



Universidad  
Señor de Sipán

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA  
TESIS**

**“DISTRACTORES DE LAS TAREAS EN LÍNEA Y  
ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE  
UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE CHICLAYO,  
2022”**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA  
EN PSICOLOGIA**

**Autora:**

**Bach. Suclupe Espinoza Margot  
<https://orcid.org/0000-0003-49881227>**

**Asesora:**

**Mg. Cruz Ordinola María Celinda  
<https://orcid.org/0000-0001-9330-1870>**

**Línea de Investigación**

**Desarrollo humano, comunicación y ciencias jurídicas para  
enfrentar los desafíos globales.**

**Sub Línea de Investigación**

**Bienestar y Desarrollo de habilidades para la vida**

**Pimentel – Perú**

**2024**


**DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD**

Quien suscribe la **DECLARACIÓN JURADA**, soy **egresada (s)** del Programa de Estudios de **Psicología** de la Universidad Señor de Sipán S.A.C, declaro bajo juramento que soy autor del trabajo titulado:

**“DISTRACTORES DE LAS TAREAS EN LÍNEA Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE CHICLAYO, 2022”**

El texto de mi trabajo de investigación responde y respeta lo indicado en el Código de Ética del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Señor de Sipán (CIEI USS) conforme a los principios y lineamientos detallados en dicho documento, en relación a las citas y referencias bibliográficas, respetando al derecho de propiedad intelectual, por lo cual informo que la investigación cumple con ser inédito, original y autentico.

En virtud de lo antes mencionado, firmo:

Suclupe Espinoza Margot	DNI: 16688326	
-------------------------	---------------	---

Pimentel, 28 de Octubre de 2024.

NOMBRE DEL TRABAJO

Margot Suclupe Espinoza TESIS.docx

RECuento DE PALABRAS

6506 Words

RECuento DE CARACTERES

34556 Characters

RECuento DE PÁGINAS

25 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

375.0KB

FECHA DE ENTREGA

Oct 29, 2023 11:18 AM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Oct 29, 2023 11:19 AM GMT-5

● **21% de similitud general**

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos

- 20% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 14% Base de datos de trabajos entregados
- 4% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● **Excluir del Reporte de Similitud**

- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 8 palabras)
- Material citado

**“DISTRACTORES DE LAS TAREAS EN LÍNEA Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE CHICLAYO, 2022”**

**Aprobación del Jurado:**

Mg. Torres Diaz María Malena

**Presidente**

Mg. Luna Lorenzo Leonardo

**Secretario**

Mg. Cruz Ordinola María Celinda

**Vocal**

# **“DISTRACTORES DE LAS TAREAS EN LÍNEA Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE CHICLAYO, 2022”**

## **Resumen**

La rápida propagación de la pandemia COVID 19 originó dar un salto gigante para implementar la educación online en el Perú, obligando a que todos los centros educativos se adaptaron a la “nueva normalidad”, ocasionando un incremento en la ansiedad de los estudiantes, esto debido a que puede darse el retraso o demora de sus actividades escolares al encontrarse más expuestos a distractores de tareas en línea en sus hogares, siendo un punto de partida para esta investigación, que tiene como objetivo principal el determinar la relación que existe entre los distractores de tareas en línea y la ansiedad estado-rasgo de los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chiclayo. Asimismo, es un estudio cuantitativo, no experimental, transversal y correlacional que se aplicó a estudiantes de nivel secundario utilizando como técnica a la encuesta y como instrumento a un cuestionario por cada variable de estudio. El principal resultado verificado es una relación alta y directa entre las variables de investigación, obteniendo también una relación moderada entre los distractores relacionados a la tecnología y la ansiedad estado-rasgo, resultados que son significativos estadísticamente. En conclusión, a mayor nivel de distracción de tareas en línea de los estudiantes, mayor es la ansiedad estado-rasgo que presentan.

**Palabras Clave:** Distractores de tareas en línea, ansiedad estado-rasgo, estudiantes escolares, distractores convencionales, distractores relacionados a la tecnología.

## **Abstract**

The rapid spread of the COVID 19 pandemic caused a giant leap to implement online education in Peru, forcing all schools to adapt to the "new normal", causing an increase in student anxiety, this is a starting point for this research, whose main objective is to determine the relationship between online homework distractors and state-trait anxiety of high school students in an educational institution in Chiclayo. Likewise, it is a quantitative, non-experimental, cross-sectional and correlational study that was applied to high school students using a survey technique and a questionnaire as an instrument for each study variable. The main verified result is a high and direct relationship between the research variables, obtaining also a moderate relationship between distractors related to technology and state-trait anxiety, results that are statistically significant. In conclusion, the higher the level of students' online task distraction, the higher the state-trait anxiety they present.

**Keywords:** Online homework distractors, state-trait anxiety, school students, conventional distractors, technology-related distractors.

## I. INTRODUCCIÓN

Durante el año 2020, cuando la pandemia COVID 19 se propagó rápidamente a nivel mundial, se realizaron diversos cambios en todos los países, siendo en Perú el sector educación uno de los más afectados, obligando a que todos los niveles de enseñanza se adapten a los nuevos cambios y estén forzados a realizar clases virtuales para continuar con el desarrollo educativo de los estudiantes (Vásquez-Ponce et al., 2020), así, todos los centros educativos se adaptaron a la “nueva normalidad”, ocasionando un incremento en la ansiedad de los estudiantes, esto debido al posible retraso o demora de sus actividades escolares ya que se encuentran más expuestos a distractores de tareas en línea en sus hogares; teniendo en cuenta que, el uso del internet en el desarrollo de clases y tareas es de mucha ayuda, sin embargo también es uno de los distractores más importantes y frecuentes en el aprendizaje (Tarrillo, 2022).

Según la Organización de las Naciones Unidas (ONU) para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO], (2020), más de 190 países suspendieron sus clases presenciales, ocasionando que en todo el mundo hayan más de 1200 millones de estudiantes que no puedan acceder de manera presencial a las instituciones educativas; además menciona que, en América Latina y el Caribe fueron afectados más de 160 millones de estudiantes. Por otro lado, a pesar de que el uso de un entorno virtual en la educación permite que exista mayor acceso y oportunidad de estudiar, existen muchas deficiencias en comparación con el entorno tradicional presencial, siendo un principal problema, los distractores en los estudiantes (Lovón y Cisneros, 2020). Es así que, Jamet et al. (2020), señala que, diversos estudios muestran que los estudiantes realizan diferentes actividades mientras están en clase cuando deberían estar escuchando al docente, ocasionando efectos perjudiciales en el aprendizaje. Asimismo, diversos estudios mencionan cuáles son los distractores más frecuentes a los que son expuestos los estudiantes, siendo entre los principales, el teléfono celular, seguido de utilizar las redes sociales, también está revisar continuamente el e-mail y navegar por internet. Es casi imposible evitar que el estudiante no pueda estar expuesto a diversos distractores en línea, ya que se tiene numerosos distractores con el uso del internet, tales como navegar por las redes sociales, ver comerciales de internet, entretenerse en videojuegos, leer noticias, recibir mensajes, etc. (Erarslan y Seker, 2021). Esta comunicación instantánea a través de internet que se ha intensificado con el uso de Smartphone origina no querer perdernos de nada, lo que se traduce en un nuevo tipo de ansiedad (Schmidt, 2020). Además, al tener múltiples distractores y perder la concentración, los estudiantes se exponen a la ansiedad por las evaluaciones. Esta ansiedad que distingue entre rasgo y estado se ha investigado en la población educativa en los últimos años (Torrano et al., 2017). Siendo importante señalar que,

la ansiedad escolar se manifiesta en los estudiantes como un conjunto de varios síntomas, ya sea a nivel cognitivo, psicofisiológico y/o motor (García-Fernández et al., 2008). Es así que, Herrera (2018) menciona que, el estado emocional de la ansiedad es exteriorizada ante una situación de peligro o amenaza alterando la tranquilidad del estudiante de cualquier edad.

Esta problemática se encuentra desde el nivel internacional, por lo que la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2021), manifiesta que el 3.6% de adolescentes que tienen edades de 10 a 14 años, tienen un trastorno de ansiedad, y el 4.6% que tienen edades de 15 a 19 años también; convirtiéndose la ansiedad, en una de las causas de primer nivel de enfermedad entre los adolescentes. Asimismo, en cuanto a jóvenes peruanos con un rango de 19 – 26 años, el Instituto Nacional de la Salud [INS] (2022), señala que entre el 30 y 40% de ellos, tuvieron síntomas de ansiedad y depresión durante la pandemia de la COVID-19, reflejándose así la relación existente con la depresión, no obstante, no existe una política sobre salud mental en el país, por ende, faltan estrategias que permitan tratar adecuadamente este problema.

Tomando en cuenta trabajos previos, Romero y Simaluiza (2022) desarrollaron un estudio sobre la percepción de distractores de clases remotas en Ecuador debido a la pandemia, siendo una investigación no experimental con un prototipo de 60 alumnos de nivel superior en la que concluyó que, los problemas de clases en línea generalmente se dan por problemas de conexión, siendo expuestos los estudiantes a un alto número de distractores que impactan negativamente en su formación. Asimismo, Fernández-Planells, A. y Figueras, M. (2012) realizaron un estudio cualitativo en España sobre el Internet en las tareas escolares teniendo como unidades de análisis a adolescentes en un rango de 14 a 19 años utilizando la técnica de focus groups, concluyendo que los principales distractores en los estudiantes de nivel medio es usar desmedidamente los dispositivos móviles ya que éstos tienen acceso a las redes sociales y juegos en línea.

Por último, otro estudio en Ecuador por Cuesta y Vélez (2022), de enfoque cuanti-cualitativo tuvo como unidad elemental a docentes y alumnos de 9 años de edad en promedio, usando encuestas y entrevistas obteniendo como resultados que, las clases virtuales son afectadas por diversos distractores como los teléfonos móviles, juegos en línea e interrupciones de personas cercanas y en una minoría el ruido, el televisor y las redes sociales.

A nivel nacional, en Cusco-Perú, en un estudio descriptivo cuantitativo realizado por Zárate (2019) sobre los medios distractores que afectan al rendimiento académico a una muestra de 37 alumnos de odontología reveló que, mayormente los distractores son externos, provocados por el ambiente en el que se encuentran como olores y ruidos, pero también



existen distractores internos en los estudiantes tales como problemas a nivel familiar, no tener motivación, cansancio físico y acumulación de tareas.

Asimismo, Chambi (2018), realizó una investigación tomando como distractor a la red social de Facebook para determinar su efecto en la calidad de las tareas de alumnos de 3ro a 5to del nivel secundario de una institución escolar en la ciudad de Arequipa; su estudio fue descriptivo, explicativo, con 54 unidades de análisis de muestra y estadísticamente probó que la calidad de las tareas no es influenciada por dicha red social. También, Mohanna y Romero (2019), con su estudio cuantitativo y correlacional sobre la adicción a las redes sociales y la ansiedad a escolares de 14 a 17 años de edad de un colegio del sector privado de nivel secundario en Lima metropolitana, tuvo como muestra no probabilística intencional a 237 estudiantes a los que se les aplicó dos cuestionarios (Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños Revisada: CMAS-R y el cuestionario de Adicción a Redes Sociales: ARS), al finalizar concluyeron que, los alumnos que tienen mayor nivel de adicción a las redes sociales, tienden a manifestar un mayor nivel de ansiedad, de mismo modo, un estudio en Arequipa de Otazú et al. (2022), que fue cualitativo-descriptivo, ya que captó la percepción mediante entrevistas a 17 estudiantes universitarios, halló que los distractores en la educación se encuentran presentes en todo momento, siendo también la metodología del docente un elemento importante en el aprendizaje.

Finalizando, Almeida (2021), realizó un estudio sobre dependencia de redes sociales y procrastinación académica en alumnos de estudios secundarios de la institución privada Jean Piaget, Ayacucho – 2021; siendo su principal objetivo decretar la relación las variables, empleando un diseño no experimental, correlacional y transversal; asimismo su muestra fueron todos 85 estudiantes de 4to grado de secundaria. Los métodos utilizados fueron psicométricos, y los instrumentos que se aplicó fueron la Escala de Adicción a las Redes Sociales de Ecurra (ARS) y la Escala de Retraso Académico de Busko (EPA), obteniendo como resultados que más de la mitad (54.7%) tienen un nivel alto de adicción a las redes sociales y alta procrastinación académica (59,3%). No obstante, es de señalar que a nivel local no se han encontrado investigaciones que relacionen los distractores de tareas en línea y la ansiedad de estudiantes.

En ese sentido, la presente investigación se justifica a nivel teórico en buscar la extensión del conocimiento, así como de profundizar en contextos escolares la comprensión de la relación entre distractores de las tareas en línea y ansiedad, temas que generalmente obstaculizan el proceso de enseñanza – aprendizaje, ocasionando a mediano plazo, un desenvolvimiento social negativo, así como el afectivo y académico en los estudiantes. Metodológicamente se

justifica porque generalmente se estudian las causas de los distractores, pero esta investigación se refiere a lo que ocasionan los distractores de tareas en línea como la ansiedad de los estudiantes. Y, en la justificación práctica, este estudio es un precedente para incidir en la salud mental de alumnos escolares y las estrategias de aprendizaje que deben tener los docentes en una era de medios digitales.

Bajo el contexto antes descrito, el problema de la investigación se define en ¿Cuál es la relación que existe entre los distractores de tareas en línea y la ansiedad estado-rasgo de los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chiclayo, año 2022?. Por lo que, como hipótesis general se plantea que existe relación significativa entre distractores de las tareas en línea y ansiedad estado-rasgo en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chiclayo año 2022. Asimismo, respecto a las hipótesis específicas, el estudio plantea i) Existe relación significativa entre distracción convencional y ansiedad estado en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chiclayo año 2022, ii) Existe relación significativa entre distracción convencional y ansiedad rasgo en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chiclayo año 2022, iii) Existe relación significativa entre distracción relacionada con la tecnología y ansiedad estado en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chiclayo año 2022 y iv) Existe relación significativa entre distracción relacionada con la tecnología y ansiedad rasgo en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chiclayo año 2022.

Por ello, el objetivo general de la investigación fue determinar la relación entre distractores de las tareas en línea y ansiedad estado-rasgo en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chiclayo año 2022, tomando en cuenta cm objetivos específicos i) Determinar la relación que existe entre distracción convencional y la ansiedad estado en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chiclayo año 2022, ii) Establecer la relación que existe entre distracción convencional y la ansiedad rasgo en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chiclayo año 2022, iii) Hallar la relación que existe entre distracción relacionada con la tecnología y la ansiedad estado en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chiclayo año 2022 y iv) Determinar la relación que existe entre distracción relacionada con la tecnología y la ansiedad rasgo en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chiclayo año 2022.

Por otro lado, es necesario tener en cuenta las teorías relacionadas de los distractores, la distracción es el término que se utiliza cuando la atención del sujeto se desvía porque necesita concentrarse en algo específico. La distracción puede ser un fenómeno puramente mecánico y puede ser causada por una falta de concentración, una falta de interés en el

objeto de atención, un mayor interés o atracción por cosas distintas al objeto de atención, o una perturbación en la atención (Quilantan, 2013).

Asimismo, los distractores se basan en cualquier contexto u objeto que llama la atención y te aleja de toda tarea de estudio. Todo lo que puede estar en nuestro ambiente o alrededor como personas, fotos, internet, música, etc.

En ese sentido, podemos decir que existen distractores de dos tipos, internos y externos; sin embargo, para efectos de este estudio, nos centraremos en aquellos que son externos, los mismos que son definidos como todo lo que se encuentre a nuestro alrededor y capte nuestra atención (Ascanio et al., 2017). Es por eso que, los estudiantes para poder realizar sus tareas en línea o tareas virtuales, necesitan encontrarse en un ambiente adecuado, el cuál debe estar sin estímulos que puedan llamar su atención y por lo tanto tener una distracción. Al respecto, es importante señalar que existen diversos estímulos dentro de un ambiente que influyen de manera negativa en nuestra concentración, que generalmente es cualquier elemento que no está relacionado con la tarea realizada en ese momento, es por eso que, si una persona necesita estar concentrada, debe estar un entorno adecuado que no cuente con estímulos que desvíen la atención.

“Dentro de los distractores virtuales más frecuentes están: teléfono móvil, redes sociales, revisar el mail constantemente, navegar en internet u ordenador”. (Fundación Universal, 2014). Es así que, podemos categorizar los distractores externos al momento de realizar tareas en la línea en dos tipos: Distractores convencionales, que se refieren a factores ambientales y factores comunes antes del inicio del internet, tales como ventanas, juguetes, ruidos, iluminación, temperatura, horario, televisión, entre otros; Distractores tecnológicos, que se refiere a aquellos relacionados con la tecnología, es decir objetos tecnológicos actuales, como el uso de teléfonos inteligentes, internet, redes sociales, tablets, videojuegos.

En cuanto a la ansiedad, de acuerdo a la Real Academia española (2023), la ansiedad es un “estado de agitación, inquietud o zozobra del ánimo”. Según Spielberg y Rickman (1990), la ansiedad es un estado negativo, consecuencia de un evento esperado, que se manifiesta en reacciones como cansancio, nerviosismo, agitación y falta de paz interior. Navas (1989), define ansiedad “como un estado emocional; compuesto o mezcla de sentimientos, conductas y reacciones o sensaciones fisiológicas”.

Además, Spielberg (1972), menciona la definición de la ansiedad como “Estado emocional desagradable, caracterizado por sentimientos subjetivos de tensión o preocupación y por activación del sistema nervioso autónomo”.

Según la Teoría de Reynolds y Richmond (1997), sus características son: a) Ansiedad fisiológica: Respuestas fisiológicas asociadas a determinados síntomas como fatiga, problemas en el sueño y náuseas, b) Ansiedad / Hipersensibilidad: Implica atención excesiva a varias cosas o situaciones, la mayoría de las cuales no son relevantes para el niño y están mal definidas, y miedo a ser herido o aislado emocionalmente, c) Preocupaciones sociales / Concentración: se centra en la comparación con los demás, es decir. no somos capaces o buenos para hacer las mismas cosas que los demás; Expectativas; y finalmente problemas en la escuela debido a la distracción que conduce a la falta de atención; y d) Mentira: Aquí se manifiestan la respuesta del niño, por la necesidad de ser aceptado en la sociedad, lo que generara marcar respuestas a través de lo que los demás creen o esperan de él.

Del mismo modo, Alarcón (2018) refiere tres tipos de ansiedad, Nivel alto, “la presencia de “signos y síntomas de ansiedad mantienen a la persona en un estado de alerta; en este nivel la persona se caracteriza por tener recurrentes pensamientos negativos, preocupación y tensión recurrente; en el ámbito escolar la persona que lo padece influye significativamente en el rendimiento” académico”; Nivel medio, en “este nivel la persona se caracteriza por tener preocupación, tensión, medianamente recurrente; en el ámbito escolar la persona que lo padece influye negativamente en el rendimiento” académico; y Nivel bajo, “En este nivel, la persona presenta indicadores de ansiedad característicos dentro de parámetros normales asociados a situaciones estresantes de la vida.

Por otro lado, diversos autores comprenden la ansiedad desde el punto de la psicología de la personalidad, es decir, en términos de rasgo y estado. (Sandín, 1990). Spielberger et al. (2017) menciona que la ansiedad rasgo (A/R) se presenta en el individuo de forma reiterativa, es decir, la persona tiende a concebir frecuentemente cualquier situación como peligrosa o amenazante; muy a diferencia de la ansiedad estado (A/E), que representa a una fase transitoria por la que pasa el individuo, por lo tanto, ésta varía en duración como en intensidad, es decir que, generalmente el individuo percibe la ansiedad en un momento particular o en determinados momentos de su vida que puede deberse a diferentes factores, lo cual genera sentimientos de tensión y que además éste percibe conscientemente. En ese sentido, se puede observar una diferencia entre lo que es un rasgo de ansiedad en los estudiantes y lo que es un estado de ansiedad. Del mismo modo, dicho autor antes mencionado señala que, la ansiedad estado o la ansiedad rasgo difiere de una persona a otra, puesto que todo depende de las experiencias particulares de cada una en situaciones pasadas.

En ese sentido, para medir ambos tipos de ansiedad, en la actualidad se usa frecuentemente el Cuestionario de Ansiedad Estado/Rasgo (STAI), que fue creado hace más de 30 años y

mide ambos conceptos independientemente y que además, es útil para dar un diagnóstico adecuado porque en diversos estudios señalan que dicho cuestionario puede ser usado en escolares así como en personas de estudios superiores.

Del mismo modo, debemos tener en cuenta lo que señala Furlan et. Al 2015 sobre la ansiedad generada en estudiantes, ya que refiere que es presentada generalmente cuando éstos han tenido conductas de procrastinación, ocasionando una ansiedad frente a exámenes y dificultades emocionales, es decir, aumento en la ansiedad estado.

## II. MATERIALES Y MÉTODO

Teniendo en cuenta la clasificación que realizó Hernández et al. (2014), la investigación es de enfoque cuantitativo, debido a que las magnitudes de las variables de estudio fueron cuantificadas probando las hipótesis formuladas mediante el análisis estadístico.

El diseño de investigación es no experimental, ya que no se realizó la manipulación de la variable independiente, además tiene un alcance correlacional, que permitió lograr el objetivo de la investigación, que es determinar la relación entre la variable independiente distractores de tareas en línea y la variable dependiente ansiedad.

Asimismo, la investigación fue desarrollada en un único momento de tiempo, por lo que es de corte transversal.

También es una investigación prospectiva porque la recolección de los datos se realizó a partir de los objetivos propuestos, y teniendo en cuenta que el estudio contempló dos variables, es una investigación analítica.

En relación a la población de estudio, la investigación tomó en cuenta a todos los estudiantes matriculados en el año 2023 del nivel secundario de una institución educativa de la ciudad de Chiclayo, por lo que, cada estudiante fue una unidad de análisis.

De ese modo, la población la conformaron un total de 377 estudiantes distribuidos de primer a quinto grado de secundaria de la siguiente manera:

**Tabla 1.**

*Grado académico de los estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de la ciudad de Chiclayo.*

<b>Grado académico</b>	<b>Número de estudiantes</b>
Primer grado	76
Segundo grado	58
Tercer grado	89
Cuarto grado	83
Quinto grado	71
<b>Total</b>	<b>377</b>

Fuente: Administración de la institución educativa

Asimismo, la muestra de la investigación fue calculada mediante la fórmula de estimación de correlación. Para la ecuación estadística se consideró un 95% como porcentaje de confiabilidad y 5% como margen de error. Además, el coeficiente utilizado de estudios previos considerado fue de 0.3, debido a que no se tiene investigaciones previas realizadas en Perú sobre las variables de estudio, sin embargo, sí sobre variables similares y por motivos de prevención de pérdida de información, se consideró un 5% de casos de pérdida, por lo que, la muestra quedó definida por 90 estudiantes de los cinco niveles de secundaria como se muestra a continuación:

$$n = \left( \frac{z_{1-\alpha} + z_{1-\beta}}{\frac{1}{2} \ln \left( \frac{1+r}{1-r} \right)} \right)^2 + 3$$

Donde:  
 $r = 0.3$ , Valor aproximado del coeficiente de correlación existente entre las dos variables de estudios previos.  
 $1-\alpha = 95\%$  (confiabilidad) = 1.96  
 $1-\beta = 80\%$  (potencia estadística) = 0.84

$$n = \left( \frac{1.96 + 0.84}{\frac{1}{2} \ln \left( \frac{1+0.3}{1-0.3} \right)} \right)^2 + 3 \rightarrow n = 84.83 \approx 85 \text{ estudiantes}$$

Cálculo de muestra para la previsión del 5% de casos de pérdida de información:

$$n' = \frac{n}{1-L} = \frac{85}{1-0.05} = 89.47 \approx 90 \text{ estudiantes}$$

Al respecto, la investigación tuvo un muestreo probabilístico, porque todas las unidades de análisis (estudiantes) tuvieron la misma probabilidad de ser elegidos. Además, debido a que están distribuidos por niveles o estratos, es de tipo estratificado con afijación proporcional, es decir, de acuerdo a la proporción de estudiantes por grado académico.

**Tabla 2.**

*Distribución por grado académico de la muestra de investigación*

Grado académico	Número de estudiantes
1er grado	18
2do grado	14
3er grado	21
4to grado	20
5to grado	17
<b>Total</b>	<b>90</b>

Es preciso señalar que, se tomaron en cuenta los siguientes criterios de selección:

- Criterios de Inclusión:
  - a. Estudiantes de ambos sexos.

- b. Estudiantes que cursan de 1er a 5to grado de secundaria.
- c. Estudiantes con matrícula activa.
- Criterios de Exclusión:
  - a. Estudiantes que no hayan firmado el consentimiento informado.
  - b. Estudiantes de intercambio.
  - c. Estudiantes que necesitan atención educativa especial.

Para la recolección de datos de ambas variables, la técnica que se usó es la encuesta a los estudiantes de secundaria, y como instrumentos (uno por variable) al cuestionario, es decir, un cuestionario para la variable Distractores de tareas en línea y un cuestionario para la variable ansiedad.

En ese sentido, los Distractores de tareas en línea se evaluó mediante la prueba Online Homework Distraction Scale (OHDS), la cual tiene una adaptación en el Perú, denominada Escala de distracción al realizar tareas en línea, hecha por el Grupo de Investigación Avances en Investigación Psicológica de la Universidad San Ignacio de Loyola, Universidad Señor de Sipán y la Universidad Complutense de Madrid. Asimismo, este instrumento consta de 6 ítems que contienen respuestas mediante 5 niveles, que son 1 (nunca), 2 (rara vez), 3 (a veces), 4 (a menudo) o 5 (habitualmente), siendo validado en su contenido por el juicio de expertos de psicólogos a través de la V de Aiken para todos los ítems, los mismos que tuvieron una valoración favorable ( $V > 0.70$ ). Del mismo modo, la confiabilidad del instrumento fue realizada mediante el coeficiente alfa de Cronbach, obteniendo un valor de 0.72, es decir, el cuestionario es confiable y consistente.

Para la variable ansiedad, se evaluó con el Cuestionario de ansiedad estado – rasgo (STAI), su nombre original es “State – Trait Anxiety Inventory (Self Evaluation Questionnaire)”, siendo los autores: C.D. Spielberger, R. L. Gorsuch y R. E. Lushene. Procedencia: Consulting Psychologists Press, Palo Alto, California. Asimismo, su adaptación española fue hecha por: Sección de Estudios de TEA Ediciones, S.A., Madrid. Autores: Alejandro Guillén-Riquelme, Nicolás Seisdedos Cubero y Gualberto Buena-Casal, 1982, 2011. En el caso de Perú, se tiene una adaptación peruana como: Inventario de Ansiedad Rasgo Estado (IDARE) Validez, adaptación y fiabilidad del inventario para personas adultas en Trujillo. Bazán (2021). El cuestionario se aplica en un tiempo de 15 minutos y consta de 40 ítems que se encuentran distribuidos en 4 dimensiones, Factor I (Ansiedad Estado Afirmativo), Factor II (Ansiedad Estado Negativo), Factor III (Ansiedad rasgo afirmativo Positivo) y Factor IV (Ansiedad rasgo

negativo). A su vez, las interrogantes son evaluadas mediante tres opciones de respuesta que van desde cero (0) hasta tres (3). De acuerdo a sus propiedades psicométricas, en el estudio de Ugarriza (2001) se reportó que STAI de Ansiedad Estado–Rasgo se validó por cinco expertos y para hallar la confiabilidad del instrumento se realizó un piloto de prueba que mostró un nivel de confiabilidad de 0.85 que garantiza su eficacia.

Para el análisis de datos, primero se registró en una base de datos de formato Excel, las respuestas de todas las interrogantes de ambos cuestionarios aplicados a los estudiantes. Luego se inició con un análisis estadístico descriptivo sociodemográfico de la muestra en estudio, asimismo, las variables de investigación fueron organizadas por frecuencias y porcentajes absolutos en tablas y figuras.

En cuanto a los instrumentos de recolección de datos, se realizó la validez de contenido a través la V de Aiken y en cuanto a la confiabilidad se utilizó la prueba Alpha de Cronbach.

Además, en cuánto al análisis inferencial, se realizó primero una prueba de normalidad para conocer la distribución de los datos y posteriormente se realizó un análisis de correlación entre las variables de estudio usando la prueba de correlación de Spearman, estadístico utilizado para datos de escala ordinal.

Es necesario indicar que, esta investigación se rige en los principios generales y específicos establecidos en los Art. 6 y Art. 7 del Código de Ética en Investigación de la USS S.A.C. Asimismo, como el estudio se realizó en estudiantes, se usó un consentimiento informado de aplicación.



### III. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 3.1 Resultados

Teniendo en cuenta que el estudio de investigación tiene un número de casos mayor a 50 participantes (alumnos), se utilizó la prueba Kolmogorov-Smirnov (K-S) como prueba de normalidad para determinar si mis datos siguen o no una distribución normal.

**Tabla 3.**

*Prueba de normalidad mediante Kolmogorov-Smirnov (K-S)*

Variabes	Estadístico	gl	p-valor
Distractores de tareas en línea	.237	90	.000
Ansiedad estado	.318	90	.000
Ansiedad rasgo	.271	90	.000

*Nota:* a. Corrección de significación de Lilliefors

Es así que la Tabla 3 nos muestra los resultados del análisis, visualizando que el p-valor de las variables son de .000, es decir, presentan un valor menor que el .05, por lo que no superan el margen de error admitido de la investigación (5%). De ese modo, concluimos que los datos no tienen una distribución normal; consecuente a esto, el coeficiente utilizado para determinar la relación entre variables fue mediante una prueba no paramétrica denominada Rho de Spearman.

Respecto a las pruebas de hipótesis, conforme al objetivo de estudio, para hallar una relación entre variables se usó el coeficiente de correlación Rho de Spearman, prueba no paramétrica usada cuando los datos no siguen una distribución normal (Escurre, 1998). En ese sentido se analizó la relación entre la variable independiente Distractores de tareas en línea y la ansiedad estado – rasgo como se muestra a continuación:

**Tabla 4.**

*Análisis de correlación entre las variables de estudio*

Variabes	Ansiedad estado		Ansiedad rasgo	
	Rho	p-valor	Rho	p-valor
Distractores de tareas en línea	.642**	.000	.646**	.000

*Nota:* \*\*. La correlación es significativa en el nivel .01 (bilateral).

La Tabla 4 refleja los resultados encontrados del análisis de correlación de las variables de investigación, por lo que, para contrastar la hipótesis general de:

H0= No existe relación entre distractores de las tareas en línea y ansiedad estado-rasgo en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chiclayo año 2022.

H1= Existe relación entre distractores de las tareas en línea y ansiedad estado-rasgo en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chiclayo año 2022.

Asimismo, teniendo en cuenta el criterio para para la decisión estadística:

Si  $p < .01$ , se rechaza la H0

Si  $p > .01$ , se acepta la H0

Podemos observar en la tabla que, con los criterios de una significancia bilateral o p-valor de 0,000; que es menor al parámetro 1% = .01, se concluye que existe evidencia significativa para rechazar la hipótesis nula, así que, aceptamos la hipótesis alternativa, mostrando la existencia de una relación directa, alta y estadísticamente significativa entre la variable distractores de tareas en línea y ansiedad estado (Rho = .642, p-valor < .05), también verificamos una relación alta, moderada y estadísticamente significativa entre la variable distractores de tareas en línea y ansiedad rasgo (Rho = .646, p-valor < .05).

**Tabla 5.**

*Análisis de correlación entre la dimensión distracción convencional y la Ansiedad estado-rasgo.*

Variables	Ansiedad estado		Ansiedad rasgo	
	Rho	p-valor	Rho	p-valor
Dimensión distracción convencional	.470**	.000	.631**	.000

*Nota:* \*\*. La correlación es significativa en el nivel .01 (bilateral).

Para contrastar la hipótesis específica:

H0= No existe relación significativa entre distracción convencional y ansiedad estado-rasgo en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chiclayo año 2022.

H1= Existe relación significativa entre distracción convencional y ansiedad estado-rasgo en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chiclayo año 2022.

Con el criterio para la decisión estadística:

Si  $p < .01$ , se rechaza la H0

Si  $p > .01$ , se acepta la H0

Podemos observar en la tabla 5 que, existe evidencia estadística para rechazar H0, y aceptamos H1, que existe una correlación de magnitud moderada y estadísticamente significativa entre la dimensión distracción convencional y ansiedad estado (Rho=.470, p-valor < .05), al contrario, entre la dimensión convencional y la ansiedad rasgo, existe una relación alta y estadísticamente significativa (Rho = .631, p-valor < .05)

**Tabla 6.**

*Análisis de correlación entre la dimensión distracción relacionado a la tecnología y la Ansiedad estado-rasgo.*

Variables	Ansiedad estado		Ansiedad rasgo	
	Rho	p-valor	Rho	p-valor
Dimensión distracción relacionado con la tecnología	.556**	.000	.482**	.000

*Nota:* \*\*. La correlación es significativa en el nivel .01 (bilateral).

Para contrastar la hipótesis específica:

H0= No existe relación significativa entre distracción relacionado con la tecnología y ansiedad estado-rasgo en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chiclayo año 2022.

H1= Existe relación significativa entre distracción relacionado con la tecnología y ansiedad estado-rasgo en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chiclayo año 2022.

Con el criterio para la decisión estadística:

Si  $p < .01$ , se rechaza la H0

Si  $p > .01$ , se acepta la H0

En la tabla 6 se visualiza evidencia estadística para rechazar H0, y aceptar H1, es decir, que existe una correlación de magnitud moderada y estadísticamente significativa entre la dimensión distracción relacionado con la tecnología y ansiedad estado (Rho = .556, p-valor < .05) así como con la dimensión ansiedad rasgo (Rho = .482, p-valor < .05).

### **3.2 Discusión**

Los resultados de la investigación son importantes para conocer la relación entre las variables de estudio y permitir tomar decisiones a favor del aprendizaje de los alumnos, siendo indispensable también su estado emocional.

Teniendo en cuenta que el objetivo principal del estudio es determinar la relación entre las variables de estudio, se verificó que existe una directa y alta relación para distractores de tareas en línea con ansiedad estado y rasgo (Rho = .642 y .646 respectivamente); este resultado es esperado, debido a que, a pesar de no encontrar estudios que relacionan las mismas variables de este estudio, Tello (2015), en su propuesta para actuar sobre distractores de aprendizaje, menciona que, el estudiante debe cumplir con un horario planificado y establecido que le permita realizar sus tareas en orden que impida la acumulación de las mismas y provoque ansiedad en los estudiantes. Esto corrobora la teoría

de la ansiedad que menciona Herrera (2018), siendo un estado emocional exteriorizado por los estudiantes ante el peligro de obtener bajas calificaciones al tener el acumulamiento de tareas que quizá puedan no culminar.

Respecto a los objetivos específicos, se verificó que, en el caso de la distracción convencional, existe una correlación moderada con la ansiedad estado y una correlación alta con la ansiedad rasgo. Este resultado pone en manifiesto lo mencionado por Romero y Simaluiza (2022), quienes encontraron que los distractores tienen alta relación con el número de distractores a los que están expuestos los estudiantes, en ese sentido, al estar siempre expuestos puede originar una mayormente una ansiedad reiterativa y/o estable en los alumnos, lo cual refleja la ansiedad rasgo, a diferencia de la ansiedad estado que hace referencia a una situación transitoria.

Asimismo, en cuanto a la dimensión distracción relacionado con la tecnología, ésta tuvo una relación positiva moderada con la ansiedad estado y rasgo, resultado que corrobora lo mencionado por García (2017), quien en su estudio concluye que a si existe mayor uso problema del celular, también existirá mayor ansiedad-rasgo en los estudiantes.

De igual modo, existen fortalezas en el presente estudio que son resaltantes para mencionar, primero, a nivel internacional, nacional y local, no existen investigaciones que relacionen las variables de este estudio, generalmente relacionan la ansiedad como una variable independiente que afecta el rendimiento académico de los estudiantes, sin embargo, la ansiedad es un estado emocional que se expresa a raíz de estar expuesto a otro factor o variable mayor, por lo que este estudio toma una realidad en la que están expuestos los estudiantes, la ansiedad relacionada a los distractores de tareas en línea. Segundo, al no tener investigaciones internacionales, nacionales y locales que relacionen ambas variables, brinda soporte para futuros estudios que busquen profundizar investigaciones de este tema.

Por último, a pesar de que exista relación, pero no influencia, según el modelamiento de ecuaciones estructurales, promueve la profundización de conocer otros factores que se presentan en tareas en línea que se relacionen con la ansiedad de los estudiantes.

Por otro lado, también se tuvo limitación en la presente investigación. Debido a que a pesar de que los instrumentos de recolección fueron válidos y confiables, también deben analizarse desde nuevos u otros instrumentos que midan las variables de estudio, principalmente que contengan preguntas más resumidas.

## **IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **4.1. Conclusiones**

Primero: Con un nivel de significancia/margen de error de 5% se concluye la existencia de una relación directa y significativa entre los distractores de tareas en línea y la ansiedad estado – rasgo en los estudiantes de una institución educativa de Chiclayo. Es decir, a mayor nivel de distracción de tareas en línea de los estudiantes, mayor es la ansiedad estado-rasgo. Por tanto, se acepta la hipótesis general.

Segundo: En base a un nivel de significancia/margen de error de 5%, se concluye que, existe una relación directa y significativa entre la distracción convencional y la ansiedad estado, por lo que se asume que, a mayor nivel de distracción convencional de los estudiantes, mayor ansiedad estado tiene. Por tanto, se acepta la primera hipótesis específica de investigación.

Tercero: En base a un nivel de significancia/margen de error de 5%, se concluye que, existe una relación directa y significativa entre la distracción convencional y la ansiedad rasgo. Es decir, se asume que, a mayor nivel de distracción convencional de los estudiantes, mayor ansiedad rasgo tiene. Por tanto, se acepta la segunda hipótesis específica de investigación.

Cuarto: En base a un nivel de significancia/margen de error de 5%, se concluye que, existe una relación directa y moderada significativa entre la distracción relacionada a la tecnología y la ansiedad estado. Es decir, a mayor nivel de distracción relacionada a la tecnología de los estudiantes, mayor nivel de ansiedad estado. Por tanto, se acepta la tercera hipótesis específica de investigación.

### **4.2. Recomendaciones**

A los alumnos, crear hábitos que fortalezcan su disciplina de estudio, así como de crear espacios donde se sientan cómodos y libres de distractores que les permita fijar su atención en clases y tareas virtuales.

A los padres de familia, que impartan en sus hijos una educación responsable, en la que puedan aprender desde niños la disciplina de tener horarios para cumplir con sus tareas escolares.

A los docentes, mejorar sus estrategias de enseñanza, que ayude a captar la atención y motivación de los estudiantes en sus temas impartidos.

A la institución educativa, de capacitar a sus docentes en estrategias de aprendizaje que les permita realizar sus clases de forma más interactiva.

A futuros investigadores, realizar estudios en poblaciones similares que ayuden a verificar si las conclusiones de la investigación no dependen de la institución educativa, sino que es una realidad que sucede en todas.

## REFERENCIAS

- Ascanio Carrillo, D.L., Ascanio Carrillo, Y.O. y Rubio Carvajal, N.M. (2017). *Estrategias pedagógicas para contrarrestar los factores que intervienen en la distracción de los estudiantes de los grados tercero, cuarto y quinto de la sede Tagual Bajo, del centro educativo San Gil Vereda el Tagual Bajo, corregimiento de las mercedes, municipio de sardinata, norte de Santander* [Tesis de pregrado, Escuela normal superior programa de formación complementaria]. <http://www.enso.edu.co/biblionline/archivos/2713.pdf>
- Cuesta, Y. y Vélez, C. (2022). Estrategias de la educación en línea y su incidencia en la participación activa de estudiantes. *Revista Acciones Médicas*, 1, 30-44. <https://doi.org/10.35622/j.ram.2022.01.002>
- Chambi Mamani, J. (2018). *La red social Facebook como instrumento distractor influye en la calidad de las tareas escolares en los alumnos del 3ro, 4to y 5to de secundaria de la Institución Educativa 40029 Ludwig Van Beethoven* [Tesis de segunda especialidad, Universidad Nacional de San Agustín]. <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/3264548>
- Cruz-Altamirano, J., y Herrera-Sarmiento, S. (2018). Personalidad y ansiedad estado rasgo en enfermeras de un Hospital Nacional. *CASUS. Revista de investigación y casos en Salud*, 3(3), 145–154. <https://doi.org/10.35626/casus.3.2018.78>
- Erarslan, A. y Seker, M. (2021). Investigating e-learning motivational strategies of higher education learners against online distractors. *Online Learning*, 25(2), 261-279. <https://doi.org/10.24059/olj.v25i2.2252>
- Escurra, L. M. (1998). Siegel, S. y Castellan, N. J. (1995). Estadística no paramétrica, aplicada a las ciencias de la conducta. 4a. edición. *Persona*, 1(001), 195-197. <https://doi.org/10.26439/persona1998.n001.1715>
- Fernández-Planells, A. y Figueras Maz, M. (2012). Internet en las tareas escolares ¿obstáculo u oportunidad? El impacto de la red en los hábitos de estudio de alumnos de Secundaria de Barcelona y Lima. *Sphera Pública*, (12), 161-182. [https://repositori.upf.edu/bitstream/handle/10230/25967/fernandez\\_spherapublica\\_2012.pdf?sequence=1](https://repositori.upf.edu/bitstream/handle/10230/25967/fernandez_spherapublica_2012.pdf?sequence=1)
- Furlan, L., Piemontesi, S., Heredia, D. y Sánchez, J. (2015). Ansiedad ante los Exámenes en estudiantes universitarios: Correlatos y Tratamiento. *Anuario de Investigaciones de la Facultad de Psicología*, 2(1), 37-53.
- García-Fernández, J. M., Inglés, C. J., Martínez-Monteaquedo, M. C.; Marzo, J. C. y Estévez, E. (2011). Inventario de Ansiedad Escolar: validación en una muestra de estudiantes de Educación Secundaria. *Psicothema*, 23(2), 301-307. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72717169021>
- García Montero, G.A. (2017). Ansiedad-Rasgo y uso problema de celular en estudiantes de psicología de Lima Metropolitana [Tesis de pregrado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. [https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/621917/GARCIAMONTERO\\_GA.pdf?sequence=5](https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/621917/GARCIAMONTERO_GA.pdf?sequence=5)

- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación*, 6.
- Hu, L.-t., y Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 1–55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Instituto Nacional de la Salud [INS]. (2022, 18 octubre). *Entre 40 y 30 % de jóvenes de 19 y 26 años en el Perú presentaron síntomas de ansiedad y depresión tras la llegada de la pandemia de la COVID-19*. [Comunicado de prensa]. <https://web.ins.gob.pe/es/prensa/noticia/entre-40-y-30-de-jovenes-de-19-y-26-anos-en-el-peru-presentaron-sintomas-de-ansiedad>
- Jamet, E., Gonthier, C., Cojean, S., Colliot, T., y Erhel, S. (2020). Does multitasking in the classroom affect learning outcomes? A naturalistic study. *Computers in Human Behavior*, 106, Article 106264. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106264>
- Lovón Cueva, M. A., y Cisneros Terrones, S. A. (2020). Repercusiones de las clases virtuales en los estudiantes universitarios en el contexto de la cuarentena por COVID-19: El caso de la PUCP. *Propósitos y Representaciones*, 8(3), 588. <https://doi.org/10.20511/pyr2020.v8nSPE3.588>
- Martínez Ortega, R. M., Tuya Pendás, L. C., Pérez Abreu, A., y Cánovas, A. M. (2009). El coeficiente de correlación de los rangos de Spearman caracterización. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 8. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5156978>
- Mohanna Velásquez, G. y Romero Espinoza, D.V. (2019). *Adicción a las Redes Sociales y Ansiedad en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/628014>
- Otazú López, A. M., Mayta Alcahuamán, C. M., Cavero Goyeneche, J. C., y Martínez Montoya, V. (2022). Percepciones acerca de la distracción educativa en estudiantes de una universidad de Arequipa. *Revista Educación y Sociedad*, 3(5), 48–58. <https://doi.org/10.53940/reys.v3i5.93>
- Picado Juárez, A. M., Valenzuela Flores, D. J., & Peralta Calderón, Y. I. (2017). Los medios distractores en el aula de clase. *Universidad Y Ciencia*, 8(13), 51–59. <https://doi.org/10.5377/uyc.v8i13.4538>
- Real Academia Española. (2023). Ansiedad. En *Diccionario de la lengua española*. Recuperado el 15 de mayo, 2023, de <https://dle.rae.es/ansiedad>
- Reynolds, C. R. y Richmond, B. O. (1997). Escala de ansiedad manifiesta en niños. *Manual moderno*, 2.
- Romero Saritama, J. M., y Simaluiza, J. (2022). Distractores en clases remotas durante la Covid-19 en Ecuador: un análisis de percepciones. *Aula De Encuentro*, 24(1), 4–28. <https://doi.org/10.17561/ae.v24n1.6325>.

- Romero-Saldaña, M. (2016). Pruebas de bondad de ajuste a una distribución normal. *Revista Enfermería del Trabajo*, 6(3), 105-114. <https://enfermeriadeltabajo.com/revista-enfermeria-del-trabajo/>
- Sandín, B. (1990). Factores de predisposición en los trastornos de ansiedad. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 43(3), 343-351.
- Schmidt, SJ (2020). Distracted learning: Big problem and golden opportunity. *J Food Sci Educ*, 19, 278–291. <https://doi.org/10.1111/1541-4329.12206>
- Spielberger, C. D. (1972). Anxiety as an Emotional State, *Anxiety: Current Trends in Theory and Research* 1, 23-49. <http://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-657401-2.50009-5>
- Spielberger, C.H. y Rickman, R.L. (1990). Assessment of State and Trait Anxiety. *Anxiety: Psychobiological and Clinical Perspectives*, 69-84.
- Spielberger, CD, González-Reigosa, F., Martínez-Urrutia, A., Natalicio, LF y Natalicio, DS (2017). El Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo. *Revista Interamericana De Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 5(3 y 4)
- Tarrillo Tamay, K.Y. (2022). Afecaciones psicológicas percibidas a partir de las clases virtuales en estudiantes del nivel secundario de Chota [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/81504/Tarrillo\\_TKY-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/81504/Tarrillo_TKY-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Tello Ochoa, C.I. (2015). *Análisis de distractores en el proceso de enseñanza – aprendizaje en la materia de química de los estudiantes del segundo año de bachillerato del colegio de bachillerato “Gualaquiza”, año lectivo 2014-2015* [Tesis de pregrado, Universidad Politécnica Salesiana sede Cuenca]. <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/8887/1/UPS-CT005097.pdf>
- Torrano-Martínez, R., Ortigosa-Quiles, J. M., Riquelme-Marín, A., y López-Pina, J. A. (2017). Evaluación de la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 4(2), 103-110. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=477152556002>
- UNESCO (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura) (2020). *La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19*. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000374075.locale=es>.
- Vásquez-Ponce, G., Indacochea-Figueroa, J., Forty-Moreira, R., y Chara-Plúa, E. (2020). Educación virtual en tiempos del covid-19 desde la perspectiva socioeconómica de los estudiantes de la Universidad Estatal del Sur de Manabí del cantón Jipijapa. *Polo del Conocimiento*, 5(10), 798-823. <http://dx.doi.org/10.23857/pc.v5i10.1852>
- Zárate, Rhida. (2019). *Medios distractores que afectan el rendimiento académico de los estudiantes en segunda y tercera matrícula de la escuela profesional de estomatología de la universidad andina del Cusco semestre 2019 I* [Tesis de pregrado, Universidad Andina del Cusco]. [https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/3076/Rhida\\_Tesis\\_bachiller\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/3076/Rhida_Tesis_bachiller_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)



## **ANEXO**

## ACTA DE REVISIÓN DE SIMILITUD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo Nombre completo docente del curso de Nombre del curso del Programa de Estudios de Nombre del programa de estudios, luego de revisar la investigación del estudiante, Suclupe Espinoza Margot, titulada:

**“Distractores de las Tareas en Línea y Ansiedad en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Chiclayo, 2022”**

Dejo constancia que la investigación antes indicada tiene un índice de similitud del porcentaje%, verificable en el reporte de originalidad mediante el software de similitud TURNITIN. Por lo que se concluye que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con lo establecido en la Directiva sobre índice de similitud de los productos académicos y de investigación en la Universidad Señor de Sipán S.A.C. vigente.

En virtud de lo antes mencionado, firma:

(Apellidos y Nombres del docente)	DNI: número	Firma
-----------------------------------	-------------	-------

Pimentel, día de mes de año.



## ACTA DE APROBACIÓN DEL ASESOR

Yo Mg. Cruz Ordinola María Celinda, quién suscribe como asesor designado mediante Resolución de Facultad N° 0717-2023/FADHU-USS, del proyecto de investigación titulado “Distractores de las Tareas en Línea y Ansiedad en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Chiclayo, 2022” , desarrollado por la estudiante: Suclupe Espinoza Margot, del programa de estudios de Psicología de la Universidad Señor de Sipán, acredito haber revisado, y declaro expedito para que continúe con el trámite pertinentes.

En virtud de lo antes mencionado, firma:

Mg. Cruz Ordinola María Celinda (Apellidos y Nombres del docente)	DNI: número	Firma
--	-------------	-------

Pimentel, día de mes de año.

**Tabla 7.***Operacionalización de la variable Distractores de tareas en línea*

<b>Variable de estudio</b>	<b>Definición conceptual</b>	<b>Definición operacional</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Instrumento</b>	<b>Valores finales</b>	<b>Tipo de variable</b>	<b>Escala de medición</b>
Distractores de tareas en línea	La distracción puede ser un fenómeno completamente mecánico, y puede ser causada por una falta de concentración, una falta de interés en el objeto de la atención, un mayor interés o atracción hacia algo diferente al objeto de la atención o bien por trastornos de la atención. (Quilantan, 2013, pág. 3)	La escala de Distractores al realizar tareas en línea mide en 5 ítems los distractores a los que se encuentran expuestos los estudiantes en el contexto de la educación en línea.	<b>Factor I:</b> Distracción convencional  <b>Factor II:</b> Distracción relacionado con la tecnología	- Distracción convencional  - Distracción relacionado con la tecnología	1, 2, 3  4, 5	Escala de distracción de la tarea en línea.	(Expresa la unidad de medida o categorías en que se mide la variable)	Variable cualitativa (categórica)	Escala ordinal

**Tabla 8.**  
Operacionalización de la variable Ansiedad

Variable de estudio	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumento	Valores finales	Tipo de variable	Escala de medición
Ansiedad	Spielberg (1972), menciona la definición de la ansiedad como "Estado emocional desagradable, caracterizado por sentimientos subjetivos de tensión o preocupación y por activación del sistema nervioso autónomo"	El procedimiento para medir la variable se realiza a través del cuestionario STAI, que consta de 40 interrogantes que miden dos conceptos: Ansiedad estado (AE) y Ansiedad rasgo (AR).	<p><b>Factor I:</b> Ansiedad Estado Afirmativo</p> <p><b>Factor II:</b> Ansiedad Estado Negativo</p> <p><b>Factor III:</b> Ansiedad rasgo afirmativo</p> <p><b>Factor IV:</b> Ansiedad rasgo negativo</p>	<p>- Nerviosismo - Tensión - Preocupación e intranquilidad - Apoyo en el aprendizaje</p> <p>- Activación positiva - Animación - Bienestar - Satisfacción y confianza en sí mismo</p> <p>- Melancolía - Desesperanza - Sentimientos de incapacidad</p> <p>- Estabilidad - Ausencia de cambios de humor</p>	<p>3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17 y 18</p> <p>1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19 y 20</p> <p>22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38 y 40</p> <p>21, 26, 27, 30, 33, 36 y 39</p>	<p>Cuestionario de ansiedad estado – rasgo (STAI)</p> <p>C.D. Spielberger, R.L. Gorsuch y R.E. Lushene Consulting Psychologists Press, Inc. California</p>	(Expresa la unidad de medida o categorías en que se mide la variable)	Variable cualitativa (categórica)	Escala ordinal

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo,....., he recibido suficiente información sobre el estudio a realizarse, y conozco los objetivos del Proyecto de Investigación: Distractores de las tareas en línea en estudiantes de secundaria de la institución educativa PNP “FELIX TELLO ROJAS” de Chiclayo año 2022.

He hablado con Suclupe Espinoza Margot, por lo tanto comprendo que mi participación como estudiante es voluntaria y puedo retirarme de la investigación cuando yo lo decida. Además, acepto que el resultado será publicado en una revista científica en donde no está determinado mi nombre como tal.

Por esta colaboración no recibiré ningún tipo de remuneración económica.

Finalmente, la investigadora declara mantener la confidencialidad de mis datos.

Como prueba autorizo con fecha:     /     /2022

Firma.....

## Instrumentos

### Cuestionario de Escala de Distractores de las tareas en línea para estudiantes

**Instrucciones:** A continuación, se presenta una serie de preguntas. Especifique su respuesta marcando con un aspa (x) la respuesta que corresponde a su situación actual. Las respuestas son anónimas y el resultado de este instrumento será empleado para una tesis de pregrado de la USS. Se agradece de antemano su participación en la realización de esta investigación.

La información que brindes es anónima y será usada únicamente con fines investigativos.

**Datos demográficos:**

**Edad:** \_\_\_\_ **Sexo:** M( ) F( ) **Grado:** 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( ) **Sección:** A( ) B( ) C( )

**Religión:** Católico ( ) Evangélico ( ) Testigo de Jehová ( ) Adventista ( )

Mormón ( ) Cristiano ( )

Lee cada una de las preguntas y marca con un "X" en el recuadro que mejor expresa tu respuesta.

1 = Nunca    2 = Rara Vez    3 = A Veces    4 = A Menudo    5 = Habitualmente

ESCALA DE DISTRACTORES DE LAS TAREAS EN LÍNEA					
	1	2	3	4	5
1. Mi mente se dispersa mientras realizo tareas en línea.					
2. Inicio conversaciones que no guardan relación con las tareas que estoy haciendo.					
3. Dejo de hacer las tareas en línea para ver mi programa de televisión favorito.					
4. Dejo de realizar las tareas en línea para jugar videojuegos.					
5. Interrumpo las tareas en línea para enviar o recibir mensajes de texto.					
<b>TOTAL</b>					

**CUESTIONARIO DE ANSIEDAD ESTADO - RASGO  
(STAI)**

**A-E**                      INSTRUCCIONES

A continuación, encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a si mismo. Lea cada frase y señale la puntuación de 0 a 3 que indique mejor como se SIENTE USTED AHORA MISMO, en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalado la respuesta que mejor describa a su situación presente

	Nada	Algo	Bastante	Mucho
1. Me siento calmado	0	1	2	3
2. Me siento seguro	0	1	2	3
3. Estoy Tenso	0	1	2	3
4. Estoy contrariado	0	1	2	3
5. Me siento cómodo (estoy a gusto)	0	1	2	3
6. Me siento alterado	0	1	2	3
7. Estoy preocupado ahora por posibles desgracias futuras	0	1	2	3
8. Me siento descansado	0	1	2	3
9. Me siento angustiado	0	1	2	3
10. Me siento confortable	0	1	2	3
11. Tengo confianza en mi mismo	0	1	2	3
12. Me siento nervioso	0	1	2	3
13. Estoy desasosegado	0	1	2	3
14. Me siento muy "atado" (como oprimido)	0	1	2	3
15. Estoy relajado	0	1	2	3
16. Me siento satisfecho	0	1	2	3
17. Estoy preocupado	0	1	2	3
18. Me siento aturdido y sobreexcitado	0	1	2	3
19. Me siento alegre	0	1	2	3
20. En este momento me siento bien	0	1	2	3

**COMPRUEBE SI HA CONTESTADO A TODAS LAS FRASES CON UNA SOLA RESPUESTA**



**A-R****INSTRUCCIONES**

A continuación, encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación de 0 a 3 que indique mejor cómo se SIENTE USTED AHORA MISMO, en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalado la respuesta que mejor describa a su situación presente

	<b>Nada</b>	<b>Algo</b>	<b>Bastante</b>	<b>Mucho</b>
	0	1	2	3
21. Me siento bien	0	1	2	3
22. Me canso rápidamente	0	1	2	3
23. Siento ganas de llorar	0	1	2	3
24. Me gustaría ser tan feliz como otros	0	1	2	3
25. Pierdo oportunidades por no decidirme pronto	0	1	2	3
26. Me siento descansado	0	1	2	3
27. Soy una persona tranquila, serena y sosegada	0	1	2	3
28. Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas	0	1	2	3
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	0	1	2	3
30. Soy feliz	0	1	2	3
31. Suelo tomar las cosas demasiado seriamente	0	1	2	3
32. Me falta confianza en mí mismo	0	1	2	3
33. Me siento seguro	0	1	2	3
34. No suelo afrontar las crisis o dificultades	0	1	2	3
35. Me siento triste (melancólico)	0	1	2	3
36. Estoy satisfecho	0	1	2	3
37. Me rondan y molestan pensamientos sin importancia	0	1	2	3
38. Me afectan tanto los desengaños, que no puedo olvidarlos	0	1	2	3
39. Soy una persona estable	0	1	2	3
40. Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales, me pongo tenso y agitado	0	1	2	3

**COMPRUEBE SI HA CONTESTADO A TODAS LAS FRASES CON UNA SOLA RESPUESTA**

## Resultados descriptivos

### Análisis sociodemográfico de la muestra de estudio

La Tabla 9 nos muestra las características sociodemográficas de la muestra de investigación, observándose que más de la mitad de estudiantes encuestados (55.6%) son de sexo masculino, asimismo, la mayoría (45.6%) tienen entre 14 y 15 años de edad, y alrededor de las tres cuartas partes (72.2%) de alumnos manifestaron pertenecer a la religión católica. En cuanto al grado en el que se encuentran estudiando actualmente, mayormente están en tercero de secundaria y generalmente pertenecen a la sección A (43.4%).

**Tabla 9.**  
*Características sociodemográficas los estudiantes encuestados*

Variables	<i>f</i>	Total (N = 90) %
<i>Sexo</i>		
Masculino	50	55.6
Femenino	40	44.4
<i>Edad</i>		
12 a 13 años	32	35.5
14 a 15 años	41	45.6
16 a 17 años	17	18.9
<i>Religión</i>		
Católico	65	72.2
Evangélico	6	6.7
Testigo Jehová	1	1.1
Adventista	6	6.7
Mormón	2	2.2
Cristiano	10	11.1
<i>Grado</i>		
Primero	18	20.0
Segundo	14	15.6
Tercero	21	23.3
Cuarto	20	22.2
Quinto	17	18.9
<i>Sección</i>		
A	39	43.4
B	38	42.2
C	13	14.4

## Análisis descriptivo de las variables de estudio

### - Validez de contenido de los instrumentos

Los resultados de la validez de contenido de los instrumentos de recolección de datos se encuentran en las tablas 10 y 11, las que se muestran a continuación:

**Tabla 10.**

*V de Aiken para la evaluación de la relevancia, representatividad y claridad de los ítems de la escala de Distracción al realizar tareas en línea.*

Ítems	Relevancia (n=2)				Representatividad (n=2)				Claridad (n=2)			
	M	DE	V	IC 95%	M	DE	V	IC 95%	M	DE	V	IC 95%
Ítem 1	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 2	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 3	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 4	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 5	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	2.50	.71	.83	.44-.97

Nota: M= media, DE= desviación estándar, V= coeficiente V de Aiken, IC 95%= Intervalo de confianza de la V de Aiken.

Se realizó la validez del cuestionario de escala de Distracción al realizar tareas en línea través de la V de Aiken para cada uno de sus ítems, de ese modo, la tabla 10 contiene los resultados de la valoración por juicio de expertos, siendo los ítems del 1 al 4 los más relevantes (V=1.00, IC 95%=.61-1.00), también son los más representativos y claros.

**Tabla 11.**

*V de Aiken para la evaluación de la relevancia, representatividad y claridad de los ítems del Cuestionario de ansiedad estado – rasgo (STAI)*

Ítems	Relevancia (n=2)				Representatividad (n=2)				Claridad (n=2)			
	M	DE	V	IC 95%	M	DE	V	IC 95%	M	DE	V	IC 95%
Ítem 1	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 2	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 3	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 4	2.50	.71	.83	.44-.97	2.50	.71	.83	.44-.97	2.50	.71	.83	.44-.97
Ítem 5	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 6	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 7	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 8	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 9	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 10	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 11	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 12	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 13	2.50	.71	.83	.44-.97	2.50	.71	.83	.44-.97	2.50	.71	.83	.44-.97
Ítem 14	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 15	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 16	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 17	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 18	2.50	.71	.83	.44-.97	2.50	.71	.83	.44-.97	2.50	.71	.83	.44-.97
Ítem 19	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 20	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 21	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 22	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 23	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 24	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 25	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 26	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 27	2.50	.71	0.83	.44-.97	2.50	.71	.83	.44-.97	2.50	.71	.83	.44-.97
Ítem 28	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 29	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00

Ítems	Relevancia (n=2)				Representatividad (n=2)				Claridad (n=2)			
	M	DE	V	IC 95%	M	DE	V	IC 95%	M	DE	V	IC 95%
Ítem 30	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 31	2.50	.71	.83	.44-.97	2.50	.71	.83	.44-.97	2.50	.71	.83	.44-.97
Ítem 32	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 33	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 34	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 35	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 36	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 37	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 38	2.50	.71	.83	.44-.97	2.50	.71	.83	.44-.97	2.50	.71	.83	.44-.97
Ítem 39	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00
Ítem 40	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00	3.00	.00	1.00	.61-1.00

Nota: M= media, DE= desviación estándar, V= coeficiente V de Aiken, IC 95%= Intervalo de confianza de la V de Aiken.

También se realizó la validez del Cuestionario de ansiedad estado – rasgo (STAI) mediante la V de Aiken para cada uno de sus ítems, y sus resultados se muestran en la Tabla 11, siendo los ítems del 1 al 3, del 5 al 12, del 14 al 17, del 19 al 26, del 28 al 30, del 32 al 37 y del 39 al 40, los ítems más representativos, relevantes y claros (V=1.00, IC 95%=.61-1.00)

#### - **Confiabilidad de los instrumentos**

El análisis de consistencia interna de los ítems de los instrumentos se realizó con el estadístico Alpha de Cronbach, y sus resultados se muestran en la Tabla 12, para el cuestionario de Ansiedad estado – rasgo se obtuvo un valor de .937 y un .736 para el cuestionario de Distractores de tareas en línea.

**Tabla 12.**  
*Confiabilidad de los instrumentos*

Variable	Cantidad de ítems	Alpha de Cronbach
Distractores de tareas en línea	5	.736
Ansiedad	40	.937

- **Frecuencias y porcentajes absolutos de las variables de estudio**

En la Tabla 13, se observan las frecuencias y porcentajes absolutos de cada variable, por lo que se evidencia que, mayormente, los estudiantes encuestados tiene un nivel medio de distracción (40%) y sólo alrededor de la cuarta parte (23.3%) presenta un nivel alto de distracción en sus tareas en línea; por otro lado, en cuanto a la ansiedad, como variable que cuenta dos dimensiones, se observa que, casi la mitad de estudiantes encuestados (48.9%) tiene una ansiedad estado sobre el promedio, similar pasa en la ansiedad rasgo, la mayoría también tiene un nivel sobre el promedio (35.5%)

**Tabla 13.**  
*Niveles de distracción de tareas en línea y ansiedad en la muestra de estudio*

Variabes	Dimensión	Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Distractores de tareas en línea		Bajo	33	36.7
		Medio	36	40.0
		Alto	21	23.3
		Muy Alta	14	15.5
Ansiedad	Ansiedad - Estado	Sobre el promedio	44	48.9
		Promedio	9	10.0
		Bajo promedio	16	17.8
		Muy Bajo	7	7.8
	Ansiedad - Rasgo	Muy Alta	25	27.8
		Sobre el promedio	32	35.5
		Promedio	7	7.8
		Bajo promedio	18	20.0
		Muy Bajo	8	8.9