

UNIVERSIDAD CATÓLICA SEDES SAPIENTIAE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD



Procrastinación Académica y Sintomatología Ansiosa en
Estudiantes de 5to de Secundaria de una Institución de
Lima Norte

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

AUTOR

Liliana Natali Guerra Haro
Kelly Marjorie Romero Huaman

ASESORA

Caroline Gabriela Marín Cipriano

Lima, Perú
2024

METADATOS COMPLEMENTARIOS

Datos de los Autores

Autor 1

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

Autor 2

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

Autor 3

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

Autor 4

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

Datos de los Asesores

Asesor 1

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (Obligatorio)	

Asesor 2

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (Obligatorio)	

Datos del Jurado

Presidente del jurado

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

Segundo miembro

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

Tercer miembro

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

Datos de la Obra

Materia*	
Campo del conocimiento OCDE Consultar el listado:	
Idioma	
Tipo de trabajo de investigación	
País de publicación	
Recurso del cual forma parte (opcional)	
Nombre del grado	
Grado académico o título profesional	
Nombre del programa	
Código del programa Consultar el listado:	

***Ingresar las palabras clave o términos del lenguaje natural (no controladas por un vocabulario o tesauro).**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE PSICOLOGÍA SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA LICENCIATURA

ACTA N° 082-2024

En la ciudad de Lima, a los doce días del mes de Junio del año dos mil veinticuatro, siendo las 14:30 horas, las Bachilleres GUERRA HARO, LILIANA NATALI y ROMERO HUAMAN, KELLY MARJORIE sustentan su tesis denominada “**Procrastinación Académica y Sintomatología Ansiosa en Estudiantes de 5to de Secundaria de una Institución de Lima Norte**” para obtener el Título Profesional de Licenciado en Psicología, del Programa de Estudios de Psicología.

El jurado calificó mediante votación secreta:

- | | |
|--|--------------------|
| 1.- Prof. Rafael Martín del Busto Bretoneche | APROBADO : BUENO |
| 2.- Prof. Roger Joaquín Angulo Salas | APROBADO : BUENO |
| 3.- Prof. Giovanni Martín Díaz Gervasi | APROBADO : REGULAR |

Se contó con la participación del asesor:

- 4.- Prof. Caroline Gabriela Marín Cipriano

Habiendo concluido lo dispuesto por el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Católica Sedes Sapientiae y siendo las 15:30 horas, el Jurado da como resultado final, la calificación de:

APROBADO : BUENO

Es todo cuanto se tiene que informar.



Prof. Rafael Martín del Busto Bretoneche
Presidente



Prof. Roger Joaquín Angulo Salas



Prof. Giovanni Martín Díaz Gervasi



Prof. Caroline Gabriela Marín Cipriano

Lima, 12 de Junio del 2024

Anexo 2

CARTA DE CONFORMIDAD DE LA ASESORA DE TESIS CON INFORME DE EVALUACIÓN DEL SOFTWARE ANTIPLAGIO

Lima, 26 de marzo de 2024

Doctor,
Yordanis Enríquez Canto
Jefe del Departamento de Investigación
Facultad de Ciencias de la Salud. UCSS

Reciba un cordial saludo.

Sirva el presente para informar que la tesis, bajo mi asesoría, con título: **“Procrastinación Académica y Sintomatología Ansiosa en Estudiantes de 5to de Secundaria de una Institución de Lima Norte”**, presentado por Guerra Haro, Liliana Natali (código de estudiante: 2016200067 y DNI:74647061) y Romero Huaman, Kelly Marjorie (código de estudiante:2016200074 y DNI:72717127) para optar el título profesional de Licenciado en Psicología ha sido revisado en su totalidad por mi persona y **CONSIDERO** que el mismo se encuentra **APTO** para ser sustentado ante el Jurado Evaluador.

Asimismo, para garantizar la originalidad del documento en mención, se le ha sometido a los mecanismos de control y procedimientos antiplagio previstos en la normativa interna de la Universidad, **cuyo resultado alcanzó un porcentaje de similitud de 5% (cinco por ciento).*** Por tanto, en mi condición de asesora, firmo la presente carta en señal de conformidad y adjunto el informe de similitud del Sistema Antiplagio Turnitin, como evidencia de lo informado.

Sin otro particular, me despido de usted. Atentamente,



Caroline Gabriela Marín Cipriano

DNI N°: 47207503

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7299-9915>

Facultad de Ciencias de la Salud. UCSS

* De conformidad con el artículo 8°, del Capítulo 3 del Reglamento de Control Antiplagio e Integridad Académica para trabajos para optar grados y títulos, aplicación del software antiplagio en la UCSS, se establece lo siguiente:

Artículo 8°. Criterios de evaluación de originalidad de los trabajos y aplicación de filtros

El porcentaje de similitud aceptado en el informe del software antiplagio para trabajos para optar grados académicos y títulos profesionales, será máximo de veinte por ciento (20%) de su contenido, siempre y cuando no implique copia o indicio de copia.

**Procrastinación Académica y Sintomatología Ansiosa en
Estudiantes de 5to de Secundaria de una Institución de Lima
Norte**

DEDICATORIA

La presente investigación está dedicada a Dios, por permitir que todo lo alcanzado haya sido posible.

A nuestros padres y hermanos que fueron fuente de motivación, cariño y comprensión durante el proceso de este trabajo; nos enseñaron que con humildad y perseverancia se pueden lograr nuestras metas.

A nuestra asesora, por el seguimiento continuo y oportuno, motivándonos a dar lo mejor de nosotras.

A todas aquellas personas que son parte de nuestras vidas, porque su sola presencia nos alienta a ser mejores.

AGRADECIMIENTO

Agradecimiento especial a Dios, quien nos supo guiar en este camino para no desistir. A nuestros padres, por darnos la vida y ser el apoyo más grande en este camino universitario. A nuestra asesora, por su paciencia y dedicación en la realización de nuestro trabajo.

A nuestra amada alma mater, Universidad Católica Sedes Sapientiae por recibirnos y formarnos no solo en el aspecto profesional, sino también en el espiritual.

RESUMEN

Objetivo: determinar la relación entre la Procrastinación académica y Sintomatología ansiosa en estudiantes del nivel secundario de un colegio de Lima Norte. **Materiales y métodos:** estudio correlacional de diseño transversal. La muestra estuvo conformada por 150 estudiantes de sexo femenino, entre 15 a 17 años, que cursan el 5to grado de educación secundaria y para la obtención de la muestra se realizó un censo. Las variables principales fueron: Procrastinación académica y Sintomatología ansiosa, medidas mediante la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y, el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI). Se utilizó el paquete estadístico STATA 14 y, para el análisis bivariado, se empleó T-Student, ANOVA y chi cuadrado. **Resultados:** de la muestra, la mayoría de las estudiantes proviene de una familia nuclear intacta (62 %), el 98 % no trabaja siendo la edad media de 15.9, el 60.6 % dedican más de tres horas de estudio, el 62 % presentan alta autorregulación académica, el 80 % indica un nivel alto de procrastinación académica y el 31.3 % presentó ansiedad en nivel leve. Se evidencia relación significativa entre la postergación de actividades y tipo de familia ($p=0.04$); asimismo se relaciona con el tiempo de estudio ($p=0.01$) esta última con la autorregulación académica ($p=0.00$) y la procrastinación académica ($p=0.02$). **Conclusiones:** las estudiantes poseen niveles bajos de sintomatología ansiosa, alto nivel de autorregulación, sin embargo, presentan procrastinación en nivel moderado. Es necesario incentivar a los profesionales a crear programas de apoyo preventivo que les permitan desarrollar estrategias educativas efectivas.

Palabras clave: procrastinación, ansiedad, estudiantes, educación.

ABSTRACT

Objective: to determine the relationship between academic procrastination and anxious symptoms in high school students of a school in North Lima. **Materials and methods:** cross-sectional correlational study. The sample consisted of 150 female students, between 15 and 17 years of age, who are in the 5th grade of secondary education, to obtain the sample was carried out. **The main variables were:** academic procrastination and anxious symptoms, measured using the Academic Procrastination Scale (EPA) and the Beck Anxiety Inventory (BAI). The statistical package STATA 14 was used and for the bivariate analysis T-Student, ANOVA and chi-square were used. **Results:** most of the students in the sample come from an intact nuclear family (62 %), 98% do not work being the average age of 15.9, 60.6 % dedicate more than three hours of study, present high academic self-regulation (62%), 80% indicate a high level of academic procrastination and 31.3% presented mild level anxiety. There is evidence of a significant relationship between the postponement of activities and type of family ($p=0.04$); It is also related to study time ($p=0.01$), the latter with academic self-regulation ($p=0.00$) and academic procrastination ($p=0.02$). **Conclusions:** the students have low levels of anxious symptoms, a high level of self-regulation, however, they present procrastination at a moderate level. It is necessary to encourage professionals to create preventive support programs that allow them to develop effective educational strategies.

Keywords: procrastination, anxiety, students, education.

ÍNDICE

CARÁTULA	
TÍTULO	ii
DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTOS	iv
RESUMEN	v
ABSTRACT	vi
ÍNDICE	vii
ÍNDICE DE TABLAS	viii
INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO I EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	11
1.1. Situación problemática	11
1.2. Formulación del problema	12
1.2.1 Problema general	12
1.2.2 Problema específicos	12
1.3. Justificación de la investigación	13
1.4. Objetivos de la investigación	14
1.4.1. Objetivo general	14
1.4.2. Objetivos específicos	14
1.5. Hipótesis	15
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO	16
2.1. Antecedentes de la investigación	16
2.2. Bases teóricas	25
CAPÍTULO III MATERIALES Y MÉTODOS	30
3.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación	30
3.2. Población y muestra	30
3.2.1. Tamaño de la muestra	30
3.2.2. Selección del muestreo	30
3.2.3. Criterios de inclusión y exclusión	30
3.3. Variables	30
3.3.1. Definición conceptual y operacionalización de variables	30
3.4. Plan de recolección de datos e instrumentos	33
3.5. Plan de análisis e interpretación de la información	33
3.6. Ventajas y limitaciones	36

3.7. Aspectos éticos	37
3.8. Aspectos administrativos	37
3.9. Cronograma de actividades	39
CAPÍTULO IV RESULTADOS	40
CAPÍTULO V DISCUSIÓN	44
5.1. Discusión	44
5.2. Conclusiones	47
5.3 Recomendaciones	47
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	49
ANEXOS	53
Anexo 1: Cuadro de operacionalización de la variable 1	
Anexo 2: Cuadro de operacionalización de la variable 2	
Anexo 3: Cuadro de operacionalización de las variables sociodemográficas	
Anexo 4: Escala de Procrastinación Académica (EPA)	
Anexo 5: Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)	
Anexo 6: Ficha de registro de datos sociodemográficos	
Anexo 7: Consentimiento informado	
Anexo 8: Matriz de consistencia de la investigación	

INTRODUCCIÓN

La procrastinación es una variable que la mayoría de los estudiantes desconocen. Sin embargo, es muy común en el ámbito académico porque es un comportamiento con múltiples dimensiones cognitivas, conductuales y emocionales. Esto incluye el hábito de posponer actividades que deberían realizarse, reemplazándolas con otras actividades más placenteras e intrascendentes. El estudio se refiere a la procrastinación académica como la tendencia de los estudiantes a posponer las actividades académicas en favor de otras actividades más placenteras.

La procrastinación académica es un comportamiento de mala adaptación común entre las poblaciones escolares, está claro que alrededor del 85 % de los estudiantes universitarios procrastinan en algún momento, el 75 % se considera, a sí mismo, procrastinador y el 50% a menudo posterga el aprendizaje (Steel, 2007). Las formas en que los estudiantes procrastinan incluyen el incumplimiento de los horarios, la entrega atrasada de tareas y el retraso en la realización de actividades. Asimismo, muchas veces las personas optan por esperar hasta el último minuto para preparar un informe o prepararse para un examen (Cardona, 2015). Por lo tanto, los estudiantes forman parte del grupo de riesgo, ya que esto puede deberse a las exigencias psicológicas, académicas y sociales que deben afrontar (Cardona Arias, Pérez Restrepo, Rivera Ocampo, Gómez Martínez, & Reyes, 2014) .

Se sabe que la ansiedad tiene una función adaptativa natural, pues el mecanismo que se activa permite que las personas estén alertas ante situaciones de peligro; sin embargo, cuando se experimenta altos niveles puede repercutir de forma negativa en la salud física y psicológica de la persona (Sierra, Ortega, & Zubeidat, 2003). Por ello, hemos puesto en pie nuestra investigación acerca de la procrastinación académica y sintomatología ansiosa, aplicando nuestro estudio en el ámbito académico, teniendo en cuenta a una población de estudiantes de quinto grado del nivel secundario, que son aquellos que están próximos a llevar una vida universitaria.

El presente trabajo está compuesto por cinco capítulos, los cuales se distribuyen de la siguiente manera: El primer capítulo introduce en detalle el método y formulación del problema, razones, objetivos e hipótesis. A continuación, se presenta un marco teórico de contextos de investigación internacionales y nacionales relevantes para nuestras variables de estudio. El tercer capítulo trata sobre los métodos de trabajo, los instrumentos, la población, las variables de investigación, las ventajas y limitaciones y

los aspectos éticos. En el cuarto capítulo, se presentan los hallazgos del estudio. Por último, el quinto capítulo presenta la discusión, conclusiones y recomendaciones, brindando así nuevos conocimientos y recomendaciones para intervenciones relacionadas con las variables propuestas.

CAPÍTULO I. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Situación problemática

Desde muchos años posteriores, la vida del ser humano resulta estar llena de actividades y tareas donde muchas veces una actividad o más actividades se tiende a postergar por diversos factores, siendo esta problemática con mayor magnitud en la adolescencia durante la etapa escolar, de modo que al no cumplir tareas, pruebas y exámenes al debido tiempo se ven afectados negativamente por varios aspectos como el aprendizaje, el rendimiento académico, la calidad de vida y la salud; lo que se ve reflejado en dificultades para establecer prioridades, ya que su nivel de compromiso y entrega con las tareas académicas disminuye en lugar de aumentar propio de la etapa de transición por la cual están atravesando (Chacón, 2017). Por otro lado, el surgimiento repentino de la COVID-19 que es definida como una enfermedad infecciosa de rápida propagación, provocó un cambio en la forma de vivir de las personas, ya que todos han tenido que adaptarse a nuevas modalidades de rehacer sus rutinas y continuar con ellas para prevenir el contagio. En cuanto al aspecto educativo, se generó un cierre masivo de las actividades presenciales de instituciones educativas en más de 190 países, para evitar la propagación del virus y mitigar su impacto. Si bien es cierto para algunas personas este contexto ha favorecido mucho para un trabajo remoto, mientras que, para otros no favorables, entre ellos los estudiantes, ya que requieren de la enseñanza presencial en sus actividades escolares y la adaptación al contexto virtual al que se han enfrentado muchos escolares supone un proceso adaptativo distinto al que ya se tenía instaurado.

La procrastinación académica se define como la conducta de aplazar o posponer la realización de actividades para otro momento y como resultado de dichas tareas resultan un estado de insatisfacción o malestar (Ferrari, Johnson, & McCown, 1995). Es un comportamiento desadaptativo prevalente en la población escolar, se evidencia que aproximadamente entre 85 % de los estudiantes universitarios adoptan conductas de demora en algún momento, el 75 % se considera a sí mismo procrastinador y el 50 % aplaza frecuentemente la dedicación a los estudios (Steel, 2007). De este modo, los estudiantes constituyen un grupo de riesgo para desarrollar ansiedad debido a las exigencias psicológicas, académicas y sociales que deben afrontar (Cardona Arias, Pérez Restrepo, Rivera Ocampo, Gómez Martínez, & Reyes, 2014).

La ansiedad es asumida como una respuesta adaptativa que suele aparecer ante diversas situaciones que impliquen para el individuo la percepción de un posible riesgo o la exposición a daños eventuales (Sierra, Ortega, & Zubeidat, 2003). La disminución en el rendimiento escolar tiene consecuencias negativas tanto en las calificaciones como en la autoestima de los estudiantes, siendo estas cogniciones las que pueden desarrollar la percepción de situaciones como algo hostil y amenazador; provocando que el estudiante corra el riesgo de desarrollar o mantener trastornos ansiosos (Bell-Dolan, 1995). La OMS (2017) indicó que más de 260 millones de personas en el mundo presentan algún trastorno de ansiedad.

Son datos preocupantes, pues se trata de una conducta desfavorable que trae consigo consecuencias negativas para el estudiante, como un bajo rendimiento académico, malestar emocional, ansiedad, sensación de fracaso, entre otros lo cual interfiere en el escolar, por ello llevar a cabo una investigación sobre procrastinación académica y ansiedad en estudiantes del nivel secundario de un colegio de Lima Norte es de suma importancia, ya que uno de los problemas que se presentan en la actualidad es la de no entregar las tareas, exposiciones, dentro del tiempo establecido, lo cual repercute significativamente en el rendimiento académico y como consecuencia de ello podría inferir en el incremento de los niveles de ansiedad (Chau & Vilela, 2017).

Por consiguiente, la base de este estudio fue identificar la relación entre la procrastinación académica y los síntomas de ansiedad en estudiantes de un colegio de Lima Norte, lo que brindara conocimiento científico y una visión más objetiva del problema, teniendo en cuenta el contexto en el cual se efectuó este estudio.

1.2. Formulación del problema

1.2.1 Problema general:

¿Cuál es la relación entre procrastinación académica y sintomatología ansiosa en estudiantes del nivel secundario de un colegio de Lima Norte?

1.2.2 Problemas específicos:

P.E1 ¿Cuáles son los niveles de procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario de un colegio de Lima Norte?

P.E2 ¿Cuáles son los niveles de sintomatología ansiosa en estudiantes del nivel

secundario de un colegio de Lima Norte?

P.E3 ¿Cuál es la relación entre la procrastinación académica y los datos sociodemográficos?

P.E4 ¿Cuál es la relación entre sintomatología ansiosa y los datos sociodemográficos?

1.3. Justificación de la investigación

Este estudio se basó en el interés y la necesidad de ampliar el conocimiento y la comprensión de la relación entre la procrastinación académica y los síntomas de ansiedad en el ámbito escolar, considerando a los estudiantes de una escuela pública cuya población estudiantil es solo femenina y que es un grupo nuevo, se muestra que existen pocos estudios relacionados con la población estudiantil de secundaria, cuyo propósito es determinar la relación entre dos variables y su relación con las sociodemográficas.

El estudio tiene relevancia social, porque la procrastinación académica es un comportamiento común que ocurre a gran escala en la vida de todo ser humano, ocupa todas las esferas de acción de la persona, se sabe que no es un fenómeno nuevo, pero que sigue desarrollándose en todas etapas de vida, especialmente en los más jóvenes. En la actualidad, se considera que muchos estudiantes quienes están próximos a culminar la etapa escolar y a tener una fuerte presión en la realización de sus actividades, se enfrentan a situaciones en las cuales, el volumen de tareas aumenta de manera considerable, al igual que el nivel de responsabilidad que tienen por asumir. Asimismo, otra razón por la que los estudiantes tienden a la procrastinación es debido a la incorrecta distribución del tiempo. En cuanto a la dimensión del tiempo, ésta varía dependiendo del uso que se le esté dando y del tiempo que queda para hacer lo que se quiera.

En otros países y en el Perú, se encuentran pocas investigaciones acerca de la procrastinación y sintomatología ansiosa aplicados en el ámbito escolar, ya que ese campo estudiantil, es una población también considerada en riesgo. Como se sabe, la raíz principal de este problema puede ser varias, dependiendo de cada caso, cuando uno es joven estudiante existe un sentimiento de eternidad, siempre se tiene la sensación de tener mucho tiempo y a medida que se avanza en la vida, se adquiere un sentido más agudo de su valor.

En este sentido, se describe que “la procrastinación es producto de la ansiedad, y esta puede ser provocada por el miedo a las actividades que se van a realizar” (González, 2013). Así mismo, se afirma que las personas que procrastinan tienen unos rasgos característicos relacionados con la presencia de síntomas ansiosos; de igual forma, plantean que estas presentan con frecuencia pensamientos negativos en torno a sí mismos y a la capacidad que perciben de realizar actividades efectivamente (Stainton, Clarry, & Gordon, 2000). Es por ello, que, en muchas ocasiones, los adolescentes pueden sentirse desbordados, viendo como única salida procrastinar o posponer las tareas, ya que el cerebro lo percibe como una amenaza, que afecta su bienestar y que al enfrentarse a ella serán sometidos a ansiedad e inseguridad, lo que puede afectar a la persona en sus relaciones sociales, puesto que los pensamientos como la impotencia y la incompetencia impiden el logro y el desarrollo académico.

Por otra parte, siendo la población estudiada un grupo de adolescentes, alumnas de educación secundaria de un colegio es importante poder identificar su contribución al conocimiento teórico, en tanto que permitirá determinar la posible existencia de la relación entre la procrastinación académica y sintomatología ansiosa en estudiantes del nivel secundario de un colegio de Lima Norte. Asimismo, ofrecer a los participantes de este estudio estrategias y charlas preventivas, como el desarrollo de actividades o hábitos de estudio que ayuden a reducir los niveles de ansiedad.

Finalmente, con los resultados de la investigación se plantea promover talleres dinámicos que promuevan el buen desenvolvimiento del escolar y, asimismo, brindar técnicas de relajación para disminuir los niveles de ansiedad en los estudiantes.

1.4. Objetivos de la investigación

1.4.1. Objetivo general:

Determinar la relación entre la procrastinación académica y sintomatología ansiosa en estudiantes del nivel secundario de un colegio de Lima Norte.

1.4.2. Objetivos específicos:

- Describir los niveles de procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario de un colegio de Lima Norte.
- Describir los niveles de sintomatología ansiosa en estudiantes del nivel secundario de un colegio de Lima Norte.
- Determinar la relación entre la procrastinación académica y los datos

sociodemográficos.

- Determinar la relación entre la sintomatología ansiosa y los datos sociodemográficos.

1.5. Hipótesis

Hipótesis general:

Existe relación entre la procrastinación académica y sintomatología ansiosa en estudiantes del nivel secundario de un colegio de Lima Norte.

Hipótesis nula

No existe relación entre la procrastinación académica y sintomatología ansiosa en estudiantes del nivel secundario de un colegio de Lima Norte.

Hipótesis alterna

Sí existe relación entre la procrastinación académica y sintomatología ansiosa en estudiantes del nivel secundario de un colegio de Lima Norte.

Hipótesis específicas:

Hipótesis nula

No existe relación entre la procrastinación académica y los datos sociodemográficos.

Hipótesis alterna

Sí existe relación entre la procrastinación académica y los datos sociodemográficos.

Hipótesis nula

No existe relación entre sintomatología ansiosa y los datos sociodemográficos.

Hipótesis alterna

Sí existe relación entre sintomatología ansiosa y los datos sociodemográficos.

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

A nivel internacional:

Altamirano & Rodríguez (2021) presentaron un estudio sobre: “La procrastinación académica y su relación con la ansiedad” que pretendía vincular estas dos variables psicológicas. El estudio se realizó mediante métodos cuantitativos, con un alcance descriptivo y transversal pertinente, con una muestra de 50 preprofesionales. Se aplicó la Escala de Procrastinación Académica de Busco (EPA) y la Escala de Calificación de Ansiedad de Hamilton. En ambas dimensiones de PA dominaron los promedios: 52 % para diferir actividades y 48 % para autorregulación académica. Asimismo, destaco el nivel de ansiedad leve (54 %), que difiere significativamente por sexo ($p=0,012$), teniendo las mujeres una mayor incidencia de ansiedad severa en comparación con los hombres. Las medias de ambas dimensiones de la procrastinación académica se correlacionaron por semestre, lo que indica una mayor postergación de las actividades de noveno grado, mientras que los participantes de primer año informaron una mejor autorregulación. La asociación entre el retraso en la actividad y la ansiedad fue estadísticamente significativa.

Asimismo, una investigación sobre: “El contexto familiar y su vinculación con el rendimiento académico” tuvo como propósito principal conocer la relación que tiene el contexto familiar con el desempeño académico de los alumnos, por lo cual se optó trabajar a través de un paradigma post positivista, un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental transeccional. A la información recabada se aplicaron estadísticos descriptivos e inferenciales que arrojaron los siguientes resultados: no existe asociación entre la variable nivel socioeconómico de la familia con el desempeño académico de los alumnos; el clima familiar y el estilo de crianza de los padres se asocian con el desempeño académico de sus hijos; también se encontró una correlación de .335 entre el apoyo escolar que brindan los padres de familia a los hijos con su desempeño académico, en lo referente al contexto familiar de los alumnos y su desempeño académico se obtuvo una correlación de .339. Se concluye que es indispensable implementar acciones en el Programa Escolar de Mejora Continua que atiendan a las problemáticas que se desprenden del clima familiar, además de establecer una comunicación eficaz con los padres de familia para que se logre una concientización y

compromiso en la formación, crianza y educación de sus hijos (Martínez, Guadalupe, Torres, & Ríos, 2020).

También, Moreta & Durán (2017) llevaron a cabo una investigación: “Relación entre la procrastinación académica y la autorregulación emocional en una muestra de estudiantes universitarios de Psicología” para determinar la relación existente entre Procrastinación Académica y la Autorregulación Emocional, en una muestra de estudiantes de la Escuela de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ambato. En cuanto a la naturaleza del estudio, fue un enfoque cuantitativo con alcance exploratorio, correlación descriptiva, diseño no experimental, transversal, en el cual participaron 290 estudiantes de psicología clínica y organizacional. Para ello, se utilizó la Hoja Ad Hoc sociodemográficas, escala de Procrastinación Académica (EPA), Procrastinación Académica (ATPS) y el cuestionario de Regulación Emocional (ERQ). Los resultados mostraron que el 58,3 % de los estudiantes procrastinaron moderado, el 61,0 % de los estudiantes mostró una procrastinación moderada en comparación con el 16,2 % de las personas presenta postergación académica. Además, el cuestionario Regulación Emocional (ERQ) mostró más supresión emocional. Ante ello, es claro que existe una baja correlación negativa entre las dos variables.

A su vez, un estudio sobre: “Procrastinación académica en el alumnado universitario no tradicional”, tuvo como objetivo analizar el nivel de procrastinación, el tipo de tareas que son procrastinadas y los motivos por los que procrastina el alumnado no tradicional comparándolos con los correspondientes al alumnado tradicional. Ambos, estudiaron una muestra de 479 estudiantes colombianos. En cuanto al análisis de datos, se utilizó el análisis factorial exploratorio, la prueba t para muestras independientes y d de Cohen. Para analizar los niveles de procrastinación y motivos para procrastinar, se utilizó instrumentos como la Procrastination Assessment Scale – Students (PASS). Se obtuvo que la tarea que con mayor frecuencia demora el alumnado no tradicional es la asistencia a reuniones, normalmente desarrolladas al margen del horario de clases (seminarios, tutorías), actividad que pospone siempre o casi siempre el 27,65 % de estudiantes no tradicionales. Ante la presentación de un trabajo final, el porcentaje de estudiantes no tradicionales que se demoran frecuentemente llega a ser más del doble que el porcentaje registrado para el resto de los estudiantes (Garzón-Umerenkova & Gil-Flores, 2017).

Navarro (2016) en la investigación: “Rendimiento académico: una mirada desde la procrastinación y la motivación intrínseca” tuvo como objetivo dar a conocer la variabilidad en el rendimiento académico debido a factores individuales como la procrastinación académica, la motivación intrínseca y variables de control. Para ello, se utilizó un diseño transversal exploratorio en el que se seleccionaron 129 estudiantes de psicología de la UPTC. Las herramientas utilizadas fueron la Escala de Procrastinación Generalizada de Tuckman y la Escala Motivacional Intrínseca. Los resultados mostraron que los factores de la carrera fueron los mejores predictores del rendimiento académico, seguidos de los semestres y la morosidad, y que los estudiantes se mostraron satisfechos con la carrera elegida y tuvieron un mejor rendimiento académico cuando sintieron que podían ejercer esta profesión.

Cardona (2015) en el estudio: “Relaciones entre procrastinación y estrés académicos en estudiantes universitarios”, tuvo como objetivo relacionar las variables de estrés y procrastinación académicos en estudiantes de la Universidad de Antioquia. Se realizó desde un enfoque empírico analítico no experimental de carácter transversal con niveles de correlación descriptivos. Los instrumentos utilizados son la Procrastination Assessment Scale Student (PASS) y el Inventario SISCO de estrés académico. La muestra estuvo conformada por 198 estudiantes de 17 a 34 años, 118 mujeres y 80 hombres, de la Universidad de Antioquia. Los estudiantes se dividieron en tres categorías según su campo de estudio: CMS Ciencias Médicas y de la Salud, CSH Ciencias Sociales y Humanidades y CEN Ciencias Exactas y Ciencias Naturales. En consecuencia, este estudio encontró correlaciones significativas entre los comportamientos de procrastinación y las respuestas fisiológicas, psicológicas y conductuales relacionadas con el estrés académico. También, se encontraron diferencias significativas para las siguientes variables: género, campo educativo, nivel de estudios y tiempo del semestre.

Finalmente, Pardo, Perilla, & Salinas (2014) en la investigación: “Procrastinación académica y ansiedad rasgo en estudiantes de psicología”, tuvieron como objetivo determinar la asociación entre la procrastinación académica y la ansiedad, y los efectos de varias variables sociodemográficas sobre la procrastinación académica. La muestra estuvo conformada por 100 estudiantes colombianos de 18 a 37 años, 73 mujeres y 27 hombres. La investigación consistió en un estudio transaccional, de tipo descriptivo correlacional, entre las variables de procrastinación académica y ansiedad. Los instrumentos utilizados también incluyeron la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario Autodescriptivo de Ansiedad (IDARE), adaptado por Oscar Álvarez

(2010). Descubrieron que la ansiedad y la procrastinación académica eran factores contribuyentes. Sin embargo, no se encontraron diferencias significativas entre hombres y mujeres, lo que sugiere que tanto hombres como mujeres exhiben niveles similares de comportamiento de procrastinación. Además, la procrastinación académica está asociada con la ansiedad, lo cual a más rasgos de personalidad ansiosos tenga, mayor será su riesgo de procrastinación y viceversa.

A nivel Nacional:

Ruiz (2018) en el estudio sobre: “La existencia de ansiedad y depresión en escolares mujeres del nivel secundario en dos colegios de Piura”, tuvo como objetivo determinar la relación de ambas variables psicológicas. Este estudio fue transversal, con análisis de datos primarios. La población es de aproximadamente 1200 estudiantes (720 pertenecientes a la institución educativa San José de Tarbes y 480 pertenecientes a la Institución educativa Nuestra Señora de Fátima), matriculados durante el año 2018, que cumplieron los criterios de inclusión y exclusión. La recolección de datos se da por un conjunto de fichas de recolección de datos y escala de Beck aplicadas a los estudiantes del nivel secundario de los colegios anteriormente mencionados. Los factores socioeducativos asociados a la ansiedad y depresión fueron la edad, el vivir solo con la mamá, el vivir solo con el papá y finalmente el vivir con otro tipo de familiares (abuelos, tíos, apoderados). Se concluyó que los estudiantes del nivel secundario de ambas instituciones tienen algún grado de ansiedad y depresión.

Maldonado & Zenteno (2018) presentaron una investigación: “La Procrastinación académica y ansiedad ante exámenes en estudiantes de universidades privadas de Lima Este”, con el objetivo de determinar si existe relación significativa entre procrastinación académica y ansiedad ante exámenes en estudiantes de dichas universidades privada. La investigación fue de naturaleza cuantitativo, de corte transversal y de tipo descriptivo. La muestra estuvo conformada por 313 estudiantes universitarios, con edades entre 16 y 36 años, matriculados en dos universidades privadas de Lima Este, y se les midió la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la Escala de Ansiedad ante los Exámenes (CAEX). En cuanto a los resultados, se encontró una asociación positiva significativa entre el grado de procrastinación académica y el miedo a los exámenes ($\rho = .128^*$, $p < .023$). Por lo tanto, se concluye que, si bien existe mucha procrastinación académica entre los estudiantes universitarios, también existe cierta ansiedad por los exámenes.

Barahona (2018) llevó a cabo una investigación: “Ansiedad frente a los Exámenes y la Procrastinación Académica en estudiantes adolescentes tardíos de una universidad privada de Lima” cuyo objetivo fue determinar la relación entre la ansiedad frente a los exámenes y la procrastinación académica. La muestra estuvo conformada por 259 adolescentes tardíos de sexo masculino y femenino entre 17 y 19 años que estudian primer ciclo de psicología en una universidad privada de Lima. El tipo de estudio de investigación es un estudio transversal de correlación. También se utilizaron el Inventario de Autoevaluación para Exámenes (IDASE) y la Escala de Procrastinación Académica Vasco (EPA) para medir las variables. Se realizó un análisis estadístico para confirmar la hipótesis. Los resultados del estudio concluyen que no existe una correlación entre ambas variables. Sin embargo, con más interferencia y más procrastinación, encontramos datos asociados a niveles comparativos de manera positiva entre la procrastinación y la ansiedad frente a los exámenes.

También, Ramos & Pedraza (2017) en el estudio: “Procrastinación Académica y Ansiedad En Estudiantes De Enfermería De Una Universidad Privada De Chiclayo” tuvieron como objetivo hallar la asociación entre procrastinación y ansiedad. Este estudio es de tipo descriptivo y correlacional, este estudio involucró a 150 adolescente de ambos sexos a los cuales se les aplicó la Escala de Procrastinación y la Escala de Problemas de Ansiedad ambas pruebas validadas. Se utilizaron las estadísticas de Pearson para el análisis de datos. Como resultado, encontramos una correlación altamente significativa con una puntuación de Pearson de 0,013 ($p < 0,05$) entre las variables primarias. Los resultados indicaron un 72,7% de niveles altos de procrastinación y un 17,30% de niveles altos de ansiedad relacionada con la motivación como un aspecto de la procrastinación.

Así mismo, Vásquez (2016) presentó una investigación: “Procrastinación y estrés académico en estudiantes de una institución educativa estatal” con la finalidad de determinar la relación existente entre la procrastinación y el estrés académico en los estudiantes de dicha institución. El tipo de estudio fue descriptivo-Correlacional, no experimental. La población de estudio estuvo conformada por 137 estudiantes de cuarto y quinto año de una institución educativa que cumple los criterios de inclusión y exclusión. Se utilizaron como instrumentos la Escala de Procrastinación del Adolescente (EPA) y el Inventario de Estrés Académico SISCO. Los resultados no encontraron asociaciones significativas entre ambas variables y concluyeron que no hubo asociaciones significativas entre las subescalas motivación, dependencia, baja

autoestima, desorganización organizacional y evitación de la responsabilidad y la variable estrés académico.

Gil & Serquén (2016) realizaron un estudio sobre: “Procrastinación y clima social escolar en estudiantes de secundaria de una institución educativa estatal” con el objetivo de comprender la relación entre los indicadores de procrastinación de estudiantes de secundaria y las dimensiones del clima social escolar. El tipo de estudio utilizado fue descriptivo-correlacional. Los sujetos estuvieron conformados por 192 estudiantes, alumnas y alumnos de tercer y cuarto grado de secundaria de instituciones educativas públicas del distrito de José Leonardo Ortiz, que cumplieron con los criterios de inclusión y a quienes se les aplicó la Escala de Procrastinación Adolescente (EPA).) de Arévalo y Cols (2011), el Clima Social en las Escuelas (CES) de R.H. Moos y E.J. Tricket fue estandarizado por Arévalo (2011); los resultados mostraron una asociación significativa entre la procrastinación y el clima social en las escuelas, indicando que a más desfavorable sea la percepción que tienen los estudiantes de su ambiente escolar, hay mayor probabilidad que pospusieran las cosas. De igual forma, existe significancia estadística entre los indicadores de procrastinación y la dimensión relación del clima social escolar.

El estudio de Charca & Taco (2016) “Autoeficacia y procrastinación académica entre estudiantes universitarios de Lima Metropolitana” tuvo como objetivo identificar factores individuales que inciden en la procrastinación académica de los estudiantes. La metodología de investigación es cuantitativa, de diseño no experimental y el tipo explicativo. La muestra se obtuvo por un procedimiento no probabilístico, incidental, evaluando a 348 estudiantes universitarios, siendo el 50,6% hombres, 49,4% mujeres, el 70,1% pertenecientes a universidades privadas y 29,9% a universidades nacionales según tipo de gestión. Las muestras fueron evaluadas mediante la Escala de Autoeficacia y la Escala de Procrastinación Académica. En cuanto a los resultados, se aceptaron los supuestos formulados ya que el coeficiente de correlación obtenido entre las dos variables estudiadas fue negativo (-.235) y significativo ($p < .000$), pero bajo.

Además, Gaeta & Cavazos (2016) realizaron un estudio: “Relación entre el tiempo de Aprendizaje de los estudiantes, autorregulación del aprendizaje y rendimiento académico estudiantes universitarios”, diseñado para evaluar el alcance del rendimiento académico relacionado con el tiempo invertido en el aprendizaje, el proceso de autorregulación del aprendizaje y el desempeño académico posterior. El estudio se realizó con muestras de 735 estudiantes universitarios (75% hombres y 25% mujeres)

Con una edad de 20 años. Los resultados muestran que el modelo propuesto explica en cierta medida que los estudiantes con puntajes promedio más altos dedicaron más tiempo a estudiar que también asociado con un aprendizaje autorregulado mejorado. Al igual que con la utilidad percibida y un mayor uso de estrategias de autorregulación, repercusión en el rendimiento académico posterior.

Vallejos (2015) propuso: "Procrastinación académica y ansiedad ante la evaluación en estudiantes universitarios", cuyo propósito es determinar la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad ante la evaluación. La muestra fue seleccionada por muestreo polietápico intencional y estuvo conformada por 130 estudiantes, 62 estudiantes de comunicación y 68 estudiantes de ingeniería, de 16 a 27 años, de una universidad privada de Lima. Se utilizó la Escala de Procrastinación Académica y la Escala de Respuesta a la Evaluación, ambos adaptados. A partir de estos resultados, se confirmó una correlación entre los motivos de procrastinación y los factores que evalúan las respuestas, especialmente los pensamientos negativos. Por otro lado, las mujeres obtuvieron altos promedios en el factor de síntomas fisiológicos de malestar; en cuanto a los varones, los resultados demostraron que obtuvieron mayor puntaje en la procrastinación de algunas actividades académicas. Finalmente, no se halló diferencia significativa en el puntaje total de razones para procrastinar según la facultad de estudios.

También, Durand & Cucho (2015) hicieron un estudio: "Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Lima Este, 2015" y tuvieron por finalidad determinar la relación existente entre procrastinación académica y ansiedad. El estudio fue de naturaleza no experimental, correlacional, y de corte transversal. La muestra se conformó por 306 estudiantes pertenecientes a una universidad privada de Lima, del cual, 164 eran mujeres y 142 eran hombres, a ellos se les aplicó la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI). Según el resultado global del coeficiente de análisis de correlación de Spearman arrojó que tanto la procrastinación académica y ansiedad guardan relación significativa ($\rho = -.069$ y $p = .437$). Por tanto, se concretó que, a postergación de actividades académicas que realizan, mayor ansiedad experimentan los estudiantes.

Por último, Yucra (2011) con el estudio: "Planificación del tiempo de estudio en estudiantes de la Escuela Profesional de Ciencias de la Comunicación Social de la Universidad Nacional del Altiplano", tuvo como objetivo identificar si los estudiantes planifican el tiempo de estudio universitario de manera formal y si la realización de las

prácticas preprofesionales altera dicha planificación. El estudio fue de naturaleza descriptivo. Estuvo conformada por los estudiantes de 8vo semestre de la escuela profesional de ciencias de la comunicación social y se realizó una encuesta para dicho estudio. Los resultados revelaron que la mayoría de los estudiantes no planifican su estudio de manera formal, destacándose una, ocasional y mental planificación. Por lo cual se concluye que gran parte de los estudiantes no planifican su estudio de manera formal, lo que indica que las prácticas preprofesionales influyen notablemente en el incumplimiento de las actividades académicas programadas.

2.2. Bases teóricas

Teorías de la Procrastinación Académica

Procrastinación

Es un comportamiento que afecta comúnmente en mayor o menor medida a la población de personas, el cual consiste en postergar aquellas tareas u actividades que deberían llevarse a cabo, pero que son reemplazadas por otras que no son tan importantes, pero que efectuarlas son placenteras. A partir de que se instauró el término de procrastinación, y aproximar el término hasta el siglo XVI, "Procrastinación" hace simplemente referencia a posponer de manera irracional; es decir, cuando las tareas se retrasan voluntariamente a pesar de la creencia de que tal retraso es perjudicial. Además, cuando uno procrastina se dice que está actuando en contra de lo que nos conviene, es por ello por lo que se toma como una conducta consciente (Bernardo, 2014).

Caballo (como se citó en Contreras-Pulache, 2011), menciona que los adolescentes que tienen el hábito de procrastinar posiblemente son más sociables, esto debido a emplear el tiempo de las actividades académicas en actividades sociales. La razón también puede ser que los escolares tienden a interpretar estas actividades como aburridas, por lo que la mayoría prefiere utilizarlas para el ocio, especialmente en actividades sociales. Del mismo modo, considera que esta tendencia va en aumento, ya que muchos de los estudiantes evitan el esfuerzo físico o mental, a pesar de que saben de qué es esencial en su formación personal (Valle Ramos, 2017).

Por su parte, Moreno (2019) define a la procrastinación como una conducta basada en la postergación progresiva de las actividades, debido a las sensaciones negativas que experimenta frente a lo que debe.

Procrastinación académica

Es un patrón de conducta caracterizado por la postergación consciente y voluntaria de actividades relacionadas con el ámbito académico, incluyendo tareas, estudio para exámenes, presentación de trabajos, etc., con una fecha límite determinada. Es por ello, que la procrastinación académica es vista como una limitación tanto de las habilidades como de las capacidades de los estudiantes, las cuales forman parte de su desarrollo de la persona (Quant & Sánchez, 2012).

Tipos de Procrastinadores

Muchos autores han hecho definiciones de procrastinadores. Entre ellos, consideramos el estudio de Ferrari et al (1995; citado en Mamani, 2017) según el cual existen tres tipos de procrastinadores:

- **Procrastinador tipo arousal:** Este tipo de procrastinador, hace referencia al individuo que busca obtener sensaciones placenteras al procrastinar; es decir, busca experimentar algo fuerte, obteniendo un alto grado de refuerzo positivo al realizar una tarea en tan poco tiempo.
- **Procrastinador tipo evitativo:** Refiere a la persona que no afronta la situación, evita enfrentarse a la tarea por el temor a fallar o fracasar. Se evidencia el miedo a tener que enfrentarse a las propias limitaciones.
- **Procrastinador tipo decisional:** En este tipo de procrastinador la persona pospone su decisión de comenzar la tarea. Las características que se alinean a este tipo de personalidad son el miedo al riesgo, baja responsabilidad, ansiedad, bajas habilidades interpersonales e incertidumbre sobre la calidad del propio desempeño.

Dimensiones de la procrastinación:

- Postergación académica

Consiste en aplazar la ejecución de una tarea con el fin de darle prioridad a otra más productiva en ese momento, lo cual no constituye un problema para la persona (Ferrari, Johnson, & McCown, 1995).

Asimismo, la postergación es un hábito negativo que influye en los estudiantes de manera que tengan un desempeño inadecuado y no alcancen sus metas, puesto que es el componente principal de la procrastinación académica (Natividad, 2014).

- Autorregulación académica

La autorregulación es una conducta estratégica de aprendizaje, considerada un mecanismo intrapsicológico, reflejado en conductas y actividades de pensamiento destinados a gestionar los propios recursos personales, a fin de conseguir un objetivo

de aprendizaje (Pozo, Monereo, & Castelló, 2001).

Enfoque cognitivo-conductual

La visión cognitiva-conductual enfatiza que la procrastinación está en relación con un concepto distorsionado en la finalización de una tarea; puesto que son pensamientos irracionales presentes en los sujetos que generan en ellos una asociación entre la valía de sí mismos y el rendimiento que consiguen a nivel académico, lo cual se debe al mantenimiento de creencias irracionales referidas al hecho que implica terminar una tarea de manera adecuada, ya que se suele plantear metas demasiado altas y poco realistas o presentan inseguridad relacionada con un temor al fracaso, que en muchas ocasiones llevan al incumplimiento de sus metas, asociado a un malestar emocional y es motivo por el cual, para evitar dicho malestar, las personas retrasan el inicio de sus actividades o aplazan la finalización de las mismas (Ellis & Knaus, 1977).

Así mismo, esta perspectiva asume que la procrastinación resulta de una distorsión del proceso de autorregulación que se cree que facilita la activación y el mantenimiento de pensamientos, conductas y emociones dirigidas hacia las consecuencias de las metas personales. Ese enfoque, en comparación con el modelo conductual, no cubre toda la explicación y predicción de las diferencias individuales en los procrastinadores, porque la historia previa de refuerzo no es el único factor determinante, como se ha demostrado en personas sin procrastinación previa. Sin embargo, cabe mencionar que aquellas personas podrían tener en su historial previo otro tipo de conductas más variadas como conductas evitativas o de perfeccionismo y el mismo arraigamiento de las creencias asociadas a dichas conductas, las cuales frente a una situación futura puedan activar o predisponer la aparición de la procrastinación y es así que se hace necesario recurrir a modelos que busquen determinar aquellos factores individuales que originan la conducta de procrastinación (Steel, 2007).

Por ello, se considera que el modelo cognitivo-conductual enfatiza el papel mediador de las creencias relacionadas con el desempeño de los individuos y las actividades que realizan. Ellis (1999) menciona que: “la presencia de creencias falsas e irracionales constituyen el aprendizaje directo en el individuo, adquirido por la familia, la sociedad y las instituciones”. Las cuales proviene desde la infancia en la transmisión de demandas relacionadas al logro y al perfeccionismo interpretando el fracaso como algo “terrible” o el esfuerzo como un “problema” (Toker & Avci, 2015).

En consecuencia, cuando estas cogniciones son disfuncionales llevan a la conducta procrastinadora a que el individuo reaccione de manera contraproducente, principalmente por una baja tolerancia a la frustración, dejando actividades importantes como las tareas de la escuela; por tanto, este enfoque resalta el rol del componente cognitivo en la generación de conductas y emociones desadaptativas (Natividad, 2014).

Enfoque conductual

Skinner (1979), sostiene que la procrastinación viene ser una conducta de escape o evitación que se ha condicionado en el tiempo por ser repetida y permanece por sus efectos de recompensa que hace al sujeto ejercer tareas que impliquen satisfacción a corto plazo; a consecuencia de ello, los estudiantes dejan de realizar sus actividades escolares porque implica un logro a largo plazo y a su vez este comportamiento postergado es reforzado por premios implícitamente obtenido en breve tiempo (Ferrari, Johnson, & McCown, 1995).

Además, este modelo confirma que la procrastinación conduce al abandono de actividades poco atractivas para un después; pues las experiencias previas de un individuo se aprenden desde la primera infancia, se condicionan para posponer las actividades a cambio de recompensas a corto plazo y se refuerzan con el tiempo, lo que retrasa los esfuerzos de desarrollo de tareas. Por ello, los procrastinadores son aquellos sujetos que han aprendido a posponer una actividad que requiera de tiempo, por otra que implique un desarrollo rápido con premios inmediatos (Carranza & Ramírez, 2013).

Enfoque cognitivo

Esta teoría menciona que los procrastinadores tienen un procesamiento de información disfuncional y que constantemente reflexionan sobre su comportamiento de aplazar actividades, por lo que presentan estructuras desadaptativas en su pensamiento, el cual tiene una implicancia negativa de imposibilidad y temor al rechazo social al momento de realizar una tarea (Wolters, 2003). Así mismo, Stainton, Clarry, & Gordon (2000) mencionan que los sujetos que procrastinan presentan un pensamiento obsesivo cuando no cumplen sus metas, manifestando un pésimo desarrollo de sus actividades, pues tienen dificultad para proyectar y organizar su tiempo, por lo que fracasan constantemente.

Ellis (1999), en su teoría de la terapia racional emotiva, propuso el modelo ABC como complemento a la investigación sobre la procrastinación. Su base principal es la

interpretación de situaciones y creencias que ha desarrollado sobre sí mismo, los demás y el mundo en general. En el modelo ABC, A representa un evento activo real o imaginario, B representa una interpretación o creencia sobre ese evento y C representa el resultado.

Teorías de la ansiedad:

Teoría cognitivo conductual Bowers (1973)

Este enfoque se relaciona con Bowers, quien afirma que cuando una persona experimenta ansiedad, se produce en él una interacción entre los rasgos personales de esa persona y las circunstancias situacionales que se presentan. A través de esta interacción se utilizarán variables cognitivas como pensamientos, creencias e ideas, entre otras, para ejecutar procesos en la persona. así como factores contextuales como los estímulos que activan la emisión de la conducta a través de la discriminación. Debido a que la ansiedad puede ser el resultado de una variedad de causas y, por lo tanto, se reconoce como una variable multidimensional, la ansiedad no solo se reconoce como un rasgo de personalidad. A partir de ahí, se desarrolla la teoría interactiva multidimensional, que sustentará la congruencia entre el rasgo de personalidad y la situación de peligro, de manera que cuando interactúan, ambos provocan el estado de ansiedad.

Es así, que la ansiedad se va a definir como una respuesta emocional que, al mismo tiempo se va a dividir en tres tipos de respuestas, en el que se van a incluir aspectos cognitivos, fisiológicos y motores, debido a la posible influencia de estímulos internos y externos; asimismo, el tipo de estímulo que genera la respuesta de ansiedad se podría observar a través de las características que cada individuo manifieste (Endler & Magnusson, 1977).

Teoría cognitiva Beck (1997)

La contribución de la teoría cognitiva de Beck se ha concentrado en desafiar el modelo de estímulo-respuesta, que se había utilizado para definir la ansiedad. Esto se debe a que en los procesos cognitivos se da el reconocimiento de una señal aversiva y, junto con ella, una respuesta de ansiedad que lleva a cabo el individuo. En otras palabras, antes de evaluar y clasificar una situación, el perceptor primero considera sus discrepancias. La persona experimentará una reacción de ansiedad si es peligrosa o aversiva, que será refrenada por otros procesos cognitivos. También experimentarán

ansiedad cuando se enfrenten a situaciones similares o no relacionadas en el futuro. La ansiedad está presente y al mismo nivel. Este enfoque cognitivo se puede percibir a través de pensamientos, ideas, creencias e imágenes que provocan ansiedad porque giran en torno a cualquier situación que pueda ser amenazante o el miedo a una posible pérdida.

Teoría conductual

La ansiedad para la teoría conductual puede actuar como una fuerza motivacional que involucra la capacidad de un sujeto para reaccionar ante un estímulo. Las teorías del aprendizaje lo relacionan con una infinidad de estímulos emocionales, tanto condicionados como incondicionados. Cabe señalar que, según la teoría conductual, la ansiedad resultará de una relación funcional proporcionada por un reforzador previamente encontrado. Como resultado, el entorno en el que se va a aprender la conducta lo proporcionan las percepciones de la persona, quien luego imitará la conducta observada para aprender a manejar su ansiedad entendiendo la respuesta conductual de lucha o huida (Hull, 1943).

Por lo tanto, el conductismo se basa en la idea de que los comportamientos aprendidos se adoptan y se mantendrán en el futuro y que están vinculados a estímulos positivos o negativos en algún momento de la vida. Según esta teoría conductual, la ansiedad es el resultado de un proceso condicionado en el que los sujetos que la experimentan han aprendido de manera errónea a asociar estímulos neutros con hechos inicialmente percibidos como traumáticos y por tanto amenazantes; en consecuencia, cada vez que se produce el contacto con estos estímulos, se desencadena la agonía, que se asocia a la amenaza. De igual importancia, la teoría del aprendizaje social hace hincapié en que la ansiedad no sólo se puede a través de la experiencia o de acontecimientos traumáticos, sino a través del aprendizaje observacional de las personas significativas (Díaz, 2019).

La ansiedad para Skinner (1979), es un comportamiento que sólo puede manifestarse cuando un estímulo icitante se antepone de manera privada a un estímulo aversivo, con tiempo determinado para observar si se realizó algún cambio en la conducta, es por ello por lo que se considera como el temor a un acontecimiento considerado como amenazador.

CAPÍTULO III. MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación

El estudio es de tipo correlacional, ya que mide la relación estadística entre dos variables. El diseño de la investigación es no experimental de corte transversal, ya que no existe intervención directa en la muestra, ni en las variables de estudio y la recolección de datos se realizó en un momento determinado y los resultados provienen del mismo (Hernández, Fernández, & Baptista, 2003).

3.2. Población y muestra

La población es la totalidad de estudiantes de sexo femenino, entre 15 a 17 años del turno mañana y tarde, que cursan el 5to grado de educación secundaria y que pertenezcan a la Institución Educativa N°41 "Presentación de María". Se accedió a toda la población estudiantil (Censo).

3.2.1. Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión:

- Adolescentes del 5to año de secundaria.
- De sexo femenino.
- De 15 a 17 años.
- Adolescentes que presentaron el consentimiento informado.
- Que hayan aceptado su participación verbalmente.

Criterios de exclusión:

- No haber completado todos los ítems.
- No estar presentes el día de la evaluación.
- Padecer déficit de aprendizaje o incapacidad funcional que incapacite la comprensión y llenado de la prueba.

3.3. Variables

3.3.1. Definición conceptual y operacionalización de variables

V1. Procrastinación académica

- **Definición conceptual:**

La procrastinación, así pues, es entendida como una demora en el inicio y/o finalización de una tarea o actividad que se tenía la intención de realizar, y que suele acompañarse de malestar, ansiedad y/o preocupación (Diaz, 2019).

Dimensiones de la procrastinación:

- **Postergación académica**

Consiste en aplazar la ejecución de una tarea, con el fin de darle prioridad a otra más productiva en ese momento, lo cual no constituye un problema para la persona (Ferrari, Johnson, & McCown, 1995).

Natividad (2014) menciona que la postergación es un hábito negativo que influye en que los estudiantes tengan un desempeño inadecuado y no alcancen sus metas, puesto que es el componente principal de la procrastinación académica.

- **Autorregulación académica**

La autorregulación es una conducta estratégica de aprendizaje que implica administrar los propios recursos para lograr un objetivo de aprendizaje. Se cree que es un mecanismo intrapsicológico. Esta dimensión mide el grado en que los estudiantes manejan y controlan sus emociones, motivaciones y comportamientos (Pozo, Monereo, & Castelló, 2001).

- **Definición operacional:**

Variable categórica politómica ordinal categorizada en:

Bajo (0 - 20)

Moderado (21- 40)

Alto (41- 60)

Será medida mediante “la escala de Procrastinación académica” (Anexo 5).

V2. Sintomatología ansiosa

La ansiedad es asumida como una respuesta adaptativa que suele aparecer ante diversas situaciones que impliquen para el individuo la percepción de un posible riesgo o la exposición a daños eventuales (Sierra, Ortega, & Zubeidat, 2003).

- **Definición operacional:**

Variable cualitativa politómica ordinal categorizada en:

Mínima (0–7)

Leve (8–15)

Moderado (16-25)

Severa (26-63)

Será medida mediante “Inventario de Ansiedad de Beck” (Anexo 6).

Variables sociodemográficas:

Edad:

- **Definición teórica:**

Tiempo en que ha vivido una persona (Zabala & Arnau, 2008).

- **Definición operacional:**

Variable cuantitativa discreta con una escala de medición de razón. Las respuestas se obtendrán en la ficha sociodemográfica.

Serán obtenidas mediante la ficha sociodemográfica (Anexo 4).

Tipo de familia:

- **Definición teórica:**

Grupo de personas vinculadas por relaciones de matrimonio, parentesco, convivencia o afinidad (RAE).

(McGoldrick & Gerson, 1987); tipifican las familias de la siguiente manera:

- **Familia nuclear intacta:** Esta estructura lo conforman cónyuges casados por primera vez con sus hijos biológicos.
- **Familia de un solo padre:** Es aquella conformada por uno de los padres quien educa a los hijos, ya sea por muerte de uno de los padres, divorcio o separación.
- **Familia con tres generaciones:** Está conformado por el/los padres que viven con él/los abuelos.

- **Definición operacional:**

Variable cualitativa, politómica, nominal, que refiere a la familia nuclear intacta, de un solo padre o de tres generaciones.

Serán obtenidas mediante la ficha sociodemográfica (Anexo 4).

Situación laboral:

- **Definición teórica:**

Situación en la que una persona desempeña efectivamente el puesto que le corresponde (RAE).

- **Definición operacional:**

Variable cualitativa, dicotómica, nominal, esto refiere a si la persona trabaja o no trabaja.

Serán obtenidas mediante la ficha sociodemográfica (Anexo 4).

Tiempo que dedica al estudio:

- **Definición teórica:**

Es ejercitar el entendimiento para alcanzar o comprender algo (RAE, 2019).

- **Definición operacional:**

Variable cualitativa politómica, ordinal, que comprende desde 1h, 2h y 3h a más.

Serán obtenidas mediante la ficha sociodemográfica (Anexo 4).

3.4. Plan de recolección de datos e instrumentos

3.4. 1 Plan de Recolección de datos

Para la recolección de información en el estudio se utilizó como instrumentos la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario de Ansiedad de Beck (Beck Anxiety Inventory-BAI), que están asociadas a las variables ya mencionadas para la recolección de datos se siguió la siguiente metodología.

- ❖ En primer lugar, se elaboró el formulario virtual con las pruebas más la ficha sociodemográfica.
- ❖ Después, se envió de manera virtual un correo electrónico al área de secretaría de la Institución Educativa “Presentación de María” el cual contenía un documento con la solicitud del permiso para la aplicación de las pruebas psicológicas.

- ❖ Posteriormente, se solicitó, con fines de investigación, la lista de estudiantes de 5to año de educación secundaria de edades que oscilan entre 15 y 17 años.
- ❖ Una vez obtenidos los permisos aceptados, se procedió a la aplicación de las pruebas seleccionadas de manera virtual, así como la ficha sociodemográfica.

A continuación, se pasará a describir el proceso de recojo de información:

1. Se procedió a la evaluación remota de las estudiantes de la Institución Educativa N°41 “Presentación de María”, que están cursando el 5to año de educación secundaria de edades que oscilan entre 15 y 17 años, empezando con completar el formulario drive que contiene la ficha sociodemográfica y los cuestionarios: Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario de Ansiedad de Beck, con una duración de 20 minutos aproximadamente, las cuales se realizaron en una semana.
2. Para el proceso de evaluación se contó con las autoras del estudio y profesores de la institución.
3. Posteriormente, se descargó el formulario Drive con toda la información recaudada.
4. Por último, se realizó de manera manual la corrección de las pruebas evaluadas. Asimismo, se elaboró la base de datos, la cual se realiza por medio del programa Excel.

3.4.2 Instrumentos:

3.4.2.1 Escala de Procrastinación Académica (EPA)

Ficha Técnica

Nombre: Escala de Procrastinación Académica (EPA).

Autores: Busko, 1998, adaptación: Álvarez, 2010.

Tipo de instrumento: Cuestionario.

Objetivos: Evalúa el nivel de la procrastinación académica en estudiantes.

Población: Población general (adultos y adolescentes).

Número de ítems: 16 ítems.

Descripción: Se puede aplicar de manera individual o colectiva. El tiempo medio para completar el cuestionario es de entre 8 y 12 minutos, y el tiempo medio para completar el objetivo de la prueba es inferior a 17 minutos. Sus 16 ítems cerrados permiten una evaluación fiable de la tendencia a la procrastinación en entornos académicos.

Criterios de calidad: Consistencia interna: 0.90-0.93 (subescala Estado) 0.84-0.87 (subescala Rasgo).

Fiabilidad: Debido a que el instrumento tiene una escala politómica, la confiabilidad se determinó mediante el estadístico alfa de Cronbach. Se obtuvo un índice de 0,80, demostrando alta confiabilidad.

Validez: Se obtuvo una validez de constructo, mediante un análisis factorial exploratorio donde el índice de Kaiser – Meyer – Olkin alcanza un valor de 0,80, lo cual indica que las variables poseen un adecuado potencial explicativo (Álvarez, 2010).

Corrección e interpretación: La puntuación para cada escala puede oscilar de 0-60, indicando las puntuaciones más altas, mayores niveles de procrastinación (Álvarez, 2010).

3.4.2.2 Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)

Ficha Técnica

Nombre: Inventario de Ansiedad de Beck.

Autores: Beck y Steer (1988), adaptado por: Palomino, 2019.

Tipo de instrumento: Cuestionario.

Objetivos: Estimar la frecuencia de los síntomas de ansiedad.

Población: Población general (adultos y adolescentes).

Número de ítems: 21 ítems.

Descripción: La forma de aplicación puede ser individual o colectiva. Por lo general, toma de 5 a 10 minutos completar la encuesta.

Criterios de calidad: Consistencia interna: 0,907 lo que indica que el instrumento presenta consistencia interna en cuanto al puntaje obtenido en los estudiantes de secundaria.

Fiabilidad: El instrumento demostró poseer una elevada consistencia interna, con un valor de alfa de Cronbach es de 0.931; por lo tanto, el instrumento posee una excelente confiabilidad.

Validez: Se obtuvo una validez de contenido, mediante el coeficiente de Aiken, lo cual alcanzó un valor de 1,00; indicando que el instrumento posee una excelente validez (Álvarez, 2010).

Corrección e interpretación: Cada ítem se valora de 0 a 3 puntos en función de la respuesta dada por la persona evaluada y, tras sumar directamente la puntuación de cada ítem, se obtiene una puntuación total cuyo rango es de 0 a 63 (Álvarez, 2010).

3.5. Plan de análisis e interpretación de la información

Se usó el paquete estadístico Stata 14, el cual sirvió para la realización del análisis descriptivo de las variables categóricas mediante frecuencias y porcentajes. Para las variables numéricas se usó la media aritmética y desviación estándar.

Para el análisis inferencial se utilizó la prueba de Chi cuadrado y ANOVA. Se consideró una significancia estadística menor o igual a 0.05.

3.6. Ventajas y limitaciones

Ventajas:

- El enfoque de estudio empleado para la investigación.
- Emplear un Censo, proporcionando información detallada de toda la población del 5to de secundaria de ambos turnos.
- Los resultados a corto tiempo.
- El costo requerido para el estudio.

Limitaciones:

- Como la prueba utilizada era de autoevaluación, se ha considerado que el procedimiento podría estar influenciado por la deseabilidad social expresada por los estudiantes al realizar la prueba. Por tanto, los datos facilitados pueden estar sesgados en función de la deseabilidad social, estado mental, etc. Sin embargo, se les indicó que toda la información proporcionada era estrictamente confidencial.
- Dado que este es un estudio de correlacional, tiene limitaciones para probar las relaciones causales entre las variables.
- Como se trata de un estudio transversal, los resultados son relevantes para la situación actual y no pueden predecirse ni generalizarse.
- El contexto de la aplicación de las pruebas psicológicas, ya que se tuvo que modificar la modalidad de aplicación de presencial a virtual a causa de la COVID-19.
- Las pocas variables sociodemográficas consideradas dentro del estudio.

3.7. Aspectos éticos

Se tomaron en cuenta los siguientes aspectos éticos:

- **Valor social:** El presente estudio logró los objetivos planteados al identificar la asociación entre la procrastinación académica y la ansiedad en estudiantes de la institución educativa “Presentación de María”. Los mismos datos que pueden ser utilizados como base para implementar diversos programas que ayuden a mejorar tanto el comportamiento de los estudiantes como la calidad educativa de las instituciones.
- **Validez científica:** Asimismo, encontramos que el método de investigación elegido fue el más conveniente para estudiar las realidades problemáticas abordadas en este estudio, y que las pruebas utilizadas fueron validadas en el Perú y esto asegura que existen precedentes aplicados en otras ciudades del país.
- **Selección equitativa de sujetos:** Las evaluadas que fueron encuestadas han sido seleccionadas por el grado académico en que se encuentran, cumpliendo como requisito ser alumnas de la Institución Educativa “Presentación de María”, que cursan el 5to año de educación secundaria.
- **Consentimiento informado y respeto a los estudiantes encuestados:** Antes de la prueba, se informó a todos los estudiantes sobre la consistencia del equipo antes de usarlo sin obligar a nadie a participar. Además, nos gustaría señalar que sus datos de identificación serán tratados de forma confidencial y que los datos fueron recopilados y procesados únicamente por el autor de este trabajo.

3.8. Aspectos administrativos

Para el proceso de desarrollo de la presente investigación se utilizó recursos humanos como: el investigador y asesor metodológico; además de ello, se hizo uso de materiales como: computadora, USB, impresión y hojas Bond.

Asimismo, es necesario incluir en aspectos administrativos a los servicios que fueron necesarios durante todo el proceso de ejecución de la investigación, como: servicio de iluminación y servicio de Internet. Cabe señalar que la presente investigación fue financiada en su totalidad por el investigador.

Recursos humanos				
Cantidad	Material	Unidad de medida	Precio unidad	Total
10	Asesorías	Meses	S/ 35.00	S/ 350.00
Total				S/ 350.00

Recursos materiales				
Cantidad	Material	Unidad de medida	Precio unidad	Total
10	impresión	Unidad	S/ 0.50	S/ 5.00
02	Internet	Unidad	S/ 85.00	S/170 .00
01	usb	Unidad	S/ 25.00	S/ 25.00
Total				S/ 200.00

3.9. Cronograma de actividades

Actividad	Año 2021 - 2023											
	E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
1. Conseguir asesor de tesis					x							
2. Realización del proyecto						x						
3. Presentación del proyecto							x					
4. Aprobación del proyecto										x		
5. Permiso de la institución										x		
6. Ejecución del proyecto											x	
7. Análisis de datos						x						
8. Redacción final de investigación					x							

CAPÍTULO IV. RESULTADOS

En la tabla 1, se apreció a 150 estudiantes de la I.E. “Presentación de María”, cuya edad promedio fue de 15.96 años y el 62.67 % provenía de una familia nuclear intacta. Por otro lado, el 98 % no trabaja y el 60.67 % dedica un tiempo de estudio de tres horas a más. En cuanto a la variable procrastinación académica, un 80 % evidenció un nivel alto, Asimismo con relación a sus dimensiones, el 62% presentó una alta autorregulación académica, mientras que el 43.33 % presentó baja postergación de actividades. Asimismo, para la variable sintomatología ansiosa, el 31.33% evidenció un nivel leve.

Tabla 1. Descripción de los factores sociodemográficos y las variables

	n	%
Edad (m ± DS)	15.96 ±	.79
Tipo de familia		
Familia nuclear intacta	94	62.67
Familia de un solo padre	27	18.00
Familia con tres generaciones	29	19.33
Situación laboral		
No trabaja	147	98.00
Trabaja	3	2.00
Tiempo de estudio		
Una hora	23	15.33
Dos Horas	36	24.00
Tres horas a más	91	60.67
Autorregulación académica		
Bajo	2	1.33
Moderado	55	36.67
Alto	93	62.00
Postergación de actividades		
Bajo	65	43.33

Moderado	46	30.67
Alto	39	26.00
Procrastinación Académica		
Moderado	30	20.00
Alto	120	80.00
Sintomatología Ansiosa		
Mínimo	31	20.67
Leve	47	31.33
Moderada	33	22.00
Severo	39	26.00

En la tabla 2, se halló correlación significativa entre postergación de actividades y tipo de familia ($p=0.04$) siendo el 47 % proveniente de una familia nuclear intacta, quienes presentaron un bajo nivel de postergación académica. Por otro lado, se encontró como resultado significativo la postergación de actividades y tiempo de estudio ($p=0.01$) siendo el 44 % de las evaluadas quienes dedican un tiempo de estudio de tres horas a más que las que presentaron un nivel bajo de postergación de actividades. Asimismo, se demostró que existe correlación entre el tiempo de estudio y la autorregulación académica ($p=0.00$) dado que 70 % de los que estudian de tres horas a más presentaron un alto nivel de autorregulación académica. Además, se halló asociación relevante entre el tiempo de estudio y la procrastinación académica ($p=0.02$) donde un 79 % de las estudiantes que dedican un tiempo de estudio de tres horas a más, presentaron un alto grado de procrastinación. Finalmente, no se encontró relación significativa entre procrastinación académica y sintomatología ansiosa ($p=0.65$), los demás resultados lo pueden visualizar en la (tabla 2).

Tabla 2. Asociación entre la procrastinación académica, sintomatología ansiosa y los factores sociodemográficos.

Procrastinación Académica

	Autorregulación Académica				Postergación de actividades				Procrastinación Académica		
	Bajo n %	Moderado n %	Alto n %	P	Bajo n %	Moderado n %	Alto n %	P	Moderado n %	Alto n %	P
Edad (m/DS)	16/0	15.9/.63	15.9/.60	0.98	15.9/.59	15.93/.61	15.87/.64	0.73	15.93/.52	15.93/.63	0.39
Tipo de familia				0.47				0.04			0.43
Familia nuclear intacta	0 10.00	34 36.17	60 53.83		47 50.00	22 23.40	25 26.60		16 17.02	78 82.98	
Familia con un solo padre	1 3.70	10 37.04	16 59.26		6 22.22	14 51.85	7 25.93		6 22.22	21 72.41	
Familia con tres generaciones	1 13.45	11 37.93	17 58.62		11 37.93	10 34.48	8 27.59		8 27.59	21 72.41	
Situación Laboral				0.97				0.49			0.56
No trabaja	2 1.36	54 36.73	91 61.90		62 42.18	46 31.29	39 26.53		29 19.73	18 80.27	
Trabaja	0 0.00	1 33.33	2 66.67		2 42.67	0 0.00	1 33.33		1 33.33	2 66.67	
Tiempo de Estudio				0.00				0.01			0.02
Una hora	1 4.35	13 56.52	9 39.13		5 21.74	10 43.48	8 34.78		8 34.78	15 65.22	
Dos horas	1 2.78	21 58.33	14 38.89		15 41.67	6 16.67	15 41.67		10 27.78	26 72.22	
Tres horas a más	0 0.00	21 23.08	70 76.92		44 48.35	30 32.97	17 18.88		12 13.19	79 86.81	
Sintomatología Ansiosa				0.71				0.11			0.65
Mínimo	0 0.00	12 38.71	19 61.29		18 58.06	7 22.58	6 19.35		8 25.81	23 74.19	
Leve	1 2.13	17 36.17	29 61.70		19 40.43	14 29.79	14 29.79		8 17.02	39 82.98	
Moderado	1 3.03	9 27.27	23 69.70		11 33.33	16 48.48	6 18.18		5 15.15	28 84.85	
Severo		17 43.59	22 56.41		6 41.03	9 23.08	14 35.90		9 23.08	30 76.92	

En la tabla 3, no se encontraron resultados significativos (visualizar la tabla 3).

Tabla 3. Asociación entre la sintomatología ansiosa y los factores sociodemográficos.

	Sintomatología Ansiosa				P
	En absoluto n %	Leve n %	Moderado n %	Grave n %	
Edad (m/Ds)	15.9/1.30	15.9/.53	15.9/.72	15.9/.60	0.60
Tipo de Familia					0.17
Familia nuclear intacta	24 77.42	31 65.96	16 48.48	23 58.97	
Familia con un solo padre	2 6.45	9 19.15	10 30.30	6 15.38	
Familia con tres generaciones	5 16.13	7 14.89	7 21.21	10 25.64	
Situación Laboral					0.18
No trabaja	29 93.55	47 100.00	33 100.00	38 97.44	
Trabaja	2 6.45	0 0.00	0 0.00	1 2.56	
Tiempo de estudio					0.73
Una hora	6 19.35	9 19.15	3 9.09	5 12.82	
Dos horas	8 25.81	12 25.53	6 18.18	10 25.64	
Tres horas a más	17 54.84	26 55.32	24 72.73	24 61.54	

CAPÍTULO V DISCUSIÓN

5.1 Discusión

Los resultados demostraron que no existe relación entre la procrastinación académica y la sintomatología ansiosa. Asimismo, se encontró que la postergación de actividades guarda relación con el tipo de familia. De igual forma, existe una correlación entre la procrastinación académica y las horas de estudio. Además, se halló asociación entre postergación de actividades y tiempo de estudio. De igual importancia, se obtuvo que la autorregulación académica mantiene relación con el tiempo de estudio. También, se evidenció niveles de procrastinación académica y sintomatología ansiosa.

Se demostró que no existe relación entre la procrastinación académica y sintomatología ansiosa. Este hallazgo se relaciona con el estudio realizado por Botello & Gil (2017), quienes encontraron una diferencia significativa entre la procrastinación académica y la ansiedad, ya que los estudiantes que participaron en el estudio exhibieron niveles razonables de autorregulación académica afirmando que no se encontró asociación. Por lo cual se puede inferir que este resultado podría estar relacionado con el grado de autorregulación que poseen las estudiantes, puesto que este proceso permite al estudiante ser capaz de regular eficientemente su proceso de aprendizaje mediante la fijación de metas y la planificación del tiempo, partiendo del autoconocimiento de las capacidades propias (Altamirano & Rodríguez, 2021). Asimismo, podría estar asociado al nivel de exigencia académica en la cual se encuentran las estudiantes, ya que la demanda de aprendizaje recibido en un colegio no es similar a una universidad, puesto que la problemática de la procrastinación académica se evidencia con mayor porcentaje en los jóvenes universitarios por el nivel de exigencia que presenta el grado académico (Ruiz & Cuzcano, 2017).

Por otro lado, las estudiantes que provienen de una familia nuclear intacta evidenciaron un nivel bajo de postergación de actividades. Este hallazgo es corroborado por Martínez, Guadalupe, Torres, & Ríos (2020) quienes mencionan que la mayoría de sus evaluados se desenvuelven en familias nucleares, los cuales desarrollan un mayor éxito escolar, pues las primeras pautas de comportamiento, valores e ideales son adquiridas por su entorno familiar. Por ello, se infiere que posiblemente este resultado se asocia con el apoyo y la supervisión que reciben las estudiantes por parte de sus padres, ya que quizás cuentan con las figuras paternas presentes en el hogar; supervisando el comportamiento y las acciones que realiza la menor evitando así que postergue sus tareas académicas. Además, este resultado podría estar relacionado con el soporte

emocional que desarrolla este tipo de familia, pues la familia nuclear casi en su mayoría suele generar mayor seguridad, confianza en sí mismo y promueve la autonomía (Rodríguez, 2010). Lo cual podría suponer que las estudiantes que provienen de una familia nuclear posiblemente poseen un mayor grado de confianza y desenvolvimiento ante la demanda de tareas escolares, ya que se les es más práctico poder desarrollar habilidades o técnicas de estudio para no postergar sus actividades.

De igual importancia, se halló la asociación entre tiempo de estudio y procrastinación académica. Este hallazgo se asemeja al estudio realizado por Charca & Taco (2016), donde menciona que los evaluados ante el desarrollo de sus actividades académicas primero se distraen y luego terminan con la actividad académica, ya que la procrastinación no solo está relacionado con el hábito de estudio, sino también por la motivación intrínseca presente en el estudiante la cual se expresa en una acción voluntaria en realizar otras actividades diferentes a la tarea, aplazando así sus actividades académicas (Charca & Taco, 2016). Por ello, se infiere que este resultado podría estar asociado a una desmotivación en las estudiantes, ya que posiblemente esté presente un sentimiento de rechazo, aversión a la tarea o que no cuente con buenas calificaciones en los cursos a pesar de dedicarle más tiempo a los estudios, lo cual quizás sólo se realiza la actividad por aprobar más no por aprender lo que podría repercutir de manera desfavorable en el desempeño académico (Dominguez, Guerrero, G., & Gabriel, 2015).

De la misma forma, se encontró asociación entre tiempo de estudio y postergación de actividades. Este hallazgo se asemeja al estudio realizado por Yucra (2011), quien menciona que el proceso de estudiar es facilitado por una adecuada planificación de tiempo de estudio que responda a las necesidades particulares necesarias para el estudiante. Por ello, se infiere que este resultado podría estar asociado con los hábitos de estudio que emplean las estudiantes ante la demanda de las tareas académicas, puesto que quizás al dedicar mayor tiempo de estudio favorece a que las estudiantes logren cumplir con anticipación el desarrollo de sus tareas académicas para no posponerlo.

Se evidenció relación entre el tiempo de estudio y la autorregulación académica. Este resultado se asemeja al estudio realizado por Gaeta & Cavazos (2016) quienes mencionan que la autorregulación académica se asocia al tiempo de estudio, ya que los estudiantes al dedicar mayor esfuerzo al estudio son más capaces en la gestión de este, por ello los alumnos al establecer una relación entre el esfuerzo, el logro y la confianza

en sus habilidades tienen más probabilidad de usar estrategias autorreguladoras (Barriga & Hernández, 2010). Por ello, se infiere que este resultado quizás está asociado a que las estudiantes al dedicar mayor tiempo de estudio les permite organizarse y planificar mejor sus actividades académicas logrando así poseer autorregularse, pues ante la demanda de tareas académicas cuentan con los recursos necesarios para lograr culminar sus pendientes.

Las estudiantes del 5to grado de secundaria presentaron niveles de procrastinación académica. Este resultado se asemeja al estudio realizado por Ramos & Pedraza (2017) quienes mencionan que en su estudio el mayor número de estudiantes presentó un alto nivel de procrastinación académica. Puesto que, el hecho de procrastinar tal vez esté relacionado a las creencias irracionales que podrían estar presentes en las estudiantes, posiblemente se deba al planteamiento de metas muy altas, falta de confianza en sí mismas o temor al fracaso, lo cual podría verse afectado su bienestar. Ellis & Knaus (1977) mencionan que para evitar dicho malestar que se genera ante el incumplimiento de sus metas las personas retrasan el inicio de sus actividades o aplazan la finalización de estas. Además, la procrastinación académica se inicia en la educación secundaria y persiste en la universidad, si es que no se toma conciencia de los retrasos constantes y problemáticos que se producen a la hora de realizar las tareas escolares (Castro & Mahamud, 2017).

Se evidenció que las alumnas presentaron sintomatología ansiosa. Un estudio similar realizado por Ruiz (2018) señala que el mayor número de su población estudiantil presentaron ansiedad, esto debido a que cuando los niveles de ansiedad se mantienen equilibrados resulta beneficioso, ya que ayuda de muchas formas a afrontar los retos que se presentan mientras que cuando estos denotan elevados niveles incide en la trayectoria del estudiante (Otero, 2014). Puesto que, el hecho de reflejar ansiedad quizás esté relacionado con los pensamientos aprendidos e interiorizados en algún momento de su vida, y que posiblemente ante la demanda de tareas escolares las alumnas lo interpretan como una situación desagradable que es amenazante o traumática lo cual podría desencadenar angustia en ellas. Por ello, la ansiedad es una emoción innata, que advierte ante situaciones peligrosas y permite al mismo tiempo adaptarse frente a estas (Sierra, Ortega, & Zubeidat, 2003).

Entre las limitaciones presentadas se considera las pruebas utilizadas, ya que son de autoevaluación, dado que el procedimiento pudo verse afectado por la deseabilidad social; por lo que los datos brindados pudieron ser falseados, pese a ello se indicó que

toda información brindada es totalmente confidencial. Además, como se trata de un estudio transversal, los resultados son relevantes para la situación actual y no pueden predecirse ni generalizarse. Asimismo, se consideró el cambio del contexto en cuanto a la aplicación de las pruebas psicológicas, ya que producto de la COVID-19 se tuvo que optar por cambiar la modalidad de aplicación de presencial a virtual. Por último, considerar pocas variables sociodemográficas en el estudio. Entre las ventajas, se considera el tipo de estudio empleado, el poco tiempo y el costo requerido.

5.2 Conclusiones

Se evidencia que las estudiantes poseen niveles bajos de sintomatología ansiosa, lo cual demuestra que no existe relación con la procrastinación académica, puesto que quizás pueda estar relacionado con el alto nivel de autorregulación que poseen. Además, se evidencia que las estudiantes que provienen de una familia nuclear son las que presentan bajos niveles de postergación de actividades, lo cual podría estar relacionado con el apoyo y la supervisión que reciben las estudiantes por parte de sus padres. Entre otros resultados sociodemográficos se evidencia que las estudiantes que dedican más tiempo de estudio son las que menos postergan sus actividades académicas, ello podría estar asociado a factores intrínsecos como podría ser el grado de motivación presente en las estudiantes. Del mismo modo, existe relevancia en las estudiantes que dedican más de tres horas de estudio, ya que son las poseen un mayor nivel de autorregulación académica. Respecto a la sintomatología ansiosa y resultados sociodemográficos se infiere que no se evidencia significados relevantes a mostrar. Por último, se demostró que no existe relación entre las variables psicológicas; sin embargo, gran parte de las estudiantes manifiestan procrastinación académica y sintomatología ansiosa.

5.3 Recomendaciones

Para futuros estudios, recomendamos llevarlos a cabo con muestras más grandes, abarcando ambos géneros (femenino y masculino), tomando en cuenta toda la población escolar, ya que existen pocos estudios que abarcan este tipo de población. Asimismo, considerar otros factores que puedan incidir en procrastinación del estudiante, como: motivación, autoestima, hábitos de estudio, rendimiento académico y el nivel de organización. También tomar en cuenta, variables sociodemográficas como el lugar de residencia, nivel socioeconómico y área laboral de los padres. Por otro lado, incentivar a los profesionales de psicología y educadores para trabajar de la mano con

las instituciones educativas en la creación de programas preventivos promocionales, para brindar recursos necesarios para lograr un desempeño escolar oportuno y eficaz abordando temas específicos como: proyecto de vida, orientación vocacional e inteligencia emocional de manera que permita reducir los riesgos a desencadenar procrastinación académica y sintomatología ansiosa. Por último, fomentar charlas y talleres formativos (escuela para padres), donde se informe y sensibilice la importancia del soporte emocional de la familia en el ámbito académico.

Bibliografía

- Alberto, L. ., (s.f.). *Ansiedad ante los exámenes, procrastinación y síntomas mentales en estudiantes de la Universidad Nacional de Córdoba*. Obtenido de <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/racc/article/view/8726>
- Altamirano, C., & Rodríguez, M. (2021). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. *Redalyc.org*.
- Álvarez, Ó. (05 de 2010). *Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147118212009>
- Barahona, K. (2018). *Ansiedad frente a los Exámenes y la Procrastinación Académica en estudiantes adolescentes tardíos de una Universidad Privada de Lima*. Obtenido de http://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/usmp/4467/barahona_rkg.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Barriga, F., & Hernández, G. (2010). *Estrategias de enseñanza para la promoción de aprendizajes significativos*. Obtenido de http://prepatlajomulco.sems.udg.mx/sites/default/files/estrategias_de_aprendizaje.pdf
- Bell- Dolan, D. (1995). Interpretación de señales sociales de niños ansiosos. *APA psycnet*.
- Bernardo, Y. (2014). *Procastinación académica en los escolares de nivel secundaria de un colegio particular y de un colegio nacional de Lima*. Lima. Recuperado el 2023, de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/24070/Bernardo_MYK.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Botello, V., & Gil, L. (2017). *Procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad de Lima Norte*. Lima. Obtenido de https://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14095/600/Botello_Gil_tesis_bachiller_2018.pdf?sequence=6&isAllowed=y
- Cardona Arias, J., Pérez Restrepo, D., Rivera Ocampo, S., Gómez Martínez, S., & Reyes, Á. . (23 de 10 de 2014). *Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios*. Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1794-99982015000100006&script=sci_arttext
- Cardona, L. (2015). *Relacion entre procrastinación académica y estres académico en estudiantes universitarios*. medellin-colombia : Universidad de Antioquia. Obtenido de https://bibliotecadigital.udea.edu.co/dspace/bitstream/10495/16050/1/CardonaLeandra_2015_RelacionesProcrastinacionAcademica.pdf
- Carranza, R., & Ramírez, A. (2013). *Procrastinación y características demográficas asociados en estudiantes universitarios*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4515369>
- Castro, S., & Mahamud, K. (2017). *Procrastinacion academica y adiccion a internet en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana*. Unife. Obtenido de https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2017_2/PROCRASTINACI%C3%93N.pdf
- Chacón, Y. V. (2017). Funciones ejecutivas, procrastinacion academica y rendimiento academico en estudiantes de secundaria. *ibero america divulga*. Obtenido de https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/12988/VALENCIA_CHAC%c3%93N_YANNET.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Charca, V., & Taco, K. (2016). *Factores personales que influyen ala procrastinacion académica en las estudiantes de la Facultad de Ciencias Historico Sociales*. Arequipa. Obtenido de <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/d3615bc7-8b79-475e-b414-3cbc316a5714/content>

- Chau, C., & Vilela, P. (2017). Determinantes de la salud mental en estudiantes universitarios de Lima y Huánuco. *Pontificia Universidad Católica del Perú*. Obtenido de <http://www.scielo.org.pe/pdf/psico/v35n2/a01v35n2.pdf>
- Contreras-Pulache, H. M.-Q.-F.-G.-C.-B.-L.-R.-C. (2011). Procrastinación en el estudio: exploración del fenómeno en adolescentes escolarizados. Lima Metropolitana, Perú. *Revista Peruana de Epidemiología*.
- Díaz, J. (2019). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de quinto grado de secundaria de una institución pública*. Obtenido de <http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/6183/Diaz%20Becerra%20Jesica%20del%20Rocio.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Díaz, J. (Junio de 2019). Procrastinación: Una Revisión de su Medida y sus Correlatos. *Redalyc.org*, 2(51). Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/4596/459661106005/459661106005.pdf>
- Dominguez, C., Guerrero, R., G., D., & Gabriel, J. (2015). *Influencia del estrés en el rendimiento académico de un grupo de estudiantes universitarios*. Obtenido de http://www.educacionyciencia.org/index.php/educacionyciencia/article/view/313/pdf_12
- Durand, C., & Cucho, N. (2015). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Lima Este*. Obtenido de https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/143/Cesia_Tesis_bachiller_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ellis, A. (1999). Una terapia breve más profunda y duradera. Enfoque teórico de la terapia racional emotivo-conductual.
- Ellis, A., & Knaus, W. (1977). *overcoming procrastination*. Nueva Biblioteca Americana, 1979.
- Endler, N., & Magnusson, D. (1977). El modelo de interacción de la ansiedad: una prueba empírica en una situación de examen. Obtenido de <https://psycnet.apa.org/record/1978-02592-001>
- Ferrari, J., Johnson, J., & McCown, G. (1995). *Procrastinacion y evitacion de tareas*. (N. Y. Springer Nueva York, Ed.) Obtenido de <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0227-6>
- Gaeta, M., & Cavazos, J. (2016). Relación entre tiempo de estudio, autorregulación del aprendizaje y desempeño académico en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación Educativa* 23. Obtenido de <https://www.scielo.org.mx/pdf/cpue/n23/1870-5308-cpue-23-00142.pdf>
- Garzón-Umerenkova, A., & Gil-Flores, J. (2017). Procrastinación académica en el alumnado universitario no tradicional.
- Gil, M., & Serquén, V. (2016). *Procrastinación y Clima social escolar en estudiantes de secundaria de una institución educativa estatal*. Obtenido de http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/3229/GIL_CHAFLOQUE_1.pdf?sequence=7
- González, L. (2013). *La ansiedad lleva a postergar el trabajo*. Obtenido de <https://www.revistalideres.ec/lideres/ansiedad-lleva-postergar.html>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2003). *Metodología de la investigación*.
- Hull, C. (1943). *Principles of Behavior*.
- INEI. (1993). estado civil. *El Instituto Nacional de Estadística e Informática*.
- Jabeen, M. (2014). Dilación académica entre estudiantes universitarios y universitarios masculinos y femeninos. *ResearchGate*.
- Maldonado, C., & Zenteno, M. (02 de 2018). *Procrastinación académica y ansiedad ante exámenes en estudiantes de universidades privadas de Lima Este*. Obtenido de https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/1040/Marlith_Tesis_Bachiller_2018.pdf?sequence=5&isAllowed=y
- Martínez, C., Guadalupe, I., Torres, M., & Ríos, L. (2020). El contexto familiar y su vinculación con el rendimiento académico. *Revista de investigación educativa de la rediech*.

- McGoldrick, M., & Gerson, R. (1987). *genomas en la evaluación familiar*.
- Moreno, N. (2019). *Relación del clima social escolar y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa estatal. [tesis de maestría] Universidad Cesar Vallejo.*
- Moreta, C., & Durán, C. (2017). *Relación entre la procrastinación académica y la autorregulación emocional en una muestra de estudiantes universitarios de psicología: Caso Pucesa.* Obtenido de <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/1894/1/76397.pdf>
- Natividad, L. (2014). *Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios.* Obtenido de Roderic: <http://roderic.uv.es/handle/10550/37168>
- Navarro, C. (2016). *Rendimiento académico: una mirada desde la procrastinación y la motivación intrínseca.* Obtenido de dialnet: <https://bibliotecadigital.iue.edu.co/bitstream/20.500.12717/2268/1/623-Texto%20del%20art%C3%ADculo-4898-1-10-20200913.pdf>
- OMS. (2017). *trastornos de ansiedad.* Gaceta unam. Obtenido de <https://www.gaceta.unam.mx/mas-de-264-millones-padecen-ansiedad-a-nivel-mundial/>
- Otero, V. (2014). ANSIEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: ESTUDIO DE UNA MUESTRA DE ALUMNOS DE LA FACULTAD DE EDUCACIÓN. *Revista de la Facultad de Educación de Albacete.* Obtenido de <https://www.google.com/url?q=https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4911675.pdf&sa=D&source=docs&ust=1686789886138808&usg=AOvVaw20LSShNxm6pLj4Zc-814ET>
- Palomino Martínez, M. (2019). *Niveles de ansiedad en pacientes adolescentes y adultos que acuden a una clínica dental de la ciudad de Huancayo.* Junín, Huancayo. Obtenido de <https://core.ac.uk/download/pdf/426952511.pdf>
- Pardo, D., Perilla, L., & Salinas, C. (2014). *Relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes de psicología. cuadernos Hispanoamericanos de Psicología.*
- Pozo, J., Monereo, C., & Castelló, M. (2001). Obtenido de https://cmappublic.ihmc.us/rid=1H5LK8T10-13BRY2-YY5/Uso_estrategico_conocimiento_Pozo-Monereo-Castello.pdf
- Quant, D., & Sánchez, A. (2012). *procrastinación académica: concepto e implicaciones. Vanguardia psicológica.*
- RAE. (2019).
- Ramos, K., & Pedraza, Y. (2017). *Procrasinación académica y ansiedad en estudiantes de enfermería de una universidad privada de Chiclayo.* Chiclayo. Obtenido de <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/4606/Ramos%20Julian%20-%20Pedraza%20Fern%C3%A1ndez.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rodríguez, C. (2010). *La representación de la familia nuclear y la familia extensa en historias de vida de habitantes en la calle en Bogotá.* Bogotá. Obtenido de <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/5884/tesis582.pdf?sequence>
- RODRÍGUEZ, C. T. (02 de 2017). *RELACIÓN ENTRE LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL EN UNA MUESTRA DE ESTUDIANTES.* Obtenido de <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/1894/1/76397.pdf>
- Ruiz, C., & Cuzcano, A. (2017). *el estudiante procrastinador.* Obtenido de <https://revistas.umch.edu.pe/index.php/EducaUMCH/article/view/30/26>
- Ruiz, N. (2018). *Ansiedad y depresión en escolares mujeres del nivel secundario en dos colegios de Piura.* Universidad Privada Antenor Orrego, Piura. Obtenido de http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/6098/1/RE_MEDP_RUIZ.PALACIOS.NORITA.YAMILET_ANSIEDAD.DEPRESI%C3%93N.ESCOLARES.MUJERES.NIVEL.SECUNDARIO.COLEGIOS.PIURA.2018.pdf
- Sanz, J., & Valla, F. (2011). *Inventario de Ansiedad de Beck (BAI).*
- Sierra, J., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). *Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar.* Obtenido de redalyc: <https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>

- Skinner, B. (1979). Contingencias de reforzamiento. *un análisis teórico*.
- Skinner, B. (1979). *Contingencias de reforzamiento. un análisis teórico*.
- Stainton, M., & Lay, C. (2000). *Revista de comportamiento social y personalidad*.
- Stainton, M., Clarry, L., & Gordon, L. (2000). *Procrastinadores de rasgos y comportamientos / cogniciones específicas de rasgos*.
- Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of. *Psychological Bulletin*.
- Toker, B., & Avci, R. (2015). *Efecto de la capacitación en habilidades basadas en la teoría del comportamiento cognitivo en los comportamientos académicos de dilación de estudiantes universitarios*. Obtenido de <https://jestp.com/index.php/estp/article/view/629>
- Valle Ramos, M. (2017). Procrastinación académica en estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa N° 126 "Javier Pérez de Cuellar", Lima - 2017. *universidad inca garcilaso de la vega*.
- Vallejos, S. (2015). *Procrastinación académica y ansiedad frente a las evaluaciones en estudiantes universitarios*. Obtenido de http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/6029/VALLEJOS_PALOMINO_SILVIA_PROCRASTINACION_ACADEMICA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Vasquez, I. (2016). *Procrastinación y estrés académico en estudiantes de una institución educativa estatal*. Obtenido de <http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/4243/Vasquez%20Bonilla.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Wolters, C. (2003). Comprender la procrastinación desde una perspectiva de aprendizaje autorregulado. *psicología educativa*. Obtenido de <https://doi.org/10.1037/0022-0663.95.1.179>
- Yucra, Y. (2011). PLANIFICACIÓN DEL TIEMPO DE ESTUDIO: CASO DE LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN. *Redalyc.org*.
- Zabala, A., & Arnau, L. (2008). Como aprender y enseñar competencias. *calameo*. Obtenido de <https://es.calameo.com/read/00441468878d5449dd752>

ANEXOS

ANEXO 1: Cuadro de operacionalización de la variable 1

Variable	Tipo de variable	Definición conceptual	Instrumento	Dimensiones	Indicador o punto de corte	Categorización
<p>- Procrastinación académica</p>	<p>-Cualitativa, politómica, ordinal</p>	<p>La procrastinación académica es entendida como una demora en el inicio y/o finalización de una tarea o actividad que se tenía la intención de realizar, y que suele acompañarse de malestar, ansiedad y/o preocupación (Díaz, 2019).</p> <p>Dimensiones:</p> <p>Postergación académica</p> <p>Consiste en aplazar la ejecución de una tarea con el fin de darle prioridad a otra más productiva en ese momento, lo cual no constituye un problema para la persona (Ferrari, Johnson, & McCown, 1995). Asimismo, (Natividad, 2014) menciona que la postergación es un hábito negativo que influye en que los estudiantes tengan un desempeño inadecuado y no</p>	<p>- Se utilizó como instrumento de investigación la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de la autora Deborah Ann Busko (1998), adaptada por Álvarez (2010). Su aplicación es de manera individual o colectiva. La adaptación Limeña universitaria, fue por Sergio Alexis Domínguez Lara (2016).</p>	<p>La Escala de Procrastinación Académica (EPA) consta de dos dimensiones:</p> <p>- Postergación de actividades (tres ítems, los cuales se califican de manera directa).</p> <p>- Autorregulación académica (nueve ítems, los cuales se califican de manera indirecta).</p> <p>La interpretación de los puntajes es directa: a mayor puntaje, mayor presencia de la conducta evaluada.</p>	<p>Autorregulación Académica (3 - 6) (7-9) (10-15)</p> <p>Postergación de actividades (9- 26) (27-35) (36-45)</p>	<p>-Nivel bajo -Nivel moderado -Nivel alto</p> <p>-Nivel bajo -Nivel moderado -Nivel alto</p>

		<p>alcancen sus metas , puesto que es el componente principal de la procrastinación académica; es decir, son las conductas dilatorias observables de los estudiantes.</p> <p>Autorregulación académica</p> <p>La autorregulación es una conducta estratégica de aprendizaje, considerada un mecanismo intrapsicológico, reflejado en conductas y actividades de pensamiento destinados a gestionar los propios recursos personales, a fin de conseguir un objetivo de aprendizaje (Pozo, Monereo, & Castelló, 2001). Es decir, esta dimensión mide el grado en que los estudiantes regulan y controlan sus pensamientos, motivaciones y comportamientos.</p>				
--	--	---	--	--	--	--

ANEXO 2: Cuadro de operacionalización de la variable 2

Variables	Tipo de variable	Definición conceptual	Instrumento	Dimensiones	Indicador o punto de corte	Categorización
- Sintomatología ansiosa	- Cualitativa, politómica, ordinal.	La ansiedad es asumida como una respuesta adaptativa que suele aparecer ante diversas situaciones que impliquen para el individuo la percepción de un posible riesgo o la exposición a daños eventuales (Sierra, Ortega, & Zubeidat, 2003).	- Se utilizó como instrumento de investigación el Inventario de Ansiedad de Beck (Beck Anxiety Inventory-BAI), del autor Aaron T. Beck y Robert A. Steer, y adaptada por Palomino en el año (2020). Es una herramienta útil para valorar los síntomas somáticos de ansiedad, tanto en desórdenes de ansiedad como en cuadros depresivos.	- El cuestionario consta de 21 preguntas, proporcionando un rango de puntuación entre 0 y 63. -Cada ítem se puntúa de 0 a 3, en donde 0 a "en absoluto", 1 a "levemente, no me molesta mucho", 2 a "moderadamente, fue muy desagradable, pero podía soportarlo" y la puntuación 3 a "severamente, casi no podía soportarlo". La puntuación total es la suma de las de todos los ítems.	(0-7) (8-15) (16-25) (26-63)	- Ansiedad mínima. - Ansiedad leve. - Ansiedad moderada. - Ansiedad severa.

ANEXO 3: Cuadro de operacionalización de variables sociodemográficas

Variables	Tipo de variable	Escala de medición	Definición conceptual	Instrumento	Categorización
Edad	Cuantitativa, discreta	Razón	Tiempo en que ha vivido una persona (Zabala & Arnau, 2008)	Ficha sociodemográfica	No presenta categorías
Tipo de familia	Cualitativa, politómica	Nominal	Grupo de personas vinculadas por relaciones de matrimonio, parentesco, convivencia o afinidad (RAE).	Ficha sociodemográfica	<ul style="list-style-type: none"> • F. nuclear intacta • F. de un solo padre • F. con tres generaciones
Situación laboral	Cualitativa, dicotómica	Nominal	Situación en la que una persona desempeña efectivamente el puesto que le corresponde (RAE).	Ficha sociodemográfica	<ul style="list-style-type: none"> • Trabaja • No trabaja
Tiempo de estudio	Cualitativa, politómica	Ordinal	Es ejercitar el entendimiento para alcanzar o comprender algo (RAE, 2019).	Ficha sociodemográfica	<ul style="list-style-type: none"> • 1 hr • 2 hr • 3 hr a más

ANEXO 4: Ficha sociodemográfica

FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

Contesta las siguientes preguntas y marca con una "X" en el lugar que corresponda, según sea su situación:

1. Edad: ()

2. Tipo de familia:

() Familia nuclear intacta () Familia de un solo padre ()
Familia con tres generaciones

3. Situación laboral: ¿Actualmente se encuentra trabajando?

() Sí () No

4. ¿Cuánto tiempo le dedica a las tareas académicas?

() 1h () 2h () 3h a más

¡Gracias por su participación!

ANEXO 5: Instrumento 1 (Cuestionario y hoja de respuestas)

EPA (Escala de procrastinación Académica)

A continuación, se presenta una serie de enunciados sobre su forma de estudiar, lea atentamente cada uno de ellos y responda (en la hoja de respuestas) con total sinceridad en la columna a la que pertenece su respuesta, tomando en cuenta el siguiente cuadro:

S	SIEMPRE (Me ocurre siempre)
CS	CASI SIEMPRE (Me ocurre mucho)
A	A VECES (Me ocurre alguna vez)
CN	POCAS VECES (Me ocurre pocas veces o casi nunca)
N	NUNCA (No me ocurre nunca)

Nº	ÍTEM	S	CS	A	CN	N
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.					
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes					
3	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior					
4	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de clase					
5	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda					
6	Asisto regularmente a clases					
7	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible					
9	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan					
10	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudios					
11	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido					
12	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio					
13	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra					
14	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas					
15	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy					
16	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea					

ANEXO 6: Instrumento 2 (Cuestionario y hoja de respuestas)

INVENTARIO DE BECK (BAI)

NOMBRE _____ EDAD _____ SEXO _____
OCUPACIÓN _____ EDO. CIVIL _____ FECHA _____

INSTRUCCIONES: Abajo hay una lista que contiene los síntomas más comunes de la ansiedad. Lee cuidadosamente cada afirmación. Indica cuánto te ha molestado cada síntoma **durante la última semana**, inclusive hoy, marcado con una X según la intensidad de la molestia.

	Poco o nada	Mas o menos	Moderada- mente	Severa- mente
1. Entumecimiento hormigueo	_____	_____	_____	_____
2. Sentir oleadas de calor (bochorno)	_____	_____	_____	_____
3. Debilitamiento de las piernas	_____	_____	_____	_____
4. Dificultad para relajarse	_____	_____	_____	_____
5. Miedo a que pase lo peor	_____	_____	_____	_____
6. Sensación de mareo	_____	_____	_____	_____
7. Opresión en el pecho o latidos acelerados	_____	_____	_____	_____
8. Inseguridad	_____	_____	_____	_____
9. Terror	_____	_____	_____	_____
10. Nerviosismo	_____	_____	_____	_____
11. Sensación de ahogo	_____	_____	_____	_____
12. Manos temblorosas	_____	_____	_____	_____
13. Cuerpo tembloroso	_____	_____	_____	_____
14. Miedo a perder el control	_____	_____	_____	_____
15. Dificultad para respirar	_____	_____	_____	_____
16. Miedo a morir	_____	_____	_____	_____
17. Asustado	_____	_____	_____	_____
18. Indigestión o malestar estomacal	_____	_____	_____	_____
19. Debilidad	_____	_____	_____	_____
20. Ruborizarse, sonrojamiento	_____	_____	_____	_____
21. Sudoración (no debido al calor)	_____	_____	_____	_____

ANEXO 7: Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA APLICACIÓN DEL TEST

Propósito del estudio:

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los participantes en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de esta, así como de su rol en ella como participantes.

La presente investigación es conducida por Liliana Guerra y Kelly Romero, alumnas de la Universidad Católica Sedes Sapientiae. La meta de este estudio es identificar si existe algún tipo de relación entre la sintomatología ansiosa y la procrastinación académica en los estudiantes que cursan el 5to grado de nivel secundaria.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder preguntas por medio de esta prueba que se le será administrado. Esto tomará aproximadamente 20 minutos de su tiempo. Toda respuesta será acogida como válida, para ello se le pide responder con total sinceridad, de modo que el investigador pueda transcribir después las ideas que usted haya expresado y ayude con esta investigación.

Se reconoce que la información que se provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin el consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona. De tener preguntas sobre mi participación en este estudio, puedo contactar a Liliana Guerra Haro o Kelly Romero Huaman; a la dirección de correo liliana07089805@gmail.com / kellyrh24@hotmail.com.

Desde ya le agradecemos su participación.

Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando éste haya concluido. Para esto, puedo contactar a las direcciones de correo anteriormente mencionadas.

Firma de la investigadora
Liliana Guerra

Firma de la investigadora
Kelly Romero

Firma del participante

Fecha: / /

ANEXO 8: Matriz de consistencia

TÍTULO: Procrastinación académica y sintomatología ansiosa en estudiantes del nivel secundario de un colegio de Lima Norte.

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables e indicadores	Población y muestra	Alcance y diseño	Instrumentos	Análisis estadístico
<p>Problema general:</p> <p>¿Cuál es la relación entre procrastinación académica y Sintomatología ansiosa en estudiantes del nivel secundario de un colegio de Lima Norte?</p> <p>Problemas específicos:</p> <p>PE1:</p> <p>- ¿Cuáles son los niveles de procrastinación académica en</p>	<p>Objetivo general:</p> <p>Determinar la relación entre la procrastinación académica y Sintomatología ansiosa en estudiantes del nivel secundario de un colegio de Lima Norte.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <p>OE1:</p>	<p>Hipótesis general:</p> <p>H1: Existe relación entre la procrastinación académica y Sintomatología ansiosa en estudiantes del nivel secundario de un colegio de Lima Norte.</p> <p>H0: No existe relación entre la procrastinación académica y Sintomatología ansiosa en estudiantes del nivel secundario de un colegio de Lima Norte</p> <p>Hipótesis específicas:</p>	<p>1.-Procrastinación académica.</p> <p>Definición conceptual:</p> <p>La procrastinación, así pues, es entendida como una demora en el inicio y/o finalización de una tarea o actividad que se tenía la intención de realizar, y que suele acompañarse de malestar, ansiedad y/o preocupación (Díaz, 2019).</p> <p>Definición operacional:</p> <p>Variable categórica politómica ordinal categorizada en:</p>	<p>-Estudiantes de un colegio de Lima Norte, que cursan el 5to grado de nivel secundaria.</p> <p>Se realizó un Censo que evaluó la totalidad de 150 estudiantes.</p> <p>Criterios de inclusión:</p> <p>-Adolescentes del 5to año de secundaria. -De sexo femenino. -De 15 a 17 años. - Adolescentes que presentaron</p>	<p>Nivel básico</p> <p>Diseño:</p> <p>No experimental Corte transversal</p> <p>Alcance:</p> <p>correlacional</p>	<p>- Inventario de Ansiedad de Beck (Beck Anxiety Inventory-BAI), adaptada por Palomino en el año (2020).</p> <p>- Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko adaptada por Álvarez (2010).</p>	<p>Para el análisis de los datos se utilizará el paquete estadístico STATA versión 14. Para el análisis descriptivo se tomarán en cuenta: las variables de procrastinación académica y sintomatología ansiosa. Para variables categóricas como: tipo de familia (cualitativa, politómica, nominal), situación laboral (cualitativa, dicotómica, nominal); tiempo que dedica al estudio (cualitativa, politómica, ordinal) se medirán en frecuencias y porcentajes. Para las variables numéricas</p>

<p>estudiantes del nivel secundario de un colegio de Lima Norte?</p> <p>PE2: - ¿Cuáles son las características de la sintomatología ansiosa en estudiantes del nivel secundario de un colegio de Lima Norte?</p> <p>PE3: ¿Cuál es la relación entre procrastinación académica y los datos sociodemográficos?</p> <p>PE4: ¿Cuál es la relación entre sintomatología ansiosa y los datos sociodemográficos?</p>	<p>-Describir los niveles de procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario de un colegio de Lima Norte</p> <p>OE2: - Describir los niveles de sintomatología ansiosa en estudiantes del nivel secundario de un colegio de Lima Norte.</p> <p>OE3: Determinar la relación entre procrastinación académica y los datos sociodemográficos.</p> <p>OE4:</p>	<p>HE1: -Existe relación entre la procrastinación académica y los datos sociodemográficos.</p> <p>-Existe relación entre la sintomatología ansiosa y los datos sociodemográficos.</p> <p>HE0: - No existe relación entre la procrastinación académica y los datos sociodemográficos.</p> <p>- No existe relación entre la sintomatología ansiosa y los datos sociodemográficos.</p>	<p>bajo (0 - 20) moderado (21-40) alto (41-60)</p> <p>2. Sintomatología ansiosa.</p> <p>Definición conceptual: La ansiedad es asumida como una respuesta adaptativa que suele aparecer ante diversas situaciones que impliquen para el individuo la percepción de un posible riesgo o la exposición a daños eventuales (Sierra, Ortega, & Zubeidat, 2003).</p> <p>Definición operacional: Variable cualitativa dicotómica ordinal categorizada en:</p> <p>mínimo (0–7) leve (8-15) moderado (16–25) Severo (26-63)</p>	<p>el consentimiento informado.</p> <p>-Que hayan aceptado su participación verbalmente.</p> <p>Criterios de exclusión: -No haber completado todos los ítems. -No estar presentes el día de la evaluación. -Padecer déficit de aprendizaje o incapacidad funcional que incapacite la comprensión y llenado de la prueba.</p>			<p>como: edad (cuantitativa), la medición será a través de media y desviación estándar.</p> <p>Por otro lado, para el análisis inferencial se va a emplear la prueba estadística Chi Cuadrado y ANOVA.</p> <p>Asimismo, se considerará una significancia estadística menor o igual a 0.05.</p>
---	---	---	---	---	--	--	--

	Determinar la relación entre la sintomatología ansiosa y los datos sociodemográficos.		Variables sociodemográficas: Edad: V C D R Tipo de familia: V C P N Categorizada en: - Familia nuclear intacta - Familia de un solo padre - Hogar o familia con tres generaciones Situación Laboral: V C D N Categorizada en: Trabaja No trabaja				
--	---	--	---	--	--	--	--