



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Autocontrol y ansiedad en niños de 6to grado de una unidad
educativa de Manabí, 2022

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
Maestra en Psicología Educativa

AUTORA:

Mendoza Bravo, Sandy Arelis (orcid.org/0000-0001-8936-7949)

ASESOR:

Dr. Luque Ramos, Carlos Alberto (orcid.org/0000-0002-4402-523X)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Atención Integral del infante, niño y adolescente

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus
niveles

PIURA – PERÚ

2022

DEDICATORIA

Dedico este logro a mis hijos, hermanos, novio y padres que son mi motivación e impulso y quienes siempre me han apoyado en el logro de mis metas personales y profesionales.

Sandy Arelis Mendoza Bravo

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios, a mi familia y a todas las personas que contribuyeron en la realización de la presente investigación, de manera especial a los jefes y directivos de la Unidad Educativa de Manabí, que me brindaron las facilidades para la aplicación de los instrumentos de recojo de información.

Al Dr. Carlos Alberto Luque Ramos, asesor de esta aventura intelectual, por sus orientaciones y apoyo permanente.

Al personal directivo y a los docentes del Programa de Maestría de la Universidad César Vallejo de Piura, por todas sus enseñanzas y poder hacer posible este anhelado sueño.

Índice de Contenidos

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
Índice de tablas	v
Resumen	vi
Abastract.....	vii
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MARCO TEÓRICO	5
III. METODOLOGÍA.....	17
3.1. Tipo y diseño de investigación	17
3.2. Variables y Operacionalización:.....	18
3.3. Población Muestra y muestreo	19
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	19
3.5. Procedimientos.....	20
3.6. Método de Análisis de datos	20
3.7. Aspectos Éticos	21
IV. RESULTADOS	22
V. DISCUSIÓN.....	32
VI. CONCLUSIONES	38
VII. RECOMENDACIONES.....	39
REFERENCIAS	40
ANEXOS.....	47

Índice de tablas

Tabla 1: Distribución Poblacional de Estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el sexto grado 2022	19
Tabla 2: Distribución de estudiantes según nivel de autocontrol	22
Tabla 3: Distribución de estudiantes según nivel de ansiedad	23
Tabla 4: Distribución de estudiantes, según nivel cognitivo de la ansiedad.....	24
Tabla 5: Distribución de estudiantes, según nivel Fisiológico de la ansiedad ..	25
Tabla 6: Distribución de estudiantes, según nivel Motor de la ansiedad.....	26
Tabla 7: Prueba de Normalidad de Kolmogorov – Smirnov	27
Tabla 8: Estadístico Correlación de Pearson entre el Autocontrol y la Ansiedad	28
Tabla 9: Estadístico Correlación de Pearson entre el Autocontrol y el Nivel Cognitivo de la Ansiedad	29
Tabla 10: Estadístico Correlación de Pearson entre el Autocontrol y el Nivel Fisiológico de la Ansiedad.....	30
Tabla 11: Estadístico Correlación de Pearson entre el Autocontrol y el Nivel Motor de la Ansiedad	31

Resumen

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre el autocontrol y la ansiedad en niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022. Para ello, en un enfoque cuantitativo, se empleó un diseño de investigación correlacional. Se seleccionó una muestra no aleatoria, por facilidad de acceso a los participantes, formada por 100 estudiantes del sexto grado de una unidad educativa de Manabí en Ecuador. Para el recojo de información se adecuaron listas de cotejo para evaluar las variables en los estudiantes pertenecientes a la muestra. Se realizó la validación y confiabilidad de instrumentos antes de ser aplicados. Los datos obtenidos fueron procesados en SPSS versión 28. Para iniciar el análisis estadístico se determinó la normalidad de la muestra, aplicando la prueba Kolmogrov Smirnov. Las hipótesis fueron contrastadas con la correlación de Pearson, obteniéndose como resultados una relación negativa de -0.019. Por lo tanto, podemos concluir que los resultados muestran que hay una relación inversa entre las variables: Autocontrol y Ansiedad en los estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el sexto grado 2022, por lo que, si hay un mayor nivel de autocontrol, los síntomas o niveles de ansiedad serán menores o negativos.

Palabras clave: Autocontrol, Ansiedad, cognitivo, fisiológico, motor.

Abstract

The objective of this research work was to determine the relationship between self-control and anxiety in 6th grade children of an Educational Unit in Manabí, 2022. For this, a correlational research design was used in a quantitative approach. A non-random sample was selected, for ease of access to the participants, made up of 100 sixth grade students from an educational unit in Manabí, Ecuador. For the collection of information, checklists were adapted to evaluate the variables in the students belonging to the sample. The validation and reliability of instruments were carried out before being applied. The data obtained were processed in SPSS version 28. To start the statistical analysis, the normality of the sample was determined by applying the Kolmogorov Smirnov test. The hypotheses were contrasted with the Pearson correlation, obtaining as a result a negative relationship of -0.019. Therefore, we can conclude that the results show that there is an inverse relationship between the variables: Self-control and Anxiety in the students of the educational unit of Manabí in the sixth grade 2022, so that, if there is a higher level of self-control, the symptoms or levels of anxiety will be minor or negative.

Keywords: Self-control, Anxiety, Cognitive, Physiological, Motor.

I. INTRODUCCIÓN

El autocontrol es una cualidad sumamente importante que debemos desarrollar desde la infancia para poder manejar adecuadamente las emociones. Es considerado uno de los pilares del ser humano en el desarrollo de las relaciones interpersonales (Lamarca, 2017). Este se va adquiriendo poco a poco hasta lograr una madurez adecuada, sin embargo, los progenitores se enfrentan al problema de la incapacidad de los niños y adolescentes para ejercer el autocontrol emocional, lo que genera todo tipo de reyertas en la escolarización, la familia y la sociedad, posteriormente, en su entorno laboral (Del Valle et al, 2019). La noción de autocontrol, está relacionada estrechamente con la ética y la vida cotidiana, en el nivel sociopolítico, socioeconómico y psicológico (Serrano y Viedma, 2018), lo que influye en el desarrollo del autocontrol.

Los niños no nacen con la capacidad de controlarse a sí mismos. Aprenden observando a sus otros importantes (padres, abuelos, tíos, hermanos), otros niños o en la escuela. Al iniciar sus primeros pasos y actividades lúdicas básicas, los niños tienen poco autocontrol y los padres son los encargados de autorregular sus reacciones e impulsos (Garrido et al., 2018). A partir de los tres años, los niños desarrollan el autocontrol debido a su flexibilidad, remordimiento y capacidad de esperar. El autocontrol no es un impulso o contención emocional, sino la dirección correcta de estos comportamientos y condiciones que nos permiten saber cuándo y cómo reaccionar ante la situación actual, dentro del respeto por los demás (Villareal, 2018).

Según Goleman (2006), citado por Anderson 2019, establece que la forma en que el líder demuestra inteligencia emocional puede influir directamente en las percepciones de los maestros sobre el clima escolar. Un líder escolar contribuye a un clima escolar positivo al fomentar relaciones de confianza y cariño, así como también practicar interacciones sociales empáticas (Anderson, 2019). Estos son los comportamientos que deben desarrollar los maestros en la interacción con los estudiantes para mejorar el autocontrol en ellos.

En el presente año, se ha producido el regreso de manera presencial de los estudiantes a sus colegios, después de dos años de haber realizado las clases de manera virtual. En este contexto, UNAM indica que las principales consecuencias o efectos del retorno a la presencialidad, son la irritabilidad y la

ansiedad (UNAM, 2021). Estos efectos se agudizan si los estudiantes tienen problemas de autocontrol de sus emociones.

UNICEF (2021), en un estudio realizado, donde había 8 444 adolescentes y adultos jóvenes entre 13 y 29 años, de los cuales el 46% expresó ansiedad y el 15% depresión, estas cifras, que se obtuvieron, se encuentran dentro del primer año de una pandemia mundial, donde el cambio de la enseñanza presencial al aprendizaje de supervivencia a través de la interacción social con los maestros y sus compañeros al aprendizaje a distancia, lo que condujo a un desequilibrio en la salud mental y el aprendizaje entre los estudiantes (Moreno-Proañó, 2020). Se produjo un aislamiento social, generando como principal problema situaciones de ansiedad y depresión de los estudiantes y de los docentes como lo demuestra este estudio.

La ansiedad es ponderada una emoción que se inicia frente a situaciones distintas a las comunes, en las que se puede predecir una amenaza, que busca preparar al individuo para reaccionar frente a ellas mediante una serie de actitudes o respuestas de tipo cognitiva, fisiológica o conductual (Sigüenza & Vilchez, 2021). Es un asunto puramente subjetivo, emocional que se manifiesta en la aprensión, inseguridad, desacierto, miedo constante ante un peligro no indefinido (Díaz et al., 2022). La pandemia ha exacerbado la crisis de aprendizaje, debido a la ansiedad y los niños en casi todos los países se han quedado atrás en su aprendizaje. Por ello, sin una acción urgente, muchos estudiantes se habrán retrasado sus aprendizajes y se quedarán atrás. No basta simplemente con reabrir las escuelas, es necesario un esfuerzo global para abordar la crisis del aprendizaje de frente. (UNICEF, 2022).

Según datos de la O.M.S. en el año 2001 se calculan un aproximado de 450 millones de personas que son aquejadas de algún trastorno mental o de ansiedad. La ansiedad también es considerada, como un trastorno mental en la actualidad y de los más comunes en diversos países del mundo. Se puede predecir que, en el futuro, probablemente el 25% de los seres humanos podría sufrir o experimentar algún tipo de trastorno de ansiedad y se presentarán en distintos aspectos de la cotidianidad como el educativo, familiar, social y laboral (Díaz et al., 2022).

En Ecuador se están presentando diversos problemas emocionales y de control de la ansiedad en los estudiantes y están relacionados con la disciplina y

por la falta de autocontrol en sus relaciones interpersonales. Las emociones y acciones disruptivas se regulan con el autocontrol, ello funciona como una fortaleza. (Dixon y Tibbetts, 2009; Tangney, Baumeister y Boone, 2004, citados por Celaya 2021). De acuerdo a nuevos estudios el autocontrol ayuda a minimizar la agresión proactiva y reactiva. Por otro lado, pocos niveles de autocontrol se relacionan con incremento de acoso escolar y violencia física (Celaya et al, 2021).

En este contexto, se observó en algunos alumnos del 6to grado de una unidad educativa de Manabí, una manifestación de problemas de ansiedad en el marco de retorno a la presencialidad en el presente año, sin embargo, otros estudiantes muestran más seguridad y control de sus emociones, teniendo en cuenta este problema, se desarrolló la presente investigación, para poder establecer el tipo de relación existente entre estas dos variables: el Autocontrol y la Ansiedad en los escolares mencionados.

En este sentido, se formuló el siguiente problema de investigación general: ¿Qué relación existe entre el autocontrol y la ansiedad en niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022? Los problemas específicos propuestos fueron: ¿Qué relación existe entre el autocontrol y el nivel cognitivo en niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022?, ¿Qué relación existe entre el autocontrol y nivel fisiológico en niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022? y ¿Qué relación existe entre el autocontrol y el nivel motor en niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022?

La presente investigación tuvo una justificación teórica, porque, según (Marroquín, 2013) su objetivo fue establecer el tipo de relación que puede existir entre las dos variables, como son el Autocontrol y la Ansiedad. Se caracteriza en primer lugar por medir las variables de estudio y luego, mediante la aplicación de la prueba de hipótesis determinar la relación, así como técnicas estadísticas, se logró establecer el nivel de correlación. Además, de los aportes teóricos que se analizaron en el marco teórico. También, porque se sustentó en resultados que se encontraron luego de la aplicación de instrumentos validados y confiables. Esto permitirá la aplicación para las instituciones con características similares, y producir el análisis de la relación entre las dos variables en un momento determinado. También tiene una lógica práctica, ya que aborda un carácter relacional de forma sencilla, permitiendo recopilar información a través de

dimensiones y métricas mediante la aplicación de herramientas debidamente validadas.

También tuvo una justificación metodológica, ya que se utilizaron métodos inductivo-deductivos, técnicas como la encuesta y estrategias como criterios de inclusión y exclusión, que ayuden a la recolección de datos e información de utilidad para las instituciones educativas (Hernández, 2008). Las técnicas y estrategias aplicadas pueden ser adecuadas e innovadoras por parte del profesorado para adaptarlas a sus realidades. Tiene implicaciones sociales porque mejoró el conocimiento del autocontrol de los problemas de ansiedad entre los estudiantes pertenecientes a la muestra, lo que benefició a todo el cuerpo escolar y a la comunidad educativa.

La encuesta planteó el objetivo general: Determinar la relación que existe entre el autocontrol y la ansiedad en los niños de 6° grado de la Unidad Educativa Manabí 2022. Los objetivos específicos fueron los siguientes: Identificar la relación que hay entre el autocontrol y los niveles cognitivos en los niños de 6° grado de las Unidades Educativas de Manabí en el año 2022. Establecer la relación entre el autocontrol y los niveles fisiológicos en los niños de 6to grado de la unidad educativa Manabí 2022. Y determinar la relación entre el autocontrol y los niveles motores en los niños de 6to grado de las Unidades Educativas de Manabí en el año 2022.

La hipótesis general planteada fue: H: Existe relación entre el autocontrol y la ansiedad en niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022 y como hipótesis específicas: H1: Existe relación entre el autocontrol y el nivel cognitivo en los niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022. H2: Existe relación entre el autocontrol y el nivel fisiológico en los niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022. H3: Existe relación entre el autocontrol y el nivel motor en los niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022.

II. MARCO TEÓRICO

Los antecedentes internacionales relacionados con las variables de estudio del presente trabajo de investigación son los siguientes:

Tenemos a Quintero et al., (2022) quien realiza una investigación en Medellín – Colombia, donde establece que, la etapa preescolar es considerada la etapa más importante en la vida del ser humano, pues allí los niños logran avances notables en todos los aspectos, en especial desarrollan la parte socioemocional en el momento de la interacción con los demás: la empatía y el amor propio. Se concluye que el autocontrol o autorregulación significa mejorar el proceso de planificación, ejecución y revisión de sus acciones o actividades, lo que les permitirá poner en práctica las estrategias de aprendizaje para poder lograr los objetivos que se han planteado. En el mismo sentido, la responsabilidad del hogar y la escuela en la protección del medio ambiente, en cuanto al reconocimiento y reforzamiento de valores; además, teniendo en cuenta que las conductas reflejadas por los padres y tutores repercuten en el comportamiento de los niños que están en proceso de crecimiento y desarrollo. Estos comportamientos que son transmitidos directa o indirectamente por su entorno tienen un efecto sostenible en su proceso de aprendizaje, lo que se evidencia finalmente en las habilidades de autocontrol o autorregulación adquiridas para su vida.

Otro antecedente internacional, en el cual se hace un estudio del autocontrol emocional de los docentes, tenemos a Anderson, (2019), que realizó un estudio cuantitativo con un diseño correlacional empleando la Encuesta Escuela Invitante-Revisada (ISS-R) y la evaluación Genos 360, aplicada a una población de 42 docentes. Llegó a la conclusión que el autocontrol emocional implica que el individuo controla apropiadamente sus emociones en el lugar de trabajo, es más reactivo en comparación con la autogestión emocional. En relación con el clima laboral, las percepciones del ambiente también contribuyen al éxito o fracaso de una escuela. Además, el autocontrol y el manejo emocionales son muy influyentes en el clima de una escuela. El clima debe desarrollar y demostrar habilidades de inteligencia emocional y principios de Teoría de la educación por imitación.

También tenemos a Cantera (2019), quien presentó su trabajo de investigación en Lima – Perú, en el que, mediante un diseño descriptivo

correlacional, utilizando el Cuestionario CACIA, aplicado a 164 alumnos del VI ciclo de secundaria, se concluyó que la evaluación del autocontrol emocional ganó valor de 82,9%, de lo que se puede concluir que algunos estudiantes tienen dificultad en el control de sus emociones. Se obtuvo un valor del 53% para la segunda variable, capacidad de resolución de problemas interpersonales, concluyendo así que más de la mitad de los estudiantes presenta dificultad para resolver problemas interpersonales debido a que su estilo orientado a los problemas es negativo. Asimismo, se obtuvieron correlaciones medias moderadas y significativas para la capacidad de resolución de problemas interpersonales, valor de rho de Spearman = 0,527 y valor de $p = 0,000$, que determinan la validez de la hipótesis propuesta.

Como otro antecedente internacional también podemos mencionar a Rodríguez (2019), quien, en su trabajo de investigación, realizado en centro de estudios secundarios de Chorrillos en Lima - Perú, Se propone como objetivo principal determinar el nivel de la relación entre el autocontrol y la agresividad de los estudiantes de secundaria de la región de Chorrillos Lima-Perú en las instituciones educativas básicas mencionadas en el título. La principal conclusión a la que llega es que existe una correlación negativa, moderada baja y altamente significativa, obteniendo como resultado de la correlación $R_s = -0.268$; y una significancia de $p < .001$, entre la agresividad y el autocontrol; es decir, que a cuando hay más nivel de agresividad disminuirá el nivel de autocontrol en los adolescentes escolares de 2do a 5to año de secundaria del centro de estudios Virgen del Morro Solar de la ciudad de Chorrillos. Los resultados obtenidos por los autores obtienen una relación inversa, ya que la agresividad que los estudiantes tienen le impide al autocontrol de sus emociones, llegando a desarrollar actitudes de violencia.

Tenemos otro precedente internacional para la ansiedad Orgilés et al., (2021), que realizan un estudio de investigación, con la finalidad de determinar las causas de la ansiedad, así como los síntomas de ansiedad y depresión en niños y adolescentes como se menciona en el título del artículo presentado y cómo esto puede afectar su bienestar emocional. De acuerdo con ello, el autor cree que es necesario entender qué variables intervienen en la ansiedad y la depresión, que nos puedan ayudar a prevenir cuanto antes problemas psicológicos relacionados con el aislamiento social que sufren. Se trata de un

estudio transversal para analizar la ansiedad y los síntomas depresivos en niños 3 y hasta jóvenes 18 años de países Italia, España y Portugal con el fin de poder identificar las variables que están relacionadas con su bienestar emocional en época de pandemia. Bajo esa premisa, 515 padres de estos chicos respondieron a una encuesta en línea. Los síntomas de ansiedad de los niños se evaluaron con la escala de ansiedad infantil de Spence, versión para padres, y los síntomas depresivos se evaluaron con el cuestionario corto de estado de ánimo y sentimientos, versión para padres. Los autores concluyeron que había diferencias entre la ansiedad y la depresión entre los países considerados en la muestra. En comparación con los portugueses, los niños españoles e italianos tenían síntomas depresivos más severos y los niños españoles tenían niveles más altos de ansiedad. Los niños cuyos padres informaron que tenían niveles más altos de estrés en la encuesta tenían más probabilidades de experimentar síntomas de ansiedad y depresión. El objetivo de obtener estos resultados es identificar las causas de la ansiedad y la depresión para que los niños afectados puedan ser atendidos lo antes posible.

En el trabajo de investigación de Mendoza y Villar, (2020) realizado en Huancayo - Perú, presenta como objetivo identificar el tipo de relación entre autoestima y ansiedad en estudiantes de la Facultad de Odontología Profesional de la Universidad del Puerto de los Andes, sede Huancayo - 2020. Se planteó un enfoque cuantitativo, básico y similar. Un cruce no experimental, mediante la selección de una muestra de 140 estudiantes entre 17 y 45 años; a quién se aplica la herramienta de recolección de información; La autoestima fue evaluada con el instrumento de Stanley Coppersmith para adultos, obteniendo, con el alfa de Cronbach un valor de 0.872 y el Cuestionario de Rasgo de Estado de Ansiedad (STAI) dando un valor de 0.815. El autor presenta como conclusión que existe una débil relación negativa entre la variable autoestima y la variable ansiedad, pues luego de la aplicación de los instrumentos y preparar la base de datos donde se aplicó el estadístico de correlación Rho de Spearman, logrando obtenerse un número negativo igual a - 0.269, respectivamente, en una correlación negativa y débil. Dado que la probabilidad es 0,001, entonces $0,001 < 0,05$, se confirmó la asociación. A raíz de los resultados obtenidos, se recomienda desarrollar talleres virtuales o presenciales para fortalecer la autoestima de los estudiantes de la institución, así como a través de tutorías

grupales e implementación de programas y cursos. Además, se debe fomentar el desarrollo de sesiones y talleres de manejo de la ansiedad utilizando métodos cognitivo-conductuales.

Los antecedentes nacionales de la investigación son los siguientes:

La investigación realizada por Machado, (2021) en el Ecuador, el cual tuvo como objetivo principal determinar los niveles ansiedad que se presentan en los futbolistas en relación con el autocontrol. Para ello, se desarrolló una investigación básica descriptiva, cuya población estuvo constituida con 21 futbolistas con edades comprendidas entre los 16 a 18 años, que se ubican en la nómina de futbolistas del equipo de segunda categoría de Dreamers F.C, escogiéndose, por sorteo a 11 futbolistas. Basándose en la teoría de la ZOF, se aplicó una prueba sobre los hechos o aspectos a los participantes de la muestra, lo que permitió obtener la información oportuna y necesaria. Presenta como conclusión que es la emoción de la ansiedad la que predomina en la muestra, por lo que se propone desarrollar el autocontrol en los futbolistas pertenecientes al equipo, mediante las técnicas y estrategias de control de la excitación, así como buscar disminuir el nivel de ansiedad y miedo antes de iniciar con las competencias, aprendiendo a aceptar lo imprevisible y aplicar de manera regular el cuestionario de ansiedad STAI, para poder aplicar de manera focalizada las técnicas y estrategias seleccionadas.

El trabajo de investigación presentado por Veliz, (2020), cuya finalidad o meta fue identificar aquella relación que podría existir entre el concepto académico que tiene los estudiantes sobre sí mismos y el control emocional, en una institución educativa del Guayas 2020. Este es un estudio de tipo cuantitativo, con descripción no empírica y diseño correlacional. Es transversal, ya que la información se recolecta en un momento y lugar específico, se seleccionó a 40 estudiantes a quienes se les aplicó la herramienta para poder recoger los datos utilizándose una encuesta que permitió recolectar los datos de los aspectos y conceptos propios del estudio. El análisis de la información correspondiente se realizó mediante el aplicativo SPSS, concluyendo que no hay una relación que sea significativa entre el autoconcepto en el aprendizaje y el control emocional entre los estudiantes de una unidad educativa del Guayas, 2020, debido a que el nivel de significación bilateral es superior a 0,581. Este resultado nos permite aceptar la hipótesis nula y excluir la hipótesis alternativa.

Por ello se concluyó que poco tiene que ver la escuela con el autoconcepto y el control emocional en los estudiantes que fueron parte de la muestra de estudio, dando una referencia importante a posteriores trabajos de investigación.

El trabajo presentado por Vásquez, (2018), realiza una Investigación sobre la ansiedad de los estudiantes de educación básica de la unidad educativa Luxemburgo la cual pertenece a la ciudad de Quito, cuyo objetivo de este estudio consistió en evaluar el nivel de ansiedad en niños y adolescentes de EGB, de 6 a 14 años. En esta investigación se realizó la evaluación de las variables a través de la aplicación de la prueba "Escala de Manifestación de Ansiedad Infantil evaluada (CMASR)". Desarrolló un estudio descriptivo con enfoque cuantitativo. En conclusión, el autor presenta que los resultados obtenidos muestran que el porcentaje de estudiantes que calificaron más alto en los tres niveles de EGB tenían un nivel medio de ansiedad con un 62% en todos los aspectos como ansiedad fisiológica, inquietud y ansiedad social. Este resultado para cada variable, posteriormente se hizo el respectivo análisis de la corresponde a los estudiantes de 9 a 11 años, correspondientes a secundaria, además de los estudiantes de primaria, de 6 a 9 años, presentando niveles altos de ansiedad del 16% en todas las dimensiones.

Tenemos otro antecedente nacional Proaño, (2016), que en su investigación tiene como objetivo conocer la relación entre habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de un centro de educación superior, utilizando una metodología utilizada en la investigación es de tipo mixta, es decir cualitativa y cuantitativa, esto se debe a que se explica o analiza el problema, con un sentido de carácter social, mediante el estudio del pensamiento y sentimientos de los estudiantes, relacionado con variables, a partir del marco teórico y el procesamiento de la información obtenida, por medio de datos estadísticos. Para la recolección de la información se aplicaron técnicas psicométricas, en las cuales se aplicó la prueba BAS que permite evaluar el nivel de desarrollo de las habilidades sociales y la prueba CRMAS para evaluar el nivel de habilidades sociales y el nivel de ansiedad. La conclusión que se presenta es que existe una relación moderadamente significativa entre las variables de estudio como resultado del procesamiento de la información, donde se propone el desarrollo de un programa de formación en habilidades sociales de la sociedad y el desarrollo de técnicas que permitirán disminuir el nivel de ansiedad de los

estudiantes, que las habilidades sociales son necesarias para el desarrollo social de todos.

El sustento teórico de la investigación se realizó analizando diversa información teórica e iniciamos con la primera variable. Según Brenner & Salovey (1997), citado por (Serrano y García, 2010), el autocontrol se puede conceptualizar por la capacidad que las personas pueden poseer para manejar sus sentimientos y emociones de manera adecuada, es decir, es la habilidad que tenemos para administrar las respuestas ante las emociones presentadas y que se originan dentro de los componentes cognoscitivos, experimentales, comportamentales, de la expresión física y bioquímica en las personas (Foucault & Mart, 2018). El autocontrol se considera la capacidad de anular, cambiar o interrumpir las respuestas internas (como un impulso) y abstenerse en base a ellos. Es la capacidad de resistir la tentación, regular las emociones, reconocer, controlar y ajustar el comportamiento y a largo plazo la responsabilidad de cambiar uno mismo, logrando estándares tales como ideales, valores, ética y expectativas sociales, apoyando así lograr objetivos (Pérez et al, 2018).

Según Polaino (2003), citado por (Pillco, 2020), manifiesta que el autocontrol es la capacidad de un individuo para autorregularse, lo que incluye controlar y manejar las propias emociones, sentimientos e impulsos. Esta habilidad les permite retrasar los placeres inmediatos y responder a otras necesidades de manera más adecuada, lo que a su vez conduce a la realización personal (Abellán-roselló, 2021). En la revista *Psiquion*, se define al autocontrol como el motor que tienen los individuos para regular su conducta o sus impulsos de forma consciente. Es la capacidad para manejar sus emociones, sus deseos, sus comportamientos, etc. Las personas que no son capaces de autocontrolarse tienen problemas de control de impulsos. Las personas que no son capaces de controlar sus impulsos se podría decir que tienen un trastorno psicológico en el que no pueden resistir el deseo de realizar las cosas que quiere, aunque esto implique un peligro para ella o para los demás (PSIQUION, 2018).

Para Cantera (2019), la autorregulación o autocontrol, se define como la habilidad que permite controlar sus impulsos y emociones con la finalidad del logro de un objetivo o meta. Es la capacidad para hacerse responsable de sus propios actos, de pensar antes de actuar y de evitar los juicios o reacciones

prematuras. Las personas que tienen esta capacidad son sinceras e íntegras, logran controlar el estrés y la ansiedad, son flexibles ante los cambios y son capaces de aceptar nuevas ideas (Farfán et al., 2021). El término autocontrol tiene diversos significados, y se define según el marco en el cual es aplicado, como por ejemplo en la escuela, familia, comunidad, centro de trabajo (Moreira, 2019). Sin embargo, cuando el autocontrol no es utilizado en ninguno de estos contextos, se puede decir que es un problema de personalidad en los individuos. En ese aspecto la Real Academia Española (RAE, 2001), lo define como la “Capacidad para controlar o regular la propia conducta”.

Dentro de las teorías que sustentan el autocontrol, tenemos la teoría de las expectativas del autocontrol, según Harter (1983), citado por Rodríguez (2019) Identifica algunos enfoques teóricos que sustentan el autocontrol, como son el psicoanálisis, la teoría del aprendizaje social y la neurológica soviética. La Teoría psicoanalista, según esta teoría, de acuerdo con Cloninger (2003), citado por el mismo autor, establece que el individuo no es consciente de las razones más significativas de su comportamiento. En el momento, en el que un individuo alcanza el control de sí mismo se entiende que es consciente de sus causas y, si, por el contrario, no lo logra, el inconsciente sería el causante de una conducta descontrolada (Bevilacqua & Villena, 2019). La Teoría del aprendizaje social, plateada por Bandura indica que el autocontrol es una variable más que permite dar cuenta del mecanismo responsable de control de los impulsos y emociones. Esta variable resulta ser una valoración que el propio individuo realiza de sus posibilidades de realizar correctamente una conducta con independencia del resultado esperado (Rodríguez, 2019).

La teoría de la acción situacional propone diversas hipótesis de naturaleza interactiva, por ejemplo, entre moralidad y autocontrol (Serrano y Viedma, 2018). Una persona que carece de autocontrol y de moralidad le será muy complicado que sea capaz de contemplar el delito de la acción cometida, de modo que este mecanismo de control le será irrelevante en su proceso de autoevaluación así como también en el convencimiento de los demás (Montgomery, 2008). Según otra interpretación, en la teoría de la acción situacional es importante señalar que el autocontrol dependerá mucho de la situación en la que se encuentre el sujeto ya que así ajustará su comportamiento a las distintas acciones. La Teoría General del Crimen, introducida por Michael Gottfredson y Travis Hirschi obtiene

origen del examen del autocontrol, que amalgama los puntos de vista bio-social, mental, de la rutina y de la decisión mental del delincuente representando el propósito de la conceptualización (Gottfredson, 2019).

Desde este punto de vista, la complejidad del concepto de acto situacional varía entorno a la moralidad y el autocontrol, poniendo en primer lugar al autocontrol como un acto de vanguardia social y en segundo lugar a la moralidad que se ve expuesta a los niveles psicológicos de las personas para afrontar la autoridad de otra persona hacia sí mismos. De esta manera, el autocontrol tiene mayor énfasis en los que presentan un nivel bajo de moralidad, porque a veces hay que luchar contra la genética y adaptarse a un nuevo mundo a través de la enseñanza de diversos contextos sociales, culturales y deportivos.

Las dimensiones que se tomarán en cuenta en la presente investigación son: el autocontrol positivo y el autocontrol negativo. El autocontrol positivo que tiene como criterios: la retroalimentación individual, autocontrol criterial, retraso de la recompensa. Las dimensiones del autocontrol negativo son: El autocontrol procesual y la escala de sinceridad.

La retroalimentación personal, pretende desde el abordamiento de las situaciones realizadas, llegar a un proceso de auto observación, buscando las posibles causas de las acciones cometidas. Así estas, se pueden convertir en elementos que ayuden al individuo a encausar sus acciones hacia comportamientos que le permitan modificadores positivos de su accionar (Arbach & Bobbio, 2019). Mientras que el retraso de la recompensa dependerá necesariamente de las respuestas a los estímulos respondiendo a aquellas que le son más importantes o vitales con respecto a aquellas que no lo son. De esta forma se va organizando y estructurando las tareas y el fortalecimiento de los hábitos positivos, necesarios para el desarrollo del individuo. (Bechtold, 2019).

Desde este punto de vista, se infiere la capacidad del individuo para auto determinar la realidad de sus actos y también la formación de responsabilidad sobre la importancia de los comportamientos valederos que excluyen actos impulsivos por gustos propios. Por lo tanto, se mantiene la idea de la capacidad que posee un individuo para afrontar sus propios comportamientos y validarlos en función de beneficios positivos. Así mismo, vemos que el ser humano es una esponja del conocimiento, asimila con amor y pasión diversas ciencias científicas y humanísticas. Con lo expuesto, se constata que cuando se reconoce lo que se

está haciendo, las actitudes negativas se transforman en positivas, porque el sabio asume con responsabilidad sus errores. Además, el control emocional es superlativo en enfrentar situaciones críticas que la humanidad presenta.

Otro indicador de esta dimensión es el Autocontrol Criterial que manifiesta la valía de mantenerse incólume ante las adversidades, tristes, lúgubres o desagradables. A su vez extrae valores de responsabilidad personal. La Puntuación elevada muestra una gran resistencia al estrés y a problemáticas de hundimiento, indicando comportamientos de tranquilidad en momentos donde otros se acoquinarían o aterrarían ante la amenaza (Palacios y García, 2021).

La segunda dimensión que se refiere al control Negativo, que tiene como indicadores al Autocontrol Procesual, en referencia a puntos como la autoevaluación (semejanza con lo que se hace con la posibilidad de hacer o desearía iniciar hacer), auto gratificación y autocastigo. Una alta puntuación de control negativo indicaría ansiedad en desacuerdo por la conducta y una aprobación por actuar estrictamente de acuerdo a normas y límites rígidos. El aspecto negativo se ve traslucido por su conexión con otras variables (neurotismo, ansiedad y creencias absurdas). La interpretación de las puntuaciones señala a una exageración focalizada en la conquista de ciertos objetivos o el desacato de normas relacionados a la autoestima y sentimientos de realización (Bechtold, 2019).

En cuanto al segundo factor: Ansiedad, el Diccionario de Psicología de Saz (2000) afirma que se considera como una condición profunda de tensión aprehensiva, trepidación grave, retratada por efectos secundarios sustanciales como temblores, inquietud, transpiración, hiperventilación, palpitaciones, etc. Muestra efectos secundarios mentales, por ejemplo, ansiedad mística, hipervigilancia, pérdida de concentración, dobleces mentales, alarma, consideraciones negativas, que impiden a la persona seguir adelante en su giro exterior o social (Gonzales, 2021).

La ansiedad, sea como fuere, se considera una forma de comportarse movida por las personas. En este sentido, ayuda a las personas a adaptarse a las circunstancias peligrosas; hay dos tipos de ansiedad: la ansiedad neurótica y la ansiedad no obsesiva. La ansiedad neurótica, no obsesiva, o también llamada tensión fisiológica, es la que expresamos respecto a los sistemas de protección contra los peligros, utilitarios y versátiles, desarrollando más la

ejecución, con menos sustancia física y sin necesidad de cuidados. Se utilizan las administraciones mentales; cuando puede prevenir las respuestas, se considera tensión neurótica adecuada para la existencia diaria regular, cuando es desadaptativa y la ejecución se desmorona, desviándose hacia los desencadenantes, haciendo un requerimiento de consideración mental al causar lucha en lo social, familiar, escolar y laboral (Aguirre, 2021).

Según Ricardo Pichón Riviera (1968), citado por (Armendariz, 2019) quien conceptualiza a la ansiedad como la aprensión que se produce en los individuos al adaptarse a nuevas circunstancias o entornos. Según este creador, existen dos tipos de ansiedad: el sentimiento de temor hacia la desgracia y la aprensión ante la agresión, frente a la cual se ejecutan esfuerzos por una respuesta. La ansiedad aparece cuando se produce un cambio, que se convierte en temor a perder el equilibrio que se había logrado en la circunstancia anterior, y el miedo ante la agresión en esta nueva circunstancia en la que el sujeto no se siente satisfactoriamente preparado. Los dos tipos de ansiedad colaboran; cuando su suma se amplía, se crea una protección frente al cambio. La principal normalidad de la ansiedad es su suma o potencia, que lo hará soportable o insoportable (Servín et al., 2021).

La ansiedad se manifiesta en diversas situaciones, y posee varias etapas que van desde cambios fisiológicos como la manifestación de sudor, nervios, dolores abdominales, temblores de manos, algunos tipos de fobias o en ciertas ocasiones algunas fobias sociales (Fernández-Sogorb et al., 2018). En algunos casos la ansiedad puede formar parte de la personalidad o también se puede hablar que en algunos de estos casos se pueden denominar trastornos de la ansiedad, el mismo que debe recibir un tratamiento adecuado para que no desencadene otro tipo de afectaciones a nivel comportamental. (Vásquez, 2018).

Aunque no con absoluta rigidez, el autor manifiesta que la ansiedad es el estado mental y psicológico de una persona, cuyo trastorno le impide realizar actividades cotidianas con éxito, donde los cambios fisiológicos reflejan este estado de ansiedad, el que también se ve expresado como un rasgo de la personalidad, adoptado por aspectos genéticos o frustraciones presentadas en la vida diaria y social.

Las dimensiones de la variable Ansiedad, son los componentes de la Ansiedad. Según Hernández et al. (2007), citados por (Díaz et al., 2022) son tres:

El Cognitivo (verbal - cognitivo): en el que existe un hábito interno de la ansiedad, tanto la apreciación de los estímulos y evaluación es intrínseca, caracterizados por prácticas de temor, alarma, intranquilidad, preocupaciones, pensamientos obsesivos. El nivel se refiere a que de algún modo se conoce y aprenden los modos o reacciones de la ansiedad, es decir que se tiene información que se aprendió en una determinada experiencia algunas manifestaciones de la ansiedad y que se van a repetir ante determinadas situaciones (Llorente, 2019).

Desde este punto de vista, es importante partir sobre los componentes de la ansiedad como es el aspecto cognitivo, cuyo concepto lo determina como un hábito interno del individuo que exterioriza síntomas de ansiedad, donde el cerebro acumula y expone dichas reacciones de ansiedad ante situaciones similares ya experimentadas. La ansiedad es un estado cognitivo desarrollado en sociedad y bajo la apreciación de la personalidad de un individuo.

En cuanto a la dimensión Fisiológica o somática, es la que se presenta cuando entra en funcionamiento el sistema nervioso autónomo, generándose reacciones fisiológicas como temblores, sacudidas, sudoración, incremento de la dureza muscular, del pulso cardiaco, entre otros. Es decir, son reacciones físicas que se presentan en las personas que pueden traducirse en enfermedades físicas, si no se logra un adecuado control (Diaz Kuaik & De la Iglesia, 2019).

La dimensión Motora o conductual, implica un escape y evitación de las personas, actividades o lugares. Sabemos que los niños y adolescentes con trastornos de ansiedad experimentan generalmente un intenso miedo, pena o impotencia que puede afectar sus vidas cotidianas por un largo tiempo. Es necesario tratar a tiempo los trastornos de ansiedad ya que éstos pueden derivar en otros problemas de más difícil solución como ausencias, baja autoestima, adicciones al alcohol o drogas y otros trastornos que se pueden evidenciar en la edad adulta (Delgado et al., 2018). Los síntomas de la ansiedad inician desde las edades tempranas presentándose como miedos intensos que no logran ser superados o controlados, convirtiéndose en un factor de riesgo en su vida escolar. En los niños la ansiedad los trastornos de ansiedad producen una baja autoestima, inquietud, pueden generar malestares fisiológicos y motores y en la adolescencia pueden aumentar los problemas de ansiedad generándose una

fobia social y las adicciones (Glomary & Reyes, 2020). La mayoría de los miedos y trastornos de la ansiedad en los niños son aprendidos de los adultos, quienes en ocasiones implantan sus miedos en ellos, que generalmente lo hace con el afán de protegerlos, sin darse cuenta de los problemas que esto les ocasiona (Vásquez, 2018).

Las dimensiones de la ansiedad que han sido consideradas en la presente investigación como son: Cognitivo, fisiológico y motor, se manifiestan como síntomas o reacciones que puede tener un individuo, las cuáles pueden ser leves o generar problemas de salud más complejas, dependiendo del tratamiento que se les brinde a los estudiantes. Es importante promover el desarrollo de talleres y sesiones en los que se incluya estrategias que les permita gestionar sus emociones de manera adecuada y evitar estas manifestaciones de una ansiedad que no se pueda controlar (Ruíz-Martín et al., 2019).

La dimensión cognitiva de la ansiedad, se refiere a los síntomas de la ansiedad que tienen que ver con situaciones aprendidas durante los primeros años de vida y que tiene relación con lo que los adultos transmiten a los niños, los miedos y temores que se quedan de manera permanente en las personas y que son difíciles de superar (Galindo-Vázquez et al., 2020). En cuanto a la dimensión fisiológica, se refiere a los síntomas de la ansiedad que se traduce a enfermedades, que pueden llegar a ser crónicas, esto debido a que no se puede superar los síntomas, llegando a generarse cuadros de enfermedades difíciles de curar (Monterrosa-Castro et al., 2020). Por último, la dimensión motora de la ansiedad, limita a las acciones a las personas, dificultando el movimiento del cuerpo, es una situación en la que la persona siente que no puede moverse y se queda paralizado frente a un fuerte nivel de ansiedad (Tomás-Sábado, 2020)

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

3.1.1. Tipo de Investigación

Se desarrolló la investigación aplicada, que según Lozada (2020), la investigación aplicada es una herramienta cuyo propósito es pasar de lo cognoscitivo a la práctica. Esto indica que por medio de esta metodología se pueden generar nuevos conocimientos probados en todas las esferas del pensamiento. En ese sentido, la investigación aplicada se encuentra enmarcada en la categoría de investigación basada en objetos, donde comparte investigación básica, análisis y trabajo de campo.

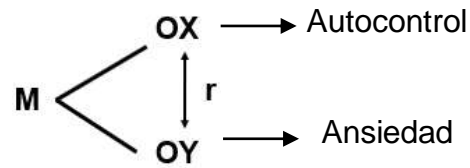
3.1.2. Diseño de Investigación

Según Hernández, et al (2010), se denomina a un diseño no experimental, transversal, descriptivo y correlacional, a un tipo de estudio transversal, que consiste en estudiar, recopilar datos e información en un momento, por una sola vez. Su propósito es describir y explicar las variables de investigación y analizarlas en un momento dado. La investigación cuantitativa de correlación busca medir el grado de relación entre dos o más variables de investigación en una muestra dada, o puede medir hasta qué punto existe una relación entre los fenómenos observados.

Se aplicó un diseño de investigación Correlacional, el cual tuvo como finalidad establecer el grado de relación o asociación no causal existente entre dos o más variables. Se caracteriza porque primero se miden las variables y luego, mediante pruebas de hipótesis correlacionales y la aplicación de técnicas estadísticas, se estima la correlación (Marroquín, 2013). También es descriptivo porque se describen los componentes principales y características de los objetos de estudio. Se describen frecuencias y promedios, y se estiman parámetros con intervalos de confianza y es transversal porque se realizó la comparación de determinadas características o situaciones en diferentes sujetos en un momento concreto, compartiendo la misma temporalidad (Ávila et al., 2019).

Variable X: Autocontrol

Variable Y: Ansiedad



Donde:

M = Muestra

OX = Variable 1: Autocontrol

r = Relación

OY = Variable 2: Ansiedad

3.2. Variables y Operacionalización:

Variable 1: Autocontrol

En la primera variable, se consideraron dos dimensiones. La primera es el Autocontrol Positivo, que tiene como indicadores: Retroalimentación personal, Retraso en la recompensa y Autocontrol Criterial. La segunda dimensión es el Autocontrol negativo, cuyos indicadores son: Autocontrol procesal y Escala de sinceridad.

Variable 2: Ansiedad

En la segunda variable, se consideraron tres dimensiones. La primera es el Nivel Cognitivo de la ansiedad, que tiene como indicadores: sentimientos de malestar, Tensión, Temor, y Pérdida de control. La segunda dimensión es el nivel fisiológico de la ansiedad, cuyos indicadores son: Tensión muscular, Sensaciones gástricas, Dolores de cabeza, Sudoración e Insomnio y la tercera dimensión: Nivel motor, con sus indicadores; Hiperactividad, Movimientos repetitivos, Consumo de sustancias y Tensión facial.

3.3. Población Muestra y muestreo

3.3.1. Población

La población estuvo constituida por 100 estudiantes de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí que poseen características comunes, como la edad y el grado de estudio que están cursando. Además, poseen similares condiciones económicas y socioculturales. Los estudiantes están distribuidos en cuatro paralelos y para los fines de la investigación y por tener acceso a la población, se tomaron para el estudio la totalidad de los estudiantes. Por ello no se realizará muestreo.

Tabla 1

Distribución Muestral de Estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el 6to grado 2022

SEXO\SECCIONES	A	B	C	D	TOTAL
MASCULINO	23	17	11	13	53
FEMENINO	17	08	14	12	47
TOTAL	25	25	25	25	100

Nota: Registro de matrículas 2022, de acuerdo con las nóminas de la unidad educativa de Manabí.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas

Para la realización del presente estudio se aplicó la técnica de la encuesta, mediante la cual se recogieron los datos de ambas variables. La técnica de la encuesta se basa en realizar preguntas a sujetos que engloban la muestra representativa de una población cuya finalidad es describir y/o relacionar características personales, accediendo así generalizar las conclusiones (Latorre et al., 1996). Por medio de la elaboración y la forma adecuada de una encuesta, el investigador logra llegar a responder preguntas de investigación propuestas (Arias y Fernández, 1998).

Instrumentos de recolección de datos

Instrumento 1, para la evaluación de la primera variable de autocontrol se elaboró una escala de Likert, adaptando el Cuestionario de Autocontrol Infantil y Adolescente CACIA.

Instrumento 2, Para evaluar el nivel de ansiedad, se elaboró una escala de Likert, teniendo en cuenta los indicadores propuestos. En esta variable se consideraron tres dimensiones; Nivel cognitivo, nivel fisiológico y nivel motor, de acuerdo con estas dimensiones se realizaron los ítems del instrumento.

3.5. Procedimientos

Para el recojo de información real que permitieron aceptar o rechazar las hipótesis de la investigación se aplicaron dos instrumentos: el primer instrumento fue una escala de Likert, cuyos indicadores fueron adaptados del cuestionario CACIA lo que permitió obtener información sobre la primera variable autocontrol y el segundo instrumento que permitió recoger información sobre el nivel de ansiedad de los estudiantes seleccionados como la muestra de investigación fue una escala de Likert. Los dos instrumentos fueron aplicados a los estudiantes de 6to grado de una unidad educativa de Manabí del Ecuador. Los resultados obtenidos fueron procesados mediante el programa SPSS para el tratamiento estadístico.

3.6. Método de Análisis de datos

Para el análisis de los datos obtenidos se empleó la estadística descriptiva para obtener distribución de frecuencias e inferencial y para establecer la correlación entre las variables se utilizó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov y de acuerdo con los resultados obtenidos, se logró determinar que los datos de las variables tienen una distribución normal, por lo que se empleó la prueba de correlación de Pearson, para determinar el nivel de correlación entre las variables de estudio.

3.7. Aspectos Éticos

Los aspectos éticos que deben regir en una investigación son: la indagación por la veracidad, y honestidad para que el desvelamiento de los resultados de la investigación corresponda a los que se obtuvieron en el proceso, sin deformar los fenómenos encontrados en merito personal o de intereses de terceros (Alfaro y mantilla, 2011). Debido a la importancia que tiene la actividad científica para la sociedad y en especial para la naturaleza humana, la misma está sujeta a principios éticos, los principios y valores éticos que debe orientar la investigación en las universidades e inferir pautas de actuación que orientarán al científico en sus actividades de investigación.

En este estudio se aplicarán los siguientes principios éticos de Autonomía: Porque las personas que participan en la presente investigación están siendo respaldadas y apoyadas por los padres de familia, quienes darán la autorización correspondiente para la participación o no de sus menores hijos. Ya que por ser mayores y constituyes los apoderados, tienen la capacidad de decidir su participación o retiro de la investigación. Beneficencia: ya que procura el bienestar de los participantes durante la aplicación de los instrumentos de recojo de información y los resultados serán compartidos ya que los beneficiarán porque permitirá identificar al proponer estrategias para mejorar sus niveles de ansiedad. Integridad: Se requerirá honestidad durante toda la investigación.

IV. RESULTADOS

Resultados descriptivos

Objetivo General: Determinar la relación que existe entre el autocontrol y la ansiedad en estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el sexto grado 2022

Tabla 2

Distribución de estudiantes según nivel de autocontrol

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Malo	5	5,0	5,0	5,0
Regular	23	23,0	23,0	28,0
Válido Bueno	52	52,0	52,0	80,0
Excelente	20	20,0	20,0	100,0
Total	100	100,0	100,0	

Fuente: Escala de Likert aplicada a los estudiantes

En la tabla se muestra que el 52% de estudiantes encuestados tienen un nivel de autocontrol bueno, el 23% un nivel de autocontrol regular, el 20% un excelente nivel de autocontrol y solamente un 5% un nivel malo de autocontrol, lo que nos indica que la mayoría de los estudiantes si tienen un adecuado nivel de autocontrol. Estos resultados se dan debido a que los estudiantes se sienten seguros en su Institución Educativa y los docentes están aplicando las estrategias adecuadas, como son; la retroalimentación personal, el retraso en la recompensa y el autocontrol criterial que son los indicadores positivos considerados en los instrumentos de recojo de información aplicados a los estudiantes pertenecientes a la muestra. De acuerdo a los resultados obtenidos, se concluye que hay un adecuado autocontrol en los estudiantes por los indicadores antes mencionados, es lo que muestran los resultados obtenidos.

Tabla 3*Distribución de estudiantes según nivel de ansiedad*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy baja	5	5,0	5,0
	Baja	41	41,0	46,0
	Media	33	33,0	79,0
	Alta	15	15,0	94,0
	Muy alta	6	6,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0

Fuente: Escala de Likert aplicada a los estudiantes

La tabla muestra que el 41% de estudiantes encuestados tienen un nivel bajo de ansiedad, un 33% un nivel medio, el 15% un nivel alto de ansiedad, 6% un nivel muy alto de ansiedad y un 5% un nivel muy bajo de ansiedad, lo que nos indica que la mayoría de los estudiantes tienen un nivel medio, bajo y muy bajo de ansiedad, indicando que no tienen sentimientos de malestar, temor, pérdida de control, tensión muscular, dolores de cabeza, tensión facial, etc. Siendo éstos los indicadores considerados para evaluar esta variable, lo cual nos indica que hay una relación entre los niveles de autocontrol que son los adecuados, con los niveles de ansiedad que presentan los estudiantes pertenecientes a la muestra.

El objetivo general es determinar la relación entre el autocontrol y la ansiedad en los estudiantes y de acuerdo a los resultados descriptivos obtenidos, podemos establecer que sí hay una relación, ya que los estudiantes muestran un buen nivel de autocontrol y un bajo nivel de ansiedad, lo cual nos muestra la relación de tipo inversa que se da en las variables.

Objetivo Específico 1: Determinar la relación que existe entre el autocontrol y el nivel cognitivo de la ansiedad en estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el sexto grado 2022.

Tabla 4

Distribución de estudiantes, según nivel cognitivo de la ansiedad

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy baja	13	13,0	13,0
	Baja	28	28,0	41,0
	Media	35	35,0	76,0
	Alta	17	17,0	93,0
	Muy alta	7	7,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0

Fuente: Escala de Likert aplicada a los estudiantes

La tabla de los resultados sobre el nivel cognitivo de la ansiedad, muestra que los estudiantes, en un 35% tienen un nivel medio en esta dimensión, el 28% un nivel bajo, el 13% un nivel muy bajo, el 17% un nivel alto y solamente el 7% un nivel muy alto. Observándose que, en el nivel cognitivo, que es un aspecto del aprendizaje y conocimiento de algunas reacciones de ansiedad, como son la tensión muscular y otras reacciones, en su mayoría son bajas y adecuadas para los estudiantes pertenecientes a la muestra. Estos resultados también muestran una relación inversa con el autocontrol.

Podemos observar que a medida que los niveles de autocontrol en los estudiantes aumentan, el nivel cognitivo de la ansiedad disminuye, según los resultados descriptivos que podemos observar en la tabla.

Objetivo Específico 2: Determinar la relación que existe entre el autocontrol y el nivel fisiológico de la ansiedad en estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el sexto grado 2022

Tabla 5

Distribución de estudiantes, según nivel Fisiológico de la ansiedad

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy baja	4	4,0	4,0
	Baja	42	42,0	46,0
	Media	35	35,0	81,0
	Alta	18	18,0	99,0
	Muy alta	1	1,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0

Fuente: Escala de Likert aplicada a los estudiantes

La tabla de los resultados sobre el nivel fisiológico de la ansiedad, muestra que los estudiantes, en un 35% tienen un nivel medio en esta dimensión, el 42% un nivel bajo, el 4% un nivel muy bajo, el 18% un nivel alto y solamente el 1% un nivel muy alto. Observándose que, en el nivel fisiológico, que son reacciones de tipo somáticas de la ansiedad, que se pueden desencadenar en enfermedades físicas, en su mayoría son bajas y adecuadas para los estudiantes pertenecientes a la muestra. Estos resultados también muestran una relación inversa con el autocontrol.

Podemos observar que a medida que los niveles de autocontrol en los estudiantes aumentan, el nivel fisiológico de la ansiedad es menor, según los resultados descriptivos que podemos observar en la tabla.

Objetivo Específico 3: Determinar la relación que existe entre el autocontrol y el nivel motor de la ansiedad en estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el sexto grado 2022

Tabla 6

Distribución de estudiantes, según nivel Motor de la ansiedad

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy baja	27	27,0	27,0	27,0
	Baja	40	40,0	40,0	67,0
	Media	26	26,0	26,0	93,0
	Alta	6	6,0	6,0	99,0
	Muy alta	1	1,0	1,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Fuente: Escala de Likert aplicada a los estudiantes

La tabla de los resultados sobre el nivel Motor de la ansiedad, muestra que los estudiantes, en un 26% tienen un nivel medio en esta dimensión, el 40% un nivel bajo, el 27% un nivel muy bajo, el 6% un nivel alto y solamente el 1% un nivel muy alto. Observándose que, en el nivel Motor, que son reacciones que tienen que ver con las limitaciones del movimiento corporal, debido a la ansiedad, que se pueden desencadenar en hiperactividad, movimientos repetitivos del cuerpo, etc., en su mayoría son muy bajas y adecuadas para los estudiantes pertenecientes a la muestra. Estos resultados también muestran una relación inversa con el autocontrol.

Podemos observar que a medida que los niveles de autocontrol en los estudiantes aumentan, el nivel motor de la ansiedad es menor, según los resultados descriptivos que podemos observar en la tabla.

Resultados Inferenciales

Para determinar la relación que existe entre el autocontrol y la ansiedad en los estudiantes del sexto grado de una unidad educativa de Manabí, primero debemos realizar la prueba de la hipótesis general. Para ello se realizó la prueba de normalidad y poder así determinar el estadístico de correlación que se aplicará.

Prueba de Normalidad:

Ho: Los datos de la población tienen una distribución normal

H1: Los datos de la población no tienen una distribución normal.

- Nivel de Significancia: 0,95
- Margen de error: 0.05
- Estadístico de Prueba: Kolmogorov – Smirlov
- **Criterios de decisión:**

Si $p < 0.05$, se rechaza la hipótesis nula (Ho)

Si $p \leq 0.05$, se acepta la hipótesis nula (Ho), se rechaza la alterna (H1)

Tabla 7

Prueba de Normalidad de Kolmogorov - Smirnov

	Estadístico	gl	Sig.
V1: Autocontrol	0,086	100	0,063
V2: Ansiedad	0,087	100	0,057

Nota: Resultados obtenidos del SPSS

Luego de la aplicación del estadístico de prueba, se obtuvo como resultado los valores de significancia: 0.067 para la variable Autocontrol y 0.057 para la variable Ansiedad. Y por ser valores mayores a 0,05, se acepta la hipótesis nula concluyendo que los datos si tienen una distribución normal. Por este motivo, se aplicará el estadístico de correlación de Pearson.

Prueba de Hipótesis General:

Ha: Existe relación entre el autocontrol y la ansiedad en estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el sexto grado 2022

Ho: No existe relación entre el autocontrol y la ansiedad en estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el sexto grado 2022

Tabla 8

Estadístico Correlación de Pearson entre el Autocontrol y la Ansiedad

		V1: Autocontrol	V2: Ansiedad
V1: Autocontrol	Correlación de Pearson	1	-0,019
	Sig. (bilateral)		0,848
	N	100	100
V2: Ansiedad	Correlación de Pearson	-0,019	1
	Sig. (bilateral)	0,848	
	N	100	100

Nota: Resultados obtenidos del SPSS

Los resultados obtenidos al aplicar la correlación de Pearson, muestran que hay una relación negativa débil, con un valor de **-0,019**, entre las variables: Autocontrol y Ansiedad en los estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el sexto grado 2022, por lo que, al ser negativa, la relación es inversa, es decir que, si los niveles de autocontrol son buenos o adecuados, los niveles de ansiedad son menores en los estudiantes pertenecientes a la muestra de estudio.

Prueba de Hipótesis Específica 1:

Ha: Existe relación entre el autocontrol y el nivel cognitivo de la ansiedad en estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el sexto grado 2022

Ho: No existe relación entre el autocontrol y el nivel cognitivo de la ansiedad en estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el sexto grado 2022

Tabla 9

Estadístico Correlación de Pearson entre el Autocontrol y el Nivel Cognitivo de la Ansiedad

		V1: Autocontrol	D1. Nivel Cognitivo
V1: Autocontrol	Correlación de Pearson	1	-0,022
	Sig. (bilateral)		0,828
	N	100	100
D1. Nivel Cognitivo	Correlación de Pearson	-0,022	1
	Sig. (bilateral)	0,828	
	N	100	100

Nota: Resultados obtenidos del SPSS

La correlación de Pearson, da como resultado que hay una relación negativa débil con un valor de **-0,022**, entre las variables: Autocontrol y La dimensión Nivel Cognitivo de la Ansiedad en los estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el sexto grado 2022. Al ser negativa la relación, significa que es una relación inversa, es decir, si hay un buen autocontrol, el nivel cognitivo de la ansiedad va a disminuir.

Prueba de Hipótesis Específica 2:

Ha: Existe relación entre el autocontrol y el nivel fisiológico de la ansiedad en estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el sexto grado 2022

Ho: No existe relación entre el autocontrol y el nivel fisiológico de la ansiedad en estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el sexto grado 2022.

Tabla 10:

Estadístico Correlación de Pearson entre el Autocontrol y el Nivel Fisiológico de la Ansiedad

		V1: Autocontrol	D2. Nivel Fisiológico
V1: Autocontrol	Correlación de Pearson	1	-0,018
	Sig. (bilateral)		0,856
	N	100	100
D2. Nivel Fisiológico	Correlación de Pearson	-0,018	1
	Sig. (bilateral)	0,856	
	N	100	100

Nota: Resultados obtenidos del SPSS

Los resultados obtenidos al aplicar la correlación de Pearson, dan como resultado que hay una relación negativa débil con un valor de -0,018, entre las variables: Autocontrol y el nivel Fisiológico de la Ansiedad en los estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el sexto grado 2022, Por lo que, al ser negativa, la relación es inversa, es decir que, si los niveles de autocontrol son buenos y adecuados, el nivel motor de la ansiedad es menor en los estudiantes pertenecientes a la muestra de estudio.

Prueba de Hipótesis Específica 3:

Ha: Existe relación entre el autocontrol y el nivel Motor de la ansiedad en estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el sexto grado 2022

Ho: No existe relación entre el autocontrol y el nivel Motor de la ansiedad en estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el sexto grado 2022.

Tabla 11

Estadístico Correlación de Pearson entre el Autocontrol y el Nivel Motor de la Ansiedad

		V1: Autocontrol	D3. Nivel Motor
V1: Autocontrol	Correlación de Pearson	1	-0,008
	Sig. (bilateral)		0,939
	N	100	100
D3. Nivel Motor	Correlación de Pearson	-0,008	1
	Sig. (bilateral)	0,939	
	N	100	100

Nota: Resultados obtenidos del SPSS

En este caso, la correlación de Pearson, da como resultado que hay una relación negativa débil entre las variables: Autocontrol y La dimensión Nivel Motor de la Ansiedad en los estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el sexto grado 2022. Al ser negativa esta relación, significa que es una relación inversa, es decir, si hay un buen autocontrol, el nivel motor de la ansiedad va a ser menor en los estudiantes pertenecientes a la muestra de estudio.

V. DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos en análisis descriptivo del estudio, muestran que sí existe una relación entre el autocontrol y la ansiedad, ya que los porcentajes obtenidos son: que el 52% de estudiantes encuestados tienen un nivel de autocontrol bueno, el 23% un nivel de autocontrol regular, el 20% un excelente nivel de autocontrol y solamente un 5% un nivel malo de autocontrol, lo que nos indica que la mayoría de los estudiantes si tienen un adecuado nivel de autocontrol. Estos resultados se dan debido a que los estudiantes se sienten seguros en su Institución Educativa y los docentes están aplicando las estrategias adecuadas, como son; la retroalimentación personal, el retraso en la recompensa y el autocontrol criterial que son los indicadores positivos considerados en los instrumentos de recojo de información aplicados a los estudiantes pertenecientes a la muestra. De acuerdo a los resultados obtenidos, se concluye que hay un adecuado autocontrol en los estudiantes por los indicadores antes mencionados, es lo que muestran los resultados obtenidos.

Estos resultados son reforzados por Polaino, 2003, citado por Pillco 2020, quien manifiesta que el autocontrol es una capacidad que tiene un individuo de regularse, el cual implica un control y manejo de sus emociones, sentimientos e impulsos. En este sentido Quintero et al., (2022) considera que es responsabilidad del hogar, la escuela y del medio ambiente, que ayuda en el autocontrol en los niños, en cuanto al reconocimiento y reforzamiento de valores; además, teniendo en cuenta que las conductas reflejadas por los padres y tutores repercuten en el comportamiento de los niños en su están en proceso de crecimiento y desarrollo. Estos comportamientos que son transmitidos directa o indirectamente por su entorno tienen un efecto sostenible en su proceso de aprendizaje, lo que se evidencia finalmente en las habilidades de autocontrol o autorregulación adquiridas para su vida. Por ello, los estudiantes aprenden conductas ansiosas que no se relacionan con la capacidad de autocontrol.

Al comparar los resultados descriptivos de la variable Autocontrol con los resultados de la variable Ansiedad, que indican que el 41% de estudiantes encuestados tienen un nivel bajo de ansiedad, un 33% un nivel medio, el 15% un nivel alto de ansiedad, 6% un nivel muy alto de ansiedad y un 5% un nivel muy bajo de ansiedad, lo que nos indica que la mayoría de los estudiantes tienen

un nivel medio, bajo y muy bajo de ansiedad, indicando que no tienen sentimientos de malestar, temor, pérdida de control, tensión muscular, dolores de cabeza, tensión facial, etc. Siendo éstos los indicadores considerados para evaluar esta variable, lo cual nos indica que hay una relación entre los niveles de autocontrol que son los adecuados, con los niveles de ansiedad que presentan los estudiantes pertenecientes a la muestra.

En cuanto al segundo objetivo específico, en las tablas descriptivas, se observa como resultado que en un 35% tienen un nivel medio en la dimensión fisiológica de la ansiedad, el 42% un nivel bajo, el 4% un nivel muy bajo, el 18% un nivel alto y solamente el 1% un nivel muy alto. Observándose que, en el nivel fisiológico, que son reacciones de tipo somáticas de la ansiedad, que se pueden desencadenar en enfermedades físicas, en su mayoría son bajas y adecuadas para los estudiantes pertenecientes a la muestra. Estos resultados también muestran una relación inversa con el autocontrol. Podemos observar que a medida que los niveles de autocontrol en los estudiantes aumentan, el nivel fisiológico de la ansiedad es menor, según los resultados descriptivos que podemos observar en la tabla.

En el análisis descriptivo, se verifica que existe una relación entre el autocontrol y el nivel fisiológico de la ansiedad, mostrando una relación negativa débil con un valor de $-0,018$, entre las variables: Autocontrol y el nivel Fisiológico de la Ansiedad, por lo que es inversa, como lo demuestran también los resultados descriptivos. En cuanto a la dimensión Fisiológica o somática de la ansiedad, según Díaz Kuaik & De la Iglesia, (2019) es aquella que se presenta cuando entra en funcionamiento el sistema nervioso autónomo, generándose reacciones fisiológicas como temblores, sacudidas, sudoración, incremento de la dureza muscular, del pulso cardíaco, entre otros. Es decir, son reacciones físicas que se presentan en las personas que pueden traducirse en enfermedades físicas, si no se logra un adecuado control. En relación con los resultados, éstas reacciones no dependen del nivel de autocontrol que puede tener un individuo.

Respecto a la dimensión fisiológico, Rodríguez (2019), sustenta que hay una correlación inversa, entre la agresividad, como resultado de la ansiedad y el autocontrol; lo cual guarda relación con el resultado obtenido en el segundo objetivo, ya que, al obtener una relación inversa de $-0,18$, podemos concluir que,

si hay un mayor autocontrol, las reacciones fisiológicas de la ansiedad serán menores o negativas.

El tercer objetivo de la investigación, que es determinar la relación entre el autocontrol y el nivel motor de la ansiedad en los estudiantes pertenecientes a la muestra, según Delgado et al., (2018), establece que la dimensión Motora o conductual, implica un escape y evitación de las personas, actividades o lugares. Al igual que en las dimensiones anteriores de la ansiedad, en este caso, la correlación de Pearson, da como resultado que hay una relación negativa débil entre las variables: Autocontrol y La dimensión Nivel Motor de la Ansiedad por lo que también resulta ser inversa, es decir si se logra un adecuado autocontrol, el nivel motor de la ansiedad es menor.

En relación a este objetivo, Anderson, (2019), establece que el autocontrol y el manejo emocionales son muy influyentes en el clima de una escuela. Esto tiene relación con este objetivo, ya que, si los estudiantes tienen un clima adecuado en las actividades, principalmente académicas, manejarán o desarrollarán un mejor autocontrol, disminuyendo o anulando el nivel motor de la ansiedad, evitando el escape o abandono de las actividades escolares.

Los resultados obtenidos en relación con los objetivos específicos, tenemos a la teoría de las expectativas del autocontrol que, según Rodríguez (2019) Identifica algunos enfoques teóricos que sustentan el autocontrol, como son el psicoanálisis, la teoría del aprendizaje social y la neurológica soviética. También, la Teoría psicoanalista, presentada por Cloninger (2003), establece que el individuo no es consciente de las razones más significativas de su comportamiento. Lo cual tiene implicancia en los resultados obtenidos, referidos a que el comportamiento o reflejo de los individuos a nivel cognitivo, fisiológico y motor, muchas veces son inconscientes y no dependen directamente de la capacidad de autocontrol, sin embargo, pueden relacionarse de manera inversa. Es decir, las reacciones que se observan en el individuo pueden ser menores o negativas si se logra un adecuado nivel de autocontrol.

Al respecto también, la Teoría del aprendizaje social, planteada por Bandura indica que el autocontrol es una variable más que permite dar cuenta del mecanismo responsable de control de los impulsos y emociones. Esta variable resulta ser una valoración que el propio individuo realiza de sus

posibilidades de realizar correctamente una conducta con independencia del resultado esperado (Rodríguez, 2019).

Todas estas teorías dan una mayor solidez a los resultados obtenidos en cuanto a los objetivos específicos, ya que, al ser consideradas reacciones aprendidas o que dependen del entorno en el cual se desenvuelve el individuo, no siempre se logrará un autocontrol adecuado de las emociones, por este motivo se pudo establecer que las correlaciones al ser negativas, resultan ser inversas, es decir; si el autocontrol tiene un adecuado nivel, las reacciones cognitivas, fisiológicas y motoras serán negativas.

Los resultados de los objetivos específicos se refuerzan al analizar lo que se obtuvo en el objetivo general, en el que se propuso determinar la relación que existe entre el autocontrol y la ansiedad, donde al aplicar la correlación de Pearson, dan como resultado que hay una relación negativa débil, con un valor de -0,019, entre las variables: Autocontrol y Ansiedad en los estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el sexto grado 2022.

En el trabajo de investigación realizado por Mendoza y Villar, (2020) identifican que existe una débil relación negativa entre la variable autoestima y la variable ansiedad, pues luego de la aplicación de los instrumentos y preparar la base de datos donde se aplicó el coeficiente de correlación Rho de Spearman, se obtuvo un número negativo igual a - 0.269, es decir que hay una correlación negativa y débil. Dado que la probabilidad es 0,001, entonces $0,001 < 0,05$, se confirmó la asociación. Estos resultados también los similares a los obtenidos en la investigación, ya que la autoestima, es un aspecto importante del autocontrol, como se ha logrado establecer en las teorías mencionadas.

Además esto se relaciona con la teoría de la acción situacional que propone diversas hipótesis de naturaleza interactiva, como por ejemplo entre moralidad y autocontrol (Serrano y Viedma, 2018). Según esta teoría, se entiende que el autocontrol debería tener un efecto mayor en quienes son bajos en moralidad ya que quienes son altos en moralidad no contemplarán el delito como una alternativa de acción, de modo que los controles son irrelevantes para ellos, tanto la disuasión como el autocontrol (Montgomery, 2008). Lo que confirma la gran importancia del ambiente en el que se desarrolla el individuo y las reacciones que puede tener frente a situaciones de ansiedad.

Las hipótesis planteadas en el trabajo de investigación plantean identificar una relación entre las variables: Autocontrol y Ansiedad, lo cual sí se ha logrado identificar, sin embargo, esta relación es negativa o inversa, además es débil, coincidiendo con las teorías y los trabajos anteriores que estamos analizando. Las dimensiones de la ansiedad sido consideradas en la investigación como son: Cognitivo, fisiológico y motor, se manifiestan como síntomas o reacciones que puede tener un individuo, las cuáles pueden ser leves o generar problemas de salud más complejas, dependiendo del tratamiento que se les brinde a los estudiantes. Es importante promover el desarrollo de talleres y sesiones en los que se incluya estrategias que les permita gestionar sus emociones de manera adecuada y evitar estas manifestaciones de una ansiedad que no se pueda controlar (Ruíz-Martín et al., 2019).

El objetivo general, da como resultado que la relación es negativa, con una muy baja significancia, lo cual tiene relación con el trabajo de investigación realizado por Proaño, (2016), quien concluye que existe una relación moderadamente significativa entre las variables de estudio como resultado del procesamiento de la información, donde se propone el desarrollo de un programa de formación en habilidades sociales de la sociedad y el desarrollo de técnicas que permitirán, por ello propone acciones o actividades que permitan disminuir el nivel de la ansiedad de los estudiantes, estableciendo que las habilidades sociales son necesarias para el desarrollo integral de todos.

En la aplicación de los instrumentos para evaluar el nivel de autocontrol de los estudiantes, los resultados muestran que el 52% de estudiantes encuestados tienen un nivel de autocontrol bueno, un 23% un nivel regular, el 20% un excelente nivel de autocontrol y solamente un 5% un nivel malo de autocontrol, lo que nos indica que la mayoría de los estudiantes encuestados si tienen un adecuado nivel de autocontrol. En cuanto a la variable Ansiedad, el 41% de estudiantes encuestados tienen un nivel bajo de ansiedad, un 33% un nivel medio, el 15% un nivel alto de ansiedad, 6% un nivel muy alto de ansiedad y un 5% un nivel muy bajo de ansiedad, lo que nos indica que la mayoría de los estudiantes si tienen un adecuado nivel de ansiedad.

Estos resultados muestran la relación que existe entre las variables, a pesar de ser pequeña la diferencia, al aplicar las pruebas estadísticas han

logrado establecer la relación inversa o negativa que existe entre ellas. Los síntomas de la ansiedad inician desde las edades tempranas presentándose como miedos intensos que no logran ser superados o controlados, convirtiéndose en un factor de riesgo en su vida escolar. En los niños la ansiedad los trastornos de ansiedad producen una baja autoestima, inquietud, pueden generar malestares fisiológicos y motores y en la adolescencia pueden aumentar los problemas de ansiedad generándose una fobia social y las adicciones (Glomary & Reyes, 2020). La mayoría de los miedos y trastornos de la ansiedad en los niños son aprendidos de los adultos, quienes en ocasiones implantan sus miedos en ellos, que generalmente lo hace con el afán de protegerlos, sin darse cuenta de los problemas que esto les ocasiona (Vásquez, 2018).

Por lo mencionado, podemos comprender la importancia de este tipo de estudios, ya que, de manera empírica o práctica podemos establecer que, a un mayor o mejor nivel de autocontrol, debería haber un mejor nivel de ansiedad, sin embargo, estas variables son inversas y deben relacionarse de esa forma, como lo establecen los trabajos anteriores y las teorías analizadas. A un mayor o adecuado nivel de autocontrol, pues las reacciones de ansiedad serán mejores o negativas. Sin embargo, estos resultados resultan relativos al relacionarlos con la teoría de la acción situacional, por ejemplo, en la que se establece que, si una persona no ha adquirido valores éticos positivos, pueden demostrar un mayor nivel de autocontrol emocional, lo cual lo demuestran en las acciones delictivas que realizan.

Por lo tanto, podemos concluir que los resultados obtenidos al aplicar la correlación de Pearson, dan como resultado que hay una relación negativa débil, con un valor de $-0,019$, entre las variables: Autocontrol y Ansiedad en los estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el sexto grado 2022, por lo que se acepta la hipótesis nula y se rechaza la alterna. Esto demuestra que, si hay un mayor nivel de autocontrol, los síntomas o niveles de ansiedad serán menores o negativos.

VI. CONCLUSIONES

1. Los resultados descriptivos obtenidos al aplicar los instrumentos de recolección de datos, muestran que el 52% de estudiantes encuestados tienen un nivel de autocontrol bueno, un 23% un nivel regular, el 20% un excelente nivel de autocontrol y solamente un 5% un nivel malo de autocontrol, lo que nos indica que la mayoría de los estudiantes encuestados si tienen un adecuado nivel de autocontrol. En cuanto a la variable Ansiedad, el 41% de estudiantes encuestados tienen un nivel bajo de ansiedad, un 33% un nivel medio, el 15% un nivel alto de ansiedad, 6% un nivel muy alto de ansiedad y un 5% un nivel muy bajo de ansiedad, lo que nos indica que la mayoría de los estudiantes si tienen un adecuado nivel de ansiedad. Por ello se concluye que un buen nivel de autocontrol en los estudiantes, genera un bajo nivel de ansiedad.
2. Los resultados inferenciales obtenidos al aplicar la correlación de Pearson, dan como resultado que hay una relación negativa débil, con un valor de $-0,019$, entre las variables: Autocontrol y Ansiedad en los estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el sexto grado 2022, por lo que se concluye que hay una relación de tipo inversa entre las variables de estudio, es decir a mayor nivel de autocontrol en los estudiantes pertenecientes a la muestra de estudio, los niveles de ansiedad son bajos o muy bajos.
3. En cuanto al primer objetivo específico, la correlación de Pearson, da como resultado que hay una relación negativa débil con un valor de $-0,022$, entre las variables: Autocontrol y La dimensión Nivel Cognitivo de la Ansiedad en los estudiantes de la unidad educativa de Manabí en el sexto grado 2022, por lo que también se identifica una relación de tipo inversa entre la variable Autocontrol y el nivel cognitivo de la ansiedad.
4. En el segundo objetivo específico, dan como resultado que hay una relación negativa débil con un valor de $-0,018$, entre las variables: Autocontrol y el nivel Fisiológico de la Ansiedad, obteniéndose igualmente una relación inversa entre el autocontrol y la dimensión fisiológica de la ansiedad. En el tercer objetivo, la correlación de Pearson, da como resultado un valor de $-0,008$ lo indica que hay una relación negativa débil entre las variables: Autocontrol y La dimensión Nivel Motor de la Ansiedad por lo que es una relación inversa entre el autocontrol y la dimensión motora de la ansiedad.

VII. RECOMENDACIONES

Se recomienda al equipo directivo de la Institución Educativa, orientar y acompañan a su equipo docente en el desarrollo de sus actividades de aprendizaje, fomentando en ellos la aplicación de estrategias de gestión del autocontrol, de este modo se disminuirá en los estudiantes los niveles de ansiedad, lo que se evidenciará también en la mejora del desarrollo de sus competencias.

A los docentes se les recomienda tener en cuenta los resultados obtenidos en la presente investigación para brindar a sus estudiantes una adecuada retroalimentación personal, un adecuado retraso en la recompensa, lograr un adecuado autocontrol criterial, para que puedan reforzar sus niveles de autocontrol y de este modo se lograrán también disminuir los niveles de ansiedad en los estudiantes.

Los docentes deben capacitarse para tener en cuenta los indicadores propuestos, así como en la aplicación de los instrumentos y también en la selección de estrategias adecuadas que logren aumentar los niveles de autocontrol en los estudiantes de la Institución Educativa, así como en otras de características similares y de este modo se logre ayudar a otros estudiantes que puedan tener problemas con los niveles de ansiedad.

Los padres de familia y comunidad educativa deben considerar el presente trabajo de investigación y tomarlo como referencia para analizar los indicadores que pueden ser alertas en los niveles de ansiedad a los que pueden llegar los estudiantes, como por ejemplo a somatización de enfermedades de tipo fisiológicas, las mismas que pueden desencadenar en situaciones críticas de los estudiantes.

A toda la comunidad investigadora, puede considerar los instrumentos utilizados en el recojo de la información pueden ser aplicados en otras instituciones educativas para poder evaluar en los estudiantes los niveles de autocontrol y ansiedad que pueden alcanzar y poder tomar acciones a tiempo, así como orientar a los padres de familia a tener en cuenta estos indicadores que permitan reforzar los niveles de autocontrol y por lo tanto disminuir los niveles de ansiedad.

REFERENCIAS

- Abellán-roselló, L. (2021). Autocontrol emocional y adquisición de habilidades sociales en estudiantes a través de terapias con animales. *Educación y Sociedad*, 19(1), 77–92.
<https://revistas.unica.cu/index.php/edusoc/article/view/1685>
- Aguirre, B. D. A. (2021). *Revisión bibliográfica del trastorno de ansiedad social en la adolescencia*. [Universidad Azuay - Ecuador].
<https://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/11409>
- Alfaro y mantilla, J. (2011). *Ética e investigación*. 28(4), 8–11.
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342011000400015
- Anderson, C. J. (2019). A Leader ' s Emotional Self-Control and Management of Others Impacts a School ' s Climate Chris James Anderson, Ed.D. UCAN. *Journal of Invitational Theory and Practice*, 25, 39–60.
<https://doi.org/10.26522/jitp.v25i.3470>
- Arbach, K., & Bobbio, A. (2019). Autocontrol y estilos de apego: Su influencia en la conducta delictiva y en la agresión física de adolescentes argentinos. *Revista Criminalidad*, 6(3), 205–219.
- Armendariz, V. C. A. (2019). Superando la ansiedad para lograr el aprendizaje de una segunda lengua. *Superando La Ansiedad Para Lograr El Aprendizaje de Una Segunda Lengua*, 4, 955–969.
<https://doi.org/10.33010/recie.v4i2.442>
- Ávila, A. J. M.-, Suárez, A. K. B.-, Martínez, Z. K. P.-, Gonzaga, J. A. R.-, Calderón, J. E. Z.-, & Suárez, C. E. C.-. (2019). Diseños de Investigación Research Designs. *Educación y Salud Boletín Científico Del Instituto de Ciencias de La Salud de La Univerisdad Autónoma Del Estado de Hidalgo*, 15(15), 119–122.
<https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ICSA/article/view/4908>
- Bechtold, I. D. (2019). Cuestionario de AutoControl Infantil y Adolescente. *Accelerating the World's Research*.
https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/59333231/kupdf.net_cacia-

cuestionario-de-auto-control-infantil-y-adolescente20190520-30311-g46s15-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1654392378&Signature=ag1OzjbZJ~B12la0EZ21CHrjTACU1DmF42t2QgtxDtjTXqeWfEMjure8Sc9UbwXrE50

- Bevilacqua, S., & Villena, J. E. N. (2019). Política Pública, Autocontrol y Tendencia Intertemporal en el Control de la Obesidad y Sobrepeso. *Revista Gestão & Políticas Públicas*, 9(2), 184–197. <https://doi.org/10.11606/rgpp.v9i2.168659>
- Cantera, R. J. R. (2019). *Autocontrol emocional y la capacidad para resolver problemas interpersonales en estudiantes del sexto ciclo de la I.E.N° 153 - SJL*, 2019. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/39762>
- Celaya et al, D. F. (2021). Autocontrol y agresión reactiva y proactiva en adolescentes mexicanos. *European Journal of Child Development, Education and Psychopathology*, 9. <https://doi.org/10.32457/ejpad.v9i1.1406>
- Del Valle et al, M. G. J. I. U. S. C. J. (2019). Adaptación al español de la Escala de Autocontrol y de la Escala de Autocontrol-Abreviada y evidencias de validez en población universitaria. *Revista Argentina de Ciencias Del Comportamiento*, 11(2), 52–64. <https://doi.org/10.32348/1852.4206.v11.n2.23413>
- Delgado, B., Inglés, C. J., Aparisi, D., García-Fernández, J. M., & Martínez-Monteaudo, M. C. (2018). Relación entre la ansiedad social y las dimensiones de la personalidad en Adolescentes Españoles. *Revista Iberoamericana de Diagnostico y Evaluacion Psicologica*, 1(46), 81–92. <https://doi.org/10.21865/RIDEP46.1.06>
- Díaz, J. S., Reyna-avila, L., Pérez-cabañas, R., & Bernal-mendoza, L. I. (2022). *Ansiedad y nivel de conocimiento en cuidados paliativos en estudiantes de Guerrero*. 19, 57–70. <https://revistas.ufps.edu.co/index.php/cienciaycuidado/article/view/3093/3635>
- Diaz Kuaik, I., & De la Iglesia, G. (2019). Ansiedad: conceptualizaciones actuales. *Summa Psicológica*, 16(1), 42–50. <https://doi.org/10.18774/0719->

448x.2019.16.1.393

- Farfán et al., C. F. L. W. C. Án. S. D. C. M. V. C. y T. G. (2021). Factores Asociados al Estrés , Ansiedad y Depresión en la Etapa Inicial del Aislamiento Social por Covid-19 (Sars-Cov-2), Cusco , Perú , 2020. *Revista Científica de Enfermería*, 19(March).
https://www.researchgate.net/profile/Carlos-Virto-Farfán/publication/349757312_Factores_Asociados_al_Estres_Ansiedad_y_Depresion_en_la_Etapa_Inicial_del_Aislamiento_Social_por_Covid-19_Sars-Cov-2_Cusco_Peru_2020/links/6138b9dac76de21e319f5183/Factores-Aso
- Fernández-Sogorb, A., Aparicio - Flores María del Pilar, Granados Lucía, Aparisi Sierra, D., & Cándido J. Inglés. (2018). Ansiedad social y fobia social:revisión de autoinformes y análisis de su fiabilidad y validez en una muestra infantojuvenil española. *Calidad de Vida y Salud*, 11(1), 30–36.
<http://revistacdvs.uflo.edu.ar>
- Foucault, M., & Mart, J. (2018). Publicidad Autocontrol : 7 Consejos Psicológicos Para Mejorarlo Esta Capacidad Es Fundamental Para Tener Una Bu ... Autocontrol : 7 Consejos Psicológicos Para Mejorarlo Esta Capacidad Es Fundamental Para Tener Una. *Academia*.
https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/62153630/Autocontrol_7_consejos_psicologicos_para_mejorarlo20200220-98984-14dazbh-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1637962631&Signature=RV9OLiB4XEey-tYLZRNybxVERjSj8ak~he0DXKMPA4DIAC5sGVmbgIOL6~x3SWF2yOQLkYTIgilhV7UI29
- Galindo-Vázquez, O., Ramírez-Orozco, M., Costas-Muñiz, R., Mendoza-Contreras, L. A., Calderillo-Ruíz, G., & Meneses-García, A. (2020). Symptoms of anxiety, depression and self-care behaviors during the COVID-19 pandemic in the general population. *Gaceta Medica de Mexico*, 156(4), 298–305. <https://doi.org/10.24875/GMM.20000266>
- Garrido, S. J., Morán, V., Azpilicueta, A. E., Cortez, F., Arbach, K., & Cupani, M. (2018). Análisis de Modelos Rivales Unidimensionales y Bidimensionales de la Escala Breve de Autocontrol en Estudiantes Universitarios

- Argentinos. *Psicodebate*, 18(2), 26. <https://doi.org/10.18682/pd.v18i2.745>
- Glomary, D., & Reyes, E. (2020). *Anxiety About English Learning As a Foreign Language and the Perception of a Teacher ' S*. 1–9.
- González, C. G. (2021). Análisis de la ansiedad cognitiva y somática del deporte del Fútbol. *ResearchGate*, 7(June 2015).
https://www.researchgate.net/publication/352440239_Analisis_de_la_ansiedad_cognitiva_y_somatica_en_el_deporte_del_futbol
- Gottfredson, M. (2019). *Teoría del auto control*.
<https://lichectorberducido.files.wordpress.com/2013/07/24-teorc3ada-del-auto-control.pdf>
- Hernández, C. A. (2008). El método hipotético-deductivo como legado del positivismo lógico y el racionalismo crítico: Su influencia en la economía. *Revista de Ciencias Económicas*, 2, 183–195.
<https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/economicas/article/view/7142>
- Lamarca, E. M. (2017). El desarrollo del etapa de infantil a través de la. *UNIR*.
<https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/5665/LamarcaEtxeberria%2cMartin.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Llorente, R. G.-G. P. (2019). Neuropsychology of generalized anxiety disorders: A systematic review. *Revista de Neurología*, 69(2), 59–67.
<https://doi.org/10.33588/rn.6902.2018371>
- Machado, S. C. V. (2021). *Técnicas para desarrollar el Autocontrol en los futbolistas de segunda categoría*.
<http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/55411>
- Marroquín, P. R. (2013). Metodología de la investigación. In *Metodología de la Investigación* (pp. 1–26).
<http://200.48.31.93/Titulacion/2013/exposicion/SESSION-4-MetodologiaDeLaInvestigacion.pdf>
- Mendoza y Villar, O. K. M. G. G. M. (2020). *Autoestima y ansiedad en estudiantes de la Universidad privada de Huancayo - 2020*.
<https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/2221>
- Monterrosa-Castro, A., Dávila-Ruiz, R., Mejía-Mantilla, A., Contreras-

- Saldarriaga, J., Mercado-Lara, M., & Florez-Monterrosa, C. (2020). Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales colombianos. *MedUNAB*, 23(2), 195–213.
<https://doi.org/10.29375/01237047.3890>
- Montgomery, U. W. (2008). Teoría , Investigación Y Aplicaciones Clínicas. *Revista IIPSI*, 11.
- Moreira, L. J. A. (2019). El autocontrol emocional a través de la Literatura Infantil. *Lengua Castellana*. <https://hdl.handle.net/2454/33571>
- Moreno-Proañó, G. (2020). Pensamientos distorsionados y ansiedad generalizada en COVID-19. *CienciAmérica*, 9(2), 251–255.
<https://doi.org/10.33210/ca.v9i2.314>
- Palacios y García, S. y B. (2021). Efectividad del Autocontrol a través de la Educación Física. *Revista Iberoamericana de Ciencias*, 10(2), 126–139.
<https://doi.org/10.24310/riccafd.2021.v10i2.11160>
- Pérez et al, villalobos M. C. R. R. S. F. (2018). Revisión Sistemática de la Habilidad de Autocontrol del Estudiante y su Rendimiento Académico en la Vida Universitaria. *Scielo Preprints*, 11(3), 49–62.
https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-50062018000300049&lng=en&nrm=iso&tlng=en
- Pillco, C. C. del R. (2020). *Autocontrol emocional y rendimiento escolar en el área de personal social en estudiantes de V ciclo de una institución educativa de Villa El Salvador, 2019*.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/42858/Pillco_CCDR.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- PSIQUION. (2018). Autocontrol y falta de control de impulsos. *PSIQUION, Psicología On Line*, 1–7.
- RAE. (2001). *Diccionario de la lengua española (2001)*. 2001, 22–24.
- Rodriguez, del Á. W. An. (2019). *Autocontrol y agresividad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de Chorrillos*.
<https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/869>
- Ruíz-Martín, A., Bono-Cabré, R., & Magallón-Neri, E. (2019). Ciberacoso y

- ansiedad social en adolescentes: Una revisión sistemática. *Revista de Psicología Clínica Con Niños y Adolescentes*, 6(1), 10–15.
<https://doi.org/10.21134/rpcna.2019.06.1.1>
- Serrano y García, M. E. A. D. (2010). *Inteligencia emocional : autocontrol en adolescentes estudiantes del último año de secundaria*. 10(1317–2255), 273–280. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=90416328008>
- Serrano y Viedma, M. A. y R. A. (2018). Autocontrol y moralidad individual en la causación del delito. *Revista Electrónica de Ciencia Penal y Criminología*, 23. <http://criminet.ugr.es/recpc/20/recpc20-23.pdf>
- Servín, A., Martínez, D., Antonella, M., González, U., & Andrés, C. (2021). Inteligencia emocional asociada a niveles de ansiedad y depresión en estudiantes de Medicina de una Universidad pública. *Facultad de Ciencias Médicas*, 54, 51–60.
<https://revistascientificas.una.py/index.php/RP/article/view/2336>
- Sigüenza, W., & Vílchez, J. (2021). Aumento de los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios de la época de pandemia de la COVID 19. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 50(1), 14.
<http://scielo.sld.cu><http://www.revmedmilitar.sld.cu><http://scielo.sld.cu><http://www.revmedmilitar.sld.cu>
- Tomás-Sábado, J. (2020). Miedo y ansiedad ante la muerte en el contexto de la pandemia de la COVID-19. *Revista de Enfermería y Salud Mental*, 16, 26–30. <https://doi.org/10.5538/2385-703x.2020.16.26>
- UNAM, E. (2021). Emoción , ansiedad e irritabilidad : los efectos del regreso a clases en los estudiantes. *INFOBAE*, 1–14.
<https://www.infobae.com/america/mexico/2021/09/02/emocion-ansiedad-e-irritabilidad-los-efectos-del-regreso-a-clases-en-los-estudiantes/>
- UNICEF. (2022). Abordar la crisis del aprendizaje. *Unicef*, 1–13.
<https://www.unicef.org/learning-crisis>
- Vásquez, S. E. M. (2018). *Estudio de la ansiedad en estudiantes de educación general básica de la Unidad Educativa Luxemburgo de la ciudad de Quito en el periodo académico 2016 – 2017*.

<http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/8936>

Villareal, D. E. (2018). 28 Ago Autocontrol en niños. *PSCDCV In Padres by Dimas*, 1–9. <https://psicdv.com/autocontrol-en-ninos/>

ANEXOS

Operacionalización de variables

TÍTULO: Autocontrol y Ansiedad en Niños De 6to Grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	INSTRUMENTO
V1: Autocontrol	El autocontrol es la capacidad que tiene un individuo de regularse, el cual implica un control y manejo de sus emociones, sentimientos e impulsos; esta situación le permite la postergación de los placeres inmediatos por otras necesidades más relevantes, las cuales conlleven a la obtención de logros personales (Polaino, 2003, citado por Pillco 2020).	Esta variable fue medida a través del cuestionario de Autocontrol Infantil y Adolescente es creado por Capazón en el año 1985, el cual se aplicará a los estudiantes para identificar el nivel de autocontrol que manifiestan.	Autocontrol positivo	Retroalimentación personal.	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	Escala de Likert, adaptado de Cuestionario de Autocontrol Infantil y Adolescente CACIA
				Retraso en la recompensa.	9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16	
			Autocontrol criterial	17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25		
			Autocontrol procesual.	26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37		
			Autocontrol Negativo	Escala de sinceridad	38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50	
V2: Ansiedad	La Ansiedad es una reacción psíquica, fisiológica o conductual frente a una situación de peligro vital, donde el ser humano evidencias ciertas características como estrés, sudoración, miedo, temor, aprensión, hipervigilancia, hiperactividad, etc. (Zeballos 2016)	Esta variable fue medida a través de un cuestionario denominado Escala de Likert, el cual se aplicó a los estudiantes para identificar el nivel de ansiedad.	Nivel Cognitivo	Sentimientos de malestar Tensión, Temor Pérdida de control Tensión muscular	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10	Escala de Likert
			Nivel Fisiológico	Sensaciones gástricas Dolores de cabeza Sudoración Insomnio	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20	
			Nivel Motor	Hiperactividad Movimientos repetitivos Consumo de sustancias Tensión facial	21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30	

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: Autocontrol y ansiedad en niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022

FORMULACIÓN DEL PRBLEMA	HIPÓTESIS	OBJETIVOS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	METODOLOGÍA
<p>Problema General ¿Qué relación existe entre el autocontrol y la ansiedad en niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022?</p> <p>Problemas Específicos ¿Qué relación existe entre el autocontrol y el nivel cognitivo de la ansiedad en niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022? ¿Qué relación existe entre el autocontrol y nivel fisiológico de la ansiedad en niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022? ¿Qué relación existe entre el autocontrol y el nivel motor de la ansiedad en niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022?</p>	<p>Hipótesis General Existe relación directa y significativa entre el autocontrol y la ansiedad en niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022</p> <p>Hipótesis Específicas Existe una relación entre el autocontrol y el nivel cognitivo de la ansiedad en niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022. Existe una relación significativa entre el autocontrol y el nivel fisiológico de la ansiedad en niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022. Existe una relación significativa entre el autocontrol y el nivel motor de la ansiedad en niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022.</p>	<p>Objetivo General Determinar la relación que existe entre el autocontrol y la ansiedad en niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022.</p> <p>Objetivos Específicos Determinar la relación que existe entre el autocontrol y el nivel cognitivo de la ansiedad en niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022. Determinar la relación que existe entre el autocontrol y el nivel fisiológico de la ansiedad en niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022. Determinar la relación que existe entre el autocontrol y el nivel motor de la ansiedad en niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022.</p>	<p>V1: Autocontrol</p> <p>V2: Ansiedad</p>	<p>Autocontrol positivo</p> <p>Autocontrol Negativo</p> <p>Nivel Cognitivo</p> <p>Nivel Fisiológico</p> <p>Nivel Motor</p>	<p>Retroalimentación personal. Retraso en la recompensa Autocontrol criterial Autocontrol procesual. Escala de sinceridad. Sentimientos de malestar Tensión Temor Pérdida de control Tensión muscular Sensaciones gástricas Dolores de cabeza Sudoración Insomnio Hiperactividad Movimientos repetitivos Consumo sustancias Tensión facial</p>	<p>Tipo de Investigación: Cuantitativo no experimental.</p> <p>Método de Investigación: Hipotético deductivo.</p> <p>Diseño de Investigación: Descriptivo, correlacional, transversal.</p> <p>Población: 100 estudiantes</p> <p>Muestra: 50 estudiantes</p> <p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumento: Escala de Likert</p> <p>Método de análisis de datos: Codificación, Matriz de datos.</p> <p>Análisis Descriptivos Estadísticos: Prueba de Normalidad Kolmogorov-Smirnov, Prueba de correlación de Spearman</p>

Escala de Likert, adaptado de CACIA
Cuestionario de Autocontrol Infantil y Adolescente

Nombres:Apellidos:Edad:

Sexo: F () M () Fecha de nacimiento:

Dirección:

Fecha de aplicación:

Instrucciones: en las páginas siguientes encontraras una serie de frases que quizás describan cómo te comportas, piensas o te sientes. Cuando leas cada frase, pon una marca (X) sobre la frecuencia con la que realizas estas actividades, si te describe.

Ítem	PREGUNTA	VALORACIÓN			
		N	PV	MV	S
D1: Autocontrol positivo					
1	Normalmente hago las cosas que realmente me gustan, aunque haya cosas más urgentes que hacer.				
2	Si sé que hacer algo que me gusta me impedirá trabajar después, lo dejo para cuando ya haya trabajado.				
3	Cuando quiero llegar antes a un sitio, me pongo una hora determinada para salir.				
4	Corrijo mis tareas para ver los aciertos y errores, aunque quiera hacerla mejor				
5	Sé portarme adecuadamente sin que me castiguen.				
6	Cuando me dicen que debo portarme bien, suelo preguntar ¿Qué quiere decir eso?				
7	Cuando estoy perezoso y quiero estudiar, procuro quitar de mi vista todo lo que me pueda distraer (juguetes, discos, tebeos, etc.)				
8	Cuanto más consigo por encima de lo que me había propuesto y sé que se debe a mi esfuerzo más a gusto me siento.				
9	Me animo a mí mismo a mejorar, sintiéndome bien o dándome algo especial cuando progreso en algo.				
10	Recuerdo mis obligaciones en casa.				
11	Los demás dicen que soy un irresponsable.				
12	Para mí es importante saber lo que tengo que hacer para saber si lo voy consiguiendo.				
13	Llego puntual a todos los sitios.				
14	Me gusta todo tipo de comida				
15	Cuando prometo algo y me cuesta cumplirlo, procuro tenerlo en la cabeza y recordármelo.				
16	Si pongo un plan en marcha, quiero saber por mis propios medios como me va funcionando				
17	Recuerdo siempre las normas de convivencia de las clases, aunque y me esfuerzo por cumplirlas.				
18	A veces me dicen que soy incapaz de saber lo que está bien o mal hecho.				
19	Suelo pensar en porque mis amigos se comportan de la manera que lo hacen.				
20	A veces desobedezco a mis padres				
21	Recojo los papeles que otros tiran al suelo.				
22	Cuando soy incapaz de hacer algo que me cuesta, pienso que se debe a la mala suerte.				
23	A veces digo mentirillas a mis compañeros.				
24	Sólo trabajo cuando por ello puedo conseguir cosas enseguida.				

25	Si me prometo algo a mí mismo, intento pensar en si lo que hago es lo que me he prometido.				
D2: Autocontrol negativo					
26	Cuando me aguanto algo que me duele (un brazo roto, una herida, etc.) me imagino a los demás admirándome por mi valentía				
27	Hago inmediatamente lo que me piden				
28	Cuando quiero estudiar más, busco las maneras de conseguirlo, empezando por preguntarme qué es lo que me impide estudiar				
29	Desconozco que puedo hacer para tranquilizarme cuando estoy nervioso, sin tomarme una pastilla				
30	Cuando cometo errores me critico a mí mismo.				
31	Generalmente, cuando aconsejo a alguien, las cosas le salen como yo les decía.				
32	Si tengo que resistir algo que me hace daño (que me limpien una herida, que me pinchen, etc.) me propongo soportar todo lo que haga falta para no tener que repetirlo				
33	A medida que voy consiguiendo lo que quiero, se me olvida ver lo que queda por hacer				
34	Cuando me porto bien y me cuesta hacerlo (por ejemplo, hacer un recado sin ganas, estar callado en clase, etc.) lo hago, sobre todo, porque me gusta que me alaben				
35	Cuando hago algo en equipo, soy incapaz de saber la parte del resultado que se debe a mi trabajo.				
36	A menudo pienso cómo seré de mayor.				
37	Cuando quiero dejar de hacer algo que me gusta, pero que no debo, procuro pensar en las razones que tengo para ello.				
38	A menudo recuerdo las cosas que hacía antes y las comparo con las que hago ahora				
39	Me pongo muy nervioso cuando tengo problemas personales				
40	Si voy a hacer algo que he prometido evitar, oigo la voz de mi conciencia				
41	Cuando me pongo nervioso intento tranquilizarme, ya que así las cosas me salen mejor				
42	Me es difícil acabar mi trabajo si no me gusta				
43	Ante todo, prefiero terminar una tarea que tengo que hacer y después comenzar con las cosas que realmente me gustan.				
44	Aunque me diesen dinero por hacer algo que me parece mal (Por ejemplo, engañar a un amigo, pegar a un niño pequeño, etc.) haría lo que creo que está bien				
45	Aunque los demás no me digan nada, me siento muy bien si hago algo difícil y costoso				
46	Cuando hago algo adrede, me doy cuenta de cómo reaccionan los demás				
47	Cuando me siento triste o decaído, tardo bastante en comenzar a animarme				
48	Muchas veces evito hacer algo que me gusta porque sé que no debo				
49	Si tengo miedo por algo, me aguanto y hago lo que tengo que hacer (por ejemplo, ir por una calle oscura, hablar con un profesor muy duro, etc.)				
50	Tiendo a retrasar los deberes que me aburren, aunque los pueda hacer en seguida				

Leyenda de valoración

S Siempre (4)

MV Muchas veces (3)

PV Pocas veces (2)

N Nunca (1)

BAREMACIÓN DE INSTRUMENTO 1:

Variable	: Autocontrol
Ítems	: 50
Puntaje máximo	: $50 \times 4 = 200$
Puntaje mínimo	: $50 \times 1 = 50$
Rango	: $200 - 50 = 150$
Numero de niveles	: 4
Amplitud	: $150/4 = 37$

Tabla de Nivel :

NIVEL	ESCALA
A. Excelente	163 a 200
A. Bueno	126 a 163
A. Regular	88 a 125
A. Malo	50 a 87

INSTRUMENTO PARA EVALUAR LA VARIABLE 2

Escala de Likert para evaluar el nivel de Ansiedad

INSTRUCCIONES: Estimado estudiante, a continuación, se te presenta una lista de acciones o actividades lúdicas, las que marcarás, de acuerdo con tu experiencia. Coloca tu calificación en cada aspecto de esta encuesta. Te pido la mayor sinceridad y objetividad. Este formulario es anónimo y será utilizado únicamente para fines de investigación.

Ítems	Preguntas	Valoración					Observaciones
		S	CS	AV	PV	N	
D1: Nivel cognitivo							
1	Me preocupa alguna competencia o examen a rendir						
2	Parece que las cosas son más fáciles para los demás que para mí.						
3	Me pongo nervioso(a) cuando las cosas no me salen como quiero						
4	Me cuesta trabajo tomar decisiones						
5	Parece que las cosas son más fáciles para los demás que para mí						
6	Muchas cosas me dan miedo						
7	Siempre soy amable.						
8	Todas las personas que conozco me caen bien						
9	Casi todo el tiempo estoy preocupado						
10	Me preocupa decepcionar a otros con mi rendimiento.						
D2: Nivel fisiológico							
11	Muchas veces siento que me falta el aire						
12	Las personas suelen darse cuenta de mi enojo						
13	En las noches, me cuesta trabajo quedarme dormido						
14	Suelo sentir asco o nauseas						
15	Soy muy sentimental						
16	Me sudan las manos						
17	Siento mucho cansancio al realizar mis actividades						

18	Cuando me despierto lo hago asustado(a) y nervioso(a).						
19	Me cuesta permanecer tranquilo(a) en mi asiento						
20	Me pongo nervioso(a) cuando realizo actividades frente a los demás.						
D3: Nivel motor							
21	Mi cuerpo está relajado						
22	Me siento muy atado y sin energía						
23	Siento un vacío en el estómago						
24	Me preocupa no poder rendir en una competencia						
25	Soy muy sentimental y temeroso						
26	Mi cuerpo está tenso						
27	Me siento agarrotado						
28	Me siento descontento y preocupado por posibles desgracias.						
29	Me siento cómodo y tranquilo						
30	Tengo problemas para concentrarme en mis estudios.						

Leyenda de valoración

S Siempre (5)

CS Casi Siempre (4)

AV A veces (3)

V Pocas veces (2)

N Nunca (1)

BAREMACIÓN DE INSTRUMENTO 2:

Variable	: Ansiedad
Ítems	: 30
Puntaje máximo	: $30 \times 5 = 150$
Puntaje mínimo	: $30 \times 1 = 30$
Rango	: $150 - 30 = 120$
Numero de niveles	: 5
Amplitud	: $120/5 = 24$

Tabla de Nivel:

NIVEL	ESCALA
A. Muy alta	126 a 150
A. Alta	102 a 126

A. Media	78 a 101
A. Baja	54 a 77
A. Muy baja	30 a 53

VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO POR CRITERIO DE JUECES O EXPERTOS
Título: Autocontrol y ansiedad en niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022

INSTRUMENTO 1: Variable: Autocontrol

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ÍTEM	Opciones de respuesta				Criterios de Evaluación								Observaciones y/o recomendaciones
				NUNCA	POCAS V.	MUCHAS V	SIEMPRE	Relación entre la variable y la dimensión		Relación entre la dimensión y el indicador		Relación entre el indicador y el ítem		Relación entre el ítem y la opción de respuesta		
								SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
V1: EL AUTOCONTROL es la capacidad que tiene un individuo de regularse, el cual implica un control y manejo de sus emociones, sentimientos e impulsos; esta situación le permite la postergación de los placeres inmediatos por otras necesidades más relevantes, las cuales conllevan a la obtención de logros personales (Polaino, 2003, citado por Pillco 2020).	AUTOCONTROL POSITIVO	Retroalimentación personal	Normalmente hago las cosas que realmente me gustan, aunque haya cosas más urgentes que hacer.					X		X		X		X		
			Si sé que hacer algo que me gusta me impedirá trabajar después, lo dejo para cuando ya haya trabajado.									X		X		
			Cuando quiero llegar antes a un sitio, me pongo una hora determinada para salir.									X		X		
			Corrijo mis tareas para ver los aciertos y errores, aunque quiera hacerla mejor									X		X		
			Sé portarme adecuadamente sin que me castiguen.									X		X		
			Cuando me dicen que debo portarme bien, suelo preguntar ¿Qué quiere decir eso?									X		X		
			Cuando estoy perezoso y quiero estudiar, procuro quitar de mi vista todo lo que me pueda distraer (juguetes, discos, tebeos, etc.)									X		X		
			Cuanto más consigo por encima de lo que me había propuesto y sé que se debe a mi esfuerzo más a gusto me siento.									X		X		
		Retraso en la recompensa	Me animo a mí mismo a mejorar, sintiéndome bien o dándome algo especial cuando progreso en algo.					X		X		X		X		
			Recuerdo mis obligaciones en casa.									X		X		
			Los demás dicen que soy un irresponsable.									X		X		
			Para mí es importante saber lo que tengo que hacer para saber si lo voy consiguiendo.									X		X		
			Llego puntual a todos los sitios.									X		X		
			Me gusta todo tipo de comida									X		X		
			Cuando prometo algo y me cuesta cumplirlo, procuro tenerlo en la cabeza y recordármelo.									X		X		
		Autocontrol Criterial	Si pongo un plan en marcha, quiero saber por mis propios medios como me va funcionando					X		X		X		X		
			Recuerdo siempre las normas de convivencia de las clases, aunque y me esfuerzo por cumplirlas.									X		X		
			A veces me dicen que soy incapaz de saber lo que está bien o mal hecho.									X		X		
			Suelo pensar en porque mis amigos se comportan de la manera que lo hacen.									X		X		
			A veces desobedezco a mis padres									X		X		
Recojo los papeles que otros tiran al suelo.					X		X									

AUTOCONTROL NEGATIVO		Cuando soy incapaz de hacer algo que me cuesta, pienso que se debe a la mala suerte.										X		X							
		A veces digo mentirillas a mis compañeros.											X		X						
		Sólo trabajo cuando por ello puedo conseguir cosas enseguida.											X		X						
		Si me prometo algo a mí mismo, intento pensar en si lo que hago es lo que me he prometido.											X		X						
	Autocontrol Procesual	Cuando me aguanto algo que me duele (un brazo roto, una herida, etc.) me imagino a los demás admirándome por mi valentía													X		X				
		Hago inmediatamente lo que me piden													X		X				
		Cuando quiero estudiar más, busco las maneras de conseguirlo, empezando por preguntarme qué es lo que me impide estudiar														X		X			
		Desconozco que puedo hacer para tranquilizarme cuando estoy nervioso, sin tomarme una pastilla														X		X			
		Cuando cometo errores me critico a mí mismo.														X		X			
		Generalmente, cuando aconsejo a alguien, las cosas le salen como yo les decía.														X		X			
		Si tengo que resistir algo que me hace daño (que me limpien una herida, que me pinchen, etc.) me propongo soportar todo lo que haga falta para no tener que repetirlo														X		X			
		A medida que voy consiguiendo lo que quiero, se me olvida ver lo que queda por hacer														X		X			
		Cuando me porto bien y me cuesta hacerlo (por ejemplo, hacer un recado sin ganas, estar callado en clase, etc.) lo hago, sobre todo, porque me gusta que me alaben														X		X			
		Cuando hago algo en equipo, soy incapaz de saber la parte del resultado que se debe a mi trabajo.														X		X			
		A menudo pienso cómo seré de mayor.														X		X			
		Cuando quiero dejar de hacer algo que me gusta, pero que no debo, procuro pensar en las razones que tengo para ello.														X		X			
		Escala de Sinceridad	A menudo recuerdo las cosas que hacía antes y las comparo con las que hago ahora														X		X		
			Me pongo muy nervioso cuando tengo problemas personales														X		X		
			Si voy a hacer algo que he prometido evitar, oigo la voz de mi conciencia														X		X		
			Cuando me pongo nervioso intento tranquilizarme, ya que así las cosas me salen mejor														X		X		
	Me es difícil acabar mi trabajo si no me gusta															X		X			
	Ante todo, prefiero terminar una tarea que tengo que hacer y después comenzar con las cosas que realmente me gustan.															X		X			
	Aunque me diesen dinero por hacer algo que me parece mal (Por ejemplo, engañar a un amigo, pegar a un niño pequeño, etc.) haría lo que creo que está bien															X		X			
	Aunque los demás no me digan nada, me siento muy bien si hago algo difícil y costoso															X		X			
Cuando hago algo adrede, me doy cuenta de cómo reaccionan los demás															X		X				
Cuando me siento triste o decaído, tardo bastante en comenzar a animarme															X		X				
Muchas veces evito hacer algo que me gusta porque sé que no debo														X		X					

			Si tengo miedo por algo, me aguanto y hago lo que tengo que hacer (por ejemplo, ir por una calle oscura, hablar con un profesor muy duro, etc.)									X		X		
			Tiendo a retrasar los deberes que me aburren, aunque los pueda hacer en seguida									X		X		

INSTRUMENTO 2: Variable: Ansiedad

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ÍTEM	Opciones de Respuesta					Criterios de Evaluación								Observaciones y/ Recomendaciones		
				Nunca	P. V.	A. V	C. S	Siempre	Relación entre la variable y la dimensión		Relación entre la dimensión y el indicador		Relación entre el indicador y el ítem		Relación entre el ítem y la opción de respuesta				
									SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO			
V2: LA ANSIEDAD es una reacción psíquica, fisiológica o conductual frente a una situación de peligro vital, donde el ser humano evidencias ciertas características como estrés, sudoración, miedo, temor, aprensión, hipervigilancia, hiperactividad, etc. (Zeballos 2016)	Nivel Cognitivo	Sensación de malestar	Me preocupa alguna competencia o examen a rendir						X		X		X		X				
			Parece que las cosas son más fáciles para los demás que para mí.										X		X				
			Me pongo nervioso(a) cuando las cosas no me salen como quiero										X		X				
			Me cuesta trabajo tomar decisiones										X		X				
		Tensión, Temor	Parece que las cosas son más fáciles para los demás que para mí								X		X		X		X		
			Muchas cosas me dan miedo								X		X		X		X		
			Siempre soy amable.								X		X		X		X		
		Pérdida de Control	Todas las personas que conozco me caen bien								X		X		X		X		
			Casi todo el tiempo estoy preocupado								X		X		X		X		
	Me preocupa decepcionar a otros con mi rendimiento.							X		X		X		X					
	Nivel Fisiológico	Tensión muscular	Muchas veces siento que me falta el aire						X		X		X		X				
			Las personas suelen darse cuenta de mi enojo										X		X				
		Sensaciones gástricas	En las noches, me cuesta trabajo quedarme dormido								X		X		X		X		
			Suelo sentir asco o nauseas								X		X		X		X		
		Dolores de Cabeza	Soy muy sentimental								X		X		X		X		
			Me sudan las manos								X		X		X		X		
		Sudoración	Siento mucho cansancio al realizar mis actividades								X		X		X		X		
			Cuando me despierto lo hago asustado(a) y nervioso(a).								X		X		X		X		
Pérdida de equilibrio		Me cuesta permanecer tranquilo(a) en mi asiento						X				X		X		X			

			Me pongo nervioso(a) cuando realizo actividades frente a los demás.											X		X			
Nivel Motor	Hiperactividad		Mi cuerpo está relajado						X		X		X		X				
			Me siento muy atado y sin energía									X		X					
			Siento un vacío en el estómago									X		X					
			Me preocupa no poder rendir en una competencia									X		X					
	Movimiento repetitivo		Soy muy sentimental y temeroso								X		X		X				
			Mi cuerpo está tenso									X		X					
			Me siento agarrotado									X		X		X			
	Agotamiento y desgano		Me siento descontento y preocupado por posibles desgracias.								X			X					
		Tensión, miedo		Me siento cómodo y tranquilo								X		X		X			
			Tengo problemas para concentrarme en mis estudios.								X			X					

Nombres y apellidos : Marisol Namay Espinoza
 Profesión : Lic. en Educación - Matemática
 Grados académicos : Magister en Docencia y Gestión Educativa
 Teléfono : 947491276
 Correo Electrónico : marisolnamay@gmail.com

Suficiencia: Los Ítems son suficientes para medir la dimensión
Coherencia: El Ítem se encuentra completamente relacionado con el indicador que está midiendo.
Relevancia: El Ítem es importante y debe ser incluido.
Claridad: el Ítem es claro; tiene semántica y sintaxis adecuada



Mgtr. Marisol Namay Espinoza

VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO POR CRITERIO DE JUECES O EXPERTOS
Título: Autocontrol y ansiedad en niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022

INSTRUMENTO 1: Variable: Autocontrol

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ÍTEM	Opciones de respuesta				Criterios de Evaluación								Observaciones y/o recomendaciones
				NUNCA	POCAS V.	MUCHAS V	SIEMPRE	Relación entre la variable y la dimensión		Relación entre la dimensión y el indicador		Relación entre el indicador y el ítem		Relación entre el ítem y la opción de respuesta		
								SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
V1: EL AUTOCONTROL es la capacidad que tiene un individuo de regularse, el cual implica un control y manejo de sus emociones, sentimientos e impulsos; esta situación le permite la postergación de los placeres inmediatos por otras necesidades más relevantes, las cuales conllevan a la obtención de logros personales (Polaino, 2003, citado por Pillco 2020).	AUTOCONTROL POSITIVO	Retroalimentación personal	Normalmente hago las cosas que realmente me gustan, aunque haya cosas más urgentes que hacer.							X		X		X		
			Si sé que hacer algo que me gusta me impedirá trabajar después, lo dejo para cuando ya haya trabajado.									X		X		
			Cuando quiero llegar antes a un sitio, me pongo una hora determinada para salir.									X		X		
			Corrijo mis tareas para ver los aciertos y errores, aunque quiera hacerla mejor									X		X		
			Sé portarme adecuadamente sin que me castiguen.									X		X		
			Cuando me dicen que debo portarme bien, suelo preguntar ¿Qué quiere decir eso?									X		X		
			Cuando estoy perezoso y quiero estudiar, procuro quitar de mi vista todo lo que me pueda distraer (juguetes, discos, tebeos, etc.)									X		X		
			Cuanto más consigo por encima de lo que me había propuesto y sé que se debe a mi esfuerzo más a gusto me siento.									X		X		
		Retraso en la recompensa	Me animo a mí mismo a mejorar, sintiéndome bien o dándome algo especial cuando progreso en algo.					X		X		X		X		
			Recuerdo mis obligaciones en casa.									X		X		
			Los demás dicen que soy un irresponsable.									X		X		
			Para mí es importante saber lo que tengo que hacer para saber si lo voy consiguiendo.									X		X		
			Llego puntual a todos los sitios.									X		X		
			Me gusta todo tipo de comida									X		X		
			Cuando prometo algo y me cuesta cumplirlo, procuro tenerlo en la cabeza y recordármelo.									X		X		
		Autocontrol Criterial	Si pongo un plan en marcha, quiero saber por mis propios medios como me va funcionando					X		X		X		X		
			Recuerdo siempre las normas de convivencia de las clases, aunque y me esfuerzo por cumplirlas.									X		X		
			A veces me dicen que soy incapaz de saber lo que está bien o mal hecho.									X		X		
			Suelo pensar en porque mis amigos se comportan de la manera que lo hacen.									X		X		
			A veces desobedezco a mis padres									X		X		
Recojo los papeles que otros tiran al suelo.					X		X									

AUTOCONTROL NEGATIVO		Cuando soy incapaz de hacer algo que me cuesta, pienso que se debe a la mala suerte.									X		X						
		A veces digo mentirillas a mis compañeros.										X		X					
		Sólo trabajo cuando por ello puedo conseguir cosas enseguida.										X		X					
		Si me prometo algo a mí mismo, intento pensar en si lo que hago es lo que me he prometido.										X		X					
	Autocontrol Procesual	Cuando me aguanto algo que me duele (un brazo roto, una herida, etc.) me imagino a los demás admirándome por mi valentía											X		X				
		Hago inmediatamente lo que me piden											X		X				
		Cuando quiero estudiar más, busco las maneras de conseguirlo, empezando por preguntarme qué es lo que me impide estudiar											X		X				
		Desconozco que puedo hacer para tranquilizarme cuando estoy nervioso, sin tomarme una pastilla											X		X				
		Cuando cometo errores me critico a mí mismo.											X		X				
		Generalmente, cuando aconsejo a alguien, las cosas le salen como yo les decía.											X		X				
		Si tengo que resistir algo que me hace daño (que me limpien una herida, que me pinchen, etc.) me propongo soportar todo lo que haga falta para no tener que repetirlo											X		X				
		A medida que voy consiguiendo lo que quiero, se me olvida ver lo que queda por hacer											X		X				
		Cuando me porto bien y me cuesta hacerlo (por ejemplo, hacer un recado sin ganas, estar callado en clase, etc.) lo hago, sobre todo, porque me gusta que me alaben											X		X				
		Cuando hago algo en equipo, soy incapaz de saber la parte del resultado que se debe a mi trabajo.											X		X				
		A menudo pienso cómo seré de mayor.											X		X				
		Cuando quiero dejar de hacer algo que me gusta, pero que no debo, procuro pensar en las razones que tengo para ello.									X				X				
		Escala de Sinceridad	A menudo recuerdo las cosas que hacía antes y las comparo con las que hago ahora											X		X			
			Me pongo muy nervioso cuando tengo problemas personales											X		X			
			Si voy a hacer algo que he prometido evitar, oigo la voz de mi conciencia											X		X			
			Cuando me pongo nervioso intento tranquilizarme, ya que así las cosas me salen mejor											X		X			
			Me es difícil acabar mi trabajo si no me gusta											X		X			
			Ante todo, prefiero terminar una tarea que tengo que hacer y después comenzar con las cosas que realmente me gustan.											X		X			
			Aunque me diesen dinero por hacer algo que me parece mal (Por ejemplo, engañar a un amigo, pegar a un niño pequeño, etc.) haría lo que creo que está bien											X		X			
Aunque los demás no me digan nada, me siento muy bien si hago algo difícil y costoso												X		X					
Cuando hago algo adrede, me doy cuenta de cómo reaccionan los demás												X		X					
Cuando me siento triste o decaído, tardo bastante en comenzar a animarme												X		X					
Muchas veces evito hacer algo que me gusta porque sé que no debo											X		X						

			Si tengo miedo por algo, me aguanto y hago lo que tengo que hacer (por ejemplo, ir por una calle oscura, hablar con un profesor muy duro, etc.)									X		X		
			Tiendo a retrasar los deberes que me aburren, aunque los pueda hacer en seguida									X		X		

INSTRUMENTO 2: Variable: Ansiedad

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ÍTEM	Opciones de Respuesta					Criterios de Evaluación								Observaciones y Recomendaciones		
				Nunca	P. V.	A. V	C. S	Siempre	Relación entre la variable y la dimensión		Relación entre la dimensión y el indicador		Relación entre el indicador y el ítem		Relación entre el ítem y la opción de respuesta				
									SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO			
V2: LA ANSIEDAD es una reacción psíquica, fisiológica o conductual frente a una situación de peligro vital, donde el ser humano evidencias ciertas características como estrés, sudoración, miedo, temor, aprensión, hipervigilancia, hiperactividad, etc. (Zeballos 2016)	Nivel Cognitivo	Sensación de malestar	Me preocupa alguna competencia o examen a rendir						X		X		X		X				
			Parece que las cosas son más fáciles para los demás que para mí.										X		X				
			Me pongo nervioso(a) cuando las cosas no me salen como quiero										X		X				
			Me cuesta trabajo tomar decisiones										X		X				
		Tensión, Temor	Parece que las cosas son más fáciles para los demás que para mí								X		X		X		X		
			Muchas cosas me dan miedo								X		X		X		X		
			Siempre soy amable.								X		X		X		X		
		Pérdida de Control	Todas las personas que conozco me caen bien								X		X		X		X		
			Casi todo el tiempo estoy preocupado								X		X		X		X		
			Me preocupa decepcionar a otros con mi rendimiento.								X		X		X		X		
	Nivel Fisiológico	Tensión muscular	Muchas veces siento que me falta el aire						X		X		X		X				
			Las personas suelen darse cuenta de mi enojo										X		X				
		Sensaciones gástricas	En las noches, me cuesta trabajo quedarme dormido								X		X		X		X		
			Suelo sentir asco o nauseas								X		X		X		X		
		Dolores de Cabeza	Soy muy sentimental								X		X		X		X		
			Me sudan las manos								X		X		X		X		
		Sudoración	Siento mucho cansancio al realizar mis actividades								X		X		X		X		
			Cuando me despierto lo hago asustado(a) y nervioso(a).								X		X		X		X		
	Pérdida de equilibrio	Me cuesta permanecer tranquilo(a) en mi asiento						X		X		X		X					

			Me pongo nervioso(a) cuando realizo actividades frente a los demás.											X		X				
Nivel Motor	Hiperactividad		Mi cuerpo está relajado						X		X			X		X				
			Me siento muy atado y sin energía									X		X						
			Siento un vacío en el estómago									X		X						
			Me preocupa no poder rendir en una competencia									X		X						
	Movimiento repetitivo		Soy muy sentimental y temeroso								X		X			X		X		
			Mi cuerpo está tenso									X			X					
			Me siento agarrotado									X			X					
	Agotamiento y desgano		Me siento descontento y preocupado por posibles desgracias.								X		X			X		X		
			Me siento cómodo y tranquilo									X			X			X		X

Nombres y apellidos : Rosario del Pilar Jiménez Lozada

Profesión : Lic. en Educación

Grados académicos : Magister en Docencia y Gestión Educativa

Teléfono : 979571919

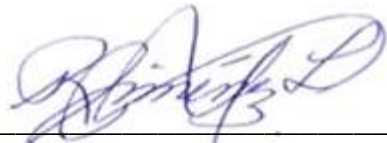
Correo Electrónico : ropijillo_23@hotmail.com

Suficiencia: Los Ítems son suficientes para medir la dimensión

Coherencia: El Ítem se encuentra completamente relacionado con el indicador que está midiendo.

Relevancia: El Ítem es importante y debe ser incluido.

Claridad: el Ítem es claro; tiene semántica y sintaxis adecuada



Mgtr. Rosario del Pilar Jiménez Lozada

VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO POR CRITERIO DE JUECES O EXPERTOS
Título: Autocontrol y ansiedad en niños de 6to grado de una Unidad Educativa de Manabí, 2022

INSTRUMENTO 1: Variable: Autocontrol

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ÍTEM	Opciones de respuesta				Criterios de Evaluación								Observaciones y/o recomendaciones				
				NUNCA	POCAS V.	MUCHAS V	SIEMPRE	Relación entre la variable y la dimensión		Relación entre la dimensión y el indicador		Relación entre el indicador y el ítem		Relación entre el ítem y la opción de respuesta						
								SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO					
V1: EL AUTOCONTROL es la capacidad que tiene un individuo de regularse, el cual implica un control y manejo de sus emociones, sentimientos e impulsos; esta situación le permite la postergación de los placeres inmediatos por otras necesidades más relevantes, las cuales conllevan a la obtención de logros personales (Polaino, 2003, citado por Píllco 2020).	AUTOCONTROL POSITIVO	Retroalimentación personal	Normalmente hago las cosas que realmente me gustan, aunque haya cosas más urgentes que hacer.					X		X		X		X						
			Si sé que hacer algo que me gusta me impedirá trabajar después, lo dejo para cuando ya haya trabajado.									X		X						
			Cuando quiero llegar antes a un sitio, me pongo una hora determinada para salir.									X		X						
			Corrijo mis tareas para ver los aciertos y errores, aunque quiera hacerla mejor									X		X						
			Sé portarme adecuadamente sin que me castiguen.									X		X						
			Cuando me dicen que debo portarme bien, suelo preguntar ¿Qué quiere decir eso?									X		X						
			Cuando estoy perezoso y quiero estudiar, procuro quitar de mi vista todo lo que me pueda distraer (juguetes, discos, tebeos, etc.)									X		X						
			Cuanto más consigo por encima de lo que me había propuesto y sé que se debe a mi esfuerzo más a gusto me siento.									X		X						
		Retraso en la recompensa	Me animo a mí mismo a mejorar, sintiéndome bien o dándome algo especial cuando progreso en algo.									X		X		X		X		
			Recuerdo mis obligaciones en casa.													X		X		
	Los demás dicen que soy un irresponsable.						X		X											
	Para mí es importante saber lo que tengo que hacer para saber si lo voy consiguiendo.						X		X											
	Llego puntual a todos los sitios.						X		X											
	Me gusta todo tipo de comida						X		X											
	Cuando prometo algo y me cuesta cumplirlo, procuro tenerlo en la cabeza y recordármelo.						X		X											
	Auto contr	Recuerdo siempre las normas de convivencia de las clases, aunque y me esfuerzo por cumplirlas.					X		X		X		X							
		A veces me dicen que soy incapaz de saber lo que está bien o mal hecho.									X		X							

AUTOCONTROL NEGATIVO		Suelo pensar en porque mis amigos se comportan de la manera que lo hacen.								X		X						
		A veces desobedezco a mis padres								X		X						
		Recojo los papeles que otros tiran al suelo.								X		X						
		Cuando soy incapaz de hacer algo que me cuesta, pienso que se debe a la mala suerte.								X		X						
		A veces digo mentirillas a mis compañeros.								X		X						
		Sólo trabajo cuando por ello puedo conseguir cosas enseguida.								X		X						
		Si me prometo algo a mí mismo, intento pensar en si lo que hago es lo que me he prometido.								X		X						
	Autocontrol Procesual	Cuando me aguanto algo que me duele (un brazo roto, una herida, etc.) me imagino a los demás admirándome por mi valentía									X		X					
		Hago inmediatamente lo que me piden									X		X					
		Cuando quiero estudiar más, busco las maneras de conseguirlo, empezando por preguntarme qué es lo que me impide estudiar										X		X				
		Desconozco que puedo hacer para tranquilizarme cuando estoy nervioso, sin tomarme una pastilla										X		X				
		Cuando cometo errores me critico a mí mismo.									X		X					
		Generalmente, cuando aconsejo a alguien, las cosas le salen como yo les decía.										X		X				
		Si tengo que resistir algo que me hace daño (que me limpien una herida, que me pinchen, etc.) me propongo soportar todo lo que haga falta para no tener que repetirlo										X		X				
		A medida que voy consiguiendo lo que quiero, se me olvida ver lo que queda por hacer										X		X				
		Cuando me porto bien y me cuesta hacerlo (por ejemplo, hacer un recado sin ganas, estar callado en clase, etc.) lo hago, sobre todo, porque me gusta que me alaben										X		X				
		Cuando hago algo en equipo, soy incapaz de saber la parte del resultado que se debe a mi trabajo.							X			X		X				
		A menudo pienso cómo seré de mayor.										X		X				
		Cuando quiero dejar de hacer algo que me gusta, pero que no debo, procuro pensar en las razones que tengo para ello.										X		X				
		Escala de Sinceridad	A menudo recuerdo las cosas que hacía antes y las comparo con las que hago ahora											X		X		
			Me pongo muy nervioso cuando tengo problemas personales											X		X		
Si voy a hacer algo que he prometido evitar, oigo la voz de mi conciencia												X		X				
Cuando me pongo nervioso intento tranquilizarme, ya que así las cosas me salen mejor												X		X				
Me es difícil acabar mi trabajo si no me gusta												X		X				
Ante todo, prefiero terminar una tarea que tengo que hacer y después comenzar con las cosas que realmente me gustan.												X		X				
Aunque me diesen dinero por hacer algo que me parece mal (Por ejemplo, engañar a un amigo, pegar a un niño pequeño, etc.) haría lo que creo que está bien												X		X				
Aunque los demás no me digan nada, me siento muy bien si hago algo difícil y costoso												X		X				

			Cuando hago algo adrede, me doy cuenta de cómo reaccionan los demás													X		X			
			Cuando me siento triste o decaído, tardo bastante en comenzar a animarme														X		X		
			Muchas veces evito hacer algo que me gusta porque sé que no debo														X		X		
			Si tengo miedo por algo, me aguanto y hago lo que tengo que hacer (por ejemplo, ir por una calle oscura, hablar con un profesor muy duro, etc.)														X		X		
			Tiendo a retrasar los deberes que me aburren, aunque los pueda hacer en seguida														X		X		

INSTRUMENTO 2: Variable: Ansiedad

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ÍTEM	Opciones de Respuesta					Criterios de Evaluación								Observaciones y/ Recomendaciones					
				Nunca	P. V.	A. V	C. S	Siempre	Relación entre la variable y la dimensión		Relación entre la dimensión y el indicador		Relación entre el indicador y el ítem		Relación entre el ítem y la opción de respuesta							
									SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO						
V2: LA ANSIEDAD es una reacción psíquica, fisiológica o conductual frente a una situación de peligro vital, donde el ser humano evidencias ciertas características como estrés, sudoración, miedo, temor, aprensión, hipervigilancia, hiperactividad, etc. (Zeballos 2016)	Nivel Cognitivo	Sensación de malestar	Me preocupa alguna competencia o examen a rendir						X		X		X		X							
			Parece que las cosas son más fáciles para los demás que para mí.										X		X							
			Me pongo nervioso(a) cuando las cosas no me salen como quiero										X		X							
			Me cuesta trabajo tomar decisiones										X		X							
		Tensión, Temor	Parece que las cosas son más fáciles para los demás que para mí										X		X		X		X			
			Muchas cosas me dan miedo										X		X		X		X			
			Siempre soy amable.										X		X		X		X			
		Pérdida de Control	Todas las personas que conozco me caen bien										X		X		X		X			
			Casi todo el tiempo estoy preocupado										X		X		X		X			
	Me preocupa decepcionar a otros con mi rendimiento.							X		X		X		X								
	Nivel Fisiológico	Tensión muscular	Muchas veces siento que me falta el aire						X		X		X		X							
			Las personas suelen darse cuenta de mi enojo										X		X		X					
		Sensaciones gástricas	En las noches, me cuesta trabajo quedarme dormido										X		X		X		X			
			Suelo sentir asco o nauseas										X		X		X		X			
		Dolores de Cabeza	Soy muy sentimental										X		X		X		X			
Me sudan las manos								X						X		X		X				
Sudoración	Siento mucho cansancio al realizar mis actividades						X		X		X		X									

Nivel Motor	Pérdida de equilibrio	Cuando me despierto lo hago asustado(a) y nervioso(a).										X		X			
		Me cuesta permanecer tranquilo(a) en mi asiento										X		X			
		Me pongo nervioso(a) cuando realizo actividades frente a los demás.										X		X			
	Hiperactividad	Mi cuerpo está relajado											X		X		
		Me siento muy atado y sin energía										X		X			
		Siento un vacío en el estómago										X		X			
	Movimiento repetitivo	Me preocupa no poder rendir en una competencia											X		X		
		Soy muy sentimental y temeroso											X		X		
		Mi cuerpo está tenso											X		X		
	Agotamiento y desgano	Me siento agarrotado											X		X		
		Me siento descontento y preocupado por posibles desgracias.											X		X		
	Tensión, miedo	Me siento cómodo y tranquilo											X		X		

Nombres y apellidos : Mery Socorro Celis Cueva

Profesión : Lic. en Educación

Grados académicos : Magister en Docencia y Gestión Educativa

Teléfono : 969677065

Correo Electrónico : mery-libra@hotmail.com

Suficiencia: Los Ítems son suficientes para medir la dimensión

Coherencia: El Ítem se encuentra completamente relacionado con el indicador que está midiendo.

Relevancia: El Ítem es importante y debe ser incluido.

Claridad: el Ítem es claro; tiene semántica y sintaxis adecuada



Mgtr. Mery Socorro Celis Cueva

Ficha de validez de contenido

Matriz de evaluación – Experto 1

Instrucción: evalúa cada Ítem en función a los siguientes criterios: suficiencia, coherencia, relevancia y claridad. Para ello, asigna los siguientes puntajes:

1. No cumple con el criterio
2. Bajo nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

Escala de Likert para evaluar el autocontrol

Dimensiones	ítems	Suficiencia	Coherencia	Relevancia	Claridad
Autocontrol Positivo	1	3	3	4	3
	2	3	3	4	3
	3	3	3	4	3
	4	4	4	3	3
	5	3	3	4	3
	6	3	3	4	3
	7	3	3	3	4
	8	2	3	3	4
	9	4	4	3	3
	10	4	4	3	3
	11	3	3	4	3
	12	3	3	4	3
	13	3	3	4	3
	14	4	4	3	3
	15	3	3	4	3
	16	3	3	4	3
	17	3	3	3	4
	18	3	3	3	3
	19	4	4	3	3
	20	3	3	4	3
	21	3	3	4	3
	22	3	3	3	4
	23	3	3	3	3
	24	4	4	3	3
	25	4	4	3	3
Autocontrol Negativo	26	3	3	4	3
	27	3	3	4	3
	28	4	3	4	3
	29	4	4	3	3
	30	4	3	4	3
	31	3	3	4	3
	32	3	3	3	4
	33	3	3	3	4
	34	4	4	3	3
	35	3	4	3	3
	36	3	3	4	3
	37	3	3	4	3
	38	3	3	4	3
	39	4	4	3	3
	40	3	3	4	3
	41	3	3	4	3
	42	3	3	3	4

	43	3	3	3	3
	44	4	4	3	3
	45	3	3	4	3
	46	3	3	4	3
	47	3	3	3	4
	48	3	3	3	3
	59	4	4	3	3
	50	4	4	3	3

Escala de Likert para evaluar el nivel de ansiedad

Dimensiones	Ítems	Suficiencia	Coherencia	Relevancia	Claridad
Nivel Cognitivo	1	3	3	4	3
	2	3	3	4	3
	3	3	3	4	3
	4	4	4	3	3
	5	3	3	4	3
	6	3	3	4	3
	7	3	3	3	4
	8	2	3	3	4
	9	4	4	3	3
	10	4	4	3	3
Nivel Fisiológico	11	3	3	4	3
	12	3	3	4	3
	13	3	3	4	3
	14	4	4	3	3
	15	3	3	4	3
	16	3	3	4	3
	17	3	3	3	4
	18	3	3	3	3
	19	4	4	3	3
	20	3	3	4	3
Autocontrol Negativo	21	3	3	4	3
	22	3	3	4	3
	23	4	3	4	3
	24	4	4	3	3
	25	4	3	4	3
	26	3	3	4	3
	27	3	3	3	4
	28	3	3	3	4
	29	4	4	3	3
	30	3	3	4	3

Suficiencia: los Ítems son suficientes para medir la dimensión

Coherencia: el Ítem se encuentra completamente relacionado con el indicador que está midiendo.

Relevancia: el Ítem es importante y debe ser incluido. Claridad: el Ítem es claro; tiene semántica y sintaxis adecuada.



Mgtr. Marisol Namay Espinoza

Ficha de validez de contenido

Matriz de evaluación – Experto 1

Instrucción: evalúa cada Ítem en función a los siguientes criterios: suficiencia, coherencia, relevancia y claridad. Para ello, asigna los siguientes puntajes:

5. No cumple con el criterio
6. Bajo nivel
7. Moderado nivel
8. Alto nivel

Escala de Likert para evaluar el autocontrol

Dimensiones	ítems	Suficiencia	Coherencia	Relevancia	Claridad
Autocontrol Positivo	1	3	3	4	3
	2	3	3	4	3
	3	3	3	4	3
	4	4	4	3	3
	5	3	3	4	3
	6	3	3	4	3
	7	3	3	3	4
	8	2	3	3	4
	9	4	4	3	3
	10	4	4	3	3
	11	3	3	4	3
	12	3	3	4	3
	13	3	3	4	3
	14	4	4	3	3
	15	3	3	4	3
	16	3	3	4	3
	17	3	3	3	4
	18	3	3	3	3
	19	4	4	3	3
	20	3	3	4	3
	21	3	3	4	3
	22	3	3	3	4
	23	3	3	3	3
	24	4	4	3	3
	25	4	4	3	3
Autocontrol Negativo	26	3	3	4	3
	27	3	3	4	3
	28	4	3	4	3
	29	4	4	3	3
	30	4	3	4	3
	31	3	3	4	3
	32	3	3	3	4
	33	3	3	3	4
	34	4	4	3	3
	35	3	4	3	3
	36	3	3	4	3
	37	3	3	4	3
	38	3	3	4	3
	39	4	4	3	3
	40	3	3	4	3
	41	3	3	4	3
	42	3	3	3	4

	43	3	3	3	3
	44	4	4	3	3
	45	3	3	4	3
	46	3	3	4	3
	47	3	3	3	4
	48	3	3	3	3
	59	4	4	3	3
	50	4	4	3	3

Escala de Likert para evaluar el nivel de ansiedad

Dimensiones	Ítems	Suficiencia	Coherencia	Relevancia	Claridad
Nivel Cognitivo	1	3	3	4	3
	2	3	3	4	3
	3	3	3	4	3
	4	4	4	3	3
	5	3	3	4	3
	6	3	3	4	3
	7	3	3	3	4
	8	2	3	3	4
	9	4	4	3	3
	10	4	4	3	3
Nivel Fisiológico	11	3	3	4	3
	12	3	3	4	3
	13	3	3	4	3
	14	4	4	3	3
	15	3	3	4	3
	16	3	3	4	3
	17	3	3	3	4
	18	3	3	3	3
	19	4	4	3	3
	20	3	3	4	3
Autocontrol Negativo	21	3	3	4	3
	22	3	3	4	3
	23	4	3	4	3
	24	4	4	3	3
	25	4	3	4	3
	26	3	3	4	3
	27	3	3	3	4
	28	3	3	3	4
	29	4	4	3	3
	30	3	3	4	3

Suficiencia: los Ítems son suficientes para medir la dimensión

Coherencia: el Ítem se encuentra completamente relacionado con el indicador que está midiendo.

Relevancia: el Ítem es importante y debe ser incluido. Claridad: el Ítem es claro; tiene semántica y sintaxis adecuada.



Mgr. Rosario del Pilar Jiménez Lozada

Ficha de validez de contenido

Matriz de evaluación – Experto 1

Instrucción: evalúa cada Ítem en función a los siguientes criterios: suficiencia, coherencia, relevancia y claridad. Para ello, asigna los siguientes puntajes:

9. No cumple con el criterio

10. Bajo nivel

11. Moderado nivel

12. Alto nivel

Escala de Likert para evaluar el autocontrol

Dimensiones	Ítems	Suficiencia	Coherencia	Relevancia	Claridad
Autocontrol Positivo	1	3	3	4	3
	2	3	3	4	3
	3	3	3	4	3
	4	4	4	3	3
	5	3	3	4	3
	6	3	3	4	3
	7	3	3	3	4
	8	2	3	3	4
	9	4	4	3	3
	10	4	4	3	3
	11	3	3	4	3
	12	3	3	4	3
	13	3	3	4	3
	14	4	4	3	3
	15	3	3	4	3
	16	3	3	4	3
	17	3	3	3	4
	18	3	3	3	3
	19	4	4	3	3
	20	3	3	4	3
	21	3	3	4	3
	22	3	3	3	4
	23	3	3	3	3
	24	4	4	3	3
	25	4	4	3	3
Autocontrol Negativo	26	3	3	4	3
	27	3	3	4	3
	28	4	3	4	3
	29	4	4	3	3
	30	4	3	4	3
	31	3	3	4	3
	32	3	3	3	4
	33	3	3	3	4
	34	4	4	3	3
	35	3	4	3	3
	36	3	3	4	3
	37	3	3	4	3
	38	3	3	4	3
	39	4	4	3	3
	40	3	3	4	3
	41	3	3	4	3
	42	3	3	3	4

	43	3	3	3	3
	44	4	4	3	3
	45	3	3	4	3
	46	3	3	4	3
	47	3	3	3	4
	48	3	3	3	3
	59	4	4	3	3
	50	4	4	3	3

Escala de Likert para evaluar el nivel de ansiedad

Dimensiones	Ítems	Suficiencia	Coherencia	Relevancia	Claridad
Nivel Cognitivo	1	3	3	4	3
	2	3	3	4	3
	3	3	3	4	3
	4	4	4	3	3
	5	3	3	4	3
	6	3	3	4	3
	7	3	3	3	4
	8	2	3	3	4
	9	4	4	3	3
	10	4	4	3	3
Nivel Fisiológico	11	3	3	4	3
	12	3	3	4	3
	13	3	3	4	3
	14	4	4	3	3
	15	3	3	4	3
	16	3	3	4	3
	17	3	3	3	4
	18	3	3	3	3
	19	4	4	3	3
	20	3	3	4	3
Autocontrol Negativo	21	3	3	4	3
	22	3	3	4	3
	23	4	3	4	3
	24	4	4	3	3
	25	4	3	4	3
	26	3	3	4	3
	27	3	3	3	4
	28	3	3	3	4
	29	4	4	3	3
	30	3	3	4	3

Suficiencia: los Ítems son suficientes para medir la dimensión

Coherencia: el Ítem se encuentra completamente relacionado con el indicador que está midiendo.

Relevancia: el Ítem es importante y debe ser incluido. Claridad: el Ítem es claro; tiene semántica y sintaxis adecuada.



Mgr. Mery Socorro Celis Cueva

Resultados del juicio de expertos – Instrumento 1

Rangos

Rango promedio

p1	7,50
p2	10,17
p3	10,17
p4	7,50
p5	10,17
p6	7,50
p7	10,17
p8	2,50
p9	14,67
p10	14,50
p11	14,50
p12	7,50
p13	17,50
p14	16,33
p15	7,17
p16	7,50
p17	10,17
p18	9,83
p19	14,50
p20	10,17
P21	7,50
P22	10,17
P23	9,83
P24	14,50
p25	10,17
P26	7,50
P27	10,17
P28	10,17
P29	7,50
P30	10,17
P31	7,50
P32	10,17

P33	2,50
P34	14,67
P35	14,50
P36	14,50
P37	7,50
P38	17,50
P39	16,33
P40	7,17
P41	7,50
P42	10,17
P43	9,83
P44	14,50
P45	10,17
P46	7,50
P47	10,17
P48	9,83
P49	14,50
P50	10,17

Estadísticos de prueba

N	3
W de Kendall ^a	0,553
Chi-cuadrado	31,502
GI	19
Sig. asintótica	0,036

a. Coeficiente de concordancia de Kendall

El coeficiente “W de Kendall” de 0,553 indica que hay una concordancia aceptable entre los tres expertos, lo cual se justifica en que el p-valor (Sig.) de 0,036 es menor al nivel de significancia del 5%.

Resultados del juicio de expertos – Instrumento 2

Rangos

Rango promedio

p1	7,50
p2	10,17
p3	10,17
p4	7,50
p5	10,17
p6	7,50
p7	10,17
p8	2,50
p9	14,67
p10	14,50
p11	14,50
p12	7,50
p13	17,50
p14	16,33
p15	7,17
p16	7,50
p17	10,17
p18	9,83
p19	14,50
p20	10,17
P21	7,50
P22	10,17
P23	9,83
P24	14,50
p25	10,17
P26	7,50
P27	10,17
P28	10,17
P29	7,50
P30	10,17

Correlaciones

		AUTOCONTR OL	AUTOCONTR OL POSITIVO	AUTOCONTR OL NEGATIVO
AUTOCONTROL	Correlación de Pearson	1	,719**	,762**
	Sig. (bilateral)		,000	,000
	N	20	20	20
AUTOCONTROL POSITIVO	Correlación de Pearson	,719**	1	,099
	Sig. (bilateral)	,000		,678
	N	20	20	20
AUTOCONTROL NEGATIVO	Correlación de Pearson	,762**	,099	1
	Sig. (bilateral)	,000	,678	
	N	20	20	20

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

Validez de constructo de la variable 2: Ansiedad

VARIABLE 2: ANSIEDAD																																				
DIMENSIÓN 1: Nivel Cognitivo											DIMENSIÓN 2: Nivel Fisiológico										DIMENSIÓN 3: Nivel Motor						TOTAL	SUMA DE ÍTEMS								
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	TOTA L	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	TOTA L	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	P30	TOTAL	SUMA DE ÍTEMS		
1																																				
2																																				
3																																				
4	1	2	1	3	2	1	3	5	1	1	5	24	1	2	5	1	1	1	1	1	5	3	21	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	12	57	
5	2	3	1	5	5	4	4	5	5	5	5	42	5	3	5	1	2	5	5	5	5	5	41	1	5	3	5	5	5	5	4	5	2	40	123	
6	3	3	1	4	4	2	3	2	3	1	5	28	1	4	2	1	5	3	2	1	2	5	26	4	1	1	2	2	3	1	1	4	4	23	77	
7	4	1	1	3	1	1	1	5	1	1	1	16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	11	1	1	1	1	1	1	1	5	2	15	42		
8	5	2	1	3	2	2	2	5	3	2	2	24	3	5	3	2	2	3	2	1	2	3	26	4	3	2	2	1	2	2	3	4	2	25	75	
9	6	3	1	5	2	1	2	5	5	2	5	31	3	5	1	2	3	5	2	1	5	5	32	5	2	1	5	4	3	1	3	3	1	28	91	
10	7	4	4	5	3	3	2	4	3	3	3	34	2	3	3	4	4	3	3	3	4	32	4	2	5	5	3	4	1	3	4	3	34	100		
11	8	5	1	5	4	5	5	5	5	5	2	42	2	4	4	1	5	5	3	1	1	5	31	4	1	2	5	5	2	1	5	2	4	31	104	
12	9	3	2	2	2	2	3	2	3	4	2	25	3	3	3	3	3	3	2	3	2	5	30	4	3	3	2	2	3	2	3	2	4	28	83	
13	10	2	2	3	5	5	5	5	5	2	3	37	2	1	4	1	4	4	1	2	2	2	23	5	1	2	1	2	1	1	2	1	1	17	77	
14	11	3	2	5	3	2	5	5	3	3	5	36	4	3	3	1	5	1	3	1	5	5	31	5	3	3	4	5	3	1	1	5	4	34	101	
15	12	3	2	5	3	2	5	5	3	3	5	38	4	3	4	1	5	5	3	3	5	5	38	5	3	4	4	5	3	1	2	4	3	34	108	
16	13	5	1	5	5	1	5	3	5	5	5	40	1	1	5	1	5	1	3	3	5	1	24	5	3	1	2	5	1	1	1	1	1	21	85	
17	14	3	2	2	3	1	1	2	5	3	2	24	1	5	5	2	5	3	5	4	1	5	36	5	3	3	3	1	1	1	3	1	22	82		
18	15	2	1	2	2	1	2	5	5	5	1	26	1	5	5	1	5	5	2	4	2	2	32	2	2	1	2	4	2	1	2	2	1	19	77	
19	16	5	2	3	1	1	2	3	5	3	5	30	4	4	2	4	5	2	1	3	1	4	30	5	2	3	4	5	2	1	5	5	2	34	94	
20	17	4	2	3	2	3	4	5	5	5	5	38	4	2	2	2	4	3	3	1	1	2	24	5	1	4	4	3	2	1	3	3	4	30	92	
21	18	1	1	1	4	4	1	3	2	1	1	19	1	2	1	1	2	1	1	1	3	1	14	4	2	3	1	1	3	1	3	1	1	20	53	
22	19	2	2	3	3	1	2	1	4	2	1	21	1	3	5	1	2	3	1	2	2	1	21	4	1	1	2	5	3	2	4	5	1	28	70	
23	20	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	20	2	1	2	1	2	4	2	1	2	4	21	5	3	2	2	3	3	2	3	5	5	33	74	
24																																				

Correlaciones

		ANSIEDAD	NIVEL COGNITIVO	NIVEL FISIOLÓGICO	NIVEL MOTOR
ANSIEDAD	Correlación de Pearson	1	,827**	,872**	,823**
	Sig. (bilateral)		,000	,000	,000
	N	20	20	20	20
NIVEL COGNITIVO	Correlación de Pearson	,827**	1	,590**	,474*
	Sig. (bilateral)	,000		,006	,035
	N	20	20	20	20
NIVEL FISIOLÓGICO	Correlación de Pearson	,872**	,590**	1	,616**
	Sig. (bilateral)	,000	,006		,004
	N	20	20	20	20
NIVEL MOTOR	Correlación de Pearson	,823**	,474*	,616**	1
	Sig. (bilateral)	,000	,035	,004	
	N	20	20	20	20

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

* La correlación es significante al nivel 0,05 (bilateral).

Análisis de Confiabilidad: Instrumento 1: Variable Autocontrol

P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25
2	4	4	4	1	4	1	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3
4	1	4	4	4	2	4	4	4	2	1	4	4	4	4	3	4	2	2	1	4	4	4	4	3
4	2	2	4	4	1	1	1	4	4	1	4	4	2	1	1	4	1	4	1	4	4	2	1	1
4	2	2	4	3	3	4	3	3	4	2	4	3	2	4	3	3	3	4	2	4	3	2	4	3
2	3	4	3	3	4	3	3	4	4	1	3	3	4	3	3	3	2	4	1	3	3	4	3	3
4	2	3	2	4	1	2	4	3	2	1	2	2	4	4	3	4	2	2	1	2	2	4	4	3
2	1	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	2	4	4	4	1	4	1	4	4	2	4	4
2	2	3	3	2	3	2	2	3	4	1	3	2	4	2	2	3	3	4	1	3	2	4	2	2
4	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	4	3	2	3	2	3	2	3	3	4
3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	3	4	4	4	2	4	2	3	4	3	4	4
4	2	4	3	2	1	4	3	4	4	1	4	4	2	2	3	3	2	4	1	4	4	2	2	3
4	2	4	4	4	1	3	4	4	4	1	3	4	4	3	3	4	1	4	1	3	4	4	3	3
2	3	4	4	3	4	3	4	4	4	2	3	3	2	3	3	4	2	4	2	3	3	2	3	3
2	4	3	4	4	1	3	3	4	4	1	3	4	2	4	2	4	2	4	1	3	4	2	4	2
3	2	4	4	3	2	3	4	4	3	1	4	4	2	3	3	4	1	3	1	4	4	2	3	3
2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	3	2	3	2	2	3	2	1	2	3	2	3	2	2	3
1	2	1	3	1	2	2	2	1	1	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2
2	4	4	4	3	3	2	3	3	4	1	2	4	1	2	2	4	2	4	1	2	4	1	2	2
4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	1	4	3	4	4	4	4	1	4	1	4	3	4	4	4
1	2	1	1	1	1	4	1	1	4	1	1	1	1	1	1	4	4	4	1	1	1	1	1	1

P26	P27	P28	P29	P30	P31	P32	P33	P34	P35	P36	P37	P38	P39	P40	P41	P42	P43	P44	P45	P46	P47	P48	P49	P50
3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	2	1	1	1	1	1	2	2	2	3	3	3	3	3	2
4	2	4	2	2	1	2	1	4	2	2	2	2	4	4	2	2	3	4	4	3	4	4	2	4
4	1	4	1	4	4	1	1	4	3	3	4	2	2	3	3	2	1	2	4	2	3	3	4	4
3	3	2	2	3	2	2	2	4	2	3	4	3	4	2	1	2	4	3	1	4	4	3	1	1
3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	4	3	3	1	3	3
4	2	2	1	3	1	1	2	3	2	2	4	3	1	2	2	3	2	3	4	2	2	4	4	2
4	1	2	2	2	1	2	1	2	3	4	3	2	1	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3
3	3	1	2	4	1	2	1	2	4	3	3	4	3	3	3	2	2	1	3	3	3	2	3	3
3	2	1	2	2	2	2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
4	2	1	2	4	1	2	3	4	2	2	2	4	3	1	3	1	2	2	2	4	2	2	2	4
3	2	4	2	2	1	4	2	3	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2
4	1	2	1	4	1	1	1	4	3	3	3	1	2	2	2	2	2	1	2	3	3	2	3	3
4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	4	1	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4
4	2	4	2	4	3	1	4	3	2	3	1	2	3	2	3	2	1	1	3	4	3	2	2	4
4	1	2	2	3	1	1	1	3	3	3	2	4	3	2	4	3	3	2	4	3	4	4	3	3
2	1	3	4	2	2	2	2	2	3	2	1	4	4	2	4	2	4	1	4	2	3	1	2	2
2	2	3	4	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3
4	2	2	2	4	1	1	1	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	4	4	3	3	4	4
4	1	2	2	4	2	1	4	4	3	2	2	2	2	3	4	3	3	3	3	4	4	2	1	4
4	4	1	1	4	1	1	1	1	1	4	4	1	1	4	2	4	4	4	4	3	4	4	1	1

Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Platajea	Valores	Percepciones	Columnas	Alimentación	Movida	Rat
P1	Numérico	8	0	Normalmente hago las cosas que realmente me gustan, aunque...	{1, Nunca}...	Ninguno	4	Derecha	Ordinal	Entrada
P2	Numérico	8	0	Si sé que hacer algo que me gusta me impedirá trabajar despu...	{1, Nunca}...	Ninguno	4	Derecha	Ordinal	Entrada
P3	Numérico	8	0	"Cuando quiero llegar antes a un sitio, me pongo una hora del...	{1, Nunca}...	Ninguno	4	Derecha	Ordinal	Entrada
P4	Numérico	8	0	Cuanto más tardas para ver los aciertos y errores, siempre quier...	{1, Nunca}...	Ninguno	4	Derecha	Ordinal	Entrada
P5	Numérico	8	0	Si portarme adecuadamente con que me castiguen...	{1, Nunca}...	Ninguno	4	Derecha	Ordinal	Entrada
P6	Numérico	8	0	Cuando me dicen que debo portarme bien, suelo preguntar ¿Cu...	{1, Nunca}...	Ninguno	4	Derecha	Ordinal	Entrada
P7	Numérico	8	0	Cuando estoy perezoso y quiero estudiar, procuro quitar de mi...	{1, Nunca}...	Ninguno	4	Derecha	Ordinal	Entrada
P8	Numérico	8	0	Cuanto más consigo por encima de lo que me había propuesto...	{1, Nunca}...	Ninguno	4	Derecha	Ordinal	Entrada
P9	Numérico	8	0	Me animo a mí mismo a mejorar, sintiéndome bien o dándome ...	{1, Nunca}...	Ninguno	4	Derecha	Ordinal	Entrada
P10	Numérico	8	0	Recuerdo mis obligaciones en casa...	{1, Nunca}...	Ninguno	5	Derecha	Ordinal	Entrada
P11	Numérico	8	0	Luz demás dicen que soy un irresponsable...	{1, Nunca}...	Ninguno	5	Derecha	Ordinal	Entrada
P12	Numérico	8	0	Dice mi ex importante saber lo que tengo que hacer para saber...	{1, Nunca}...	Ninguno	5	Derecha	Ordinal	Entrada
P13	Numérico	8	0	Llego puntual a todos los sitios...	{1, Nunca}...	Ninguno	5	Derecha	Ordinal	Entrada
P14	Numérico	8	0	Me gusta todo tipo de comida...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada
P15	Numérico	8	0	Cuando prometo algo y me cuesta cumplirlo, procuro tenerlo en...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada
P16	Numérico	8	0	Si pongo un plan en marcha, quiero saber por mis propios medi...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada
P17	Numérico	8	0	Recuerdo siempre las normas de convivencia de las clases, au...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada
P18	Numérico	8	0	A veces me dicen que soy incapaz de saber lo que está bien o ...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada
P19	Numérico	8	0	Suelo pensar en porque mis amigos se comportan de la maner...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada
P20	Numérico	8	0	A veces desobedezco a mis padres...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada
P21	Numérico	8	0	Recajo los papeles que otros tiran al suelo...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada
P22	Numérico	8	0	Cuando soy incapaz de hacer algo que me cuesta, pienso que...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada
P23	Numérico	8	0	A veces digo mentiras a mis compañeros...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada
P24	Numérico	8	0	Si va trabajo cuando por ahí puedo conseguir cosas entregada...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada
P25	Numérico	8	0	Si me prometo algo a mí mismo, intento pensar en si lo que ha...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada
P26	Numérico	8	0	Cuando me agusto algo que me dice, administrando por mi va...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada
P27	Numérico	8	0	Hago inmediatamente lo que me piden...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada
P28	Numérico	8	0	Cuando quiero estudiar más, busco las maneras de conseguirlo...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada
P29	Numérico	8	0	Desconozco que puedo hacer para tranquilizarme cuando estoy...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada
P30	Numérico	8	0	Cuando cometo errores me critican a mí mismo...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada
P31	Numérico	8	0	Generalmente, cuando acorreo a alguien, les cosas le salen c...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada
P32	Numérico	8	0	Si tengo que resate algo que me hace daño (que me impiden o...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada
P33	Numérico	8	0	A medida que voy consiguiendo lo que quiero, se me olvida ver l...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada
P34	Numérico	8	0	Cuando me porto bien y me cuesta hacerlo (por ejemplo, hacer...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada
P35	Numérico	8	0	Cuando hago algo en equipo, soy incapaz de saber la parte del...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada
P36	Numérico	8	0	A menudo pienso cómo será de mayor...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Derecha	Ordinal	Entrada

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido ^a	0	0,0
	Total	20	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
0,820	0,802	30

Intervalo al que pertenece el coeficiente alfa de Cronbach	Valoración de la fiabilidad de los ítems analizados
[0 ; 0,5[Inaceptable
[0,5 ; 0,6[Pobre
[0,6 ; 0,7[Débil
[0,7 ; 0,8[Aceptable
[0,8 ; 0,9[Bueno
[0,9 ; 1]	Excelente

Los resultados obtenidos en el análisis de confiabilidad con el coeficiente de Alfa de Cronbach, muestran que el instrumento 1 que permite evaluar la variable Autocontrol, un nivel de confiabilidad bueno, ya que el valor obtenido es **0,802**, encontrándose en el intervalo [0,8 ; 0,9]

Análisis de Confiabilidad: Instrumento 2: Variable Ansiedad

	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	P30
2	1	3	2	2	3	5	5	1	5	1	2	5	1	1	1	1	1	5	3	5	1	1	3	1	1	1	1	1	5	1
3	1	5	5	4	4	5	5	5	5	5	3	5	1	2	5	5	1	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	2	2
3	2	4	4	2	3	2	3	1	5	1	4	2	1	5	3	2	1	2	5	4	1	1	2	2	3	1	1	1	4	4
1	1	3	1	1	1	5	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	5	1	1	1	1	1	1	1	5	2	
2	3	3	2	2	2	5	3	2	3	5	3	2	2	3	2	1	2	3	4	3	2	2	1	2	2	3	4	2	2	
3	1	5	2	1	2	5	5	2	5	3	5	1	2	3	5	2	1	5	5	5	2	1	5	4	3	1	3	3	1	
4	3	5	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	2	5	5	3	4	1	3	4	3	
5	4	5	4	5	5	4	5	5	2	2	4	4	1	5	5	3	1	1	5	2	1	2	5	5	2	1	5	2	4	
3	2	2	2	2	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	5	2	3	3	2	2	3	2	3	2	4	
2	3	3	5	5	5	5	5	2	3	2	1	4	1	4	4	1	2	2	5	1	2	1	2	1	1	1	2	5	1	
3	2	5	3	2	5	5	3	3	5	4	3	3	1	5	1	3	1	1	5	4	3	3	4	5	3	1	1	5	4	
3	2	5	3	2	5	5	3	3	5	4	3	4	1	5	5	3	3	1	5	4	3	4	4	5	3	1	2	4	3	
5	1	5	5	1	5	3	5	5	5	1	1	5	1	5	1	3	1	1	1	5	3	1	2	5	1	1	1	1	1	
3	2	2	3	1	1	2	5	3	2	1	5	5	2	5	3	5	4	1	5	5	3	3	3	1	1	1	1	3	1	
2	1	2	2	1	2	5	5	5	1	1	5	5	1	5	5	2	4	2	2	2	2	1	2	4	2	1	2	2	1	
5	2	3	1	1	2	5	5	3	5	4	4	2	4	5	2	1	3	1	4	5	2	3	4	5	2	1	5	5	2	
4	2	3	2	3	4	5	5	5	5	4	2	2	4	4	3	3	1	1	2	5	1	4	4	3	2	1	3	3	4	
1	5	1	4	4	1	5	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	3	1	4	2	3	1	1	3	1	3	2	1	
2	2	3	3	4	2	4	4	2	1	1	3	5	4	2	3	1	2	2	1	4	1	1	2	5	3	2	4	5	1	
1	2	2	3	2	2	5	2	2	2	2	1	2	1	2	4	2	1	2	4	5	3	2	2	3	3	2	3	5	5	

ID	Formato	Min	Max	Item	Respuestas	Alfa	Centrado	Ordinal	Entrada	
P1	Númérico	8	0	Me preocupa alguna competencia o examen a rendir	{1, Nunca}...	Ninguno	4	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P2	Númérico	8	0	Parece que las cosas son más fáciles para los demás que par...	{1, Nunca}...	Ninguno	5	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P3	Númérico	8	0	Me pongo nervioso(a) cuando las cosas no me salen como qui...	{1, Nunca}...	Ninguno	4	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P4	Númérico	8	0	Me cuesta trabajo tomar decisiones	{1, Nunca}...	Ninguno	6	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P5	Númérico	8	0	Parece que las cosas son más fáciles para los demás que par...	{1, Nunca}...	Ninguno	5	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P6	Númérico	8	0	Muchas cosas me dan miedo.	{1, Nunca}...	Ninguno	4	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P7	Númérico	8	0	Siempre soy amable.	{1, Nunca}...	Ninguno	4	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P8	Númérico	8	0	Todas las personas que conozco me caen bien.	{1, Nunca}...	Ninguno	5	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P9	Númérico	8	0	Casi todo el tiempo estoy preocupado	{1, Nunca}...	Ninguno	5	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P10	Númérico	8	0	Me preocupa decepcionar a otros con mi rendimiento.	{1, Nunca}...	Ninguno	5	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P11	Númérico	8	0	Muchas veces siento que me falta el aire.	{1, Nunca}...	Ninguno	6	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P12	Númérico	8	0	Las personas suelen darse cuenta de mi enojo.	{1, Nunca}...	Ninguno	5	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P13	Númérico	8	0	En las noches, me cuesta trabajo quedarme dormido.	{1, Nunca}...	Ninguno	5	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P14	Númérico	8	0	Suelo sentir asco o náuseas.	{1, Nunca}...	Ninguno	6	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P15	Númérico	8	0	Soy muy sentimental	{1, Nunca}...	Ninguno	6	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P16	Númérico	8	0	Me sudan las manos	{1, Nunca}...	Ninguno	6	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P17	Númérico	8	0	Siento mucho cansancio al realizar mis actividades.	{1, Nunca}...	Ninguno	6	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P18	Númérico	8	0	Cuando me despierto lo hago asustado(a) y nervioso(a).	{1, Nunca}...	Ninguno	5	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P19	Númérico	8	0	Me cuesta permanecer tranquilo(a) en mi asiento.	{1, Nunca}...	Ninguno	6	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P20	Númérico	8	0	Me pongo nervioso(a) cuando realizo actividades frente a los de...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P21	Númérico	8	0	Mi cuerpo está relajado	{1, Nunca}...	Ninguno	6	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P22	Númérico	8	0	Me siento muy atado y sin energía.	{1, Nunca}...	Ninguno	6	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P23	Númérico	8	0	Siento un vacío en el estómago	{1, Nunca}...	Ninguno	6	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P24	Númérico	8	0	Me preocupa no poder rendir en una competencia.	{1, Nunca}...	Ninguno	7	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P25	Númérico	8	0	Soy muy sentimental y temeroso	{1, Nunca}...	Ninguno	5	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P26	Númérico	8	0	Mi cuerpo está tenso	{1, Nunca}...	Ninguno	6	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P27	Númérico	8	0	Me siento agorrotado.	{1, Nunca}...	Ninguno	6	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P28	Númérico	8	0	Me siento descontento y preocupado por posibles desgracias.	{1, Nunca}...	Ninguno	6	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P29	Númérico	8	0	Me siento cómodo y tranquilo.	{1, Nunca}...	Ninguno	5	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
P30	Númérico	8	0	Tengo problemas para concentrarme en mis estudios.	{1, Nunca}...	Ninguno	5	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido ^a	0	0,0
	Total	20	100,0

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
0,820	0,809	30

Los resultados obtenidos en el análisis de confiabilidad con el coeficiente de Alfa de Cronbach, muestran que el instrumento 1 que permite evaluar la variable Autocontrol, un nivel de confiabilidad bueno, ya que el valor obtenido es **0,809**, encontrándose en el intervalo [0,8 ; 0,9]

ANEXO: Gráficos de los resultados descriptivos

Gráfico 1

Distribución de estudiantes según nivel de autocontrol

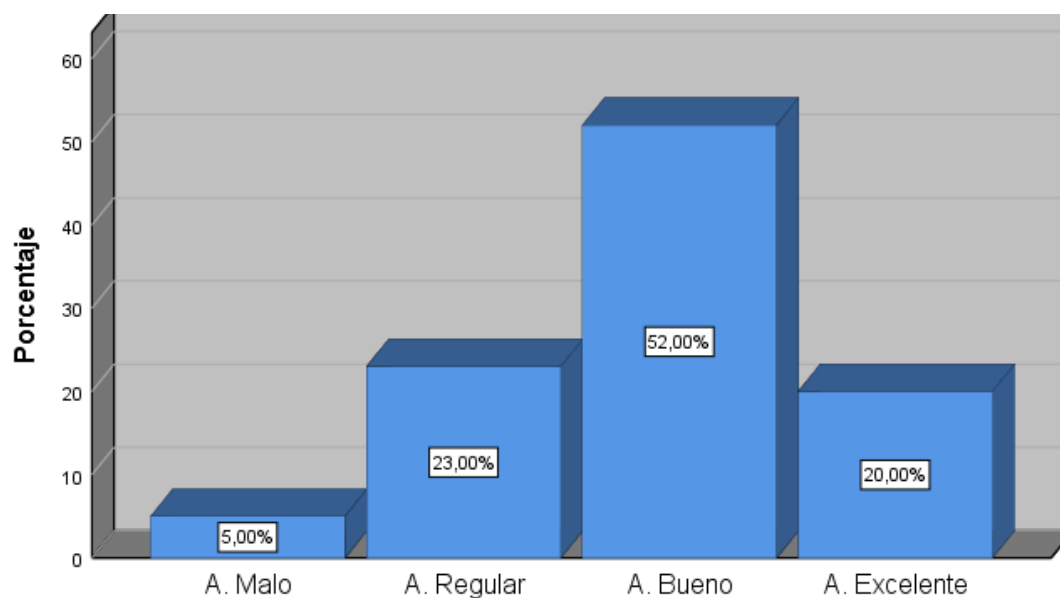


Gráfico 2

Distribución de estudiantes según su nivel de ansiedad

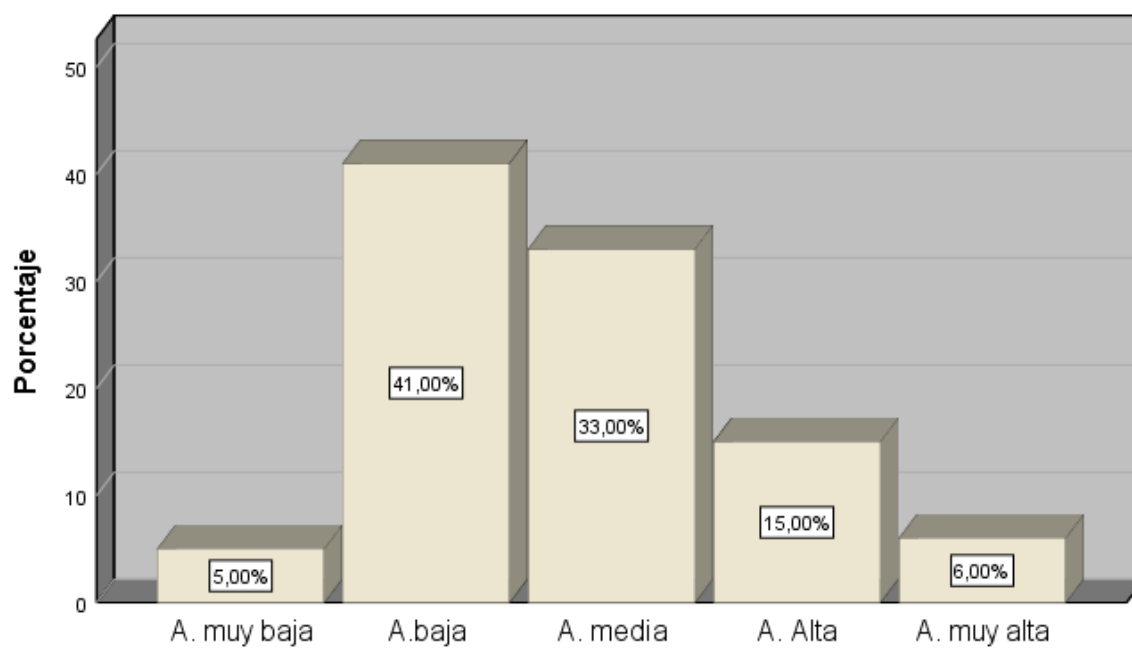


Gráfico 3

Rangos de relación de la Prueba de Normalidad de Kolmogorov Smirnov

RANGO	RELACIÓN
-0.91 a -1.00	Correlación negativa perfecta
-0.76 a -0.90	Correlación negativa muy fuerte
-0.51 a -0.75	Correlación negativa considerable
-0.11 a -0.50	Correlación negativa media
-0.01 a -0.100	Correlación negativa debil
0.00	No existe Correlación
+0.01 a +0.10	Correlación positiva debil
+0.11 a +0.50	Correlación positiva media
+0.51 a +0.75	Correlación positiva considerable
+0.76 a +0.90	Correlación positiva muy fuerte
+0.91 a +1.00	Correlación positiva perfecta



Ministerio de Educación

UNIDAD EDUCATIVA FISCAL
"TRES DE JULIO"
Acuerdo Ministerial N° 783 14 de Marzo de 1974
Calle 3 de Junio y Avenida 3 de Julio
Correo: d13h01439tj@gmail.com - Amd: 151001439
Teléfono: 053 818 326 - 0969056821

Oficio# JAPS-R-095-2022
El Carmen, 25 mayo de 2022.

Dr. Edwin Martín García Ramírez.
Jefe UPG-UCV-Piura
En su despacho

De mi consideración,

A nombre de la Unidad Educativa "Tres de Julio" cantón el Carmen, provincia de Manabí, hago extensivo mis saludos y deseos de éxitos en sus delicadas funciones.

En referencia a la solicitud por usted, solicitando autorización para desarrollar una investigación, me permito informar que **SE AUTORIZA** a la estudiante del tercer ciclo de Maestría en Psicología Educativa **Mendoza Bravo Sandy Arellis C.I. 131365862-5** a realizar la investigación **"Autocontrol y ansiedad en niños de 6to grado de una unidad educativa de Manabí, 2022"**.

Sin otro particular, me suscribo de usted, no sin antes reiterarle mis sentimientos de consideración y estima.

Cordialmente;

Lic. María Eliza Pazmiño.
RECTORA (E) DE UE TRES DE JULIO
CC. 1711789204
CELULAR: 0993967888
CORREO: d13h01439tj@gmail.com



POSGRADO

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Piura, 22 de Mayo del 2022

SEÑORA

LIC. MARÍA ELIZA PAZMIÑO BRAVO (E)
RECTORA DE LA UNIDAD EDUCATIVA "TRES DE JULIO"

ASUNTO : Solicita autorización para realizar investigación
REFERENCIA : Solicitud del interesado de fecha: 22 de mayo de 2022

Tengo a bien dirigirme a usted para saludarlo cordialmente y al mismo tiempo augurarle éxitos en la gestión de la institución a la cual usted representa.

Luego para comunicarle que la Unidad de Posgrado de la Universidad César Vallejo Filial Piura, tiene los Programas de Maestría y Doctorado, en diversas menciones, donde los estudiantes se forman para obtener el Grados Académico de Maestro o de Doctor según el caso.

Para obtener el Grado Académico correspondiente, los estudiantes deben elaborar, presentar, sustentar y aprobar un Trabajo de Investigación Científica (Tesis).

Por tal motivo alcanzo la siguiente información:


- 1) Apellidos y nombres de estudiante: MENDOZA BRAVO SANDY ARELIS
- 2) Programa de estudios : Maestría
- 3) Mención : Psicología Educativa
- 4) Ciclo de estudios : Tercer ciclo
- 1) Título de la investigación : "AUTOCONTROL Y ANSIEDAD EN NIÑOS DE 6TO GRADO DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE MANABÍ, 2022".

Debo señalar que los resultados de la investigación a realizar benefician al estudiante investigador como también a la institución donde se realiza la investigación.

Por tal motivo, solicito a usted se sirva autorizar la realización de la investigación en la institución que usted dirige.

Atentamente,




Dr. Edwin Martín García Ramírez
Jefe UPG-UCV-Piura

Autorizado
Edwin
23-05-2022

Evidencias de aplicación de Instrumentos a estudiantes de 6to Grado de una
Unidad Educativa de Manabí, 2022









UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, LUQUE RAMOS CARLOS ALBERTO, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - PIURA, asesor de Tesis Completa titulada: "AUTOCONTROL Y ANSIEDAD EN NIÑOS DE 6TO GRADO DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE MANABÍ, 2022", cuyo autor es MENDOZA BRAVO SANDY ARELIS, constato que la investigación cumple con el índice de similitud establecido, y verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis Completa cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

PIURA, 08 de Agosto del 2022

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
LUQUE RAMOS CARLOS ALBERTO DNI: 03584090 ORCID 0000-0002-4402-523X	Firmado digitalmente por: CLUQUERA el 11-08- 2022 04:45:11

Código documento Trilce: TRI - 0404561