada, con un coeficiente omega (ω) de .88.

Autoeficacia Social. Se administró la Escala de Autoeficacia Social para estudiantes Universitarios (EAS-U; Olaz, 2012). Se trata de un instrumento compuesto por 22 ítems que evalúan creencias de autoeficacia para el desempeño interpersonal en los estudiantes universitarios, donde los participantes deben estimar la confianza que tienen para realizar de manera adecuada ciertas conductas vinculadas a demandas sociales específicas, utilizando una escala Likert de diez puntos que van desde 1 (No puedo hacerlo) a 10 (Estoy seguro de poder hacerlo). Los ítems se agrupan en cinco factores identificados

por AFE y AFC). La escala cuenta con un coeficiente omega de .92 indicando alta consistencia interna.

Expectativas de Rechazo Social. Se administró la Escala de Expectativas de Rechazo Social (ERS; Morán & Olaz, 2020). Dicho instrumento evalúa creencias sobre la probabilidad de ser rechazado en interacciones sociales en población adulta a través de 27 ítems distribuidos en tres factores interpretados como Expectativas de rechazo ante situaciones con vínculos establecidos, Expectativas de rechazo en situaciones de establecimiento de nuevos vínculos y Expectativas de rechazo en lugares públicos y ante desconocidos. La confiabilidad de la escala fue evidenciada por un coeficiente omega (ω) de .94, lo que indica una alta consistencia interna entre los ítems.

Procedimiento

La recolección de datos se realizó durante el mes de mayo de 2025, mediante una doble modalidad: presencial y remota. En ambos casos, se utilizó un formulario en línea (Google Forms) para administrar los cuestionarios, respetando los criterios éticos y de consentimiento informado. Para la recolección presencial, se elaboró un código QR impreso en carteles, que enlazaba directamente al formulario. Este código fue presentado a los estudiantes en espacios comunes de diversas instituciones universitarias de la ciudad de Córdoba, tales como la Universidad Nacional de Córdoba, la Universidad Siglo 21, la Universidad Blas Pascal y La Metro, permitiendo que los participantes lo escanearan y completaran desde sus dispositivos móviles personales de manera voluntaria. De forma

complementaria, la recolección remota se realizó difundiendo el enlace al mismo formulario a través de medios digitales.

Análisis de Datos

Para el análisis de los datos se realizó un análisis descriptivo de frecuencias con el propósito de explorar los resultados obtenidos en relación con las variables sociodemográficas. Posteriormente, se llevó a cabo un análisis correlacional bivariado mediante el coeficiente r de Pearson, con el objetivo de examinar la magnitud y dirección de las relaciones entre las variables del estudio.

Asimismo, se aplicó un análisis de covarianza (ANCOVA) para evaluar la existencia de diferencias en los niveles de ansiedad social según el género. Además, se calculó el estadístico eta cuadrado parcial (ηp^2) con el fin de estimar el tamaño del efecto, siguiendo las recomendaciones de interpretación propuestas por Cohen (1988). Todos los análisis fueron realizados utilizando el software estadístico JAMOVI.

Resultados

Análisis Descriptivos

Se realizó análisis descriptivos de la muestra de estudio tales como frecuencias y porcentajes de las diferentes variables sociodemográficas. Para mayor detalle, observar la Tabla 1.

Tabla 1
VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS.

VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS	FRECUENCIAS	% DEL TOTAL	% ACUMULADO
Género			
Mujer	114	73.1 %	73.1%
Varón	42	26.9 %	100.0 %
Lugar de residencia			
Córdoba Capital	123	78.8 %	78.8 %
Interior de Córdoba	33	21.2 %	100.0 %
Modalidad de cursado			
Presencial	148	94.9 %	94.9 %
Distancia	8	5.1 %	100.0 %
Año de cursado			
Primero y Segundo	85	54.5 %	54.5 %
Tercero y Cuarto	43	27.6 %	82.1 %
Quinto	28	17.9 %	100.0 %
Nivel Socioeconómico autopercebido			
Bajo	23	14.7 %	14.7 %
Medio	125	80.1 %	94.9 %
Alto	8	5.1 %	100.0 %

Análisis de Correlación

Se realizó un análisis de correlaciones bivariadas de Pearson con el objetivo de examinar la relación entre las variables del estudio: habilidades sociales, autoeficacia social, expectativas de rechazo social, desregulación emocional y ansiedad social (Tabla 2). Las correlaciones fueron analizadas en función de su significación estadística y la dirección de la relación, ya sea positiva (directa) o negativa (inversa).

Tabla 2.

Correlaciones entre las variables propuestas.

	HABILIDADES SOCIALES	AUTOEFICACIA SOCIAL	EXPECTATIVAS DE RECHAZO SOCIAL	DESREGULACIÓN EMOCIONAL	ANSIEDAD SOCIAL
HABILIDADES SOCIALES	—				
AUTOEFICACIA SOCIAL	.37***	—			
EXPECTATIVAS DE RECHAZO SOCIAL	-.27***	-.48***	—		
DESREGULACIÓN EMOCIONAL	-.13	-.10	.40***	—	
ANSIEDAD SOCIAL	-.29***	-.66***	.65***	.36***	—

Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Se observó una correlación positiva y significativa entre la autoeficacia y las habilidades sociales ($r = .37$, $p < .001$), lo que indica que, a mayor percepción de autoeficacia social, mayores son las habilidades sociales percibidas. Según los criterios de Cohen, esta relación representa una correlación moderada de efecto medio, coherente con la

hipótesis teórica que sostiene que la confianza en las propias capacidades facilita la interacción social.

Por otro lado, las expectativas de rechazo social se correlacionaron de manera negativa y significativa tanto con las habilidades sociales ($r = -.27, p < .001$) como con la autoeficacia social ($r = -.48, p < .001$). En el primer caso, la correlación es débil cuyo efecto es pequeño, mientras que en el segundo se trata de una correlación moderada y efecto medio. Esto sugiere que la anticipación de rechazo por parte del entorno se asocia con una menor percepción de competencia social y personal.

Se observó una correlación negativa y significativa entre la ansiedad social y las habilidades sociales ($r = -.29, p < .001$), lo que indica que a medida que aumentan las habilidades sociales, disminuye la ansiedad social. Sin embargo, este valor representa una relación de magnitud pequeña. En cuanto a la autoeficacia social ($r = -.66, p < .001$), la relación es fuerte con efecto grande. Estos resultados indican que un mayor nivel de ansiedad en contextos sociales se relaciona con una menor percepción de competencia interpersonal y autoconfianza.

Asimismo, la ansiedad social se asoció positivamente con las expectativas de rechazo social ($r = .65, p < .001$), mostrando una correlación fuerte y efecto grande, lo que respalda la idea de que la ansiedad social puede estar influida por la percepción de posibles evaluaciones negativas por parte de los demás.

Se encontró una correlación positiva entre la ansiedad social y la desregulación emocional ($r = .36, p < .001$), lo cual indica una correlación moderada con efecto medio y

sugiere que las dificultades en la regulación emocional se vinculan con mayores niveles de ansiedad en contextos sociales.

Adicionalmente, se encontró una correlación positiva y significativa entre las expectativas de rechazo social y las dificultades en la regulación emocional ($r = .40$, $p < .001$). Este valor, considerado una correlación moderada de efecto medio, sugiere que a medida que aumentan los pensamientos anticipatorios de rechazo, también se incrementan las dificultades para gestionar las propias emociones.

En cambio, no se encontraron correlaciones significativas entre las habilidades sociales y la desregulación emocional ($r = -.13$, n.s.), ni entre la autoeficacia social y la desregulación emocional ($r = -.10$, n.s.); en ambos casos, se trata de correlaciones débiles no significativas, por lo que no pueden establecerse asociaciones concluyentes entre estas variables en el presente estudio.

Análisis de Covarianza (ANCOVA) sobre la Ansiedad Social

Se realizó un análisis de covarianza (ANCOVA) para examinar si existen diferencias en ansiedad social según el género, controlando los efectos de las habilidades sociales, la autoeficacia social, la desregulación emocional y las expectativas de rechazo social (Tabla 3).

Tabla 3

Resultados del ANCOVA para la variable ansiedad social con género como factor y habilidades sociales, autoeficacia social, dificultades en la regulación emocional y expectativas de rechazo social como covariables.

	Suma de Cuadrados	gl	Media Cuadrática	F	<i>p</i>	ηp^2
Género	5881	1	5881	5.91	0.016	.04
Habilidades Sociales	28782	1	28782	28.92	<.001	.16
Autoeficacia Social	126896	1	126896	127.50	<.001	.46
Dificultades en la Regulación Emocional	31463	1	31463	31.61	<.001	.17
Expectativas de Rechazo Social	29105	1	29105	29.24	<.001	.16
Residuos	149290	150	995			

Nota. gl = grados de libertad; ηp^2 = eta cuadrado parcial.

Los resultados indicaron que hubo diferencias en ansiedad social según el género autopercebido ($F(1,150) = 5.91$, $p = .016$, $\eta p^2 = .04$), aunque el tamaño del efecto fue pequeño. En cuanto a las demás variables, se observaron efectos significativos de las habilidades sociales ($F(1,150) = 28.92$, $p < .001$, $\eta p^2 = .16$), de la autoeficacia social ($F(1,150) = 127.50$, $p < .001$, $\eta p^2 = .46$), de las dificultades en la regulación emocional ($F(1,150) = 31.61$, $p < .001$, $\eta p^2 = .17$) y de las expectativas de rechazo social ($F(1,150) = 29.24$, $p < .001$, $\eta p^2 = .16$), todos con tamaños de efecto grandes.

La variable que mostró la asociación de mayor magnitud fue la autoeficacia social, lo que sugiere que una menor percepción de eficacia personal en situaciones sociales se asocia con niveles más elevados de ansiedad social. Asimismo, se observaron asociaciones significativas y de gran magnitud para las dificultades en la regulación emocional, las expectativas de rechazo social y las habilidades sociales. En concreto, mayores dificultades en la regulación emocional y mayores expectativas de rechazo, así como menores habilidades sociales, se relacionaron con una mayor ansiedad social.

En conclusión, los resultados del ANCOVA indicaron que las variables habilidades sociales, autoeficacia, expectativas de rechazo social y dificultades en la regulación emocional están asociadas significativamente con los niveles de ansiedad social. La autoeficacia presentó la asociación de mayor magnitud, seguida por las dificultades en la regulación emocional, cuya relación también fue relevante ($\eta p^2 = .17$). En cuanto a las habilidades sociales, si bien su asociación con la ansiedad social fue significativa, la magnitud de esta fue baja, lo que sugiere una vinculación reducida. Aunque el género mostró una diferencia estadísticamente significativa, la magnitud de la asociación fue pequeña, lo que indica una relevancia práctica limitada.

Medias Marginales Estimadas según Género

Como parte del análisis de covarianza (ANCOVA), se calcularon las medias marginales estimadas de ansiedad social según el género autopercebido, controlando los efectos de las habilidades sociales, la autoeficacia social, la desregulación emocional y las expectativas de rechazo social (Tabla 4).

Tabla 4

Medias marginales estimadas de ansiedad social según el género autopercebido, a partir del modelo ANCOVA que incluyó como covariables las habilidades sociales, la autoeficacia social, las dificultades en la regulación emocional y las expectativas de rechazo social.

Genero Autopercebido	Media	EE	IC 95% Inferior	IC 95% Superior
Mujer	131	2.99	125	137
Varón	133	5.02	123	143

Nota. EE= error estándar;IC 95%=intervalo de confianza del 95%

Las medias marginales estimadas mostraron que los varones presentaron una media ajustada de ansiedad social ligeramente superior ($M = 133$, $EE = 5.02$) en comparación con las mujeres ($M = 131$, $EE = 2.99$), al controlar el efecto de las covariables incluidas en el modelo. No obstante, la diferencia entre ambos grupos fue de escasa magnitud, y los intervalos de confianza del 95 % se superpusieron (IC mujeres: [125–137], IC varones: [123–143]), lo cual indica una variabilidad considerable en las respuestas y sugiere que, si bien se encontró una diferencia estadísticamente significativa ($p = .016$), el tamaño del efecto fue pequeño ($\eta p^2 = .038$). En consecuencia, la relevancia práctica del género como factor explicativo en los niveles de ansiedad social resulta limitada en este estudio.

Discusión

En los últimos años, la ansiedad social ha alcanzado una creciente visibilidad. Esta representa una forma específica de ansiedad vinculada al temor intenso y persistente a situaciones sociales o de desempeño, en las que la persona percibe que puede ser observada

o evaluada. El trastorno de ansiedad social, se caracteriza por un miedo excesivo a ser juzgado, humillado o rechazado, lo que con frecuencia conduce a la evitación de situaciones sociales y a un deterioro significativo en el funcionamiento académico, laboral y relacional (APA, 2013).

En el contexto universitario, esta problemática reviste una relevancia particular, ya que la etapa de formación académica implica evaluaciones constantes, tanto académicas como sociales. Estas instancias exigen exponerse al juicio de los demás y forman parte del proceso de construcción de la identidad adulta. En este marco, diversas investigaciones indican que la ansiedad social en estudiantes universitarios se vincula con la evitación de actividades clave para su desarrollo, como hablar en público o participar en clase, lo cual puede impactar negativamente tanto en su rendimiento académico como en su bienestar emocional (Strahan, 2003). Por ello, resulta fundamental investigar y comprender los factores que podrían estar influyendo sobre esta problemática, en este sentido, el objetivo general de la presente investigación fue analizar la relación entre la ansiedad social y variables psicológicas como las expectativas de rechazo social, la autoeficacia, la desregulación emocional y las habilidades sociales en estudiantes universitarios, con el propósito de identificar los factores que contribuyen a su desarrollo y mantenimiento.

Para responder al primer objetivo, que consistió en determinar el papel de las habilidades sociales en la manifestación de la ansiedad social, los análisis realizados revelaron una relación inversa entre ambas variables: a medida que disminuyen las habilidades sociales percibidas, tienden a aumentar los niveles de ansiedad en contextos interpersonales. Es pertinente señalar que los hallazgos del presente estudio coinciden con

bases empíricas recientes (Peralta et al. 2020), en una muestra de estudiantes universitarios argentinos, encontraron una correlación inversa significativa entre habilidades sociales y ansiedad social, indicando que niveles más bajos de competencia social se asocian con mayor malestar en situaciones de interacción. De forma similar, Reyes Hernández, Cuevas Martínez y Correa Reyes (2023) reportaron una correlación negativa de magnitud moderada entre ambas variables, lo cual refuerza la hipótesis de que el entrenamiento en habilidades sociales puede tener efectos preventivos sobre la ansiedad social.

En cuanto al segundo objetivo, que abordaba la asociación entre la desregulación emocional y la ansiedad social, los resultados evidenciaron una correlación positiva y moderada, indicando que a mayores dificultades para gestionar las emociones, mayores son los niveles de ansiedad social. Este dato se alinea con la evidencia empírica previa. Por ejemplo, Cook y Newins (2021) demostraron que la desregulación emocional intensifica la vulnerabilidad emocional, mientras que la revisión de Rozen y Aderka (2023) identificó que las personas con ansiedad social tienden a emplear estrategias desadaptativas que agravan el malestar.

Adicionalmente, un hallazgo relevante de este estudio fue la correlación positiva y moderada encontrada entre la desregulación emocional y las expectativas de rechazo social. Esta conexión es clave, pues sugiere un posible ciclo de retroalimentación: la anticipación del rechazo podría actuar como un potente disparador emocional que desborda las capacidades de regulación, y, a su vez, una baja capacidad para gestionar las emociones podría incrementar la sensibilidad y el temor al juicio de los demás.

No obstante, en línea con lo que señalan estudios previos, el rol de la desregulación emocional puede fluctuar en función de otros factores. Esto resulta consistente con los hallazgos del presente trabajo, donde, si bien la desregulación emocional mostró una asociación significativa con la ansiedad social, su magnitud fue menor en comparación con otras variables analizadas. Esto sugiere que su influencia, aunque importante, posiblemente a través de su vínculo con el miedo al rechazo, no constituye el principal determinante dentro del modelo estudiado.

Respondiendo al tercer objetivo propuesto de evaluar el impacto de la autoeficacia social en los niveles de ansiedad social, los resultados del presente estudio mostraron una relación inversa, sólida y estadísticamente significativa entre ambas variables. A menor percepción de autoeficacia en contextos interpersonales, mayor fue el nivel de ansiedad social reportado. Esta asociación presentó una correlación fuerte y un efecto grande, siendo la autoeficacia la variable con mayor peso en el modelo. Estos hallazgos destacan el papel central de la autoeficacia como factor modulador del malestar social, y refuerzan los aportes teóricos de Bandura (1997), quien planteó que las creencias de autoeficacia influyen de manera decisiva en las respuestas emocionales ante situaciones sociales desafiantes. De igual modo, Smith y Betz (2000) sostienen que una mayor autoeficacia en contextos interpersonales actúa como un amortiguador frente al temor al juicio social.

En consonancia, los resultados obtenidos en esta investigación se alinean con estudios empíricos recientes que respaldan el vínculo negativo entre autoeficacia y ansiedad social. Por ejemplo, Ávila Campoverde y Ullauri Matute (2025) encontraron una correlación negativa significativa entre ambas variables en estudiantes universitarios,

subrayando que una baja percepción de eficacia personal incrementa la vulnerabilidad emocional ante situaciones estresantes. En esta línea, Martínez y Bouroncle (2022) señalan que altos niveles de ansiedad social repercuten negativamente en la percepción de autoeficacia, afectando el desempeño académico y las interacciones sociales. Estos datos respaldan la idea de que la autoeficacia actúa como un factor protector clave en el afrontamiento de situaciones sociales y el bienestar psicológico.

En este sentido, los resultados del presente estudio no solo amplían la evidencia empírica disponible, sino que también aportan un enfoque situado que reafirma la necesidad de adaptar los modelos teóricos a los contextos específicos de investigación, considerando las particularidades institucionales, culturales y educativas que moldean la percepción de eficacia personal (Cheung, Van de Vijver & Leong, 2011; Torales & Barrios, 2023).

En cuanto al cuarto objetivo presentado que consistía en examinar la relación directa entre las expectativas de rechazo social y la ansiedad social en estudiantes universitarios, se observó una correlación positiva y significativa entre estas variables, con un efecto fuerte. Estos datos respaldan la idea de que anticipar evaluaciones negativas por parte del entorno incrementa significativamente la ansiedad en las interacciones sociales. Los resultados coinciden con diversas investigaciones que sostienen su influencia directa sobre los niveles de ansiedad social, Morán et al. (2018) destacan que estas expectativas se activan en la medida en que el individuo anticipa una valoración negativa en los vínculos, lo que desencadena respuestas emocionales y conductuales de evitación. A su vez, estudios recientes como el de Zaid, Taresh y Aljumaili (2023), en estudiantes universitarios

yemeníes, y el de Lin y Fan (2023), en población china, encontraron correlaciones significativas entre la sensibilidad al rechazo y la ansiedad social, con efectos estadísticos robustos. Este patrón fue replicado en la presente investigación, donde las expectativas de rechazo mostraron un efecto fuerte tanto a nivel correlacional como en el análisis de covarianza, consolidándose como una de las variables con mayor impacto sobre el malestar social en la muestra analizada.

En el marco del quinto objetivo de analizar las posibles diferencias en los niveles de ansiedad social en función de variables sociodemográficas, como el género, los resultados obtenidos mediante el análisis de covarianza (ANCOVA) revelaron diferencias estadísticamente significativas en relación con el género autopercebido. No obstante, el tamaño del efecto asociado a esta diferencia fue pequeño, lo que indica que, si bien existen variaciones entre géneros, la magnitud de dicha diferencia es reducida y su relevancia práctica resulta limitada frente a otras variables examinadas.

Al contrastar estos hallazgos con investigaciones previas, se observa una diferencia en el presente estudio, el cual evidenció niveles de ansiedad social superiores en varones, lo que sugiere un posible cambio en el patrón de expresión y reporte de la ansiedad social en función del género.

Sin embargo, para entender mejor estos resultados, es importante tener en cuenta que, según investigaciones recientes, los varones suelen enfrentar barreras particulares a la hora de reconocer, expresar o pedir ayuda cuando atraviesan un malestar emocional. Esto se debe, en gran parte, a que han interiorizado normas tradicionales de masculinidad que

valoran la autosuficiencia, el control de las emociones y la fortaleza. Estas ideas desalientan que puedan hablar abiertamente sobre lo que les pasa. Como resultado, ciertos signos de ansiedad social en varones pueden haber pasado desapercibidos o haberse manifestado de formas más sutiles, que no siempre son captadas por los instrumentos diagnósticos más comunes (Mokhwelepa & Sumbane, 2025; Silva & Melo, 2021).

En este sentido, Silva y Melo (2021) describen la existencia de una *crisis silenciosa* en la salud mental masculina, caracterizada por la subrepresentación del sufrimiento emocional en varones, muchas veces expresado mediante conductas como el aislamiento, el consumo de sustancias o la impulsividad. A su vez, Mokhwelepa y Sumbane (2025) plantean que las construcciones hegemónicas de la masculinidad no solo obstaculizan la búsqueda de ayuda, sino que además configuran la forma en que los hombres experimentan y reportan su malestar emocional, incluyendo particularmente la ansiedad social.

En este marco, resulta comprensible que los resultados obtenidos en el presente estudio evidencien en la actualidad niveles más elevados de ansiedad social en varones, lo cual podría vincularse con transformaciones socioculturales recientes asociadas al surgimiento de nuevas masculinidades, en las cuales los hombres muestran una mayor disposición a reconocer y verbalizar su malestar emocional. Según Mokhwelepa y Sumbane (2025), se observa una creciente apertura en los varones para hablar sobre su salud mental y reconocer su sufrimiento, lo que podría estar reflejando un proceso cultural en el cual comienzan a identificar y expresar emociones previamente reprimidas o invisibilizadas, como la ansiedad social (Silva & Melo, 2021).

Asimismo, estos resultados pueden comprenderse en el marco de las tensiones actuales entre las normas tradicionales de masculinidad y las nuevas demandas sociales, que exigen a los varones jóvenes conjugar expectativas contradictorias: por un lado, firmeza, éxito y control emocional; por el otro, sensibilidad, apertura y expresión afectiva. Esta disonancia puede generar inseguridad y malestar subjetivo en los intercambios sociales, aumentando la percepción de juicio o de no estar a la altura, factores directamente vinculados con la ansiedad social (Mokhwelepa & Sumbane, 2025; Silva & Melo, 2021).

Aunque la diferencia de género observada en este estudio sea pequeña, podría estar reflejando procesos subjetivos y socioculturales más amplios, vinculados a transformaciones generacionales en la forma en que los varones experimentan, expresan y visibilizan su malestar emocional. La ansiedad social en los hombres podría estar adoptando nuevas formas de expresión que requieren ser abordadas desde una perspectiva crítica de género (Mokhwelepa & Sumbane, 2025; Silva & Melo, 2021).

Limitaciones del Estudio y Futuras Líneas de Investigación

No obstante los resultados alentadores obtenidos en el presente estudio, de diseño transversal, que permitió identificar asociaciones significativas entre las variables y la ansiedad social en la muestra de estudiantes universitarios y que amplía la literatura sobre el tema, esta investigación presenta una serie de limitaciones, una de las principales reside precisamente en la naturaleza de este tipo de diseño metodológico (Cvetkovic-Vega et al., 2021). Los estudios transversales, al recopilar datos en un único punto en el tiempo, no permiten establecer relaciones de causalidad ni secuencias temporales entre las variables

estudiadas, lo que impide determinar la dirección del efecto observado (Cvetkovic-Vega et al., 2021; Wang & Cheng, 2020). Como resultado, aunque se hayan encontrado asociaciones estadísticamente significativas, no es posible afirmar si, por ejemplo, niveles más altos de habilidades sociales reducen la ansiedad social o si es esta última la que impacta negativamente en dichas habilidades.

Otra limitación se relaciona con el tamaño de la muestra utilizada. Aunque se obtuvo una muestra suficiente para realizar análisis estadísticos básicos, el número reducido de participantes limita la potencia estadística del estudio y la posibilidad de detectar efectos más pequeños o sutiles. Además, un tamaño muestral pequeño puede incrementar el margen de error, reducir la precisión de las estimaciones y afectar la generalización de los resultados a poblaciones más amplias (Wang & Cheng, 2020).

En este estudio se empleó un método de muestreo no probabilístico de tipo accidental, el cual, si bien puede ser útil cuando se trabaja con poblaciones heterogéneas, implica el riesgo de que los participantes seleccionados no representen adecuadamente al conjunto total de estudiantes (Torales & Barrios, 2023; Wang & Cheng, 2020). Dado que la implementación de técnicas probabilísticas presenta limitaciones prácticas en contextos universitarios, se tomaron ciertas medidas para reducir posibles sesgos, como incluir estudiantes de universidades públicas y privadas, de distintas disciplinas académicas y de diversos niveles de cursado. Sin embargo, una de las principales limitaciones se relaciona con la composición de la muestra, ya que predominó la participación de estudiantes de ciencias sociales, humanas y de la salud, lo cual responde a la mayor accesibilidad de esas facultades. Por esta razón, se sugiere que futuras investigaciones realicen estudios de

validación cruzada para examinar si los modelos se ajustan adecuadamente en muestras más representativas de otras áreas del conocimiento. Asimismo, sería recomendable trabajar con muestras más amplias, de modo que los análisis puedan replicarse bajo criterios muestrales más exigentes, tal como proponen autores como Jackson (2003) sugiere que por cada aspecto del modelo que se desea estimar como las relaciones entre variables o los indicadores incluidos, debería asegurarse un número adecuado de participantes que permita obtener resultados más estables y confiables.

Por otro lado, dado que la recolección de datos se realizó a través de instrumentos de autoinforme, no puede descartarse la presencia de sesgos de información, tales como el sesgo de deseabilidad social o el sesgo de recuerdo, que podrían haber influido en la forma en que los participantes respondieron a las escalas (Wang & Cheng, 2020). Este aspecto es especialmente relevante al tratar variables sensibles como la ansiedad social, donde las percepciones personales y el contexto pueden afectar significativamente las respuestas.

En este sentido, se considera relevante que futuras investigaciones retomen el análisis utilizando tanto enfoques correlacionales como modelos estructurales, a fin de clarificar el verdadero peso de la autoeficacia y las habilidades sociales en la manifestación de la ansiedad social en contextos universitarios diversos (Torales & Barrios, 2023).

Además, se recomienda avanzar hacia estudios longitudinales que permitan analizar la evolución temporal de las variables estudiadas y establecer relaciones de causalidad con mayor rigurosidad metodológica (Torales & Barrios, 2023). Estos diseños permitirían, por ejemplo, evaluar si el fortalecimiento de las habilidades sociales y de la autoeficacia en

estudiantes universitarios contribuye a una disminución sostenida de la ansiedad social en el tiempo. También sería relevante integrar estudios de tipo mixto, que combinen enfoques cuantitativos y cualitativos, con el fin de captar las dimensiones subjetivas y experienciales asociadas a los fenómenos en estudio (Torales & Barrios, 2023).

Además, el abordaje de esta temática desde diseños longitudinales, teniendo en cuenta la perspectiva de género, permitiría observar la trayectoria de la ansiedad social a lo largo del tiempo y detectar posibles cambios en las brechas de género, aspectos que un diseño transversal, como el del presente estudio, no puede captar (Cvetkovic-Vega et al., 2021).

Implicancia y Aplicaciones

A pesar de las limitaciones observadas, los resultados de este estudio permiten orientar intervenciones dirigidas a la comunidad educativa para disminuir la ansiedad social en estudiantes universitarios. Es crucial destacar que, tal como lo señalan revisiones de la literatura, la ansiedad social frecuentemente coexiste con otros trastornos psicológicos como la depresión y el consumo de sustancias, conformando un problema de salud pública significativo en la población universitaria (Banu, 2019). Esta alta comorbilidad incrementa el riesgo de cronicidad y puede afectar negativamente las relaciones interpersonales, el rendimiento académico y el desarrollo profesional de los estudiantes. En consecuencia, abordar la ansiedad social de manera temprana y preventiva, incluso en sus formas subclínicas, no solo permite reducir el malestar específico, sino que funciona como un

factor protector fundamental para prevenir la consolidación de un cuadro clínico completo y sus complicaciones asociadas (Matsumoto et al., 2024.)

La identificación de factores asociados brinda insumos para diseñar acciones focalizadas en el ámbito educativo, como talleres, dispositivos de acompañamiento o programas preventivos específicos. En esta línea, el estudio de Akbari et al. (2025) muestra que intervenciones grupales centradas en la regulación emocional pueden generar una reducción significativa de la ansiedad social, lo que valida la aplicación de este tipo de estrategias en contextos educativos similares al universitario.

Los hallazgos de este estudio respaldan la implementación de intervenciones psicoeducativas orientadas a la regulación emocional, considerando que entrenamientos breves y estructurados en esta área han demostrado reducir la ansiedad social y mejorar la resolución de problemas interpersonales (Akbari et al., 2025). Asimismo, se refuerza la utilidad de trabajar sobre la autoeficacia social como estrategia para disminuir el retraimiento, destacándose la eficacia del programa Cultivating our Resilience (CORE) en el fortalecimiento del afrontamiento y el bienestar psicológico en población universitaria (Palma-Gómez et al., 2020). En cuanto a las habilidades sociales, la evidencia respalda los entrenamientos grupales como modalidad efectiva para mejorar la interacción en contextos sociales, al permitir práctica en entornos seguros y retroalimentación entre pares (Akbari et al., 2025). Por último, la relación con las expectativas de rechazo subraya la importancia de intervenciones cognitivas que reformulen pensamientos anticipatorios negativos y resignifiquen experiencias interpersonales, contribuyendo así a la reducción de la ansiedad social (Palma-Gómez et al., 2020). A partir de estos resultados, se considera pertinente el

diseño de una propuesta de intervención integral que aborde conjuntamente estas dimensiones, con el objetivo de promover el bienestar psicológico de estudiantes universitarios través de una intervención integral, diseñada desde una perspectiva interdisciplinaria, con carácter preventivo y enfoque amplio e inclusivo.

En este sentido, las implicancias prácticas derivadas de este estudio se inscriben dentro del paradigma actual de salud mental en Argentina, que promueve una mirada integral, interdisciplinaria y centrada en la prevención y promoción del bienestar psicosocial (Ley Nacional de Salud Mental N° 26.657, 2010). Resulta especialmente relevante considerar a la población universitaria como un grupo prioritario, no solo por las problemáticas emocionales que pueden atravesar durante esta etapa vital, sino también porque se trata de quiénes integrarán los distintos campos profesionales en el futuro. Cuidar su salud mental implica, por tanto, una apuesta estratégica por el desarrollo humano y social del país. Para ello, es fundamental seguir generando investigaciones, que articulen evidencia científica con propuestas de intervención, viables y sostenidas en el tiempo, respaldadas por literatura especializada que permita orientar políticas institucionales sensibles a las necesidades reales de quienes transitan la educación superior (Palma-Gómez et al., 2020).

Para concluir, el presente estudio, a pesar de las limitaciones metodológicas propias de su diseño, contribuye a enriquecer la literatura existente sobre ansiedad social en el ámbito universitario, abordando un fenómeno complejo en el que confluyen múltiples factores psicológicos. Se evidenció que la ansiedad social se relaciona de manera significativa con diversas dimensiones: mayores dificultades en la regulación emocional,

menor percepción de autoeficacia social, habilidades sociales reducidas y expectativas elevadas de rechazo. Estas asociaciones sugieren que la ansiedad social no debe abordarse de forma aislada, sino como un fenómeno multideterminado que requiere un enfoque integral.

Los resultados reafirmaron la necesidad de seguir profundizando en su estudio, especialmente en un contexto donde las problemáticas de salud mental adquieren creciente relevancia, ya que además, la ansiedad social representa un factor de riesgo por su frecuente asociación con otros trastornos, lo que refuerza la urgencia de su detección y abordaje tempranos. En este sentido, contar con evidencia empírica sólida resulta fundamental para el diseño de estrategias de intervención eficaces, orientadas tanto a la prevención como a la promoción de recursos psicológicos que promuevan cambios en el ámbito educativo y favorezcan trayectorias académicas más sostenidas, reduciendo los obstáculos emocionales que se suman a las exigencias de la vida universitaria.

Referencias

- Akbari, A., Torabizadeh, C., Nick, N., Setoodeh, G., & Ghaemmaghami, P. (2025). The effects of training female students in emotion regulation technique son their social problem-solving skills and social anxiety: A randomized controlled trial. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 19(3). <https://doi.org/10.1186/s13034-025-00860-1>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Ávila Campoverde, P. I., & Ullauri Matute, A. R. (2025). *Niveles de ansiedad y autoeficacia en estudiantes universitarios de la Facultad de Psicología en el período académico septiembre 2024 – febrero 2025* [Tesis de licenciatura, Universidad de Cuenca]. Repositorio Institucional.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.
- Banu, R. P. (2019). Mental health of university students: A review study. *International Journal of Interdisciplinary Research and Innovations*, 7(2), 404-411.
- Bowlby, J. (1988). *Attachment, communication and the therapeutic process*. Routledge.
- Cheung, F. M., van de Vijver, F. J. R., & Leong, F. T. L. (2011). Toward a new approach to the study of personality in culture. *American Psychologist*, 66(7), 593–603. <https://doi.org/10.1037/a0022389>

- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment* (pp. 69–93). Guilford Press.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.
- Cook, M. A., & Newins, A. R. (2021). Social anxiety and dissociation: The moderating role of emotion regulation. *Motivation and Emotion*, 45, 345–353. <https://doi.org/10.1007/s11031-021-09875-5>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). Sage publications.
- Cvetkovic-Vega, A., Maguiña, J. L., Soto, A., Lama-Valdivia, J., & Correa-López, L. E. (2021). Estudios transversales. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 21(1), 179–185. <https://doi.org/10.25176/RFMH.v21i1.3069>
- Elias, N. (2000). *The civilizing process: Sociogenetic and psychogenetic investigations* (Revised ed.). Blackwell Publishing. (Obra original publicada en 1939)
- Gilbert, P. (2001). Evolution and social anxiety: The role of attraction, social competition, and social hierarchies. *Psychiatric Clinics of North America*, 24(4), 723–751.
- Goffman, E. (1959). *The presentation of self in everyday life*. Anchor Books.
- Grasso, L. (1999). *Introducción a la estadística en ciencias sociales y del comportamiento*. UNC.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41–54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>

- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2010). *Metodología de la investigación* (5.ª ed.). McGraw-Hill.
- Hofmann, S.G (2007). Cognitive factors that maintain social anxiety disorder: A comprehensive model and its treatment implications. *Cognitive Behaviour Therapy*, 36(4), 193-209. <https://doi.org/10.1080/16506070701421313>
- Jackson, D. L. (2003). Revisiting sample size and number of parameter estimates: Some support for the N:q hypothesis. *Structural Equation Modeling*, 10(1), 128–141. https://doi.org/10.1207/s15328007sem1001_6
- Kelly, J. A. (2002). The essence of social competence: A skills-based approach to interpersonal behavior. In T. P. Gullotta & M. Bloom (Eds.), *Encyclopedia of Primary Prevention and Health Promotion* (pp. 1080–1087). Springer.
- La Greca, A. M., & Lopez, N. (1998). Social anxiety among adolescents: Linkages with peer relations and friendships. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 26(2), 83–94. <https://doi.org/10.1023/A:1022684520514>
- Leary, M. R., Twenge, J. M., & Quinlivan, E. (2006). Interpersonal rejection as a determinant of anger and aggression. *Personality and Social Psychology Review*, 10(2), 111–132. https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1002_2
- Ley Nacional de Salud Mental N° 26.657. (2010, 2 de diciembre). Boletín Oficial de la República Argentina. <http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/175000-179999/175977/norma.htm>

- Lin, Y., & Fan, Z. (2023). The relationship between rejection sensitivity and social anxiety among Chinese college students: The mediating roles of loneliness and self-esteem. *Current Psychology*, 42, 12439–12448. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02443-7>
- Martínez, P., & Bouroncle, M. (2022). ¿Por qué los universitarios no participan en clases? Programa de entrenamiento para reducir la ansiedad social, estado y rasgo en estudiantes. *APERTURA SAN BORJA*.
- Matsumoto, K., Hamatani, S., Shiga, K., Iiboshi, K., Kasai, M., Kimura, Y., ... & Nakamura, M. (2024). Effectiveness of unguided internet-based cognitive behavioral therapy for subthreshold social anxiety disorder in adolescents and young adults: Multicenter randomized controlled trial. *JMIR Pediatrics and Parenting*, 7, e55786. <https://doi.org/10.2196/55786>
- Medrano, L. A., & Trogolo, D. (en prensa). *Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (versión argentina del DERS de Gratz y Roemer, 2004)*.
- Mokhwelepa, L. W., & Sumbane, G. O. (2025). Men's mental health matters: The impact of traditional masculinity norms on men's willingness to seek mental health support; a systematic review of literature. *American Journal of Men's Health*, 1–15. <https://doi.org/10.1177/15579883251321670>
- Morán, A. M., Tévez Carranza, S. C., López, V. G., & Alonso, M. I. (2018). Ansiedad social y expectativas de rechazo en jóvenes adultos: Un modelo explicativo desde la teoría del apego. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 10(1), 38–47.
- Morán, V. E., & Olaz, F. O. (2020). Expectativas de rechazo social: Desarrollo y validación de una escala para estudiantes universitarios. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 12(1), 1–12.

- Morán, V. E., Olaz, F. O., & de la Iglesia, G. (2018). Desarrollo y validación de un test de ansiedad social para estudiantes universitarios (TAS-U). *Revista Interamericana de Psicología*, 52(3), 299–310.
- Morán, V. E., Olaz, F. O., & Del Prette, Z. A. P. (2015). Diseño y validación de un cuestionario de habilidades sociales para universitarios (CHS-U). *Revista Evaluar*, 15(2), 43–58.
- Morán, V. E. (2016) *Modelo de ansiedad social en estudiantes universitarios: Un análisis mediante modelos de ecuaciones estructurales*. [Tesis doctoral], Facultad de Psicología, Universidad Nacional de Córdoba.
- Olaz, F. O. (2012). Desarrollo de una escala de autoeficacia social para estudiantes universitarios (EAS-U). *Interdisciplinaria*, 29(2), 255–272.
- Palma-Gómez, A., Herrero, R., Baños, R., García-Palacios, A., Castañeiras, C., Fernandez, G. L., Martín Llull, D., Cudris Torres, L., Alvis Barranco, L., Cárdenas-Gómez, L., & Botella, C. (2020). Efficacy of a self-applied online program to promote resilience and coping skills in university students in four Spanish-speaking countries: Study protocol for a randomized controlled trial. *BMC Psychiatry*, 20, Article 148. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02536-w>
- Peralta, C. L., Lucero, M. L., Escobar, A. D., Rodríguez, L. M., & Peña, M. A. (2020). Ansiedad social, habilidades sociales y autoestima en estudiantes universitarios. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 12(3), 43–53.
- Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 35(8), 741–756. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(97\)00022-3](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(97)00022-3)

- Reyes Hernández, G., Cuevas Martínez, M. del R., & Correa Reyes, A. S. (2023). Habilidades sociales, ansiedad social, rendimiento académico y género en estudiantes de psicología. *Revista Electrónica de Psicología de la FES Zaragoza-UNAM*, 13(25), 56–64.
- Rozen, N., & Aderka, I. M. (2023). Emotions in social anxiety disorder: A review. *Journal of Anxiety Disorders*, 95, 102696. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2023.102696>
- Silva, R. P., & Melo, E. A. (2021). Masculinities and mental distress: From personal care to fight against male sexism? *Ciência & Saúde Coletiva*, 26(10), 4613–4622. <https://doi.org/10.1590/1413-812320212610.10612021>
- Smith, L. M., & Betz, N. E. (2000). Development and validation of a scale of perceived social self-efficacy. *Journal of Career Assessment*, 8(3), 283–301. <https://doi.org/10.1177/106907270000800306>
- Strahan, E. Y. (2003). The effect of social anxiety on participation and performance in classroom settings. *Journal of Educational Psychology*, 95(1), 170–176.
- Tévez Carranza, L., Díaz Loving, R., & Rodríguez Luján, L. (2018). Expectativas de rechazo y su relación con el ajuste social y emocional. *Revista Interamericana de Psicología*, 52(1), 25–35.
- Tévez Carranza, S. C., Morán, A. M., & Alonso, M. I. (2018). Regulación emocional y afrontamiento en la ansiedad social: Una perspectiva desde el modelo de sensibilidad al rechazo. *Revista Interdisciplinaria de Psicología y Ciencias Afines*, 33(1), 29–44.
- Thornicroft, G., Mehta, N., Clement, S., Evans-Lacko, S., Doherty, M., Rose, D., ... & Sartorius, N. (2017). Evidence for effective interventions to reduce mental-health-related stigma and discrimination. *The Lancet*, 389(10081), 1839-1850. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(15\)00298-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)00298-6)

- Torales, J., & Barrios, I. (2023). Diseño de investigaciones: algoritmo de clasificación y características esenciales. *Medicina Clínica y Social*, 7(3), 210–235. <https://doi.org/10.52379/mcs.v7i3.349>
- Valkenburg, P. M. (2022). Social media use and well-being: A review and research agenda. *Annual Review of Psychology*, 73, 469-489. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.12.006>
- Wang, X., & Cheng, Z. (2020). Cross-sectional studies: Strengths, weaknesses, and recommendations. *CHEST*, 158(1 Suppl), S65–S71. <https://doi.org/10.1016/j.chest.2020.03.012>
- Yavuz Güzel, H., & Şahin, D. N. (2018). The effect of ostracism on the accessibility of uncertainty-related thoughts. *Archives of Neuropsychiatry*, 55(2), 183–188. <https://doi.org/10.5152/npa.2017.19342>
- Zaid, A. A., Taresh, M. M., & Aljumaili, M. K. (2023). Social rejection expectations and social anxiety among Yemeni university students. *Heliyon*, 9(3), e14153. <https://doi.org/10.6084/m9.figshare.24847299>

Anexos

Anexo A. Consentimiento Informado

Mi nombre es _____, estudiante de psicología de la Universidad Siglo 21, estoy llevando a cabo mi Trabajo Final de Grado que tiene como objetivo explorar aspectos vinculados a la ansiedad social en estudiantes universitarios, mediante la aplicación de diversas escalas psicológicas.

Por medio del presente formulario, declaro que he sido informado/a acerca de los objetivos generales del estudio y de que mi participación consiste en completar una serie de cuestionarios de forma individual.

Se me ha informado que mi participación **no implica riesgos físicos ni psicológicos**, y que los datos recolectados serán utilizados exclusivamente con fines académicos, manteniéndose en todo momento la **confidencialidad y anonimato** de la información proporcionada.

Asimismo, comprendo que puedo **retirar mi consentimiento y abandonar la participación en cualquier momento**, sin que esto implique ningún tipo de consecuencia o penalización.

Doy mi consentimiento para participar del presente estudio.

Por favor, ingresá solo las iniciales de tu nombre y apellido: _____

Anexo B. Datos Sociodemográficos

Lugar de residencia		Córdoba Capital
		Interior de la provincia
Edad		
Género autopercebido		Mujer
		Varón
		Otro
Nivel socioeconómico Autopercebido		Bajo
		Medio
		Alto
Nombre de tu Universidad		
Tu Universidad es		Pública
		Privada
Nombre de tu carrera		
En qué año de tu plan de estudios te encuentras actualmente?		1ero
		2do
		3ro
		4to
		5to
Modalidad de cursado		Presencial
		A distancia
Soy alumno/a regular		Si
		No

Anexo C. Cuestionario de Habilidades Sociales para Estudiantes Universitarios (CHS-U)

CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES PARA ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS (CHS-U)- VERSION FINAL.

Instrucciones: Lea atentamente cada uno de los ítems que se presentan a continuación. Cada uno de ellos hace referencia a una acción o sentimiento frente a una situación social determinada. Evalúe la frecuencia con que usted actúa o se siente tal como lo describe el ítem. CONTESTE A TODAS LAS PREGUNTAS. Si alguna de estas situaciones nunca le ha ocurrido, estime como se comportaría si le ocurriese. EN LA TABLA DE RESPUESTAS, marque con una la opción que mejor represente la *frecuencia* con que usted reacciona en la forma sugerida por cada ítem. Para ello, considere la siguiente escala de respuesta:

1. NUNCA O RARAMENTE (de cada 10 situaciones de este tipo, reacciono de la manera descrita 2 veces como máximo)
2. CON POCA FRECUENCIA (de cada 10 situaciones de este tipo, reacciono de la manera descrita 3 a 4 veces como máximo)
3. CON REGULAR FRECUENCIA (de cada 10 situaciones de este tipo, reacciono de la manera descrita 5 a 6 veces como máximo)
4. MUY FRECUENTEMENTE (de cada 10 situaciones de este tipo, reacciono de la manera descrita 7 a 8 veces como máximo)
5. SIEMPRE O CASI SIEMPRE (de cada 10 situaciones de este tipo, reacciono de la

manera descripta 9 a 10 veces como máximo)

RESPONDA CON SINCERIDAD A TODAS LAS PREGUNTAS

	Nunca o raramente	Con poca frecuencia	Con regular frecuencia	Muy frecuentemente	Siempre o casi siempre
1- En la escuela o trabajo, cuando no comprendo una explicación sobre algún tema, pregunto hasta comprenderlo.					
2- Cuando mis aportes no son tenidos en cuenta en la elaboración de un trabajo en grupo, expreso directamente mi disgusto.					
3- Si un compañero emite públicamente una opinión personal que me afecta, expreso mi posición.					
4- Si encuentro que me han corregido mal un examen, le solicito al profesor que lo revise					
5- Si me cortan el pelo y no quedo conforme, le reclamo al peluquero.					
6- Si un taxista conduce en forma imprudente, le solicito que lo haga en forma adecuada.					
7- En la sala de espera de un consultorio médico, si entra un visitador médico cuando me toca el turno, expreso respetuosamente mi malestar al profesional.					
8- Si en un comercio me					

tratan mal comunico mi disconformidad al encargado.					
9- Si un compañero me hace una crítica adecuada sobre mi comportamiento, lo acepto abiertamente.					
10- Si un amigo se siente mal por algo que dije o hice, le pido disculpas.					
11- Si en una discusión ofendo a mi pareja, le pido disculpas en ese momento.					
12- Si un amigo tiene dificultades, lo escucho atentamente evitando contar mis propios problemas.					
13- Al sentir deseos de conocer a alguien a quien no fui presentado(a), yo mismo me presento.					
14- Si una persona me interesa sexualmente, consigo acercarme a ella para iniciar una conversación.					
15- Si una persona me gusta, la invito a salir en la primera oportunidad.					
16- Halago a personas que despiertan un interés sexual en mí.					
17- En un viaje en ómnibus, converso con desconocidos.					
18- Mientras estoy en la fila de un banco inicio conversaciones con otras personas.					
19- Cuando estoy en la playa o en el parque, inicio conversaciones con personas que se encuentran cerca.					

20- En un congreso, me integro a conversaciones con desconocidos.					
---	--	--	--	--	--

Anexo D. Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS)

ESCALA DE DIFICULTADES EN LA REGULACIÓN EMOCIONAL- DERS

(MEDRANO y TROGOLO, EN PRENSA)

Por favor, indica con qué frecuencia las siguientes afirmaciones se te pueden aplicar, escribiendo para cada ítem el número apropiado de la escala que se encuentra a continuación:

1-----2-----3-----4-----5

casi nunca a veces casi la mitad del tiempo la mayor parte del tiempo casi siempre

(0-10%) (11-35%) (36-65%) (66-90%) (91-100%)

	1	2	3	4	5
1. Yo entiendo mis sentimientos.					
2. Presto atención a cómo me siento.					
3. Yo experimento mis emociones como sobrecogedoras y fuera de control.					
4. Me cuesta entender mis sentimientos.					
5. Estoy atento/a a mis sentimientos.					
6. Sé exactamente cómo me siento.					
7. Me importa lo que estoy sintiendo.					
8. Me siento confuso/a acerca de cómo me siento.					
9. Cuando estoy molesto/a, me enfado conmigo					

mismo/a por sentirme así.					
10. Cuando me disgusto, me da vergüenza sentirme así.					
11. Cuando me disgusto, me cuesta hacer mi trabajo.					
12. Cuando me altero, pierdo el control.					
13. Cuando me enfado, me cuesta centrarme en otras cosas.					
14. Cuando me altero, me siento fuera de control.					
15. Cuando estoy disgustado/a, yo sigo pudiendo acabar mis tareas.					
16. Cuando me altero, me siento avergonzado/a por sentirme así.					
17. Cuando me disgusto, sé que puedo encontrar una forma de sentirme mejor eventualmente.					
18. Cuando me disgusto, me siento culpable por sentirme así.					
19. Cuando me altero, me cuesta concentrarme.					
20. Cuando estoy disgustado/a, me cuesta controlar mis comportamientos.					
21. Cuando me disgusto, creo que no hay nada que pueda hacer para sentirme mejor.					
22. Cuando estoy disgustado/a, me irrito conmigo mismo/a por sentirme así.					
23. Cuando me altero, empiezo a sentirme muy mal acerca de mí mismo/a.					
24. Cuando me enfado,					

gusta mucho.	
3. Invitar a bailar a una persona que te presentaron en una fiesta.	
4. Invitar a un recital a una persona que te gusta y con la cual quieres empezar a salir.	
5. Decirle a una persona a quien conociste hace poco lo mucho que te atrae.	
6. Iniciar y mantener una conversación fluida con una persona que se encuentra sentada cerca de tu mesa en un bar.	
7. Conversar con desconocidos mientras esperas ser atendido en una fila.	
8. Iniciar una conversación en la playa con un grupo de personas que se encuentran a tu lado.	
9. Iniciar y mantener una conversación fluida con un desconocido mientras practicas un deporte.	
10. Exponer relajadamente un tema en una clase, curso o conferencia de la facultad.	
11. Realizar preguntas en voz alta al expositor durante una conferencia.	
12. Pedir a un profesor que explique nuevamente un tema que no has comprendido.	
13. Expresar tus ideas al expositor de una conferencia cuando éstas no coinciden con las suyas.	
14. Pedir que te cambien la comida en un restaurante si está fría o mal elaborada.	
15. Pedir a una persona que se adelantó en la fila del banco que respete tu lugar.	
16. Exigir que te atiendan en un negocio en el cual te están haciendo esperar más de la cuenta.	
17. Pedir que hagan silencio a un grupo de personas que hablan demasiado alto en el cine.	
18. Decirle a un compañero de la facultad cuanto lo admiras por su desempeño.	
19. Felicitar al mozo de un restaurante por la buena atención que te ha dispensado.	
20. Felicitar al bibliotecario por su buena atención.	
21. Expresar a los organizadores de una conferencia tu opinión favorable sobre los disertantes.	
22. Agradecer a un compañero por una crítica justificada sobre un trabajo que realizaste en clase.	

Anexo F. Escala de Expectativas de Rechazo Social (ERS)

ESCALA DE EXPECTATIVAS DE RECHAZO SOCIAL (ERS)

Instrucciones: A continuación se presentan diferentes ítems que incluyen una situación social y un pensamiento relacionado a ella. Para responder al instrumento,

conocido, no va a responder mi saludo					
11. Si tengo que pedir ayuda a un compañero/a para hacer un trabajo o estudiar, lo hará con pocas ganas					
12. Si converso con alguien que me atrae, seguramente la otra persona querrá finalizar la charla					
13. Si le pido a mi pareja que cambie sus planes con sus amigos/as para salir conmigo, se molestará y me dirá que no					
14. Si pido dinero prestado a mis padres o amigos/as, me lo prestarán de mala gana					
15. Si levanto la mano para decir algo en clase o una reunión, el profesor/jefe me ignorará					
16. Si le pregunto a mi pareja si me ama, evitará responderme					
17. Si voy a un boliche o fiesta, nadie querrá bailar conmigo					
18. Si mis amigos/as organizan un viaje, no seré invitado					
19. Cuando algún amigo cancela un encuentro y me dice que le surgió un inconveniente, en realidad es una excusa para no verme					
20. Si tengo que permanecer en salas de espera o lugares públicos, las personas desconocidas evitarán iniciar conversaciones conmigo					
21. Cuando hacemos un trabajo en grupo, en la facultad o en el trabajo, mis ideas serán las últimas en ser consultadas					
22. Cuando salgo con mi grupo de amigos/as, ninguna de las personas nuevas que conozcamos se sentirá atraída por mí					
23. Al organizar una reunión con amigos/as, si tengo ideas diferentes seré excluido de la actividad					
24. Si no asisto a las reuniones de					

10. Elogiar a un compañero/a frente a otros colegas	
11. Contestar preguntas del profesor/a en clase	
12. Dar una clase o exponer un trabajo	
13. Rendir exámenes orales	
14. Dar opiniones en público	
15. Hacer una pregunta al profesor/a frente a la clase	
16. Recibir críticas sobre tu trabajo en público	
17. Presentarte a un grupo de desconocidos en una reunión	
18. Utilizar el ascensor junto a personas desconocidas	
19. Atender el teléfono celular frente a desconocidos en una reunión	
20. Llorar frente a otras personas	
21. Comer frente a personas que te resultan atractivas	
22. Llevar una bandeja en un patio de comidas concurrido	
23. Caminar frente a un grupo de personas atractivas	
24. Mantener una conversación con una persona que te atrae sexualmente	
25. Recibir elogios de personas que te atraen sexualmente	
26. Invitar a salir a alguien que te atrae	
27. Sacar a bailar a alguien que te atrae en una fiesta o boliche	