



Nombre de alumnos: Fernanda Patricia Hernández Díaz

Nombre del profesor: Lindsay Vázquez

Nombre del trabajo: Trabajo 2

Materia: Investigación en psicología

Grado: 3er Cuatrimestre

Grupo: LPS19SSCO9-A

III. OBJETIVOS

El objetivo de esta investigación es para dar a saber que la ansiedad es una respuesta de anticipación ante posibles amenazas. Una reacción de alerta a algo que puede ocurrir, que al igual que el estrés, contribuye a que estemos preparados.

Identificar la manera en que afecta la ansiedad en los adultos, en su rendimiento laboral y en sus diferentes actividades diarias.

Dar a conocer los diferentes tipos de afectaciones que la ansiedad puede traer al individuo si no sabe controlarlo.

Demostrar a los adultos el porqué no deben someterse a un nivel de trabajo excesivo y como puede hacer para combatir con este.

IV. HIPÓTESIS

En este punto, la hipótesis parte de que el trabajo es un factor causante de la ansiedad en los adultos, pues en función de cómo el sujeto integre la información que le llega del entorno laboral, así se producirá la explosión de la conducta ansiosa.

V. REFERENTES TEÓRICOS

Estos son algunos referentes teóricos acerca de la ansiedad

Lang (2002): es una respuesta emocional que da el sujeto ante situaciones que percibe o interpreta como amenazas o peligros.

Beck (1985) refiere que es la percepción del individuo a nivel incorrecto, estando basada en falsas premisas.

Kyriacou y Sutcliffe (1987): una respuesta con efectos negativos (tales como cólera, ansiedad, depresión) acompañada de cambios fisiológicos potencialmente patógenos (descargas hormonales, incremento de la tasa cardiaca, etc.).

Lazarus (1976): La ansiedad es un fenómeno que se da en todas las personas y que, bajo condiciones normales, mejora el rendimiento y la adaptación al medio social, laboral, o académico. Tiene la importante función de movilizarlos frente a situaciones amenazantes o preocupantes, de forma que hagamos lo necesario para evitar el riesgo, neutralizarlo, asumirlo o adecuadamente.