

> **Ansiedad académica:** qué dice el DIA Socioemocional

¿Qué es la ansiedad académica?

Es la respuesta emocional de temor, preocupación, inseguridad o nerviosismo, que experimentan los y las estudiantes cuando se enfrentan a:

- Pruebas
- Interrogaciones orales
- Trabajos
- O cualquier situación de evaluación

A veces, reaccionar con ansiedad ante las evaluaciones es algo permanente, pero en muchas ocasiones es una **respuesta transitoria** que depende del contexto.

¿Qué ver en los resultados del Cuestionario Socioemocional del DIA?

Enfócate en el %RF: si en el informe del curso, el %RF en **Ansiedad académica** es bajo, significa que muchos estudiantes experimentan altos niveles de ansiedad frente a las evaluaciones.



Importante:

- Reducir la ansiedad no es bajar la exigencia, es sumar condiciones para que todas y todos puedan aprender.

