

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO



FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

PROGRAMA DE PSICOPEDAGOGÍA

COHORTE 2022

Tema: “La ansiedad escolar y el rendimiento académico en estudiantes de tercer año de educación general básica de la Unidad Educativa Atahualpa”

Trabajo de Titulación, previo a la obtención del Título de Cuarto Nivel de
Magister en Psicopedagogía

Modalidad del Trabajo de Titulación: Proyecto de Desarrollo

Autora: Licenciada Soraya Victoria Freire Moya


Director: Psicólogo, Lenin Fabián Saltos Salazar, Magíster

Ambato – Ecuador

2024

**A LA UNIDAD ACADÉMICA DE TITULACIÓN DE LA FACULTAD DE CIENCIAS
HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**


El Tribunal receptor del Trabajo de Titulación, presidido por: Doctor Segundo Víctor Hernández del Salto, Magíster e integrado por los señores: Doctora Carmita del Rocío Núñez López, Magíster y Psicólogo Diego Javier Mayorga Ortiz, Magíster designados por la Unidad Académica de Titulación de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato, para receptor el Trabajo de Titulación con el tema: “La ansiedad escolar y el rendimiento académico en estudiantes de tercer año de educación general básica de la Unidad Educativa Atahualpa” elaborado y presentado por la señora Licenciada Soraya Victoria Freire Moya, para optar por el Título de cuarto nivel de Magíster en Psicopedagogía; una vez escuchada la defensa oral del Trabajo de Titulación, el Tribunal aprueba y remite el trabajo para uso y custodia en las bibliotecas de la UTA.



Dr. Segundo Víctor Hernández del Salto, Mg.
Presidente y Miembro del Tribunal



Dra. Carmita del Rocío Núñez López, Mg.
Miembro del Tribunal



Psc. Diego Javier Mayorga Ortiz, Mg.
Miembro del Tribunal

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

La responsabilidad de las opiniones, comentarios y críticas emitidas en el Trabajo de Titulación presentado con el tema: **“La ansiedad escolar y el rendimiento académico en estudiantes de tercer año de educación general básica de la Unidad Educativa Atahualpa”**, le corresponde exclusivamente a: Licenciada Soraya Victoria Freire Moya, Autora bajo la Dirección de Psicólogo Lenin Fabián Saltos Salazar, Magister Director del Trabajo de Titulación, y el patrimonio intelectual a la Universidad Técnica de Ambato.

Lcda. Soraya Victoria Freire Moya

C.C.: 1804376273

AUTORA

Psi. Cl. Lenin Fabián Saltos Salazar, Mg.

C.C.: 1802912848

DIRECTOR

DERECHOS DE AUTOR

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que el Trabajo de Titulación, sirva como un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los Derechos de mi trabajo, con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de este, dentro de las regulaciones de la Universidad.



Lcda. Soraya Victoria Freire Moya

C.C.: 1804376273

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

A. PÁGINAS PRELIMINARES

PORTADA.....	i
A LA UNIDAD DE TITULACIÓN DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN.....	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	iii
DERECHOS DE AUTOR	iv
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS	v
ÍNDICE DE TABLAS	viii
AGRADECIMIENTO	xi
DEDICATORIA	xii
RESUMEN EJECUTIVO.....	xiii
ABSTRACT.....	xv
CAPÍTULO I	1
EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	1
1.1 Introducción	1
1.2 Justificación	3
1.3 Objetivos.....	4
1.3.1 General.....	4

1.3.2	Específicos	4
CAPÍTULO II		6
MARCO TEÓRICO.....		6
2.1.	ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS	6
2.2.	FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICA.....	16
2.2.1	La Ansiedad	16
2.2.2	Rendimiento Académico.....	32
CAPÍTULO III.....		47
MARCO METODOLÓGICO.....		47
3.1	Tipo de investigación.....	47
3.2.	Población o muestra.....	48
3.3.	Prueba de Hipótesis - pregunta científica – idea a defender	49
3.4.	Recolección de información	49
3.5.	Procesamiento de la información y análisis estadístico	50
CAPÍTULO IV.....		52
RESULTADOS Y DISCUSIÓN		52
4.1.	Análisis e Interpretación de los Resultados	52
4.1.1.	Análisis e Interpretación de los Resultados del Pre Test de Ansiedad CECAD.....	52
4.1.2.	Análisis e Interpretación de los Resultados de las Notas del Primer Quimestre	95

4.1.3. Análisis e Interpretación de los Resultados del Pre Test de Ansiedad CECAD.....	100
4.1.4. Análisis e Interpretación de los Resultados del Post Test de Ansiedad CECAD	102
4.1.5 Análisis e Interpretación de los Resultados de las Notas del Segundo Quimestre	140
4.1.6 Análisis e Interpretación de los Resultados de las Notas de todo el Año Lectivo 2022-2023	147
4.3. Comparación entre las Notas del Primer y del Segundo Quimestre	153
4.4 Comparación entre el Pre y Post Test de CECAD.....	155
4.5 Comparación entre el Pre y Post Test de CECAD por Género.....	158
4.6. Comparación con Otros Autores.....	160
CAPITULO V	161
5.1 Conclusiones	161
5.2 Recomendaciones	163
5.3 Bibliografía	165
5.4 Anexos	171
Anexo 1: Carta de compromiso	171
Anexo 2: Consentimiento	172
Anexo 3: Test CECAD	174
Anexo 4: Boletín de Calificaciones	176
Anexo 5: Manual de Estrategias	177

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Evaluación de los niveles inicial y Educación básica preparatoria.....	40
Tabla 2	Evaluación de la Educación General Básica Elemental	41
Tabla 3	Presentación del portafolio	42
Tabla 4	Presentación de la evaluación del nivel básica elemental 4to grado	42
Tabla 5	Ponderación de calificaciones en Educación inicial y Educación básica general Preparatoria.....	43
Tabla 6	Escala de calificaciones de la educación Inicial y Preparatoria.....	43
Tabla 7	Es la tabla referente a los insumos.....	44
Tabla 8	Estructura de calificaciones cualitativas y cuantitativas para educación general básica media, superior y bachillerato.....	45
Tabla 9	Escala de Calificaciones	46
Tabla 10	Elementos del refuerzo académico	46
Tabla 11	Sexo del Estudiante.....	52
Tabla 12	Dimensión de Irritabilidad	53
Tabla 13	Dimensión de Inutilidad.....	63
Tabla 14	Dimensión de Problemas del Pensamiento.....	68
Tabla 15	Dimensión de Síntomas Psicofisiológicas	74
Tabla 16	Dimensión de la Ansiedad	83
Tabla 17	Promedio del primer Quimestre.....	95
Tabla 18	Promedio enlazado con su escala cuantitativa del Primer Quimestre.....	98
Tabla 19	Análisis del Pre Test con Shapiro Wilk	100

Tabla 20 Análisis con la Prueba de Spearman en el Pre test	100
Tabla 21 Dimensión de Irritabilidad del Post Test	102
Tabla 22 Dimensión de la Inutilidad del Post Test	107
Tabla 23 Dimensión Problemas del Pensamiento del Post Test	113
Tabla 24 Dimensión de Síntomas Psicofisiológicas del Post Test.....	119
Tabla 25 Dimensión de la Ansiedad del Post Test.....	128
Tabla 26 Notas del promedio de los Estudiantes del Segundo Quimestre.....	140
Tabla 27 Promedio del segundo Quimestre con su escala cuantitativa	143
Tabla 28 Análisis del Post Test con Shapiro Wilk.....	145
Tabla 29 Análisis con la Prueba de Pearson en el Post test	146
Tabla 30 Análisis de la dimensión de Inutilidad con la Prueba de Spearman en el Post test .	147
Tabla 31 Notas del promedio Anual de los Estudiantes	147
Tabla 32 Promedio Anual con su escala Cuantitativa.....	151
Tabla 33 Comparación de las Notas del Primer y Segundo Quimestre con la Prueba de Shapiro Wilk.....	153
Tabla 34 Aplicar la Prueba de W de Wilcoxon	154
Tabla 35 Comparación del Pre y Post Test con la prueba de Shapiro Wilk	155
Tabla 36 Aplicar la Prueba de T-Student al Pre y Post Test de CECAD	155
Tabla 37 Aplicar la Prueba de W de Wilcoxon la Dimensión de Inutilidad.....	157
Tabla 38 Aplicar la Prueba de T de Student para ver la ansiedad por género en el Pre Test	158
Tabla 39 Aplicar la Prueba de T de Student para ver la ansiedad por género en el Post Test...	159

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Ansiedad en Relación con el Rendimiento Académico	26
Figura 2 Sexo del Estudiante	52
Figura 3 Dimensión de la Irritabilidad.....	54
Figura 4 Dimensión de Inutilidad	64
Figura 5 Dimensión de Problemas de Pensamiento.....	70
Figura 6 Dimensión de los síntomas psicofisiológicos.....	77
Figura 7 Dimensión de la Ansiedad.....	87
Figura 8 Representación de los promedios del primer Quimestre.....	97
Figura 9 Promedio enlazado con su escala cuantitativa del Primer Quimestre	99
Figura 10 Dimensión de Irritabilidad del Post Test.....	103
Figura 11 Dimensión de la Inutilidad del Post Test.....	109
Figura 12 Dimensión de los Problemas de Pensamiento del Post Test	115
Figura 13 Dimensión de los síntomas psicofisiológicos del Post Test.....	122
Figura 14 Dimensión de la Ansiedad del Post Test.....	132
Figura 15 Representación de los promedios del Segundo Quimestre	142
Figura 16 Promedio del segundo Quimestre con su escala cuantitativa.....	144
Figura 17 Notas del promedio Anual de los Estudiantes.....	150
Figura 18 Promedio Total con su escala cuantitativa	152

AGRADECIMIENTO

A lo largo de la vida he tenido personas maravillosas junto a mí que me han servido de inspiración indudable, quienes han sido mi mayor motivación y consuelo en los momentos más difíciles, sin quienes no habría logrado llegar hasta aquí.

A mi madre quien no dudo en apoyarme y brindarme su confianza incondicional, a mis amados hijos que sin reparo alguno aceptaron estar en segundo plano en ocasiones y sin embargo nunca dejaron de demostrarme su comprensión y cariño, aún en los momentos en los que tuve que abandonar el valioso tiempo en familia por dar cumplimiento a las obligaciones adquiridas gustosamente con la finalidad de alcanzar este tan preciado logro, les debo la culminación de este proyecto, sin ustedes nada habría sido posible.

DEDICATORIA

A Dios quien permite que cada meta trazada en mi vida sea alcanzada con su bendición, a mis amados padres quienes sin saberlo han sido mi mayor fuente de inspiración, a mi esposo y mis hijos que han sabido valorar el esfuerzo realizado y han multiplicado la cooperación en casa con la finalidad de brindarme mayor consuelo y descargo ante múltiples funciones, mis hijitos que a la fuerza han debido madurar y aprender a ser autónomos con una madre ausente en ocasiones, a ellos que son mi mayor motivación y deseos de superación les dedico la realización de este, mi trabajo de investigación.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
MAESTRÍA EN PSICOPEDAGOGÍA
COHORTE 2022

TEMA:

“LA ANSIEDAD ESCOLAR Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE TERCER AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA ATAHUALPA”

MODALIDAD DE TITULACIÓN: PROYECTO DE DESARROLLO

AUTORA: Licenciada Soraya Victoria Freire Moya

DIRECTOR: Psicólogo Lenin Fabián Saltos Salazar, Magíster

FECHA: Martes, 30 de enero de 2024

RESUMEN EJECUTIVO

El problema de la ansiedad escolar es cada vez más frecuente en niños de todas las edades de instituciones públicas, privadas y fisco-misionales; influye significativamente en el rendimiento académico de los mismos, por lo que es crucial abordar activamente este problema a nivel educativo. La capacidad de los niños para concentrarse y aprender se ve afectada cuando están ansiosos, debido a sus dificultades para recordar información y expresar sus conocimientos, provocan situaciones de miedo como hablar delante de otros o participar en actividades grupales,

irritabilidad, cambios de comportamiento, dificultad para conciliar el sueño, esto puede repercutir negativamente en su aprendizaje significativo y en las notas que obtengan. El objetivo principal del presente trabajo es investigar la ansiedad escolar y el rendimiento académico en estudiantes de tercer año de educación general básica de la Unidad Educativa Atahualpa. La metodología usada fue de tipo cuasi experimental con un enfoque cuantitativo, de campo, bibliográfica, experimental, descriptiva y exploratoria. Se manejó una muestra de 40 estudiantes, 18 niños y 22 niñas de 7 a 8 años de edad en promedio, a los cuales se les aplicó el test CECAD en sus dos etapas Pre y Post test que permitió conocer las razones por las cuales ellos obtenían bajas notas al momento de realizar las actividades escolares y esto se reflejaba en su boletín de calificaciones. Con la aplicación de las estrategias para bajar el nivel de ansiedad se obtuvo que en la dimensión de síntomas psicofisiológicos se disminuyó en un 2,8% dando como resultado que los niños obtuvieron mejores notas al culminarse el año lectivo, lo cual demuestra que las estrategias aplicadas surtieron efecto de forma parcial.

DESCRIPTORES: *ANSIEDAD ESCOLAR, EDUCACIÓN PRIMARIA, ESTRÉS ACADÉMICO, NIÑOS, RENDIMIENTO ACADÉMICO, IRRITABILIDAD, INUTILIDAD, NERVIOS, MIEDO.*

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
MAESTRÍA EN PSICOPEDAGOGÍA
COHORTE 2022

THEME:

“SCHOOL ANXIETY AND ACADEMIC PERFORMANCE IN THIRD YEAR STUDENTS OF BASIC GENERAL EDUCATION AT THE ATAHUALPA EDUCATIONAL UNIT”

DEGREE MODALITY: PROYECTO DE DESARROLLO

AUTHOR: Licenciada Soraya Victoria Freire Moya

DIRECTED BY: Psicólogo Lenin Fabián Saltos Salazar, Magíster

DATE: Martes, 30 de enero de 2024

ABSTRACT

The problem of school anxiety is becoming more and more frequent in children of all ages in public, private and fisco-missionary institutions; it significantly influences their academic performance, so it is crucial to actively address this problem at the educational level. Children's ability to concentrate and learn is affected when they are anxious due to their difficulties in remembering information and expressing their knowledge. They provoke fearful situations such as speaking in front of others or participating in group activities, irritability, behavioral changes,

and difficulty falling asleep which can negatively impact their meaningful learning and the grades they get. The main objective of this study was to investigate school anxiety and academic performance in third-year students of general basic education at the Atahualpa Educational Unit. The methodology used was quasi-experimental with a quantitative, field, bibliographic, experimental, descriptive and exploratory approach. A sample of 40 students, 18 boys and 22 girls from 7 to 8 years of age on average, were administered the CECAD test in its two stages: Pre and Post test that assisted in knowing the reasons why they obtained low grades at the time of school activities as it was reflected in their report card.

With the application of the strategies to lower the level of anxiety, the psychophysiological symptoms dimension decreased by 2.8%, resulting in children obtaining better grades at the end of the academic year, which shows that the strategies applied had a partial effect.

DESCRIPTORS: SCHOOL ANXIETY, ELEMENTARY EDUCATION, ACADEMIC STRESS, CHILDREN, ACADEMIC PERFORMANCE, IRRITABILITY, USELESSNESS, NERVOUSNESS, FEAR.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Introducción

Los niños pueden presentar diferentes tipos de reacciones físicas, emocionales y psicológicas como por ejemplo la intranquilidad en el salón de clases, no presentar tareas, malestares corporales, cuando escuchan su nombre se quedan paralizados, nerviosos, trastornos de aprendizaje, tartamudez y problemas en la casa al momento de hacer actividades, estos son considerados síntomas de ansiedad infantil que presentan al estar sometidos a mucha presión en el salón de clases cuando realizan las tareas para adquirir nuevos conocimientos y se ven reflejados en las notas que obtienen con los profesores, es una problemática que debería ser tratada y trabajada por todas las personas que intervienen en esta labor del aprendizaje.

En la actualidad es importante conocer sobre el rendimiento académico y lo que esto implica, por la alta incidencia que tiene en las escuelas y colegios a nivel nacional, el presente trabajo de investigación ha tratado de recabar información de cuáles son las causas del alto o bajo rendimiento que tienen los estudiantes y los factores asociados como el entorno escolar, familiar, estilos de aprendizaje, la relación con los padres, procesos pedagógicos, enfermedades, entre otros.

La investigación hace un aporte del análisis de la información recolectada en la institución “Unidad Educativa Atahualpa” del cantón Ambato, Provincia del Tungurahua, esta problemática se replica en otras instituciones del país, en donde las características son muy parecidas; este trabajo ofrece conceptos, criterios y opiniones de todas las personas involucradas en este estudio.

Los tres capítulos que forman parte de esta investigación describen lo siguiente:

Capítulo I: El problema de investigación que surge a partir de la necesidad de investigar si existe o no relación entre la ansiedad escolar con el rendimiento académico de los estudiantes para que, mediante la aplicación de estrategias acorde a la edad del grupo en mención, se logre disminuir el nivel de ansiedad y con ello lograr mejores resultados desde el punto de vista académico.

Capítulo II: Dentro del marco teórico se conceptualiza la ansiedad, efectos y tipos de ansiedad, síntomas y factores de riesgo, el trastorno de ansiedad, prevención, evaluación e instrumentos de medición, etc.; mientras que, en el rendimiento académico, los factores, métodos e instrumentos de medición de notas de los estudiantes también ha sido considerado con especial interés.

Capítulo III: En el marco metodológico se presenta la información recolectada con el instrumento Test CECAD aplicada a los estudiantes de la Unidad Educativa Atahualpa y a partir de allí, dar a conocer cuáles son los síntomas y sentimientos que puede reflejar la ansiedad y, a su vez, como ésta influye en el rendimiento académico.

Capítulo IV: Es el análisis estadístico en donde se obtienen porcentajes de las preguntas que respondieron los niños en el Test CECAD y dan a conocer que factores externos les afectan y la principal consecuencia se ve reflejada en las calificaciones que se obtienen en el salón de clases, esto conlleva a saber si tienen una relación las dos variables; ansiedad y rendimiento escolar.

1.2 Justificación

Fue necesario estudiar este tema porque aborda la dificultad que surge cuando no se puede identificar adecuadamente la ansiedad dentro del aula de clase, como cuando el niño se sintió ansioso antes de rendir una lección y su manera de demostrarlo. En otras ocasiones la ansiedad puede presentarse como algo diferente, como por ejemplo mediante un cambio físico, un comportamiento incontrolable, agresivo, TDAH o incluso un cambio en el aprendizaje. Hay muchos tipos de ansiedad, que es una de las principales razones por las que puede ser difícil detectarla en el aula, sin embargo, todas comparten el rasgo de que la ansiedad tiende a bloquear el cerebro lo que convierte la escuela en un reto para los niños ansiosos.

Para reducir el número de estudiantes que corrieron el riesgo de obtener malos resultados y fracasar en la escuela, fue primordial examinar algunos aspectos del sistema educativo que pueden causar o acelerar la ansiedad de los alumnos. En el alumno ansioso se debe reducir la tensión emocional, también es importante apoyar la idea de que las evaluaciones escolares deben considerarse una prolongación del aprendizaje y convertirse en una actividad continua y permanente.

Cabe mencionar que entre los problemas de salud mental más frecuentes que afectan a los niños, los trastornos de ansiedad ocupan un lugar destacado, esta investigación pretendió describir si existe una correlación entre el rendimiento académico y la presencia de ansiedad en un grupo de estudiantes de primaria.

El objetivo principal de este estudio fue la exigencia de contar con un diagnóstico válido y confiable que demuestre el impacto de la ansiedad en el desempeño de los alumnos de tercer año de educación general básica. Por lo tanto este trabajo fue de suma importancia porque, además de identificar las causas primarias, permitió el desarrollo de programas y proyectos

dirigidos al diagnóstico, prevención y manejo de los síntomas y trastornos de ansiedad, contribuyó a la resolución de los problemas con el rendimiento académico de los estudiantes mencionados en la investigación y fue de utilidad para que autoridades, profesores y padres de familia puedan brindar ayuda en el desarrollo y aplicación de estrategias prácticas para reducir los factores relacionados con la ansiedad y el bajo rendimiento.

1.3 Objetivos

1.3.1 General

Investigar la ansiedad escolar y el rendimiento académico en estudiantes de tercer año de educación general básica de la Unidad Educativa Atahualpa.

1.3.2 Específicos

- Evaluar el nivel de ansiedad escolar existente en los estudiantes de tercer año de educación general básica de la Unidad Educativa Atahualpa.

Para medir el nivel de ansiedad escolar en los alumnos de tercero año de educación básica se realizará un Pre Test con el instrumento CECAD diseñado para evaluar el nivel y la naturaleza de la ansiedad que pueden presentar y para anotar datos importantes como el nombre, edad, sexo, grado escolar y calificaciones se utilizará la ficha AD HOC.

- Aplicar estrategias que disminuyan el nivel de ansiedad para mejorar el rendimiento escolar en los estudiantes de tercer año de educación general básica de la Unidad Educativa Atahualpa.

Se lo realizara aplicando las estrategias para disminuir el nivel de ansiedad de los estudiantes mediante el empleo de técnicas de relajación, trabajar en las relaciones intrapersonales para crear un clima seguro y agradable en el aula, la realización de dinámicas de connotación lúdica y reforzar habilidades organizativas y de gestión del tiempo.

- Determinar el nivel de eficacia de las estrategias aplicadas para el mejoramiento del rendimiento escolar en estudiantes de tercer año de educación general básica de la Unidad Educativa Atahualpa.

Para determinar la eficiencia de las técnicas aplicadas a los estudiantes, para las estrategias de mejoramiento se aplicará un Post Test con el instrumento CECAD en donde se recabará información de si las técnicas aplicadas de relajación ayudaron o no a los niños a disminuir los niveles de ansiedad antes de las pruebas, presentar lecciones, trabajos o exposiciones.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

Los problemas mentales frecuentes están relacionados con los trastornos de la Ansiedad (TA) y pueden provocar sufrimiento y discapacidad en algunas personas donde dan como consecuencia un excesivo gasto y desgaste en el ámbito social y económico. Los datos revelados por la Organización Mundial de la Salud (OMS) dicen que se presenta con mayor frecuencia en las mujeres con 7.7% y los hombres con 3.6%. La variación de situaciones cotidianas en el individuo modifica sus emociones cuando se sientes amenazados dando como una reacción normal a esto que es la ansiedad.

El segundo trastorno mental más conocido es la ansiedad catalogado por la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y por la Organización de las Naciones Unidas como un factor incapacitante para el individuo, esto se presenta con más frecuencia en la región de las Américas. Los miedos y preocupaciones excesivas que tiene el individuo a lo largo de su vida son considerados trastornos de ansiedad, obtenidos por estar sometidos a peligros no reales y así demostrar emociones muy fuertes. La vida está sujeta a acontecimientos basados en acciones muy estresantes para el paciente en donde se reconoce un componente genético que ayuda la causa. (Delgado et al., 2021).

En la investigación: “Influencia de la ansiedad y la felicidad en el rendimiento académico infantil (7-12)” Málaga, España, se manejó una muestra poblacional de 764 y se lo realizo de forma aleatoria, aplicando un enfoque cualitativo, cuantitativo y descriptivo, Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo para Niños para la felicidad que poseía 40 ítems con una escala tipo

Likert. Para medir el rendimiento se ocupó las calificaciones escolares dando como resultado una relación inversamente proporcional entre la felicidad y la ansiedad. La cultura/religión, género, estatus social y edad tiene una influencia en el rendimiento académico mientras que la ansiedad es una relación inversa con el rendimiento. En el análisis post hoc se obtuvo una varianza de 51,27% indicó diferencias entre la felicidad total, condiciones de vida negativas, satisfacción con la vida, condiciones de vida positivas, cambios en la vida, no cambios en la vida y preocupaciones en la vida. Demostrando que la relación Felicidad y Rendimiento son directamente proporcionales. (Pulido Acosta & Herrera Clavero, Red de Información Educativa redined, 2019)

En la investigación: “Motivación, ansiedad social, práctica de ejercicio físico y rendimiento académico”, España el objetivo fue determinar las relaciones entre la competitividad, ansiedad social con las horas de entrenamiento semanal y las notas en la escuela. La muestra que se manejo fue de 62 jugadores varones en edades de 9 a 15 años que fueron elegidos aleatoriamente y se aplicó el método experimental y un cuestionario elaborado de auto informe AD HOC con una escala competitiva 10 y la escala de ansiedad social para adolescentes. Cuando se está sometido a menor ansiedad y actividades sociales casi nulas con extraños, los jugadores obtuvieron buenas notas, se dedicaron más tiempo al fútbol y así evitaron fracasos dando como resultado mayor competitividad para alcanzar sus objetivos. (Prieto Andreu, 2020)

En el artículo de investigación: “El rechazo escolar y la ansiedad cognitiva”, publicado en España su objetivo fue estudiar y analizar las diferencias en el rechazo escolar y la ansiedad cognitiva. Se aplicaron los instrumentos de escala cognitiva del Inventario de Ansiedad Escolar para Educación Secundaria (IAES) y la Escala de Evaluación del Rechazo Escolar Revisada (SRASR) a una muestra de 1588 adolescentes en edades de 12 a 18 años, cursando la educación

secundaria y el bachillerato en donde se tomó en cuenta un diseño de investigación transversal y correlacional matriculados en cursos de educación secundaria y bachillerato. Se tiene consecuencias negativas al momento de la adaptación escolar y el psicosocial de los alumnos en donde se debe diseñar tratamientos que ayuden a disminuir la problemática antes planteada.

(Aparicio Flores , Cargua García, Jiménez Ayala , & García Fernández, 2020)

En el artículo científico: “Relación entre ansiedad y rendimiento académico en alumnado de secundaria” realizado en Guadalajara – México se tuvo como objetivo describir si hay correspondencia entre el rendimiento académico y la presencia de ansiedad, donde se usó 156 estudiantes que se eligieron de forma aleatoria y se aplicaron la Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños (CMAS-R) y un cuestionario de datos sociodemográficos. Se aplicó un diseño de investigación transversal y correlacional. Se mostraron los siguientes datos de ansiedad entre el 28.8% de los estudiantes y la media de calificación era 8.6 (DE = 0.82); el 42.3% dando un rendimiento académico alto, el 38.5% medio y el 19.2% bajo. La conclusión es que la ansiedad si influye en el rendimiento académico de los estudiantes. (Colunga Rodríguez , Ángel Gonzáles, Vázquez Colunga, Vázquez Juárez , & Colunga Rodríguez , 2021)

El artículo científico: “Rendimiento escolar y ansiedad en estudiantes mexicanos de educación secundaria”, Veracruz - México su objetivo fue detallar si hay un vínculo entre la ansiedad y el rendimiento académico, es de tipo lineal. Se empleó el instrumento el test de Beck que mide la ansiedad con 21 reactivos con una escala de tipo Likert y para el rendimiento académico se cogió las notas que obtuvieron en el cuarto bimestre, de la secundaria pública Coatepec se trabajó con una población de 346 alumnos, del primer grado 127 (36.7%), 115 de segundo grado (33.2%), 104 del tercero grado (30.05%), de sexo femenino son 191 (55.2%) y del sexo masculino 155 (44.7%), en edades comprendidas entre 12 a 16 años. Los alumnos

presentaron indicadores de ansiedad con rendimiento regular y bajo en las materias de español, Matemática y Ciencias, esto quiere decir que el 10% de alumnos presento ansiedad. (Hernández Sánchez, Ontiveros Salinas , & Granados Ramos, 2019)

El artículo científico: “Ansiedad escolar y rendimiento académico en universitarios” el objetivo fue analizar si existían diferencias en ansiedad escolar entre estudiantes con éxito y fracaso escolar, así como examinar la capacidad predictiva de la ansiedad escolar sobre el rendimiento académico de los alumnos. Se trabajó con 1041 alumnos universitarios donde 31,6% eran hombres (329), 68,4% mujeres (712) matriculados en la carrera de maestro de educación primaria 659 y 382 en la carrera de maestro en educación infantil, sus edades fueron entre 18 a 49 años, se realizó con un enfoque cuali-cuantitativo y descriptivo. Se aplicó el instrumento (IAES-U) lo que significa Inventario de Ansiedad escolar – Universitarios en donde se compararon el rendimiento bajo con el alto de los estudiantes y mostraron los siguientes resultados la ansiedad ante el fracaso y la ansiedad ante la evaluación social. Los alumnos que tienen altos niveles de ansiedad muestran bajo rendimiento académico. (Crespo, y otros, 2022)

En el artículo: “Prevalencia de síntomas de trastorno de ansiedad en adolescentes que asisten a centros educativos”, el objetivo fue describir la prevalencia de los síntomas de trastornos de ansiedad asociándolos como resultados de factores sociodemográficos, funcionalidad familiar y acoso escolar, fue descriptivo, de tipo transversal y fuente primaria, entre enero-abril 2018, con muestra de > 600 adolescentes pertenecientes a centros educativos. Los instrumentos utilizados fueron características sociodemográficas; SCARED, para síntomas de ansiedad y sus tipos; escala de CISNEROS, para detectar acoso escolar; APGAR familiar, para evaluar funcionalidad familiar y como resultado un 57% de prevalencia de síntomas de ansiedad. Se concluye que la prevalencia de síntomas de perturbaciones de ansiedad fue alta en

los jóvenes de sexo femenino. El acoso escolar y la disfuncionalidad familiar se asocian a presencia de síntomas de ansiedad. (Rosario Lora , Fiallo Souffront, Tamares Báez, & Martínez Rodríguez, 2021).

En el artículo científico: “Estudio longitudinal de la ansiedad escolar en niños chilenos de educación primaria” el objetivo fue evaluar las respuestas de ansiedad para determinar los posibles cambios a nivel temporal. La investigación fue de tipo longitudinal, lineal, basado en el análisis de variancia a través del tiempo. Contó con 155 niños a los que se evaluaron durante tres años consecutivos. El instrumento fue el Inventario de Ansiedad escolar para la educación primaria (IAEB), que mide la respuesta de ansiedad de tipo cognitiva, psicofisiológica y motora. Se realizaron análisis de varianza de medidas repetidas para determinar la estabilidad temporal. Los resultados indicaron que no hay diferencias estadísticas significativas y se mantuvo la ansiedad escolar en estos niños en el periodo de tres años. Se apoyó la posibilidad de que se presente como un síntoma estable de los estudiantes, más que responder a eventos puntuales del entorno. (Lagos San Martín & Palma Luengo , 2018)

En el estudio: “Relación entre ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de 10 y 11 grado del Colegio Loyola de Medellín, 2019” se aplicó un enfoque cuantitativo y descriptivo, se trabajó con 106 alumnos y se utilizó una técnica de la encuesta estructurada respecto a los datos sociodemográficos y el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo STAI. Los niveles más altos de ansiedad se presentan en las mujeres en comparación con los hombres. En los dos sexos no se observa ninguna diferencia en el rendimiento académico. Con respecto a los promedios se observa que no hay estudiantes ubicados a los extremos, ni en deficiencia (0 a 2.5), insuficiencia (2.5 a 2.9), pero tampoco en la excelencia (4.8 a 5.0) y muy pocos se ubican en el nivel sobresaliente (4.0 a 4.7), permitiendo así reforzar la hipótesis que el promedio no es influenciado

por la ansiedad, ni para aumentarlo ni para disminuirlo. (Lozano Arboleda & Méndez Toro, 2021)

En la investigación: “Ansiedad y rendimiento académico en pandemia en escolares de cuarto y quinto grado de secundaria del Colegio Millenium, Chincha, 2022” Perú tuvo un enfoque cuantitativo, de tipo aplicado, nivel correlacional y con un diseño no experimental. La técnica de recolección de datos fue la encuesta que se realizó de forma virtual debido a la pandemia. Los instrumentos que se usaron fueron: el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) y el Cuestionario MEDMAR, fueron adaptados y validados a la realidad peruana en donde se trabajó con 60 estudiantes del quinto año de educación secundaria, en el estudio se demostró que no existe relación entre las variables, el 55,6% alcanzaron un nivel de rendimiento académico muy alto; el nivel medio el 78,6% obtuvieron un rendimiento alto; y el nivel bajo el 68,4% consiguieron un rendimiento muy alto, la conclusión que se obtuvo fue que no existe una relación entre la ansiedad y el rendimiento académico. (Arévalo Marcos, García Nicolás, & Cueto Huerta, 2022)

En la investigación: “Ansiedad y estrés académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la universidad privada San Carlos S.A.C de la ciudad del Puno - 2021” Perú se planteó como objetivo establecer la relación entre ansiedad y el estrés académico de los estudiantes de la escuela profesional, la metodología fue cuantitativa, corte transversal y descriptiva. Se trabajó con una muestra de 88 estudiantes de los diferentes semestres y los instrumentos que se utilizaron fueron Escala de Ansiedad de Zung y el Inventario SISCO los cuales fueron aplicados por un formulario de G-suits que se publicó en un classroom de cada curso. Los resultados que se obtuvieron fueron que cuando tienen estrés académico tiene una relación significativa con la ansiedad, en donde el 85,20% presenta una ansiedad leve, 10,2% una

ansiedad moderado, el 33% presentan un estrés académico leve y el 60,2% muestran un estrés académico moderado. (Cruz Molina, 2022)

En la investigación: “Relación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes del quinto ciclo académico de la Facultad de Administración en una universidad de Lima 2021” Perú tuvo por objetivo determinar la relación entre la ansiedad y el estrés académico en los estudiantes del quinto ciclo de la carrera de administración, la metodología fue de enfoque cuantitativo, tipo aplicativo, de nivel correlacional y diseño no experimental. Se manejó una muestra de 98 participantes a los cuales se les aplicó los siguientes instrumentos el cuestionario de Beck I y el inventario de SISCO. Los resultados obtenidos describen el 62% de los alumnos están en edades de 21 a 23 años, el 67,0% son varones, el 30,3% presenta un severo nivel de ansiedad y el 29,6% un mínimo nivel de ansiedad y el 63% tiene un severo nivel de estrés dando como conclusión que entre el estrés académico y la ansiedad tiene una estrecha relación. (Obando Peralta, Acasiete Hernández , & Marcatoma LLallire, 2022)

En la investigación: “Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios” tenía por objetivo determinar los niveles de estrés, depresión y ansiedad en estudiantes universitarios del primer año de salud, los métodos son cuantitativo, exploratorio, descriptivo de corte trasversal. Se trabajó con una muestra de 186 alumnos de la Universidad del Sur de Chile en donde se empleó la adaptación chilena abreviada de las escalas de depresión, ansiedad y estrés DASS-21. Los resultados obtenidos el 29% presenta un trastorno asociado a la depresión, el 53,20% ansiedad y el 47,80% estrés, en donde entre las variables hay una relación significativa. En conclusión, indica que hay una asociación entre el rendimiento académico de estudiantes con la ansiedad, pero no con los trastornos de

depresión y estrés. (Trunce Morales , Villarroel Quinchalef, Arntz Vera, Muñoz Muñoz, & Werner Contreras, 2020)

En la investigación: “La ansiedad y su relación en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Manabí” Ecuador se basó en el estudio de 163 alumnos de la facultad de Psicología en donde se revisaron las calificaciones registradas en el Sistema Académico. Utilizó como materiales y métodos la aplicación de la escala de ansiedad de Hamilton y una encuesta que permitió identificar los factores del clima áulico, fue de tipo descriptivo, de enfoque cuali-cuantitativo, correlacional y estadístico. Concluye que el rendimiento académico de los alumnos no es influenciado por la ansiedad; los resultados obtenidos de los estudiantes fueron que el 74,8% presentan ansiedad de tipo leve, 23,3% de tipo moderada y 1,8% de tipo severa que puede afectar el desempeño en diferentes circunstancias, en donde los 128 presentaron rendimiento académico que va de bueno a excelente y 35 de regular a deficiente del total de 163 alumnos. (Pinargote Macías & Caicedo Guale , 2019)

En la investigación “Ansiedad y estrés académico en los estudiantes de la PUCE Ambato antes y después de los procesos de evaluación”, Ecuador fue de tipo cuantitativo, descriptivo, comparativo histórico y de corte longitudinal, se usó el Inventario de Ansiedad Rasgo - Estado (IDARE), el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI), la Escala de Percepción Global de estrés (EPGE) y el Inventario de Estrés Académico (IEA). Se trabajó con 61 estudiantes (50,80% hombres y 49,20% mujeres). Cuando se aplicó el pre y post- test demostraron que la ansiedad no denota diferencias significativas en los 30 alumnos que equivalen a 29,03%. Se observa que después de las evaluaciones (post-test), 27 estudiantes incrementaron la ansiedad Rasgo con un rango de 28,96%. Por su parte, 4 estudiantes obtuvieron los mismos resultados durante el pre y

post test por lo que no puntúan de manera significativa. (Mayorga Lascano & Ortiz Granda, 2018)

En la investigación: “Trastorno de ansiedad social y su influencia en el rendimiento académico de un estudiante de 15 años de edad de la Unidad educativa Eneida Uquillas de Rojas ciudad de Babahoyo” Ecuador el objetivo fue determinar si hay una relación entre el rendimiento académico y el trastorno de la ansiedad social del estudiantado de 15 años de la unidad, con un enfoque descriptivo. Las herramientas psicológicas utilizadas fueron la historia clínica, Test inventario (SPIN) ansiedad social, el test de ansiedad Hamilton, Fobia social y autoestima bajo los criterios que indica el DSM-5 y se dio una solución como es la terapia cognitiva conductual que sirva para modificar las conductas que originan la ansiedad y donde se da a conocer que existe complicaciones en el rendimiento académico. (Bravo Rizo, 2020)

En la investigación sobre: “El estado emocional en el rendimiento académico de los estudiantes en Portoviejo” su objetivo fue analizar la relación de los estados emocionales con el rendimiento académico de los estudiantes de Portoviejo, Ecuador. Fue de enfoque interpretativo-deductivo y de investigación documental-bibliográfica. Los estados emocionales influyen bastante en el rendimiento académico en donde las buenas emociones conducen a altas calificaciones y por el contrario si el estado emocional es malo las notas son bajas. El estudiante debe tener una educación emocional desde la infancia para el desarrollo de habilidades, destrezas y competencias orientadas a la formación de estudiantes sanos para mejorar la calidad de la educación. (Palma Delgado & Barcia Briones, 2020)

En la investigación: “Ansiedad y Rendimiento Académico en adolescentes de una Unidad Educativa Fisco misional de la ciudad de Quito en época de pandemia por Covid-19” Ecuador el objetivo fue relacionar la ansiedad y el rendimiento académico en adolescentes de la unidad

educativa Santa Teresita del Valle Fe y Alegría en época de pandemia por Covid-19. La metodología usada fue estudio cuantitativo de tipo correlacional con diseño no experimental. Se manejó una muestra de 96 adolescentes entre los cuales están 45 hombres y 51 mujeres con edades de 10 y 15 años, se les aplicó la Escala de Ansiedad Manifiesta en niños Revisada CMASR-2 y el reporte de notas correspondiente al primer quimestre. Los resultados fueron .428 ansiedad moderada con respecto al sexo, .367 es baja con respecto a la edad, .325 baja con respecto al grado escolar; mientras que el rendimiento académico .265 con respecto al sexo fue baja, .198 con la edad fue baja, .186 con el grado escolar fue baja. (Quispe Andrade, 2022)

En la investigación: “Relación entre ansiedad escolar y perfeccionismo en una muestra de alumnado ecuatoriano”, el objetivo fue examinar la relación que hay entre el rendimiento académico y su afectación causada por la ansiedad que tienen los alumnos ecuatorianos con una metodología correlacional. La muestra que se manejo fue de 1588 estudiantes ecuatorianos entre los cuales se tiene edades de 12 a 18 años, a los cuales se les aplicó el Inventario de Ansiedad Escolar (IAES) y la Child and Adolescent Perfectionism Scale (CAPS) que permite calcular el nivel de ansiedad y obtener el reporte de las notas del año lectivo de los estudiantes. El resultado que se obtuvo es que los alumnos tienen una alta ansiedad escolar, en donde mostraron niveles más altos de perfeccionismo y la ansiedad escolar es consecuencia por los altos niveles. (Alvarez Teruel, y otros, 2021)

2.2. FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICA

2.2.1 La Ansiedad

“La ansiedad no es necesariamente mala, porque también puede llevar a la persona al conocimiento de su propio ser”.

Filósofos del siglo XX

Vaas

Las personas se preocupan, se inquietan o tienen intranquilidad por la falta de factores que le ayuden en su desarrollo del diario vivir como la salud, trabajo, dinero, educación, bienestar de la familia en especial de los seres más pequeños como son los niños; como están, como se sienten y si están expuestos a acontecimientos inciertos o inminentes provocando una sensación de incertidumbre, peligro, están desorientados, acompañado de malestares físicos, provocando una sensación de ansiedad.

2.2.1.1 Epistemología

Según las raíces lingüísticas y el uso idiomático, ansiedad y aprensión tienen el mismo significado: Ansiedad deriva de la palabra latina "anxietas", que significa "estado de inquietud, agitación o zozobra del ánimo", y aprensión deriva de la palabra latina "angustia", "angor", que incluye acepciones como "angostura, dificultad, aflicción, congoja, temblor sin causa determinada, tensión de lugar o tiempo". (Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española, 2014:1)

2.2.1.2 ¿Qué es la Ansiedad?

Cuando se está sometido a peligros, amenazas, situaciones de estrés psicológico y sensaciones de miedo la respuesta más normal y común es la de supervivencia acompañada de ansiedad que genera sentimientos de lucha y huida de todo lo que le puede hacer daño, en el cuerpo se presenta diferentes cambios fisiológicos como el incremento en el flujo sanguíneo en el corazón y en los músculos, fuerza y energía para afrontar situaciones que amenazan su vida como enfrentarse a un ladrón o escaparse de un animal salvaje. (Barnhill, 2020)

El rasgo de personalidad, trastorno o síntoma son términos que se refieren a la Ansiedad. Para ponerse alerta ante situaciones complicadas se emplea elementos adaptativos naturales; se menciona que existe un grado de ansiedad con un grado de precaución ante circunstancias peligrosas. Para concentrarse y afrontar los retos que se tiene por adelante es muy bueno tener un moderado porcentaje de ansiedad; cuando hay respuestas muy grandes de ansiedad esto se sobrepasa y funciona incorrectamente en donde el sujeto se paraliza con un sentimiento de indefensión y se presenta la disminución del funcionamiento psicosocial y fisiológico. Se la considera un trastorno cuando la ansiedad se hace presente en momentos inadecuados o es muy intensa y duradera que obstaculiza con las actividades normales del sujeto. (Monge Sánchez, 2020)

El temor, inquietud o miedo son sentimientos que definen que es la ansiedad o estar ansioso esto puede hacer que sude, tenga fuertes palpitations, sentirse inquieto y tenso, esto está relacionada al estrés. Por ejemplo, las personas se pueden sentir ansiosas cuando están frente a un problema difícil como presentar un examen en la escuela, colegio, universidad o cuando se debe tomar una decisión en el trabajo. Para poder enfrentar estas situaciones la ansiedad se puede

considerar como un impulso de energía o ayudar a concentrarse, mientras que en algunas personas se presenta como un trastorno de ansiedad que es un miedo exagerado y puede durar por mucho tiempo. (Mental, 2021)

La ansiedad en los niños son miedos o preocupaciones y rara vez se sentirán tristes o desesperados, esto puede obstruir las actividades escolares, en la casa o los juegos; ellos atravesaran por momentos de miedos intensos en el desarrollo, por ejemplo cuando un niño pequeño se separa de sus padres, aunque se sientan seguros con otras personas que los cuidan mostraran mucha angustia, tristeza y miedo, esos síntomas son muy comunes y se les asocia con el pensamiento y sentimiento, se los conoce como trastornos de internalización. (Rochelle P, 2023)

2.2.1.3 Trastorno de Ansiedad (TA)

Con el pasar de los días la ansiedad y sus síntomas no desaparecen, van empeorando y presentan nuevas señales que afectan las actividades diarias, el desempeño en el trabajo o en lo estudiantil y relacionarse con otras personas; esto se lo considera como trastorno de ansiedad, para ser apreciado como tal debe ser persistente es decir durar al menos cuatro semanas en niños y adolescentes y típicamente seis o más meses en adultos.

¿Quién está en riesgo de tener trastorno de Ansiedad?

Este trastorno de ansiedad generalizada y las fobias son más comunes en las mujeres mientras que la ansiedad social afecta a los hombres y mujeres por igual.

Los factores de riesgo generales son:

- Cuando hay situaciones nuevas o personas que están alejadas de su entorno, los rasgos de personalidad como retraído y tímido se hacen presentes.

- En la primera infancia cuando han atravesado por eventos traumáticos se presentan con menos frecuencia.
- Los trastornos mentales y de ansiedad pueden ser antecedentes familiares.
- Los problemas de la tiroides o la arritmia son afecciones físicas.
- Algunas enfermedades pueden presentar estrés.
- Los motivos pueden generar acumulación de estrés.
- Varios trastornos mentales generan esta condición.

2.2.1.4 Causas para el Trastorno de Ansiedad

Se puede decir que no hay origen para determinar la ansiedad, pero dependiendo de los pacientes hay factores que participan en la crisis de ansiedad como la genética, estrés, biología, la química cerebral o el entorno puede tener algo que ver con la causa de la ansiedad. (Sánchez Pedreño, 2022)

2.2.1.5 Factores que pueden influir para la Ansiedad

La química del cerebro: Las sustancias químicas y los genes ayudan a funcionar de manera correcta el cerebro, a eso se le conoce como neurotransmisores. La falta de esas sustancias o su falta de funcionamiento provocan la ansiedad. (Shirin, 2020)

Causas Genéticas: Se puede heredar de padres a hijos; se menciona que a través de los genes es la predisposición la que se transmite.

Causas Circunstanciales: Se debe a hechos traumáticos como por ejemplo un accidente de tránsito, atentado o un incendio donde los niveles de ansiedad son fuertes, estos pueden

desaparecer cuando termina el suceso o durar por largos periodos de tiempo, a esto se lo conoce como el trastorno del estrés postraumático.

Experiencias vitales significativas: Son cambios vitales como alteraciones en el trabajo o ámbitos educativos (perdida del año lectivo, despido en el trabajo, un ascenso, etc.) y durante el embarazo producen esa sensación.

¿Qué está causando el aumento de adolescentes con ansiedad severa?

El incremento de la ansiedad se debe cuando se está sometido a varios factores en los adolescentes como altas expectativas, un mundo atemorizante y las redes sociales. (McCarthy, 2019)

Altas expectativas y presión por alcanzar el éxito: Los niños y los adolescentes están presionados por tener éxito en lo que realizan en la casa, escuela, colegio y conseguir grandes logros culturales para mejorar su estatus.

Un mundo que parece atemorizante y amenazador: La delincuencia, los robos, los secuestros, los asesinatos a sangre fría que son presenciados por todas las personas en el Ecuador y en todo el mundo van en aumento. El miedo se ha apodera de las personas cuando desean asistir a algún lugar esto se evidencia al momento de leer o ver las noticias.

Las redes sociales: El internet y las redes sociales son tan populares entre los niños y adolescentes que pasan conectados gran parte del día, la forma cómo ven el mundo y la autoestima se ven comprometidas porque no es igual en las publicaciones que miran como lo que ven en su vida cotidiana.

2.2.1.5 Tipos de Trastorno de Ansiedad

En el área de psiquiatría de la universidad de Ansiedad de ITA Urgell a la cual pertenece el Doctor Joan Seguí manifiesta que la ansiedad afecta en algún momento de la vida al 15,0 a 20,0% de la población, pues es el trastorno más común entre los cuales se destaca el fóbico en donde el 7% son mujeres y el 4,3% son hombres que padecen fobias específicas (a la oscuridad, cierto animal, cosas, etc.), existen fobias sociales (es cuando un individuo se relaciona de una manera poco fluida con más personas) y se halla en 13,0 % de la población.

Otros trastornos se presentan como el trastorno generalizado de 3 a 5% en la población adulta en cualquier momento del año y las mujeres son las que tiene más probabilidad de presentarlo, en las mujeres se presenta el trastorno de pánico con una frecuencia de dos a tres veces y en el resto con 1%, trastorno obsesivo-compulsivo se presenta más en mujeres que en hombres con una frecuencia de 2,3% en los adultos, por último, en alguna vez de la vida se presenta el estrés post-traumático con 1% de la gente un ejemplo de ello son los que sirvieron en la guerra . (Monge Sánchez, 2020)

Entre los tipos de trastorno de la ansiedad se tiene los siguientes:

Trastorno de la Ansiedad Generalizado: Las personas se preocupan excesivamente por actividades, eventos o asuntos de rutina, problemas como salud, dinero, economía, trabajo y familia donde presentan obstrucción para respirar, malestares en el pecho, palpitaciones y preocupaciones que pueden durar por lo menos 6 meses.

Trastorno del Pánico: Este trastorno es repentino y repetitivo, se presentan cuando hay miedos intensos, terror sin haber un peligro aparente, son muy rápidos y pueden durar varios minutos o más tiempo.

Fobias: Es cuando sienten un miedo intenso a señal que puede representar poco o ningún peligro real. Ejemplo miedo a lugares cerrados, situaciones sociales, la obscuridad, ratones, a volar, etc.

La Agorafobia: Tienen miedo a situaciones y sitios que pueden causar pánico o hacerte sentir atrapado, indefenso, avergonzado y los intentan evitar.

Trastorno de la ansiedad debido a una enfermedad: Son problemas causados por salud física dando pánico intenso o síntomas de ansiedad.

El mutismo selectivo: Los niños presentan conflictos o discapacidades al momento de hablar en algunos lugares como la escuela o con algún miembro familiar. Todo esto afecta en la práctica social, escolar y el medio que lo rodea.

Trastorno de Ansiedad por separación: Está relacionada con la separación de los progenitores o algún adulto que cumpla ese rol y esto afecta a los niños en su desarrollo.

Trastorno de ansiedad social (fobia social): Son emociones como la vergüenza, inseguridad y preocupaciones que se presentan cuando la persona siente niveles altos de miedo y rechazo en situaciones o eventos donde hay mucha gente.

Trastorno de estrés postraumático: Son traumas emocionales como una guerra, una violación, muerte repentina de un familiar, entre otros, que causan y dejan secuelas psicológicas desagradables. Son recuerdos persistentes del acontecimiento con un alto grado de vigilancia en su entorno, disminuye el interés por sucesos cotidianos.

Trastorno obsesivo compulsivo: Son acciones o pensamientos no voluntarios que la persona realiza o hace para no generar ansiedad. Por ejemplo, lavarse las manos constantemente.

Otro trastorno de ansiedad específico y no específico: Son trastornos de la ansiedad que no cumplen con los criterios exactos de la definición de la ansiedad o fobias.

En los niños presentan los siguientes trastornos de ansiedad:

Ansiedad por Separación: Tienen miedo a estar separados de sus padres.

Fobias: Tiene miedo extremo a animales, insectos, situaciones o algo específico, como ir al doctor.

Ansiedad Social: Hay niños que sienten demasiado miedo de ir al establecimiento educativo u otros lugares donde existan individuos con las que no se sientan bien.

Trastorno de Pánico: Son episodios repentinos e inesperados de miedo y se muestra con los siguientes síntomas como latidos del corazón muy fuertes, dificultad para respirar, mareado, tembloroso o sudoroso.

2.2.1.6 Síntomas para el Trastorno de Ansiedad

La manifestación de la ansiedad puede ser de nivel físico o mental y se debe acudir al médico para evitar que se derive en una enfermedad grave.

Síntomas Físicos: Presentan molestias en el cuerpo como taquicardia, dificultad para respirar, sudoración, mareos, diarrea, dolor de cabeza y más.

Síntomas Mentales: Son molestias a nivel de ánimo y cerebral como cansancio, irritabilidad, preocupación constante, conciliar el sueño, agitación y problemas para concentrarse.

Una lista de los síntomas que se presentan en la ansiedad son:

- Problemas de concentración o para pensar en otra cosa.
- Como evitar las actividades cotidianas que realizaban o los cambios en su comportamiento.
- Sudoración y temblores.

- Hay latidos cardíacos fuertes o rápidos, síntomas físicos, mareos, falta de aire, dolores y molestias inexplicables.
- Sensación de cansancio o debilidad.
- Se sienten tensos, inquietos, los síntomas no desaparecen y empeora con el pasar de los días y afecta su diario vivir.
- En algunas personas también se presentan con pensamientos o creencias ansiosas difíciles de controlar.
- Se les dificulta dormir en la noche.
- Padecen problemas gastrointestinales.
- Evitan situaciones que generan ansiedad.
- Tienen la impresión de peligro constante, pánico o catástrofe.
- Están preocupados y no pueden controlarlo.

Los síntomas en los niños que presentan ansiedad son miedos, preocupaciones, irritabilidad, enfados, problemas para dormir, síntomas físicos como dolores de cabeza, estomago, fatiga y cansancio. Hay niños que no dan a conocer sus síntomas y pueden pasar desapercibidos para los padres o alguna persona adulta.

2.2.1.7 Diagnóstico del Trastorno de Ansiedad

Los doctores especializados en el área de la psicología o salud mental realizan una serie de preguntas al paciente para determinar si los síntomas que presentan son físicos o mentales, indagan acerca del historial médico de él y su familia, les sugieren hacerse exámenes físicos y pruebas de laboratorio para descartar que otra enfermedad pueda producir esos síntomas.

Tratamiento

Estos trastornos pueden ser tratados con la Psicoterapia, con medicamentos o en algunos de los casos la combinación de ambos.

Terapia Cognitiva Conductual: Los trastornos de la ansiedad o depresión son tratados y permiten cambiar la forma de pensar y de comportarse. En los niños en como pensar y enfrentar sus miedos. La terapia indica cómo debe manejar la ansiedad el paciente y cómo puede controlar los miedos en donde sustituye su forma de pensar por pensamientos más racionales, positivos y eficaces. La terapia de comportamiento puede ayudar a disminuir los niveles de ansiedad.

Medicamentos: Es la utilización de ciertos antidepresivos, ansiolíticos y benzodiazepinas que son recetados por los profesionales de la Salud. En algunos de los casos se debe probar varias combinaciones hasta llegar a la correcta.

Se recomienda que los profesionales en psicología y medicina realicen los test a los pequeños para detectar problemas de salud mental o de comportamiento de manera rutinaria, la ansiedad y la depresión tienen síntomas parecidos a otras afecciones de salud como el trauma.

A los niños se les puede ayudar con tratamientos en donde les hagan sentir más sanos y menos estresados con una alimentación más nutritiva, actividades físicas, dormir lo suficiente, apoyo social y familiar.

2.2.1.8 Prevención

Una de cada 10 personas sufre algún episodio de ansiedad en algún instante de su vida, esto es mencionado por el área de psiquiatría de la sociedad española, la enfermedad es considerada una alerta y motiva a enfrentar los problemas o peligros, pero si tiene episodios

intensos, frecuentes y se presentan sin ninguna causa, limitando al individuo en su vida cotidiana, se convierte en un problema.

Para evitar la ansiedad se puede hacer lo siguiente:

- Practicar ejercicios físicos de manera regular al aire libre, esto permite tener una mente relajada y evitar malos pensamientos.
- Hacer ejercicios de relajación, esto ayuda a evitar una crisis que se puede presentar.
- Consumir alimentos como carnes, vegetales, frutas, pescado, frutos secos, granos enteros ayudan a reducir los trastornos de ansiedad. (Julson, 2020)
- Consume prebióticos y alimentos fermentados.
- Practicar yoga.

¿Cómo afecta la ansiedad al Rendimiento?

Figura 1

Ansiedad en Relación con el Rendimiento Académico



Nota: (Barnhill, 2020)

El efecto de la ansiedad sobre el rendimiento académico es a medida que el nivel de ansiedad va en aumento, la eficiencia del rendimiento va disminuyendo la persona produce

angustia y perjudica el desempeño de las actividades globales y se la conoce como Inadaptativa, mientras que si el nivel de ansiedad es bajo la eficiencia del rendimiento va en aumento llegando a ser un nivel óptimo, demostrando que la persona se va a preparar para una crisis de ansiedad y mejora su actividad, a eso se la conoce como Adaptativa.

2.2.1.9 Instrumentos para Medir la Ansiedad

Los problemas de trastorno de la ansiedad a nivel mundial son muy altos y para los profesionales de la salud mental la demanda ha aumentado para determinar qué tipo de ansiedad tiene y cuál sería su posible tratamiento, esto se lo hace con la utilización de instrumentos que ayudaran a determinar qué caso es. Se dará a conocer cuales con los instrumentos más utilizados para evaluar los trastornos de la ansiedad (Arrimada, 2022)

Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI)

Es un cuestionario creado por Charles Spielberger, R. L. Gorsuch y R. E. Lushene en el siglo pasado, está formado por 40 preguntas de tipo Likert en donde se indicará como se siente ansioso y en que situaciones; estas preguntas están divididas en 20 ítems para cada cuestionario entre ellos ansiedad rasgo y ansiedad estado. (Montagud Rubio, 2020)

La principal meta es conocer cuanta ansiedad sufre el paciente, pero averiguando si es característico de él mismo o es algo momentáneo, como respuesta ante un evento estresante, si se obtiene puntuaciones altas está dentro de los mayores niveles de ansiedad

Ansiedad como estado (A/E): Permite evaluar cómo se da la ansiedad ante situaciones específicas, es decir su estado emocional en ese momento aquí se describe la intensidad con la que experimentan cada afirmación.

Ansiedad como rasgo (A/R): Permite conocer hasta qué punto los individuos tienen una personalidad que le predispone a sufrir síntomas ansiosos (neuroticismo), aquí se describe la frecuencia con la que experimentan cada afirmación.

Cuestionario de Ansiedad Infantil (CAS)

Es un cuestionario que se aplica a los niños entre 6 a 8 años de forma individual o colectiva y tiene una duración de 20 a 30 minutos para medir el nivel de ansiedad que pueden tener, fue creado por John S. Gillis en el año 1980. (Zepeda Cruz, 2021)

Este cuestionario es un instrumento que se utiliza en la psicología para una rigurosa exploración en personas que se encuentran en los primeros años de escolaridad, su aplicación es muy fácil e intuitiva y contestan con mayor naturalidad y veracidad. (San Andrés , Tógores de , Rodríguez, & Valle, 2011)

Intervienen dos factores muy importantes en el test de CAS:

- **El primer factor:** Está conformado por un componente de emocionalidad, excitabilidad, cambio de actitudes y evasión de las responsabilidades.
- **El segundo factor:** Está definido por retraimiento, timidez y sentimientos de dependencias.

Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños CMASR-2

Es un instrumento de auto informe que tiene 49 ítems asignados para evaluar el grado y naturaleza de la ansiedad de los niños, ellos responden con un SI o NO, fue desarrollado por Reynolds y Riclunonci en el año de 1965.

Se aplica de forma fácil, su calificación es simple y la puntuación total que se obtenga da como resultado el índice de ansiedad total y también proporciona cinco calificaciones adicionales como ansiedad fisiológica, inquietud, ansiedad social, defensividad e índice de respuestas inconsistentes. (Ortega Gutiérrez, Quinche Suquilanda, Moreno Ortega, & Álvarez Román, 2018)

Hubo cambios en el test como:

- Se sustituyó de la escala Preocupaciones sociales/concentración por escala de Ansiedad social la que incluye 10 ítems que evalúan estrés y ansiedad ante los exámenes y otros problemas, tanto en la escuela y la familia.
- En la escala de mentira fueron sustituidos por otros debido a que causaban confusión, la misma que ahora se llama Defensividad.

Categorías

- **Defensividad:** Es la capacidad de admitir o asumir las imperfecciones comunes o sucesos cotidianos.
- **Ansiedad fisiológica:** Se dirige a aspectos somáticos como náuseas, dificultad del sueño, dolor de cabeza y fatiga.

- **Inquietud:** Es la sensibilidad que presenta el examinado frente a las presiones del entorno.
- **Ansiedad Social:** Le preocupa la confrontación con otras personas predominando el sentimiento de no estar a la altura de los demás.

Test CECAD

Es un cuestionario compuesto por 50 preguntas destinadas a evaluar los trastornos internalizados o trastornos de la emoción, como la ansiedad y la depresión. Si se obtiene una puntuación alta demuestra que hay la existencia de un trastorno emocional y que debería abordarse complementando dicha información con la suministrada por las puntuaciones adicionales como Inutilidad, Irritabilidad, Problemas de pensamiento y síntomas psicofisiológicos. (González Lozano , García Cueto , & Lozano Fernández , 2010)

Se aplica desde los 7 a 25 años de edad, la duración es de 10 a 20 minutos, se lo hace de manera individual o colectiva.

Aspectos

Inutilidad: Es donde se valora el individuo sobre su propia valía para superar los diferentes deberes y necesidades. Si tiene una valoración alta el sujeto piensa que no hace bien ninguna tarea, no puede hacer las cosas siempre duda, necesita apoyo de otros sujetos para resolver sus obligaciones. Siempre ha de tratar de evitar o escapar para hacer las tareas.

Irritabilidad: Si la escala es alta el individuo está expuesto a enojarse, enfadarse y sentir rabia ante condiciones diarias. Se debe tener vigente este aspecto porque puede pasar desapercibido como un síntoma de depresión al nombrarlo como un simple problema de conducta, falta de educación o que el niño no puede controlarse.

Problemas de Pensamiento: Las personas se ven abrumados por ideas y sueños intrusivos, tienen miedo o revelan pensamientos negativos y pierden el control de sí mismos.

Ansiedad: Se puede decir que son pensamientos intrusivos, se agobia en lugares con muchas personas y busca escape de condiciones sociales, todo esto está asociado con los síntomas psicofisiológicos. Si hay tensión muscular y problemas al respirar, miedos, preocupaciones e ideas molestas va enmarcado dentro de los puntajes altos de la enfermedad y se considera sintomática.

Depresión: El insomnio, hipersomnias, pérdida de energía, inutilidad, disminuye la capacidad de pensar, reduce el apetito y pensamientos suicidas están dentro de los niveles altos quiere decir que están ligados al estado de ánimo irritable y depresivo del individuo.

Ventajas

- Cuando se observa a una persona meticulosamente se obtiene información de los síntomas internos.
- Los pequeños limitan compartir verbalmente sus emociones y conflictos ante personas no allegadas y disminuyendo los bloqueos emocionales.
- Dentro de las actividades poblacionales y grupales se detectan las necesidades.
- Las actividades individuales y grupales optan por programas terapéuticos y mantener un control.

Según (Carvalho Gómez, 2019) las ventajas encontradas después de un análisis exhaustivo del instrumento son:

Tiempo: Se puede aplicar aproximadamente en 20 minutos y obtener la información variada acerca del paciente. Este instrumento es idóneo para evaluar ciertos componentes emocionales.

Información libre de subjetividad: Los datos son aportados por el sujeto en cuestión, estos datos no son expuestos y se obtienen de personas habituales (papás, cuidadores o maestros).

Finalidad

Evaluación global de la ansiedad, la depresión, y cuatro aspectos relacionados: inutilidad, irritabilidad, problemas de pensamiento y síntomas psicofisiológicos (Carvalho Gómez, 2019).

Programas de intervención: Este test proporciona ítems críticos en los cuales el evaluador deberá centrar su atención para evitar el desarrollo de futuras patologías. Este instrumento permitirá crear programas de prevención para evitar la aparición de trastornos tales como: depresión o la ansiedad.

Seguimiento: Se lo puede utilizar como instrumento de seguimiento con el fin de detectar las mejoras en el paciente que fueron evaluados con anterioridad.

2.2.2 Rendimiento Académico

2.2.2.1 Posicionamiento Teórico

La teoría del Aprendizaje significativo que fue propuesta por Ausubel se relaciona con la variable del rendimiento académico, en donde esta teoría resalta dos criterios de aprendizaje, el primero, hace referencia al producto del aprendizaje y el segundo al proceso de aprendizaje, en donde se entiende que los estudiantes aprenden mediante un conocimiento previo frente al aprendizaje nuevo, el cual lo refuerzan con la interacción de su entorno (Charca, 2017, p. 68). La

calificación o nota es el producto que se pone cuando se aprende y tiene que ver con el rendimiento académico, esto es “el resultado del aprendizaje suscitado por la actividad didáctica del profesor y producido en el alumno” (Lamas, 2015)

2.2.2.1 Definición

El termino de rendimiento académico se utiliza a menudo en el área de aprendizaje, sin embargo, su concepto es usado de distintas maneras según la perspectiva desde el que se lo quiera describir, entre las definiciones que lo explican de mejor manera es que menciona que es la edificación que se alcanzó paso por paso, para cumplir con toda la etapa escolar. (Samaniego, 2020)”

Se pone en práctica todos los conocimientos previos y que son significativos para el individuo y su capacidad de demostrarlo en los estudios dando esto como la definición de rendimiento académico. Dentro del ámbito educativo se progresa con la aplicación del rendimiento académico lo que se asemeja con una competencia. Según la Real Academia Española (2021) indica que es el producto o utilidad que rinde o da una persona o cosa, otra forma de interpretar rendimiento son los medios utilizados y el resultado de productos que se obtienen y que son proporcionales mientras que académico se dice de los centros de educación u objetos relativos. En los alumnos, para poder explicar que es el rendimiento, se debe tener en cuenta que son las capacidades y las creencias personales que aplican para elaborar los deberes educativos. Según Bandura (1987) el rendimiento no depende de las capacidades reales, creídas u observadas, es una gran diferencia entre poseer capacidades y saberlas utilizar en diferentes situaciones; esto indica que para tener un buen rendimiento académico se debe poner en práctica todos los conocimientos sin importar que tan inteligente es el estudiante.

2.2.2.3 Características del Rendimiento Académico

Se puede decir que después de un estudio meticuroso existen dos puntos de vista: el estático y dinámico. (Albán Obando, 2013)

Dinámico: Está formado por diversas variables como la personalidad, actitudes y contextos que se compaginan y dan el proceso de aprendizaje, está ligado a la capacidad y el esfuerzo.

Estático: Es cuando el aprendizaje obtenido por el estudiante se traduce a notas.

El rendimiento este en función a los intereses y necesidades de los estudiantes en donde se incluye todo lo económico y finalmente está ligado con el propósito ético.

2.2.2.4 Clasificación del Rendimiento Académico

Se propone dos tipos del rendimiento:

El rendimiento suficiente: Son los conocimientos escolares que adquirieron y las notas que obtuvieron por las pruebas dando como resultado una aptitud pedagógica medible.

El rendimiento satisfactorio: Se basa en la capacidad intelectual, la forma de aprovecharla y la relación que tienen.

Actualmente existen varios componentes que intervienen en el rendimiento académico; los cuales son variables sociales, familiares, entre otros, los cuales pueden constituir en factores protectores o de riesgo en caso de no existir su presencia, (Garbanzo, 2007) estos factores de riesgo se clasifican en dos tipos: por una parte estarían los factores propiamente académicos, referidos a las dificultades que impiden a los alumnos alcanzar un rendimiento óptimo, y que pueden provocar que quede atrapado en un ciclo de fracaso continuo; y, por otra, los factores sociales, asociados a variables contextuales o demográficas (por ejemplo, ingresos familiares, la

educación de los padres, la estructura familiar, etc.) que han demostrado tener un impacto negativo en el rendimiento académico y que, en consecuencia, favorecen la probabilidad de fracaso escolar. (p. 120)

De la misma forma, (Garbanzo, 2007) afirma que es el resultado de un proceso de aprendizaje donde intervienen elementos personales, sociales e institucionales, de esta manera los factores personales hacen referencia a la motivación, autoeficacia, sexo, asistencia a clases, formación académica previa y la calificación; en cambio los factores sociales son la familia, nivel institucional de los progenitores, condición socioeconómica; y finalmente los factores institucionales son aquellos relacionados con los centros educativos, complejidad de los contenidos, metodología del docente, servicios de apoyo a los alumnos, etc.

Los factores como la motivación, la atención, la personalidad, la memoria, la capacidad de estudio, el esfuerzo además la forma de interactuar afectan en el desempeño, mientras que los componentes psicológicos como el estrés, la ansiedad y la depresión que se presentan con nerviosismo, incapacidad de concentrarse, dificultades cognitivas y problemas en el sistema digestivo también afectan al rendimiento del estudiante en su día a día. (Ortega Pérez, 2022)

Los alumnos presentan insatisfacción personal, desmotivación e incluso baja autoestima por las dificultades académicas que están experimentando y dan como consecuencia el bajo rendimiento, pero si, por el contrario, esta motiva tienen buen rendimiento, es un proceso circular.

Los alumnos que tengan la autoestima muy alta son capaces de asumir retos como actividades y responsabilidades, se predisponen a una alta tolerancia a frustraciones y estrategias para enfrentarlas, mientras que un estudiante con baja autoestima infravalora sus capacidades, no

pueden enfrentar las situaciones por falta de recursos, no pueden expresarse y suelen fallar con facilidad. El proceso de aprendizaje se ve afectado.

Los factores que se aplican en su vida estudiantil permiten el éxito escolar basado en muchas expectativas y por último la motivación, hay que prestar atención a esos elementos de los estudiantes para brindarles el apoyo que necesitan. Las problemáticas en el ámbito escolar se presentan como la ansiedad en los adolescentes, sentimientos de incapacidad y poco entusiasmo en su etapa escolar, las expectativas que se esperan son un rendimiento académico bajo.

Las Pautas educativas familiares inadecuadas:

- Falta de metas y expectativas.
- Insuficiente estimulación.
- Poca disponibilidad.
- Los hijos se ven abandonados por los padres en el proceso educativo.
- Se demoran al momento de hablar y escribir.
- No se sienten motivados para escribir o leer.
- Falta de vocabulario.
- Falta de comprensión lectora y escritura.

Antecedentes de los métodos de evaluación del rendimiento académico escolar:

El año escolar es extenso, permite que los profesores tomen a los estudiantes evaluaciones periódicas y en donde se obtienen calificaciones que son el resultado de todo lo aprendido, esto permite demostrar el rendimiento que tienen en la institución. Dentro de las instituciones, centros, cursos, asignaturas y los diferentes profesores no tienen un criterio

estandarizado para medir el rendimiento y se lo estima con un valor relativo a las calificaciones mencionado por India Álvaro et al. (1990). (Adell Cueva, 2002)

Para que los padres de familia y el estado tenga una idea de cómo los estudiantes van adquiriendo todos los conocimientos, esto se conoce por las notas que puede obtener al presentar los exámenes que evalúan si están o no aprendiendo dentro del salón de clases. Existe una controversia acerca del examen, si tiene cosas positivas y los posibles inconvenientes que puede presentar para los estudiantes y los profesores levantan polémicas.

Los exámenes pueden generar cosas positivas como superar dificultades, los estudiantes pueden generar y estructurar contenido, informar por escrito y sintetizar todo lo han aprendido en las escuelas. Existen dificultades al momento de presentar una prueba y se nombran a continuación en donde el estudiante no puede dar su punto de vista sobre el tema y debe escribir cosas referentes a lo que el profesor le enseñó; puede generar estrés y ansiedad cuando tienen que presentarlo y por último no son tan representativos de la materia. Se presenta un inconveniente cuando se lo califica porque no se lo hace con objetividad dando como consecuencia una gran cantidad de criterios al momento de poner una calificación. (Adell Cueva, 2002)

2.2.2.5 Causas para el bajo rendimiento escolar

El bajo rendimiento escolar es la pérdida de la autoestima y ambición.

El estudiante no puede enfrentar su vida diaria en la escuela, colegio o academia y termina hundiéndose en la profecía auto-cumplida, el motivo principal para el abandono y fracaso escolar es la falta de seguridad en sus propias capacidades de estudiar.

Técnicas de estudio para mejorar el rendimiento escolar

Para maximizar el rendimiento escolar se debe aplicar la motivación, inteligencia emocional, reforzar sus logros y hacerle tomar conciencia sobre sus propias emociones, seguir una técnica de estudio y una comparación entre el buen trabajo con la pereza y el trabajo pospuesto. (Aguilar, 2019)

- **Elegir un espacio físico adecuado:** Debe ser un lugar libre de distracciones que este bien iluminado, silencioso y que puede utilizar de forma continua.
- **Establecer un horario:** La clave principal es hacer una rutina en donde el tiempo es para todo y debe ser administrado de forma eficaz y continua.
- **Ayúdale a pensar:** Debe estar libre para ayudarle a organizar y descifrar los deberes, esto no quiere decir que se le dé haciendo.
- **Haz un buen uso de la nueva tecnología:** Ayude a seleccionar las mejores herramientas tecnológicas para estudiar y así evitar las recuperaciones.
- **Crea un plan de estudios con metas alcanzables:** Debe tener los días de las pruebas y los plazos para entregar las tareas en un calendario para que tenga el tiempo suficiente para realizarlas.
- **Practica en casa el examen, pero descansa la noche antes:** Se debe practicar, estudiar varias veces y reforzar en casa los exámenes similares y conocer cuánto tiempo de respuesta dispone; una noche antes de la prueba se debe relajar la mente y el cuerpo para que conserve la energía necesaria para hacer las cosas.

2.2.2.6. Normativa Legal en el Ecuador

En el artículo 26 de la República de Ecuador dispone: Las personas tienen derecho a la educación a lo largo de su vida, garantía de la igualdad e inclusión social y condición indispensable para el buen vivir. Las personas, familias y la sociedad tienen el derecho y la responsabilidad de participar en el proceso educativo; la ley orgánica de educación intercultural LOEI establece el derecho a la educación y todo lo que esta conlleva.

En el artículo 18 del reglamento general a la ley orgánica de educación intercultural, emitido el 22 de febrero del 2023 determina que la Evaluación estudiantil es un proceso continuo de observación, valoración y registro de información que evidencie el avance hacia los objetivos de aprendizaje, que incluya un sistema de retroalimentación dirigida a motivar la superación personal y el aprendizaje continuo. No siempre deben incluir la emisión de notas o calificaciones. (Ministerio de Educación, 2023)

Tipos de Evaluación en el Ecuador

El Art.5.- Tipos de Evaluación: La evaluación será de los siguientes tipos según su propósito:

- **Diagnósticas:** Permiten conocer las habilidades y destrezas que adquirieron los estudiantes, las condiciones en las que llegan al nuevo año lectivo y como se comportaran frente al proceso de aprendizaje.
- **Formativas:** En el proceso de aprendizaje a los estudiantes se les aplican pruebas durante todo el periodo. Permitirán al profesor hacer cambios a su metodología de enseñanza e informar acerca del proceso a todos los implicados.

- **Sumativas:** Se las harán al finalizar el año lectivo a los estudiantes para saber cuáles fueron los alcances que obtuvieron y si aprendieron o no.

En el Ecuador el Mecanismo de Evaluación

En el Art, 7.- Se contemplan los siguientes mecanismos:

Aporte: Son todos los trabajos que se envían para fortificar la clase, son realizados por los estudiantes y se los desarrollan dentro del periodo académico; aquí no se incluye las pruebas diagnósticas ni la sumativa.

Evaluación Trimestral o de periodo académico: Estas se las realizan al finalizar el periodo académico, están formadas por instrumentos cuantitativos y cualitativos de evaluación y las técnicas que se aplicaron, es en donde se evidencia los logros progresivos de las competencias.

Proyecto integrado o interdisciplinar: Son los conocimientos básicos o situaciones prácticas de los estudiantes que se evalúan, muestran la eficacia y eficiencia de todo lo aprendido y como lo van a demostrar.

La evaluación en el nivel inicial y subnivel de educación general básica preparatoria, será por los siguientes aportes:

Tabla 1

Evaluación de los niveles inicial y Educación básica preparatoria

Nivel de Educación Inicial y Subnivel de Educación General Básica Preparatoria		
1° Trimestre	2° Trimestre	3° Trimestre

Portafolio	Portafolio	Portafolio
Lista de Cotejo	Lista de Cotejo	Lista de Cotejo
Anecdotalario	Anecdotalario	Anecdotalario

Nota: (Ministerio de Educación, 2023)

Aclaratoria: El docente podrá incluir nuevos instrumentos para la evaluación de acuerdo al currículo nacional de educación inicial.

En la educación básica elemental los estudiantes serán evaluados por los aportes que han generado durante todo el periodo académico en donde también participan las actividades disciplinares o interdisciplinares de forma grupal o individual, dentro y fuera del salón de clases.

Tabla 2

Evaluación de la Educación General Básica Elemental

Tipo de aportes	
Aportes	<p>Actividades Disciplinarias o Interdisciplinares individuales: Lecciones de revisión o retroalimentación orales y/o escritas Pruebas de base estructurada integrales abiertas y/o cerradas Tareas/Ejercicios en clase</p> <p>Actividades Disciplinarias o interdisciplinares grupales: Proyectos y/o Investigaciones dentro de la institución educativa Exposiciones, foros, debates y presentaciones artísticas y/o científicas Talleres</p>
Proyecto integrador	<p>Se aplica la metodología de aprendizaje basado en proyectos y/o problemas Los estudiantes deben sistematizar cada fase del proyecto en un portafolio y/o bitácora de avances.</p>

Nota: (Ministerio de Educación, 2023)

Al finalizar cada Quimestre se hará la presentación del portafolio o bitácora en donde se muestra la adquisición de destrezas y aprendizajes alcanzados.

Tabla 3

Presentación del portafolio

Subnivel De Educación General Básica Elemental – 2do y 3er año de básica					
1° Trimestre		2° Trimestre		3° Trimestre	
Aportes	Proyecto integrador fase 1	Aportes	Proyecto integrador fase 2	Aportes	Proyecto integrador fase 3

Nota: (Ministerio de Educación, 2023)

A partir del cuarto grado de educación general básica elemental las evaluaciones serán elaboradas y aplicadas por los docentes y se las harán al finalizar cada periodo, de carácter cuantitativo. Cuando se termina el año se aplicará una prueba que engloba todo lo aprendido de carácter cuantitativo.

Tabla 4

Presentación de la evaluación del nivel básica elemental 4to grado

Educación General Básica – 4to Grado									Evaluación de subnivel
1° Trimestre			2° Trimestre			3° Trimestre			
Aportes	Proyecto integrador fase 1	Evaluación de Periodo Académico	Aportes	Proyecto integrador fase 2	Evaluación de Periodo Académico	Aportes	Proyecto integrador fase 3	Evaluación del Periodo Académico	Evaluación de fin de subnivel

Nota: (Ministerio de Educación, 2023)

Ponderación de Calificaciones

Art. 21.- Ponderación de calificaciones en Educación inicial y educación general básica preparatoria en donde durante todo el año no se aplicó una evaluación específica para que demuestren todas las destrezas y habilidades adquiridas, esto se lo conoce como un conjunto de reglas didácticas.

Tabla 5

Ponderación de calificaciones en Educación inicial y Educación básica general Preparatoria

Nivel	Nivel de Educación Inicial y Preparatoria												
	1° Trimestre				2° Trimestre				3° Trimestre				
Organización	I	EP	A	NE	I	EP	A	NE	I	EP	A	NE	
Escala cualitativa													
Aprendizajes evaluados													

Nota: (Ministerio de Educación, 2023)

La valoración que se le da a las destrezas o aprendizajes adquiridos se verán reflejados en el reporte de calificaciones en el primer y segundo trimestre, algunas destrezas se inicien y otras se alcancen en el segundo y/o tercer parcial.

Tabla 6

Escala de calificaciones de la educación Inicial y Preparatoria

Escala Cualitativa	Descripción
Destreza o aprendizaje alcanzado (A)	El estudiante evidencia el logro de las destrezas aprendizajes previstos en el tiempo programado.
Destreza o aprendizaje en proceso de desarrollo (EP)	El estudiante está en proceso de alcanzar las destrezas y aprendizajes previstos, para lo cual requiere de acompañamiento del docente y la madre, el padre de familia o representante legal durante el tiempo necesario.
Destreza o aprendizaje iniciado (I)	El estudiante está empezando a desarrollar las destrezas y aprendizajes previstos y necesita mayor tiempo de acompañamiento e intervención del docente y la madre, el padre de familia o representante legal, de acuerdo con su ritmo de aprendizaje.
No evaluado (NE)	Esta destreza o aprendizaje no ha sido abordado ni evaluado en el trimestre.

Nota: (Ministerio de Educación, 2023)

Art, 24.- Ponderación de calificaciones en educación general básica media, superior y el nivel de bachillerato se desarrollan a lo largo de cada periodo académico y se detalla a continuación.

Tabla 7

Es la tabla referente a los insumos

	Tipos de aportes	Ponderación
Aportes	Actividades Disciplinarias o Interdisciplinarias individuales:	
	Lecciones de revisión o retroalimentación orales y/o escritas	10%
	Pruebas de base estructurada integrales abiertas y/o cerradas	10%
	Tareas en clase	10%
	Proyectos y/o Investigaciones	15%
	Refuerzo pedagógico (puede reemplazar a cualquier insumo en el promedio)	-
	TOTAL	45%
	Actividades Disciplinarias o Interdisciplinarias grupales:	
	Proyectos y/o investigaciones dentro o fuera de la institución educativa	15%
	Exposiciones, foros, debates, mesas redondas	10%
	Talleres	10%
	Desarrollo de productos como maquetas, dioramas, presentaciones artísticas, científicas y/o culturales	10%
	TOTAL	45%
	Proyecto Interdisciplinar	Se aplica la metodología de aprendizaje basado en proyectos y/o problemas, se debe sintetizar cada fase del proyecto con un portafolio y/o bitácora de avances.
Evaluación de periodo académico	Evaluación de base estructurada	5%
	TOTAL	100%

Nota: (Ministerio de Educación, 2023)

La estructura para los subniveles de educación general básica media, superior y bachillerato se ponderará y distribuirá de calificaciones cualitativas y/o cuantitativas.

Tabla 8

Estructura de calificaciones cualitativas y cuantitativas para educación general básica media, superior y bachillerato

Educación General Básica Media, Superior y Bachillerato										
1° Trimestre			2° Trimestre			3° Trimestre			Proyecto Final (10%)	Nota Final (100%)
Aportes (90%)	Evaluación de periodo académico		Aportes (90%)	Evaluación de periodo académico		Aportes (90%)	Evaluación de periodo académico			Suma ponderada de los puntajes trimestrales y proyecto final
		Proyecto Integrador fase 1 (5%)		Mecanismo de evaluación estructura (5%)			Proyecto Integrador fase 2 (5%)	Mecanismo de evaluación estructura (5%)		
9 puntos	0,5 puntos	0,5 puntos	9 puntos	0,5 puntos	0,5 puntos	9 puntos	0,5 puntos	0,5 puntos	1 punto	
10 puntos			10 puntos			10 puntos			1 punto	
Puntaje trimestral: 3 puntos ponderados			Puntaje trimestral: 3 puntos ponderados			Puntaje trimestral: 3 puntos ponderados			1 punto ponderado	10 puntos

Nota: (Ministerio de Educación, 2023)

Registro y Reporte de calificaciones

Art. 25- El docente registrará en el sistema informático una calificación cualitativa y/o cuantitativa correspondiente a cada estudiante, lo que evidencia el desarrollo del aprendizaje de cada una de las materias.

Art. 26.- El reporte de calificaciones es el proceso que el docente entrega al estudiante o su representante el conjunto de calificaciones cualitativas y/o cuantitativas correspondientes; del aprendizaje obtenido en cada una de las materias, módulos o áreas del conocimiento. El docente debe entregar un informe del aprendizaje como muestra el reglamento Ley Orgánica de Educación Intercultural Bilingüe (LOEI), debe mostrar la retroalimentación efectiva sobre las fortalezas y oportunidades de mejora.

Art. 194.- Escala de Calificaciones las calificaciones se registrarán según indica la siguiente escala.

Tabla 9*Escala de Calificaciones*

Descripción	Escala
Supera los aprendizajes adquiridos	10
Domina los aprendizajes adquiridos	9
Alcanza los aprendizajes adquiridos	7 – 8
Está próximo a alcanzar los aprendizajes adquiridos	5 – 6
No alcanza los aprendizajes adquiridos	< = 4

Nota: Freire, S. 2023**Refuerzo Académico**

El refuerzo académico se aplicará dependiendo de las notas que se obtuvieron en las pruebas de conformidad a lo presentado por el estudiante (Art. 28 del Reglamento General a la LOEI). (DNRE, 2020)

Tabla 10*Elementos del refuerzo académico*

Elementos	Acciones
1.- Clases de refuerzo lideradas por el mismo docente que regularmente enseña la asignatura u otro docente que enseñe la misma asignatura.	- Determinar las asignaturas y el número de estudiantes que requieren el refuerzo académico. - Elaborar el horario para el refuerzo académico, la asignatura y los nombres de los docentes que participarán.
2.- Tutorías individuales con el mismo docente que regularmente enseña la asignatura u otro docente que enseñe la misma asignatura;	- Identificar a los estudiantes que requieren la tutoría individual en las diferentes asignaturas en base a los resultados de la evaluación de los aprendizajes. - Elaborar el cronograma con los nombres de los docentes que participarán en las tutorías.
3.- Tutorías individuales con un psicólogo educativo o experto según las necesidades educativas de los estudiantes; y	- Identificar a los estudiantes que requieren refuerzo académico con ayuda específica. - Remitir al DECE el informe de los estudiantes que requieren ayuda de parte de un psicólogo u otro especialista basado en las evaluaciones diagnósticas. - Coordinación permanente entre el docente y
4.- Cronograma de estudios que el estudiante debe cumplir en casa con ayuda de su familia.	- Elaborar un cronograma de estudios, con los temas y las actividades que desarrollará el estudiante en casa. - Notificar a los padres o representantes legales para el control y apoyo en la realización de las tareas asignadas a sus hijos o representados. - Si el estudiante se encuentra en Básica Superior o Bachillerato, tendrá acceso a realizar las tareas en el portal web que el Ministerio de Educación ha dispuesto para el efecto.

Nota: (DNRE, 2020)

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1 Tipo de investigación

Metodología

La presente investigación es de tipo cuasi experimental con un enfoque cuantitativo ya que se expone al estudiante a ciertas condiciones, estímulos o tratamientos (variable independiente), para conocer y observar las reacciones y emociones que se producen (variable dependiente).

Subjetiva: Mediante el registro de las puntuaciones y características específicas obtenidas por los estudiantes se realizará un análisis e interpretación de los procesos observados utilizando la forma sistematizada, lo que permitirá hacer comparaciones en los comportamientos de cada uno.

Exploratoria: Para poder realizar este tipo de investigaciones se deben tener un conocimiento previo del tema, esto permite indagar y consultar nuevas fuentes y así tener datos nuevos que beneficien el estudio. La investigación toma un giro hacia una justificación específica en donde se relaciona con el entorno y la situación de estudio.

Fuente de datos

Bibliográfica: Se basará en la recolección de información y búsqueda de datos específicos que permitieran la organización y valoración de criterios explorando diferentes fuentes que sean útiles para la investigación.

De campo: Porque se recolectará información proveniente de los estudiantes, todo esto se lo realizará con la aplicación del instrumento Test CECAD que es de tipo educativo-clínico y

donde se conoce que hay dos tipos de trastornos emocionales que se presentan con mayor frecuencia como es la depresión y la ansiedad, con todo esto se planteó la investigación.

3.2. Población o muestra

La presente investigación se la llevó a cabo con una población de 40 estudiantes, conformada por 18 niños y 22 niñas de tercer año de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Atahualpa”, con un promedio de edad entre los 7 y 8 años, se trabajó con todo el grupo de estudiantes matriculados en ese grado previo haber obtenido la autorización firmada de sus representantes legales como se puede observar en el Anexo 2.

Para la selección de la muestra se manejaron los siguientes criterios de inclusión:

- Niños que se encuentren matriculados en el tercero año de educación general básica de la Unidad Educativa “Atahualpa”.
- Los niños que los padres de familia firmaron el consentimiento informado para que se les aplique el test CECAD.
- Niños y niñas que están presentes el día que se aplica el test CECAD.

Los criterios de exclusión fueron los siguientes:

- Estudiantes cuyos padres de familia no firmaron previamente el consentimiento informado para aplicar el test CECAD.
- Niños y niñas que tienen algún tipo de discapacidad o con problemas de neuro-desarrollo.
- Niños y niñas que no asistieron el día que se aplicó el test CECAD.

3.3. Prueba de Hipótesis - pregunta científica – idea a defender

Hipótesis alternativa: Las estrategias aplicadas si fueron efectivas para bajar la ansiedad escolar y mejorar el rendimiento académico en estudiantes de tercer año de la Unidad Educativa Atahualpa.

Hipótesis nula: Las estrategias aplicadas no fueron efectivas para bajar la ansiedad escolar y mejorar el rendimiento académico en estudiantes de tercer año de la Unidad Educativa Atahualpa.

3.4. Recolección de información

Para realizar la investigación de la Ansiedad en niños comprendido en edades de 7 a 8 años del tercer año de educación general básica se presentó un oficio al rectorado de la unidad educativa Atahualpa donde se me permitió aplicar el test CECAD, ver Anexo 1; como docente tutora se procedió a enviar un oficio de consentimiento informado a todos los representantes legales por medio de sus representados para que tengan conocimientos de lo que se iba hacer con sus niños y si ellos aceptaban o no, ver Anexo 2.

Se aplicó una técnica muy conocida como es la encuesta mediante un instrumento, el Test CECAD, que es recomendado por organismos externos en donde demuestra que es fiable, para dar a conocer dos enfermedades mentales como la ansiedad y la depresión mediante la evaluación clara y concisa como se muestra en el Anexo 3. Se demora de 10 a 15 minutos aproximadamente su aplicación porque es de fácil comprensión. Si los valores obtenidos son mayores al rango de 65 indica un trastorno emocional que puede estar dentro de las siguientes escalas depresión, inutilidad, ansiedad, problemas del pensamiento, síntomas psicofisiológicos e

irritabilidad. El valor del Alpha de Crobach es de 0,94, con una media de 50 y una desviación típica de 10 todo esto se presenta con los resultados que se obtuvieron con la aplicación del test.

La recolección de información se realizará mediante la recaudación de datos a través de un pre test y post test, basado en un cuestionario que permita determinar el porcentaje de ansiedad escolar en los estudiantes antes y después de la intervención que se realizará como investigadora para poder determinar en qué nivel intervienen las estrategias aplicadas por los docentes para causar en los estudiantes un impacto positivo o negativo en el rendimiento y aprendizaje significativo.

En cuanto al rendimiento académico se procedió a revisar las calificaciones, registradas en la ficha de registro. Se tipificará el rendimiento académico de acuerdo a las escalas de clasificación establecidas por el Ministerio de Educación del Ecuador, considerando las siguientes especificaciones: domina los aprendizajes requeridos: 9,00 – 10,00; alcanza los aprendizajes requeridos: 7,00 – 8,99; está próximo a alcanzar los aprendizajes requerido: 4,01 – 6, 99; no alcanza los aprendizajes requeridos: < 4 esto se puede observar en el Anexo 4.

3.5. Procesamiento de la información y análisis estadístico

El programa SPSS (del inglés Statical Package for Social Sciences) fue desarrollado por Norman H. Nie, Hadlai (Tex) Hull y Dale H. Bent sirve para el análisis estadístico de donde se coge la información esencial que servirá para la toma de decisiones; este sistema analizará rápidamente una gran cantidad de datos obtenidos por diferentes fuentes de investigación, es utilizado por empresas, organizaciones de investigación y académicas. (Méndez Valencia & Cuevas Romo , 2014)

La base de datos puede ser analizada por diferentes técnicas estadísticas básicas o avanzadas, prueba-T, ONE way, ANOVA, entre otras e interactúa con diferentes programas como Microsoft Excel, Word y PowerPoint. (Castañeda, Cabrera, Navarro, & Vries , 2010)

El programa SPSS se la asimila con una hoja de cálculo capaz de resolver operaciones aritméticas, algebraicas y trigonométricas, aquí es donde se procesa la información de forma dinámica y se la expresa de forma personalizada, eficaz y sencilla, aquí se puede emplear el análisis estadístico descriptivo, permite que el estudiante conozca los métodos de recolección, organización y resumen de la información e inferenciales que son las herramientas y existen métodos que cuando se tienen una muestra permite definir características y propiedades de una población.

El estudio estadístico descriptivo maneja frecuencias, descriptivos, análisis exploratorio, tablas de contingencia y razón principal, es cuando hay ausencia de la distancia entre las unidades de media y su valor representativo es el cero; en la estadística de inferencia en diagramas de barras, diagramas de sectores y diagramas de líneas. (Mayorga Ponce, Monroy Hernández , Hernández Rubio, Roldan Carpio, & Reyes Torres, 2021)

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Análisis e Interpretación de los Resultados

4.1.1. Análisis e Interpretación de los Resultados del Pre Test de Ansiedad CECAD

4.1.1.1. Análisis del Sexo del Estudiante

Tabla 11

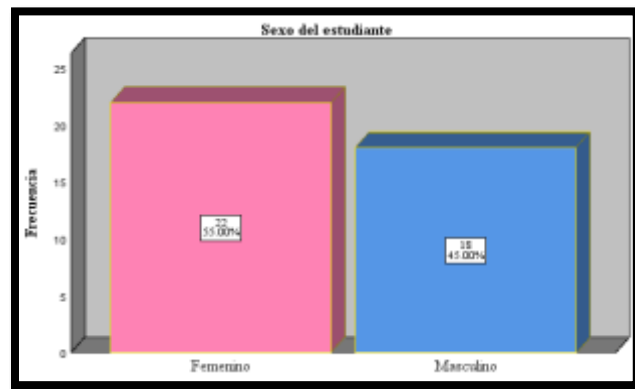
Sexo del Estudiante

Válido		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
	Femenino	22	55.0	55.0	55.0
	Masculino	18	45.0	45.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Nota: Test de ansiedad CECAD

Figura 2

Sexo del Estudiante



Nota: Test de ansiedad CECAD

Análisis:

El test de ansiedad CECAD aplicado a los 40 estudiantes de la unidad educativa “Atahualpa” del tercer año de educación básica general de 7 años de edad, arrojó los resultados de que el 55,0% de población son mujeres y el 45,0% son hombres.

Interpretación:

Según los resultados obtenidos de la aplicación del Test CECAD se puede evidenciar que la mayoría de población en estudiantes son niñas con un porcentaje del 10% de diferencia entre ambos géneros.

4.1.1.2. Análisis de la Dimensión de Irritabilidad del Pre Test CECAD

Tabla 12

Dimensión de Irritabilidad

Pienso en hacerme daño a mí mismo					
		Frecuencia	Porcenta je	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	31	77.5	77.5	77.5
	Casi Nunca	2	5.0	5.0	82.5
	Algunas Veces	2	5.0	5.0	87.5
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	95.0
	Siempre	2	5.0	5.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Tan pronto estoy de buen como de mal humor					
		Frecuencia	Porcenta je	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	12	30.0	30.0	30.0
	Casi Nunca	11	27.5	27.5	57.5
	Algunas Veces	7	17.5	17.5	75.0
	Casi Siempre	8	20.0	20.0	95.0
	Siempre	2	5.0	5.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me enfado con facilidad					
		Frecuencia	Porcenta je	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	25	62.5	62.5	62.5

Casi Nunca	4	10.0	10.0	72.5
Algunas Veces	4	10.0	10.0	82.5
Casi Siempre	4	10.0	10.0	92.5
Siempre	3	7.5	7.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Me preocupa perder el control de mí mismo

Válido	Nunca	19	47.5	47.5	47.5
	Casi Nunca	5	12.5	12.5	60.0
	Algunas Veces	8	20.0	20.0	80.0
	Casi Siempre	2	5.0	5.0	85.0
	Siempre	6	15.0	15.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Cualquier cosa me irrita mucho

Válido	Nunca	9	22.5	22.5	22.5
	Casi Nunca	17	42.5	42.5	65.0
	Algunas Veces	10	25.0	25.0	90.0
	Casi Siempre	2	5.0	5.0	95.0
	Siempre	2	5.0	5.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me enfado sin motivos

Válido	Nunca	24	60.0	60.0	60.0
	Casi Nunca	4	10.0	10.0	70.0
	Algunas Veces	5	12.5	12.5	82.5
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

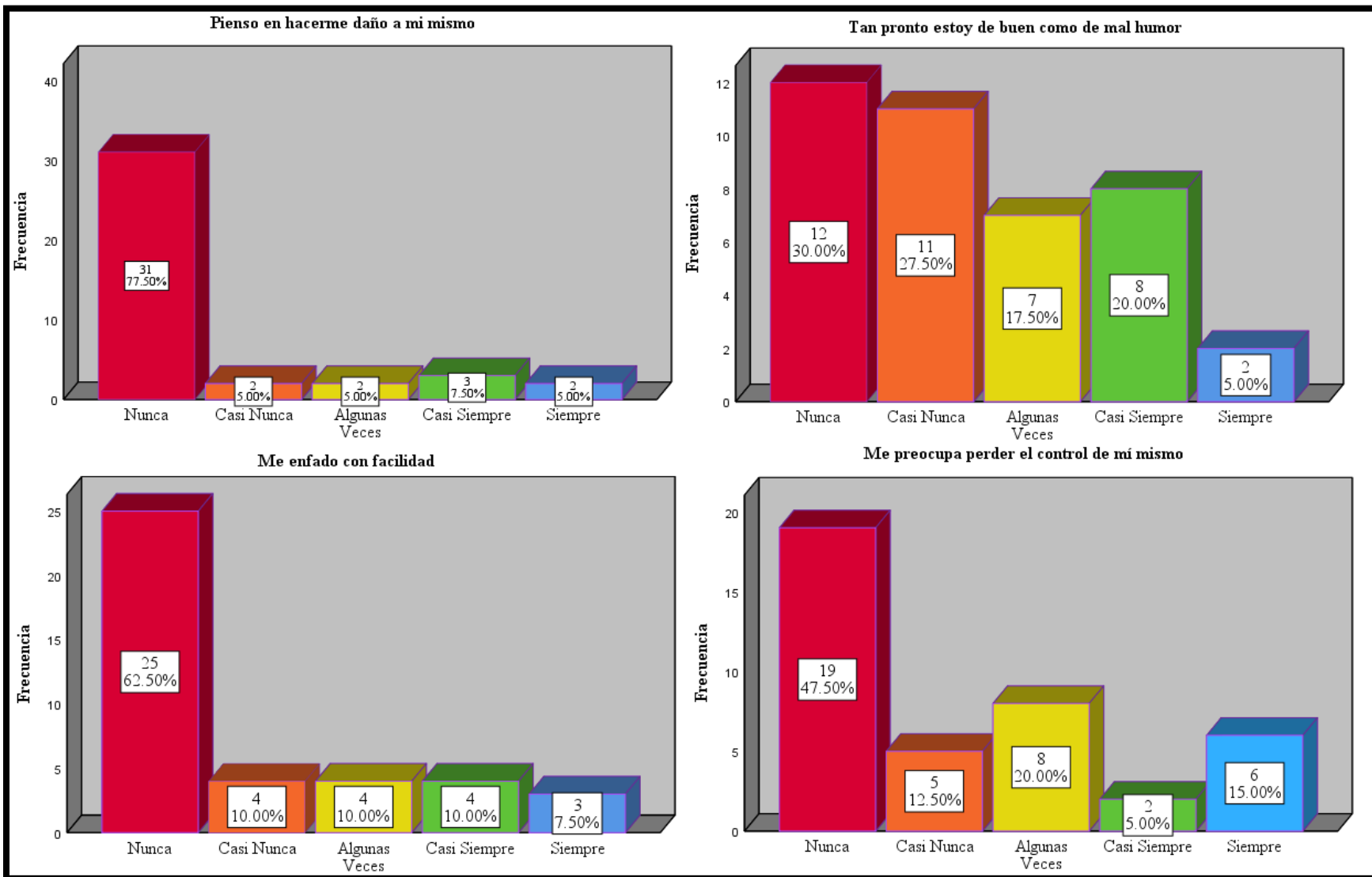
Me siento con rabia por dentro

Válido	Nunca	23	57.5	57.5	57.5
	Casi Nunca	6	15.0	15.0	72.5
	Algunas Veces	5	12.5	12.5	85.0
	Casi Siempre	2	5.0	5.0	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

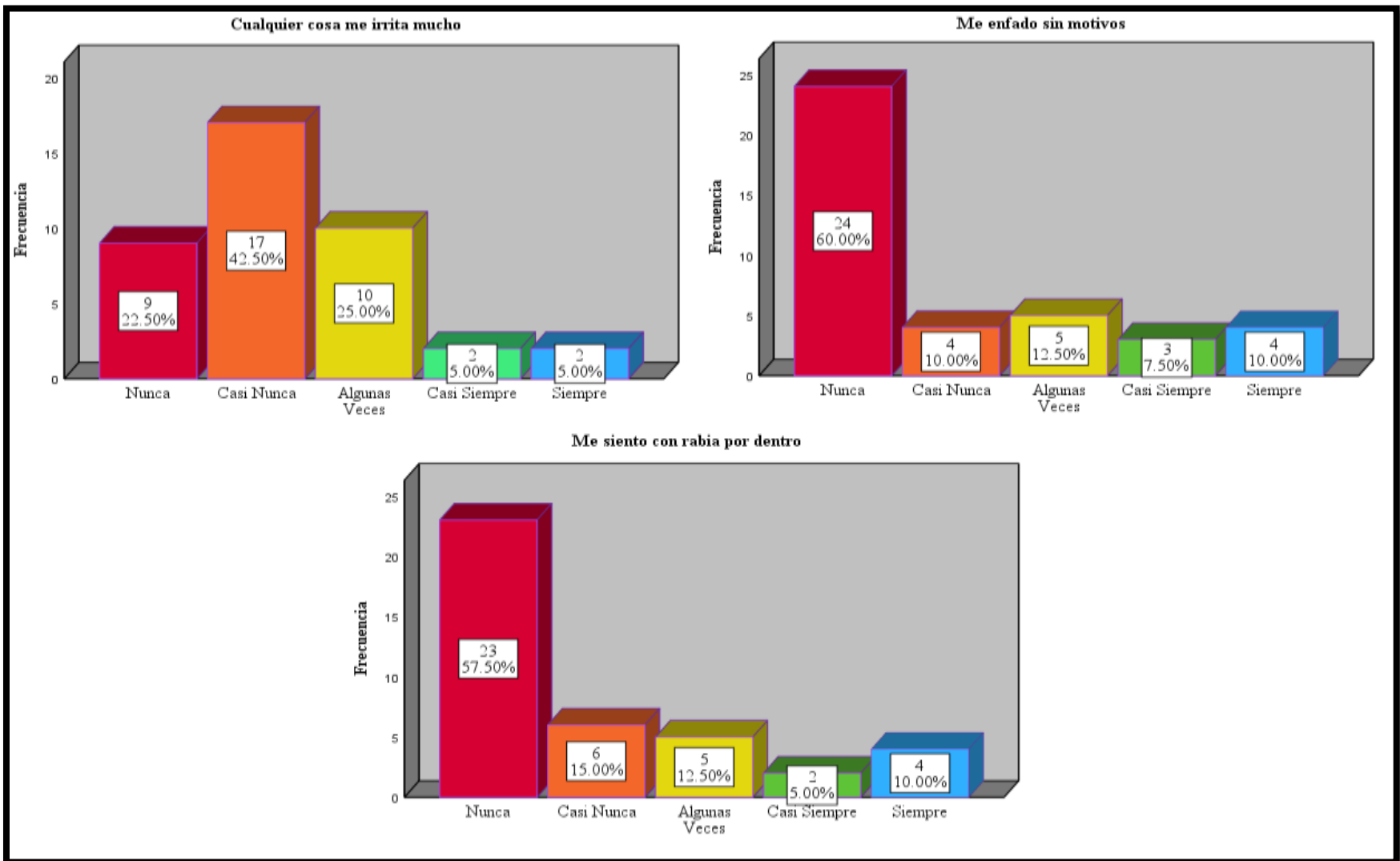
Nota: Test de ansiedad CECAD parte del Pre Test

Figura 3

Dimensión de la Irritabilidad: En la dimensión de Irritabilidad está formada por 7 preguntas que conforman el estado de ánimo que tienen los estudiantes.



Nota: Test de Ansiedad CECAD parte Pre Test



Nota: Test de Ansiedad CECAD parte Pre Test

Análisis

Los resultados obtenidos dentro de la dimensión de Irritabilidad son los siguientes: el 77,00% de estudiantes respondió que nunca ha pensado hacerse daño a sí mismo, el 5,00% algunas veces han pensado hacerse daño a sí mismos, 30,00% mencionó que nunca cambian tan pronto de buen como de mal humor y el 5,00% cambian tan pronto de buen como de mal humor, 62,50% indicó que nunca se enfadan con facilidad y en cambio el 7,50% se enfadan con facilidad, el 47,50% nunca se preocupan de perder el control de ellos mismos mientras que el 5,00% casi siempre se preocupan de perder el control de ellos mismos, el 42,50% indicaron que casi nunca se irritan mucho por cualquier cosa y el 5,00% casi siempre o siempre se irritan por cualquier cosa, 60,00% nunca se enfadan sin motivos en cambio el 7,50% casi siempre se enfadan sin motivos y finalmente el 57,50% nunca se sienten con rabia por dentro y el 5,00% casi siempre se sienten con rabia por dentro.

Interpretación

No hay irritabilidad en los niños del tercer año de educación general básica de la unidad educativa “Atahualpa” porque en su mayoría respondieron que nunca y casi nunca les afectan los siguientes aspectos como hacerse daño, los cambios de humor, enfadarse, perder el control, irritarse, enfadarse sin motivos y tener rabia por dentro; en cambio hay momentos en el transcurso de las clases o presentación de tareas, pruebas, proyectos o los deberes que a ciertos niños les afectan en esos aspectos, pero pueden sobrellevar esos estados de ánimo.

4.1.1.3. Análisis de la Dimensión de Inutilidad del Pre Test CECAD

Tabla 13

Dimensión de Inutilidad

Los demás pueden hacer la mayoría de las cosas mejor que yo					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	24	60.0	60.0	60.0
	Casi Nunca	5	12.5	12.5	72.5
	Algunas Veces	3	7.5	7.5	80.0
	Casi Siempre	4	10.0	10.0	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
Creo que soy inútil					
Válido	Nunca	38	95.0	95.0	95.0
	Casi Nunca	1	2.5	2.5	97.5
	Siempre	1	2.5	2.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
Pienso que todo lo hago mal					
Válido	Nunca	29	72.5	72.5	72.5
	Casi Nunca	5	12.5	12.5	85.0
	Algunas Veces	1	2.5	2.5	87.5
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	95.0
	Siempre	2	5.0	5.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
Necesito que otros me ayuden para hacer las cosas bien					
Válido	Nunca	18	45.0	45.0	45.0
	Casi Nunca	8	20.0	20.0	65.0
	Algunas Veces	4	10.0	10.0	75.0
	Casi Siempre	5	12.5	12.5	87.5
	Siempre	5	12.5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
No sirvo para nada					
Válido	Nunca	27	67.5	67.5	67.5
	Casi Nunca	3	7.5	7.5	75.0
	Algunas Veces	5	12.5	12.5	87.5
	Casi Siempre	4	10.0	10.0	97.5
	Siempre	1	2.5	2.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Tengo miedo a no saber hacer bien las cosas					
Válido	Nunca	17	42.5	42.5	42.5
	Casi Nunca	5	12.5	12.5	55.0
	Algunas Veces	11	27.5	27.5	82.5
	Casi Siempre	4	10.0	10.0	92.5
	Siempre	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Tengo miedo de que la gente se burle de mí					
Válido	Nunca	24	60.0	60.0	60.0
	Casi Nunca	2	5.0	5.0	65.0
	Algunas Veces	3	7.5	7.5	72.5
	Casi Siempre	4	10.0	10.0	82.5
	Siempre	7	17.5	17.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

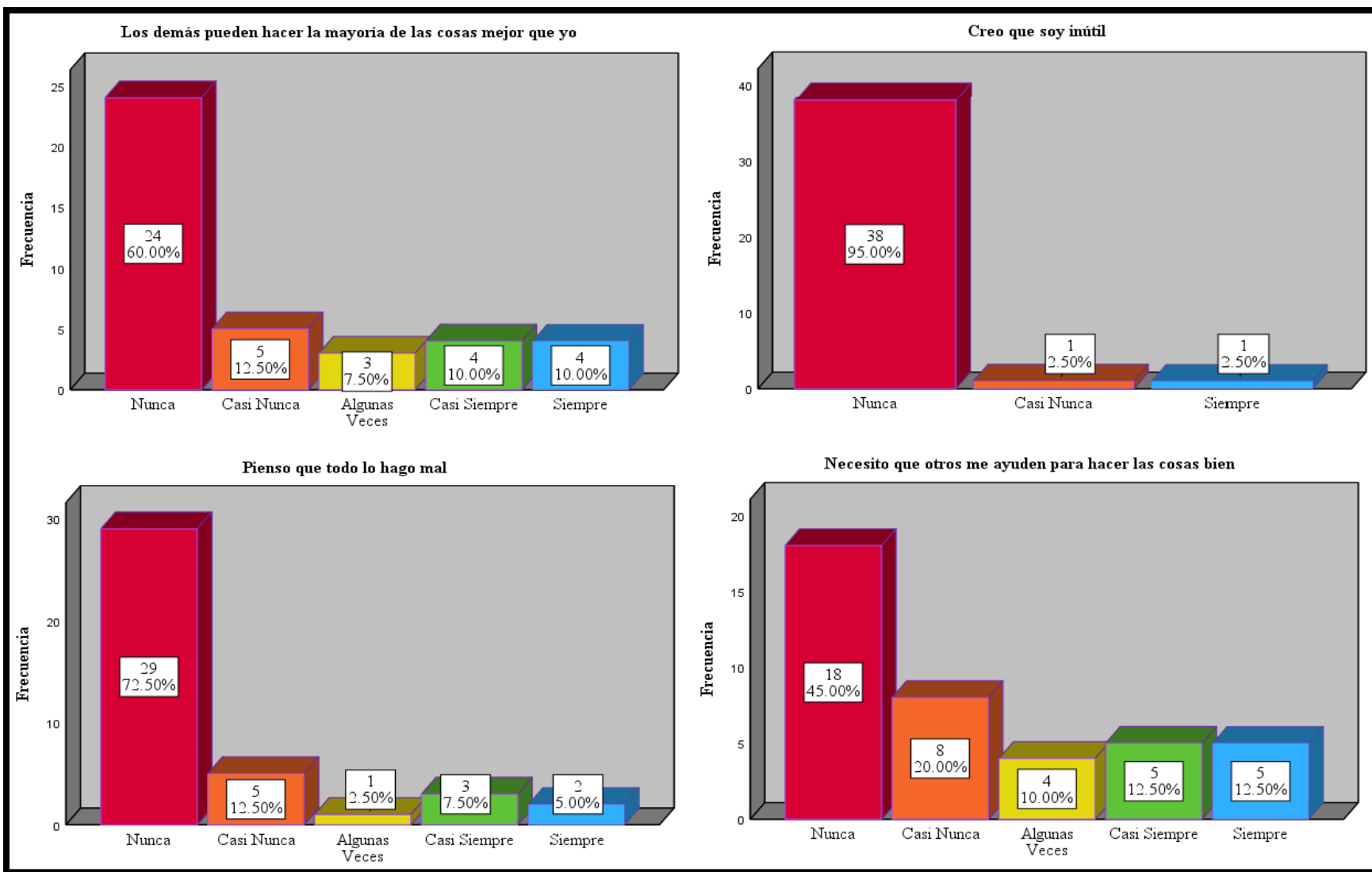
Cuando tengo que realizar una tarea dudo si hacerla					
Válido	Nunca	21	52.5	52.5	52.5
	Casi Nunca	6	15.0	15.0	67.5
	Algunas Veces	6	15.0	15.0	82.5
	Casi Siempre	5	12.5	12.5	95.0
	Siempre	2	5.0	5.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Pienso que no valgo para nada					
Válido	Nunca	31	77.5	77.5	77.5
	Casi Nunca	3	7.5	7.5	85.0
	Algunas Veces	3	7.5	7.5	92.5
	Siempre	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

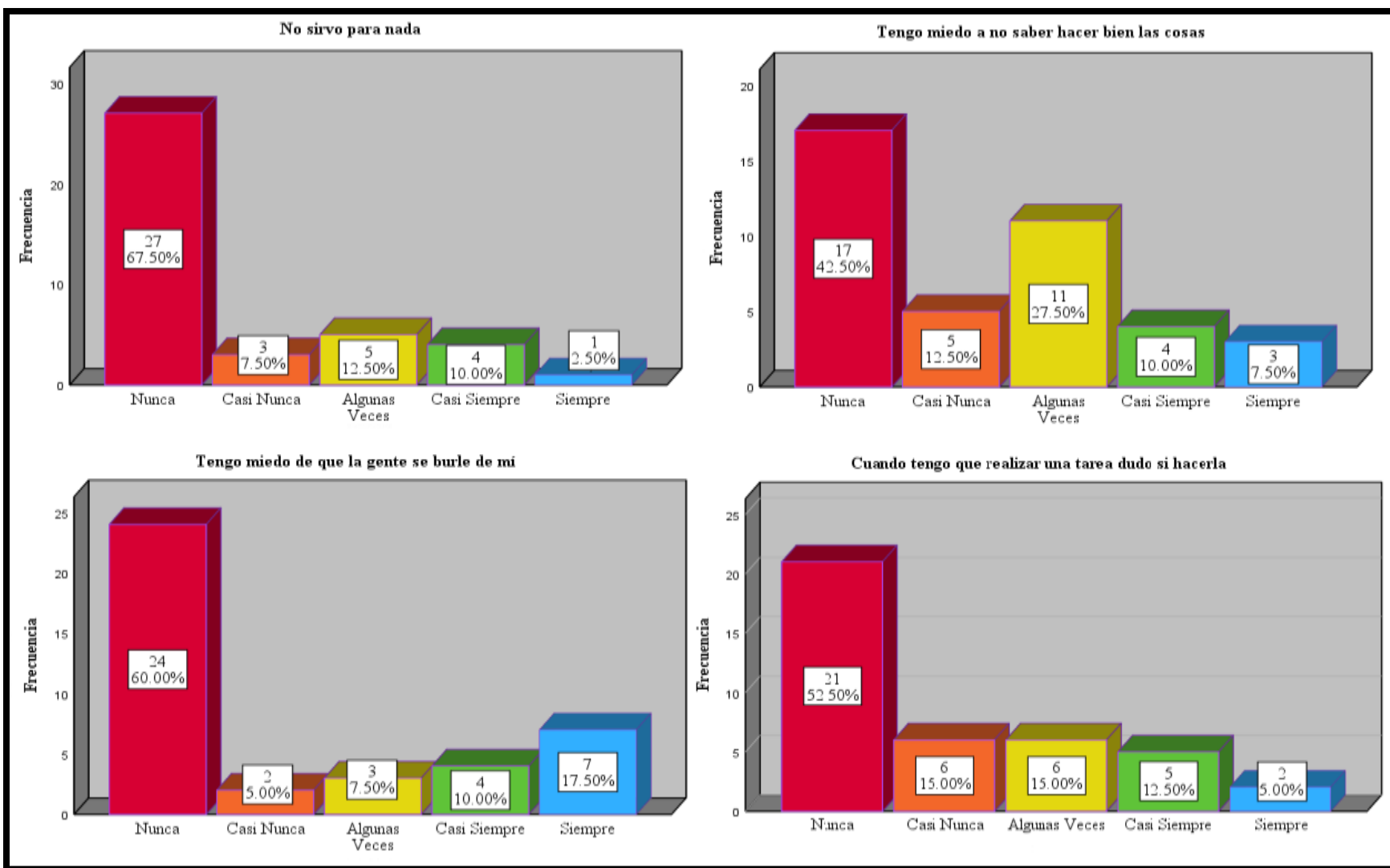
Nota: Test de Ansiedad CECAD parte Pre Test

Figura 4

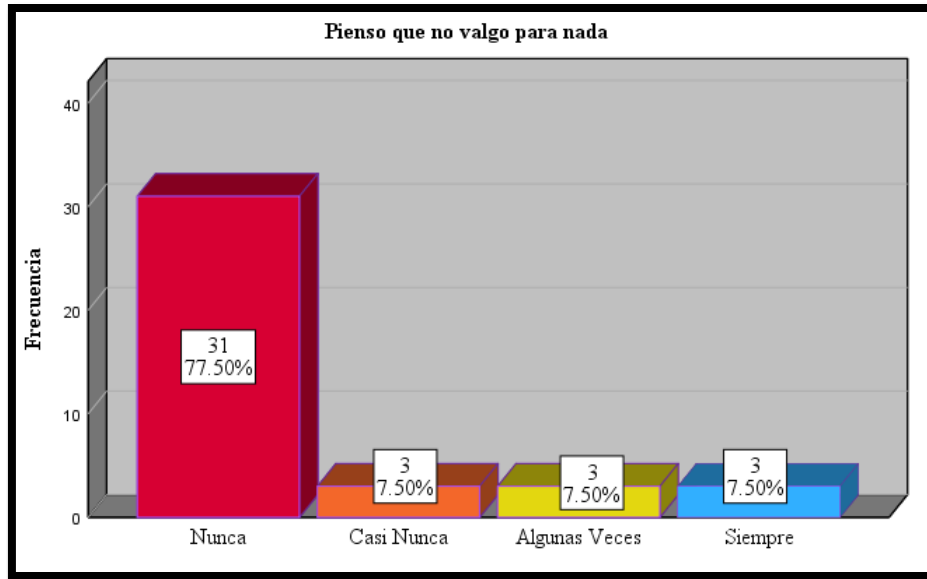
Dimensión de Inutilidad: En la dimensión de Inutilidad está conformada por 9 preguntas en donde se demuestra el esfuerzo que ponen al realizar sus trabajos y actividades en su diario vivir escolar.



Nota: Test de Ansiedad CECAD parte Pre test



Nota: Test de Ansiedad CECAD parte del Pre Test



Nota: Test de Ansiedad CECAD parte Pre Test

Análisis

Los resultados obtenidos dentro de la dimensión de Inutilidad son los siguientes: el 60,00% de estudiantes respondió que nunca los demás pueden hacer la mayoría de las cosas mejor que ellos y el 7,50% algunas veces los demás pueden hacer la mayoría de las cosas mejor que ellos, 95,00% mencionó que nunca creen que son inútiles y el 2,50% casi nunca y siempre piensan que son inútiles, 72,50% indicó que nunca piensan que todo lo hacen mal y en cambio el 2,50% piensan que algunas veces hacen todo mal, el 45,00% nunca necesitan que otros les ayuden para hacer las cosas bien mientras que el 10,00% necesitan que otros les ayuden para hacer las cosas bien, el 67,50% indicaron que nunca han pensado que no sirven para nada y el 2,50% siempre han pensado que no sirven para nada, 42,50% nunca tienen miedo a no saber hacer bien las cosas en cambio el 7,50% siempre han pensado que tienen miedo a no saber hacer bien las cosas, 60,00% contestaron que nunca han tenido miedo de que la gente se burle de ellos mientras que el 5,00% casi nunca han tenido miedo de que la gente se burle de ellos, 52,50%

nunca han dudado cuando tienen que realizar una tarea y el 5,00% siempre han dudado cuando deben realizar una tarea y finalmente el 77,50% nunca piensan que no valen para nada y el 7,50% casi nunca, algunas veces y siempre piensan que no valen para nada.

Interpretación

No existe inutilidad en los estudiantes del tercer año de educación porque en su mayoría respondieron que nunca y casi nunca les afectan los siguientes elementos como que son inútiles, que los demás puede hacer mejor las cosas, que hacen las cosas mal, necesitan ayuda para hacer todo bien, no sirven, miedo a no saber, miedo a lo que dice la gente, dudar en hacer las cosas y piensan que no valen para nada; durante la realización de las tareas, pruebas, proyectos, exposiciones, deberes y talleres hay dudas de cómo hacer, en qué tipo de material, tipo de letra, que materiales a utilizar deben usar que les hacen pensar en cosas negativas pero deben tener siempre presente que hay personas que los pueden guiar tanto dentro de la escuela como en la casa y sobretodo que si no se equivocan como van aprender, deben hacer las cosas conociendo las capacidades que tienen y que cada día van a mejorar y poderlo demostrar.

4.1.1.4. Análisis de la Dimensión de Problemas del Pensamiento del Pre Test CECAD

Tabla 14

Dimensión de Problemas del Pensamiento

Me vienen pensamientos molestos a mi cabeza					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	17	42.5	42.5	42.5
	Casi Nunca	7	17.5	17.5	60.0

Algunas Veces	5	12.5	12.5	72.5
Casi Siempre	1	2.5	2.5	75.0
Siempre	10	25.0	25.0	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Tiendo a pensar lo peor

Válido	Nunca	28	70.0	70.0	70.0
	Casi Nunca	2	5.0	5.0	75.0
	Algunas Veces	3	7.5	7.5	82.5
	Casi Siempre	4	10.0	10.0	92.5
	Siempre	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Tengo pensamientos que no se quitan y que me molestan

Válido	Nunca	21	52.5	52.5	52.5
	Casi Nunca	6	15.0	15.0	67.5
	Algunas Veces	4	10.0	10.0	77.5
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	85.0
	Siempre	6	15.0	15.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me cuesta trabajo ponerme a pensar sobre las cosas

Válido	Nunca	18	45.0	45.0	45.0
	Casi Nunca	9	22.5	22.5	67.5
	Algunas Veces	5	12.5	12.5	80.0
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	87.5
	Siempre	5	12.5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me siento preocupado por cosas que me pueden ocurrir

Válido	Nunca	21	52.5	52.5	52.5
	Casi Nunca	4	10.0	10.0	62.5

Algunas Veces	8	20.0	20.0	82.5
Casi Siempre	3	7.5	7.5	90.0
Siempre	4	10.0	10.0	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Tengo pesadillas y terrores nocturnos

Válido	Nunca	16	40.0	40.0	40.0
	Casi Nunca	10	25.0	25.0	65.0
	Algunas Veces	2	5.0	5.0	70.0
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	77.5
	Siempre	9	22.5	22.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

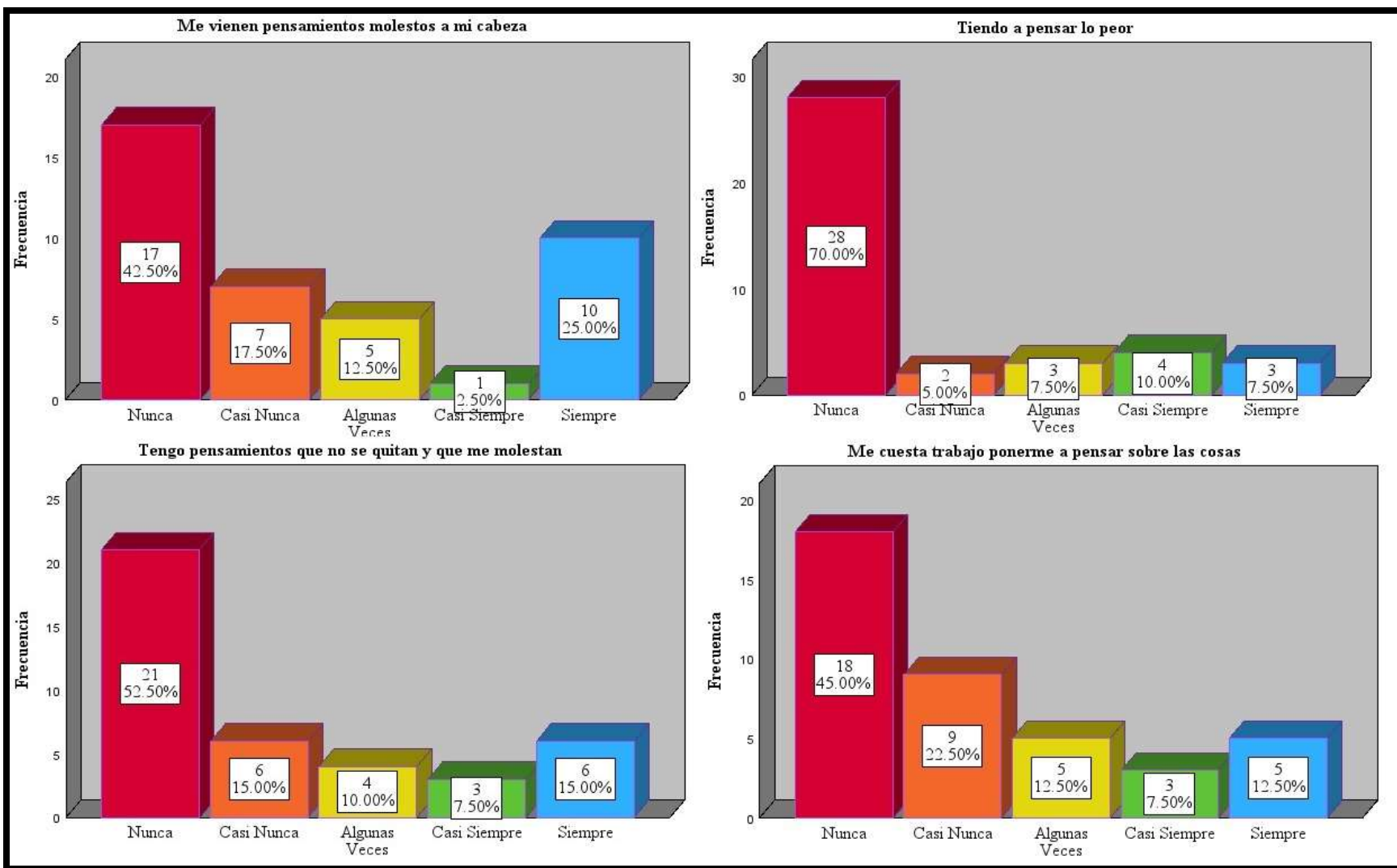
Aunque las cosas tenga una parte positiva y buena, yo suelo fijarme en lo negativo y malo

Válido	Nunca	22	55.0	55.0	55.0
	Casi Nunca	5	12.5	12.5	67.5
	Algunas Veces	2	5.0	5.0	72.5
	Casi Siempre	4	10.0	10.0	82.5
	Siempre	7	17.5	17.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

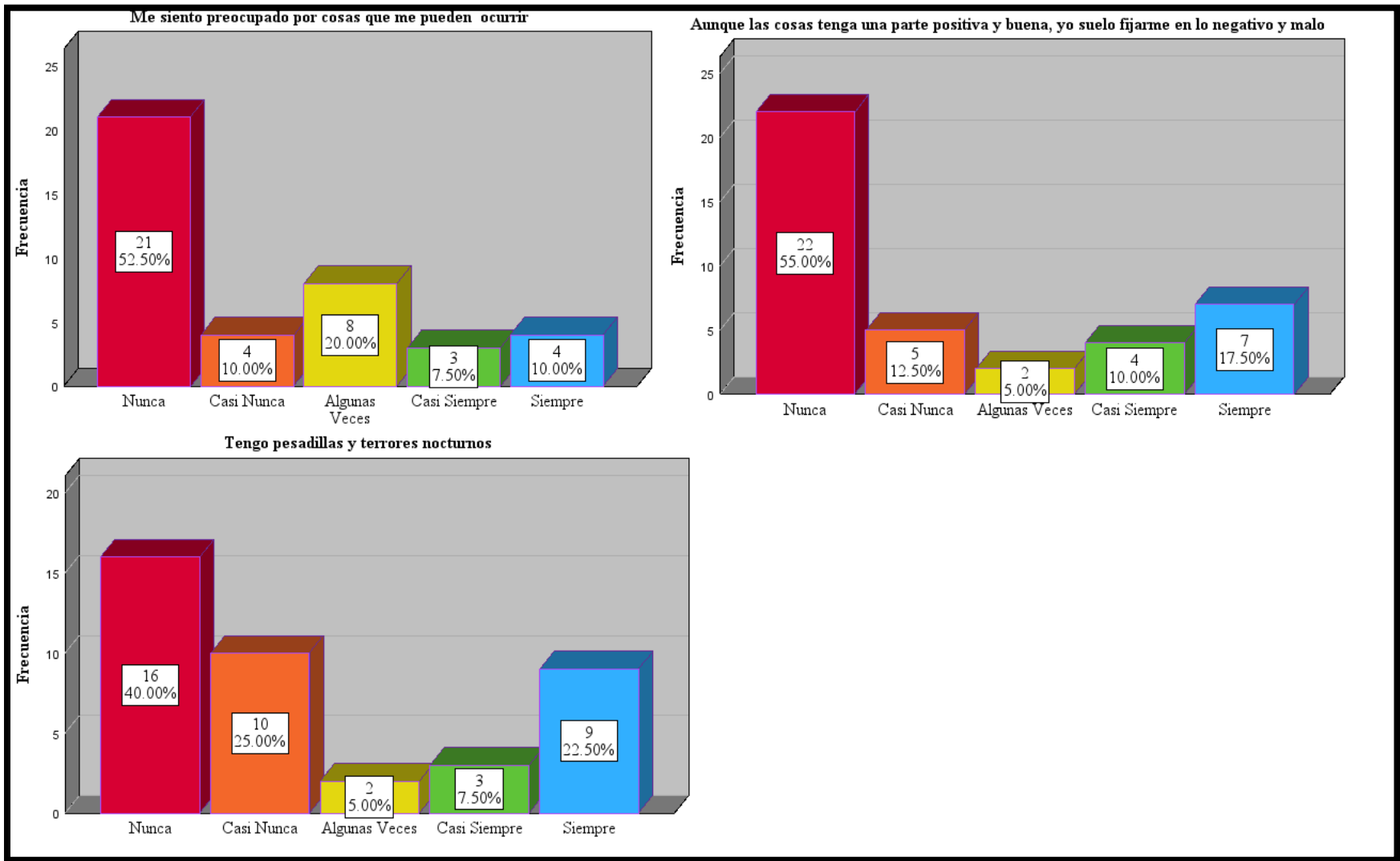
Nota: Test de ansiedad CECAD parte Pre Test

Figura 5

Dimensión de Problemas de Pensamiento: En la dimensión de problemas del pensamiento está formada por 7 preguntas que implica como piensan para actuar y hacer las cosas en la escuela y la casa.



Nota: Test de Ansiedad CECAD parte Pre Test



Nota: Test de Ansiedad CECAD parte Pre Test

Análisis

Los resultados obtenidos dentro de la dimensión de problemas del pensamiento son los siguientes: el 42,50% de niños respondió que nunca les vienen pensamientos molestos a su cabeza a sí mismo y el 2,50% casi siempre les vienen pensamientos molestos a su cabeza, 70,00% mencionó que nunca tienden a pensar lo peor y el 5,00% casi nunca tienden a pensar lo peor, 52,50% indicó que nunca tienen pensamientos que no se quitan y que les molestan y en cambio el 7,50% casi siempre tienen pensamientos que no se quitan y que les molestan, el 45,00% nunca les cuesta trabajo ponerse a pensar sobre las cosas mientras que el 7,50% casi siempre les cuesta trabajo ponerse a pensar sobre las cosas, el 52,50% indicaron que nunca se sienten preocupados por cosas que les pueden ocurrir y el 7,50% casi siempre se sienten preocupados por cosas que les pueden ocurrir, 55,00% nunca han pensado que aunque las cosas tengan una parte positiva y buena, ellos se fijan en lo negativo y malo en cambio el 5,00% algunas veces han pensado aunque las cosas tengan una parte positiva y buena, ellos suelen fijarse en lo negativo y malo, finalmente el 40,00% nunca tienen pesadillas y terrores nocturnos y el 5,00% algunas veces tienen pesadillas y terrores nocturnos.

Interpretación

En la mayoría de los estudiantes del tercer año de educación respondieron que nunca les afectan los siguientes aspectos como tener pensamientos negativos y malos, sentirse preocupados, pesadillas y no pensar en cosas buenas, mientras hay niños que indicaron que estos aspectos algunas veces invaden sus mentes porque no confían en sus conocimientos y lo que han aprendido al momento de realizar las actividades en la escuela y la casa haciendo sus tareas, talleres, deberes, proyectos, presentaciones en grupo y dar lecciones orales y escritas.

4.1.1.5. Análisis de la Dimensión de Síntomas Psicofisiológicos del Pre Test CECAD

Tabla 15

Dimensión de Síntomas Psicofisiológicas

Estoy Nervioso					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	13	32.5	32.5	32.5
	Casi Nunca	2	5.0	5.0	37.5
	Algunas Veces	16	40.0	40.0	77.5
	Casi Siempre	5	12.5	12.5	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
Me encuentro mal cuando estoy con gente					
Válido	Nunca	19	47.5	47.5	47.5
	Casi Nunca	4	10.0	10.0	57.5
	Algunas Veces	6	15.0	15.0	72.5
	Casi Siempre	8	20.0	20.0	92.5
	Siempre	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
Me despierto muchas veces durante la misma noche					
Válido	Nunca	19	47.5	47.5	47.5
	Casi Nunca	3	7.5	7.5	55.0
	Algunas Veces	7	17.5	17.5	72.5
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	80.0
	Siempre	8	20.0	20.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
Tengo la sensación de que me falta el aire para respirar					
Válido	Nunca	17	42.5	42.5	42.5
	Casi Nunca	9	22.5	22.5	65.0
	Algunas Veces	4	10.0	10.0	75.0
	Casi Siempre	5	12.5	12.5	87.5
	Siempre	5	12.5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
Se me quedan dormidos los brazos, manos, pies o piernas					
Válido	Nunca	18	45.0	45.0	45.0
	Casi Nunca	3	7.5	7.5	52.5
	Algunas Veces	8	20.0	20.0	72.5

	Casi Siempre	4	10.0	10.0	82.5
	Siempre	7	17.5	17.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me cuesta mucho dormir

Válido	Nunca	16	40.0	40.0	40.0
	Casi Nunca	4	10.0	10.0	50.0
	Algunas Veces	3	7.5	7.5	57.5
	Casi Siempre	8	20.0	20.0	77.5
	Siempre	9	22.5	22.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Siento dolores en el pecho

Válido	Nunca	20	50.0	50.0	50.0
	Casi Nunca	6	15.0	15.0	65.0
	Algunas Veces	3	7.5	7.5	72.5
	Casi Siempre	6	15.0	15.0	87.5
	Siempre	5	12.5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me siento mal en los lugares donde me es difícil escapar

Válido	Nunca	27	67.5	67.5	67.5
	Casi Nunca	2	5.0	5.0	72.5
	Algunas Veces	3	7.5	7.5	80.0
	Casi Siempre	1	2.5	2.5	82.5
	Siempre	7	17.5	17.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Cuando estoy entre gente procuro marcharme a otro lugar

Válido	Nunca	20	50.0	50.0	50.0
	Casi Nunca	5	12.5	12.5	62.5
	Algunas Veces	4	10.0	10.0	72.5
	Casi Siempre	6	15.0	15.0	87.5
	Siempre	5	12.5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Tengo sensación de hormigueo en algunas partes del cuerpo

Válido	Nunca	15	37.5	37.5	37.5
	Casi Nunca	5	12.5	12.5	50.0
	Algunas Veces	6	15.0	15.0	65.0
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	72.5
	Siempre	11	27.5	27.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Se nubla la vista

Válido	Nunca	26	65.0	65.0	65.0
--------	-------	----	------	------	------

	Casi Nunca	5	12.5	12.5	77.5
	Algunas Veces	4	10.0	10.0	87.5
	Casi Siempre	1	2.5	2.5	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me tiemblan las manos

Válido	Nunca	21	52.5	52.5	52.5
	Casi Nunca	3	7.5	7.5	60.0
	Algunas Veces	10	25.0	25.0	85.0
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	92.5
	Siempre	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Siento una opresión en el pecho que me corta la respiración

Válido	Nunca	26	65.0	65.0	65.0
	Casi Nunca	6	15.0	15.0	80.0
	Algunas Veces	3	7.5	7.5	87.5
	Casi Siempre	2	5.0	5.0	92.5
	Siempre	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Durante el día paso con facilidad de estar alegre a estar triste

Válido	Nunca	15	37.5	37.5	37.5
	Casi Nunca	3	7.5	7.5	45.0
	Algunas Veces	7	17.5	17.5	62.5
	Casi Siempre	9	22.5	22.5	85.0
	Siempre	6	15.0	15.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me canso más rápido que los demás

Válido	Nunca	18	45.0	45.0	45.0
	Casi Nunca	5	12.5	12.5	57.5
	Algunas Veces	10	25.0	25.0	82.5
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Siento dolores por diferentes partes de mi cuerpo

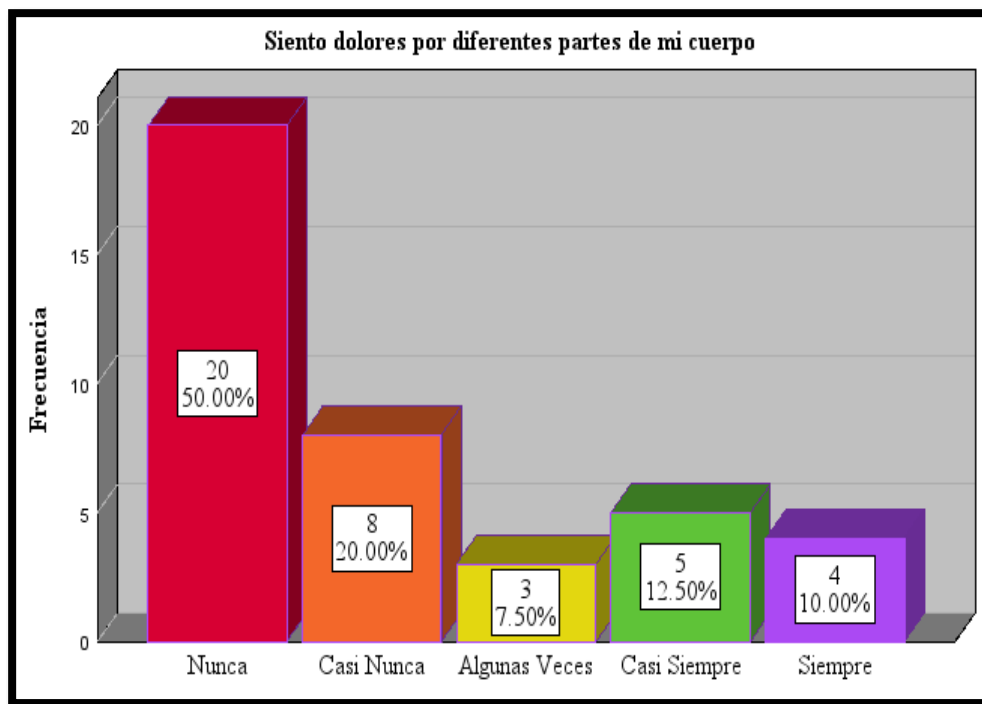
Válido	Nunca	20	50.0	50.0	50.0
	Casi Nunca	8	20.0	20.0	70.0
	Algunas Veces	3	7.5	7.5	77.5
	Casi Siempre	5	12.5	12.5	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me agobio en los sitios con mucha gente					
Válido	Nunca	25	62.5	62.5	62.5
	Casi Nunca	5	12.5	12.5	75.0
	Algunas Veces	4	10.0	10.0	85.0
	Casi Siempre	2	5.0	5.0	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

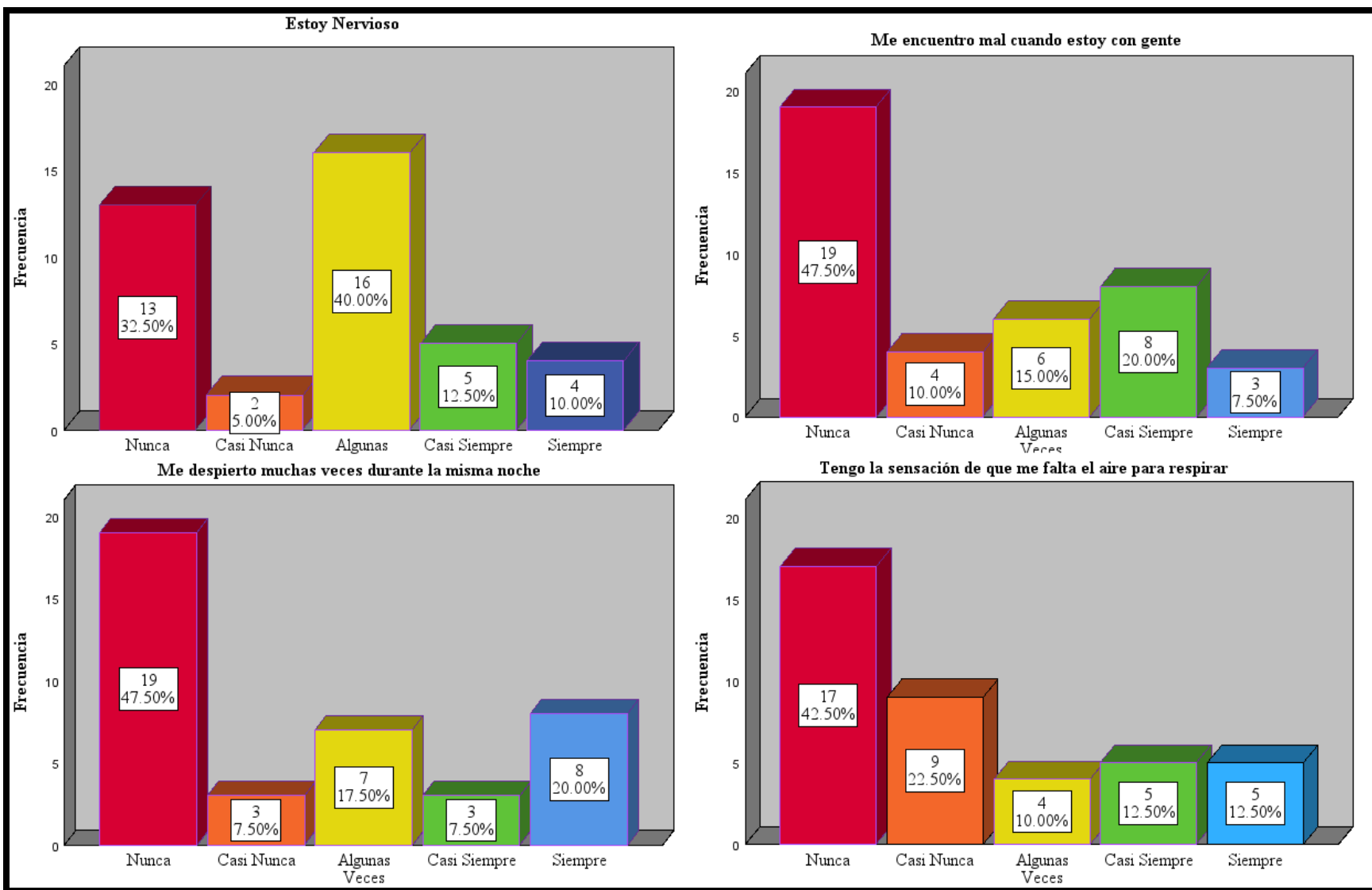
Nota: Test de ansiedad CECAD parte del Pre Test

Figura 6

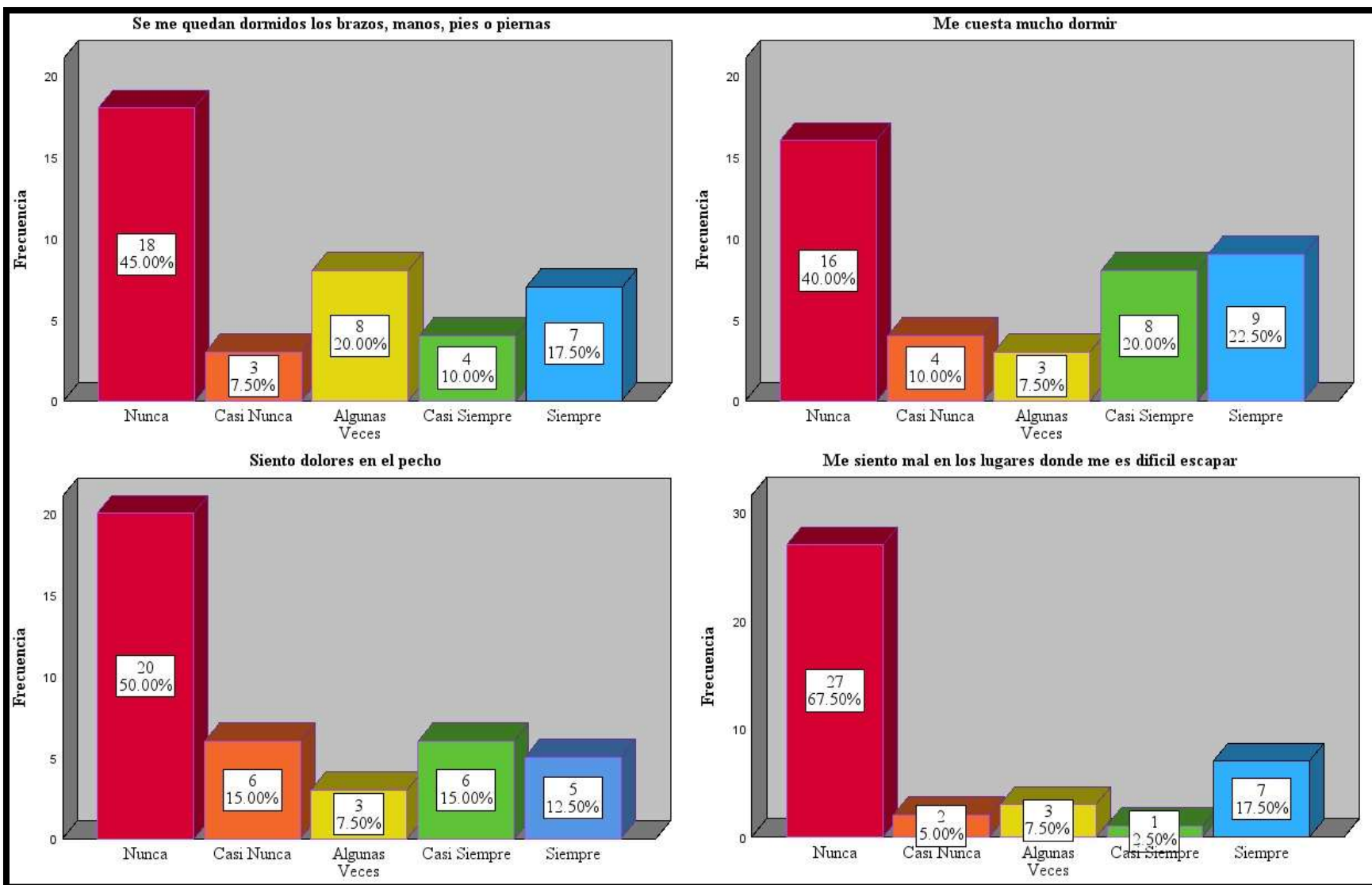
Dimensión de los síntomas psicofisiológicos: En la dimensión de los síntomas psicofisiológicos está formada por 17 preguntas que son visibles en dolores que se presentan en el cuerpo del estudiante al momento que está sometido a mucha presión para realizar las actividades solicitadas en la escuela o en la casa.



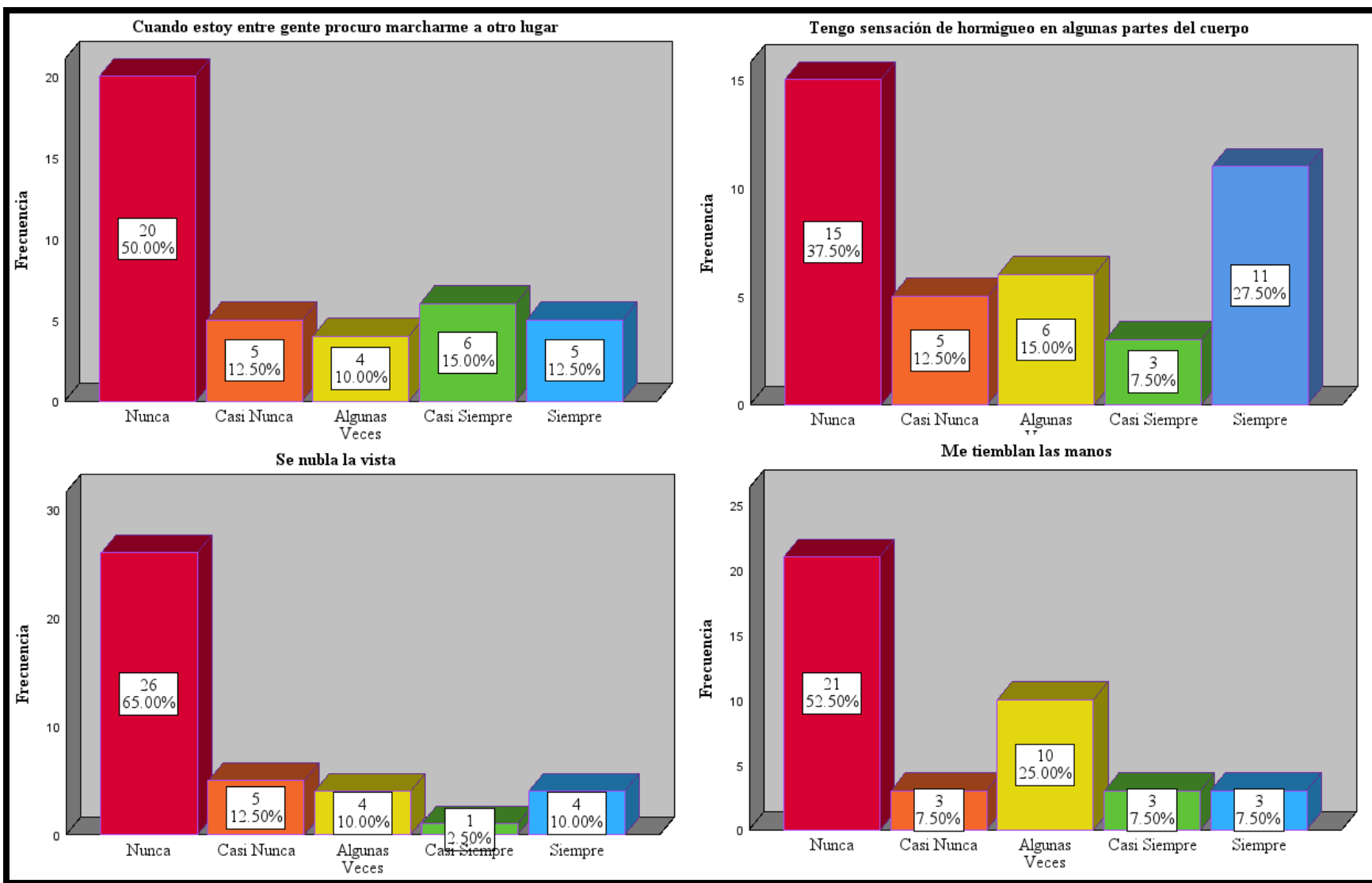
Nota: Test de Ansiedad CECAD parte Pre Test



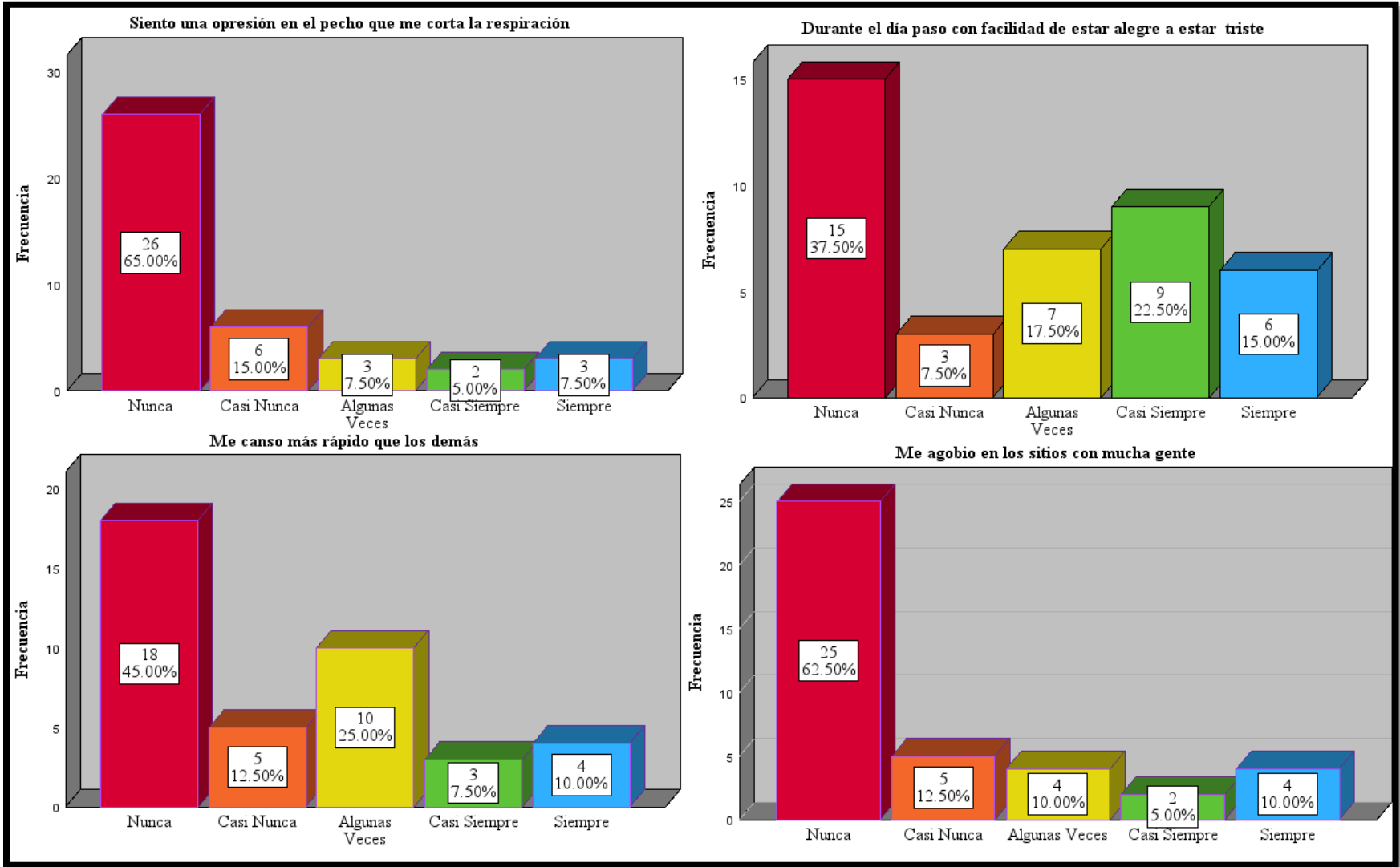
Nota: Test de Ansiedad CECAD parte del Pre Test



Nota: Test de Ansiedad CECAD parte del Pre Test



Nota: Test de Ansiedad CECAD parte del Pre Test



Nota: Test de Ansiedad CECAD parte del Pre Test

Análisis

Los resultados obtenidos dentro de la dimensión de síntomas psicofisiológicos son los siguientes: el 40,00% de niños respondió que algunas veces están nerviosos y el 5,00% casi nunca están nerviosos, 47,50% mencionó que nunca se encuentran mal cuando están con gente y el 7,50% siempre se encuentran mal cuando están con gente, 47,50% indicó que nunca se despiertan muchas veces durante la misma noche y en cambio el 7,50% casi nunca y casi siempre se despiertan muchas veces durante la misma noche, el 42,50% nunca tienen la sensación de que les falta el aire para respirar, mientras que el 10,00% algunas veces tienen la sensación que les falta el aire para respirar, el 45,00% indicaron que nunca se quedan dormidos los brazos, manos, pies y piernas, y el 7,50% casi nunca se quedan dormidos los brazos, manos, pies y piernas, 40,00% nunca les cuesta mucho dormir y en cambio el 7,50% algunas veces les cuesta mucho dormir, 50,00% nunca sienten dolores en el pecho y el 7,50% mencionó que algunas veces sienten dolores en el pecho, 67,50% nunca se sienten mal en los lugares donde es difícil escapar mientras que el 2,50% casi siempre se sienten mal en los lugares donde es difícil escapar, 50,00% nunca cuando están entre gente procuran marcharse a otros lugares y el 10,00% indicó que algunas veces cuando están entre gente procuran marcharse a otro lugar, 37,50% nunca tienen sensación de hormigueo en algunas partes del cuerpo en cambio el 7,50% casi siempre tienen sensación de hormigueo en algunas partes del cuerpo, 65,00% nunca se les nubla la vista y el 2,50% casi siempre se les nubla la vista, 52,50% nunca les tiemblan las manos mientras el 7,50% casi nunca, casi siempre y siempre les tiemblan las manos, el 65,00% nunca sienten una opresión en el pecho que les corta la respiración y el 5,00% casi siempre sienten una opresión en el pecho que les corta la respiración, el 37,50% respondieron que nunca durante el día pasan con facilidad de estar alegres a estar tristes y el 7,50% casi nunca durante el día pasan

con facilidad de estar alegres a estar tristes, 45,00% indicaron que nunca se cansan más rápido que los demás en cambio el 7,50% casi siempre se cansan más rápido que los demás, 62,50% mencionaron que nunca se agobian en los sitios con mucha gente y el 5,00% casi siempre se agobian en los sitios con mucha gente y finalmente el 50,00% nunca sienten dolores por diferentes partes de su cuerpo y el 7,50% algunas veces sienten dolores por diferentes partes de su cuerpo.

Interpretación

En el tercer grado de educación básica los niños respondieron que algunas veces y nunca tienen síntomas como nervios, cansancio, les cuesta dormir, dolores en las diferentes partes de su cuerpo, cambios de humor, no se sienten bien en lugares o con personas, les tiemblan las piernas o brazos y la falta de aire, esto quiere decir que ellos no tienen síntomas psicofisiológicos en cambio hay niños que presentan esos síntomas más a menudo cuando tienen que rendir un examen, prueba, test o lección donde necesitan más concentración pero los nervios les traicionan y juegan con su mente y les hacen confundir pero siempre deben recordar que se puede lograr hacer esas tareas.

4.1.1.6 . Análisis de la Ansiedad del Pre Test CECAD

Tabla 16

Dimensión de la Ansiedad

		Estoy Nervioso			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	13	32.5	32.5	32.5

	Casi Nunca	2	5.0	5.0	37.5
	Algunas Veces	16	40.0	40.0	77.5
	Casi Siempre	5	12.5	12.5	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
Me encuentro mal cuando estoy con gente					
Válido	Nunca	19	47.5	47.5	47.5
	Casi Nunca	4	10.0	10.0	57.5
	Algunas Veces	6	15.0	15.0	72.5
	Casi Siempre	8	20.0	20.0	92.5
	Siempre	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
Tengo la sensación de que me falta el aire para respirar					
Válido	Nunca	17	42.5	42.5	42.5
	Casi Nunca	9	22.5	22.5	65.0
	Algunas Veces	4	10.0	10.0	75.0
	Casi Siempre	5	12.5	12.5	87.5
	Siempre	5	12.5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
Me relajo con dificultad					
Válido	Nunca	18	45.0	45.0	45.0
	Casi Nunca	3	7.5	7.5	52.5
	Algunas Veces	13	32.5	32.5	85.0
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	92.5
	Siempre	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
Se me quedan dormidos los brazos, manos, pies o piernas					
Válido	Nunca	18	45.0	45.0	45.0
	Casi Nunca	3	7.5	7.5	52.5
	Algunas Veces	8	20.0	20.0	72.5
	Casi Siempre	4	10.0	10.0	82.5
	Siempre	7	17.5	17.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
Me cuesta mucho dormir					
Válido	Nunca	16	40.0	40.0	40.0
	Casi Nunca	4	10.0	10.0	50.0
	Algunas Veces	3	7.5	7.5	57.5
	Casi Siempre	8	20.0	20.0	77.5
	Siempre	9	22.5	22.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
Siento dolores en el pecho					
Válido	Nunca	20	50.0	50.0	50.0
	Casi Nunca	6	15.0	15.0	65.0

Me siento mal en los lugares donde me es difícil escapar					
Válido	Nunca	27	67.5	67.5	67.5
	Casi Nunca	2	5.0	5.0	72.5
	Algunas Veces	3	7.5	7.5	80.0
	Casi Siempre	1	2.5	2.5	82.5
	Siempre	7	17.5	17.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Cuando estoy entre gente procuro marcharme a otro lugar					
Válido	Nunca	20	50.0	50.0	50.0
	Casi Nunca	5	12.5	12.5	62.5
	Algunas Veces	4	10.0	10.0	72.5
	Casi Siempre	6	15.0	15.0	87.5
	Siempre	5	12.5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Tengo sensación de hormigueo en algunas partes del cuerpo					
Válido	Nunca	15	37.5	37.5	37.5
	Casi Nunca	5	12.5	12.5	50.0
	Algunas Veces	6	15.0	15.0	65.0
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	72.5
	Siempre	11	27.5	27.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Se nubla la vista					
Válido	Nunca	26	65.0	65.0	65.0
	Casi Nunca	5	12.5	12.5	77.5
	Algunas Veces	4	10.0	10.0	87.5
	Casi Siempre	1	2.5	2.5	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me tiemblan las manos					
Válido	Nunca	21	52.5	52.5	52.5
	Casi Nunca	3	7.5	7.5	60.0
	Algunas Veces	10	25.0	25.0	85.0
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	92.5
	Siempre	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Siento una opresión en el pecho que me corta la respiración					
Válido	Nunca	26	65.0	65.0	65.0
	Casi Nunca	6	15.0	15.0	80.0
	Algunas Veces	3	7.5	7.5	87.5

	Casi Siempre	2	5.0	5.0	92.5
	Siempre	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me cuesta trabajo ponerme a pensar sobre las cosas

Válido	Nunca	18	45.0	45.0	45.0
	Casi Nunca	9	22.5	22.5	67.5
	Algunas Veces	5	12.5	12.5	80.0
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	87.5
	Siempre	5	12.5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me siento preocupado por cosas que me pueden ocurrir

Válido	Nunca	21	52.5	52.5	52.5
	Casi Nunca	4	10.0	10.0	62.5
	Algunas Veces	8	20.0	20.0	82.5
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me agobio en los sitios con mucha gente

Válido	Nunca	25	62.5	62.5	62.5
	Casi Nunca	5	12.5	12.5	75.0
	Algunas Veces	4	10.0	10.0	85.0
	Casi Siempre	2	5.0	5.0	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Siento dolores por diferentes partes de mi cuerpo

Válido	Nunca	20	50.0	50.0	50.0
	Casi Nunca	8	20.0	20.0	70.0
	Algunas Veces	3	7.5	7.5	77.5
	Casi Siempre	5	12.5	12.5	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
	Total	40	100.0	100.0	

Tengo pensamientos que no se quitan y que me molestan

Válido	Nunca	21	52.5	52.5	52.5
--------	-------	----	------	------	------

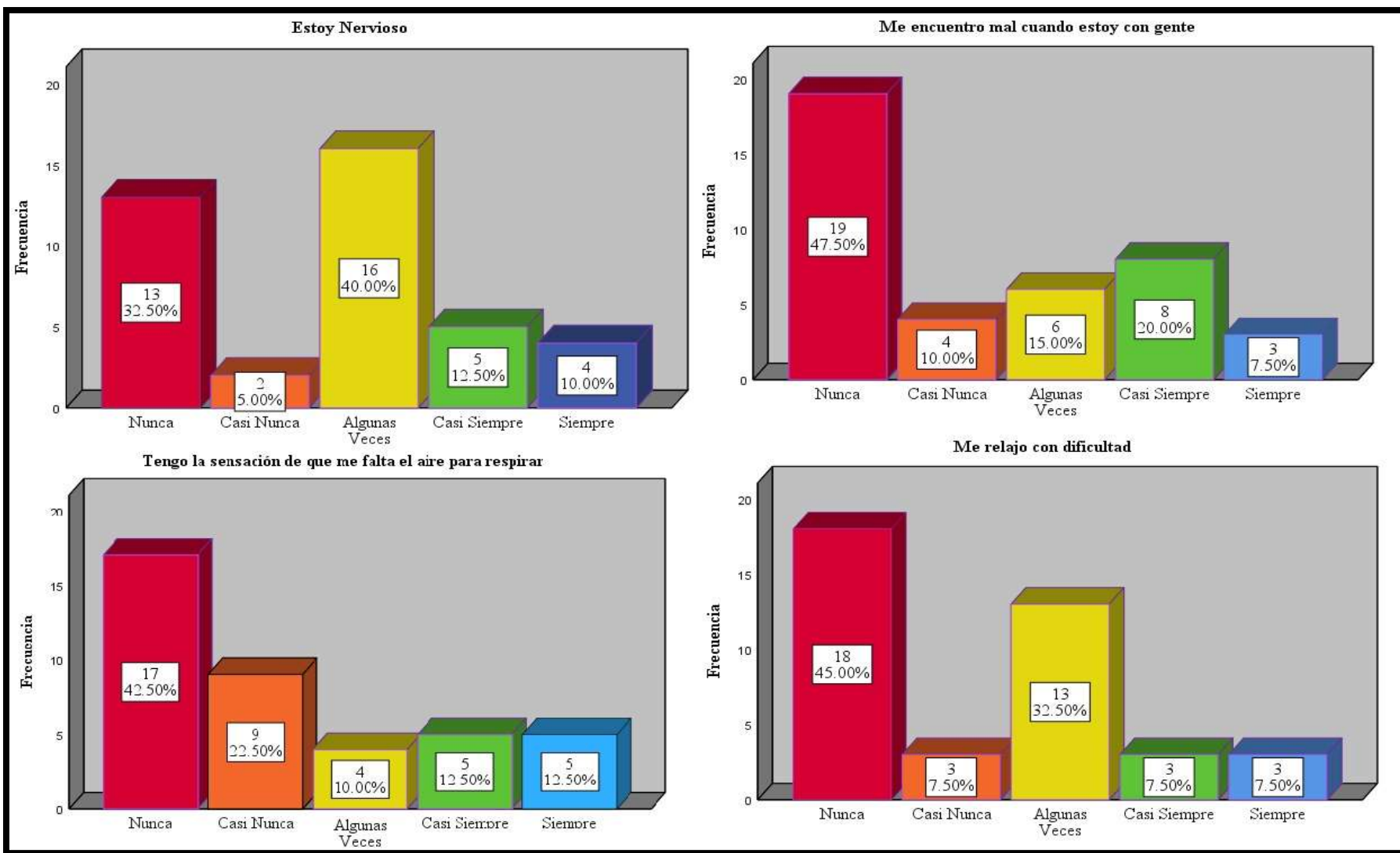
Nota: Test de ansiedad CECAD parte del Pre Test

Figura

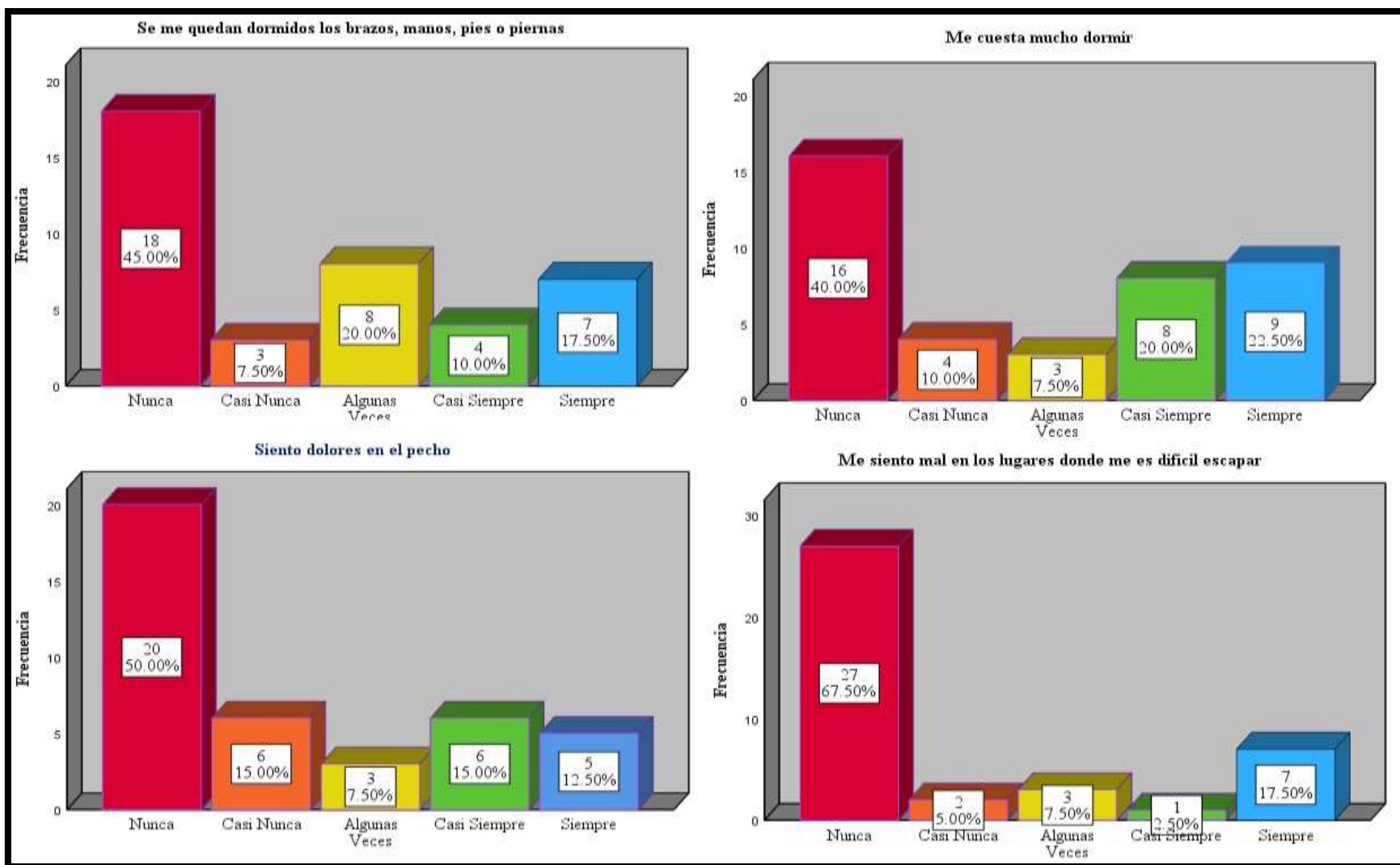
Casi Nunca	6	15.0	15.0	67.5
Algunas Veces	4	10.0	10.0	77.5
Casi Siempre	3	7.5	7.5	85.0
Siempre	6	15.0	15.0	100.0
Total	40	100.0	100.0	

7

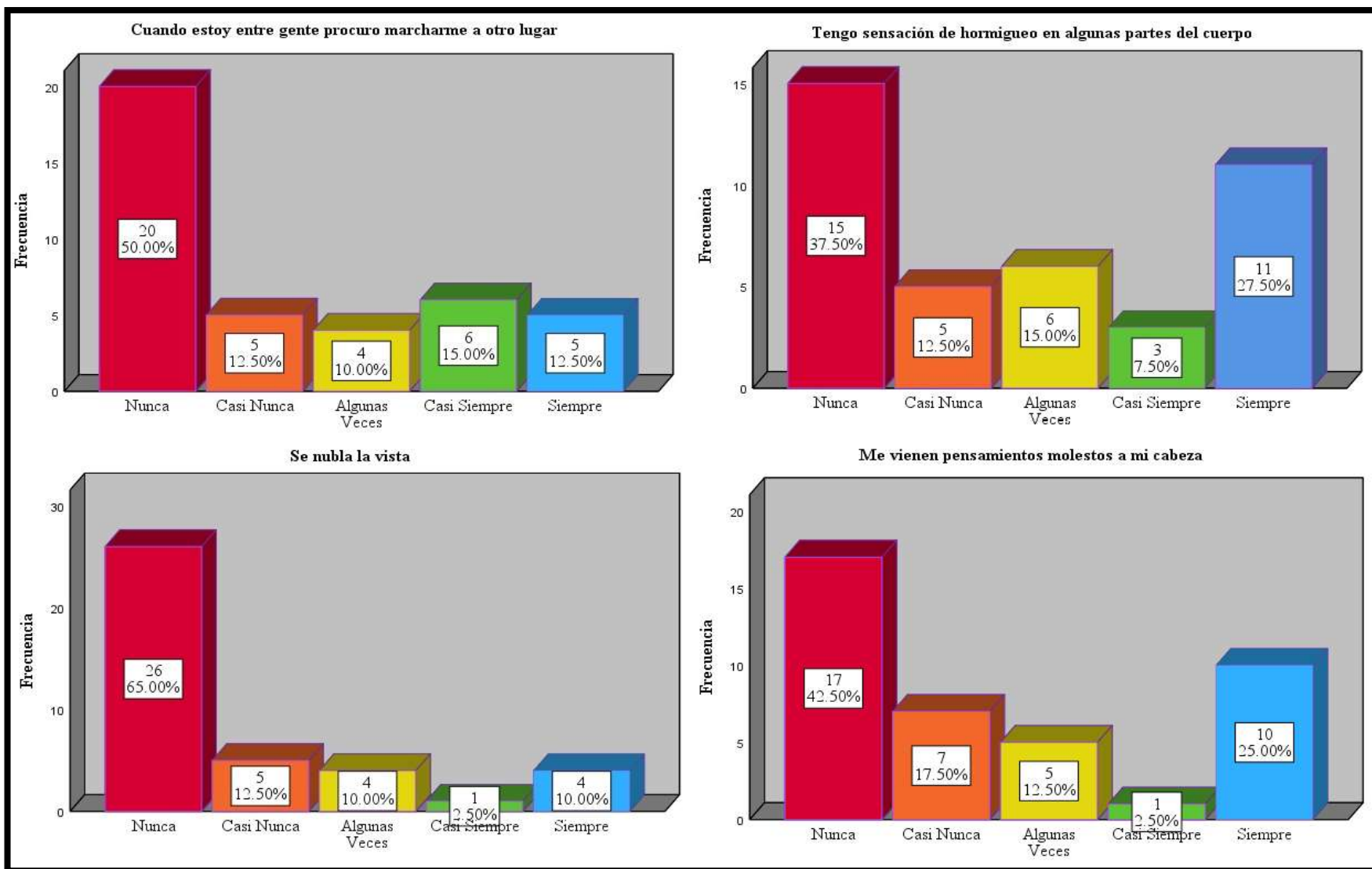
Dimensión de la Ansiedad: En la dimensión de la Ansiedad está formada por 19 preguntas que son visibles en dolores que se presentan en el cuerpo del estudiante y pensamientos negativos al momento de realizar algunas actividades escolares en donde están sometido a mucha presión y son solicitadas en la escuela o en la casa.



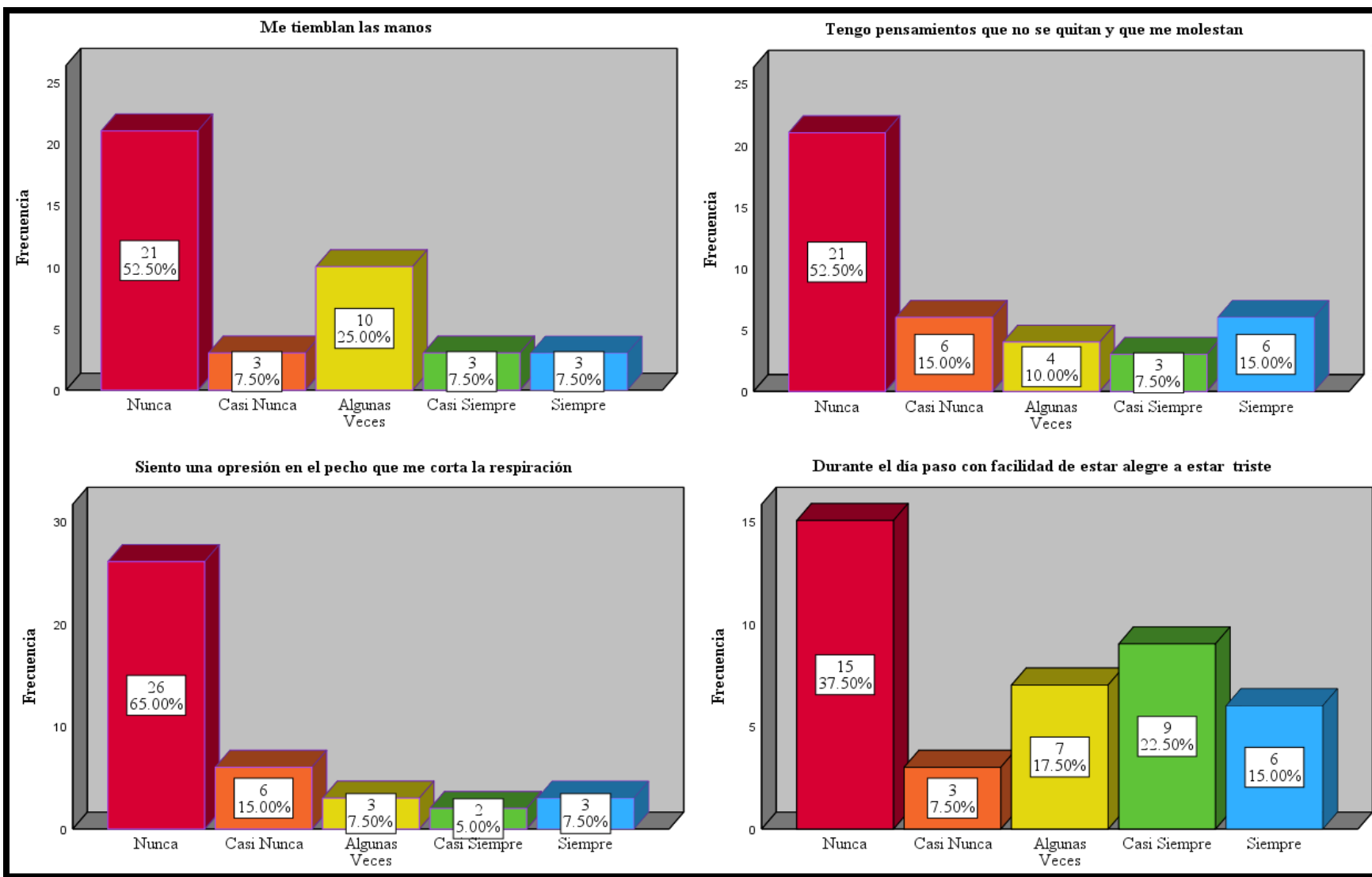
Nota: Test de ansiedad CECAD parte del Pre Test



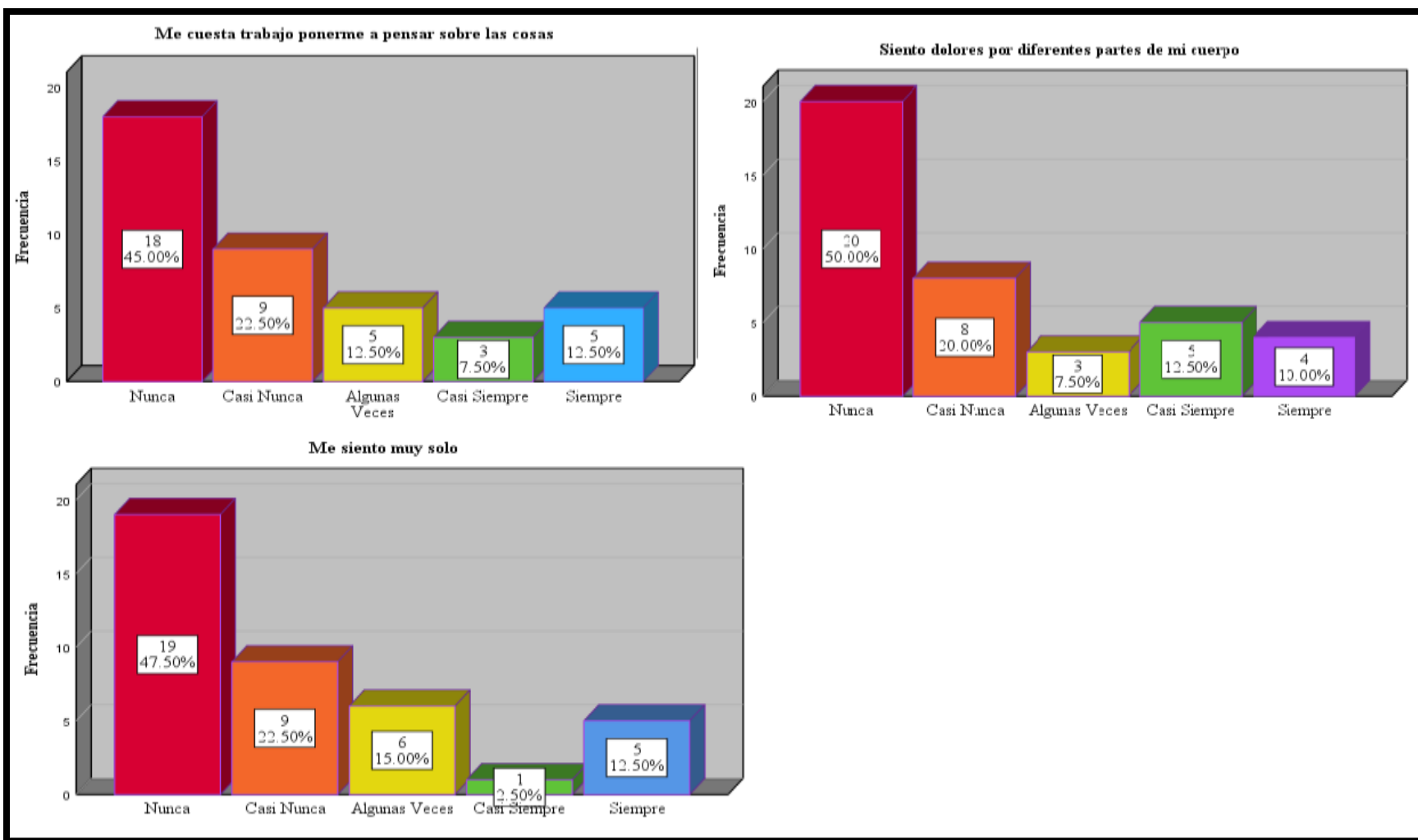
Nota: Test de ansiedad CECAD parte del Pre Test



Nota: Test de ansiedad CECAD parte del Pre Test



Nota: Test de ansiedad CECAD parte del Pre Test



Nota: Test de ansiedad CECAD parte del Pre Test

Análisis

Los resultados obtenidos dentro de la dimensión de ansiedad son los siguientes: el 40,00% de niños respondió que algunas veces están nerviosos y el 5,00% casi nunca están nerviosos, 47,50% mencionó que nunca se encuentran mal cuando están con gente y el 7,50% siempre se encuentran mal cuando están con gente, 42,50% indicó que nunca tienen la sensación de que les falta el aire para respirar y en cambio el 10,00% algunas veces tienen la sensación de que les falta el aire para respirar, el 45,00% nunca se relajan con facilidad mientras que el 7,50% casi nunca, casi siempre y siempre se relajan con facilidad, el 45,00% indicaron que nunca se quedan dormidos los brazos, manos, pies y piernas, y el 7,50% casi nunca se quedan dormidos los brazos, manos, pies y piernas, 40,00% nunca les cuesta mucho dormir y en cambio el 7,50% algunas veces les cuesta mucho dormir, 50,00% nunca sienten dolores en el pecho y el 7,50% mencionó que algunas veces sienten dolores en el pecho, 67,50% nunca se sienten mal en los lugares donde es difícil escapar mientras que el 2,50% casi siempre se sienten mal en los lugares donde es difícil escapar, 50,00% nunca cuando están entre gente procuran marcharse a otros lugares y el 10,00% indicó que algunas veces cuando están entre gente procuran marcharse a otro lugar, 37,50% nunca tienen sensación de hormigueo en algunas partes del cuerpo en cambio el 7,50% casi siempre tienen sensación de hormigueo en algunas partes del cuerpo, 65,00% nunca se les nubla la vista y el 2,50% casi siempre se les nubla la vista, 42,50% nunca les vienen pensamientos molestos a la cabeza mientras el 2,50% casi siempre se les vienen pensamientos molestos a la cabeza, el 52,50% nunca les tiemblan las manos y el 7,50% casi nunca, casi siempre y siempre les tiemblan las manos, el 52,50% respondieron que nunca tienen pensamientos que no se quitan y que les molesta y el 7,50% casi siempre tienen pensamientos que no se quitan y que les molesta, 65,00% indicaron que nunca sienten una opresión en el pecho

que se les corta la respiración en cambio el 7,50% casi nunca y siempre sienten una opresión en el pecho que se les corta la respiración, 45,00% mencionaron que nunca les cuesta trabajo ponerse a pensar sobre las cosas y el 7,50% casi siempre les cuesta trabajo ponerse a pensar sobre las cosas, 52,50% indicaron que nunca se sienten preocupados por cosas que les pueden ocurrir en cambio el 7,50% casi siempre se sienten preocupados por cosas que les pueden ocurrir, 47,50% mencionaron que nunca se agobian en los sitios con mucha gente y el 2,50% casi siempre se agobian en los sitios con mucha gente y finalmente el 50,00% nunca sienten dolores por diferentes partes de su cuerpo y el 7,50% algunas veces sienten dolores por diferentes partes de su cuerpo.

Interpretación

Los niños están sometidos bajo mucha presión al momento de la presentación y realización de las actividades escolares, demostrando que nunca y algunas veces tienen síntomas como nervios, cansancio, les cuesta dormir, dolores en las diferentes partes de su cuerpo, cambios de humor, no se sienten bien en lugares o con personas, les tiemblan las piernas o brazos y la falta de aire, con esto quieren decir que hay circunstancias que permitan que saquen estas emociones como son los exámenes, pero sin olvidar que se debe estar más atentos para poderles brindar la ayuda necesaria.

4.1.2. Análisis e Interpretación de los Resultados de las Notas del Primer Quimestre

Tabla 17

Promedio del primer Quimestre

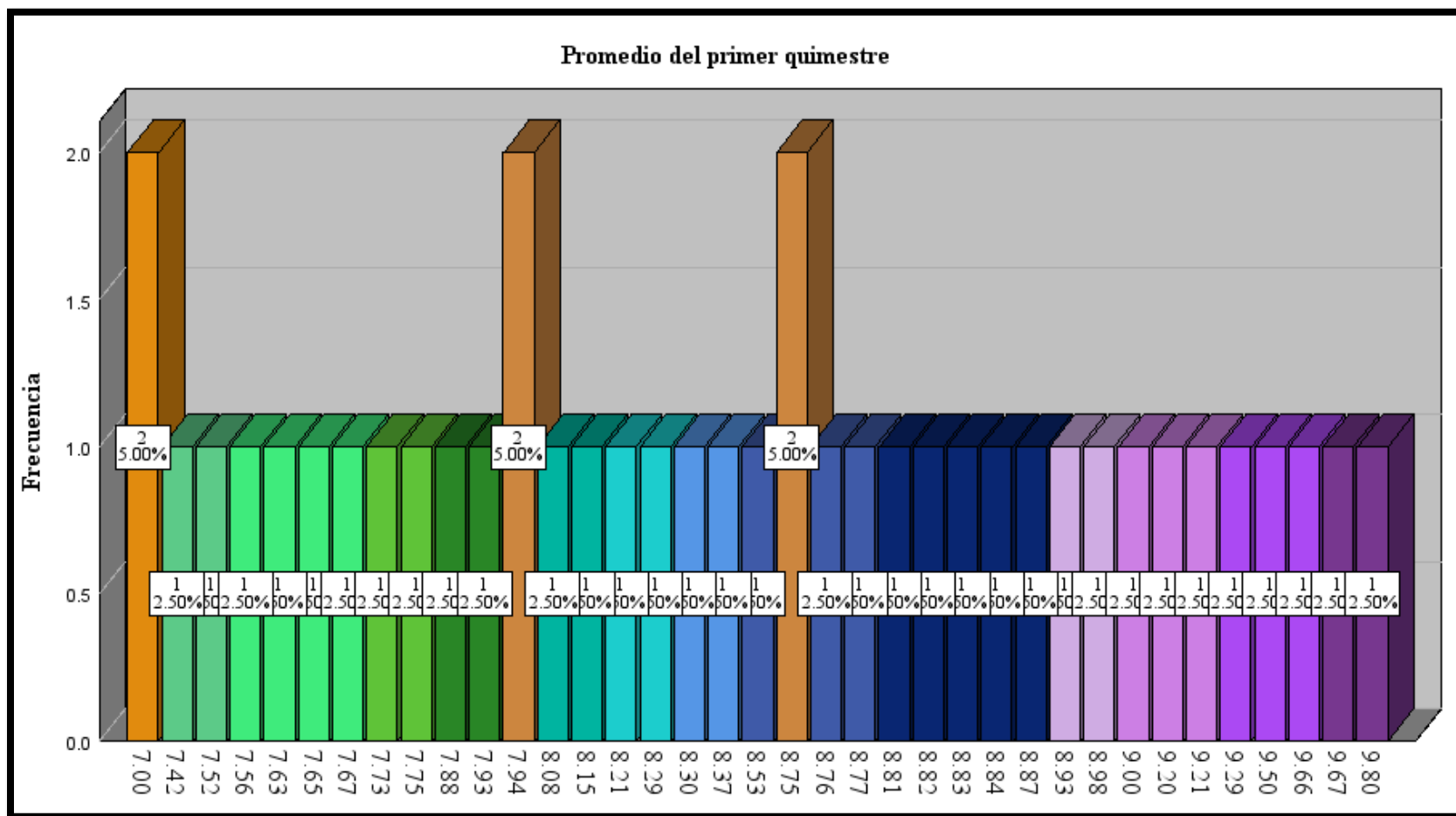
Promedio del primer Quimestre					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	7.00	2	5.0	5.0	5.0
	7.42	1	2.5	2.5	7.5
	7.52	1	2.5	2.5	10.0
	7.56	1	2.5	2.5	12.5
	7.63	1	2.5	2.5	15.0
	7.65	1	2.5	2.5	17.5
	7.67	1	2.5	2.5	20.0
	7.73	1	2.5	2.5	22.5
	7.75	1	2.5	2.5	25.0
	7.88	1	2.5	2.5	27.5
	7.93	1	2.5	2.5	30.0
	7.94	2	5.0	5.0	35.0
	8.08	1	2.5	2.5	37.5
	8.15	1	2.5	2.5	40.0
	8.21	1	2.5	2.5	42.5
	8.29	1	2.5	2.5	45.0
	8.30	1	2.5	2.5	47.5
	8.37	1	2.5	2.5	50.0
	8.53	1	2.5	2.5	52.5
	8.75	2	5.0	5.0	57.5
	8.76	1	2.5	2.5	60.0
	8.77	1	2.5	2.5	62.5

8.81	1	2.5	2.5	65.0
8.82	1	2.5	2.5	67.5
8.83	1	2.5	2.5	70.0
8.84	1	2.5	2.5	72.5
8.87	1	2.5	2.5	75.0
8.93	1	2.5	2.5	77.5
8.98	1	2.5	2.5	80.0
9.00	1	2.5	2.5	82.5
9.20	1	2.5	2.5	85.0
9.21	1	2.5	2.5	87.5
9.29	1	2.5	2.5	90.0
9.50	1	2.5	2.5	92.5
9.66	1	2.5	2.5	95.0
9.67	1	2.5	2.5	97.5
9.80	1	2.5	2.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Nota: Boletín de Calificaciones parte del Pre Test

Figura 8

Representación de los promedios del primer Quimestre



Nota: Boletín de calificaciones del primer Quimestre

Análisis

El promedio de los estudiantes del tercer año de educación básica se puede conocer que dos niños tienen el mismo promedio de 7,00 corresponde al 5,00%, 7,94 que es el 5,00%, 8,75 que es el 5,00% y los demás son niños que sus promedios están dentro de 7,52 hasta 9,80 variando los decimales y cada uno de ellos representa el 2,5% y sumando todos los porcentajes da 100% que corresponde a los 40 estudiantes del grado.

Interpretación

En esta figura se puede visualizar los promedios de los estudiantes del primer Quimestre de todas las materias que reciben como Matemática, Lengua y Literatura, Estudios Sociales, Ciencias Naturales y Educación Física; estos son obtenidos por los aportes que durante los 5 primeros meses presentan como deberes, talleres individuales y grupales, lecciones, pruebas, presentación de trabajos y proyectos.

Tabla 18

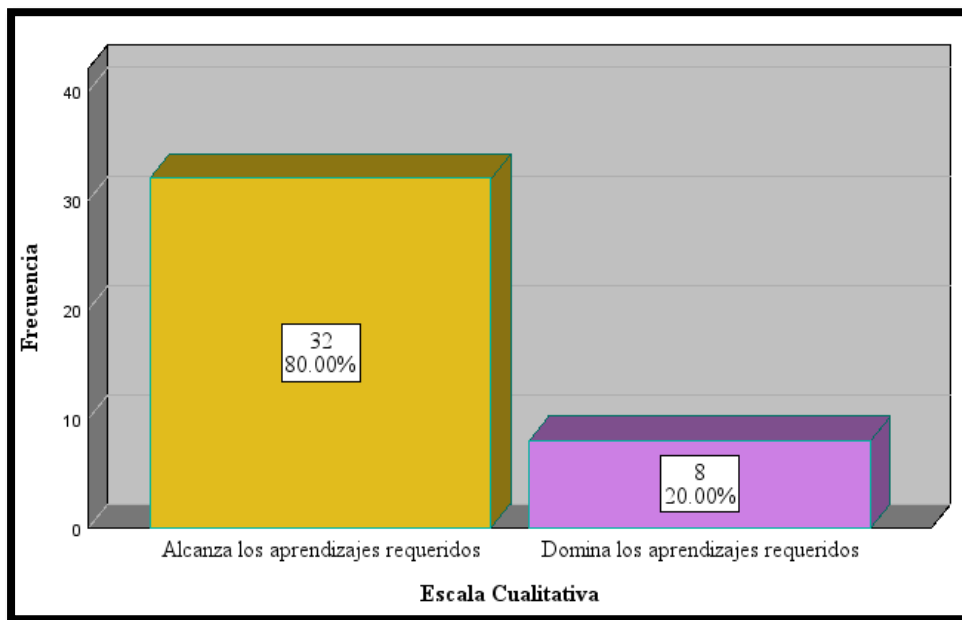
Promedio enlazado con su escala cuantitativa del Primer Quimestre

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Alcanza los aprendizajes requeridos	32	80.0	80.0	80.0
	Domina los aprendizajes requeridos	8	20.0	20.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Nota: Boletín de Calificaciones del Primer Quimestre

Figura 9

Promedio enlazado con su escala cuantitativa del Primer Quimestre



Nota: Boletín de Calificaciones

Análisis

De los 40 estudiantes que corresponde el 100%, 32 niños que son el 80,00% tienen su escala cuantitativa de que alcanzaron los aprendizajes requeridos porque sus promedios deben estar entre las notas base de 7 y 8, mientras que 8 estudiantes que corresponde al 20,00% obtuvieron la escala cuantitativa domina el aprendizaje porque su promedio debe estar entre las notas de 9 o 10 que son las notas más altas del grado.

Interpretación:

La comparación entre hombres y mujeres en notas son las siguientes: 6 niños y 8 niñas obtuvieron el promedio de 7,00, 10 niños y 8 niñas obtuvieron un promedio de 8,00 y finalmente

2 niños y 6 niñas sacaron un promedio de 9,00 esto quiere decir que tanto las niñas como los niños tienen los mismos promedios durante el primer quimestre; ambos grupos deben dedicarse un poco más a estudiar y hacer bien las actividades dentro del salón de clases para obtener buenas calificaciones.

4.1.3. Análisis e Interpretación de los Resultados del Pre Test de Ansiedad CECAD

Tabla 19

Análisis del Pre Test con Shapiro Wilk

Descriptivas						
	IRRITABILIDAD pre	INUTILIDAD pre	PROBLEMAS PENSAMEN TO Pre	SINTOMAS PSICOFISIO LOGICOS Pre	ANSIEDAD Pre	PROMEDIO QUIMESTRE I
W de Shapir o-Wilk	0.962	0.887	0.924	0.974	0.976	0.730
Valor p de Shapir o-Wilk	0.195	<.001	0.011	0.470	0.544	<.001

Nota: Programa SSPS

Interpretación

Se aplicó la prueba de Shapiro Wilk para conocer sobre la distribución que hay entre el pre test CECAD y sus dimensiones como irritabilidad, inutilidad, problemas del pensamiento, síntomas psicofisiológicos y ansiedad con el promedio del primer quimestre de los niños del tercer año personal social **no fueron normales** con esta información se aplicó la prueba de correlación de Spearman.

Tabla 20*Análisis con la Prueba de Spearman en el Pre test*

PROMEDIO QUIMESTRE I			
IRRITABILIDAD pre	Rho de Spearman	-0.395	*
	valor p	0.012	
INUTILIDAD pre	Rho de Spearman	-0.061	
	valor p	0.710	
PROBLEMAS PENSAMIENTO Pre	Rho de Spearman	-0.189	
	valor p	0.243	
SINTOMAS PSICOFISIOLOGICOS Pre	Rho de Spearman	-0.077	
	valor p	0.638	
ANSIEDAD Pre	Rho de Spearman	-0.098	
	valor p	0.549	

Nota: Programa SPSS**Interpretación**

Con la aplicación de la prueba de correlación de Spearman se conoció que existió una correlación negativa entre la dimensión de Irritabilidad y el Promedio del primer quimestre (Rho= -0.395, $p < 0.05$), esto quiere decir que entre más alto sea el nivel de Irritabilidad de los niños más bajo será los promedios en cambio entre más bajo sea el nivel de Irritabilidad será más alto el promedio, todas las demás dimensiones son normales.

4.1.4. Análisis e Interpretación de los Resultados del Post Test de Ansiedad CECAD

Tabla 21

Dimensión de Irritabilidad del Post Test

Pienso en hacerme daño a mí mismo					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	31	77.5	77.5	77.5
	Casi Nunca	5	12.5	12.5	90.0
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	97.5
	Siempre	1	2.5	2.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
Tan pronto estoy de buen como de mal humor					
Válido	Nunca	18	45.0	45.0	45.0
	Casi Nunca	6	15.0	15.0	60.0
	Algunas Veces	8	20.0	20.0	80.0
	Casi Siempre	4	10.0	10.0	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
Me enfado con facilidad					
Válido	Nunca	17	42.5	42.5	42.5
	Casi Nunca	10	25.0	25.0	67.5
	Algunas Veces	5	12.5	12.5	80.0
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	87.5
	Siempre	5	12.5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
Me preocupa perder el control de mí mismo					
Válido	Nunca	19	47.5	47.5	47.5
	Casi Nunca	8	20.0	20.0	67.5
	Algunas Veces	8	20.0	20.0	87.5
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	95.0
	Siempre	2	5.0	5.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
Cualquier cosa me irrita mucho					
Válido	Nunca	12	30.0	30.0	30.0
	Casi Nunca	19	47.5	47.5	77.5
	Algunas Veces	5	12.5	12.5	90.0
	Casi Siempre	2	5.0	5.0	95.0
	Siempre	2	5.0	5.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

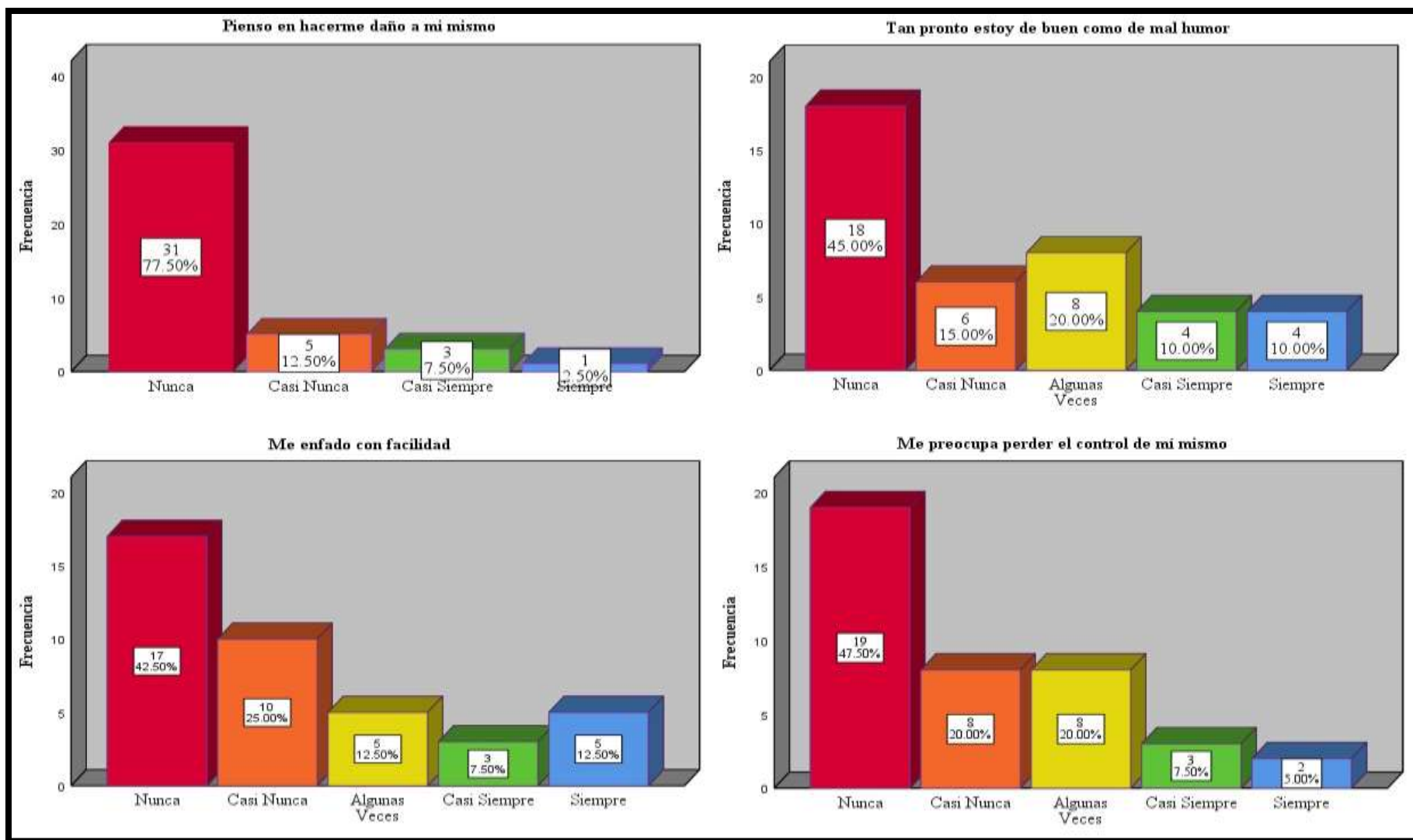
Me enfado sin motivos					
Válido	Nunca	29	72.5	72.5	72.5
	Casi Nunca	6	15.0	15.0	87.5
	Algunas Veces	3	7.5	7.5	95.0
	Casi Siempre	1	2.5	2.5	97.5
	Siempre	1	2.5	2.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
Me siento con rabia por dentro					
Válido	Nunca	21	52.5	52.5	52.5
	Casi Nunca	8	20.0	20.0	72.5
	Algunas Veces	5	12.5	12.5	85.0
	Casi Siempre	2	5.0	5.0	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Nota: Test de ansiedad CECAD parte del Post Test

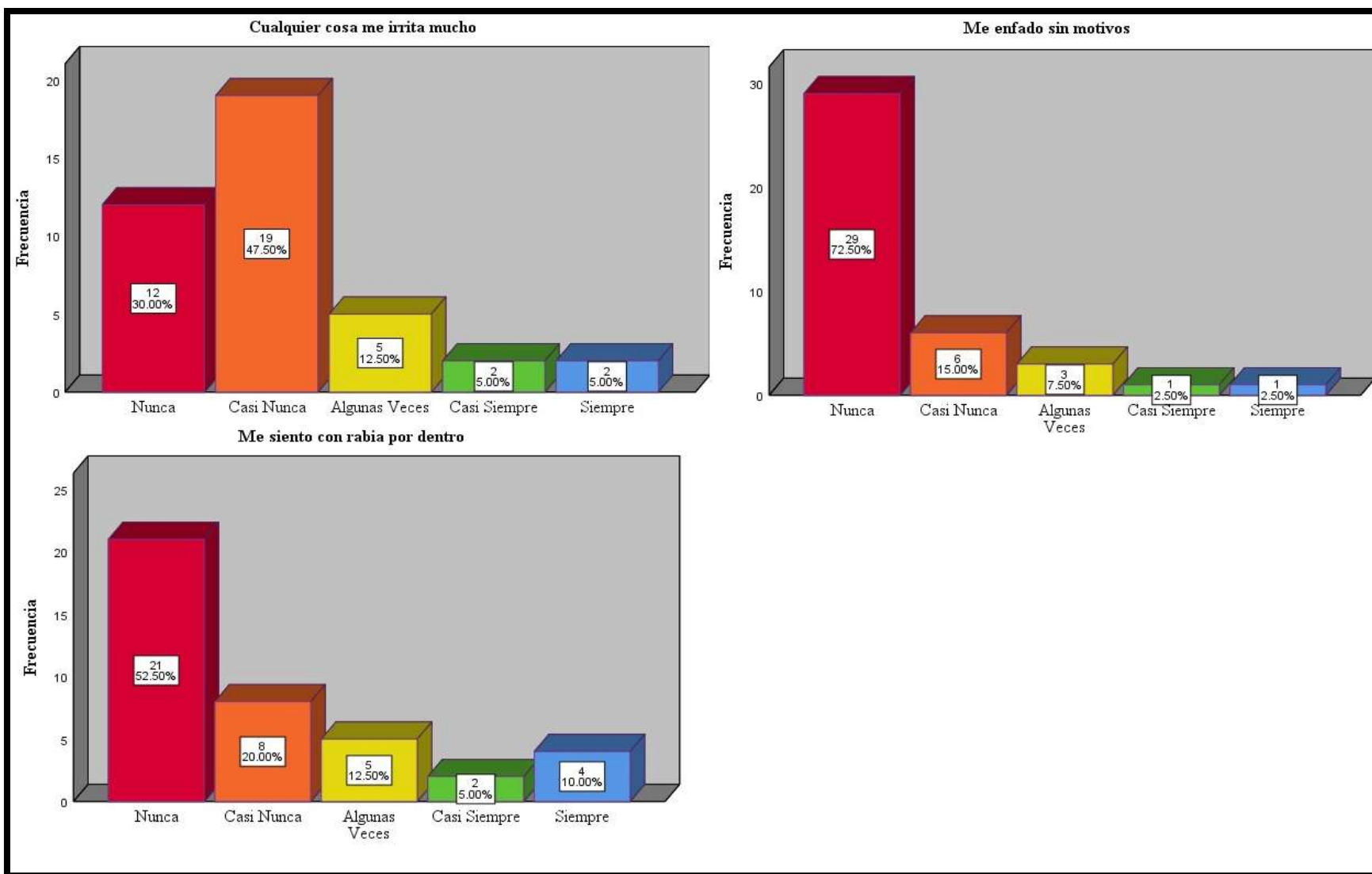
Figura 10

Dimensión de Irritabilidad en el Post Test

En la dimensión de Irritabilidad está formada por 7 preguntas que conforman el estado de ánimo de alegres, tristes, confundidos y enojados que tienen los estudiantes, esto se evidencia más aún cuando se está próximo a terminar el año lectivo donde la presión es más fuerte por obtener las mejores notas.



Nota: Test de Ansiedad CECAD parte del Post Test



Nota: Test de Ansiedad CECAD parte del Post Test

Análisis

Los resultados obtenidos dentro de la dimensión de Irritabilidad dentro de post test son los siguientes: el 77,50% de estudiantes respondió que nunca ha pensado hacerse daño a sí mismo, el 2,50% siempre han pensado hacerse daño a sí mismos, 45,00% mencionó que nunca cambian tan pronto de buen como de mal humor y el 10,00% casi siempre y siempre cambian tan pronto de buen como de mal humor, 42,50% indicó que nunca se enfadan con facilidad y en cambio el 7,50% se enfadan con facilidad casi siempre, el 47,50% nunca se preocupan de perder el control de ellos mismos mientras que el 5,00% siempre se preocupan de perder el control de ellos mismos, el 47,50% indicaron que casi nunca se irritan mucho por cualquier cosa y el 5,00% casi siempre o siempre se irritan por cualquier cosa, 72,50% nunca se enfadan sin motivos en cambio el 2,50% casi siempre y siempre se enfadan sin motivos y finalmente el 52,50% nunca se sienten con rabia por dentro y el 5,00% casi siempre se sienten con rabia por dentro.

Interpretación

No hay irritabilidad en el post test de los niños del tercer año de educación general básica de la unidad educativa “Atahualpa” porque respondieron que nunca y casi nunca les afectan los siguientes aspectos como hacerse daño, los cambios de humor, enfadarse, perder el control, irritarse, enfadarse sin motivos y tener rabia por dentro; en cambio hay momentos en el transcurso de las clases o presentación de tareas, pruebas, proyectos o los deberes que a ciertos niños les afectan en esos aspectos, pero pueden sobrellevar esos estados de ánimo.

Tabla 22*Dimensión de la Inutilidad del Post Test*

Los demás pueden hacer la mayoría de las cosas mejor que yo					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	23	57.5	57.5	57.5
	Casi Nunca	8	20.0	20.0	77.5
	Algunas Veces	3	7.5	7.5	85.0
	Casi Siempre	2	5.0	5.0	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
Creo que soy inútil					
Válido	Nunca	38	95.0	95.0	95.0
	Algunas Veces	1	2.5	2.5	97.5
	Siempre	1	2.5	2.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
Pienso que todo lo hago mal					
Válido	Nunca	25	62.5	62.5	62.5
	Casi Nunca	5	12.5	12.5	75.0
	Algunas Veces	5	12.5	12.5	87.5
	Casi Siempre	1	2.5	2.5	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
Necesito que otros me ayuden para hacer las cosas bien					
Válido	Nunca	21	52.5	52.5	52.5
	Casi Nunca	7	17.5	17.5	70.0
	Algunas Veces	6	15.0	15.0	85.0
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	92.5
	Siempre	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
No sirvo para nada					
Válido	Nunca	24	60.0	60.0	60.0
	Casi Nunca	7	17.5	17.5	77.5
	Algunas Veces	3	7.5	7.5	85.0
	Casi Siempre	5	12.5	12.5	97.5
	Siempre	1	2.5	2.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Tengo miedo a no saber hacer bien las cosas

Válido	Nunca	19	47.5	47.5	47.5
	Casi Nunca	6	15.0	15.0	62.5
	Algunas Veces	9	22.5	22.5	85.0
	Casi Siempre	1	2.5	2.5	87.5
	Siempre	5	12.5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Tengo miedo de que la gente se burle de mí

Válido	Nunca	24	60.0	60.0	60.0
	Casi Nunca	7	17.5	17.5	77.5
	Algunas Veces	1	2.5	2.5	80.0
	Casi Siempre	2	5.0	5.0	85.0
	Siempre	6	15.0	15.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Cuando tengo que realizar una tarea dudo si hacerla

Válido	Nunca	21	52.5	52.5	52.5
	Casi Nunca	4	10.0	10.0	62.5
	Algunas Veces	7	17.5	17.5	80.0
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	87.5
	Siempre	5	12.5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Pienso que no valgo para nada

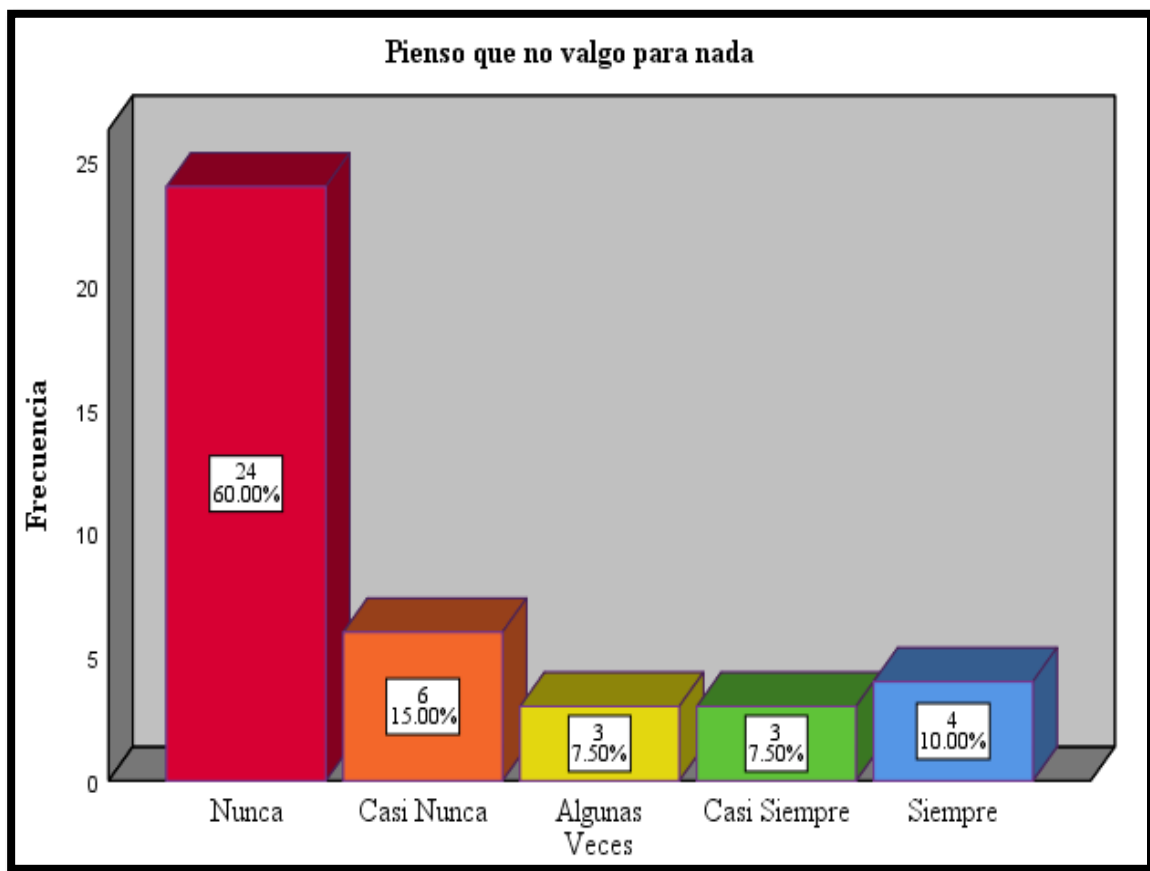
Válido	Nunca	24	60.0	60.0	60.0
	Casi Nunca	6	15.0	15.0	75.0
	Algunas Veces	3	7.5	7.5	82.5
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Nota: Test de ansiedad CECAD parte del Post Test

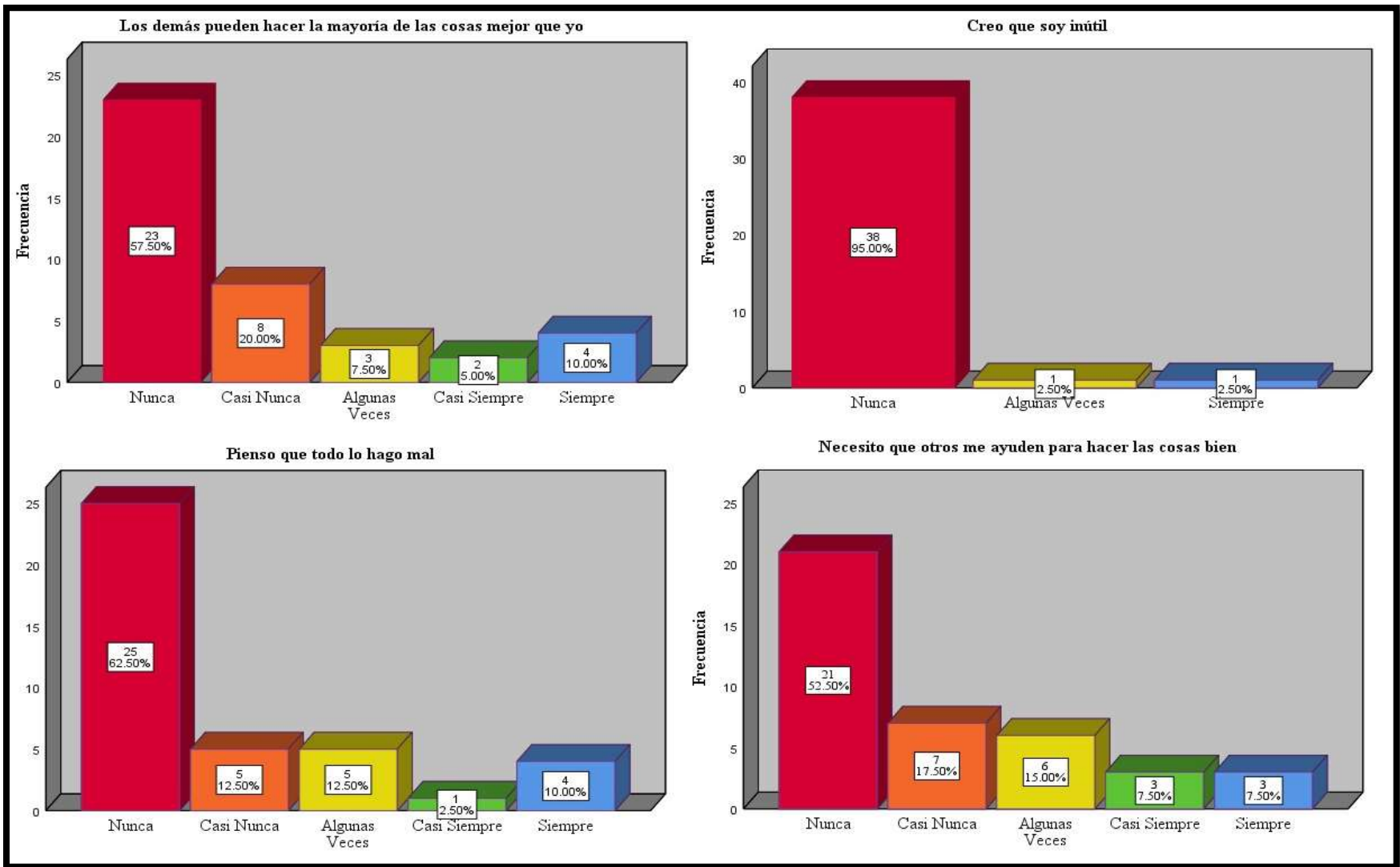
Figura 11

Dimensión de la Inutilidad del Post Test

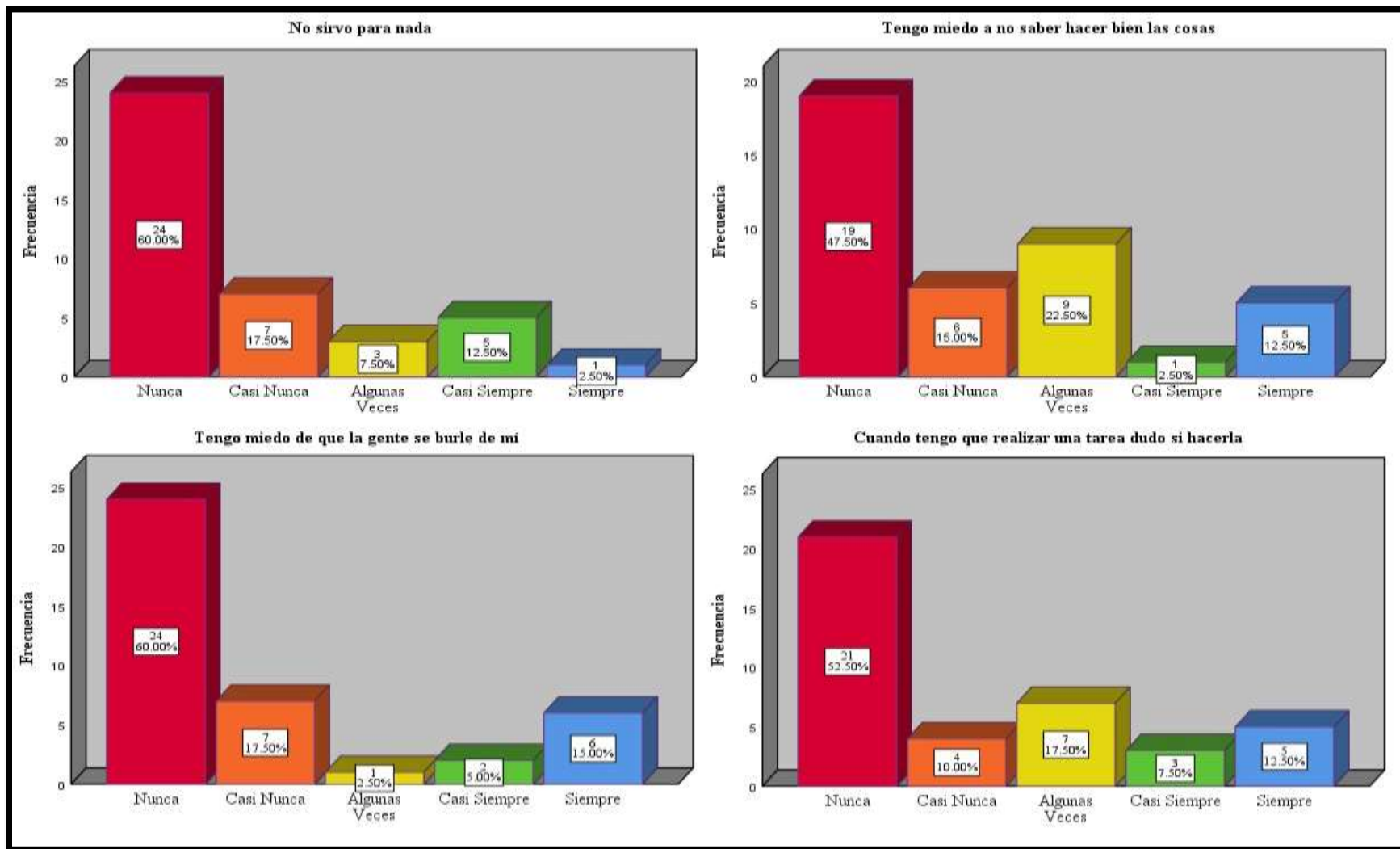
En la dimensión de Inutilidad está formada por 9 preguntas en donde se demuestra el esfuerzo que ponen al realizar sus trabajos y actividades en su diario vivir escolar, la presión es más fuerte porque están próximos a terminar el año lectivo y se conoce si tienen buenas o malas calificaciones.



Nota: Test de ansiedad CECAD parte del Post Test



Nota: Test de ansiedad CECAD parte del Post Test



Nota: Test de Ansiedad CECAD parte del Post Test

Análisis

Los resultados obtenidos dentro de la dimensión de Inutilidad del post test son los siguientes: el 57,50% de estudiantes respondió que nunca los demás pueden hacer la mayoría de las cosas mejor que ellos y el 5,00% casi siempre los demás pueden hacer la mayoría de las cosas mejor que ellos, 95,00% mencionó que nunca creen que son inútiles y el 2,50% algunas veces y siempre piensan que son inútiles, 62,50% indicó que nunca piensan que todo lo hacen mal y en cambio el 2,50% piensan que casi siempre hacen todo mal, el 52,50% nunca necesitan que otros les ayuden para hacer las cosas bien mientras que el 7,50% casi siempre y siempre necesitan que otros les ayuden para hacer las cosas bien, el 60,00% indicaron que nunca han pensado que no sirven para nada y el 2,50% siempre han pensado que no sirven para nada, 47,50% nunca tienen miedo a no saber hacer bien las cosas en cambio el 2,50% casi siempre han pensado que tienen miedo a no saber hacer bien las cosas, 60,00% contestaron que nunca han tenido miedo de que la gente se burle de ellos mientras que el 2,50% algunas veces han tenido miedo de que la gente se burle de ellos, 52,50% nunca han dudado cuando tienen que realizar una tarea y el 7,50% casi siempre han dudado cuando deben realizar una tarea y finalmente el 60,00% nunca piensan que no valen para nada y el 7,50% algunas veces o casi siempre piensan que no valen para nada.

Interpretación

No existe inutilidad realizado en el post test CECAD en los estudiantes del tercer año de educación porque respondieron que nunca y casi nunca les afectan los siguientes elementos como que son inútiles, que los demás puede hacer mejor las cosas, que hacen las cosas mal, necesitan ayuda para hacer todo bien, no sirven, miedo a no saber, miedo a lo que dice la gente, dudar en hacer las cosas y piensan que no valen para nada; durante la realización de las tareas,

pruebas, proyectos, exposiciones, deberes y talleres hay dudas de cómo hacer, en qué tipo de material, tipo de letra, que materiales deben usar, que les hacen pensar en cosas negativas pero deben tener siempre presente que hay personas que los pueden guiar tanto dentro de la escuela como en la casa y sobretodo que si no se equivocan como van aprender, deben hacer las cosas conociendo las capacidades que tienen y que cada día van a mejorar y poderlo demostrar, estos pensamientos son más frecuentes porque saben que ya va a terminar el año lectivo y la presión aumenta para obtener buenas notas.

Tabla 23

Dimensión Problemas del Pensamiento del Post Test

Me vienen pensamientos molestos a mi cabeza					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	16	40.0	40.0	40.0
	Casi Nunca	5	12.5	12.5	52.5
	Algunas Veces	9	22.5	22.5	75.0
	Casi Siempre	5	12.5	12.5	87.5
	Siempre	5	12.5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Tengo pensamientos que no se quitan y que me molestan					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	20	50.0	50.0	50.0
	Casi Nunca	7	17.5	17.5	67.5
	Algunas Veces	8	20.0	20.0	87.5
	Casi Siempre	1	2.5	2.5	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me cuesta trabajo ponerme a pensar sobre las cosas

Válido	Nunca	23	57.5	57.5	57.5
	Casi Nunca	7	17.5	17.5	75.0
	Algunas Veces	1	2.5	2.5	77.5
	Casi Siempre	2	5.0	5.0	82.5
	Siempre	7	17.5	17.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Tiendo a pensar lo peor

Válido	Nunca	25	62.5	62.5	62.5
	Casi Nunca	7	17.5	17.5	80.0
	Algunas Veces	4	10.0	10.0	90.0
	Casi Siempre	1	2.5	2.5	92.5
	Siempre	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Aunque las cosas tengan una parte positiva y buena, yo suelo fijarme en lo negativo y malo

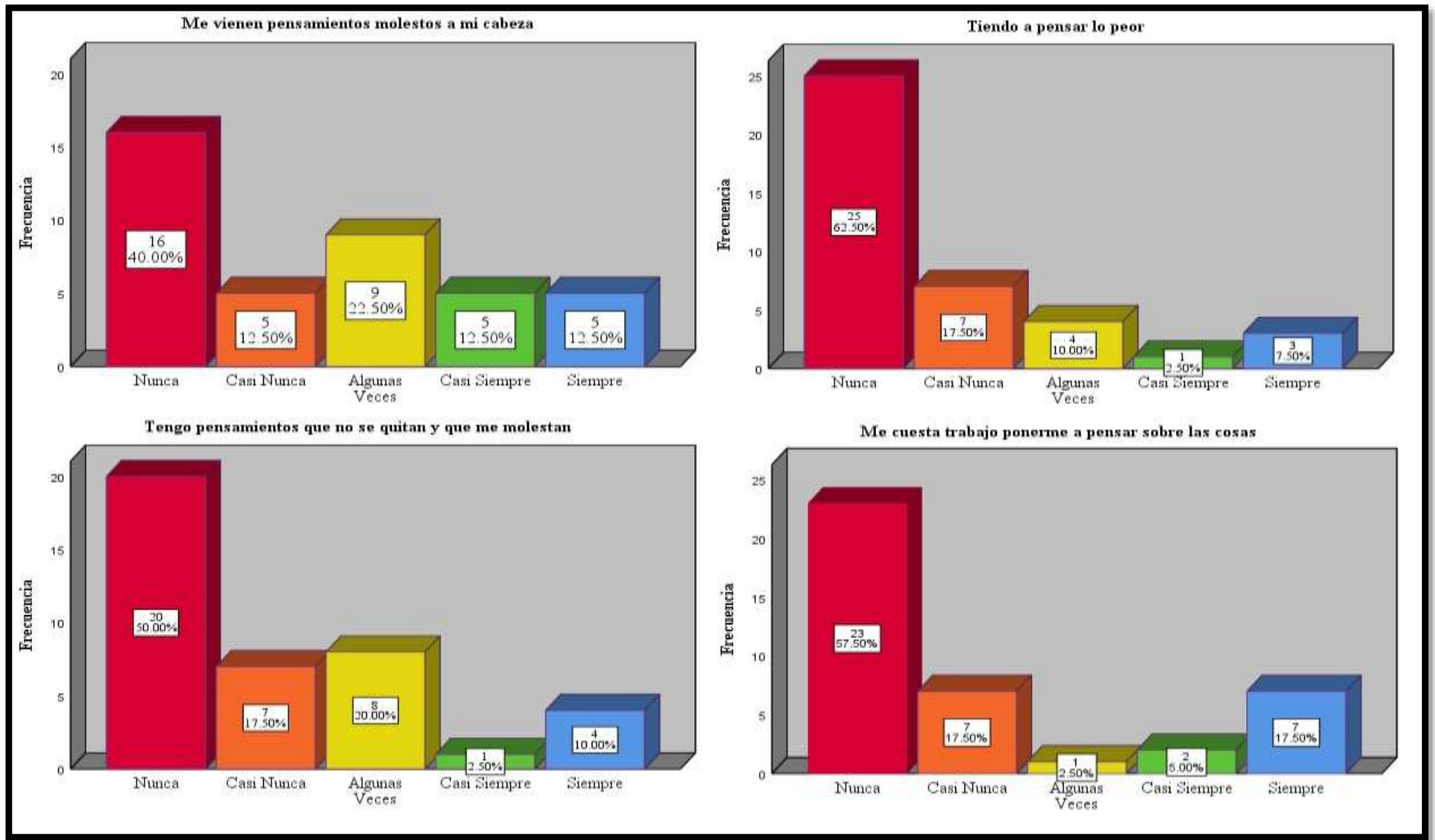
Válido	Nunca	16	40.0	40.0	40.0
	Casi Nunca	9	22.5	22.5	62.5
	Algunas Veces	5	12.5	12.5	75.0
	Casi Siempre	6	15.0	15.0	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Nota: Test de ansiedad CECAD parte del Post Test

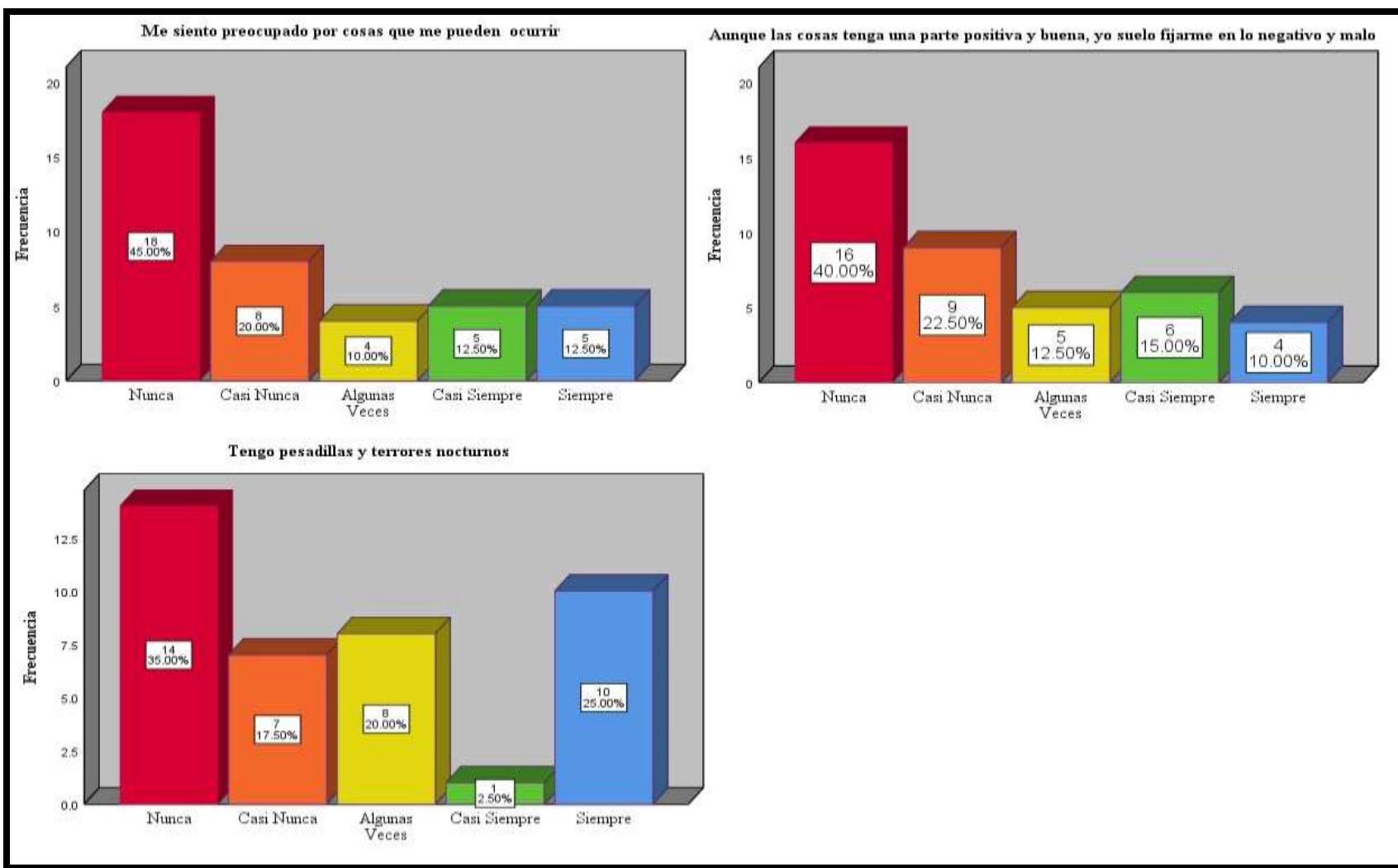
Figura 12

Dimensión de los Problemas de Pensamiento del Post Test

En la dimensión de problemas del pensamiento está formada por 7 preguntas que implica como piensan para actuar y hacer las cosas en la escuela y la casa, esto se demuestra más fuerte en los últimos meses para terminar el año lectivo.



Nota: Test de Ansiedad CECAD parte del Post Test



Nota: Test de ansiedad CECAD parte del Post Test

Análisis

Los resultados obtenidos dentro de la dimensión de problemas del pensamiento en el post test son los siguientes: el 40,00% de niños respondió que nunca les vienen pensamientos molestos a su cabeza a sí mismo el 12,50% casi nunca, casi siempre y siempre les vienen pensamientos molestos a su cabeza, 62,50% mencionó que nunca tienden a pensar lo peor y el 2,50% casi siempre tienden a pensar lo peor, 50,00% indicó que nunca tienen pensamientos que no se quitan y que les molestan y en cambio el 2,50% casi siempre tienen pensamientos que no se quitan y que les molestan , el 57,50% nunca les cuesta trabajo ponerse a pensar sobre las cosas mientras que el 2,50% casi siempre les cuesta trabajo ponerse a pensar sobre las cosas, el 45,00% indicaron que nunca se sienten preocupados por cosas que les pueden ocurrir y el 10,00% algunas veces se sienten preocupados por cosas que les pueden ocurrir, 40,00% nunca han pensado que aunque las cosas tengan una parte positiva y buena, ellos se fijan en lo negativo y malo en cambio el 10,00% algunas veces han pensado aunque las cosas tengan una parte positiva y buena, ellos suelen fijarse en lo negativo y malo, finalmente el 35,00% nunca tienen pesadillas y terrores nocturnos y el 2,50% algunas veces tienen pesadillas y terrores nocturnos.

Interpretación

En la mayoría de los estudiantes del tercer año de educación básica respondieron que nunca les afectan los siguientes aspectos como tener pensamientos negativos y malos, sentirse preocupados, pesadillas y no pensar en cosas buenas, mientras hay niños que indicaron que estos aspectos algunas veces invaden sus mentes porque no confían en sus conocimientos y lo que han aprendido al momento de realizar las actividades en la escuela y la casa haciendo sus tareas, talleres, deberes, proyectos, presentaciones en grupo y dar lecciones orales y escritas; pero hay

momentos que si tienen esos pensamientos cuando están próximos a terminar el año lectivo porque deben esforzarse más en todas las actividades.

Tabla 24

Dimensión de Síntomas Psicofisiológicas del Post Test

Estoy Nervioso					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	16	40.0	40.0	40.0
	Casi Nunca	5	12.5	12.5	52.5
	Algunas Veces	12	30.0	30.0	82.5
	Casi Siempre	4	10.0	10.0	92.5
	Siempre	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me encuentro mal cuando estoy con gente					
Válido	Nunca	16	40.0	40.0	40.0
	Casi Nunca	7	17.5	17.5	57.5
	Algunas Veces	9	22.5	22.5	80.0
	Casi Siempre	5	12.5	12.5	92.5
	Siempre	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me despierto muchas veces durante la misma noche					
Válido	Nunca	19	47.5	47.5	47.5
	Casi Nunca	2	5.0	5.0	52.5
	Algunas Veces	12	30.0	30.0	82.5
	Casi Siempre	2	5.0	5.0	87.5
	Siempre	5	12.5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Tengo la sensación de que me falta el aire para respirar					
Válido	Nunca	22	55.0	55.0	55.0
	Casi Nunca	8	20.0	20.0	75.0
	Algunas Veces	5	12.5	12.5	87.5
	Casi Siempre	1	2.5	2.5	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Se me quedan dormidos los brazos, manos, pies o piernas					
Válido	Nunca	18	45.0	45.0	45.0

	Casi Nunca	6	15.0	15.0	60.0
	Algunas Veces	7	17.5	17.5	77.5
	Casi Siempre	5	12.5	12.5	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me cuesta mucho dormir

Válido	Nunca	22	55.0	55.0	55.0
	Casi Nunca	4	10.0	10.0	65.0
	Algunas Veces	6	15.0	15.0	80.0
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	87.5
	Siempre	5	12.5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Siento dolores en el pecho

Válido	Nunca	16	40.0	40.0	40.0
	Casi Nunca	8	20.0	20.0	60.0
	Algunas Veces	6	15.0	15.0	75.0
	Casi Siempre	2	5.0	5.0	80.0
	Siempre	8	20.0	20.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me siento mal en los lugares donde me es difícil escapar

Válido	Nunca	21	52.5	52.5	52.5
	Casi Nunca	4	10.0	10.0	62.5
	Algunas Veces	9	22.5	22.5	85.0
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	92.5
	Siempre	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Cuando estoy entre gente procuro marcharme a otro lugar

Válido	Nunca	22	55.0	55.0	55.0
	Casi Nunca	2	5.0	5.0	60.0
	Algunas Veces	8	20.0	20.0	80.0
	Casi Siempre	2	5.0	5.0	85.0
	Siempre	6	15.0	15.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Tengo sensación de hormigueo en algunas partes del cuerpo

Válido	Nunca	17	42.5	42.5	42.5
	Casi Nunca	6	15.0	15.0	57.5
	Algunas Veces	6	15.0	15.0	72.5
	Casi Siempre	6	15.0	15.0	87.5
	Siempre	5	12.5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Se nubla la vista

Válido	Nunca	22	55.0	55.0	55.0
	Casi Nunca	4	10.0	10.0	65.0

Algunas Veces	7	17.5	17.5	82.5
Casi Siempre	2	5.0	5.0	87.5
Siempre	5	12.5	12.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Me tiemblan las manos

Válido	Nunca	19	47.5	47.5	47.5
	Casi Nunca	7	17.5	17.5	65.0
	Algunas Veces	5	12.5	12.5	77.5
	Casi Siempre	4	10.0	10.0	87.5
	Siempre	5	12.5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Siento una opresión en el pecho que me corta la respiración

Válido	Nunca	24	60.0	60.0	60.0
	Casi Nunca	8	20.0	20.0	80.0
	Algunas Veces	6	15.0	15.0	95.0
	Casi Siempre	2	5.0	5.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Durante el día paso con facilidad de estar alegre a estar triste

Válido	Nunca	20	50.0	50.0	50.0
	Casi Nunca	7	17.5	17.5	67.5
	Algunas Veces	9	22.5	22.5	90.0
	Casi Siempre	2	5.0	5.0	95.0
	Siempre	2	5.0	5.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me canso más rápido que los demás

Válido	Nunca	12	30.0	30.0	30.0
	Casi Nunca	14	35.0	35.0	65.0
	Algunas Veces	8	20.0	20.0	85.0
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	92.5
	Siempre	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me agobio en los sitios con mucha gente

Válido	Nunca	22	55.0	55.0	55.0
	Casi Nunca	9	22.5	22.5	77.5
	Algunas Veces	2	5.0	5.0	82.5
	Casi Siempre	4	10.0	10.0	92.5
	Siempre	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Siento dolores por diferentes partes de mi cuerpo

Válido	Nunca	21	52.5	52.5	52.5
	Casi Nunca	8	20.0	20.0	72.5

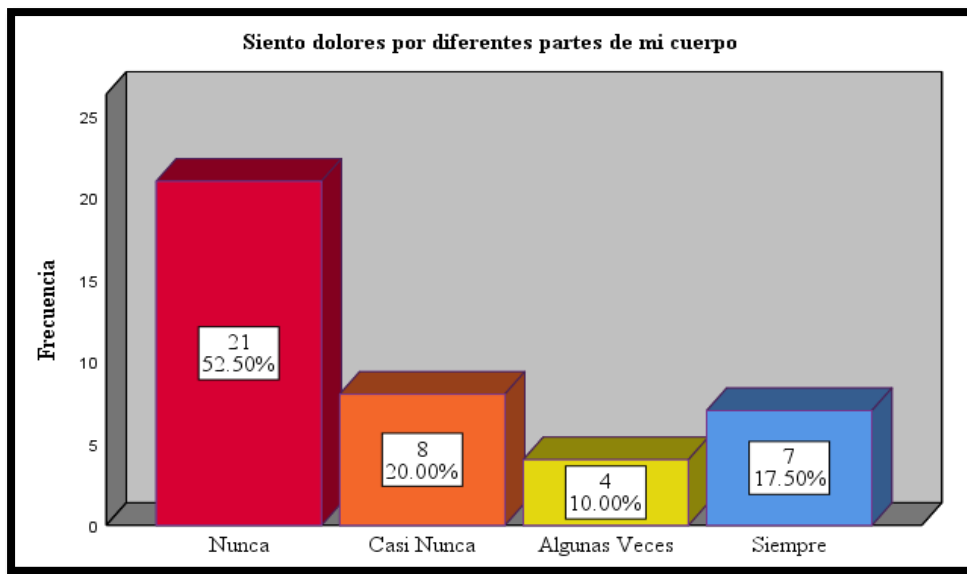
Algunas Veces	4	10.0	10.0	82.5
Siempre	7	17.5	17.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Nota: Test de ansiedad CECAD parte del Post Test

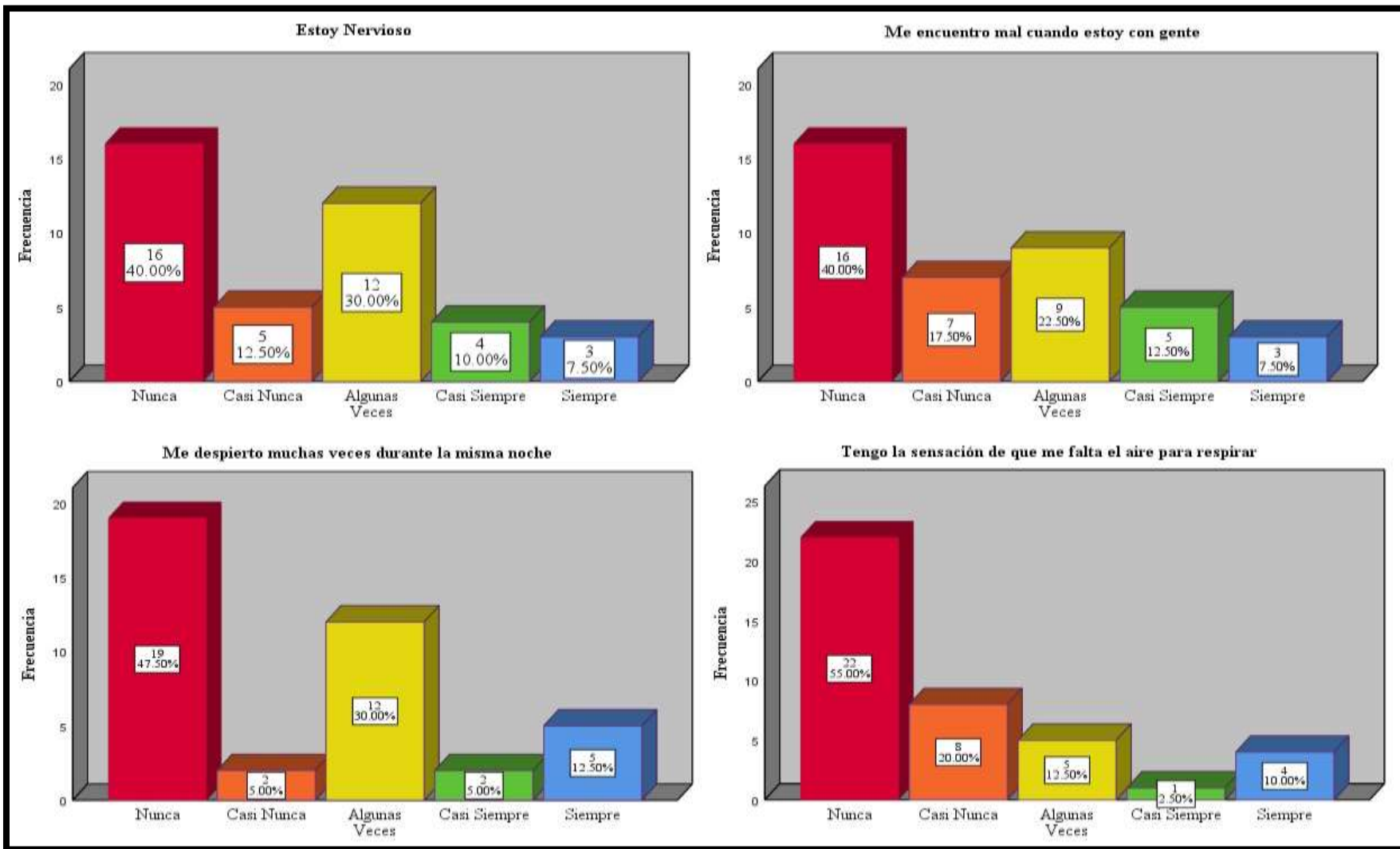
Figura 13

Dimensión de los síntomas psicofisiológicos del Post Test

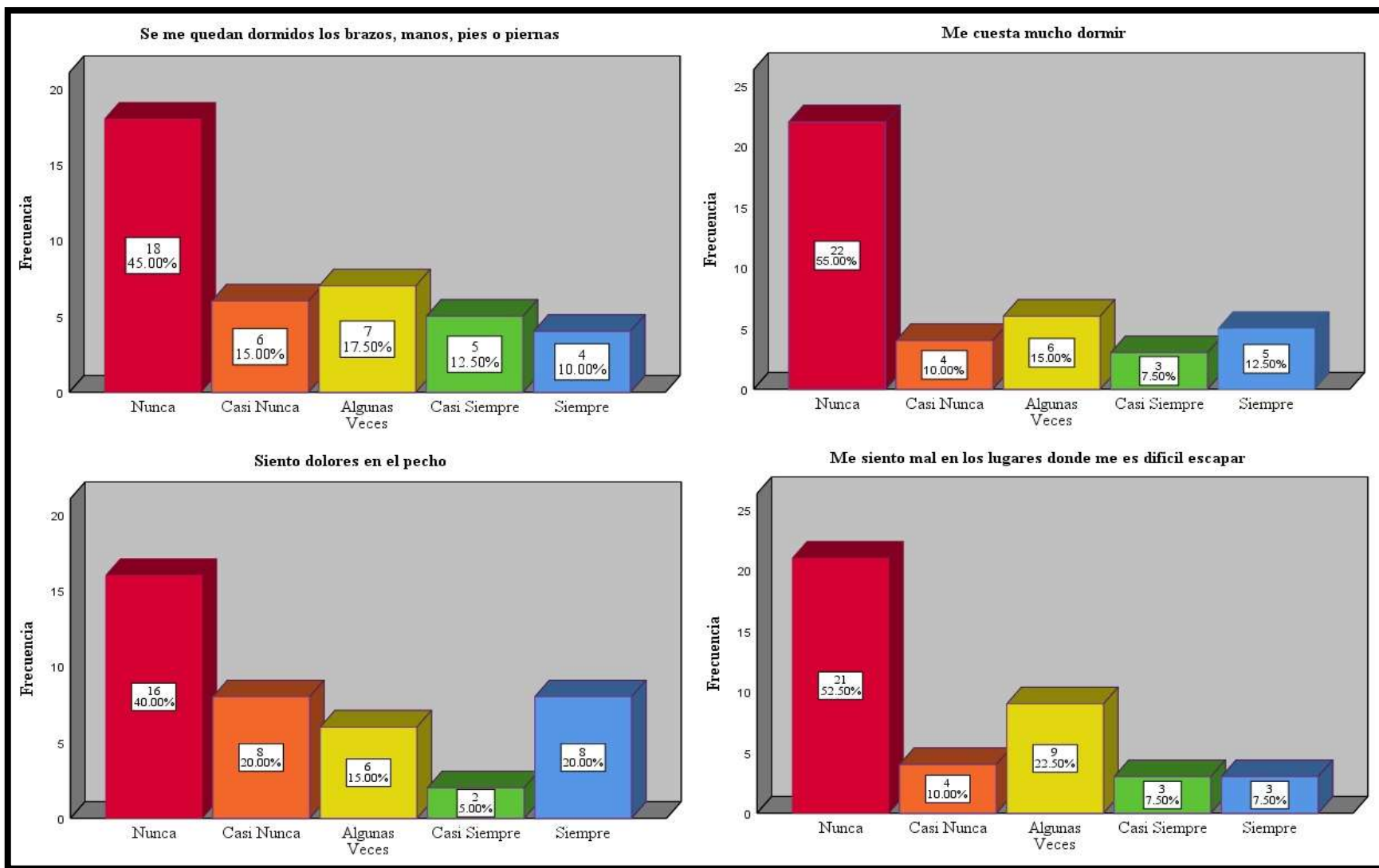
En la dimensión de los síntomas psicofisiológicos está formada por 17 preguntas que son visibles en dolores, nerviosismo y somnolencia que se presentan en el cuerpo del estudiante al momento que está sometido a mucha presión para realizar las actividades solicitadas en la escuela o en la casa; estos problemas se presentan con más frecuencia cuando se está próximo a terminar el año lectivo porque se necesita más esfuerzo ya que envían muchas actividades para hacer.



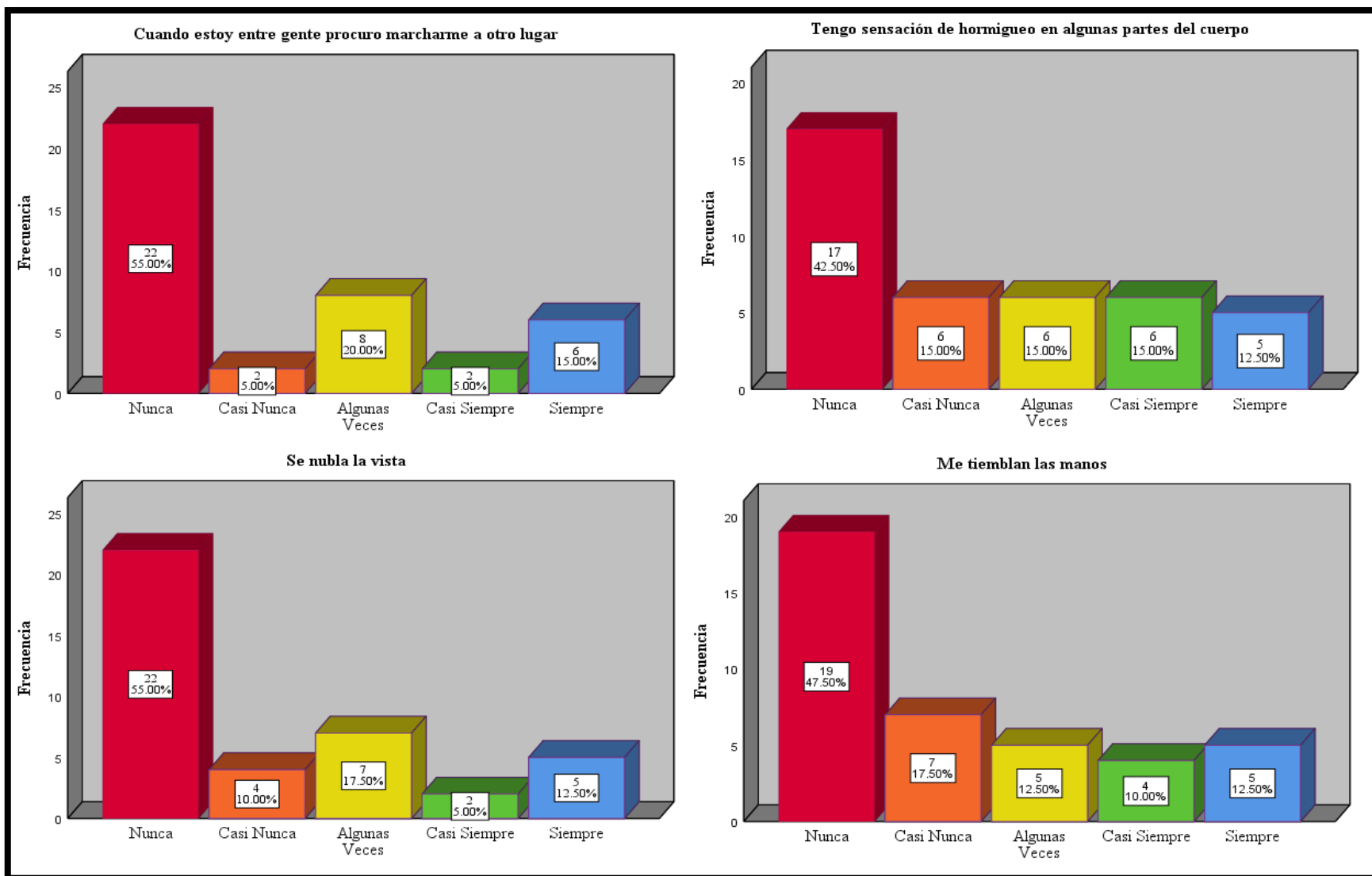
Nota: Test de Ansiedad CECAD parte del Post Te



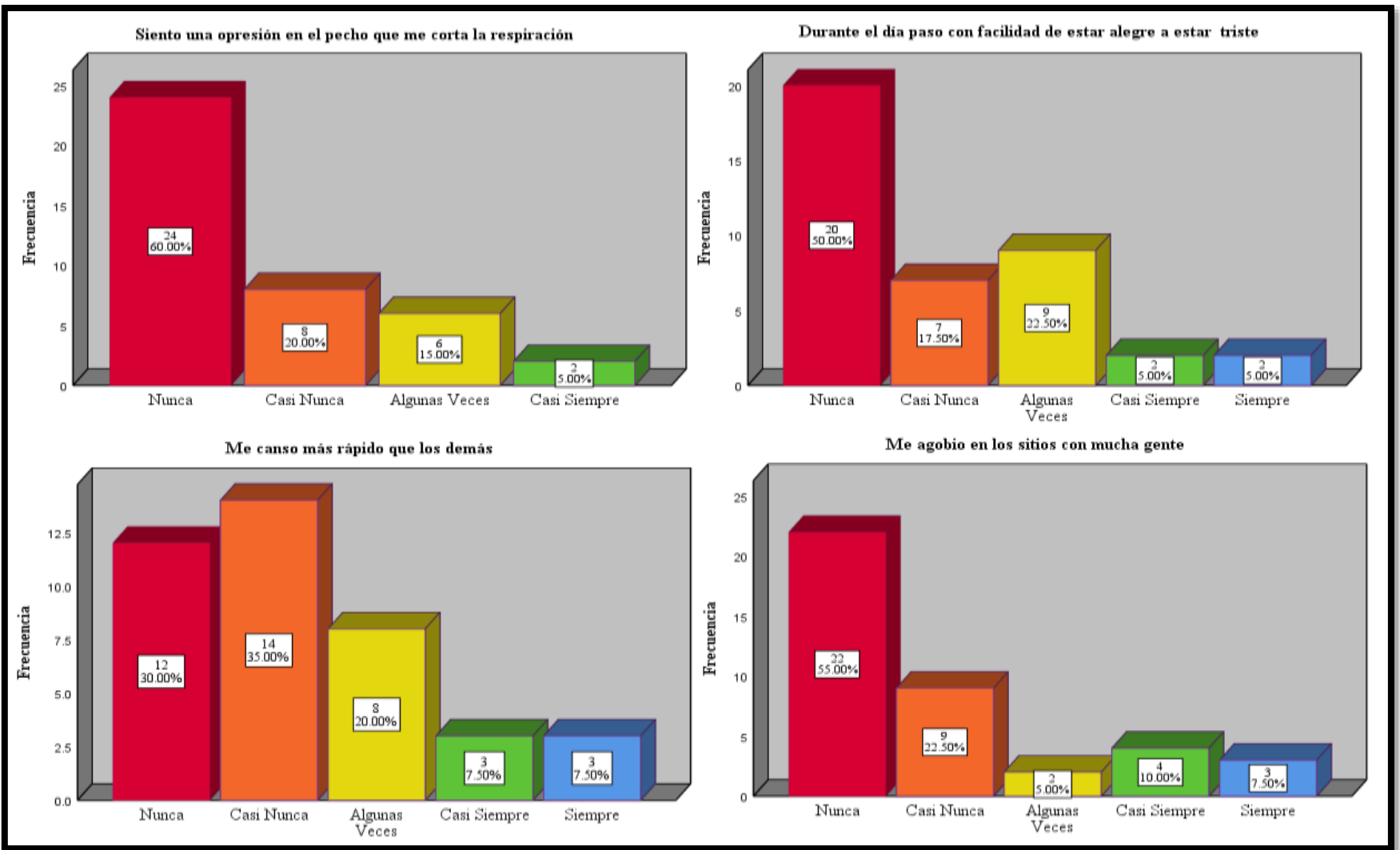
Nota: Test de Ansiedad CECAD parte del Post Test



Nota: Test de Ansiedad CECAD parte del Post Test



Nota: Test de Ansiedad CECAD parte del Post Test



Nota: Test de Ansiedad CECAD parte del Post Test

Análisis

Los resultados obtenidos dentro de la dimensión de síntomas psicofisiológicos en el post test son los siguientes: el 40,00% de niños respondió que nunca están nerviosos y el 7,50% siempre están nerviosos, 40,00% mencionó que nunca se encuentran mal cuando están con gente y el 7,50% siempre se encuentran mal cuando están con gente, 47,50% indicó que nunca se despiertan muchas veces durante la misma noche y en cambio el 5,00% casi nunca y casi siempre se despiertan muchas veces durante la misma noche, el 55,00% nunca tienen la sensación de que les falta el aire para respirar, mientras que el 2,50% algunas veces tienen la sensación que les falta el aire para respirar, el 45,00% indicaron que nunca se quedan dormidos los brazos, manos, pies y piernas y el 10,00% siempre se quedan dormidos los brazos, manos, pies y piernas, 55,00% nunca les cuesta mucho dormir y en cambio el 7,50% casi siempre les cuesta mucho dormir, 40,00% nunca sienten dolores en el pecho y el 5,00% mencionó que casi siempre sienten dolores en el pecho, 52,50% nunca se sienten mal en los lugares donde es difícil escapar mientras que el 7,50% casi siempre y siempre se sienten mal en los lugares donde es difícil escapar, 55,00% aducen que cuando están entre gente nunca procuran marcharse a otros lugares y el 5,00% indico que casi nunca y casi siempre cuando están entre gente procuran marcharse a otro lugar, 42,50% nunca tienen sensación de hormigueo en algunas partes del cuerpo en cambio el 12,50% siempre tienen sensación de hormigueo en algunas partes del cuerpo, 55,00% nunca se les nubla la vista y el 5,00% casi siempre se les nubla la vista, 47,50% nunca les tiemblan las manos mientras el 10,00% casi siempre les tiemblan las manos, el 60,00% nunca sienten una opresión en el pecho que les corta la respiración y el 5,00% casi siempre sienten una opresión en el pecho que les corta la respiración, el 50,00% respondieron que nunca durante el día pasan con dificultad de estar alegres a estar tristes y el 5,00% casi siempre y

siempre durante el día pasan con facilidad de estar alegres a estar tristes, 35,00% indicaron que casi nunca se cansan más rápido que los demás en cambio el 7,50% casi siempre y siempre se cansan más rápido que los demás, 55,00% mencionaron que nunca se agobian en los sitios con mucha gente y el 5,00% algunas veces se agobian en los sitios con mucha gente y finalmente el 52,50% nunca sienten dolores por diferentes partes de su cuerpo y el 10,00% algunas veces sienten dolores por diferentes partes de su cuerpo.

Interpretación

En el tercer grado de educación básica los niños respondieron que nunca y casi nunca tienen síntomas como nervios, cansancio, les cuesta dormir, dolores en diferentes partes de su cuerpo, cambios de humor, no se sienten bien en lugares con personas, les tiemblan las piernas o brazos y la falta de aire, esto quiere decir que ellos no tienen síntomas psicofisiológicos en cambio hay niños que presentan esos síntomas más a menudo cuando tienen que rendir un examen, prueba, test o lecciones, exámenes Quimestrales y presentación de proyectos teniendo conocimiento que ya está por terminar el año lectivo donde necesitan más concentración pero los nervios les traicionan, juegan con su mente y les hacen confundir pero siempre deben recordar que se puede lograr hacer esas tareas para al final obtener la recompensa que se merecen.

Tabla 25

Dimensión de la Ansiedad del Post Test

		Estoy Nervioso		
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje
Válido	Nunca		válido	acumulado
		16	40.0	40.0

	Casi Nunca	5	12.5	12.5	52.5
	Algunas Veces	12	30.0	30.0	82.5
	Casi Siempre	4	10.0	10.0	92.5
	Siempre	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me encuentro mal cuando estoy con gente

Válido	Nunca	16	40.0	40.0	40.0
	Casi Nunca	7	17.5	17.5	57.5
	Algunas Veces	9	22.5	22.5	80.0
	Casi Siempre	5	12.5	12.5	92.5
	Siempre	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Tengo la sensación de que me falta el aire para respirar

Válido	Nunca	22	55.0	55.0	55.0
	Casi Nunca	8	20.0	20.0	75.0
	Algunas Veces	5	12.5	12.5	87.5
	Casi Siempre	1	2.5	2.5	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me relajo con dificultad

Válido	Nunca	19	47.5	47.5	47.5
	Casi Nunca	8	20.0	20.0	67.5
	Algunas Veces	7	17.5	17.5	85.0
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	92.5
	Siempre	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Se me quedan dormidos los brazos, manos, pies o piernas

Válido	Nunca	18	45.0	45.0	45.0
	Casi Nunca	6	15.0	15.0	60.0
	Algunas Veces	7	17.5	17.5	77.5
	Casi Siempre	5	12.5	12.5	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me cuesta mucho dormir

Válido	Nunca	22	55.0	55.0	55.0
	Casi Nunca	4	10.0	10.0	65.0
	Algunas Veces	6	15.0	15.0	80.0

	Casi Siempre	3	7.5	7.5	87.5
	Siempre	5	12.5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Siento dolores en el pecho

Válido	Nunca	16	40.0	40.0	40.0
	Casi Nunca	8	20.0	20.0	60.0
	Algunas Veces	6	15.0	15.0	75.0
	Casi Siempre	2	5.0	5.0	80.0
	Siempre	8	20.0	20.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me siento mal en los lugares donde me es difícil escapar

Válido	Nunca	21	52.5	52.5	52.5
	Casi Nunca	4	10.0	10.0	62.5
	Algunas Veces	9	22.5	22.5	85.0
	Casi Siempre	3	7.5	7.5	92.5
	Siempre	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Cuando estoy entre gente procuro marcharme a otro lugar

Válido	Nunca	22	55.0	55.0	55.0
	Casi Nunca	2	5.0	5.0	60.0
	Algunas Veces	8	20.0	20.0	80.0
	Casi Siempre	2	5.0	5.0	85.0
	Siempre	6	15.0	15.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Tengo sensación de hormigueo en algunas partes del cuerpo

Válido	Nunca	17	42.5	42.5	42.5
	Casi Nunca	6	15.0	15.0	57.5
	Algunas Veces	6	15.0	15.0	72.5
	Casi Siempre	6	15.0	15.0	87.5
	Siempre	5	12.5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Se nubla la vista

Válido	Nunca	22	55.0	55.0	55.0
	Casi Nunca	4	10.0	10.0	65.0
	Algunas Veces	7	17.5	17.5	82.5
	Casi Siempre	2	5.0	5.0	87.5

Siempre	5	12.5	12.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Me vienen pensamientos molestos a mi cabeza

Válido	Nunca	16	40.0	40.0	40.0
	Casi Nunca	5	12.5	12.5	52.5
	Algunas Veces	9	22.5	22.5	75.0
	Casi Siempre	5	12.5	12.5	87.5
	Siempre	5	12.5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me tiemblan las manos

Válido	Nunca	19	47.5	47.5	47.5
	Casi Nunca	7	17.5	17.5	65.0
	Algunas Veces	5	12.5	12.5	77.5
	Casi Siempre	4	10.0	10.0	87.5
	Siempre	5	12.5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Tengo pensamientos que no se quitan y que me molestan

Válido	Nunca	20	50.0	50.0	50.0
	Casi Nunca	7	17.5	17.5	67.5
	Algunas Veces	8	20.0	20.0	87.5
	Casi Siempre	1	2.5	2.5	90.0
	Siempre	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Siento una opresión en el pecho que me corta la respiración

Válido	Nunca	24	60.0	60.0	60.0
	Casi Nunca	8	20.0	20.0	80.0
	Algunas Veces	6	15.0	15.0	95.0
	Casi Siempre	2	5.0	5.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me cuesta trabajo ponerme a pensar sobre las cosas

Válido	Nunca	23	57.5	57.5	57.5
	Casi Nunca	7	17.5	17.5	75.0
	Algunas Veces	1	2.5	2.5	77.5
	Casi Siempre	2	5.0	5.0	82.5
	Siempre	7	17.5	17.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Me siento preocupado por cosas que me pueden ocurrir

Válido	Nunca	18	45.0	45.0	45.0
--------	-------	----	------	------	------

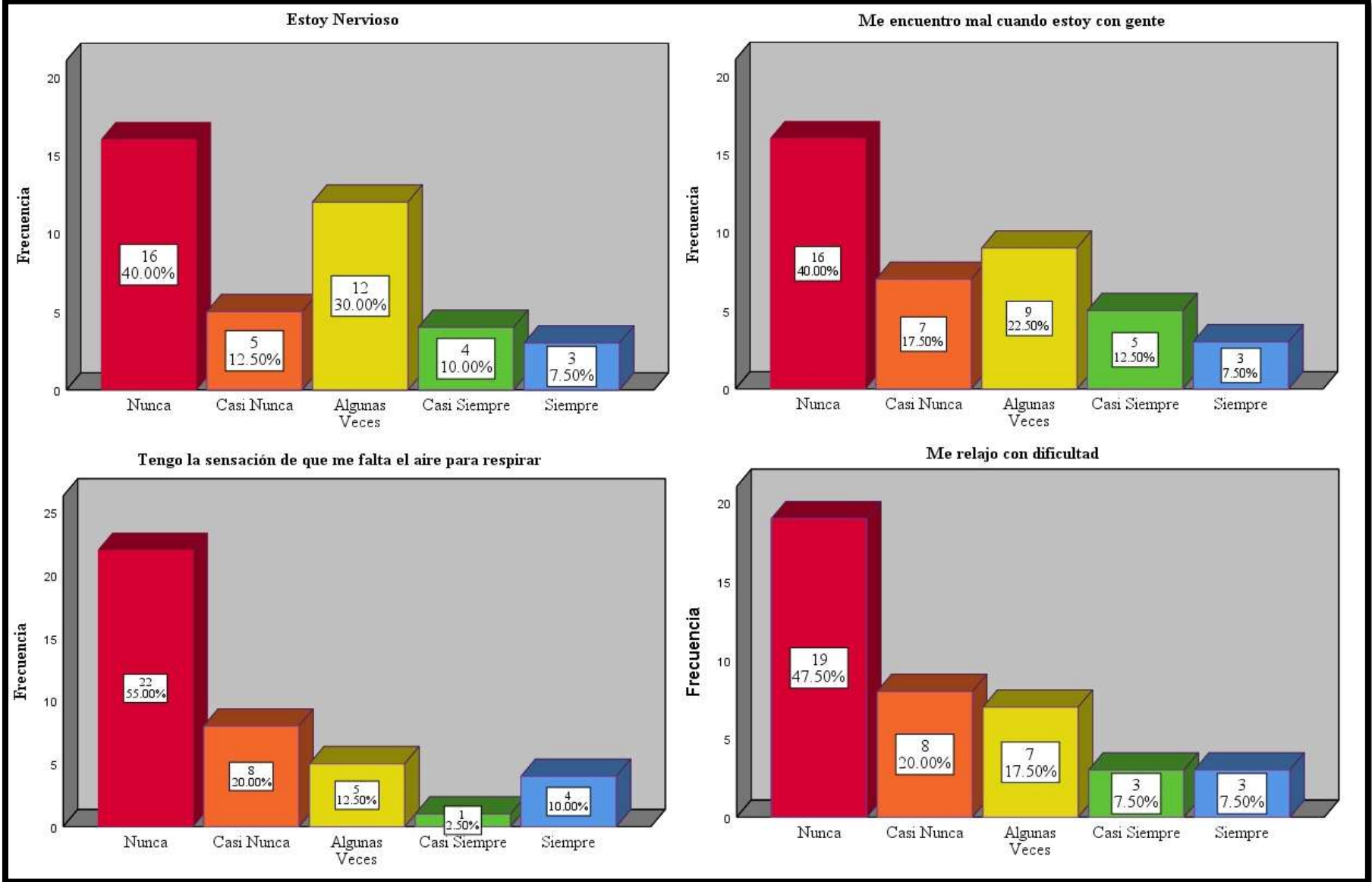
	Casi Nunca	8	20.0	20.0	65.0
	Algunas Veces	4	10.0	10.0	75.0
	Casi Siempre	5	12.5	12.5	87.5
	Siempre	5	12.5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
Me agobio en los sitios con mucha gente					
Válido	Nunca	22	55.0	55.0	55.0
	Casi Nunca	9	22.5	22.5	77.5
	Algunas Veces	2	5.0	5.0	82.5
	Casi Siempre	4	10.0	10.0	92.5
	Siempre	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	
Siento dolores por diferentes partes de mi cuerpo					
Válido	Nunca	21	52.5	52.5	52.5
	Casi Nunca	8	20.0	20.0	72.5
	Algunas Veces	4	10.0	10.0	82.5
	Siempre	7	17.5	17.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Nota: Test de ansiedad CECAD parte del Post Test

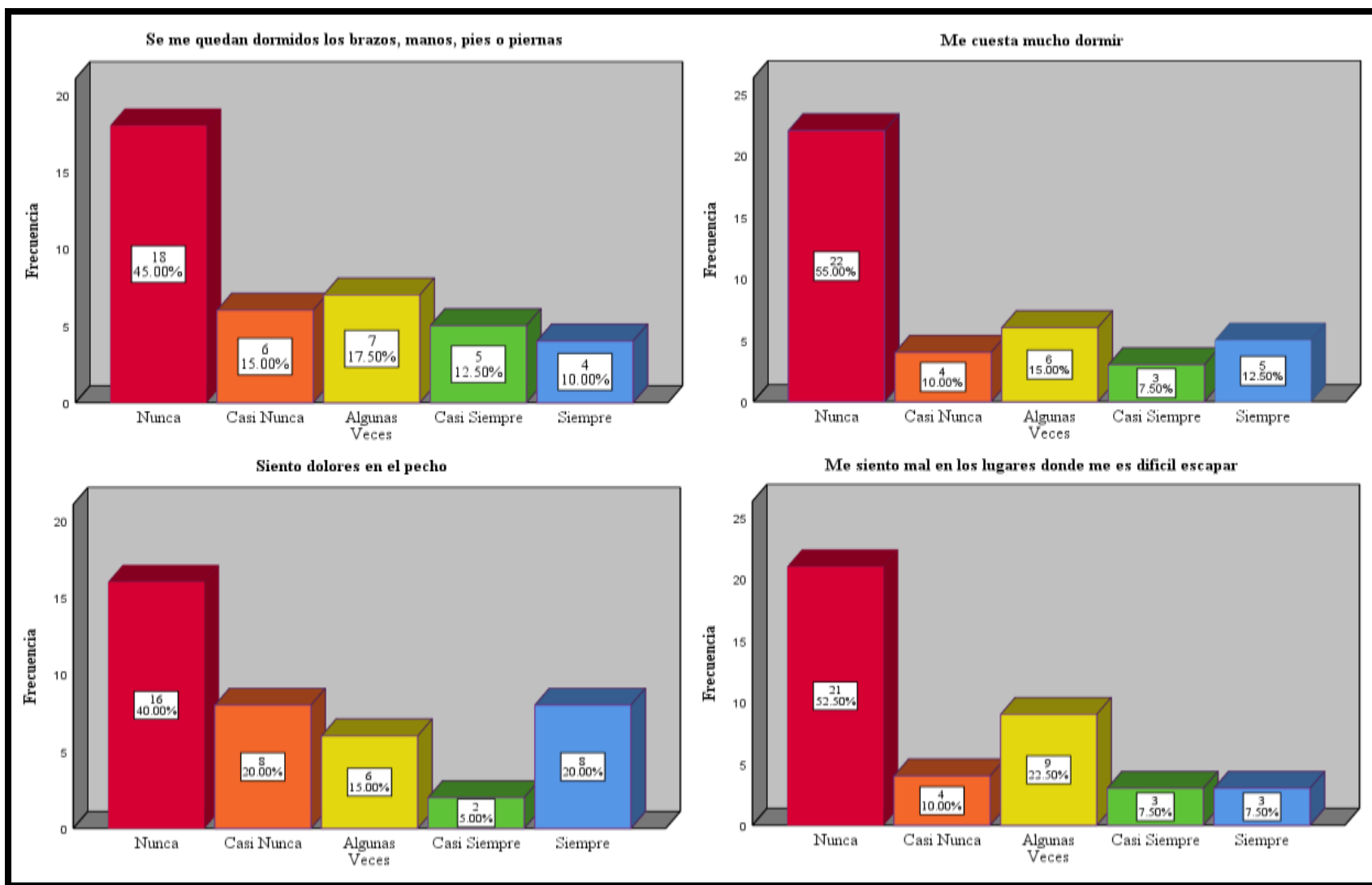
Figura 14

Dimensión de la Ansiedad del Post Test

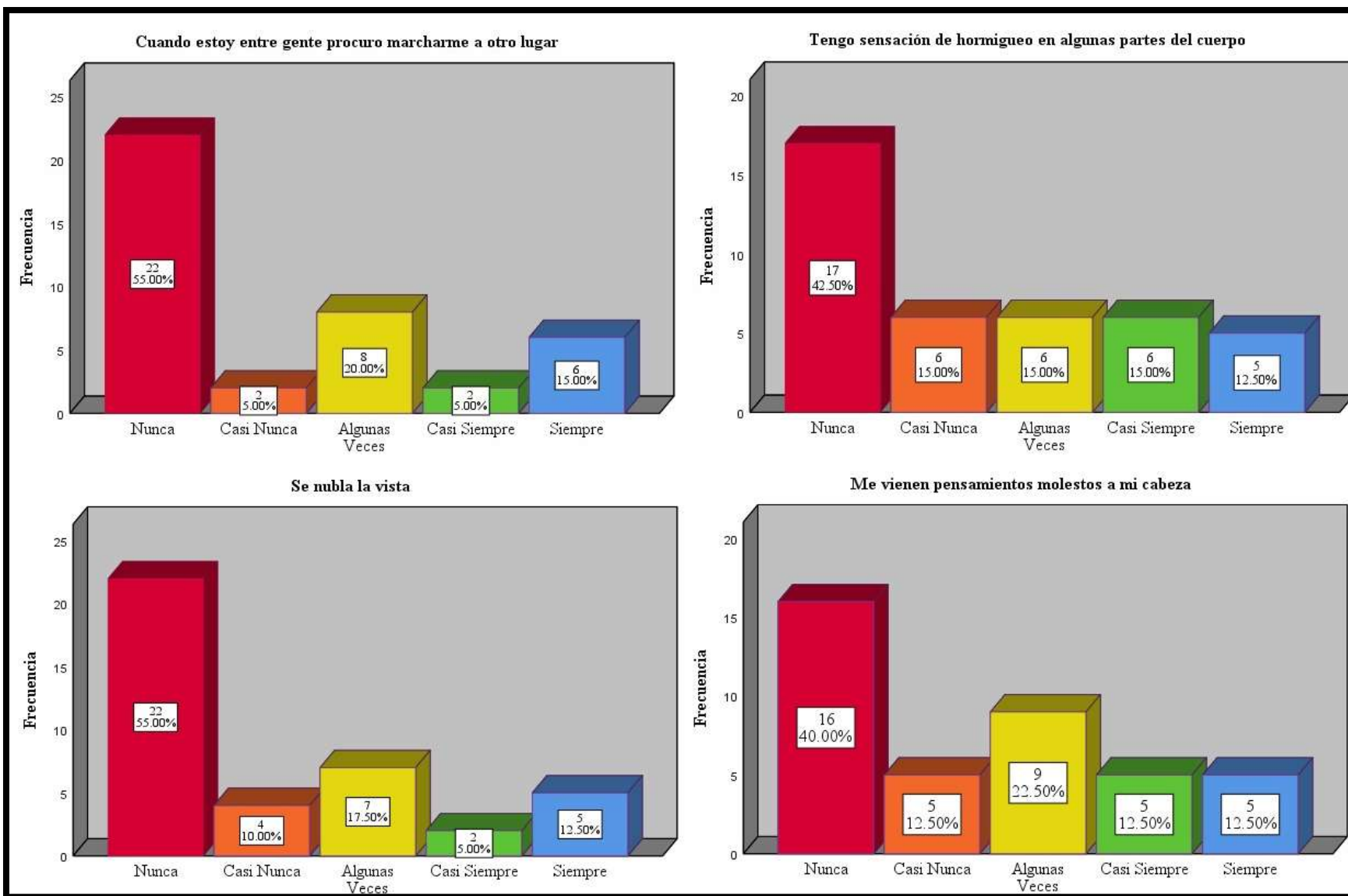
En la dimensión de la Ansiedad está formada por 19 preguntas que son visibles en dolores que se presentan en el cuerpo del estudiante y pensamientos negativos al momento de realizar algunas actividades escolares en donde se están sometido a mucha presión en los últimos meses para terminar el año lectivo y poder alcanzar buenas calificaciones.



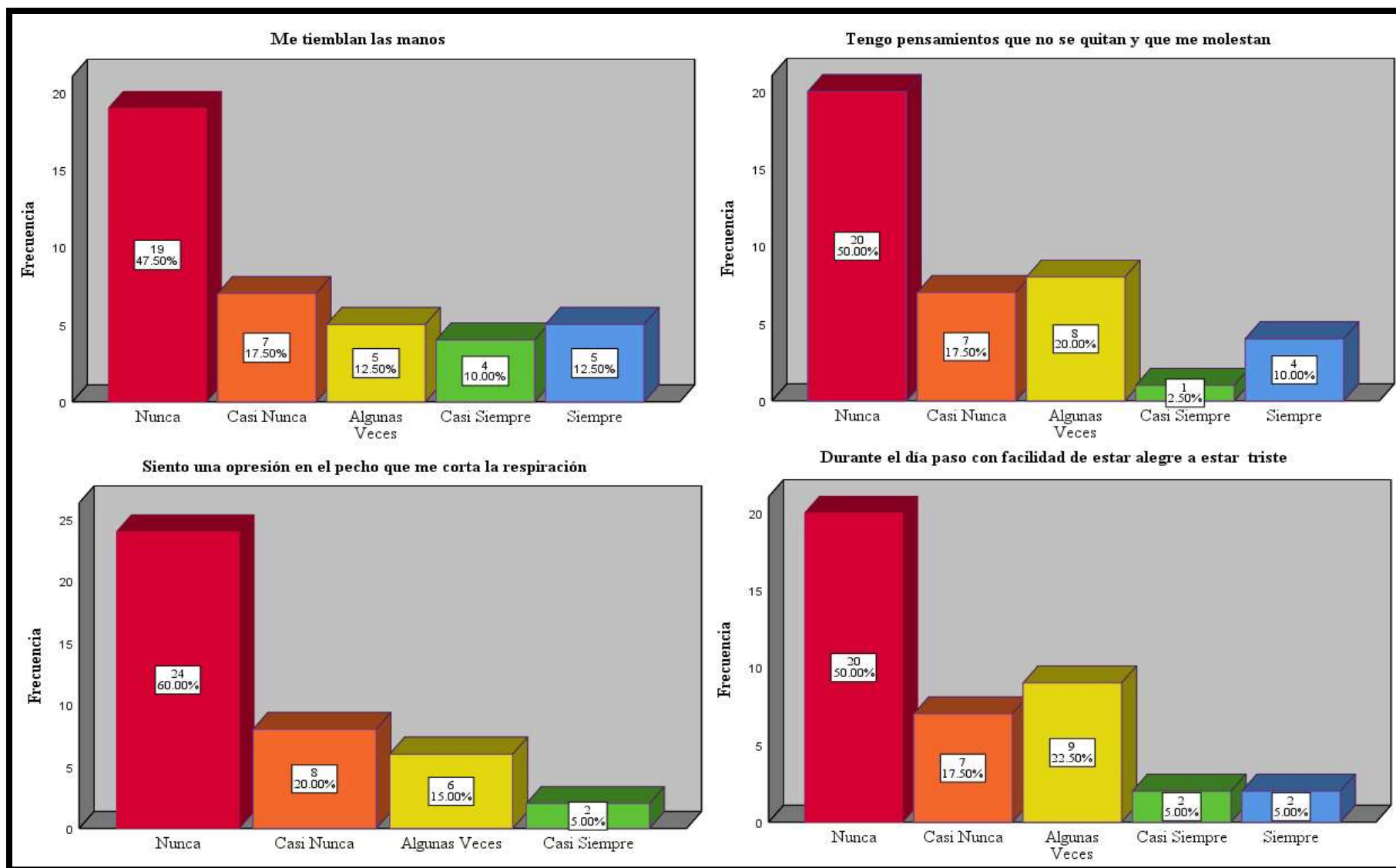
Nota: Test de Ansiedad CECAD parte del Post Test



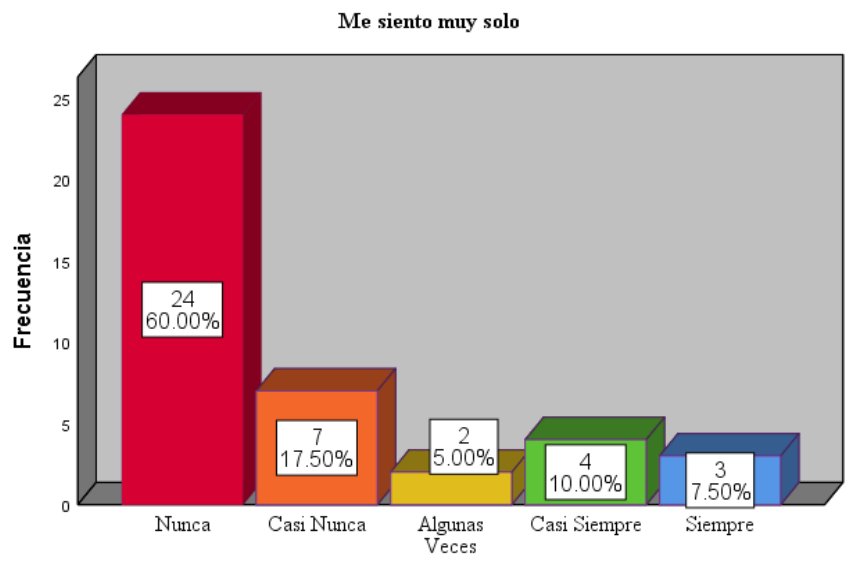
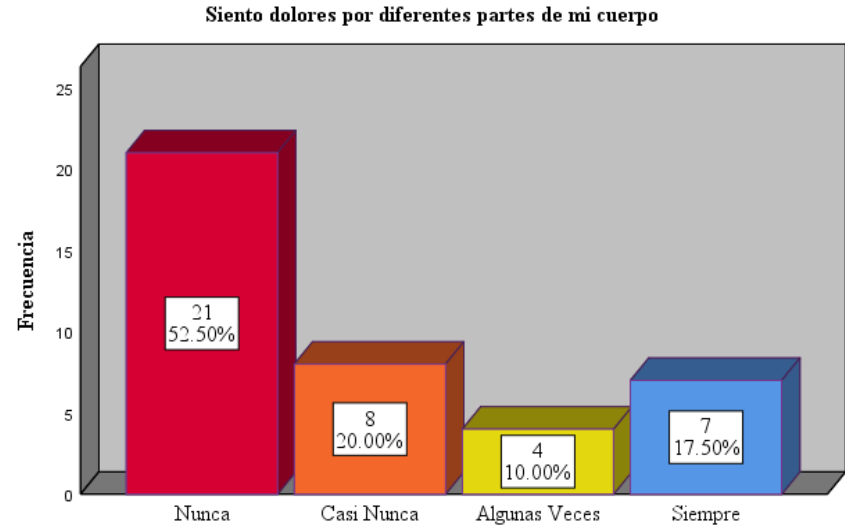
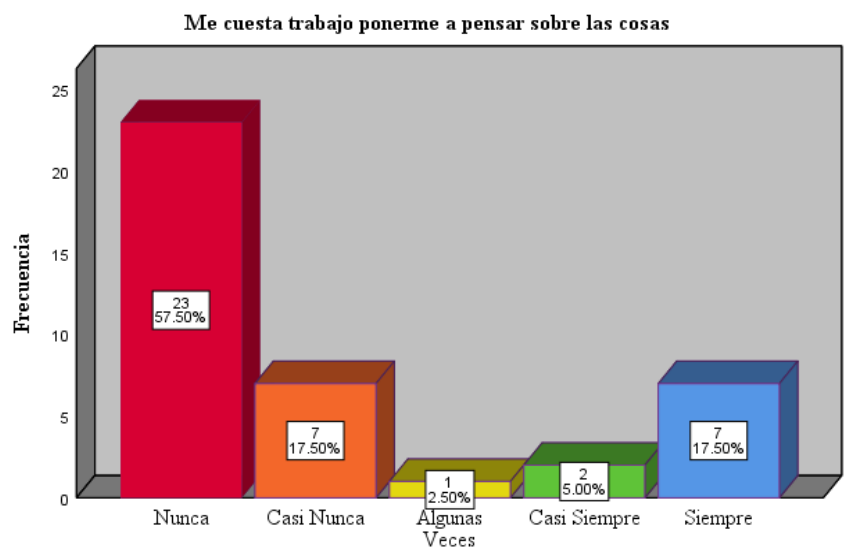
Nota: Test de Ansiedad CECAD parte del Post Test



Nota: Test de Ansiedad CECAD parte del Post Test



Nota: Test de Ansiedad CECAD parte del Post Test



Nota: Test de Ansiedad CECAD parte del Post Test

Análisis

Los resultados obtenidos dentro de la dimensión de ansiedad son los siguientes: el 40,00% de niños respondió que algunas veces están nerviosos y el 7,50% siempre están nerviosos, 40,00% mencionó que nunca se encuentran mal cuando están con gente y el 7,50% siempre se encuentran mal cuando están con gente, 55,00% indicó que nunca tienen la sensación de que les falta el aire para respirar y en cambio el 2,50% casi siempre tienen la sensación de que les falta el aire para respirar, el 47,50% nunca se relajan con facilidad mientras que el 7,50% casi siempre y siempre se relajan con facilidad, el 45,00% indicaron que nunca se quedan dormidos los brazos, manos, pies y piernas, y el 10,00% siempre se quedan dormidos los brazos, manos, pies y piernas, 55,00% nunca les cuesta mucho dormir y en cambio el 7,50% casi siempre les cuesta mucho dormir, 40,00% nunca sienten dolores en el pecho y el 5,00% mencionó que casi siempre sienten dolores en el pecho, 52,50% nunca se sienten mal en los lugares donde es difícil escapar mientras que el 7,50% casi siempre y siempre se sienten mal en los lugares donde es difícil escapar, 55,00% nunca cuando están entre gente procuran marcharse a otros lugares y el 5,00% indicó que casi nunca y casi siempre cuando están entre gente procuran marcharse a otro lugar, 42,50% nunca tienen sensación de hormigueo en algunas partes del cuerpo en cambio el 12,50% siempre tienen sensación de hormigueo en algunas partes del cuerpo, 55,00% nunca se les nubla la vista y el 5,00% casi siempre se les nubla la vista, 40,00% nunca se les vienen pensamientos molestos a la cabeza mientras el 12,50% casi nunca, casi siempre y siempre se les vienen pensamientos molestos a la cabeza, el 47,50% nunca les tiemblan las manos y el 10,00% casi siempre les tiemblan las manos, el 50,00% respondieron que nunca tienen pensamientos que no se quitan y que les molesta y el 2,50% casi siempre

tienen pensamientos que no se quitan y que les molesta, 60,00% indicaron que nunca sienten una opresión en el pecho que se les corta la respiración en cambio el 5,00% casi siempre sienten una opresión en el pecho que se les corta la respiración, 57,50% mencionaron que nunca les cuesta trabajo ponerse a pensar sobre las cosas y el 2,50% algunas veces les cuesta trabajo ponerse a pensar sobre las cosas, 45,00% indicaron que nunca se sienten preocupados por cosas que les pueden ocurrir en cambio el 10,00% algunas veces se sienten preocupados por cosas que les pueden ocurrir, 55,00% mencionaron que nunca se agobian en los sitios con mucha gente y el 5,00% algunas veces se agobian en los sitios con mucha gente y finalmente el 52,50% nunca sienten dolores por diferentes partes de su cuerpo y el 10,00% algunas veces sienten dolores por diferentes partes de su cuerpo.

Interpretación

Los niños están sometidos bajo mucha presión al momento de la presentación y realización de las actividades escolares en los últimos meses el año lectivo para poder pasar el año, en donde predomina que nunca y algunas veces tienen síntomas como nervios, cansancio, les cuesta dormir, dolores en las diferentes partes de su cuerpo, cambios de humor, no se sienten bien en lugares o con personas, les tiemblan las piernas o brazos y la falta de aire, con esto quieren decir que hay circunstancias que permitan que saquen estas emociones como son los exámenes, pero sin olvidar que se debe estar más atentos para poderles brindar la ayuda que necesitan.

4.1.5 Análisis e Interpretación de los Resultados de las Notas del Segundo Quimestre

Tabla 26

Notas del promedio de los Estudiantes del Segundo Quimestre

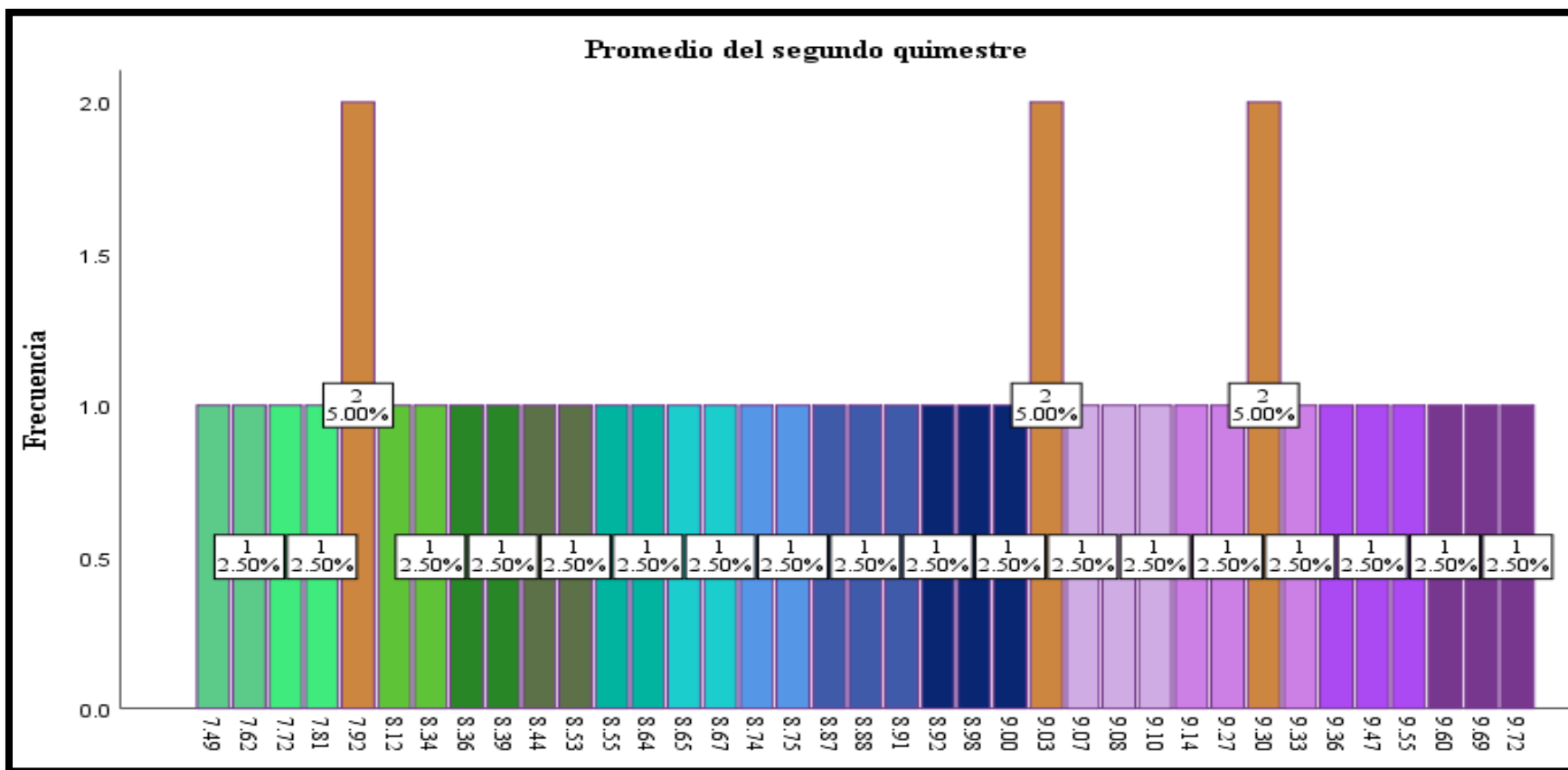
Promedio del segundo Quimestre					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	7.49	1	2.5	2.5	2.5
	7.62	1	2.5	2.5	5.0
	7.72	1	2.5	2.5	7.5
	7.81	1	2.5	2.5	10.0
	7.92	2	5.0	5.0	15.0
	8.12	1	2.5	2.5	17.5
	8.34	1	2.5	2.5	20.0
	8.36	1	2.5	2.5	22.5
	8.39	1	2.5	2.5	25.0
	8.44	1	2.5	2.5	27.5
	8.53	1	2.5	2.5	30.0
	8.55	1	2.5	2.5	32.5
	8.64	1	2.5	2.5	35.0
	8.65	1	2.5	2.5	37.5
	8.67	1	2.5	2.5	40.0
	8.74	1	2.5	2.5	42.5
	8.75	1	2.5	2.5	45.0
	8.87	1	2.5	2.5	47.5
	8.88	1	2.5	2.5	50.0
	8.91	1	2.5	2.5	52.5
	8.92	1	2.5	2.5	55.0
	8.98	1	2.5	2.5	57.5

9.00	1	2.5	2.5	60.0
9.03	2	5.0	5.0	65.0
9.07	1	2.5	2.5	67.5
9.08	1	2.5	2.5	70.0
9.10	1	2.5	2.5	72.5
9.14	1	2.5	2.5	75.0
9.27	1	2.5	2.5	77.5
9.30	2	5.0	5.0	82.5
9.33	1	2.5	2.5	85.0
9.36	1	2.5	2.5	87.5
9.47	1	2.5	2.5	90.0
9.55	1	2.5	2.5	92.5
9.60	1	2.5	2.5	95.0
9.69	1	2.5	2.5	97.5
9.72	1	2.5	2.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Nota: Boletín de Calificaciones del Segundo Quimestre

Figura 15

Representación de los promedios del Segundo Quimestre



Nota: Boletín de Calificaciones del Segundo Quimestre

Análisis

El promedio de los estudiantes del tercer año de educación básica se puede conocer que dos niños tienen el mismo promedio de 7,92 corresponde al 5,00%, 9,03 que es el 5,00%, 9,30 que es el 5,00% y los demás son niños que sus promedios están dentro de 7,49 hasta 9,72 variando los decimales y cada uno de ellos representa el 2,5% y sumando todos los porcentajes da 100% que corresponde a los 40 estudiantes durante el segundo Quimestre.

Interpretación

La figura permite visualizar los promedios de los estudiantes del segundo Quimestre de todas las materias que reciben como Matemática, Lengua y Literatura, Estudios Sociales, Ciencias Naturales y Educación Física; estos son obtenidos por los aportes que durante los 5 meses finales presentan como deberes, talleres individuales y grupales, lecciones, pruebas, presentación de trabajos y proyectos; estos meses es donde más se esfuerzan porque con esto demuestran si tienen calificaciones buenas o no y si adquirieron el conocimiento que fue impartido por el docente.

Tabla 27

Promedio del segundo Quimestre con su escala cuantitativa

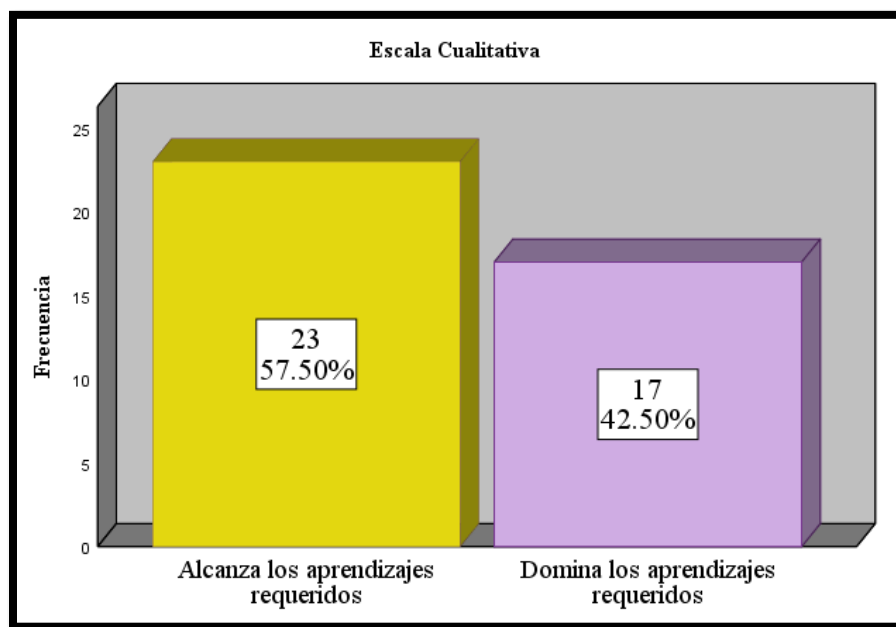
		Escala Cualitativa			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Alcanza los aprendizajes requeridos	23	57.5	57.5	57.5

Domina los aprendizajes requeridos	17	42.5	42.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Nota: Boletín de Calificaciones del Segundo Quimestre

Figura 16

Promedio del segundo Quimestre con su escala cuantitativa



Nota: Boletín de Calificaciones del Segundo Quimestre

Análisis

De los 40 estudiantes que corresponde el 100%, 23 niños que son el 57,50% tienen su escala cuantitativa de que alcanzaron los aprendizajes requeridos porque sus promedios deben estar entre las notas bases de 7 y 8, mientras que 17 estudiantes que corresponde al 42,00%

obtuvieron la escala cuantitativa domina el aprendizaje porque su promedio debe estar entre las notas de 9 o 10 que son las notas más altas del grado.

Interpretación

La comparación entre hombres y mujeres en notas son las siguientes: 3 niños y 3 niñas obtuvieron el promedio de 7,00, 7 niños y 9 niñas obtuvieron un promedio de 8,00 y finalmente 8 niños y 10 niñas sacaron un promedio de 9,00 esto quiere decir que en el segundo Quimestre aumentaron los promedios de 8 y 9 porque aumentaron sus esfuerzos para sacar buenas notas con la presentación de los trabajos, disminuyó el promedio de 7 esto quiere decir tanto hombres como mujeres tienen las mismas capacidades para obtener buenas calificaciones y que las limitaciones están solo en la imaginación, todo lo que sea mediante esfuerzo se puede lograr y nunca deben olvidarse de todas sus capacidades.

4.1.5 Análisis e Interpretación de los Resultados del Post Test

Tabla 28

Análisis del Post Test con Shapiro Wilk

Descriptivas	PROMEDIO QUIMESTRE II	IRRITABI LIDAD Post	INUTILID AD post	PROBLEMAS PENSAMIEN TO Post	SINTOMAS PSICOFISI OLOGICOS post)	ANSIEDAD Post
W de Shapiro -Wilk	0.959	0.952	0.930	0.960	0.967	0.952
Valor p de Shapiro -Wilk	0.160	0.087	0.017	0.174	0.282	0.091

Nota: Programa SSPS

Interpretación

Se aplicó la prueba de Shapiro Wilk para conocer sobre la distribución que hay entre el post test de CECAD y sus dimensiones como irritabilidad, inutilidad, problemas del pensamiento, síntomas psicofisiológicos y ansiedad con el promedio del segundo quimestre **fueron normales** con esta información se aplicó la prueba de correlación de Pearson.

Tabla 29

Análisis con la Prueba de Pearson en el Post test

PROMEDIO QUIMESTRE II		
IRRITABILIDAD Post	R de Pearson	-0.195
	valor p	0.229
PROBLEMAS PENSAMIENTO Post	R de Pearson	-0.042
	valor p	0.798
SINTOMAS PSICOFISIOLOGICOS post	R de Pearson	-0.250
	valor p	0.120
ANSIEDAD Post	R de Pearson	-0.147
	valor p	0.365

Nota: Programa SSPS

Interpretación

Con la aplicación de la prueba de correlación de Pearson se conoció que **no existió una relación** entre el promedio del segundo quimestre con la dimensión de Irritabilidad, problemas

del pensamiento, síntomas psicofisiológicos ni la ansiedad, mientras que la dimensión de inutilidad **no fue normal** las puntuaciones se aplicó la prueba de correlación de Spearman.

Tabla 30

Análisis de la dimensión de Inutilidad con la Prueba de Spearman en el Post test

Matriz de Correlaciones		
		PROMEDIO QUIMESTRE II
INUTILIDAD post	Rho de Spearman	-0.125
	valor p	0.443

Nota: Programa SSPS

Interpretación

Con la aplicación de la prueba de correlación de Spearman se conoció que **no existió una relación** entre el promedio del segundo quimestre y la dimensión de inutilidad.

4.1.6 Análisis e Interpretación de los Resultados de las Notas de todo el Año Lectivo 2022-

2023

Tabla 31

Notas del promedio Anual de los Estudiantes

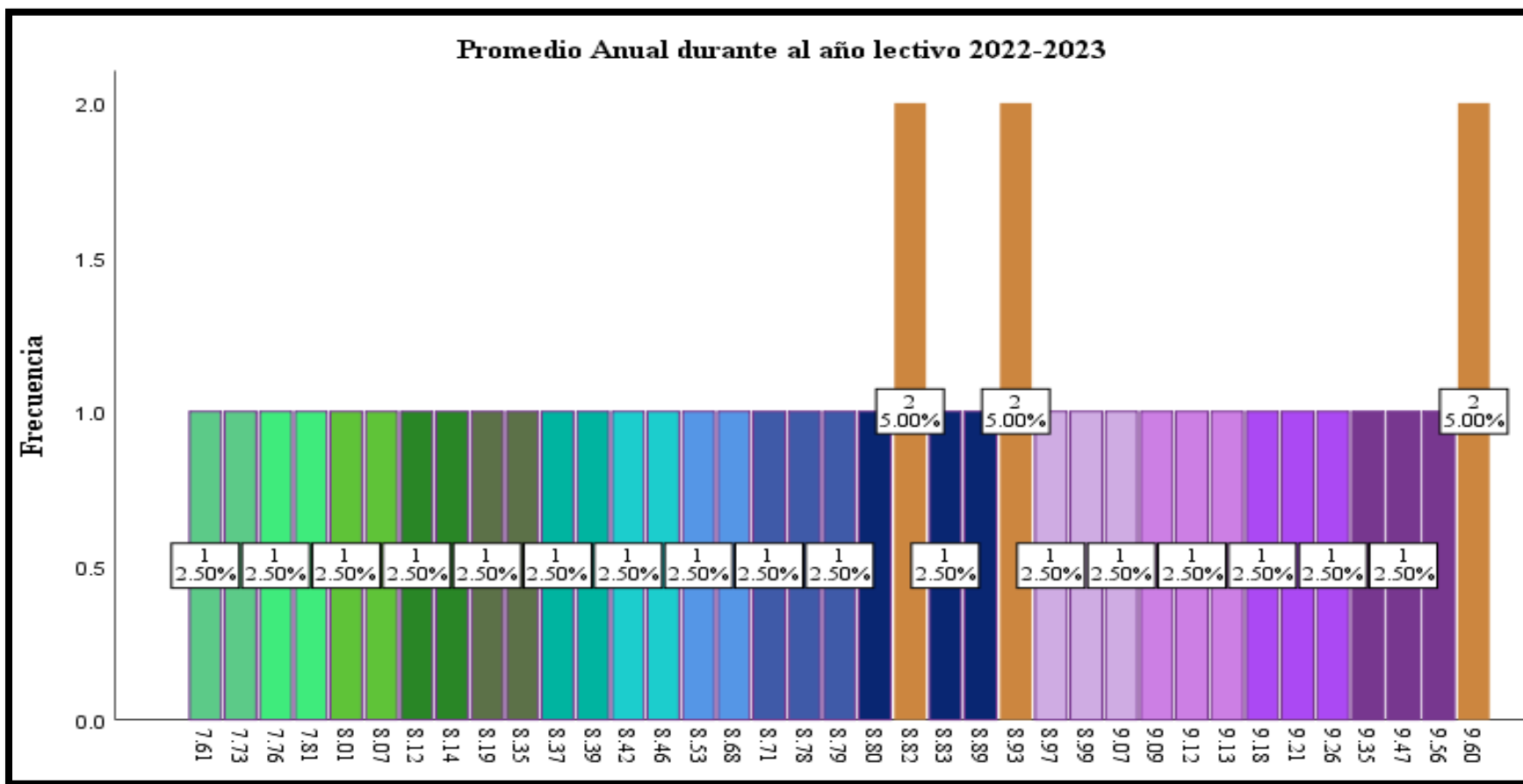
Promedio Anual durante al año lectivo 2022-2023					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	7.61	1	2.5	2.5	2.5

7.73	1	2.5	2.5	5.0
7.76	1	2.5	2.5	7.5
7.81	1	2.5	2.5	10.0
8.01	1	2.5	2.5	12.5
8.07	1	2.5	2.5	15.0
8.12	1	2.5	2.5	17.5
8.14	1	2.5	2.5	20.0
8.19	1	2.5	2.5	22.5
8.35	1	2.5	2.5	25.0
8.37	1	2.5	2.5	27.5
8.39	1	2.5	2.5	30.0
8.42	1	2.5	2.5	32.5
8.46	1	2.5	2.5	35.0
8.53	1	2.5	2.5	37.5
8.68	1	2.5	2.5	40.0
8.71	1	2.5	2.5	42.5
8.78	1	2.5	2.5	45.0
8.79	1	2.5	2.5	47.5
8.80	1	2.5	2.5	50.0
8.82	2	5.0	5.0	55.0
8.83	1	2.5	2.5	57.5
8.89	1	2.5	2.5	60.0
8.93	2	5.0	5.0	65.0
8.97	1	2.5	2.5	67.5
8.99	1	2.5	2.5	70.0
9.07	1	2.5	2.5	72.5
9.09	1	2.5	2.5	75.0
9.12	1	2.5	2.5	77.5
9.13	1	2.5	2.5	80.0
9.18	1	2.5	2.5	82.5
9.21	1	2.5	2.5	85.0
9.26	1	2.5	2.5	87.5
9.35	1	2.5	2.5	90.0
9.47	1	2.5	2.5	92.5
9.56	1	2.5	2.5	95.0
9.60	2	5.0	5.0	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Nota: Boletín de Calificaciones Final

Figura 17

Notas del promedio Anual de los Estudiantes



Nota: Boletín de Calificaciones Final

Análisis

El promedio de los estudiantes del tercer año de educación básica general durante el año lectivo 2022-2023 se puede conocer que dos niños tienen el mismo promedio de 8,22 corresponde al 5,00%, 8,93 que es el 5,00%, 9,60 que es el 5,00% y los demás son niños que sus promedios están dentro de 7, 61 hasta 9,56 variando los decimales y cada uno de ellos representa el 2,5% y sumando todos los porcentajes da 100% que corresponde a los 40 estudiantes.

Interpretación

La figura permite visualizar los promedios anuales de los estudiantes durante todo el año lectivo de todas las materias que reciben como Matemática, Lengua y Literatura, Estudios Sociales, Ciencias Naturales y Educación Física; estos son obtenidos por los aportes que durante los 10 meses presentaron como deberes, talleres individuales y grupales, lecciones, pruebas, presentación de trabajos y proyectos; esto representa el esfuerzo que realizaron durante esos meses para aprender y obtener todos los conocimientos necesarios los cuales serán aplicados en los años lectivos siguientes y en la vida diaria.

Tabla 32

Promedio Anual con su escala Cuantitativa

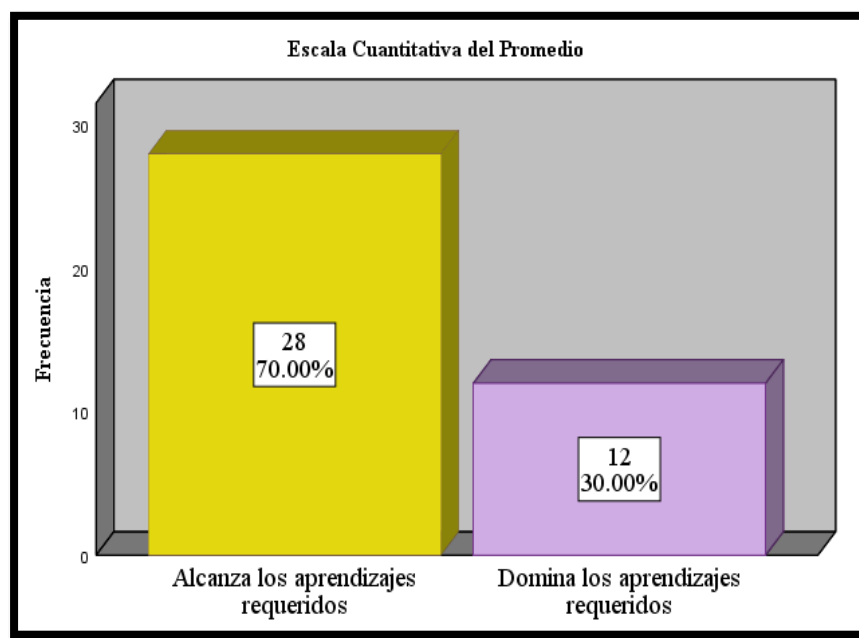
Escala Cuantitativa del Promedio					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Alcanza los aprendizajes requeridos	28	70.0	70.0	70.0

Domina los aprendizajes requeridos	12	30.0	30.0	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Nota: Boletín de Calificaciones Final

Figura 18

Promedio Total con su escala cuantitativa



Nota: Boletín de Calificaciones Final

Análisis

De los 40 estudiantes que corresponde el 100%, 28 niños que son el 70,00% tienen su escala cuantitativa de que alcanzaron los aprendizajes requeridos porque sus promedios deben estar entre las notas bases de 7 y 8, mientras que 12 estudiantes que corresponde al 30,00%

obtuvieron la escala cuantitativa domina el aprendizaje porque su promedio debe estar entre las notas de 9 o 10 que son las notas más altas del grado.

Interpretación

La comparación entre hombres y mujeres en notas son las siguientes: 2 niños y 2 niñas obtuvieron el promedio de 7,00, 12 niños y 12 niñas obtuvieron un promedio de 8,00 y finalmente 4 niños y 8 niñas sacaron un promedio de 9,00 esto quiere decir que durante el año lectivo los estudiantes obtuvieron promedios de 8 y 9 demostrando todos los esfuerzos que pusieron para obtener buenas calificaciones durante la presentación de los trabajos y las actividades; y en promedio hay una pequeña cantidad de niños que necesitan el apoyo de personas adultas y poner más esfuerzo para sacar mejores calificaciones durante todo el año lectivo.

4.3. Comparación entre las Notas del Primer y del Segundo Quimestre

Tabla 33

Comparación de las Notas del Primer y Segundo Quimestre con la Prueba de Shapiro Wilk

Prueba de Normalidad (Shapiro-Wilk)		W	P
PROMEDIO QUIMESTRE I	-	0.571	< .001
PROMEDIO QUIMESTRE II			

Nota. Un valor p bajo sugiere una violación del supuesto de normalidad

Nota: Programa SPSS

Interpretación

Se aplicó la Prueba de Normalidad de Shapiro Wilk dando como resultados que los valores **no fueron normales** entre la comparación de los dos quimestres se procede a aplicar otra prueba.

Tabla 34

Aplicar la Prueba de W de Wilcoxon

Prueba T para Muestras Apareadas			Estadístico	P
PROMEDIO QUIMESTRE I	PROMEDIO QUIMESTRE II	W de Wilcoxon	171	< .001

Descriptivas			
	N	Media	
PROMEDIO QUIMESTRE I	40	8.50	
PROMEDIO QUIMESTRE II	40	8.78	

Nota: Programa SPSS

Interpretación

Las puntuaciones de Rendimiento **no fueron normales**, se aplicó la Prueba de W de Wilcoxon y se encontró que si existe una diferencia significativa entre la media del primer quimestre (M=8,50) y la del segundo quimestre (M=8.78) (W=171, $p < 0.01$), esto quiere decir que si mejoraron los promedios del segundo quimestre.

4.4 Comparación entre el Pre y Post Test de CECAD

Tabla 35

Comparación del Pre y Post Test con la prueba de Shapiro Wilk

		W	P
IRRITABILIDAD pre	IRRITABILIDAD Post	0.945	0.052
INUTILIDAD pre	INUTILIDAD post	0.924	0.010
PROBLEMAS PENSAMIENTO Pre	PROBLEMAS PENSAMIENTO Post	0.965	0.257
SINTOMAS PSICOFISIOLOGICOS Pre	SINTOMAS PSICOFISIOLOGICOS post	0.960	0.162
ANSIEDAD Pre	ANSIEDAD Post	0.988	0.933

Nota. Un valor p bajo sugiere una violación del supuesto de normalidad

Nota: Programa SPSS

Interpretación

En la comparación de la aplicación del test de CECAD en el pre y post con la prueba de Shapiro Wilk la distribución de las puntuaciones **fueron normales** en irritabilidad, problemas del pensamiento, síntomas psicofisiológicos y ansiedad mientras que Inutilidad existió una variación 0.924 a 0.010

Tabla 36

Aplicar la Prueba de T-Student al Pre y Post Test de CECAD

Prueba T para Muestras Apareadas

			estadístico	gl	p
IRRITABILIDAD pre	IRRITABILIDAD Post	T de Student	1.1015	39.0	0.139
PROBLEMAS PENSAMIENTO Pre	PROBLEMAS PENSAMIENTO Post	T de Student	-0.0538	39.0	0.521
SINTOMAS PSICOFISIOLOGICOS Pre	SINTOMAS PSICOFISIOLOGICOS Post	T de Student	2.1629	39.0	0.018
ANSIEDAD Pre	ANSIEDAD Post	T de Student	1.0782	39.0	0.144

Nota. $H_a \mu \text{ Medida 1} - \text{Medida 2} > 0$

Nota: Programa SPSS

Interpretación

Teniendo una distribución normal con le prueba de Shapiro Wilk se aplicó la prueba t de student en donde se encontró que no existe diferencia significativa entre la media antes y la media después que conforman el test de CECAD en las dimensiones de irritabilidad, problemas del pensamiento y ansiedad, mientras que en síntomas psicofisiológicos una variación 0.018.

Descriptivas	N	Media
IRRITABILIDAD pre	40	14.4
IRRITABILIDAD Post	40	13.5
PROBLEMAS PENSAMIENTO Pre	40	15.1
PROBLEMAS PENSAMIENTO Post	40	15.1
SINTOMAS PSICOFISIOLOGICOS Pre	40	38.8
SINTOMAS PSICOFISIOLOGICOS post	40	36.0
ANSIEDAD Pre	40	42.6
ANSIEDAD Post	40	41.0

Nota: Programa SPSS

Interpretación

En la dimensión de Síntomas Psicofisiológicos hubo una diferencia significativa entre el antes Pre test (M=38.8) y el después Post Test ((M=36.0) $t(39) = 2.16298$ $p < 0.005$) esto quiere decir que hubo una reducción de los malestares del cuerpo durante las actividades escolares y que el promedio de los estudiantes subió en el segundo quimestre.

Tabla 37

Aplicar la Prueba de W de Wilcoxon la Dimensión se Inutilidad

Prueba T para Muestras Apareadas			Estadístico	p
INUTILIDAD pre	INUTILIDAD post	de Wilcoxon	295 ^a	0.731

Nota. $H_a \mu_{\text{Medida 1}} - \mu_{\text{Medida 2}} > 0$

^a 4 par(es) de valores estaban repetidos

Nota: Programa SPSS

Descriptivas		
	N	Media
INUTILIDAD pre	40	16.7
INUTILIDAD post	40	16.9

Descriptivas

	N	Media
--	---	-------

Nota: Programa SPSS

Interpretación

La distribución de las puntuaciones de inutilidad no fue normal, se aplicó la prueba de W de Wilcoxon en donde se encontró que no existió diferencia significativa antes Pre Test y después Post Test de la intervención con las estrategias para reducir la ansiedad.

4.5 Comparación entre el Pre y Post Test de CECAD por Género

Tabla 38

Aplicar la Prueba de T de Student para ver la ansiedad por género en el Pre Test

Prueba T para Muestras Independientes				
		Estadístico	GI	P
ANSIEDAD Pre	T de Student	0.759	38.0	0.453

Nota: Programa SPSS

Descriptivas de Grupo			
	Grupo	N	Media
ANSIEDAD Pre	MUJER	22	43.9
	HOMBRE	18	41.0

Nota: Programa SPSS

Interpretación

Se aplicó la prueba t de student encontrando que no existe diferencia significativa en las medias de la ansiedad durante el pre Test entre hombres y mujeres, esto quiere decir que les afecta de la misma manera la ansiedad al grupo de clase.

Tabla 39

Aplicar la Prueba de T de Student para ver la ansiedad por género en el Post Test

Prueba T para Muestras Independientes				
		Estadístico	gl	p
ANSIEDAD Post	T de Student	0.977	38.0	0.335

Nota: Programa SPSS

Descriptivas de Grupo						
	Grupo	N	Media	Mediana	DE	EE
ANSIEDAD Post	MUJER	22	42.6	42.0	10.8	2.30
	HOMBRE	18	39.1	40.0	12.1	2.85

Nota: Programa SPSS

Interpretación

La prueba t de student se aplicó y se encontró que no existe una diferencia significativa en las medias de la ansiedad del post Test entre hombres y mujeres, esto quiere decir que la ansiedad les afecta de la misma manera.

Tienen casi los mismos pensamientos, dolores del cuerpo, se irritan y se sienten inútiles en las actividades escolares, pero sin este preámbulo los niños del tercer año de educación general básica de la unidad educativa Atahualpa no se dejan vencer y salen adelante, una muestra de ello es que sus promedios son altos y hay niños que mejoraron sus notas.

4.6. Comparación con Otros Autores

El autor Francisco Herrera y su tema influencia de la ansiedad y la felicidad en el rendimiento académico infantil (7-12) indica que participaron 764 estudiantes en donde maneja las variables sociodemográficas como edad, género, cultura y estrato socioeconómico de cómo influyen en la ansiedad de manera que los grados superiores tienen menos, mientras que los grados inferiores tienen más ansiedad por todo lo que conlleva adaptarse a realizar las actividades escolares y la felicidad en los niveles más bajos no muestran sus emociones y los niveles superiores el nivel es más alto porque con la realización de sus tareas muestran sus emociones y como se sienten con sus compañeros y los profesores, también se puede conocer un nivel alto de ansiedad en los niños con respecto a las niñas.

En el estudio longitudinal de la ansiedad escolar en niños chilenos de educación primaria de los autores Nelly Lagos, Maritza Palma y Carlos Ossa se aplicó el test IAEB que se aplicó a 155 niños del tercero, cuarto y quinto año de básica y se determinó que los estímulos influyen en el aumento y disminución de la ansiedad y está ligado fuertemente con la realización de los deberes y con todas las responsabilidades escolares que adquieren y que la ansiedad afecta a los dos sexos.

En el trabajo de investigación la ansiedad escolar y el rendimiento académico en estudiantes de tercer año de educación general básica de la Unidad Educativa Atahualpa que se realizó mediante la aplicación del test de CECAD permitió conocer que los 40 estudiantes no les afectan las actividades externas, pensamientos cambiantes y problemas físicos; con esto los niveles de ansiedad son bajos mientras que las notas de los estudiantes son buenas pero con la aplicación de las estrategias se bajó los síntomas psicofisiológicos y con esto se aumentó más notas buenas, demostrando que no importa el sexo del estudiante para que este se vea afectado o no por la ansiedad.

CAPITULO V

5.1 Conclusiones

El estudio analizó el nivel de ansiedad escolar en estudiantes de tercer año de educación básica en la Unidad Educativa Atahualpa, destacando la importancia de abordar este tema en el ámbito educativo para promover el bienestar emocional de los alumnos.

Las opciones que predominan en el pre test CECAD son: nunca están dentro de los rangos mínimo 22,5% y máximo 95,0%, en casi nunca están dentro de los rangos mínimo 0% y máximo 42,0%, en algunas veces están dentro de los rangos mínimo 2,5% y máximo 25,0%, la opción de casi siempre están dentro de los rangos mínimo 0% y máximo 22,5%, por último en siempre están dentro de los rangos mínimo 2,5% y máximo 25,0%, esto brinda una clara idea de que los niños se encuentran tranquilos y no se dejan afectar significativamente antes de realizar sus tareas.

Se enfocó en evaluar la efectividad de las estrategias implementadas para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes de tercer año de educación básica en la Unidad Educativa Atahualpa.

Se puede decir que a partir de haber aplicado las estrategias sugeridas para bajar el nivel de ansiedad se han logrado mejores calificaciones y que pese a que no mejoraron en todas las dimensiones como Inutilidad, Irritabilidad, Problemas del pensamiento y Ansiedad, si se **disminuyó en 2,8%** en la dimensión de Síntomas Psicofisiológicos en el post test, esto quiere decir en síntomas físicos, de sensación, emoción y de nervios.

En resumen, los porcentajes de las opciones en el post test CECAD varían y reflejan la presión que sienten los estudiantes para obtener buenas notas, lo que brinda al profesor ideas sobre qué estrategias aplicar para que los niños se sientan más relajados.

Finalmente, el estudio encontró que la ansiedad escolar no afecta negativamente el rendimiento académico de los estudiantes de tercer año de educación básica en la Unidad Educativa Atahualpa, y que la implementación de estrategias para reducir los síntomas psicofisiológicos de la ansiedad resultó en un aumento en las calificaciones. Además, se demostró que el género no influye en la forma en que la ansiedad afecta a los estudiantes.

5.2 Recomendaciones

En instituciones educativas públicas, privadas o fisco misionales existe la ansiedad escolar y para conocer el grado en el que ésta afecta a los estudiantes se debería aplicar varios test, especialmente el test CECAD ya que se lo puede realizar al inicio del año escolar o unos cuantos meses antes de finalizar el mismo para establecer cómo están los estudiantes en cuanto a su estabilidad emocional, psicológica y física; y si esto les está afectando al momento de obtener un aprendizaje significativo.

La implementación de estrategias para reducir la ansiedad puede tener un impacto positivo en el rendimiento académico de los estudiantes por lo que se deberían dictar charlas y hacer capacitaciones sobre la ansiedad escolar, su sintomatología, comportamientos y tratamientos que existen, las cuales deben ser dirigidas a toda la comunidad educativa y organizadas por el personal del Departamento de Consejería Estudiantil (DECE) de la institución, dando a conocer cómo afecta esto en el rendimiento académico de los estudiantes y sobretodo en su desenvolvimiento con el entorno social que los rodea.

Tanto los niños como los padres de familia deben ser instruidos sobre el tema de la ansiedad escolar para que estén atentos en caso de que se presenten síntomas de alarma y recordarles que tienen el apoyo de docentes y personal del DECE para ayudarles a sobrellevarla y así evitar pensamientos negativos, que los estudiantes se aíslen o se excluyan del medio que les rodea.

Dentro del aula de clases se deberían aplicar actividades que permitan a los estudiantes relajar su mente y cuerpo, ya que esta es una forma de compartir momentos de dispersión y recreación efectivos, crear compañerismo entre ellos, apoyarlos en situaciones adversas y en especial a que no olviden que pueden contar con más personas para que les ayuden a tolerar ese

tipo de situaciones; adicional a eso se pueden generar las aspiraciones de consultar nuevas estrategias que puedan aplicarse para tener una clase significativa y aprender de una forma perdurable.

Se recomienda que las aplicaciones de las estrategias para disminuir la ansiedad mencionadas deben ser ejecutadas antes de realizarse las actividades escolares y por periodos de tiempo más largos para que los resultados sean visibles y los niños lo demuestren mediante la obtención de mejores notas en las diferentes tareas realizadas dentro y fuera de la institución educativa.

5.3 Bibliografía

- Aguilar, A. I. (3 de Mayo de 2019). *Educo*. Obtenido de 6 tecnicas de estudio para maximizar el rendimiento escolar: <https://www.educo.org/blog/tecnicas-estudio-maximizar-rendimiento-escolar#:~:text=El%20rendimiento%20escolar%20o%20acad%C3%A9mico,al%20abandono%20de%20los%20estudios>.
- Albán Obando, J. J. (2013). *Congreso Online sobre la educación en el siglo XXI*. Obtenido de Consumo de alcohol y rendimiento academco en los y las estudiantes de la escuela psicología, facultad de ciencias juridicas, sociales en la universidad tecnica de Babahoyo, Ecuador: <https://www.eumed.net/libros-gratis/actas/2016/educacion/jjao.pdf>
- Alvarez Teruel, J. D., Jiménez Ayala, C. E., Cargua García , N. I., Aparicio Flores, M. d., Fernández Sogorb , A., & García Fernández, J. M. (15 de Abril de 2021). *Repositorio Instituto de la Universidad de Alicante*. Obtenido de Relación entre ansiedad escolar y perfeccionismo en una muestra de alumnado ecuatoriano: <http://hdl.handle.net/10045/114217>
- Aparicio Flores , M. d., Cargua García, N. I., Jiménez Ayala , C. E., & García Fernández, J. M. (Junio de 2020). *Repositorio Institucional de la universidad de Alicante* . Obtenido de El rechazo escolar y la ansiedad cognitiva: <http://hdl.handle.net/10045/109400>
- Arévalo Marcos, R. A., García Nicolás, Z. A., & Cueto Huerta, C. Y. (22 de Noviembre de 2022). *Universidad Autonoma de Ica*. Obtenido de Ansiedad y rendimiento académico en pandemia en escolares de cuarto y quinto grado de secundaria del Colegio Millenium, Chincha, 2022: <http://www.repositorio.autonomaieca.edu.pe/handle/autonomaieca/1931>
- Arrimada, M. (3 de Enero de 2022). *Psicología y Mente*. Obtenido de Los 12 instrumentos de evaluación de trastornos de la ansiedad: <https://psicologiaymente.com/clinica/instrumentos-evaluacion-trastornos-ansiedad>
- Barnhill, J. W. (Abril de 2020). *Manual MSD*. Recuperado el Mayo de 2023, de Introducción a los trastornos de ansiedad: <https://www.msmanuals.com/es-ec/hogar/trastornos-de-la-salud-mental/ansiedad-y-trastornos-relacionados-con-el-estr%C3%A9s/introducci%C3%B3n-a-los-trastornos-de-ansiedad>

- Bravo Rizo, M. E. (2020). *Unisversidad Técnica de Babahoyo*. Obtenido de Trastorno de ansiedad social y su influencia en el rendimiento académico de un estudiante de 15 años de edad de la Unidad Educativa Eneida Uquillas de Rojas ciudad de Babahoyo:
<http://dspace.utb.edu.ec/handle/49000/8908>
- Carvalho Gómez, C. A. (8 de Mayo de 2019). *Hablemos de Neurociencia*. Obtenido de CECAD: Cuestionario Educativo – Clínico Ansiedad – Depresión:
<https://hablemosdeneurociencia.com/cecad-cuestionario-educativo-clinico-ansiedad-depresion/>
- Castañeda, M. B., Cabrera, A. F., Navarro, Y., & Vries , W. (2010). *Procesamiento dde datos y analisis estadísticos utilizados SPSS*. Obtenido de Un libro práctico para investigadores y administradores educativos: https://www.researchgate.net/profile/Alberto-Cabrera/publication/261704346_Procesamiento_de_datos_y_analisis_estadisticos_utilizando_SPSS_Un_libro_practico_para_investigadores_y_administradores_educativos/links/00b4953510e4a0dd01000000/Procesamiento-de-da
- Colunga Rodríguez , C., Ángel Gonzáles, M., Vázquez Colunga, J. C., Vázquez Juárez , C. L., & Colunga Rodríguez , B. A. (1 de Diciembre de 2021). *Universidad da Coruña*. Obtenido de Relación entre ansiedad y rendimiento académico en alumnado de secundaria:
<https://ruc.udc.es/dspace/handle/2183/29123>
- Crespo, A., Martínez Monteagudo, M. C., Aparisi , D., García Muñoz, D., Pérez Soto, N., Poveda, R., & Delgado, B. (2022). *Memorias del Programa de Redes de investigación en docencia universitaria* . Obtenido de Ansiedad escolar y rendimiento académico en universitarios:
<https://rua.ua.es/dspace/handle/10045/131011>
- Cruz Molina, C. (16 de Febrero de 2022). *Repositorio ALCIRA*. Obtenido de Ansiedad y estrés académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Privada San Carlos S.A.C. de la ciudad de Puno - 2021: <http://repositorio.upsc.edu.pe/handle/UPSC/228>
- DNRE, E. (2020). *Ministerio de Educación*. Obtenido de Instructivo-para-evaluacion-de-los-aprendizajes-Sierra-y-Amazonia-2020-2021: <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2020/09/Instructivo-para-evaluacion-de-los-aprendizajes-Sierra-y-Amazonia-2020-2021.pdf>
- Garbanzo, G. (2007). *Revista Educación*. Obtenido de Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios, : <https://doi.org/10.31206/rmdo072018>

- Garrido, J. M. (2019). *Psicopedia Información y Recursos sobre Psicología* . Obtenido de Medir la ansiedad con el Inventario de Beck : <https://psicopedia.org/1806/medir-la-ansiedad-con-el-inventario-de-beck/>
- González Lozano , L., García Cueto , E., & Lozano Fernández , L. M. (2010). *CECAD*. Obtenido de Cuestionario Educativo Clínico: Ansiedad y Depresión: <https://www.uam.es/uam/media/doc/1606882704730/cecad.pdf>
- Hernández Sánchez, J., Ontiveros Salinas , O. D., & Granados Ramos, D. E. (2019). *Integración Académica en Psicología*. Obtenido de Rendimiento Escolar y ansiedad en estudiantes mexicanos de educación secundaria: <https://integracion-academica.org/anteriores/31-volumen-7-numero-21-2019/251-rendimiento-escolar-y-ansiedad-en-estudiantes-mexicanos-de-educacion-secundaria>
- Julson, E. (24 de Abril de 2020). *Healthline*. Obtenido de 11 Señales y Síntomas del trastorno de ansiedad: <https://www.healthline.com/health/es/sintomas-de-ansiedad>
- Lagos San Martín, N., & Palma Luengo , M. (31 de Julio de 2018). *REINED Revista Reflexión e investigación Educativa*. Obtenido de Diferencia en ansiedad escolar, autoestima y perfeccionismo en función del nivel escolar y sexo en los estudiantes chilenos de educación primaria: <https://revistas.ubiobio.cl/index.php/REINED/article/view/3405>
- Lamas, L. (2015). *Rendimiento Escolar* . Obtenido de Propósito y Representaciones : <https://doi.org/10.4135/9781483328416.n9>
- Lozano Arboleda, L., & Méndez Toro, J. F. (2021). *Repositorio de la Universidad de Antioquia*. Obtenido de Relación entre ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de 10 y 11 grado del Colegio Loyola de Medellín: <https://bibliotecadigital.udea.edu.co/handle/10495/21519>
- Mayorga Lascano, P. M., & Ortiz Granda, Y. J. (2018). *Pontificia Universidad Católica del Ecuador* . Obtenido de Ansiedad y estrés académico en los estudiantes de la Puce Ambato antes y después de los procesos de evaluación. Estudio comparativo histórico: <https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/2445>
- Mayorga Ponce, R. B., Monroy Hernández , A., Hernández Rubio, J., Roldan Carpio, A., & Reyes Torres, S. B. (2021). *Educación y Salud Científico Instituto de Ciencias de la Salud* . Obtenido de Programa SPSS: https://www.researchgate.net/profile/Alberto-Cabrera/publication/261704346_Procesamiento_de_datos_y_analisis_estadisticos_utilizando_SP

SS_Un_libro_practico_para_investigadores_y_administradores_educativos/links/00b4953510e4a0dd01000000/Procesamiento-de-da

McCarthy, C. (21 de Diciembre de 2019). *healthychildren.org*. Obtenido de La ansiedad en los adolescentes va en aumento ¿Qué está pasando?: https://www.healthychildren.org/Spanish/health-issues/conditions/emotional-problems/Paginas/Anxiety-Disorders.aspx?_gl=1*u26fec*_ga*MTc4NTk1NDY0NS4xNjg0NjI2ODE5*_ga_FD9D3XZVQ*MTY4NDYyNjgxOS4xLjAuMTY4NDYyNjgyMy4wLjAuMA..&_ga=2.182442471.175410029.16846268

Méndez Valencia, S., & Cuevas Romo, A. (2014). *fibao*. Obtenido de Manual instructorio al SPSS statistics Standard Edition 22:

https://www.fibao.es/media/uploads/manual_de_spss_universidad_de_celaya.pdf

Mental, I. N. (21 de Febrero de 2021). *Biblioteca Nacional de Medicina*. Obtenido de MediPlus: <https://medlineplus.gov/spanish/anxiety.html#:~:text=La%20ansiedad%20es%20un%20sentimiento,una%20reacci%C3%B3n%20normal%20al%20estr%C3%A9s.>

Ministerio de Educación, E. (2023). *Gobierno del Ecuador*. Obtenido de Acuerdo Mineduc 2023: <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2023/04/MINEDUC-MINEDUC-2023-00012-A.pdf>

Monge Sánchez, M. (3 de Diciembre de 2020). *Cuidate Plus*. Obtenido de Ansiedad: <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psiquiatricas/ansiedad.html>

Obando Peralta, E. C., Acasiete Hernández, B., & Marcatoma LLallire, K. (21 de Marzo de 2022). *Univerisdad Autónoma de Ica*. Obtenido de Relación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes del quinto ciclo académico de la Facultad de Administración en una Universidad de Lima 2021: <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/1480>

Ortega Gutiérrez, Á. V., Quinche Suquilanda, Á. M., Moreno Ortega, E. M., & Álvarez Román, L. L. (9 de Noviembre de 2018). *Revista Medica*. Obtenido de Validación del Test CMASR-2 para determinar Ansiedad en niños y Adolescentes: <https://revistamedica.com/validacion-test-cmasr-2-ansiedad-en-ninos-adolescentes/>

Ortega Pérez, P. (1 de Marzo de 2022). *UPAD Psicología & Coaching*. Recuperado el Mayo de 2023, de ¿Cómo afecta el rendimiento académico a los estudiantes?:

<https://www.upadpsicologiacoaching.com/como-afecta-el-rendimiento-academico-a-los-estudiantes/>

Palma Delgado, G. M., & Barcia Briones, M. F. (16 de Junio de 2020). *Pontificia Universidad Católica del Ecuador sede Manabí*. Obtenido de El estado emocional en el rendimiento académico de los estudiantes en Portoviejo, Ecuador:

<https://www.dominiodelasciencias.com/index.php/es/article/view/1207>

Pinargote Macías , E. I., & Caicedo Guale , L. C. (9 de Enero de 2019). *Universidad Técnica de Manabí*. Obtenido de La ansiedad y su relación en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Manabí:

<https://www.redalyc.org/journal/5732/573263327006/573263327006.pdf>

Prieto Andreu, J. (16 de Enero de 2020). *Universidad Internacional de la Rioja*. Obtenido de Motivación, ansiedad social, práctica de ejercicio físico y rendimiento académico:

[https://www.researchgate.net/profile/Joel-Prieto-](https://www.researchgate.net/profile/Joel-Prieto-Andreu/publication/344417021_MOTIVATION_SOCIAL_ANXIETY_PHYSICAL_EXERCISE_PRACTICE_AND_ACADEMIC_PERFORMANCE/links/5f7356b5a6fdcc008646dc2b/MOTIVATION-SOCIAL-ANXIETY-PHYSICAL-EXERCISE-PRACTICE-AND-ACADEMIC-PE)

[Andreu/publication/344417021_MOTIVATION_SOCIAL_ANXIETY_PHYSICAL_EXERCISE_PRACTICE_AND_ACADEMIC_PERFORMANCE/links/5f7356b5a6fdcc008646dc2b/MOTIVATION-SOCIAL-ANXIETY-PHYSICAL-EXERCISE-PRACTICE-AND-ACADEMIC-PE](https://www.researchgate.net/profile/Joel-Prieto-Andreu/publication/344417021_MOTIVATION_SOCIAL_ANXIETY_PHYSICAL_EXERCISE_PRACTICE_AND_ACADEMIC_PERFORMANCE/links/5f7356b5a6fdcc008646dc2b/MOTIVATION-SOCIAL-ANXIETY-PHYSICAL-EXERCISE-PRACTICE-AND-ACADEMIC-PE)

Pulido Acosta, F., & Herrera Clavero, F. (29 de Abril de 2018). *Aula: revista de pedagogía de la universidad de Salamanca*. Obtenido de Influencia de la ansiedad y la felicidad en el rendimiento académico infantil (7-12): <https://revistas.usal.es/tres/index.php/0214-3402/article/view/aula201925191207/20803>

Pulido Acosta, F., & Herrera Clavero, F. (2019). *Red de Información Educativa redined*. Obtenido de Influencia de la ansiedad y la felicidad en el rendimiento académico infantil (7-12):

<https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/206646>

Quispe Andrade, P. D. (2022). *Universidad Central del Ecuador*. Obtenido de Ansiedad y Rendimiento Académico en Adolescentes de una Unidad Educativa Fiscomisional de la Ciudad de Quito en Época de Pandemia por Covid-19.: <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/26628>

Rochelle P, W. (8 de Marzo de 2023). *Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades*.

Recuperado el Mayo de 2023, de La salud Mental de los Niños:

<https://www.cdc.gov/childrensmentalhealth/spanish/anxiety.html>

- Rosario Lora , D. d., Fiallo Souffront, P. M., Tamares Báez, A. M., & Martínez Rodríguez, N. L. (2021). *Medicina pucmm*. Obtenido de Prevalencia de síntomas de trastorno de ansiedad en adolescentes que asisten centros educativos : <https://medicina.pucmm.edu.do/wp-content/themes/Medicina%20Pucmm/pdfs/AMP-V11N1.pdf#page=46>
- Samaniego, J. (2020). *Ministerio de Educación del Ecuador*. Obtenido de Apoyo de las familias al rendimiento académico de hijas e hijos.
- San Andrés , E., Togores de , M., Rodríguez, L., & Valle, L. (20 de Diciembre de 2011). *CAS- Cuestionario de Ansiedad Infantil*. Obtenido de CAS- Cuestionario de Ansiedad Infantil: <https://www.psicoedu.org/cuestionario-ansiedad-infantil/?v=55f82ff37b55>
- Sánchez Pedreño, F. O. (2022). *Clinica Universidad de Navarra*. Obtenido de Ansiedad : <https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/ansiedad>
- Shirin, H. (Junio de 2020). *Nemours KidsHealth*. Obtenido de Trastornos de las Ansiedad : <https://kidshealth.org/es/parents/anxiety-disorders.html>
- Trunce Morales , S. T., Villarroel Quinchalef, G. d., Arntz Vera, J. A., Muñoz Muñoz, S. I., & Werner Contreras, K. M. (9 de Diciembre de 2020). *Investigación en educación médica*. Obtenido de Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios: <https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2020.36.20229>
- Zepeda Cruz, H. d. (4 de Enero de 2021). *Asociación Mexicana de Psicoterapia y Edacación* . Obtenido de CAS: Cuestionario de Ansiedad Infantil : <https://www.psicoedu.org/cuestionario-ansiedad-infantil/?v=55f82ff37b55>

5.4 Anexos

Anexo 1: Carta de compromiso

UNIDAD EDUCATIVA ATAHUALPA
colegioatahualpasecretaria@hotmail.com
TELEFONO (03)2855812
AMBATO ECUADOR



CARTA DE COMPROMISO

Ambato, 12/04/2023

Doctor
Victor Hernández
Presidente de la Unidad de Titulación de Posgrado
Maestría en Psicopedagogía
Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación.

Yo, Msc. Sylvia Chimborazo, en mi calidad de Rectora de la Unidad Educativa Atahualpa, me permito poner en su conocimiento la aceptación y respaldo para el desarrollo del proyecto de titulación bajo el Tema: "La ansiedad escolar y el rendimiento académico en estudiantes de tercer año de educación general básica de la Unidad Educativa Atahualpa" propuesto por la estudiante Soraya Victoria Freire Moya, portadora de la Cédula de Ciudadanía 1804376273, estudiante de la Maestría en Psicopedagogía, Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato.

A nombre de la Institución a la cual represento, me comprometo a apoyar en el desarrollo del proyecto.

Particular que comunico a usted para los fines pertinentes.

Atentamente.



Msc. Sylvia Chimborazo
Rectora
CC. 1802683902
sylvia.chimborazo@educacion.gob.ec

**CONSENTIMIENTO INFORMADO
PADRES Y/O REPRESENTANTES LEGALES**

Tema de investigación

“La ansiedad escolar y el rendimiento académico en estudiantes de tercer año de educación general básica de la Unidad Educativa Atahualpa”

INFORMACIÓN

Su hijo(a) ha sido invitado(a) a participar en la investigación sobre “**La ansiedad escolar y el rendimiento académico en estudiantes de tercer año de educación general básica de la Unidad Educativa Atahualpa**”, que forma parte del trabajo final de grado para obtener el título de **MAGISTER EN PSICOPEDAGOGIA**, con el objetivo de evaluar el nivel de ansiedad escolar existente en los estudiantes, aplicar estrategias que disminuyan la ansiedad y determinar el nivel de eficacia de las mismas para mejorar el rendimiento académico.

Los datos aquí recogidos se tratarán con absoluta confidencialidad.

Se le solicita su autorización para que **su hijo (a)** participe en este trabajo porque **aprenderá** actitudes y valores dentro y fuera del aula, aumentará las oportunidades de actuar fomentando relaciones de cooperación como cualidades de ayuda hacia los otros y se promoverá la capacidad de manejar la ansiedad escolar y reflejarlo en su rendimiento académico.

La persona responsable de este estudio es la **Lic. Soraya Victoria Freire Moya**, estudiante de la Universidad Técnica de Ambato bajo la dirección del **Mg. Lenin Fabián Saltos Salazar**, en calidad de director del proyecto de investigación.

Para decidir participar en esta investigación, es importante que considere la siguiente información:

Participación: Es libre y voluntaria.

Riesgos: No tiene ningún riesgo.

Beneficios: La Institución y el/la estudiante.

Confidencialidad: Segura 100% confidencial

Conocimiento de los resultados: Opcional

Datos de contacto: Si requiere mayor información, o comunicarse por cualquier motivo relacionado con esta investigación, puede contactar a:

Estudiante responsable de este estudio: Nombre: Lic. Soraya Victoria Freire Moya Correo electrónico: freire.soraya@yahoo.com	Docente director del proyecto: Mg. Lenin Fabián Saltos Salazar lf.saltos@uta.edu.ec
---	--

**FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN
DE MENORES DE EDAD**

Por la presente, yo _____,
con

C.I. _____, padre/madre/representante legal/ del niño/a
_____, doy mi consentimiento para
que mi hijo/hija participe en el estudio sobre “La ansiedad escolar y el rendimiento académico
en estudiantes de tercer año de educación general básica de la Unidad Educativa Atahualpa”, a
cargo de la estudiante: Lic. Soraya Victoria Freire Moya.

Declaro que he leído y he comprendido las condiciones de la participación en este estudio
de mi hijo(a). He tenido la oportunidad de hacer preguntas y han sido respondidas
satisfactoriamente. No tengo dudas al respecto.

En la ciudad de Ambato, a los 24 días del mes de mayo de 2023

Firma

C.I. _____

Anexo 3: Test CECAD

TEST CECAD						
Nombre: _____						
Sexo: Hombre ___ Mujer ___						
Fecha: _____						
Colegio: _____						
Grado: _____						
1. Lea cuidadosamente cada frase y elija la opción que mejor describa lo que piensa o le sucede entre las siguientes:						
#	Ítem	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	Estoy nervioso.					
2	Duermo peor que antes.					
3	Me encuentro mal cuando estoy entre gente.					
4	Pienso en hacerme daño a mí mismo.					
5	Tan pronto estoy de buen como de mal humor.					
6	Me despierto muchas veces durante la misma noche.					
7	Tengo la sensación de que me falta el aire para respirar.					
8	Me relajo con dificultad.					
9	Se me quedan dormidos los brazos, manos, pies o piernas.					
10	Me cuesta mucho dormir.					
11	Me enfado con facilidad.					
12	Tengo mucho sueño durante el día.					
13	Siento dolores en el pecho.					
14	Me siento mal en los lugares donde me es difícil escapar (ascensor, autobús, aula.....).					
15	Ahora tengo menos ganas de comer que antes.					
16	Cuando estoy entre gente procuro marcharme a otro lugar.					
17	Lloro con facilidad.					
18	Me preocupa perder el control de mí mismo.					
19	Los demás pueden hacer la mayoría de las cosas mejor que yo.					
20	Tengo una sensación de hormigueo en algunas partes del cuerpo.					

#	Ítem	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
21	Creo que soy inútil.					
22	Cualquier cosa me irrita mucho.					
23	Se me nubla la vista.					
24	Pienso que todo lo hago mal.					
25	Me vienen pensamientos molestos a mi cabeza, aunque yo no quiera.					
26	Tiendo a pensar lo peor.					
27	Me tiemblan las manos.					
28	Necesito que otros me ayuden para hacer las cosas bien.					
29	Me enfado sin motivos.					
30	No sirvo para nada.					
31	Tengo miedo a no saber hacer bien las tareas.					
32	Tengo pensamientos que no se quitan y que me molestan.					
33	Siento una opresión en el pecho que me <i>corta la respiración</i> .					
34	Durante el día paso con facilidad de estar alegre a estar triste.					
35	Me cuesta trabajo ponerme a pensar sobre las cosas.					
36	Me siento preocupado por cosas que me puedan ocurrir.					
37	Cuando me levanto por las mañanas me siento cansado.					
38	Tengo miedo de que la gente se burle de mí.					
39	Me siento con rabia por dentro.					
40	Me canso más rápido que los demás.					
41	Cuando tengo que realizar una tarea dudo si hacerla de una forma o de otra.					
42	Quiero estar solo.					
43	Me agobio en los sitios con mucha gente (centros comerciales, cines, etc.).					
44	Me siento muy solo.					
45	Aunque las cosas tengan una parte positiva y buena, yo suelo fijarme en la negativa o mala.					
46	Tengo pesadillas y terrores nocturnos.					
47	Me siento triste.					
48	Siento dolores por diferentes partes de mi cuerpo.					
49	Me siento vacío.					
50	Pienso que no valgo para nada.					

Anexo 4: Boletín de Calificaciones



UNIDAD EDUCATIVA ATAHUALPA

Educación General Básica

CONCENTRADO DE CALIFICACIONES POR PARALELO

GRADO DE EGB: Tercero "A"		N° DE ESTUDIANTES: 40		HOMBRES: 18		MUJERES: 22	
ORD.	NOMINA	LENGUA Y LITERATURA	MATEMÁTICA	CIENCIAS NATURALES	ESTUDIOS SOCIALES	PROMEDIO	EQUIVALENCIAS
1	ACHACHI SISA DYLAN SAMUEL	7.33	7	7.9	8.01	7.56	AA
2	BOSQUE CUPJERAN SAYURI MAIBER	8.48	8.46	8.48	8.7	8.53	AA
3	CAIZA JAQUE KEVIN ALEXANDER	8.96	8.1	9.2	8.96	8.81	AA
4	CALAPIÑA LAGUA LUIS ELICEO	9.34	8.81	9.63	9.38	9.29	DA
5	CALUCHO CHIMBO MARTIN ISAAC	7	7	7	7	7	AA
6	CAMBAL LAGUA JEREMY LEONEL	8.29	8.05	8.61	8.26	8.3	AA
7	CEVALLOS SILVA KARLA CECIBELL	9.52	9.43	9.89	9.83	9.67	DA
8	CHASIPANTA DEFAZ MAYKEL ELIAN	7.24	7.11	8.09	8.07	7.63	AA
9	CHILQUIINGA RONQUILLO LUCAS LEANDRO	7.52	7.14	8.57	7.77	7.75	AA
10	CHIMBO MENDOSA AUSTIN EFREN	7.63	7.85	7.65	7.79	7.73	AA
11	CHUGCHILAN CHUQUITARCO JOSEPH ISRAEL	9.23	8.36	8.78	8.91	8.82	AA
12	CHUNCHO PULLITASI JEIMY NOEMI	9.4	8.35	8.82	9.16	8.93	AA
13	COLLAGUASO NUELA WALTER JOEL	8.05	7	8.81	7.91	7.94	AA
14	ESPARZA MOYA EIMY RIHANNA	9.33	9.48	9.55	9.65	9.5	DA
15	GUAITA TOSCANO THIAGO ALEJANDRO	8.5	8.21	8.25	8.53	8.37	AA
16	GUATO SALAN DANIEL EFRAIN	9.71	9.64	9.58	9.71	9.66	DA
17	JUMBO GARCES ANDRE SEBASTIAN	9.57	8.8	8.58	8.97	8.98	AA
18	LAGUA TUBON GABRIELA NOEMI	8.87	8.6	8.88	8.65	8.75	AA
19	LASLUISA ENDARA AUSTIN JADIEL	9.12	8.97	8.72	8.65	8.87	AA
20	LLUGSA QUINGA DEISY NICOLE	7.49	7	7.6	7.6	7.42	AA
21	LOPEZ TAPIA JESSIA VALENTINA	8.88	7.82	9.19	9.17	8.77	AA
22	LUISA CHILQUIINGA NAYELI ARACELLY	7	7	7	7	7	AA
23	MAISANCHE MAISANCHE BRIGITTE ESTEFANIA	7.78	7	8.46	8.47	7.93	AA
24	MALIZA TENELEMA FERNANDA ANGIELI	9.65	8.34	9.73	9.07	9.2	DA
25	MIRANDA LOPEZ STEVE ALEXANDER	7.73	7.9	8.39	8.57	8.15	AA
26	MONTACHANA MOPOSITA EMILY PAOLA	9.26	8.95	9.19	9.44	9.21	DA
27	MOPOSITA MOPOSITA DAYANA GUADALUPE	9.91	9.47	9.9	9.9	9.8	DA
28	MORALES MACIAS POLETH AYLIN	8.2	7.72	8.59	8.33	8.21	AA
29	NUÑEZ SANTAMARIA VICTOR ALEXIS	9.13	8.47	8.39	9.38	8.84	AA
30	QUINATOA CHANGO KAREN DAYANA	9.11	7.53	9.55	9.14	8.83	AA
31	RUIZ CALAPIÑA FLOR MAITE	7.62	7.31	7.65	8	7.65	AA
32	SANCHEZ PACHA ASHLEY JAZMIN	7.8	7.91	7	7.37	7.52	AA
33	SANTANA GUTIERREZ MARIA GUADALUPE	7.56	7.61	8.27	8.32	7.94	AA
34	SIGCHA UQUILLAS LESLIE YULISA	9.27	8.4	8.99	9.33	9	DA
35	TISALEMA PAGUAY VALERIA SALOME	8.93	8.78	8.3	9.03	8.76	AA
36	TOAPANTA GUAMAN LESLIE YURIBETH	8.14	7.02	7.74	7.77	7.67	AA
37	TOAPANTA MOPOCITA ERICK MATEO	9.19	8.68	8.87	8.25	8.75	AA
38	TOAPANTA TOAPANTA FREDDY FRANCISCO	8.46	8.64	7.75	7.45	8.08	AA
39	TORRES ORTIZ MARIA DEL CARMEN	8.47	7.93	8.85	7.9	8.29	AA
40	YANCHALQUIN MAISANCHE DIANA MAYERLY	7.85	7	8.63	8.05	7.88	AA
TOTALES		8.51	8.07	8.81	8.53	8.48	

ESCALA CUALITATIVA	ESCALA CUANTITATIVA
DA Domina los aprendizajes requeridos	9.00-10.00
AA Alcanza los aprendizajes requeridos	7.00-8.99
PA Próximo a alcanzar los aprendizajes requeridos	4.01-6.99
NA No alcanza los aprendizajes requeridos	<4

**MANUAL DE ESTRATEGIAS PARA REDUCIR LA ANSIEDAD EN
NIÑOS DE 7 A 8 AÑOS DE EDAD**



SORAYA FREIRE, 2023

MANUAL DE ESTRATEGIAS

ÍNDICE:

ANSIEDAD	1
Estrategias para Disminuir la Ansiedad.....	3
1.- Ejercicios de respiración.....	3
2.- Imaginarse un lugar favorito.....	4
3.- Escuchar música	5
4.- Practicar la atención plena y las afirmaciones.....	6
5.- Ayudarlos a identificar los pensamientos negativos.....	7
6.- Técnica de la tortuga.....	9
7.- Mindfullnes (Ejercicios de yoga)	10
8.- El lobo de los tres cerditos.....	11
9.- A soplar burbujas.....	12
10.- Modelado	13
11.- Bote de la calma	14
12.- Dibujando a nuestro amigo incómodo.....	16
13.- Carta para mí	17
14.- El tren que se va.....	18
15.- Relajación muscular progresiva de Jacobson	19

16.- Imitar los movimientos del camaleón.....	20
17.- El robot y el muñeco de trapo.....	21
18.- Ejercicio de la hormiga.....	22
Bibliografía	23

ANSIEDAD

Los niños pueden lidiar con la ansiedad por medio del desarrollo de habilidades como calmarse y resolver problemas. Para darse cuando que un niño tiene ansiedad pueden expresarlo mediante el comportamiento desafiante y parecer retraídos.

La ansiedad es difícil de detectar no importa la edad que se tenga, en los niños se presentan síntomas o comportamientos como: (Nafría Vicente, 2020)

- Tienen molestias físicas, dolor de cabeza, estomago, reacciones alérgicas sin ninguna explicación.
- Problemas para dormir, sueño excesivo y cansancio.
- Miedos que impiden su buen desarrollo y comportarse con normalidad.
- Comer en exceso o pérdida del apetito.
- No conseguir lo que desea o poca tolerancia al fracaso.

Lo que se debe hacer cuando el niño presenta ansiedad sin importar que los síntomas sean leves o intensas se aplicara estos consejos: (Matienzo, 2022)

- **Mantenerse tranquilo:** Es fácil perder la paciencia, desesperarse y enojarse cuando se ve que un niño se descontrola cuando tiene ansiedad, por más que ya se le enseñó como tratarla de contener y hacerle ver que todo está bien se debe mantener la paciencia y estar sereno, en caso contrario la situación puede empeorar.

- **Trata de descubrir si hubo algo que disparó la situación:** Hablar con el niño y hacerle preguntas si sucedió algo o vio algo que despertó esta situación. Con esto es posible determinar cuál fue la razón y así hablar para que poco a poco vaya perdiendo ese miedo y lo enfrente.
- **Ayúdalo a hablar sobre lo que piensa y siente:** Debe expresar todo lo que siente y piensa sobre esta situación, hay que ayudarlo a distraerse y superarlo en lo posible. Se le explica que a otros niños les pasa lo mismo y va a estar bien. (DuLong, 2022)
- **Distráelo:** Hay que darle su espacio para que converse lo que siente y piensa, es necesario ayudarlo a pensar y distraerse con otras cosas, cuando haya esa conversación cambiarle el tema y hablar de cosas que le gusten o entusiasmen.

Para ayudar a los niños a controlar su ansiedad se puede poner en práctica las siguientes estrategias aquí presentadas:

Estrategias para Disminuir la Ansiedad

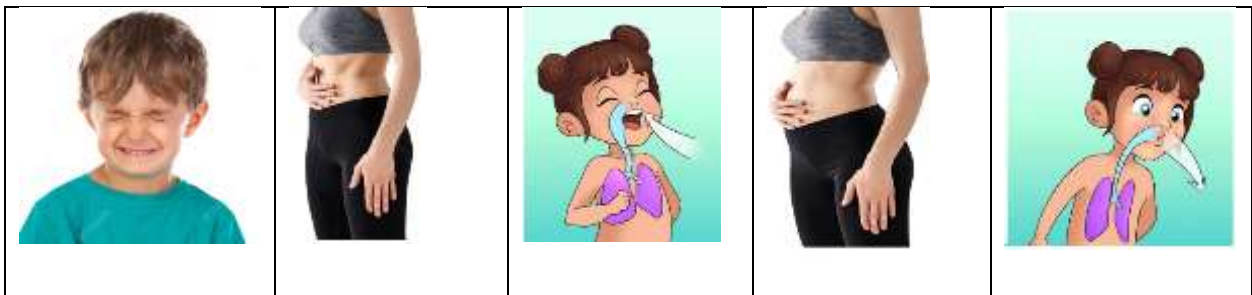
1.- Ejercicios de respiración:

Las personas cuando realizan una respiración lenta y profunda facilitan la reducción de la ansiedad. Se puede explicar el proceso de la respiración al niño para que se lo imagine, como el aire viaja por la nariz, pasando a la tráquea y llegando a la barriga sienta como se hincha como un globo. (Yeager, 2019)

Objetivo: Establecer adecuadamente el proceso de respiración.

Instrucciones:

- Cerrar los ojos para relajarse.
- Poner la mano sobre el estómago.
- Inhalar por la nariz durante 4 segundos y sentir como se llena de aire.
- Exhalar despacio y que dure 4 segundos.
- Repetir durante cuatro veces o más.



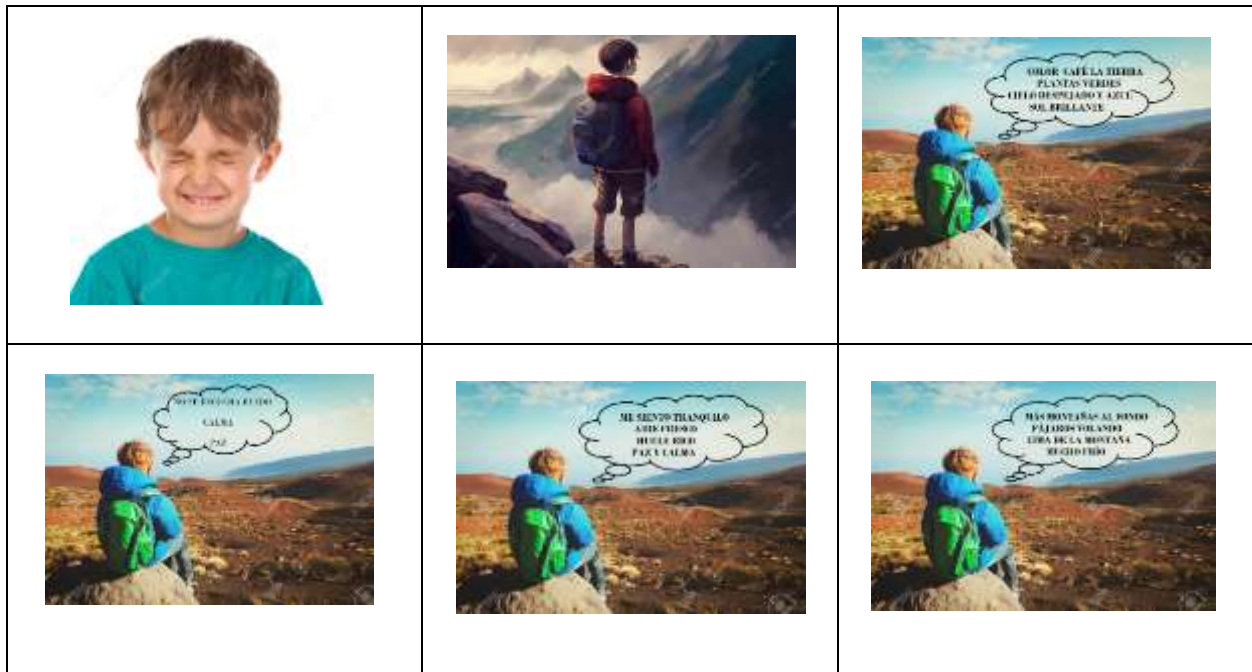
2.- Imaginarse un lugar favorito:

Pensar en un lugar real o imaginario que te traerá paz, tranquilidad y seguridad. (Muñoz Gacto, 2019)

Objetivo: Practicar la concentración y olvidar los miedos.

Instrucciones:

- Cerrar los ojos.
- Imaginarse un lugar favorito o en el que se sienta tranquilo. Ejemplo: el parque, la playa, las montañas, etc.
- Pensar como se ve el lugar.
- Describir los sonidos que escucha.
- Mencionar a que huele y como se siente.
- Concentrarse en detalles pequeños.



3.- Escuchar música:

Objetivo: Aliviar la tensión ante situaciones que provoquen ansiedad. (nuna, 2021)

Instrucciones:

- Prender la radio o algún dispositivo que emita sonidos agradables.



- Poner la música que les gusta o música de tipo relajante.



- Pueden bailar para calmar ánimos o generar satisfacción.



4.- Practicar la atención plena y las afirmaciones:

Es el acto voluntario de poner atención a lo que ocurre en el momento que están viviendo.

Objetivo: Atender en el momento exacto.

Instrucciones:

- El niño se concentra en algo por varios minutos. Ejemplo: una imagen, un olor, sonidos del ambiente, etc.
- Con esto se calma la mente.
- Se reduce los pensamientos negativos con repeticiones o afirmaciones positivas que se hacen mentalmente. Ejemplo: yo puedo, soy fuerte, no me puede detener, lo lograré, etc.



5.- Ayudarlos a identificar los pensamientos negativos:

Se puede pedir a los niños que asemejen cosas negativas con algún personaje, dibujo de animalitos que aparecen ocasionalmente y dicen cosas sobre cómo se sienten. (Rueda, 2019)

Objetivo: Demostrar sus emociones, pensamientos y como se sienten ante las situaciones que se le presentan.

Instrucciones:

- Dibujar unas mosquitas con los pensamientos negativos como por ejemplo “te vas a caer”, “me va a salir todo mal”, “voy a tener una mala nota”, “no lo puedo lograr”, etc.
- Animarles a que expresen estos miedos y hablarlos con ellos.
- Ayudarles a que produzcan pensamientos positivos como “si puedes”, “si sigues practicando te saldrá mejor”, “todos se equivocan y cometen errores”, etc.
- Proporcionará más confianza en el niño y reducirá la ansiedad.
- Pueden ir destruyendo cada mosquita que ellos escribieron y demostrando que sí pudieron superarlo.
- Demostrarles a ellos que pueden confiar en usted (adulto) les ayuda a expresar libremente todo lo que sienten y les enseñara algo valioso.





6.- Técnica de la tortuga:

Esta técnica está basada en el cuento de la tortuga que permite el autocontrol emocional, en donde consiste simular que los niños tienen un caparazón en el que se ocultan para pensar en sus problemas, relajarse y dar soluciones sin molestarse ni enfurecerse. (educapeques, 2022)

Objetivo: Asumir que es un animal.

Instrucciones:

- Debe colocarse en el piso boca abajo.
- Le mencionaras que el sol está a punto de esconderse.
- Y la tortuga va a dormir.
- Para esa posición debe esconder las piernas y poco a poco los brazos.
- Eso debe hacer hasta cuando los ponga bajo su espalda, la cual actuara como un caparazón.
- Después se le debe decir que es un nuevo día y que debe emprender un nuevo viaje.
- Debe sacar los brazos y piernas de nuevo muy despacio.



7.- Mindfullnes (Ejercicios de yoga):

Cuando los niños son mayores a siete años comprenden algunas actitudes de la meditación. Ayudan a las personas a liberarse del estrés, concentración, ansiedad, migrañas crónicas; permite el control racional y espiritual de su conciencia. (Miralles & Carrera, 2020)

Un niño relajado aprende mejor, comprende, memoriza los conocimientos y facilita su análisis permitiendo un cambio en la conducta, mejorando los aspectos cognitivos, mejora su rendimiento académico y está dentro del programa MindUp.

Objetivo: Hacer de la meditación una actividad habitual.

Instrucciones:

- Deben sentarse en el suelo con las manos en las rodillas o pueden usar una alfombra de yoga.
- En silencio con los ojos cerrados.
- Poner un audio guiado y prestar atención a su alrededor de todo lo que sucede: Ejemplo: música de la naturaleza, el mar, etc.
- Asegúrese de que todos estén en silencio y concentrados.



8.- El lobo de los tres cerditos:

Objetivo: Dramatizar cuentos (educapeques, 2022).

Esta técnica es divertida y ayuda al niño a que sienta calma y bienestar, ayudando a disminuir la ansiedad.

Instrucciones:

- Dramatizar una escena específica del cuento de los tres cerditos y el lobo cuando intenta derribar la casa.
- Construir la casa con distintos objetos que están en el aula de clases.
- Se debe hacer con objetos más pesados como un cuaderno.
- Ir reduciendo el peso paulatinamente.



9.- A soplar burbujas:

No es fácil realizar esta técnica y que el niño se motive, pero cuando lo haga le ayudará a mejorar la respiración, le permitirá relajarse y controlar la ansiedad.

Objetivo: Soplar burbujas.

Instrucciones:

- Necesitan un recipiente de burbujas de jabón.
- Una varita.
- Una solución para hacer burbujas grandes.
- Hacer las burbujas y disfrutar.
- El efecto disminuye el grado de ansiedad.



10.- Modelado:

El niño debe realizar una conducta o interactuar con una situación específica.

Objetivo: Observar y aprender de forma concreta su forma de actuar.

Instrucciones:

- Tomar una situación específica.
- Determinar cómo se debe actuar en esa situación.
- Se puede imitar las situaciones para afrontar las mismas.
- Ayuda a modificar sus conductas y pensamientos.



11.- Bote de la calma:

Los niños manifiestan una explosión emocional que expresan de varias formas ira, malgenio, tristeza, etc. (educapeques, 2022)

Objetivo: Crear un bote con material reciclado y usar para calmar la ansiedad.

Instrucciones:

- Se necesita un frasco de vidrio con tapa, brillantina o purpurina, colorante vegetal de cualquier color y agua caliente.
- Pegamento transparente, silicona fría o shampoo transparente y una cuchara de plástico.
- Agregar en el frasco $\frac{1}{4}$ de agua caliente, añada $\frac{1}{2}$ tarro del pegamento transparente y agregar 1 cucharada de brillantina.
- Añadir el colorante, cuando se tenga la consistencia que desea y agregar el agua caliente hasta completar el frasco dejando 2 centímetros son el contenido para que se pueda agitar y finalmente tapar el frasco.
- Si la brillantina se mueve muy lenta se recomienda agregar más pegamento, por el contrario, si se mueve muy rápido se debe poner más brillantina.
- Agitar el frasco cuando este enojado, con miedo, etc.
- Observar que la purpurina se mueve de forma descontrolada.
- Cuando la purpurina empieza a caer al fondo, el nerviosismo pasará y el niño se relajará.



12.- Dibujando a nuestro amigo incómodo:

Objetivo: Dibujar emociones, para los niños dibujar es una forma divertida de expresión.

(Matienzo, 2022)

Instrucciones:

- Cada niño debe tener una hoja, lápiz y colores.
- Dibujar sus miedos en forma de animales y monstruos divertidos o chistosos.
- Si no lo tiene claro, hacerlo con los pensamientos que llegan cuando se siente mal.
- Poniendo nombres y dando formas a esos miedos es más fácil lidiar con ellos de forma externa.



13.- Carta para mí:

Es escribir una carta para ellos mismos, pero suponiendo que son sus mejores amigos que lo hacen para ayudar a perder esos miedos. (Matienzo, 2022)

Objetivo: Escribir una carta para ellos mismos.

Instrucciones:

- Tener una hoja y un esfero o lápiz.



- Escribir las cosas que le dirían y aconsejarían a alguien que se siente como ellos.



- Con esto la persona adulta se daría cuenta de cómo se siente ellos.



- Esto les hará sentir calma y brindar contención emocional.

14.-El tren que se va:

Varios trenes vendrán y se detendrán, muchos de ellos se irán vacíos no hay nada que temer, nada con lo que pelear. (Matienzo, 2022)

Objetivo: Imaginar que sus miedos son un tren.

Instrucciones:

- Se les indica que la imagen que representa sus miedos, ideas y pensamientos es un tren.
- El pensamiento es como un tren que llega a su mente y se detiene en una estación, luego se va.
- Hay que dejarlo pasar y no es necesario subirse en él.



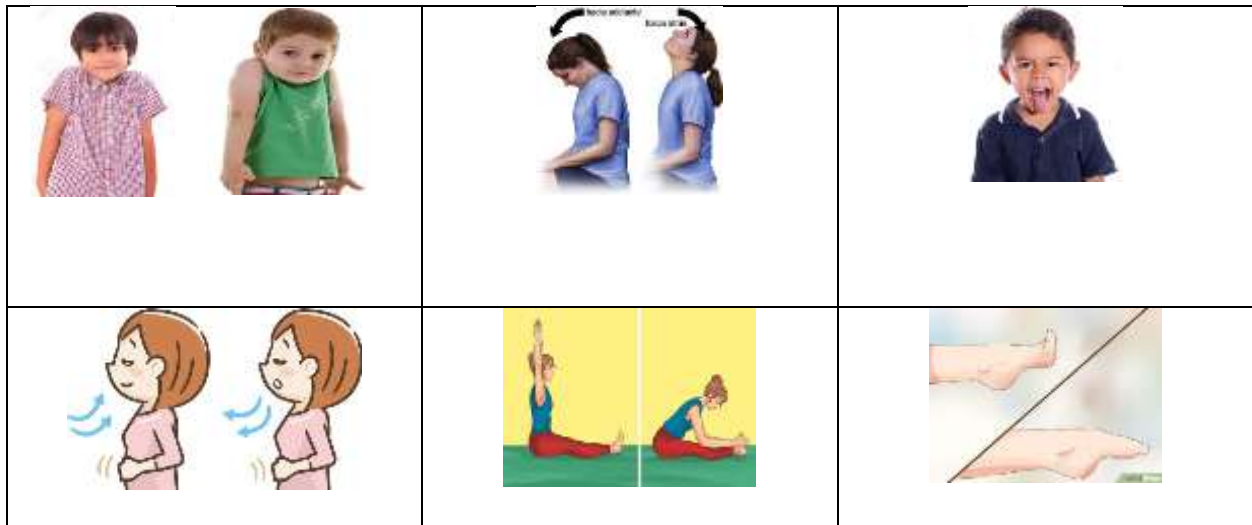
15.- Relajación muscular progresiva de Jacobson:

Objetivo: Mover el cuerpo hasta sus límites (Domínguez, 2020)

Instrucciones:

- Se le pide al niño que se siente en el piso.
- Que se siente en una posición cómoda y con las manos extendidas sobre las rodillas.
- Se le da una instrucción a cada parte del cuerpo.
- Cerrar los puños de las manos muy, muy fuerte hasta sentir tensión durante 10 segundos y relajarse.
- Los hombros se encogen hasta las orejas, se mantiene la tensión durante 10 segundos y se libera poco a poco.
- El cuello se lleva el mentón al pecho y después se relaja.
- Se abre la boca y se extiende la lengua después se relaja.
- La respiración se inspira profundamente durante unos segundos, y después expirar muy despacio.
- Espalda se inclina hacia adelante, se mantiene esa posición y se recupera.
- Los pies se deben estirar los dedos hasta llegar al punto de ponerse en puntillas, se aguanta y luego se recupera la posición





16.- Imitar los movimientos del camaleón:

Objetivo: Imitar animales, en los niños la relajación no se consigue de la noche a la mañana, son actividades que les ayudan con el tiempo; imitar animales permite que vayan aprendiendo a calmarse por sí solos. (Familiados, 2020)

Instrucciones:

- El niño se debe tumbar al piso.



- Gatear despacio hasta alcanzar su objetivo que se encuentra a un par de metros.



- Son movimientos suaves y lentos.

17.- El robot y el muñeco de trapo:

Objetivo: Seguir instrucciones. (Domínguez, 2020)

Instrucciones:

- El niño debe imaginarse que el robot este hecho de metal y muy rígido.
- Ahora el muñeco de trapo es blando y flexible.
- Después deben imitar la forma del robot de forma que sus músculos se tensen.
- Finalmente imitar al muñeco de trapo y dejar que todas sus extremidades se relajen.



18.- Ejercicio de la hormiga:

Objetivo: Imitar la respiración de los animales, es una técnica de respiración y les permite a los niños relajarse y divertirse. (Familiados, 2020)

Instrucciones:

- El niño debe respirar como un animal pequeño, en este caso la hormiga.
- La respiración es lenta y profunda.
- En este momento se debe respirar como un animal grande como el león.
- La respiración es rápida y fuerte.
- Sacará como conclusión que deben respirar como una hormiga para relajarse.



Bibliografía

- Domínguez, V. (23 de Julio de 2020). *Red Cenit Centro de desarrollo cognitivo*. Obtenido de Técnicas de relajación para niños por edades : <https://www.redcenit.com/tecnicas-de-relajacion-para-ninos-por-edades>
- DuLong, J. (5 de Abril de 2022). *CNN Salud Mental*. Obtenido de Ponle freno a la ansiedad antes de que comience con estas estrategias: <https://cnnespanol.cnn.com/2022/04/05/ansiedad-nuevas-estrategias-trax/>
- educapeques. (21 de Octubre de 2022). *Portal de Educación infantil y primaria* . Obtenido de Técnicas y juegos para el control de la Ansiedad en niños: <https://www.educapeques.com/escuela-de-padres/controlar-ansiedad-en-ninos.html>
- Familiados. (15 de Abril de 2020). *Familiados* . Obtenido de Ejercicios de relajación para niños : <https://blog.familiados.com/ejercicios-de-relajacion-para-ninos/>
- Matienzo, G. (28 de Enero de 2022). *guia infantil*. Obtenido de Los niños pueden controlar la ansiedad con estas 7 faciles estrategias : <https://www.guiainfantil.com/salud/depresion-y-ansiedad/los-ninos-pueden-controlar-la-ansiedad-con-estas-7-faciles-estrategias/>
- Miralles, L., & Carrera, R. (26 de Marzo de 2020). *Orientación Psicológica*. Obtenido de 10 Consejos sobre cómo reducir la ansiedad: <https://orientacionpsicologica.es/10-consejos-como-reducir-la-ansiedad/>
- Muñoz Gacto, P. (2019). *Blog de Nascia*. Obtenido de Como combatir y controlar la ansiedad : <https://www.nascia.com/como-combatir-controlar-ansiedad/>
- Nafría Vicente, P. (5 de Febrero de 2020). *Psicología Nafría*. Obtenido de ¿Cómo se puede trabajar la ansiedad en los niños?: <https://psicologianafria.com/como-trabajar-la-ansiedad-en-los-ninos/>

nuna. (Septiembre de 2021). *nuna*. Obtenido de 10 ejercicios para calmar la ansiedad :

<https://www.holanuna.com/es/blog/ejercicios-para-la-ansiedad/>

Rueda, M. (23 de Marzo de 2019). *Enit Psicología*. Obtenido de Estrategias para reducir la

ansiedad en niños: <https://cenitpsicologos.com/estrategias-para-reducir-la-ansiedad-en-ninos/>

Yeager, S. (6 de Junio de 2019). *AARP Enfermedades y Tratamientos*. Obtenido de Metodos que

te ayudarán a relajarte cuando estes estresado o con ansiedad:

<https://www.aarp.org/espanol/salud/enfermedades-y-tratamientos/info-2019/como-calmar-la-ansiedad.html>

