



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

TESIS
**“ANSIEDAD Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESCOLARES DE UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR EN AREQUIPA – 2021”**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Calidad de vida, resiliencia y bienestar psicológico

Presentado por:

Celeste Nicole Rivas Condoy

Tesis desarrollada para optar el Título Profesional de Licenciada en
Psicología

Docente asesor:

Dra. Cessil Massiel Candela Lévano

Código Orcid N°0000-0003-2616-0670

Chincha, Ica, 2021

Asesora

Dra. Dra. Cessil Massiel Candela Lévano

Miembros del jurado

-Dr. Edmundo Gonzáles Zavaleta

-Dr. William Chu Estrada

-Dra. Susana Atuncar Deza

DEDICATORIA

La investigación expuesta está dedicada en primer lugar a Dios, quien me apoyo espiritualmente en el camino y a tener confianza para finalizar esta etapa importante de mi vida

A mi madre María Elena, quien me apoyo incondicionalmente a seguir mi carrera universitaria y llegar hasta este momento.

A mi padre Jaime Gustavo, el cual fue vital para elegir la carrera hermosa de psicología humana, también quien me aconseja sabiamente día a día

A mi hermana que fue la persona con más emoción a la hora de ingresar a la universidad

AGRADECIMIENTOS

Para finalizar agradezco a la directora Roxana quien me brindo la disposición de su institución para realizar las evaluaciones, y a mi asesora de tesis quien me aconsejo sabiamente y tuvo mucha paciencia en el camino.

RESUMEN

El presente estudio sostuvo como objetivo principal definir la existencia de la relación entre ansiedad y hábitos de estudios en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021.

El método elegido fue cuantitativo, transversal y correlacional, en el cual participaron 77 escolares de 14 a 18 años respectivamente.

Los instrumentos elegidos para medir las variables fueron la escala de ansiedad de Zung y el inventario de hábitos de estudio de Vicuña CAMS 85.

Los resultados encontrados en la investigación fueron los siguientes: el 36.4% de encuestadas manifestaron ansiedad marcada, mientras que el 40.3% demostró hábitos cotidianos de estudio con tendencia a lo positivo. Además de demostrar una relación negativa muy baja entre las variables del estudio con un p valor de 0,038 y un coeficiente de -0237, mientras que las 3 primeras dimensiones de los hábitos no se relacionan con la ansiedad, por último, las 2 últimas si se relacionan. El estudio concluyó con la existencia de una relación entre ansiedad y hábitos de estudio, además de corroborar que no existe relación entre formas de estudiar, resolución de tareas, preparación para exámenes y ansiedad, mientras que forma de escuchar las clases y acompañamiento de estudio si se relacionan.

PALABRAS CLAVES:
ANSIEDAD, HÁBITOS Y ESTUDIO

ABSTRACT

The main objective of this study was to define the existence of the relationship between anxiety and study habits in schoolchildren of a Private Educational Institution in Arequipa-2021.

The chosen method was quantitative, cross-sectional and correlational, in which 77 schoolchildren aged 14 to 18 respectively participated.

The instruments chosen to measure the variables were the Zung anxiety scale and the Vicuña CAMS 85 study habits inventory.

The results found in the research were the following: 36.4% of respondents manifested marked anxiety, while 40.3% demonstrated daily study habits with a tendency towards the positive. In addition to showing a very low negative relationship between the study variables with a p value of 0.038 and a coefficient of -0.237, while the first 3 dimensions of habits are not associated with anxiety, and finally, the last 2 are related. The study concluded with the existence of a relationship between anxiety and study habits, in addition to corroborating that there is no association between ways of studying, solving tasks, preparing for exams and anxiety, while the way of listening to classes and study accompaniment does are related.

KEYWORDS:

ANXIETY, HABITS AND STUDY

ÍNDICE GENERAL

CARÁTULA	I
DEDICATORIA.....	III
AGRADECIMIENTOS	IV
RESUMEN	V
PALABRAS CLAVES:	V
ABSTRACT	VI
ÍNDICE GENERAL	VII
ÍNDICE DE CUADROS	IX
ÍNDICE DE FIGURAS	X
I. INTRODUCCIÓN	11
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	12
2.1. Descripción problemática	12
2.2. Pregunta de investigación general	14
2.3. Preguntas de investigación específicas	14
2.4. Objetivo general	15
2.5. Objetivos específicos	15
2.6. Justificación e importancia	16
2.7. Alcances y limitaciones.....	17
III. MARCO TEÓRICO	18
3.1. Antecedentes	18
3.2. Bases teóricas.....	23
3.3. Marco conceptual	34
IV. METODOLOGÍA.....	36
4.1. Tipo de investigación	36
4.2. Diseño de la investigación	36
4.3. Operacionalización de las variables	36
4.4. Hipótesis general y específicas	40
4.5. Población y muestra	41
4.6. Técnicas e instrumentos validez y confiabilidad	42
4.7. Recolección de datos.....	46
4.8. Técnicas de análisis e interpretación de datos	46
V. RESULTADOS.....	47
5.1. Presentación de resultados –descriptivos.....	47

5.2. Presentación de resultados- tablas cruzadas	55
VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	62
6.1. Análisis de los resultados prueba de hipótesis	64
6.2. Comparación de los resultados con antecedentes	70
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	71
Conclusiones	71
Recomendaciones	72
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	73
ANEXOS	75
Anexo 1. Matriz de consistencia	76
Anexo 2 Matriz de operacionalización de variables	80
Anexo 3 Instrumentos	83
Anexo 4. Ficha de validación de expertos	89
Anexo 5. Base de datos	91
Anexo 6. Informe de turnitin	92
Anexo 7 Constancia de trabajo de la institución educativa	93
Anexo 8 Consentimiento	94

ÍNDICE DE CUADROS

Tabla 1. Distribución de frecuencias y porcentajes de las características sociodemográficas de los escolares.....	47
Tabla 2. Distribución de frecuencias y porcentajes de la variable ansiedad ..	48
Tabla 3. Distribución de frecuencias y porcentajes de la variable hábitos de estudio	49
Tabla 4. Distribución de frecuencias y porcentajes de la dimensión forma de estudio	50
Tabla 5. Distribución de frecuencias y porcentajes de la dimensión resolución de tareas	51
Tabla 6. Distribución de frecuencias y porcentajes de la dimensión preparación para exámenes.....	52
Tabla 7. Distribución de frecuencias y porcentajes de la dimensión forma de escuchar las clases	53
Tabla 8. Distribución de frecuencias y porcentajes de la dimensión acompañamiento de estudio	54
Tabla 9. Porcentajes de la variable ansiedad y hábitos de estudio	55
Tabla 10. Porcentajes de forma de estudio y ansiedad	56
Tabla 11. Porcentajes de ansiedad y resolución de tareas	57
Tabla 12. Porcentajes de preparación para exámenes y ansiedad.....	58
Tabla 13. Porcentajes de forma de escuchar las clases y ansiedad	59
Tabla 14. Porcentajes de acompañamiento de estudio y ansiedad.....	60
Tabla 15. Prueba de normalidad	62
Tabla 16. Relación entre hábitos de estudio y ansiedad	64
Tabla 17. Relación entre forma de estudio y ansiedad.....	65
Tabla 18. Relación de resolución de tareas y ansiedad	66
Tabla 19. Relación entre preparación para exámenes y ansiedad.....	67
Tabla 20. Relación entre ansiedad y forma de escuchar las clases	68
Tabla 21. Relación entre acompañamiento de estudio y ansiedad	69

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1.	Ansiedad.....	48
Figura 2.	Hábitos de estudio	49
Figura 3.	Forma de estudio.....	50
Figura 4.	Resolución de tareas en escolares.....	51
Figura 5.	Preparación para exámenes.....	52
Figura 6.	Forma de escuchar las clases	53
Figura 7.	Acompañamiento de estudio	54
Figura 8.	Ansiedad y Hábitos de estudio	55
Figura 9.	Ansiedad y Forma de estudio	56
Figura 10.	Ansiedad y resolución de tareas.....	57
Figura 11.	Ansiedad y preparación para exámenes	58
Figura 12.	Ansiedad y forma de escuchar las clases.....	59
Figura 13.	Ansiedad y acompañamiento de estudio	60

I. INTRODUCCIÓN

Los estudiantes que padecen un cuadro de ansiedad sufren alteraciones en diversos aspectos de su vida, afectando también sus hábitos de estudios comprometiendo su rendimiento académico, además de experimentar numerosos síntomas ansiosos que se manifiestan en su vida diaria.

A nivel internacional Wilson Sigchos, en su investigación, demostró que si existe relación entre hábitos de estudio y rendimiento académico. (Sigchos, 2018). En la misma línea en su estudio Schimidt demostró que la ansiedad de estado influye sobre el rendimiento académico de manera considerable (Schmidt, 2018). Por otro lado en el plano nacional, Encajadillo en su investigación demostró que existe relación importante entre estrés académico y hábitos de estudio. En la institución elegida para la investigación se toma en cuenta que falta estimular la motivación y hábitos de estudios en los escolares de secundaria.

El estudio presentó como justificación teórica, el proporcionar datos verídicos y actualizados acerca del trastorno de ansiedad y hábitos de estudio, por lo tanto, será un gran aporte para investigaciones que se realizarán posteriormente, además de generar el interés y la atención requerida en las variables de la investigación. Como justificación práctica el estudio sirvió como un relevante aporte a los escolares de la Institución educativa que participaron en la investigación, puesto que al evaluar las variables del estudio sirvió como estrategia para reflexionar sobre la relevancia de los trastornos mentales, además conocer las características del grado de ansiedad y hábitos de estudio, siendo una estrategia útil para comprender en que aspectos se debe trabajar, de esta manera lograr un óptimo estado mental, optimizar el rendimiento escolar, la comprensión, atención, memoria y la calidad del estudio de los escolares de la institución.

La presente investigación plantea como finalidad determinar la relación de las variables ansiedad y hábitos de estudios en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa -2021.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1. Descripción problemática

Uno de los aspectos en el país de mayor relevancia es la educación, tomando en cuenta la medida en la que puede emplearse como herramienta de desarrollo, puesto que un país con un alto grado de interés sobre los hábitos de estudio y la educación, progresa y muestra un desarrollo óptimo. Se considera a los hábitos de estudio como la base fundamental para lograr una sociedad instruida, informada, que demuestra a su vez procesos cognitivos excelentes tales como atención, memoria, alto grado de comprensión lectora, organización y orden. Sin embargo, existe diversos aspectos que pueden influir negativamente en los hábitos de estudios de una sociedad, una de ellas es el trastorno de ansiedad, la cual genera un estado de alerta y tensión. La ansiedad es un gran temor causado por estímulos percibidos de forma negativa, produciendo síntomas tanto fisiológicos como psicológicos que crean desventaja a la hora de estudiar y practicar buenos hábitos. Un escolar ansioso difícilmente logrará atender al docente, reflexionar y cuestionarse la información recibida, por ende, no aprenderá. Por otro lado, la problemática expuesta se considera como un factor detonante al actual estado de crisis sanitaria que enfrentamos en el país por la llegada del COVID- 19, ya que hoy en día los jóvenes sienten más presión por el aislamiento que enfrentan diariamente, además de no interactuar con sus compañeros y no salir al exterior como antes. Estos factores serán las raíces del trastorno de ansiedad que también compromete su estado de ánimo y no tiene toda la atención que merece.

No cabe duda que la etapa por la que pasan los adolescentes es muy importante, es una etapa en la cual su formación presenta cambios, por ejemplo, a la hora de rendir exámenes, organizarse, estudiar y presentar trabajos, esta situación sumada a los diversos cambios que experimentan los jóvenes, la falta de motivación, falta de apoyo de los padres de familia, afectan la salud mental y hábitos de estudio de los escolares.

En el plano internacional existen niveles altos de prevalencia de problemas mentales tanto en niños como en adolescentes, teniendo a Estados Unidos,

con un índice de 21%, en Europa el 15%, siendo Grecia el país con mayor índice del viejo continente con un 39%, mientras que en la India los valores oscilan entre 7 y 20%, según regiones; por otro lado, en Sudamérica, los mayores valores se encuentran en Chile con un 15%, Colombia entre 12 y 29% según regiones. (Carrasco, 2020).

En el plano nacional de acuerdo a datos de Instituto nacional de estadística e informática existe un valor de 12.5 % de niños y adolescentes que padecen trastornos mentales, los cuales no reciben la atención requerida. Por otro lado, en el país el 60 % de consultas en el servicio de salud mental son niños y adolescentes, tomando en cuenta a la ansiedad como el motivo de consulta más común de acuerdo al Ministerio de salud (Carrasco, 2020).

En la institución elegida para el estudio no se ha realizado estudios similares, de esta forma la presente investigación pretendió ser un gran aporte a nivel educativo y social debido a la falta de motivación de algunos escolares que se ven afectados sobre todo en su rendimiento académico. Teniendo en cuenta todos los puntos expuestos anteriormente se tomó la decisión de crear la presente investigación con la finalidad de ayudar a crear conciencia de la problemática y exhortar a docentes y otros profesionales a elaborar programas o estudios para la mejora de la problemática expuesta.

2.2. Pregunta de investigación general

¿Cuál es la relación entre ansiedad y hábitos de estudios en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021?

2.3. Preguntas de investigación específicas

P.E. 1

¿Cuál es la relación que existe entre ansiedad y forma de estudio en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021?

P.E.2

¿Cuál es la relación que existe entre ansiedad y resolución de tareas en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021?

P.E.3

¿Cuál es la relación que existe entre ansiedad y preparación para exámenes en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021?

P.E.4

¿Cuál es la relación que existe entre ansiedad y forma de escuchar las clases en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021?

P.E.5

¿Cuál es la relación que existe entre ansiedad y acompañamiento de estudio en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021?

2.4. Objetivo general

Determinar la relación entre ansiedad y hábitos de estudio en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021

2.5. Objetivos específicos

O.E.1

Determinar la relación entre la ansiedad y forma de estudio en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021

O.E.2

Determinar la relación entre la ansiedad y resolución de tareas en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021

O.E.3

Determinar la relación entre la ansiedad y preparación para exámenes en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021

O.E.4

Determinar la relación entre la ansiedad y forma de escuchar las clases en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021

O.E.5

Determinar la relación entre la ansiedad y acompañamiento de estudio en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021

2.6. Justificación e importancia

Justificación práctica

La presente investigación sirvió como un relevante aporte a los escolares de la Institución educativa que participaron en la investigación, puesto que al evaluar las variables del estudio sirvió como estrategia para reflexionar sobre la relevancia de los trastornos mentales, además conocer las características del grado de ansiedad y hábitos de estudio, siendo una estrategia útil para comprender en que aspectos se debe trabajar, de esta manera lograr un óptimo estado mental, optimizar el rendimiento escolar, la comprensión, atención, memoria y la calidad del estudio de los escolares de la institución.

Justificación teórica

Teóricamente el estudio proporcionó datos verídicos y actualizados acerca del trastorno de ansiedad y hábitos de estudio, por lo tanto, será un gran aporte para investigaciones que se realizarán posteriormente, además de generar el interés y la atención requerida en las variables de la investigación.

Justificación metodológica:

El presente estudio contribuyó a nivel metodológico ya que gracias a este se obtuvo datos estadísticos actuales verídicos, que a su vez son una herramienta para los diversos profesionales para realizar planificaciones o programas con el fin de intervenir satisfactoriamente en las variables mencionadas.

2.7. Alcances y limitaciones

Alcances:

Social: En la presente investigación participaron estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Particular en Arequipa

Territorial: Ciudad de Arequipa, Perú

Temporal: Año 2021

Limitaciones:

El estudio presentó como principal limitación el actual estado de emergencia a raíz de la pandemia de COVID -19, por lo cual requirió una óptima adecuación en el proceso, logística y recursos para el desarrollo de la investigación.

III. MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes

Internacionales

1. (Sigchos, 2018). En Ecuador presentó como objetivo de su investigación determinar la influencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico en la unidad educativa Avelina Lasso de Plaza. Siguiendo un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo y diseño correlacional. La muestra estuvo constituida por 219 estudiantes. Se utilizó el cuestionario CHTE. Los resultados obtenidos demostraron que existe una correlación significativa entre las variables de estudio. Los resultados de la investigación demostraron la existencia de una correlación positiva significativa de nivel bajo ($R=0.265$) entre las variables de la investigación, por otro lado, entre las dimensiones de hábitos de estudio y rendimiento académico existen correlaciones significativas de nivel bajo. La conclusión del estudio fue que el grado de hábitos de estudio de los escolares sí influye en el rendimiento de los escolares de la institución.

2. (Schmidt, 2018). En Argentina realizó una investigación teniendo como finalidad descubrir la relación entre la ansiedad de estado y rasgo con el rendimiento académico; para ello aplicó el inventario de ansiedad de rasgo y estado de Spielberg contando con una muestra de 100 estudiantes. Los resultados del estudio demostraron una correlación positiva ($R=0.212$), entre ansiedad de estado y rendimiento académico, mientras que ansiedad de rasgo y rendimiento académico presentaron una correlación positiva no significativa. La investigación concluyó que la ansiedad de estado influye sobre el rendimiento académico de manera considerable; mientras que la ansiedad rasgo no cuenta con relevancia estadística que proporcione información al respecto.

3. (Dominguez, 2018). En México realizó un estudio teniendo como objetivo general correlacionar los hábitos de estudio y el bienestar psicológico en alumnos de la Escuela Normal de Tejupilco, Estado de México. Contando

con una muestra de únicamente 62 estudiantes de los cuales 16 son hombres y 46 mujeres. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Hábitos de Estudio de Pozzar y el cuestionario de Bienestar Psicológico desarrollado por Ryff. Por otra parte, los resultados obtenidos mostraron que no existe una correlación estadística significativa entre las variables del estudio. Además, la escalas condiciones ambientales obtuvo una media de 24.22, la escala de planificación con una media de 12.30, la escala, utilización de materiales tiene una media de 16.88 que la clasifica en un nivel normal; en tanto la escala de Asimilación de Contenidos tiene una media de 21.88, ubicándola en un nivel normal; finalmente la escala de sinceridad tiene una media de 17.34. lo que demuestra que las escalas se ubican en un nivel normal. El estudio concluyó que no existe relación significativa entre una variable y otra, sugiriendo la implementación de talleres de motivación, autoestima y liderazgo en la escuela con la finalidad de reforzar el bienestar general de los alumnos.

4. (García, 2017). En Ecuador, realizó una investigación teniendo como objetivo determinar la relación de ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de 7 a 15 años de la Unidad Educativa Navarra del Sur de Quito, durante junio y julio del 2017. Aplicó el método cuantitativo de diseño transversal y utilizó los instrumentos CMASR-2, además consideró la base de datos de notas de los estudiantes. El estudio contó con una muestra de 135 estudiantes de 7 a 15 años. Los resultados del estudio demostraron una correlación negativa, estadísticamente significativa, de grado bajo ($R = -0,319$) entre las variables del estudio. Además de encontrar correlaciones significativas ($Rho = -0,317$); ($Rho = -0,191$); ($Rho = 0,252$) entre las dimensiones de ansiedad y la variable rendimiento académico, mientras que existe una correlación no significativa ($R = 0,136$) entre la dimensión defensividad y rendimiento académico. Para finalizar el estudio concluyó que existe una asociación inversamente proporcional entre la ansiedad y rendimiento académico.

5. (Hereira, 2017). En Colombia, expuso en su investigación hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes del grado undécimo de dos colegios adventistas del norte de Colombia, La investigación fue cuantitativa, descriptiva, correlacional y transversal. La población estuvo constituida por 67 estudiantes. Se aplicó el instrumento CASM 85, además considero las notas promedio de los estudiantes. Los resultados de la investigación mostraron que la variable hábitos de estudio muestra una confiabilidad general muy aceptable ($\alpha = .868$). Además, el rendimiento académico y los hábitos de estudio presentaron una relación positiva media baja ($R=0.328$). Por otro lado, se pudo observar que los hábitos de estudio se relacionan en gran medida con el rendimiento en la materia de sociales y ciudadanía ($R = 0.417$). El estudio concluyó que existe evidencia de la relación entre hábitos de estudio y el rendimiento académico se relacionan significativamente y con un nivel de significancia medio bajo.

Nacionales

1. (Ramírez, 2020). En su estudio presentó como hábitos de estudio y estrés académico, indagar la posible relación entre los hábitos de estudio y estrés académico en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la I.E. N° 20392. Huaral. La muestra la conformó 59 estudiantes varones y mujeres de un colegio estatal del distrito de Huaral en Lima. Se aplicó el inventario de hábitos de estudio CAMS-85, y el inventario de SISCO. El estudio fue de diseño no experimental correlacional. Los resultados obtenidos demostraron una correlación significativa e inversa entre las variables del estudio ($R=-0.287$), además entre las dimensiones clases, momentos, exámenes y la variable estrés académico existen correlaciones bajas y significativas ($Rho=-0.249$) ;($Rho -0.195$) ;($Rho -0.092$), sin embargo, la correlación entre la dimensión tareas y estrés académico no fue significativa. Por último, la investigación concluyó que si existe relación entre las variables del estudio.

2. (Cruz, 2019). En su investigación expuso como objetivo determinar la relación entre la inteligencia emocional y los hábitos de estudio en estudiantes de una institución educativa estatal del distrito de Moche, 2017. Se empleó instrumento validados Bar-On ICE – NA y el Inventario de hábitos de estudio CASM – 85, aplicados a 181 estudiantes. Los resultados de la investigación demostraron una correlación significativa y débil ($Rho=0.317$) entre inteligencia emocional y hábitos de estudio, además de identificar correlaciones directas de grado medio y significativas ($Rho = 0.218$); ($Rho = 0.236$); ($Rho = 0.226$); ($Rho = 0.360$) entre inteligencia emocional y las dimensiones de hábitos de estudios. Finalmente, la única dimensión que no obtuvo una correlación significativa fue ¿Qué acompaña sus momentos de estudio? ($Rho=0.099$). El estudio concluyó que la relación entre la inteligencia emocional y los hábitos de estudio en los alumnos es una correlación débil, la cual señala un bajo impacto de la inteligencia emocional sobre los hábitos de estudio y viceversa.

3. (Delgado, 2019). En su investigación presentó como objetivo comprobar la correlación que existe entre hábitos de estudio frente a ansiedad ante los exámenes de una entidad educativa de Motupe. El estudio fue de tipo no experimental con un diseño correlacional. Contó con una muestra de 100 estudiantes del quinto año de secundaria. Se empleó el instrumento IDASE y el inventario de hábitos de estudio CAMS 85. En los resultados de la investigación se encontró una correlación negativa y baja altamente significativa ($Rho = -0.313$) entre las variables ansiedad y hábitos de estudio. Mientras que entre la dimensión de hábitos de estudio y ansiedad existen correlaciones negativas, bajas y significativas ($Rho = -0.092$); ($Rho = -0.276$); ($Rho = -0.272$); ($Rho = -0.246$). La investigación concluyó que a mayores hábitos de estudio que adquieran alumnos su nivel de ansiedad ante los exámenes será menor.

4. (Cueva, 2019). En su investigación presentó como objetivo determinar la relación entre los hábitos de estudio y el estrés escolar en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la Institución Educativa Santa Anita, 2019. El enfoque del estudio fue cuantitativo, correlacional; el diseño no experimental, transversal. El estudio contó con 121 estudiantes de 4to y 5to de secundaria, considerando una muestra tipo censo integrada por la totalidad de la muestra referida. Para el estudio se aplicó el cuestionario de hábitos y técnicas de estudio, además del inventario SISCO de estrés académico. Los resultados del estudio demostraron una relación negativa, baja y significativa entre las variables de la investigación ($R = -0,175$), además las tres dimensiones de la variable de hábitos de estudio obtuvieron una correlación negativa baja y significativas ($R = -0,251$) con la variable estrés académico, por otro lado se obtuvo una correlación negativa baja no significativa ($R = -0,047$); ($R = -0,017$) entre la variable estrés académico y las dimensiones planificación de tiempo y conocimientos de técnicas básicas. El estudio concluyó que no existe relación entre hábitos de estudio y estrés escolar en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la Institución Educativa Santa Anita, 2019.

5. (Encajadillo, 2019). En su estudio planteó como objetivo determinar la relación entre el estrés académico y los hábitos de estudio en estudiantes de cuarto año de secundaria de la Institución educativa Herman Buse de La Guerra 2095, La población estuvo formada por 235 estudiantes y la muestra por 149 escolares. Se aplicaron el inventario de Sisco sobre estrés académico y el inventario de hábitos de estudio de CAMS 85. Los resultados demostraron una relación significativa ($Rho = 0,840$) entre las variables. Las dimensiones de la variable estrés académico relacionadas con hábitos de estudio obtuvieron correlaciones positivas y significativas ($Rho = 0,773$); ($Rho = 0,596$); ($Rho = 0,744$). El estudio concluyó con la significativa relación del estrés académico y sus dimensiones con los hábitos de estudio.

3.2. Bases teóricas

3.2.1. Ansiedad

Definición:

Existen diferentes definiciones del trastorno de ansiedad, como:

En primer lugar, el concepto que brinda Spielberg que considera que la ansiedad se origina cuando una persona percibe estímulos amenazantes negativos o peligrosos, mientras más peligro perciba la persona los síntomas y el grado de ansiedad crecerán siendo proporcionales, la ansiedad se desarrolla dependiendo de las experiencias que podamos tener a largo de la vida (Carrasco, 2020).

Como plantea Spielberg , al hablar de ansiedad, la define como una característica emocional que se considera como percepción individual frente a situaciones amenazantes o peligrosas, con acciones de respuesta presentadas, en su gran mayoría, de forma automática, mientras que otros comportamientos se manifiestan de forma racional; estas acepciones generan dos conceptos nuevos, la ansiedad normal y la ansiedad patológica; la primera está presente a lo largo de nuestras vidas cuando nos enfrentamos a los cambios naturales del desarrollo y crecimiento. Sin embargo, la segunda, es aquella que excede sus consecuencias sin que se presente algún motivo razonable (Carrasco, 2020).

Por otro lado, Schlatter, comprende a la ansiedad como una respuesta automática y de manera racional, para entender la ansiedad separa en dos tipos una ansiedad normal y otra de tipo patológica, la primera se desarrolla en la vida cuando afrontamos cambios y crecimientos de forma natural, y en la segunda manifiesta un excesivo grado en sus consecuencias sin alguna causa aparente (Carrasco, 2020).

Finalmente, Beck, Emery & Grenberg consideran que, a la ansiedad de manera subjetiva, refieren que la ansiedad es un estado desagradable de

malestar mental, que produce tensión y se manifiesta físicamente en la persona, por ejemplo, con pulso acelerado, taquicardia, temblores, náuseas y descompensación (Carrasco, 2020).

PRINCIPALES TEORÍAS:

-Teoría psicoanalítica

Una de las teorías más conocidas fue la que expuso Freud, donde explica que la ansiedad se genera por reprimir deseos, se expresa como síntomas de ansiedad, y la comprende como miedo de corta duración, por una vista del futuro imprecisa, finalmente plantea que la angustia se manifiesta de forma similar a la ansiedad (Carrasco, 2020).

Sullivan complementó la teoría con una dirección más psicosocial, plantea que la ansiedad es una respuesta de tensión a raíz de una amenaza que se percibe como real, que posee diferentes niveles dependiendo de la intensidad, para Sullivan la ansiedad disminuye el rendimiento y la satisfacción de necesidades, también perturba los vínculos sociales, el pensamiento y la autoestima (Carrasco, 2020).

En la última teoría Freud señala que las personas tienen necesidades propias, urgencias e instintos básicos, guardados en el interior de la psiquis y comprende a la ansiedad como un estado que produce comportamientos para calmar el malestar mental, de acuerdo a Freud la herramienta más útil para entender las necesidades y estados principales es el psicoanálisis (Carrasco, 2020).

SINTOMATOLOGÍA:

Existe una diversa sintomatología expuesta a continuación (Carrasco, 2020).

-Aspecto: Tensión en los músculos, palidez, sudoración, agotamiento y temblores musculares.

-Conducta: Atención vigilante, capacidad para seguir instrucciones, somatización, inmovilidad y exaltación.

-Conversación: Deseo de cambiar la dirección de la conversación, dudas, una búsqueda de seguridad, habla de miedos, sensación de desamparo y evita dialogar sobre los sentimientos.

- **Signos fisiológicos:** Mediados por el sistema central

-Signos cardio-vasculares: Taquicardia, aumento en la presión y sensación de calor.

-Signos respiratorios: Presión en el pecho, aumento de velocidad en la respiración.

-Signos gastrointestinales: Vómitos arcadas, vómitos, diarrea, malestar estomacal.

-Signos genitourinarios: Micción frecuente, enuresis, de eyaculación precoz, frigidez, impotencia

-Signos neuromusculares: Temblores, tensión muscular y calambres, dolores musculares.

-Signos neuro-vegetativos: Boca reseca, aumento en la transpiración, vértigo, manifestados por estudiantes antes de exponer o rendir exámenes.

CLASIFICACIÓN:

A continuación, se menciona la clasificación de la ansiedad guiándose del DSM 5 (Tortella-Feliu, 2014).

-Trastorno de ansiedad por separación: La persona con el presente tipo de ansiedad, sufre de un temor significativo cuando un cercano o familiar con la que produjo un gran vínculo afectivo se separa del o ella, lo que ocasiona reacciones y signos de ansiedad.

-Mutismo selectivo: La persona con el presente tipo de ansiedad, padece de un temor específico al momento de hablar con otras personas que no son de su círculo cercano.

-Fobia específica: Es un gran rechazo y temor hacia alguna situación específica, objeto o animal, la persona que la padece suele manifestar signos ansiosos tales como pulso acelerado, transpiración, agitación, malestar psicológico entre otros.

-Trastorno de ansiedad social: La persona que la padece manifiesta un temor significativo a la hora de entablar conversaciones o estar en un entorno social, esta situación le genera síntomas por el temor a que lo juzguen o lo rechacen.

-Trastorno de angustia: Es un temor significativo que se da con frecuencia y que suele durar semanas, la persona que la padece tiene temor de las consecuencias que pueden conllevar estos momentos de crisis que está pasando, al igual de generar cambios en la conducta y la presencia de un gran malestar psicológico.

-Agorafobia: Es un temor notable a situaciones relacionadas con el exterior, tales como pasar por donde hay muchas personas junta, usar el transporte público, entre otros. La persona que la padece necesita salir con alguien conocido para sentirse seguro.

-Trastorno de ansiedad generalizada: Se considera como un temor notable y frecuente que la persona no logra controlar.

-Trastorno de ansiedad debido a sustancias o medicación: El presente tipo de ansiedad se da a raíz de consumir medicación que cause dependencia, ocasionando una serie de síntomas notables ansiosos.

-Trastorno de ansiedad producido por otras enfermedades: El presente tipo de ansiedad se da a raíz psicopatológicamente de otra enfermedad.

-Otros trastornos de ansiedad específicos: Se evidencia la presencia de síntomas ansiosos, pero no se puede considerar en ninguna otra clasificación del trastorno de ansiedad o no cumple con los criterios establecidos

-Trastorno de ansiedad no especificada: Existen síntomas notables ansiosos, los cuales no evidencian todos los criterios requeridos de los demás tipos de la lista.

3.2.2. Hábitos de estudio

Definición:

A continuación, se mencionarán algunos conceptos:

Una de las primeras definiciones a considerar es la definición brindada por Cartagena, quien comprende a los hábitos de estudios como técnicas de organización que el estudiante puede poner en práctica todos los días para conseguir nuevos conocimientos, estimulando el progreso de concentración, atención y disminución de la distracción de factores externos (Carrasco, 2020).

En segundo lugar, para Ruiz los hábitos de estudio son conductas que permiten potenciar el aprendizaje adquirido, generando que el estudiante realice comportamientos de manera mecánica hasta que se conviertan en automáticos, además facilitan la comprensión, el aprendizaje, además de optimizar la lectura y escritura, las que son muy relevantes para producir conocimiento (Carrasco, 2020).

Por último, para Quiñones, los hábitos de estudio son una manera de adicionar comportamientos de forma regular, vinculadas al aprendizaje y a causa de la interacción con el entorno (Carrasco, 2020).

PRINCIPALES MODELOS:

MODELO DE VICUÑA:

El primer Modelo de Vicuña, plantea 5 factores para comprender a los hábitos de estudios (Carrasco, 2020).

-Momentos de Estudio: Es el horario en el cual el estudiante dedica a investigar, leer y procesar información, existen muchos factores los cuales pueden afectar la calidad de estudio distraendo al escolar, tales como música, aparatos electrónicos o usar el celular, El momento de estudio es clave por cuál debe ser óptimo, en silencio y sin distracciones, de esta manera la retención y estudio logrará obtener más calidad.

-Las clases: Se presentan situaciones donde el adolescente tiene comportamientos adecuados, como anotar los puntos más resaltantes, prestar atención a la explicación, realizar preguntas y participar, sin embargo, se dan otros que afectan la atención en clases tales como conversar con sus compañeros, pensar en cosas ajenas al contexto escolar.

-Trabajos Académicos: Hace referencia a la conducta del estudiante frente a las actividades académicas propuestas, además, el grado de responsabilidad para llevar a cabo las tareas de manera individual o si las deriva hacia otra persona, si hace uso de herramientas tecnológicas para obtener información sin procesarla ni analizarla, si termina las tareas en el salón o si las inicia ingresando en aulas, y el grado de importancia que percibe al contenido aprendido en el colegio o a la presentación de las tareas.

-Preparación de los exámenes: Hace referencia a como el adolescente manifiesta condiciones adecuadas para rendir una evaluación, cual es la manera en la que el adolescente se prepara y estudia, si toma apuntes, los repasa con anticipación o horas antes del examen, o si permite la influencia de factores externos.

-Conducta frente al estudio: Comprende la forma en la que el adolescente realiza su preparación antes de estudiar, las estrategias utilizadas, aquí se observa si el adolescente hace uso de técnicas conocidas como el subrayado, si reflexiona planteándose interrogantes

al no entender algún texto o frase, la cantidad de veces que lee el texto o si asocia con otros contenidos de estudio.

MODELO DE GILBER WRENN:

Modelo de Gilbert Wrenn: el autor plantea a los hábitos de estudio a través de 4 dimensiones las cuales son (Carrasco, 2020).

-Estrategias de lectura y toma de apuntes: Permitirán que los estudiantes mantengan buenos hábitos de lectura, de esta manera optimizar la comprensión adecuada de los textos.

-Hábitos de concentración: Permitirá que el estudiante mejore su calidad de estudio, además de disminuir las distracciones que se presenten.

-Organización temporal y de vínculos sociales durante el estudio: Se refiere al grado de facultad de organización, orden y equilibrio que posee el estudiante para establecer horas de estudio con las actividades sociales de acuerdo a factores como el grado de dificultad del curso.

-Hábitos y actitud global de trabajo: Se refiere a la conducta que manifiesta el estudiante al momento de procesar información y realizar actividades escolares, además de las emociones y sentimientos que se generan mientras está estudiando.

-Hábitos y actitudes incorrectas para estudiar: Permite conocer y observar los comportamientos inapropiados a la hora de estudiar, de esta forma realizar un análisis y entender como la conducta del escolar afecta en su rendimiento académico.

MODELO DE POZZAR

De acuerdo a Pozzar comprende a los hábitos de estudio a través de 5 dimensiones los cuales son (Carrasco, 2020).

-Condiciones Ambientales Individuales: Se refiere al contexto o ambiente en el cual el escolar desarrolla su estudio y las actividades que realiza, el contexto puede afectar significativamente el rendimiento académico, el ambiente de estudio es fundamental, deberá ser positivo, organizado, sin muchas distracciones cerca, permitiendo que el entorno se convierta en un beneficio y optimice su rendimiento académico de forma apropiada.

-Planificación de estudio: Se refiere al grado de organización que presenta el escolar a la hora de estudiar, si logra obtener orden y un plan, así como preparar su material antes de estudiar.

-Uso de materiales: Se evidencia la importancia de la lectura, incluir la comprensión lectora e identificar las ideas principales y secundarias además de la utilización de técnicas para aclarar dudas. ampliando lo que se ha leído

-Asimilación de Contenidos: Son las etapas que se realiza para retener los contenidos e ideas principales de las lecturas, entender el significado del texto, así como la labor en conjunto que permite el intercambio de diversas perspectivas y la actividad individual que favorece a mejorar las habilidades del estudiante para innovar.

FORMACIÓN DE HÁBITOS DE ESTUDIO

La constancia es un factor clave para conseguir la adquisición de los hábitos de estudio, además de requerir orden y organización en el ámbito físico y mental para llevar a cabo un objetivo de manera más eficiente (Howard, 2014).

De igual manera la motivación es otro factor fundamental que debe estar presente para conseguir buenos hábitos de estudio, cuando un escolar entiende y acepta por voluntad propia que desea estudiar, potencia su atención, concentración y su rendimiento será óptimo.

Es de gran importancia que exista un programa para el trabajo, este factor permitirá al estudiante ser más eficiente. Finalmente, un factor

clave para la adquisición de hábitos de estudio es el ejercicio verificando si lo que realiza es correcto, así poder modificar su conducta y mejorar su rendimiento. (Howard, 2014).

Como plantean de Mira y López, quienes refieren que es mucho mejor que la técnica que utilicen los profesores este basado en la práctica y el ejercicio además de enseñarle a sus estudiantes que cada acción que realizan tiene un propósito, ya que sin orientación no existe un aprendizaje óptimo, El estudio no puede motivar al alumno si no sabe por qué y para qué lo realiza (Howard, 2014).

En igual manera Vásquez indica que si un educador se propone a crear y mantener óptimas técnicas de hábitos de estudio en sus alumnos, contará con la buena voluntad, el deseo de aprender, además de lograr que los adolescentes adquieran los hábitos considerados como útiles además de contar con la escuela brinde y refuerce esta técnica con materiales de estudio bien diseñados y organizados, (Howard, 2014).

Es relevante que exista un buen compromiso de los educadores, quienes deben de manejar técnicas o herramientas que sean útiles para mejorar el material de estudio, finalmente se espera que el docente muestre una actitud paciente y cálida que motive a los estudiantes (Howard, 2014).

Por último, Correa refiriere si los educadores no poseen el conocimiento y técnicas que se requieren , conllevara a un débil grado de formación de hábitos de estudio en sus alumnos , sobre todo a nivel primaria, los educadores necesitan contar con más recursos para brindar una adecuada formación, que es tan importante para el futuro de todos sus estudiantes y de la sociedad (Howard, 2014).

Con lo indicado en líneas anteriores, es importante señalar que la formación de los hábitos de estudio demanda un proceso de enseñanza y ejercitación, de esta manera el docente con la práctica educativa enseñará a sus estudiantes a aprender en primer lugar , además de movilizar su energía psicológica fortaleciendo su interés por el

conocimiento y la importancia del mismo mediante enseñanzas que el escolar requiera, usándolas en el futuro (Howard, 2014).

Es relevante crear ambientes donde los escolares descubran el momento adecuado para estudiar, además de las técnicas que pueden servirles tales como realizar horarios de estudio, utilizar mejor el tiempo libre, equilibrar dichos periodos y disminuir las distracciones demostrando que es posible poseer una óptima organización la cual tiene muchos beneficios para el estudiante (Howard, 2014).

Un factor que también es relevante es la lectura como procedimiento, método y estrategia que brinda la oportunidad de generar cultura, aprendizaje, ciencia. Se debe considerar también el tiempo para la interacción social, diversión y el entrenamiento (Howard, 2014).

Para finalizar potenciar la motivación del escolar para que desee indagar y conocer más, mediante la investigación, los experimentos, realizar preguntas y estar dispuestos en todo momento para resolverlas (Howard, 2014).

IMPORTANCIA DE LOS HÁBITOS DE ESTUDIO

Los hábitos de estudio son muy relevantes ya que son parte fundamental en la vida diaria de los niños, jóvenes y adultos, dan una organización y orden lo que permite seguridad, una persona que practique malos hábitos de estudio no lograría una óptima estabilidad generando así desorden y caos (Huanaquiri, 2018).

Es de gran relevancia que desde pequeños las personas practiquen buenos hábitos de higiene , de estudios , de alimentación, y de sueño , para lograr un equilibrio así como un óptimo rendimiento a lo largo de su vida , una persona con buenos hábitos en general logrará una vida más sana y ordenada lo cual le brindará calidad de vida junto con satisfacción personal , además es importante que estos hábitos crezcan y se desarrollen en un clima ideal , donde existan los límites de lo que puede y no realizar en casa y en el colegio (Huanaquiri, 2018).

Un aporte importante es el de Covey, que señala que los hábitos de estudio generan un progreso en el aprendizaje, ya que mientras mejores

hábitos de estudio, la persona conseguirá sentirse motivado, ser responsable, logrando crecimiento personal (Huanaquiri, 2018).

Como menciona Grajales el estudio es pieza clave para la preparación de la vida, los hábitos de estudio son relevantes para el buen desempeño del estudiante, por lo tanto los docentes, padres de familia y adolescentes deben de estar muy interesados en esta área de su vida (Huanaquiri, 2018).

3.3. Marco conceptual

Se presenta a continuación una serie de términos para comprender óptimamente el presente estudio.

Ansiedad : Es una respuesta negativa en las emociones que genera malestar y alteraciones en la conducta, en aspectos tanto fisiológicos como psicológicos (Carrasco, 2020).

Hábitos de estudio : Son técnicas de organización que el estudiante puede poner en práctica todos los días para conseguir nuevos conocimientos, estimulando el progreso de concentración, atención y disminución de la distracción de factores externos (Carrasco, 2020).

Conducta: Se refiere a la acción que un individuo ejecuta y se define como el actuar de un sujeto u animal ante estímulos específicos externos o internos, es decir son las reacciones o respuestas que manifiesta una persona al percibir estímulos tanto negativos como positivos (Roca, 2007).

Motivación: Ajello indica que la motivación es la trama que mantiene la evolución de las actividades que son significativas para la persona y en las que esta toma parte , es decir es el motor que impulsa a las personas a realizar actividades por voluntad propia (Naranjo, 2009).

Rendimiento académico: Se puede comprender como el nivel de conocimientos que manifiesta un estudiante a través de la escuela, la institución educativa ,mide y evalúa a sus estudiantes con lo cual le es asignado un valor que permite definir dicho nivel (Arroyo, 2018).

Memoria: Es la facultad que poseen los humanos para procesar, almacenar y recuperar información, es decir la capacidad del humano para poder recordar los datos y hechos que ha recibido a través de la experiencia (Barriga, 2015).

Atención: Es una capacidad del sistema del humano que permite la percepción precisa de los objetos y la ejecución precisa de acciones particulares, especialmente si hay otros objetos o acciones disponibles,

además de permitir la velocidad de las actividades para preparar el sistema que las procesa (Rebollo M.A , Montiel S., 2006).

Ansiedad de rasgo : Es un estilo de ansiedad innata una tendencia a sufrir síntomas ansiosos perciban o no estímulos amenazantes, y a menudo manifiestan un elevado grado de ansiedad (Moya, 2017).

Ansiedad de estado: Es una respuesta emocional transitoria, no dura mucho tiempo, y se evidencia en situaciones o momentos específicos, los cuales se producen mediante estímulos vistos como amenazantes por el paciente, generando síntomas ansiosos breves, después de pasar por esta situación el grado de ansiedad bajan y se regulariza el estado de la persona (Moya, 2017).

Agorafobia: Se define como un temor notable a situaciones relacionadas con el exterior, tales como pasar por donde hay muchas personas junta, usar el transporte público, entre otros. La persona que la padece necesita salir con alguien conocido para sentirse seguro (Tortella-Feliu, 2014).

Concentración: Es la facultad y parte del proceso de la atención se manifiesta cuando fijamos la conciencia o mente en un estímulo determinado ,es decir la capacidad del humano para poder enfatizar su pensamiento y conciencia en un estímulo sin distraerse (Flores, 2016).

IV. METODOLOGÍA

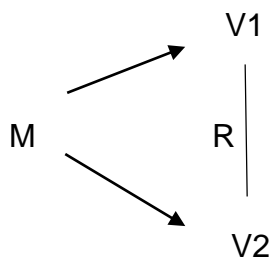
4.1. Tipo de investigación

El presente estudio manejó un método cuantitativo, y fue de tipo no experimental puesto que no operó a las variables.

4.2. Diseño de la investigación

Para la presente investigación se aplicó un diseño correlacional ya que asociará dos variables: ansiedad y hábitos de estudio

De corte transversal puesto que se dió en un momento específico.



En donde:

M: Muestra

V1: Ansiedad

V2: Hábitos de estudio

R: Relación entre ambas variables

4.3. Operacionalización de las variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Número de ítems	Valor final	Criterios para evaluar
Ansiedad	Según Spielberg la ansiedad es una respuesta emocional negativa que se genera por estímulos externos que el individuo percibe como peligroso o amenazante, produciendo cambios físicos y conductuales (Carrasco, 2020).	La variable será medida con el instrumento: Escala de ansiedad de Zung, contiene 20 ítems que refieren preguntas cerradas con respuestas de tipo escala de Likert, donde las respuestas son: Nunca o raras veces Algunas veces Muchas veces La mayoría de veces	Síntomas afectivos	Ansiedad Miedo Desintegración Aprehensión	Ítem 1 Ítem 2 Ítem 3 Ítem 4 Ítem 5	20 a 35 puntos 36-47 puntos	No hay ansiedad presente (20 a 35 puntos) Ansiedad mínima o moderada (36-47)
			Síntomas somáticos	Temblores Dolores y molestias corporales Tendencia a la fatiga y debilidad Intranquilidad Palpitaciones mareos Desmayos Parestesias Náuseas y vómitos Frecuencia urinaria Bochornos Insomnio Pesadillas	Ítem 6 Ítem 7 Ítem 8 Ítem 9 Ítem 10 Ítem 11 Ítem 12 Ítem 13 Ítem 14 Ítem 15 Ítem 16 Ítem 17 Ítem 18 Ítem 19 Ítem 20	48 a 59 puntos 60 a 80 puntos	Ansiedad marcada o severa (48 a 59) Ansiedad en grado máximo (de 60 a 80)

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Número de Ítems	Indicadores	Valor final	Criterios para evaluar
Hábitos de estudio	Se considera la definición brindada por Cartagena, quien comprende a los hábitos de estudios como técnicas de organización que el estudiante puede poner en práctica todos los días para conseguir nuevos conocimientos, estimulando el progreso de concentración, atención y disminución de la distracción de factores externos (Carrasco, 2020).	La variable de hábitos de estudio será medida con el instrumento: Inventario de hábitos de estudio de CAMS -85 El cual consta de 53 ítems referidos a factores de hábitos de estudio como organización, técnicas, ambiente entre otros. El instrumento contiene preguntas cerradas con respuestas dicotómicas	Forma de estudio	12 ítems 1-12	Lectura Subrayado de apuntes Búsqueda de Significados Comprensión Transcripción Memorización de contenido Repaso del contenido Relación de temas estudiados	Muy positivo (44 a 53 puntos) Positivo (36 a 43 puntos) Tendencia a lo positivo (28 a 35 puntos) Tendencia a lo negativo (18 a 27 puntos) Negativo (9 a 17 puntos) Muy negativo (0 a 8 Puntos)	Muy positivo (10 a 12 puntos) Positivo (8 a 9 puntos) Tendencia a lo positivo (5 a 7 puntos) Tendencia a lo negativo (3 a 4 puntos) Negativo (1 a 2 puntos) Muy negativo (0 puntos)
			Resolución sus tareas	10 ítems 13 -22	Búsqueda de información Comprensión Realización de tareas Significado Ayuda Fatiga Contrariedad Complejidad	Muy positivo (10 puntos) Positivo (8-9 puntos) Tendencia a lo positivo (6-7 puntos) Tendencia a lo negativo (3- 5 puntos) Negativo (1- 2 puntos) Muy negativo (0 puntos)	
			Preparación para exámenes	11 ítems 23 -33	Diariamente Repaso previo Organización Momentáneo	Muy positivo (11 puntos) Positivo (9 - 10 puntos) Tendencia a lo positivo (7- 8 puntos)	

					Realización de plagio Ayuda de compañeros Al azar Olvido de lo estudiado		Tendencia a lo negativo (4- 6 puntos) Negativo (2- 3 puntos) Muy negativo (0 -1 puntos)
			Forma de escuchar las clases	12 ítems 34 -45	Apuntes, notas Organización de apuntes Atención en clases Distracción Imaginación Descanso		Muy positivo (10 - 12 puntos) Positivo (8 - 9 puntos) Tendencia a lo positivo (6 - 7 puntos) Tendencia a lo negativo (4 -5 puntos) Negativo (2-3 puntos) Muy negativo (0 -1 puntos)
			Acompañamiento de estudio	8 ítems 46 -53	Música Televisión Silencios a la hora de estudiar Alimentación a la hora de estudiar Interrupciones de familia o amigos		Muy positivo (7-8 puntos) Positivo (6 puntos) Tendencia a lo positivo (5 puntos) Tendencia a lo negativo (4 puntos) Negativo (1-3 puntos) Muy negativo (0 -1 puntos)

4.4. Hipótesis general y específicas

HIPÓTESIS GENERAL

Existe relación entre ansiedad y hábitos de estudio en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021

HIPÓTESIS ESPECÍFICAS

H.E.1. Existe relación entre la ansiedad y forma de estudio en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021

H.E.2. Existe relación entre la ansiedad y resolución de tareas en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021

H.E.3. Existe relación entre la ansiedad y preparación para exámenes en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021

H.E.4. Existe relación entre la ansiedad y forma de escuchar las clases en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021

H.E.5. Existe relación entre la ansiedad y acompañamiento de estudio en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021

4.5. Población y muestra

Población: Conformada por 77 estudiantes de secundaria de una Institución Educativa María Inmaculada en Arequipa 2021.

Muestra: Solo se trabajará con la población

Muestreo: No probabilístico de tipo censal

Criterios de inclusión

- Estudiantes que cursaron tercero, cuarto, y quinto de educación secundaria de en Arequipa
- Estudiantes que aceptaron participar en la investigación de forma voluntaria

Criterios de exclusión

- Estudiantes que no asistieron a clases virtuales de manera regular
- Estudiantes que manifestaron dificultad en apoyar y realizar las pruebas aplicadas en el estudio
- Pruebas invalidadas

4.6. Técnicas e instrumentos validez y confiabilidad

Prueba escala de ansiedad de Zung

Descripción

La escala de ansiedad de Zung es un instrumento que contiene 20 ítems con preguntas que hacen referencia a sintomatología ansiosa, abarcando una gran diversidad de síntomas, el formato de la escala contiene 4 columnas en blanco con el encabezado de respuestas casi nunca o nunca, a veces, con bastante frecuencia y casi siempre o siempre, donde se le pide a la persona evaluada que indique cual afirmación corresponde más a su caso

Ficha técnica

Nombre	Escala de autoevaluación de Zung
Autor	William Zung
Año de publicación	1965
Significación	
Tipo de aplicación	Individual, colectivo
Rango de aplicación	Adolescentes y adultos
Duración	No tiene tiempo límite. Generalmente se requiere de un promedio de 15 minutos para la aplicación de ambas escalas

Validez

Zung en el año 1965, administro a un grupo de jóvenes pacientes del consultorio hospital Duke de psiquiatría, en la mayoría de casos se demostró una alta correlación con otros instrumentos que miden la ansiedad, además de encontrar diferencias en los niveles de ansiedad, en las categorías de edad, e ingresos económicos sexo

En nuestro país la prueba fue validada por Astocondor en el año 2001, llevando a cabo una investigación titulada ansiedad y depresión en un grupo de pobladores de las comunidades nativas de aguarunas, contando con 100 participantes adolescentes y adultos de 14 a 30 años, el estudio lo revisaron 10 expertos en el área clínica y social, y se utilizó el método de coeficiente de Aiken (Montelegre, 2017).

El instrumento fue sometido a jurado de expertos quienes corroboraron la validez del mismo y demostrando que los ítems cumplen con los criterios para validar un instrumento

Confiabilidad

Para comprobar la confiabilidad del instrumento se utilizó el método Alpha de Cronbach, con un valor de 0,7850 (Astocondor, 2001).

El presente instrumento fue validado con un grupo de estudiantes de secundaria de una institución educativa, de sexo femenino en el año 2021 contando con un grupo de 77 estudiantes de la ciudad de Arequipa de 14 a 18 años utilizando el coeficiente de Alpha de Cronbach de 0,765 lo cual indica un nivel alto de confiabilidad.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.765	20

H0: La prueba no es confiable

Ha: La prueba es confiable

Se evidencia que el puntaje es 0,765 por lo tanto si posee confianza alta

Prueba de hábitos de estudio

Nombre original de la prueba	Inventario de hábitos de estudio
Autor:	Luis Alberto Vicuña Peri
Año de publicación	1985
Duración	De 15 a 20 minutos
Aspecto que evalúa	Hábitos de estudio
Administración	Colectiva e individual
Finalidad	Determinar el grado de hábitos de estudios
Forma de aplicación	Individual y colectivo
Materiales	Manual del instrumento, cuadernillo y hoja de respuestas.

Descripción

El inventario de hábitos de estudios de vicuña es un instrumento que contiene 53 ítems que hacen referencia a conductas que se manifiestan a la hora de estudiar, contiene preguntas cerradas con respuestas dicotómicas (siempre o nunca).

Validez

Se realizó en primer lugar con estudiantes quienes manifestaron 120 conductas comunes a la hora de estudiar, luego se aplicó el instrumento a 160 estudiantes, de los cuales se categorizo de acuerdo a su rendimiento estudiantil en dos grupos , se aplicó el test de california de madurez mental ,todos los integrantes de los grupos debían ubicarse en el rango de 100 a 117 de coeficiente intelectual para verificar si la inteligencia actúa como sesgo , finalmente se redujo a 53 ítems que tomaron una dirección positiva si corresponde de forma significativa al grupo de alto rendimiento , demostrando que no hay dificultades semánticas para discriminar cada ítem (Ortega, 2012).

El presente instrumento fue validado por jurado de expertos los cuales corroboraron y revisaron algunos ítems para que los ítems cumplen con los criterios de validez correspondiente.

Confiabilidad

El instrumento se creó en el año 1988, mismo que mostraba una confiabilidad de 0,97, mediante la ecuación de K-R, Para revisar la confiabilidad se comprobó con el análisis de mitades, se relacionó los ítems impares con los pares con el coeficiente de Spearman, obteniéndose valores significativos al 0,01. Luego se utilizó la técnica de consistencia interna mediante el coeficiente de Kuder, donde los puntajes van de 0,92 hasta 0,98 (Ortega, 2012).

El instrumento fue validado en la ciudad de Arequipa con un grupo de estudiantes de una institución educativa en la ciudad de Arequipa, obteniendo un coeficiente de Alpha de Cronbach de 0,728, el cual indica que existe alta confiabilidad.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.728	53

H0: La prueba no es confiable

Ha: La prueba es confiable

Se evidencia que el puntaje es 0,728 por lo tanto si posee confianza alta

4.7. Recolección de datos

TÉCNICAS

A raíz del actual estado de emergencia que se vive actualmente, se determinó usar la tecnología como una gran ayuda para realizar la aplicación de los instrumentos además de permitir el contacto tanto con los docentes y estudiantes participantes del estudio.

La encuesta: Otra técnica que se utilizó es la encuesta de forma online mediante un formulario de Google, el cual permitió que los estudiantes ingresen fácilmente a la encuesta, a su vez dió la oportunidad de recoger los datos de manera rápida y sencilla.

Análisis documental: Gracias a esta herramienta que permitió acceder a datos valiosos para el estudio correspondiente que fueron útiles para la revisión y análisis de tesis realizadas con 5 años de antigüedad que se tomaron en cuenta como antecedentes tanto a nivel nacional como internacional.

4.8. Técnicas de análisis e interpretación de datos

Para el presente estudio se tomó en cuenta las siguientes técnicas

- **Análisis de interpretación de datos**

Para la obtención de datos se tomó en cuenta la estadística descriptiva e inferencial.

- **Análisis estadístico descriptivo:** Se utilizó el programa Microsoft Excel para la elaboración de la base de datos del estudio. se obtuvo frecuencias, porcentajes y medias aritméticas según corresponda. Los datos fueron cotejados a través del programa Microsoft Excel, codificando los valores para la obtención de los resultados.

- **Análisis estadístico inferencial:** Se exportó del programa Microsoft Excel los datos al programa estadístico SPSS, a través del programa se obtuvo la prueba de normalidad de datos para determinar la prueba estadística de Rho Spearman o de Pearson.

V. RESULTADOS

5.1. Presentación de resultados –descriptivos

Tabla 1. Distribución de frecuencias y porcentajes de las características sociodemográficas de los escolares

Género	N	%
Femenino	77	100.0%

Grado	N	%
3ro secundaria	37	48.1%
4to secundaria	13	16.9%
5to secundaria	27	35.1%

Edad	N	%
14	21	27.3%
15	26	33.8%
16	21	27.3%
17	8	10.4%
18	1	1.3%

Se puede decir que en el estudio solo participaron estudiantes del género femenino.

En la cuanto al grado que cursan 37 escolares que participaron en el estudio cursan tercero de secundaria, es decir el 48,1% de participantes.

Acerca de la edad, la prevalencia y mayor porcentaje obtenido fue 15 años con un 33,8 %.

Tabla 2. Distribución de frecuencias y porcentajes de la variable ansiedad

Ansiedad		
	N	%
Ansiedad marcada	28	36.4%
Ansiedad mínima	20	26.0%
Grado máximo	27	35.1%
No hay ansiedad	2	2.6%

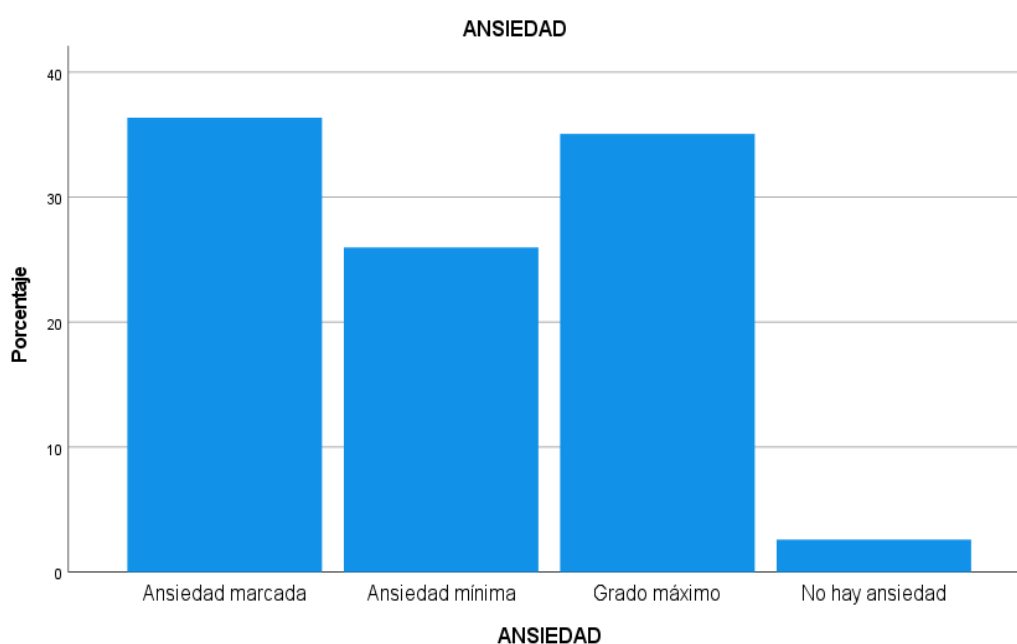


Figura 1. Ansiedad

En la tabla 2 Figura 1, demostró que el 36,4% de escolares presentaron un nivel de ansiedad marcada, mientras que el 2,6 % no presentó ansiedad. Indicando que 28 escolares presentaron ansiedad marcada, prevaleciendo dicho nivel como el porcentaje más alto.

Tabla 3. Distribución de frecuencias y porcentajes de la variable hábitos de estudio

Hábitos		
	N	%
Muy positivo	4	5.2%
Negativo	2	2.6%
Positivo	17	22.1%
Tendencia a lo negativo	23	29.9%
Tendencia a lo positivo	31	40.3%

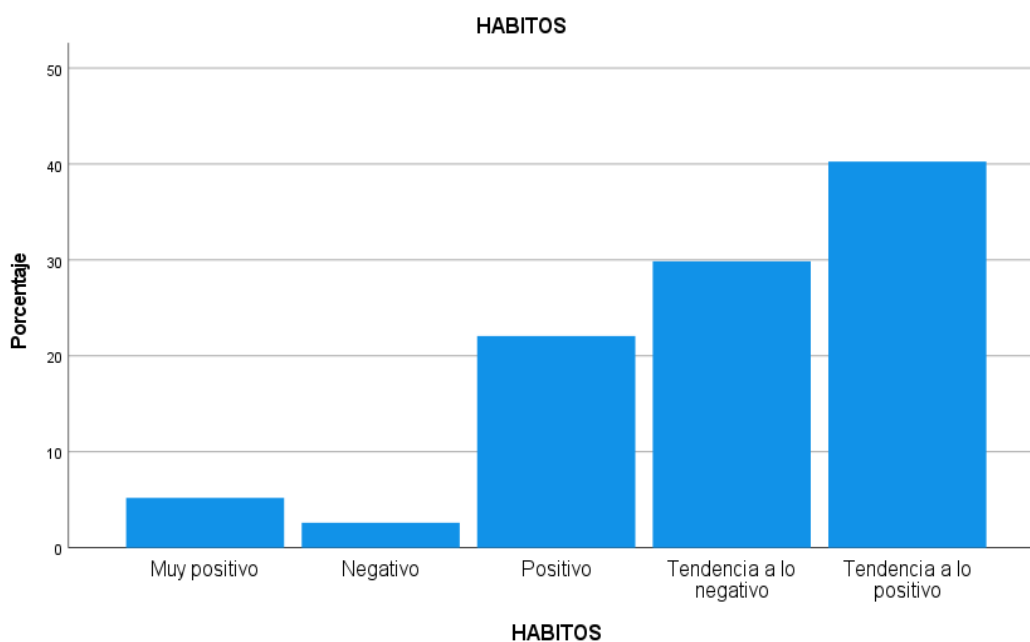


Figura 2. Hábitos de estudio

En la tabla 3 y figura 2, comprobó que el 40,3% de escolares presentaron hábitos de estudio con tendencia a lo positivo.

Tabla 4. Distribución de frecuencias y porcentajes de la dimensión forma de estudio

Forma de estudio		
	N	%
Muy positivo	5	6.5%
Positivo	22	28.6%
Tendencia a lo negativo	13	16.9%
Tendencia a lo positivo	37	48.1%

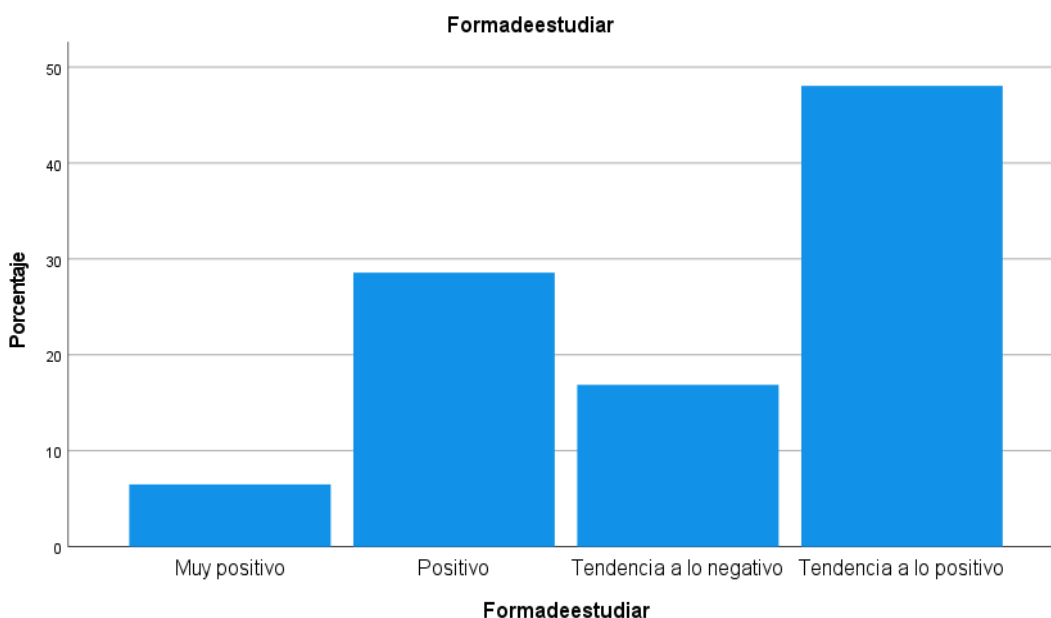


Figura 3. Forma de estudio

En la tabla 4 y figura 3, comprobó que el 48,1% de escolares presentaron una tendencia a lo positivo en su forma de estudio.

Tabla 5. Distribución de frecuencias y porcentajes de la dimensión resolución de tareas

Resolución de tareas		N	%
Muy positivo		7	9.1%
Negativo		3	3.9%
Positivo		17	22.1%
Tendencia a lo negativo		20	26.0%
Tendencia a lo positivo		30	39.0%

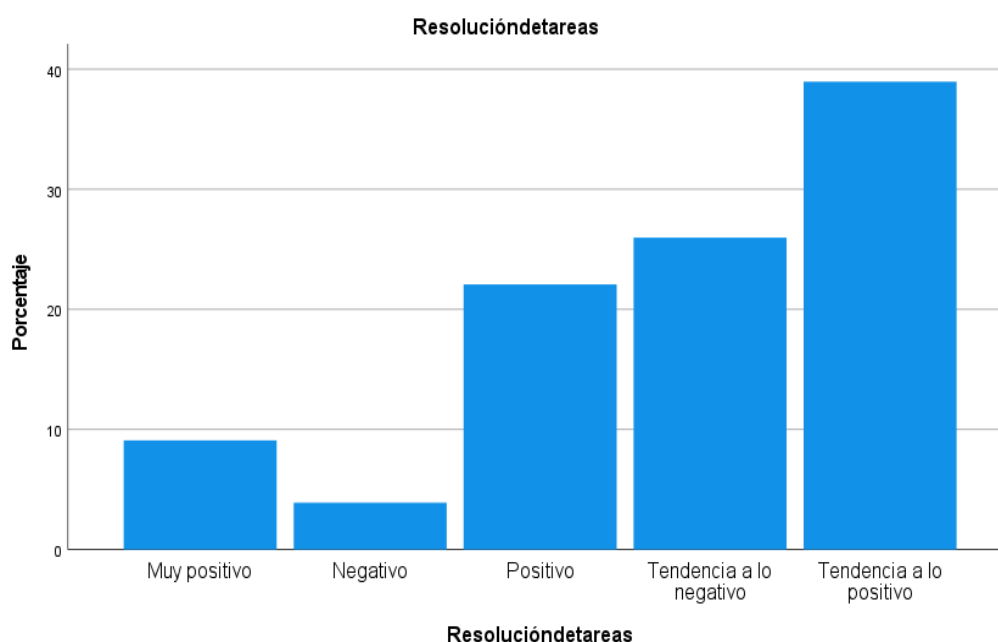


Figura 4. Resolución de tareas en escolares

En la tabla 5 y figura 4, comprobó que el 39,0 % de escolares manifestaron tendencia a lo positivo en la resolución de sus tareas.

Tabla 6. Distribución de frecuencias y porcentajes de la dimensión preparación para exámenes

Preparación para exámenes		
	N	%
Muy negativo	1	1.3%
Negativo	6	7.8%
Positivo	16	20.8%
Tendencia a lo negativo	30	39.0%
Tendencia a lo positivo	24	31.2%

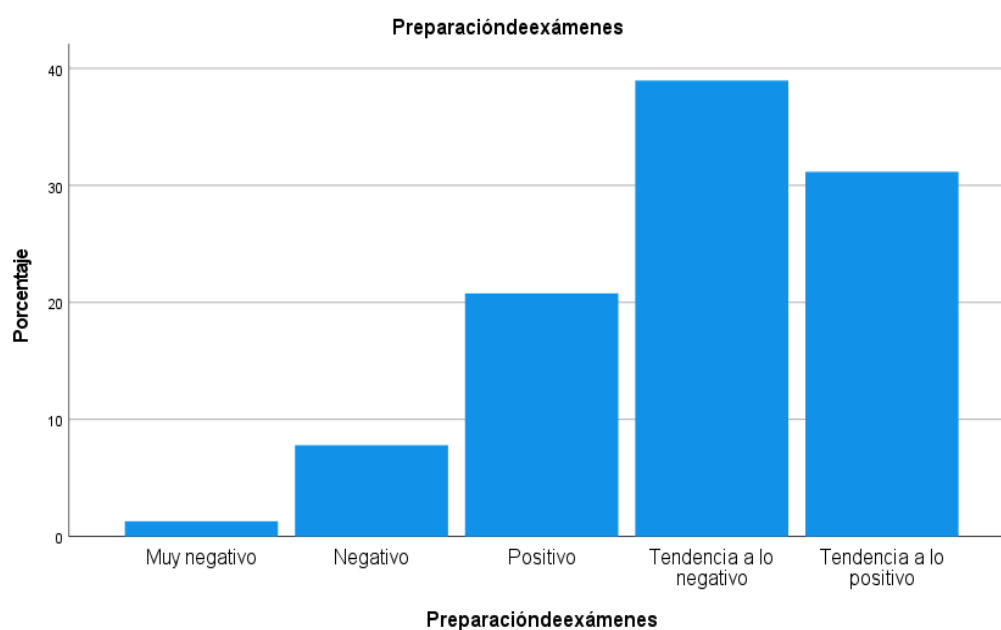


Figura 5. Preparación para exámenes

En la tabla 6 y figura 5, demostró que el 39,0 % de escolares manifestaron tendencia a lo negativo en la preparación para exámenes.

Tabla 7. Distribución de frecuencias y porcentajes de la dimensión forma de escuchar las clases

Forma de escuchar las clases		
	N	%
Muy negativo	1	1.3%
Muy positivo	13	16.9%
Negativo	5	6.5%
Positivo	20	26.0%
Tendencia a lo negativo	15	19.5%
Tendencia a lo positivo	23	29.9%

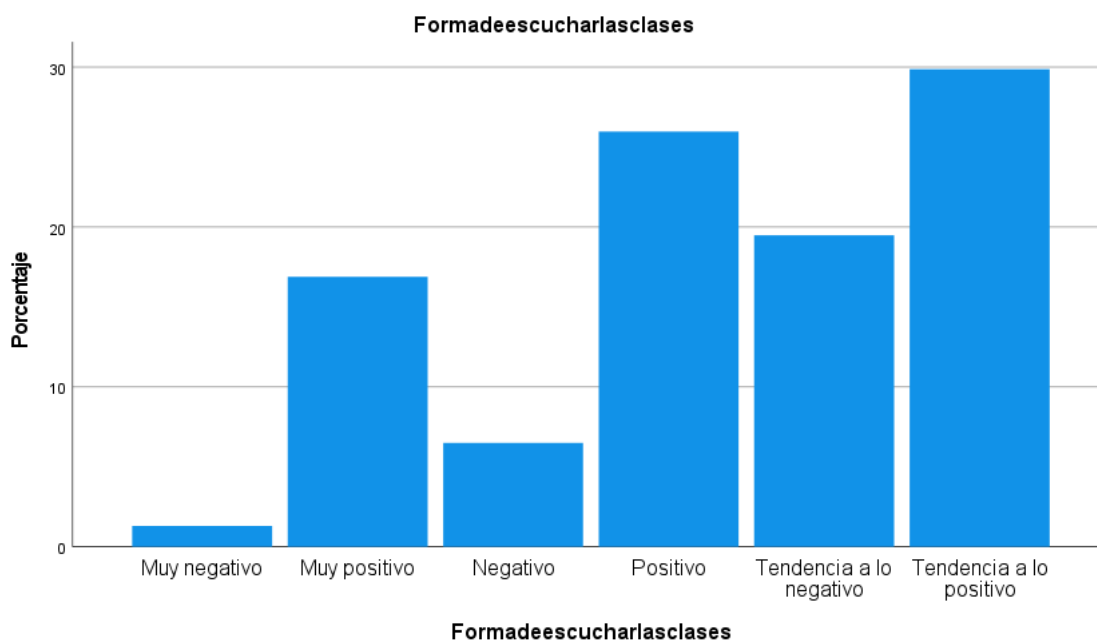


Figura 6. Forma de escuchar las clases

En la tabla 7 y figura 6, como se observa el 29,9 % de escolares presentaron una tendencia a lo positivo en la forma de escuchar las clases.

Tabla 8. Distribución de frecuencias y porcentajes de la dimensión acompañamiento de estudio

Acompañamiento de estudio		
	N	%
Muy negativo	1	1.3%
Muy positivo	15	19.5%
Negativo	15	19.5%
Positivo	13	16.9%
Tendencia a lo negativo	13	16.9%
Tendencia a lo positivo	20	26.0%

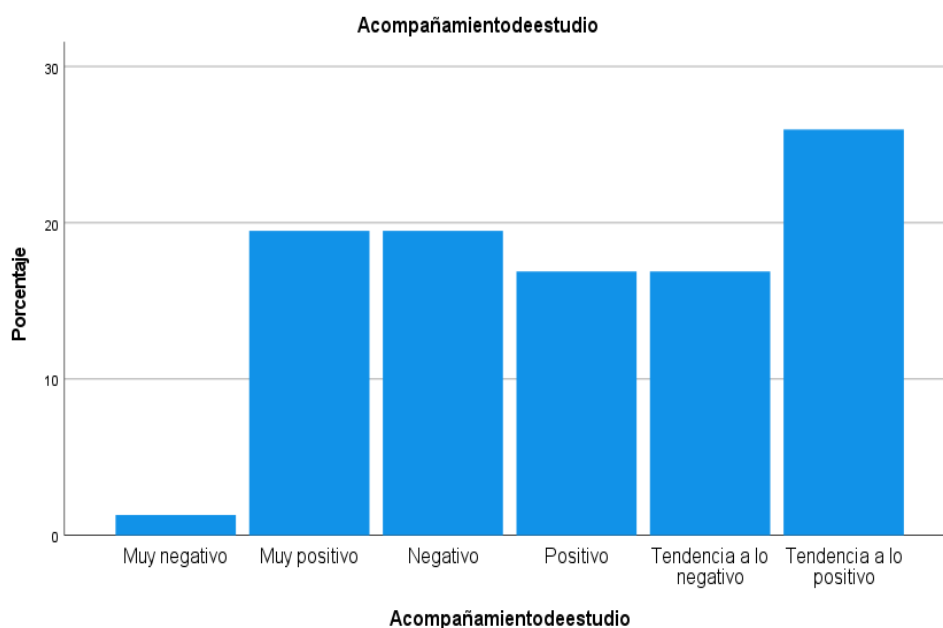


Figura 7. Acompañamiento de estudio

En la tabla 8 y figura 7, se puede observar que el 26,0% de escolares presentaron tendencia a lo positivo en el acompañamiento de estudio.

5.2. Presentación de resultados- tablas cruzadas

Tabla 9. Porcentajes de la variable ansiedad y hábitos de estudio

		Hábitos				Total	
		Muy positivo	Negativo	Positivo	Tendencia a lo negativo		Tendencia a lo positivo
Ansiedad	Ansiedad marcada		50.0%	23.5%	34.8%	48.4%	36.4%
	Ansiedad mínima	75.0%		41.2%	17.4%	19.4%	26.0%
	Grado máximo		50.0%	29.4%	47.8%	32.3%	35.1%
	No hay ansiedad	25.0%		5.9%			2.6%
Total		100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

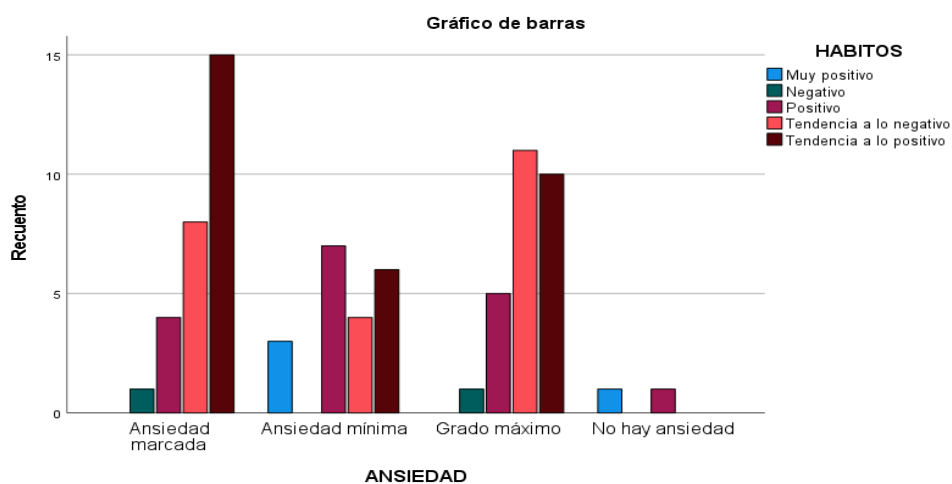


Figura 8. Ansiedad y Hábitos de estudio

En la figura 8 y tabla 9, comprobó que 50% de participantes manifestaron un nivel negativo en sus hábitos de estudio y ansiedad marcada, mientras el 75% mantuvo ansiedad mínima y nivel muy positivo en sus hábitos de estudio,

finalmente, un 25, % manifestó nivel muy positivo en sus hábitos de estudio sin presencia de ansiedad.

Tabla 10. Porcentajes de forma de estudio y ansiedad

Ansiedad y Forma de estudio

		Forma de estudio				Total
		Muy positivo	Positivo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	
Ansiedad	Ansiedad marcada	20.0%	31.8%	30.8%	43.2%	36.4%
	Ansiedad mínima	40.0%	22.7%	46.2%	18.9%	26.0%
	Grado máximo	20.0%	40.9%	23.1%	37.8%	35.1%
	No hay ansiedad	20.0%	4.5%			2.6%
Total		100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

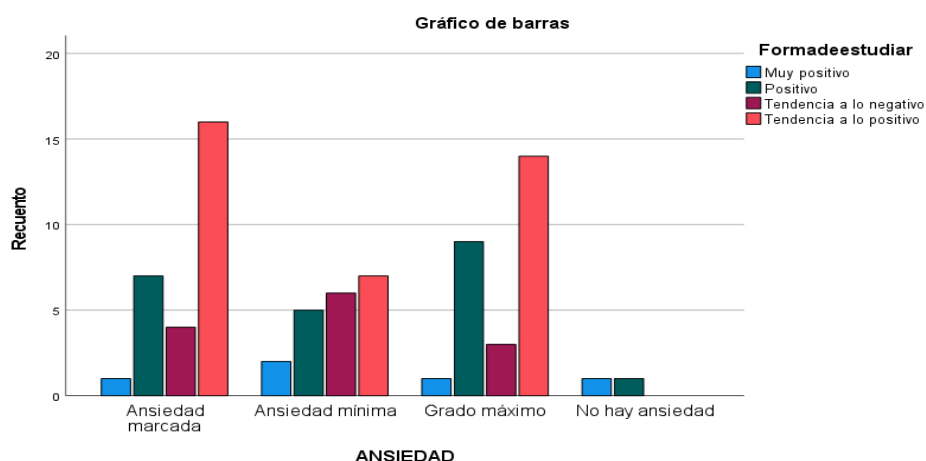


Figura 9. Ansiedad y Forma de estudio

En la figura 9 y tabla 10, refirió que 43,2% de encuestadas evidenciaron tendencia a lo positivo en su forma de estudio y ansiedad marcada, así mismo el 46,2% mostró ansiedad mínima y tendencia a lo negativo en su forma de estudio, por último, el 40,9% presentó un grado máximo de ansiedad y nivel positivo en su forma de estudio.

Tabla 11. Porcentajes de ansiedad y resolución de tareas

		Resolución de tareas					Total
		Muy positivo	Negativo	Positivo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	
Ansiedad	Ansiedad marcada	28.6%	33.3%	47.1%	45.0%	26.7%	36.4%
	Ansiedad mínima	71.4%		11.8%	20.0%	30.0%	26.0%
	Grado máximo		66.7%	35.3%	35.0%	40.0%	35.1%
	No hay ansiedad			5.9%		3.3%	2.6%
Total		100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

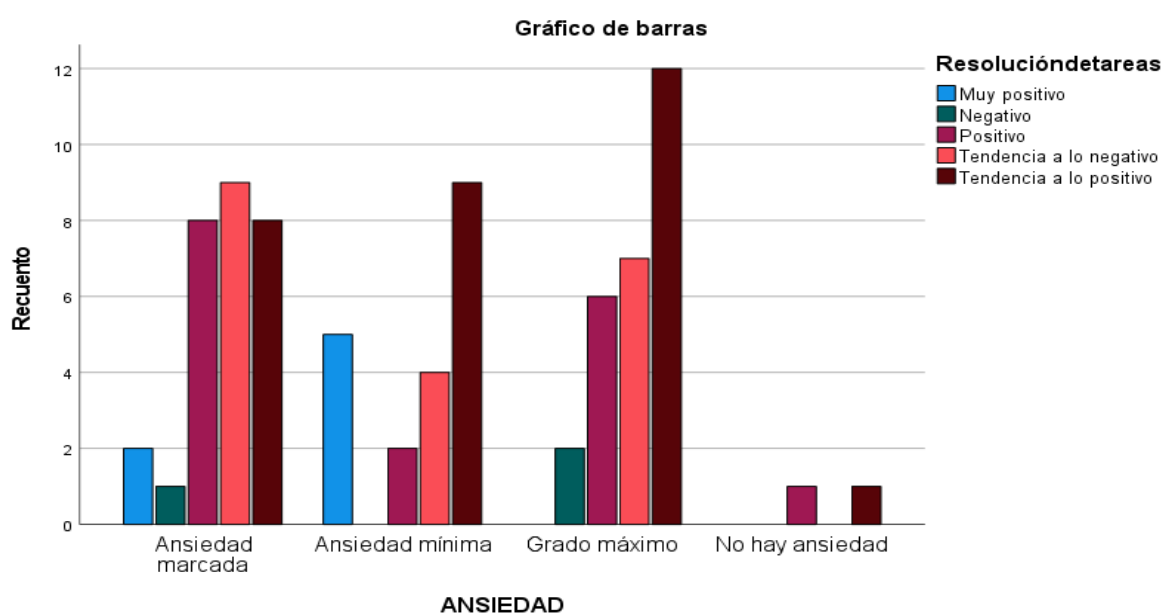


Figura 10. Ansiedad y resolución de tareas

En la figura 10 y tabla 11, evidenció que el 47,1% de encuestadas manifestaron ansiedad marcada y nivel positivo en su resolución de tareas, además el 71,4% manifestó ansiedad mínima y nivel muy positivo en su resolución de tareas, finalmente el 66,7% presentó grado máximo de ansiedad y nivel negativo en su resolución de tareas.

Tabla 12. Porcentajes de preparación para exámenes y ansiedad

Ansiedad y Preparación para exámenes

	Preparación para exámenes					Total
	Muy negativo	Negativo	Positivo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	
Ansiedad marcada		66.7%	25.0%	33.3%	41.7%	36.4%
Ansiedad mínima		16.7%	50.0%	20.0%	20.8%	26.0%
Grado máximo	100.0%	16.7%	18.8%	46.7%	33.3%	35.1%
No hay ansiedad			6.3%		4.2%	2.6%
Total	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

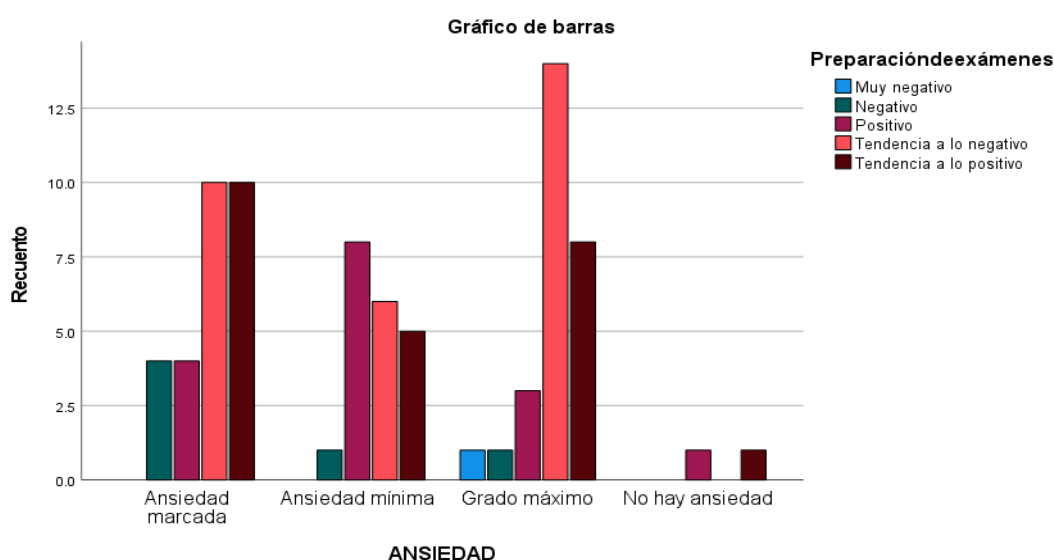


Figura 11. Ansiedad y preparación para exámenes

En la figura 11 y tabla 12, demostró que el 66,7% de encuestadas presentaron un nivel negativo de preparación para exámenes y ansiedad marcada, así mismo el 50% evidenció un nivel positivo de preparación para exámenes y

ansiedad mínima, finalmente el 6,3% manifestó un nivel positivo de preparación para exámenes sin presencia de ansiedad.

Tabla 13. Porcentajes de forma de escuchar las clases y ansiedad

Ansiedad y Forma de escuchar las clases

		Forma de escuchar las clases				Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	Total
		Muy negativo	Muy positivo	Negativo	Positivo			
Ansiedad marcada	Ansiedad marcada	100.0%	23.1%	20.0%	35.0%	46.7%	39.1%	36.4%
	Ansiedad mínima		53.8%	20.0%	35.0%	20.0%	8.7%	26.0%
	Grado máximo		7.7%	60.0%	30.0%	33.3%	52.2%	35.1%
	No hay ansiedad		15.4%					2.6%
Total		100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

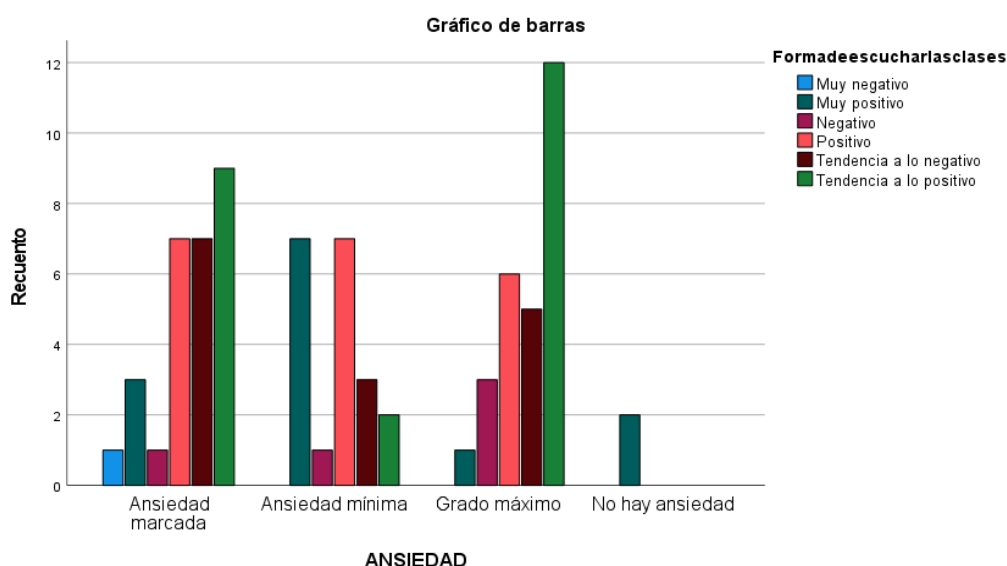


Figura 12. Ansiedad y forma de escuchar las clases

En la figura 12 y tabla 13, demostró que un 46,7%% de encuestadas manifestaron un nivel de ansiedad marcada y tendencia a lo negativo de forma de escuchar las clases, además el 53,8 % presentó ansiedad mínima y un nivel muy positivo de forma de escuchar las clases finalmente el 60% evidenció ansiedad en grado máximo y un nivel negativo de forma de escuchar las clases.

Tabla 14. Porcentajes de acompañamiento de estudio y ansiedad

Ansiedad y Acompañamiento de estudio

		Acompañamiento de estudio				Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	Total
		Muy negativo	Muy positivo	Negativo	Positivo			
Ansiedad	Ansiedad marcada	100.0%	26.7%	20.0%	38.5%	30.8%	55.0%	36.4%
	Ansiedad mínima		60.0%	6.7%	23.1%	23.1%	20.0%	26.0%
	Grado máximo		6.7%	73.3%	38.5%	46.2%	20.0%	35.1%
	No hay ansiedad		6.7%				5.0%	2.6%
Total		100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

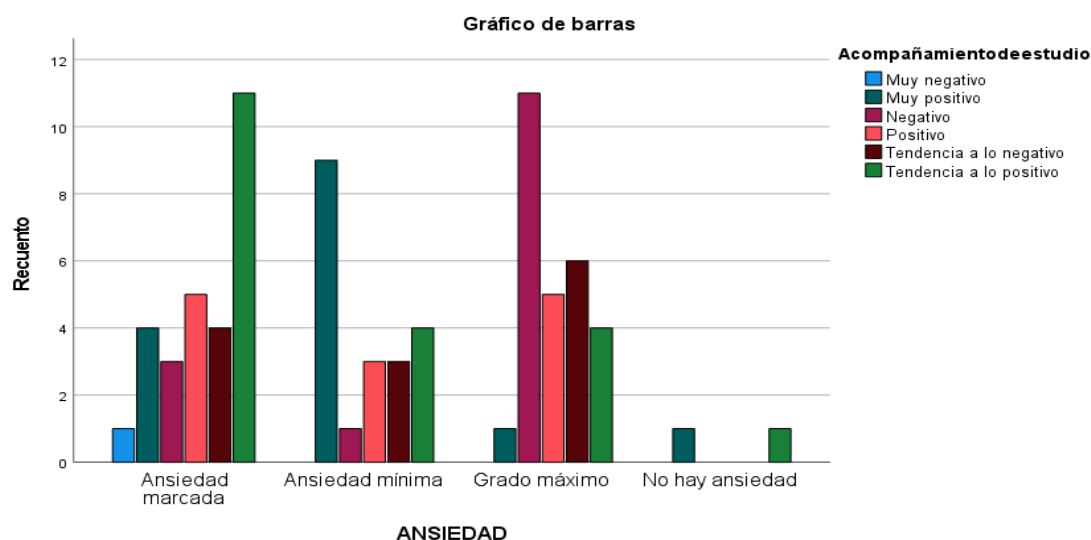


Figura 13. Ansiedad y acompañamiento de estudio

En la figura 13 y tabla 14, comprobó que el 55,0% de las encuestadas presentaron ansiedad marcada y tendencia a lo positivo de acompañamiento de estudio, así mismo el 60% manifestaron ansiedad mínima y un nivel muy positivo de acompañamiento de estudio, por último, el 73,3% evidenció ansiedad en grado máximo y nivel negativo en su acompañamiento de estudio.

VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

El análisis estadístico del estudio se llevó a cabo gracias al programa SPSS, en primer lugar, corroborando la prueba de normalidad para la elección del coeficiente de correlación a utilizar. de esta manera definir si la base de datos contaba con una distribución normal o no paramétrica, por último, elegir cual coeficiente de correlación utilizar.

Mediante la prueba de kolmogorov-Smirnov, demostró que la distribución de la base de datos era no normal por lo cual se eligió el coeficiente de correlación de Spearman

Ha: Los datos no siguen una distribución normal

H0: Los datos siguen una distribución normal

Conclusión: acerca de la prueba normalidad, se utilizó la prueba kolmogorov – Smirnov por poseer una población de 77 estudiantes.

Tabla 15. Prueba de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	Gl	Sig.	Estadístico	Gl	Sig.
Hábitos	.113	77	.017	.983	77	.377
Ansiedad	.078	77	.200*	.983	77	.393

*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

En la tabla 15 el nivel de P fue 0,017 y 0,200, comprobó que la base de datos no siguió una distribución normal.

La decisión estadística final fue optar por la prueba no paramétrica de coeficiente de Spearman demostrando que la base de datos no sigue una distribución normal.

6.1. Análisis de los resultados prueba de hipótesis

Prueba de hipótesis

Hipótesis general

H0: No existe correlación entre ansiedad y hábitos de estudio

Ha: Existe correlación entre ansiedad y hábitos de estudio

Tabla 16. Relación entre hábitos de estudio y ansiedad

		Hábitos	Ansiedad
Rho de Spearman	Hábitos	Coeficiente de correlación de 1.000	-.237*
		Sig. (bilateral)	.038
		N	77
	Ansiedad	Coeficiente de correlación de -.237*	1.000
		Sig. (bilateral)	.038
		N	77

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Coeficiente de Spearman

Nivel de significancia :0,05

Si el p valor es menor a 0,05, se rechaza la hipótesis nula y se concluye con la hipótesis alterna

Si el p valor es mayor a 0,05, no se rechaza la hipótesis nula y se concluye con la hipótesis nula

Elección de decisión

En la tabla 16 se observa un coeficiente de Rho Spearman = -0.237, es decir una correlación negativa muy baja, además de un p valor = 0.038, siendo menor que 0.05 se toma la decisión de rechazar la hipótesis nula y concluir que existe una correlación entre ansiedad y hábitos de estudio de manera inversa pero muy baja.

Hipótesis específicas

Primera hipótesis

H0: No existe correlación entre ansiedad y forma de estudio

Ha: Existe correlación entre ansiedad y forma de estudio

Tabla 17. Relación entre forma de estudio y ansiedad

Correlaciones

			Forma de estudio	Ansiedad
Rho de Spearman	Forma de estudio	Coeficiente de correlación	1.000	.104
		Sig. (bilateral)	.	.369
		N	77	77
	Ansiedad	Coeficiente de correlación	.104	1.000
		Sig. (bilateral)	.369	.
		N	77	77

Coeficiente de Spearman

Nivel de significancia: 0,05

Elección de decisión

En la tabla 17 se observa un coeficiente de Rho Spearman = 0.104, además de un p valor = 0.369, siendo mayor que 0.05 se toma la decisión de no rechazar la hipótesis nula y concluir que no existe una correlación entre ansiedad y forma de estudio.

Segunda hipótesis

H0: No existe correlación entre ansiedad y resolución de tareas

Ha: Existe correlación entre ansiedad y resolución de tareas

Tabla 18. Relación de resolución de tareas y ansiedad
Correlaciones

			Resolución de tareas	Ansiedad
Rho de Spearman	Resolución de tareas	Coeficiente de correlación	1.000	-.158
		Sig. (bilateral)	.	.169
		N	77	77
	Ansiedad	Coeficiente de correlación	-.158	1.000
		Sig. (bilateral)	.169	.
		N	77	77

Coeficiente de Spearman

Nivel de significancia: 0,05

Elección de decisión

En la tabla 18 se observa un coeficiente de Rho Spearman = -0.158, además de un p valor = 0.169, siendo mayor que 0.05 se toma la decisión de no rechazar la hipótesis nula y concluir que no existe una correlación entre ansiedad y resolución de tareas.

Tercera hipótesis

H0: No existe correlación entre ansiedad y preparación para exámenes

Ha: Existe correlación entre ansiedad y preparación para exámenes

Tabla 19. Relación entre preparación para exámenes y ansiedad

		Correlaciones		
			Preparación para exámenes	Ansiedad
Rho de Spearman	Preparación para exámenes	Coeficiente de correlación	1.000	-.164
		Sig. (bilateral)	.	.154
		N	77	77
	Ansiedad	Coeficiente de correlación	-.164	1.000
		Sig. (bilateral)	.154	.
		N	77	77

Coeficiente de Spearman

Nivel de significancia: 0,05

Elección de decisión

En la tabla 19, se observa un coeficiente de Rho Spearman = -0.164, además de un p valor = 0.154, siendo mayor que 0.05, se toma la decisión de no rechazar la hipótesis nula y concluir que no existe una correlación entre ansiedad y preparación para exámenes.

Cuarta hipótesis

H0: No existe correlación entre ansiedad y forma de escuchar las clases

Ha: Existe correlación entre ansiedad y forma de escuchar las clases

Tabla 20. Relación entre ansiedad y forma de escuchar las clases

		Correlaciones	
		Forma de escuchar las clases	Ansiedad
Rho de Spearman	Forma de escuchar las clases	Coeficiente de correlación	1.000
		Sig. (bilateral)	.002
		N	77
	Ansiedad	Coeficiente de correlación	-.345**
		Sig. (bilateral)	.002
		N	77

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Coeficiente de Spearman

Nivel de significancia: 0,05

Elección de decisión

En la tabla 20, se observa un coeficiente de Rho Spearman = -0.345, es decir una correlación negativa muy baja, además de un p valor = 0.002, siendo menor que 0.05, se toma la decisión de rechazar la hipótesis nula y concluir que si existe relación entre ansiedad y forma de escuchar las clases.

Quinta hipótesis

H0: No existe correlación entre ansiedad y acompañamiento de estudio

Ha: Existe correlación entre ansiedad y acompañamiento de estudio

Tabla 21. Relación entre acompañamiento de estudio y ansiedad
Correlaciones

			Acompañamiento de estudio	Ansiedad
Rho de Spearman	Acompañamiento de estudio	Coeficiente de correlación	1.000	-.374**
		Sig. (bilateral)	.	<.001
		N	77	77
	Ansiedad	Coeficiente de correlación	-.374**	1.000
		Sig. (bilateral)	<.001	.
		N	77	77

Coeficiente de Spearman

Nivel de significancia: 0,05

Elección de decisión

En la tabla 20, se observa un coeficiente de Rho Spearman = -0.374, es decir una correlación negativa muy baja, además de un p valor = 0.001, siendo menor que 0.05, se toma la decisión de rechazar la hipótesis nula y concluir que existe relación entre ansiedad y acompañamiento de estudio

6.2. Comparación de los resultados con antecedentes

El estudio planteado corroboró en sus hallazgos una semejanza con las conclusiones expuestas en el estudio de Delgado ,el cual comprobó una correlación negativa y baja entre ansiedad y hábitos de estudio , debido a la igualdad entre el número de participantes , el instrumento usado para analizar lo hábitos de estudio.

Por otro lado el estudio también concuerda con el objetivo de Ramirez , el cual demostró la existencia de una relación entre hábitos de estudio y estrés académico , la semejanza se da debido a la utilización del mismo instrumento para analizar la variable hábitos de estudio , además de una población pequeña como la del presente estudio.

A su vez , los hallazgos evidencian un similar resultado con el de Escajadillo el cual corroboró una asociación significativa entre hábitos de estudio y estrés académico.

Para finalizar acerca del vínculo de las dimensiones planteadas , se puede concluir la semejanza entre las correlaciones que expuso Delgado en su estudio , el cual evidenció que existe asociación entre las dimensiones de hábitos de estudio y la ansiedad al igual que las últimas correlaciones que se evidenció en la presente investigación , lo expuesto es significativo debido al uso de similares dimensiones.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

- Existe relación entre ansiedad y hábitos de estudio existe, ya que se encontró una asociación negativa inversa significativa entre las mismas ($Rho = -0.237$). Es decir, cuando el nivel de ansiedad aumenta, disminuye de forma considerable los hábitos de estudios en escolares de la institución.
- No existe relación entre forma de estudio y ansiedad en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa -2021, con un valor de significancia de 0,369 y un coeficiente de 0,104.
- No existe relación entre resolución de tareas y ansiedad en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa -2021, con un valor de significancia de 0,169 y un coeficiente de -0,158.
- No existe relación entre preparación para exámenes y ansiedad en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa -2021, con un valor de significancia de 0,154 y un coeficiente de -0,164.
- Existe relación entre forma de escuchar las clases y ansiedad existe, ya que se encontró una asociación negativa significativa entre las mismas ($Rho = -0.345$). Es decir, cuando el nivel de ansiedad aumenta, disminuye la de forma considerable la forma de escuchar las clases en escolares de la institución.
- Existe relación entre acompañamiento de estudio y ansiedad, ya que se encontró una asociación significativa inversa entre las mismas ($Rho = -0,374$). Es decir, cuando el nivel de ansiedad aumenta, disminuye de forma considerable el acompañamiento de estudio en escolares de la institución.

Recomendaciones

- Se sugiere a escolares de la institución una optimización en la planificación de tareas y programación de estudio, crear rutinas específicas y utilizar técnicas de aprendizaje como mapas mentales, subrayado, repasos y solicitar el apoyo de parte de los docentes para mayor refuerzo escolar, con la finalidad de aumentar y optimizar los hábitos de estudio y disminuir la ansiedad.
- Se sugiere a escolares de la institución la práctica de la lectura, transcripción del contenido, búsqueda de significados, repasos de lo realizado en clase y relacionar temas estudiados con la finalidad de optimizar su forma de estudio
- Se sugiere a escolares de la institución practicar la búsqueda de información, trabajar en equipo, descansar después de realizar tareas y estudiar, con la finalidad de optimizar su resolución de tareas
- Se recomienda a estudiantes de la institución planificar las horas de estudio, repasar y estudiar días antes de un examen, realizar resúmenes para optimizar su preparación para exámenes
- Se recomienda a escolares de la institución realizar apuntes, notas y agendas de organización a la hora de escuchar las clases, así mismo practicar ejercicios de atención y concentración, participar más en clase y realizar preguntas a los docentes, con la finalidad de potenciar su forma de escuchar las clases, de esta manera reducir la ansiedad a la hora de escuchar las clases
- Se recomienda a escolares la institución que los tiempos de estudio se realicen en un ambiente agradable, limpio organizado sin distracciones que perturben la atención de las jóvenes a la hora de estudiar

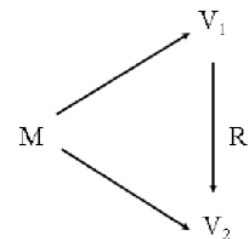
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arroyo, J. (2018). Estrategias de aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes y de quinto de secundaria de una institución educativa pública de Huanta. *Tesis de licenciatura*. Universidad Ricardo Palma.
- Astocondor, L. (2001). Estudio explorativo de la ansiedad y depresión en pobladores de las comunidades nativas aguarunas. *Tesis de licenciatura*. Universidad San Martín de Porres.
- Barriga, C. (2015). Maduración de la memoria de trabajo en niños, adolescentes y jóvenes adultos mediante potenciales relacionados con eventos. *Tesis de doctorado*. Universidad de Sevilla.
- Carrasco, E. (2020). Ansiedad y hábitos de estudio en adolescentes en una Institución de Lima. *Tesis de licenciatura*. Universidad Señor de Sipán, Lambayeque, Perú.
- Cruz, L. (2019). Inteligencia emocional y hábitos de estudio en alumnos de secundaria de una Institución Educativa Estatal de Moche, 2017. *Tesis*. Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo, Perú.
- Cueva, E. (2019). Hábitos de estudio y Estrés escolar en estudiantes del 4to y 5to de secundaria de la Institución Educativa Santa Anita, 2019. *Tesis de investigación*. Universidad César Vallejo, Perú.
- Delgado, M. (2019). Hábitos de estudio y Ansiedad frente a exámenes en una institución educativa de Motupe. *Tesis de licenciatura*. Universidad Señor de Sipán.
- Dominguez, D. (2018). Relación entre Hábitos de estudio y Bienestar Psicológico en la escuela normal de Tejuipilco. 2018. Universidad Autónoma del estado de México, México.
- Encajadillo, A. (2019). Estrés académico y Hábitos de estudio en estudiantes de cuarto año de secundaria de la Institución Educativa 2095 Herman Busse de la Guerra, Los Olivos 2018. *Tesis de licenciatura*. Universidad César Vallejo, Perú.
- Flores, E. (2016). Proceso de la atención y su implementación en el proceso de aprendizaje. *Dianet*.
- García, F. (2017). Ansiedad y Rendimiento académico en estudiantes de 7 a 15 años en la Unidad Educativa de Navarra en Quito. *Tesis de licenciatura*. Universidad Pontificia Universidad Católica de Ecuador, Ecuador.
- Hereira, A. (2017). Hábitos de estudio y Rendimiento escolar en estudiantes del grado undécimo de dos colegios adventistas. *Tesis de Maestría*. Universidad de Montemorelos, Colombia.

- Howard, M. (2014). Relacion entre Clima social , Familia y Habitros de estudio en alumnos de secundaria de la Institucion Educativa Particular Socrates. *Tesis de licenciatura*. Universidad Catolica los Ángeles de Chimbote, Perú.
- Huanaquiri, J. (2018). Hábitos de estudio. *Tesis para el grado de Bachiller*. Universidad Cientifica del Sur, Perú.
- Montelegre, N. (2017). Ansiedad en los estudiantes de tercero y cuarto año de secundaria de la Institución Educativa N°098 , El gran Chilimaza , de la provincia de Zarumilla - Tumbes , 2017. *Tesis de licenciatura*. Universidad Catolica de los Ángeles de Chimbote.
- Moya, K. (2017). Impulsividad y Ansiedad estado - Ansiedad rasgo en niños de consulta externa del Departamento de Psicología de un Hospital, Lima 2017. *Tesis de licenciatura*. Universidad Cesar Vallejo, Perú.
- Naranjo, M. L. (2009). Motivación: Perspectivas teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito educativo. *Revista de educación* 33.
- Ortega, V. (2012). Hábitos de estudio y rendimiento en Estudiantes de segundo de secundaria de una Institución Educativa Del Callao. *Tesis de licenciatura*. Universidad San Ignacio de Loyola.
- Ramírez, G. (2020). Habitros de estudio y Estrés académico en estudiantes de cuarto y quinto de la Institución Educativa 20392. *Tesis de investigación*. Universidad Cesar Vallejo, Perú.
- Rebollo M.A , Montiel S. (2006). Atención y funciones ejecutivas . *Revista de neurología*.
- Roca, J. (2007). Conducta y conducta. *Scielo*. Obtenido de Diarios electronicos de psicología.
- Schmidt, V. (2018). La ansiedad estado-rasgo y el rendimiento en adolescentes de 14 a 16 años. *Tesis de licenciatura*. Universidad Catolica de Argentina.
- Sigchos, W. (2018). Habitros de estudio y Rendimiento academico en los estudiantes de quinto y septimo de educacion general básica en la Unidad Educativa Avelina Lasso de Plaza. *Tesis de licenciatura*. Universidad Central de Ecuador, Ecuador.
- Tortella-Feliu, M. (2014). Los trastornos de Ansiedad según el DSM -V. *Revista Iberoamericana de psicósomática*.

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

Título	Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variable	Dimensiones	Metodología
Ansiedad y hábitos de estudios en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa - 2021	Pregunta general ¿Cuál es la relación de ansiedad y hábitos de estudios en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021?	Objetivo general Determinar la relación entre ansiedad y hábitos de estudio en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021	Hipótesis general Existe relación entre la ansiedad y hábitos de estudio en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021	Ansiedad	Síntomas afectivos Síntomas somáticos	<p>Enfoque Cuantitativo</p> <p>Tipo Relacional básica</p> <p>Nivel de estudio Correlacional</p>  <pre> graph TD M --> V1 M --> V2 V1 -- R --> V2 </pre> <p>Diseño No experimental De corte transversal</p>

<p>Preguntas específicas P.E 2 ¿Cuál es la relación que existe entre la ansiedad y forma de estudio en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021?</p>	<p>Objetivos específicos O.E. 1 Determinar la relación entre la ansiedad y forma de estudio en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021</p>	<p>Hipótesis específicas H.E 1 Existe relación entre la ansiedad y forma de estudio de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021</p>	<p>Hábitos de estudio</p>	<p>Forma de estudio Resolución de tareas Preparación para exámenes Forma de escuchar las clases Acompañamiento de estudio</p>	<p>Población Escolares de secundaria de la Institución educativa particular en Arequipa 2021 Muestra No aplica Muestreo No probabilístico de tipo censal</p>
<p>P.E.2 ¿Cuál es la relación que existe entre la ansiedad y resolución de tareas en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021?</p>	<p>O.E.2 Determinar la relación que entre la ansiedad y resolución de tareas en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021</p>	<p>H.E.2 Existe relación entre la ansiedad y resolución de tareas en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021</p>			
<p>P.E.3 ¿Cuál es la relación que existe entre la ansiedad y</p>	<p>O.E.3 Determinar la relación entre la ansiedad y</p>	<p>H.E.3 Existe relación entre la ansiedad y preparación para</p>			

	preparación para exámenes en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021?	preparación para exámenes en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021	exámenes en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021			
	P.E.4 ¿Cuál es la relación que existe entre la ansiedad y forma de escuchar las clases en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021?	O.E.4 Determinar la relación entre la ansiedad y forma de escuchar las clases en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021	H.E.4 Existe relación entre la ansiedad y forma de escuchar las clases en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021			
	P.E.5 ¿Cuál es la relación que existe entre la ansiedad y acompañamiento de estudio en escolares de una Institución Educativa	O.E.5 Determinar la relación entre la ansiedad y acompañamiento de estudio de estudio en escolares de una Institución Educativa	H.E.5 Existe relación entre la ansiedad y acompañamiento de estudio en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa-2021			

	Particular en Arequipa-2021?	Particular en Arequipa-2021				
--	------------------------------	-----------------------------	--	--	--	--

Anexo 2 Matriz de operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Número de ítems	Valor final	Criterios para evaluar
Ansiedad	Según Spielberg la ansiedad es una respuesta emocional negativa que se genera por estímulos externos que el individuo percibe como peligroso o amenazante, produciendo cambios físicos y conductuales (Carrasco, 2020).	La variable será medida con el instrumento: Escala de ansiedad de Zung, contiene 20 ítems que refieren preguntas cerradas con respuestas de tipo escala de Likert, donde las respuestas son: Nunca o raras veces Algunas veces Muchas veces La mayoría de veces	Síntomas afectivos	Ansiedad Miedo Desintegración Aprehensión	Ítem 1 Ítem 2 Ítem 3 Ítem 4 Ítem 5	20 a 35 puntos 36-47 puntos	No hay ansiedad presente (20 a 35 puntos) Ansiedad mínima o moderada (36-47)
			Síntomas somáticos	Temblores Dolores y molestias corporales Tendencia a la fatiga y debilidad Intranquilidad Palpitaciones mareos Desmayos Parestesias Náuseas y vómitos Frecuencia urinaria Bochornos Insomnio Pesadillas	Ítem 6 Ítem 7 Ítem 8 Ítem 9 Ítem 10 Ítem 11 Ítem 12 Ítem 13 Ítem 14 Ítem 15 Ítem 16 Ítem 17 Ítem 18 Ítem 19 Ítem 20	48 a 59 puntos 60 a 80 puntos	Ansiedad marcada o severa (48 a 59) Ansiedad en grado máximo (de 60 a 80)

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Número de ítems	Indicadores	Valor final	Criterios para evaluar
Hábitos de estudio	Se considera la definición brindada por Cartagena, quien comprende a los hábitos de estudios como técnicas de organización que el estudiante puede poner en práctica todos los días para conseguir nuevos conocimientos, estimulando el progreso de concentración, atención y disminución de la distracción de factores externos (Carrasco, 2020).	La variable de hábitos de estudio será medida con el instrumento: Inventario de hábitos de estudio de CAMS -85 El cual consta de 53 ítems referidos a factores de hábitos de estudio como organización, técnicas, ambiente entre otros. El instrumento contiene preguntas cerradas con respuestas Dicotómicas	Forma de estudio	12 ítems 1-12	Lectura Subrayado de apuntes Búsqueda de Significados Comprensión Transcripción Memorización de contenido Repaso del contenido Relación de temas estudiados	Muy positivo (44 a 53 puntos) Positivo (36 a 43 puntos) Tendencia a lo positivo (28 a 35 puntos) Tendencia a lo negativo (18 a 27 puntos) Negativo (9 a 17 puntos) Muy negativo (0 a 8 Puntos)	Muy positivo (10 a 12 puntos) Positivo (8 a 9 puntos) Tendencia a lo positivo (5 a 7 puntos) Tendencia a lo negativo (3 a 4 puntos) Negativo (1 a 2 puntos) Muy negativo (0 puntos)
			Resolución sus tareas	10 ítems 13 -22	Búsqueda de información Comprensión Realización de tareas Significado Ayuda Fatiga Contrariedad Complejidad	Muy positivo (10 puntos) Positivo (8-9 puntos) Tendencia a lo positivo (6-7 puntos) Tendencia a lo negativo (3- 5 puntos) Negativo (1- 2 puntos) Muy negativo (0 puntos)	
			Preparación para exámenes	11 ítems 23 -33	Diariamente Repaso previo Organización Momentáneo	Muy positivo (11 puntos) Positivo (9 - 10 puntos) Tendencia a lo positivo (7- 8 puntos)	

					Realización de plagio Ayuda de compañeros Al azar Olvido de lo estudiado		Tendencia a lo negativo (4- 6 puntos) Negativo (2- 3 puntos) Muy negativo (0 -1 puntos)
			Forma de escuchar las clases	12 ítems 34 -45	Apuntes, notas Organización de apuntes Atención en clases Distracción Imaginación Descanso		Muy positivo (10 - 12 puntos) Positivo (8 - 9 puntos) Tendencia a lo positivo (6 - 7 puntos) Tendencia a lo negativo (4 -5 puntos) Negativo (2-3 puntos) Muy negativo (0 -1 puntos)
			Acompañamiento de estudio	8 ítems 46 -53	Música Televisión Silencios a la hora de estudiar Alimentación a la hora de estudiar Interrupciones de familia o amigos		Muy positivo (7-8 puntos) Positivo (6 puntos) Tendencia a lo positivo (5 puntos) Tendencia a lo negativo (4 puntos) Negativo (1-3 puntos) Muy negativo (0 -1 puntos)

Anexo 3 Instrumentos

INSTRUMENTOS

Instrumento para evaluar la ansiedad

Descripción

La escala de ansiedad de Zung es un instrumento que contiene 20 ítems con preguntas que hacen referencia a sintomatología ansiosa, abarcando una gran diversidad de síntomas, el formato de la escala contiene 4 columnas en blanco con el encabezado de respuestas casi nunca o nunca, a veces, con bastante frecuencia y casi siempre o siempre, donde se le pide a la persona evaluada que indique cual afirmación corresponde más a su caso

Ficha técnica

Nombre	Escala de autoevaluación de Zung
Autor	William Zung
Año de publicación	1965
Significación	
Tipo de aplicación	Individual, colectivo
Rango de aplicación	Adolescentes y adultos
Duración	No tiene tiempo límite. Generalmente se requiere de un promedio de 15 minutos para la aplicación de ambas escalas

Instrumento para evaluar hábitos de estudio

Descripción

El inventario de hábitos de estudios de vicuña es un instrumento que contiene 53 ítems que hacen referencia a conductas que se manifiestan a la hora de estudiar, contiene preguntas cerradas con respuestas dicotómicas (siempre o nunca).

Ficha técnica

Nombre original de la prueba	Inventario de hábitos de estudio
Autor:	Luis Alberto Vicuña Peri
Año de publicación	1985
Duración	De 15 a 20 minutos
Aspecto que evalúa	Hábitos de estudio
Administración	Colectiva e individual
Finalidad	Determinar el grado de hábitos de estudios
Forma de aplicación	Individual y colectivo
Materiales	Manual del instrumento, cuadernillo y hoja de respuestas.

HOJA DE RESPUESTAS DE LA ESCALA DE ANSIEDAD DE ZUNG

ÍTEM	NUNCA O RARAS VECES	ALGUNAS VECES	BUEN NÚMERO DE VECES	LA MAYORÍA DE VECES
Me siento más nervioso y ansioso que de costumbre				
Me siento con temor sin razón				
Despierto con facilidad o siento pánico				
Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos				
Siento que todo está bien y que nada malo puede sucederme				
Me tiemblan los brazos y las piernas				
Me mortifican dolores				
Me siento débil y me canso fácilmente				
Me siento tranquilo y puedo permanecer en calma fácilmente				
Puedo sentir que me late muy rápido el corazón				
Sufro de mareos				
Sufro desmayos o siento que voy a desmayar				
Puedo inspirar y expirar fácilmente				
Se me adormecen o me hincan los dedos de las manos y pies				
Sufro de molestias estomacales				
Orino con mucha frecuencia				
Generalmente mis manos están secas y calientes				
Siento bochornos				
Me quedo dormido con facilidad y descanso bien durante la noche				
Tengo pesadillas				

HOJA DE RESPUESTAS DEL INVENTARIO DE HÁBITOS DE ESTUDIO

ÍTEM	SIEMPRE	NUNCA
¿Cómo estudia usted?		
1.Leo todo lo que tengo que estudiar subrayando los puntos más importantes 2.Subrayo las palabras cuyo significado no sé. 3. Regreso a los puntos subrayados con el propósito de aclararlo. 4.Busco de inmediato en el diccionario el significado de las palabras que no sé. 5.Me hago preguntas y me respondo en mi propio lenguaje lo que he comprendido. 6.Luego escribo en mi propio lenguaje lo que he comprendido. 7.Doy una leída parte por parte y repito varias veces hasta recitarlo de memoria. 8.Trato de memorizar todo lo que estudio. 9.Repaso lo que he estudiado después de 4 a 8 horas. 10. Me limito a dar una leída general a todo lo que tengo que estudiar. 11.Trato de relacionar el tema que estoy estudiando con otros temas ya estudiados. 12.Estudio sólo para los exámenes.		
¿Cómo hace usted sus tareas?		

<p>13.Leo la pregunta, busco en el libro y escribo la 14. respuesta casi como dice el libro.</p> <p>14.Leo la pregunta, busco en el libro, y luego contesto según como he comprendido.</p> <p>15.Las palabras que no entiendo, las escribo como están en el libro, sin averiguar su significado.</p> <p>16.Le doy más importancia al orden y presentación del trabajo que a la comprensión del tema.</p> <p>17.En mi casa me falta tiempo para terminar con mis tareas, las completo en el colegio preguntando a mis amigos.</p> <p>18.Pido ayuda a mis padres u otras personas y dejo que me resuelvan todo o gran parte de la tarea.</p> <p>19.Dejo para el último momento la ejecución de mis tareas por eso no las concluyo dentro del tiempo fijado.</p> <p>20.Empiezo a resolver una tarea, me canso y paso a otra.</p> <p>21. Cuando no puedo resolver una tarea me da rabia o mucha cólera y ya no lo hago.</p> <p>22.Cuando tengo varias tareas empiezo por la más difícil y luego voy pasando a las más fáciles.</p>		
<p>¿ Cómo prepara sus exámenes ?</p>		
<p>23.Estudio por lo menos dos horas todos los días.</p> <p>24.Espero que se fije fecha de un examen o paso para ponerme a estudiar.</p> <p>25.Cuando hay paso oral, recién en el salón de clases me pongo a revisar mis apuntes.</p> <p>26.Me pongo a estudiar el mismo día del examen.</p> <p>27.Repaso momentos antes del examen.</p> <p>28.Preparo un plagio por si acaso me olvido del tema.</p> <p>29.Confío en que mi compañero me “sople” alguna respuesta en el momento del examen.</p> <p>30.Confío en mi buena suerte por eso solo estudio aquellos temas que supongo que el profesor preguntará.</p> <p>31.Cuando tengo dos o más exámenes el mismo día empiezo a estudiar por el tema más difícil y luego el más fácil.</p> <p>32.Me presento a rendir mis exámenes sin haber concluido con el estudio de todo el tema.</p> <p>33.Durante el examen se me confunden los temas, se me olvida lo que he estudiado.</p>		

¿ Cómo escucha en clase ?		
<p>34.Trato de tomar apuntes de todo lo que dice el profesor.</p> <p>35.Solo tomo apuntes de las cosas más importantes.</p> <p>36.Inmediatamente después de una clase ordeno mis apuntes.</p> <p>37.Cuando el profesor utiliza alguna palabra que no sé, levanto la mano y pido su significado.</p> <p>38.Estoy más atento a las bromas de mis compañeros que a la clase.</p> <p>39.Me canso rápidamente y me pongo a hacer otras cosas.</p> <p>40.Cuando me aburro me pongo a jugar o a conversar con mi amigo.</p> <p>41.Cuando no puedo tomar nota de lo que dice el profesor me aburro y lo dejo todo.</p> <p>42.Cuando no entiendo un tema mi mente se pone a pensar soñando despierto.</p> <p>43.Mis imaginaciones o fantasías me distraen durante las clases.</p> <p>44.Durante las clases me distraigo pensando lo que voy a hacer a la salida.</p> <p>45.Durante las clases me gustaría dormir o tal vez irme de clase.</p>		
¿ Cómo acompaña sus clases ?		
<p>46.Requiero de música sea del radio o equipo de audio (mp3, mp4)</p> <p>47.Requiero la compañía de la TV.</p> <p>48.Requiero de tranquilidad y silencio.</p> <p>49.Requiero de algún alimento que como mientras estudio.</p> <p>50.Mi familia me acompaña; conversan, ven TV o escuchan música mientras estudio.</p> <p>51.Interrupciones por parte de mis padres pidiéndome algún favor.</p> <p>52.Interrupciones de visitas, amigos, que me quitan tiempo.</p> <p>53.Interrupciones sociales; fiestas, paseos, citas, etc.</p>		
Total		

Anexo 4. Ficha de validación de expertos

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Ansiedad y hábitos de estudios en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa - 2021

Nombre del Experto: Giancarlo José Ríos Pomareda

ii. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO ESCALA DE AUTOEVALUACIÓN DE ZUNG

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

El instrumento posee concordancia teórica con el modelo teórico en que se basa el estudio. Las características del instrumento van acorde con los objetivos de investigación. El instrumento se encuentra validado en Perú, el lenguaje y términos utilizados son adecuados para la población objeto de estudio.



Nombre: Giancarlo José Ríos Pomareda

No. DNI: 71601018

Colegiatura: 41780

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5100-2274>

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Ansiedad y hábitos de estudios en escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa - 2021

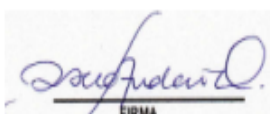
Nombre del Experto: Saskia Lenka Avendaño Ormeño

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	No cumple	4, 14, 27, 38, 49, 50
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

Cuestión de gramática y redacción como aspectos a mejorar


FIRMA

Anexo 5. Base de datos

base de datos super.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 10 de 10 variables

	ANSIEDAD	Formadeestudiar	Resolucióndetareas	Preparacióndeexámenes	Formadeescucharlasclases	Acompañamiento de estudio	HABITOS	GENERO	
1	Ansiedad marcada	Tendencia a lo positivo	Positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Femenino	5to sec
2	Ansiedad marcada	Tendencia a lo positivo	Muy positivo	Tendencia a lo negativo	Positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Femenino	5to sec
3	Ansiedad marcada	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo negativo	Femenino	5to sec
4	Ansiedad marcada	Positivo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	Positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Femenino	5to sec
5	Ansiedad marcada	Positivo	Positivo	Tendencia a lo negativo	Positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Femenino	5to sec
6	Ansiedad marcada	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo negativo	Negativo	Negativo	Tendencia a lo negativo	Femenino	5to sec
7	Ansiedad marcada	Positivo	Negativo	Negativo	Positivo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo negativo	Femenino	5to sec
8	Ansiedad marcada	Tendencia a lo negativo	Positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo negativo	Positivo	Tendencia a lo positivo	Femenino	3ro sec
9	Ansiedad marcada	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	Positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Femenino	3ro sec
10	Ansiedad marcada	Positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Femenino	3ro sec
11	Ansiedad marcada	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Femenino	3ro sec
12	Ansiedad marcada	Tendencia a lo positivo	Positivo	Positivo	Positivo	Tendencia a lo positivo	Positivo	Femenino	3ro sec
13	Ansiedad marcada	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo negativo	Negativo	Tendencia a lo negativo	Positivo	Tendencia a lo negativo	Femenino	3ro sec
14	Ansiedad marcada	Tendencia a lo positivo	Muy positivo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	Positivo	Tendencia a lo positivo	Femenino	3ro sec
15	Ansiedad marcada	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo negativo	Negativo	Tendencia a lo positivo	Positivo	Tendencia a lo negativo	Femenino	3ro sec
16	Ansiedad marcada	Muy positivo	Positivo	Positivo	Muy positivo	Tendencia a lo positivo	Positivo	Femenino	3ro sec
17	Ansiedad marcada	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo negativo	Muy negativo	Muy negativo	Negativo	Femenino	3ro sec
18	Ansiedad marcada	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo negativo	Negativo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo negativo	Femenino	3ro sec
19	Ansiedad marcada	Positivo	Positivo	Positivo	Muy positivo	Muy positivo	Positivo	Femenino	3ro sec
20	Ansiedad marcada	Tendencia a lo positivo	Positivo	Tendencia a lo positivo	Muy positivo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	Femenino	4to sec
21	Ansiedad marcada	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo negativo	Negativo	Tendencia a lo negativo	Femenino	4to sec
22	Ansiedad marcada	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	Muy positivo	Tendencia a lo positivo	Femenino	4to sec
23	Ansiedad marcada	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Positivo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	Femenino	5to sec
24	Ansiedad marcada	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Femenino	5to sec
25	Ansiedad marcada	Positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	Muy positivo	Tendencia a lo positivo	Femenino	5to sec

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode: ACTIVADO Clásico

base de datos super.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 10 de 10 variables

	Resolucióndetareas	Preparacióndeexámenes	Formadeescucharlasclases	Acompañamiento de estudio	HABITOS	GENERO	GRADO	EDAD	var
1	vo	Positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Femenino	5to secundaria	16	
2	vo	Muy positivo	Tendencia a lo negativo	Positivo	Tendencia a lo positivo	Femenino	5to secundaria	17	
3	vo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo negativo	Femenino	5to secundaria	18	
4		Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo negativo	Positivo	Tendencia a lo positivo	Femenino	5to secundaria	17	
5		Positivo	Tendencia a lo negativo	Positivo	Tendencia a lo positivo	Femenino	5to secundaria	16	
6	vo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo negativo	Negativo	Negativo	Femenino	5to secundaria	16	
7		Negativo	Negativo	Positivo	Tendencia a lo negativo	Femenino	5to secundaria	17	
8	ivo	Positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo negativo	Positivo	Femenino	3ro secundaria	14	
9	vo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	Positivo	Tendencia a lo positivo	Femenino	3ro secundaria	15	
10		Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Femenino	3ro secundaria	15	
11	vo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	Femenino	3ro secundaria	14	
12	vo	Positivo	Positivo	Positivo	Tendencia a lo positivo	Femenino	3ro secundaria	14	
13	ivo	Tendencia a lo negativo	Negativo	Tendencia a lo negativo	Positivo	Femenino	3ro secundaria	15	
14	vo	Muy positivo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	Positivo	Femenino	3ro secundaria	15	
15	vo	Tendencia a lo negativo	Negativo	Tendencia a lo positivo	Positivo	Femenino	3ro secundaria	15	
16		Positivo	Positivo	Muy positivo	Tendencia a lo positivo	Femenino	3ro secundaria	14	
17	ivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo negativo	Muy negativo	Muy negativo	Femenino	3ro secundaria	15	
18	vo	Tendencia a lo negativo	Negativo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	Femenino	3ro secundaria	14	
19		Positivo	Positivo	Muy positivo	Muy positivo	Femenino	3ro secundaria	15	
20	vo	Positivo	Tendencia a lo positivo	Muy positivo	Tendencia a lo negativo	Femenino	4to secundaria	15	
21		Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo negativo	Negativo	Femenino	4to secundaria	15	
22	vo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	Muy positivo	Femenino	4to secundaria	15	
23	vo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Positivo	Tendencia a lo negativo	Femenino	5to secundaria	16	
24	vo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	Femenino	5to secundaria	16	
25		Tendencia a lo positivo	Tendencia a lo negativo	Tendencia a lo positivo	Muy positivo	Femenino	5to secundaria	17	

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode: ACTIVADO Clásico

Anexo 6. Informe de turnitin



Anexo 7 Constancia de trabajo de la institución educativa

"AÑO DE LA UNIVERSALIZACIÓN DE LA SALUD"

CONSTANCIA

La que suscribe Directora de la IE de Convenio "María Inmaculada"-
Arequipa, mediante el presente documento:


HACE CONSTAR

Que, la Srta. **Celeste Nicole Rivas Condoy** identificada con DNI **81593095** tiene autorización para aplicar el instrumento de la investigación sobre la tesis profesional titulada "**ANSIEDAD Y HABITOS DE ESTUDIO EN ESCOLARES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EN AREQUIPA 2021**"

Se expide el presente documento a solicitud de la interesada.

Arequipa, 29 de noviembre de 2021




Roxana Galdos Galdos
Mgter. Roxana Galdos Galdos
C.M N° 1029586020
DIRECCION
DIRECTORA

Anexo 8 Consentimiento

CONSENTIMIENTO INFORMADO
"TÍTULO ANSIEDAD Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESCOLARES DE UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR EN AREQUIPA- 2021"

Institución : Universidad Autónoma de Ica.

Responsables : Celeste Nicole Rivas Condoy


Objetivo: Por la presente lo estamos invitando a su menor hijo(a) a participar de la evaluación que tiene como finalidad determinar la relación de ansiedad y hábitos de estudio de los escolares de una Institución Educativa Particular en Arequipa 2021. Al participar del estudio, su menor hijo (a) deberá resolver un cuestionario de 20 ítems y otro de 53, los cuales serán respondidos de forma anónima.

Procedimiento: Si autoriza que su menor hijo(a) participe de este estudio, su hijo(a) deberá responder un cuestionario denominado "Escala De Ansiedad De Zung" y "Inventario De Hábitos De Estudio CAMS 85.", los cuales deberán ser resueltos en un tiempo de 40 minutos, dichos cuestionarios serán realizado a través de un formulario de google.

Confidencialidad de la información: El manejo de la información es a través de códigos asignados a cada participante de forma anónima.

Consentimiento: después de leer la información suministrada), autorizo, que mi menor hijo(a) participe en el estudio indicado, habiéndome informado sobre el propósito de la investigación.

Arequipa, 17 de noviembre, de 2021

Firma: 
Apellidos y nombres: Bernal Santillo Sonia
DNI: 29727501