

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



**Procrastinación académica en escolares de la I.E N° 84153 -
TAMBO, 2020**

Tesis para obtener el Título de Licenciada en Psicología

Autora:

Quito Torres, Gabriela Andrea

Asesor:

Dr. Manuel Antonio Alva Olivos.

Chimbote – Perú

2020

DEDICATORIA

Este trabajo lo dedico a Dios por mostrarme su amor constante y por darme fortaleza para lograr mis sueños y metas, a mi amado por su apoyo incondicional, el cual me brinda día a día, a mis familiares porque a pesar de la distancia siempre están cerca de mí animándome y motivándome con sus palabras de aliento a través de sus llamadas y a todas las personas que han contribuido moral y económicamente para concluir mis estudios.

Gabriela Andrea Quito Torres.

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, agradecer a DIOS por haberme permitido llegar hasta este punto, por haberme dado las fuerzas necesarias para seguir adelante a pesar de las circunstancias de la vida al haberme permitido llegar a uno de mis objetivos y por brindarme salud todos los días y por entregarme este don que se necesita para esta hermosa carrera por haberme escogido a la madre más buena y ella es Ana María Torres Carranza con grandes virtudes y mucha fortaleza para seguir adelante; a mi padre Juan Gilver Haro Olaza por haber llegado a nuestras vidas y ser aquel que me incentivo constantemente a esforzarme en lo académico también por ser mi ejemplo de esfuerzo y por permitir que mi persona especial llegue a mi vida en el mejor momento, Iván González Nolasco por su apoyo constante e incondicional en todos los aspectos de este proceso en mi vida.

A cada uno de mis asesores por el apoyo para la culminación de tesis también por todos los conocimientos entregados y su apoyo ofrecido en este trabajo.

INDICE DE CONTENIDOS

Páginas preliminares	Página
Dedicatoria	i
Agradecimiento	ii
Palabras clave	iii
Índice	iv
Índice de tablas	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
INTRODUCCIÓN	1
Antecedentes y fundamentación científica	1
Justificación	8
Problema	8
Conceptuación y operacionalización de las variables	9
Objetivos	10
MÉTODOLOGIA	11
Tipo y diseño de investigación	11
Población, muestra	11
Técnica e instrumentos	11
Procesamiento y análisis de los datos	12
RESULTADOS	13
DISCUSIÓN	16
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	19
REFERENCIAS	21

ANEXOS

INDICE DE TABLAS

		Pagina
Tabla 1	<i>Distribución de los niveles de Procrastinación de los estudiantes de la Institución Educativa N° 84153 – TAMBO,2020 .</i>	23
Tabla 2	<i>Distribución de los niveles de la dimensión postergación de actividades en estudiantes de la Institución Educativa N° 84153 - TAMBO, 2020</i>	24
Tabla 3	<i>Distribución de los niveles de la dimensión Autorregulación académica en estudiantes de la Institución Educativa N° 84153 - TAMBO, 2020</i>	25

Palabras clave: Procrastinación, postergación, autorregulación, escolares

Keywords:

Tema	Procrastinación
Especialidad	Psicología

RESUMEN

El presente trabajo de investigación tuvo como finalidad, determinar los niveles de procrastinación en una muestra de 137 estudiantes de la Institución Educativa N° 84153 - TAMBO, fue un trabajo descriptivo, para ello se utilizó la escala de Procrastinación académica de Busko (1998). adaptada al Perú por Domínguez, Villegas y Centeno (2014), alfa de .80 y una adecuada validez de constructo. Los resultados arrojaron que los evaluados se encuentran en un nivel medio de procrastinación académica tanto en la escala general como en cada una de sus dimensiones

ABSTRAC

The purpose of this research work was to determine the levels of procrastination in a sample of 137 students from the educational institution N° 84153 – Tambo, it was a descriptive work, for this the scale of academic procrastination of Busko (1998) was used. adapted to Peru by Domínguez, Villegas and Centeno (2014), alpha of .80 and adequate construct validity. The results showed that those evaluated are at a medium level of academic procrastination both in the general scale and in each of its dimensions.

INTRODUCCION

1. Antecedentes y fundamentación científica

El periodo escolar es un aspecto primordial en la vida de los individuos donde se obtiene conocimiento, habilidades y actitudes imprescindibles para un buen desempeño en etapas posteriores. Por ello, los estudiantes están sumergidos en situaciones que le exigen extender rápidamente sus recursos para poder adaptarse a las demandas del estudio los cuales pueden ser los horarios, tareas, evaluaciones, etc.

Sin embargo, en la práctica, no todos los alumnos cumplen con esas exigencias y se les es más difícil adaptarse. Por tal razón, dichos encargos académicos suelen ser postergados o dejados a último momento, lo cual hace más difícil su cumplimiento contiguo dando lugar a problemas, tanto individuales como académicos.

Esta forma de actuar, tratando de evitar, evadir o justificar retrasos, desligando la culpa frente a un trabajo académico, se le conoce como procrastinación. Según Valle (2017) esta variable es muy desconocida por gran parte de la población, no obstante, se presenta de manera muy habitual en los estudiantes de diferentes instituciones educativas.

La procrastinación procede del verbo latino procrastinare que representa dejar algo para el día siguiente. Solomon y Rothblum (1984) lo delimita como la tendencia de retrasar el inicio o finalización de trabajos significativos hasta llegar al punto del fastidio. Por otra parte, Steel y Ferrari (2013), lo definen como la incapacidad en el desarrollo de la autorregulación provocando el retraso voluntario de actividades planificadas.

En tal sentido, se reportaron investigaciones a nivel internacional, como la de Alvarez (2018), el cual, dentro de su estudio a estudiantes de cuarto y quinto año de Bachillerato en la ciudad de Guatemala, tuvo como muestra 77 alumnos de ambos sexos, donde se encontró un nivel medio de procrastinación con el 81%.

Por otro lado, se tiene la investigación de Sioris y Pychyl (2013), los cuales determinaron que la procrastinación se puede comprender como la preponderancia de la satisfacción a corto plazo del estado de ánimo. Rosario, Costa, Nuñez, Gonzales-Pienda, Solano y Valle (2009), relacionaron la procrastinación académica con variables individuales, familiares y sociales, su muestra lo constituyeron estudiante del séptimo al noveno grado de un instituto de España. En sus resultados concluyeron que la procrastinación se minimiza cuando los papás poseen una mejor educación; asimismo, la procrastinación aumenta dependiendo los años cursados por el alumno, lo cual interviene de forma negativa sobre su rendimiento escolar.

En el Perú se han realizado diversos estudios acerca de este fenómeno, Barrantes (2018), en su estudio a 109 alumnos de una institución educativa de Trujillo los cuales pertenecen a los grados de tercero hasta quinto de secundaria. Halló un nivel medio en las dimensiones de autorregulación académica y la postergación de actividades, siendo así el nivel de procrastinación académica medio. Así también, Bazán (2019), dentro de su investigación a 181 estudiantes de un instituto superior de Lima, encontró niveles altos de procrastinación académica en los varones y un nivel medio en las mujeres. Además, Espinoza (2018), exploró el fenómeno procrastinación académica, con una muestra 93 estudiantes de una institución educativa de Lima. Los resultados de dicho estudio, establecieron que existe un nivel alto de procrastinación; y en relación a las dimensiones, el 60,22% muestra un nivel alto de autorregulación académica mientras que el 29,03% presenta un nivel bajo de postergación de actividades. Agregado a esto, Valle (2017), en su estudio a 130 estudiantes de secundaria en una institución educativa de Lima, encontró un nivel alto de procrastinación académica, en lo que se refiere a las dimensiones del instrumento, halló un nivel muy bajo de 30,8 % en relación a la autorregulación académica y para la postergación de actividades un nivel muy alto de 34,6%.

Steel (2007), argumenta que Milgram en 1992 fue el primero en realizar un análisis histórico acerca de la procrastinación, el cual manifestó que los individuos mayormente tienen diversas actividades que deben cumplir en

tiempos muy cortos, tal situación lleva a presentar el fenómeno antes mencionado. Por otro lado, Ferrari et al. (1995), sustentan que la procrastinación se ha mostrado con regularidad a lo largo de la historia, estimándose como un suceso repetitivo en el comportamiento humano, el cual desde la revolución industrial se le consideró negativo.

Por otro lado, algunas investigaciones que han intentado encontrar el porqué de tal conducta, consideran que es importante identificar las diferencias entre postergación y procrastinación. Lo primero se delimita como retrasar la realización de un trabajo con el propósito de darle primacía a otra que se considere más productiva sin que esto suponga sensación de malestar psicológico, lo cual no se manifiesta como un problema para el individuo. Por el contrario, la procrastinación se muestra como un problema relacionado con el fin de ejecutar una tarea y una gran falta de rapidez ya sea para iniciarla, desarrollarla o concluirla. En el transcurso de este proceso el individuo suele tener sentimientos de intranquilidad y desosiego, los efectos de esto se llegan a observar en un largo plazo. En concreto, no todos los sujetos que demoren la realización de sus trabajos, se les considera procrastinadores.

Las sociedades modernizadas y la tecnología, fuerzan a los individuos a preocuparse por cosas muy triviales y banales, a vivir de forma rápida y concentrarse en aspectos que limitan un desarrollo completo, esto conlleva una mala organización y distribución del tiempo, el cual interviene con el logro de los objetivos que las personas se proponen. (Alvarez, 2010)

La procrastinación se manifiesta porque los individuos suelen preferir tareas que les muestren resultados agradables en poco tiempo en vez de aquellas que ocasionan buenos efectos en un periodo largo de tiempo. (Riva, 2006). Asimismo, la procrastinación se ha vuelto un factor importante que interviene de forma negativa en el aspecto académico de los estudiantes, debido a que los jóvenes a veces aplazan sus trabajos por otras actividades que son interesantes

para ellos como las fiestas, juegos, paseos, etc. (Contreras-Pulache, Mori-Quispe, Lam-Figueroa, Hinojosa-Camposano, Rojas-Bolivar, Espinoza-Lecca, Torrejon-Reyes y Conspira-Cross, 2011).

Por otro lado, Ackerman y Gross (2007) exponen que la procrastinación académica es un comportamiento dinámico debido a que se modifica a través del tiempo, el cual está limitado a variables netamente educativas, como el tema a comprender, las tácticas formativas del profesor y los medios y materiales utilizados en la educación. Si se aplaza el desarrollo y la finalización del trabajo por la estimación negativa acerca de las cualidades educativas mencionadas anteriormente, se procrastina y el tiempo que se establece es empleado en actividades de entretenimiento y situaciones que generen sensaciones positivas. Los estudios indican que al menos un 25% del alumnado muestran problemas de este tipo. (Ellis Knaus, 1977; Solomon & Rothblum, 1984), y esa procrastinación es mayormente relacionada con consecuencias muy poco favorables en el aspecto académico, por ello se relaciona con notas no muy altas y abandono de cursos. (Rothblum, Solomon & Murakami, 1986). De acuerdo con Solomon y Rothblum (1984) la procrastinación académica compromete la experiencia de ansiedad en consecuencia de la permanente demora en los trabajos académicos. Lo que suele observarse en los estudiantes que procrastinan es que estudian mucho más tarde de lo recomendando, es muy probable que este atraso se manifieste por la disonancia de sus comportamientos hacia el estudio y sus intenciones. En consecuencia, estos se entretienen de forma sencilla con otras actividades que no son educativas.

Para el procrastinador, la demora provisional parece lógica y justificable; no obstante, desde el punto de vista externo se considera absurdo y posiblemente se puede malograr la percepción que los demás tienen acerca del individuo. Para Lay (1986) la procrastinación es un conjunto de la abertura entre la intención y la conducta, puesto que, los procrastinadores no desarrollan la conducta donde la intención es realizar la tarea. A veces, este ocasiona desviaciones cognitivas, ocasionando excusas, infravaloraciones, arrepentimiento, inquietud, así como

actitudes de autosabotaje con el objetivo de no realizar la conducta antes mencionada. Lay (1986) se fundamenta en la teoría del comportamiento planificado propuesto por Ajzen (1991), quien manifiesta que las actitudes no pronostican de forma perfecta lo que realizan los individuos, pero sí pronostican la predisposición de tener ciertas conductas. La intención conductual sí es un mejor predictor de comportamiento.

Los individuos que se perciben a sí mismos como procrastinadores mayormente tienen el deseo de disminuir tal fenómeno trazando propósitos realistas y periodos de tiempo para completar los trabajos en un plazo razonable, sin embargo, suelen subestimar el tiempo que se necesita para desarrollarlas. (Ariely & Wertenbroch, 2002), sobreestimándose también los estados de motivación futuros para ejecutar el trabajo. (Uzun, Ferrari, & LeBlanc, 2018).

Además, diferentes estudios han determinado que la procrastinación tiene conexión con una diversidad de variables de personalidad, abarcando la baja autoestima y autoconfianza (Ferrari & Díaz-Morales, 2007) y excelsas tendencias a la depresión, ansiedad social, rigidez conductual y falta de energía (Ferrari & Pychyl, 2000). La procrastinación se ha vinculado con dos rasgos principales de la personalidad, alto neuroticismo y baja responsabilidad. (Schouwenberg & Lay, 1995).

La procrastinación es compleja, puesto que compone aspectos cognitivos, afectivos y conductuales, los cuales muestran una gestión del tiempo de forma poco eficiente, esto involucra la falta de cumplimiento dentro de los plazos establecidos en un intervalo temporal determinado. (Ferrari et al., 1995). Los individuos que procrastinan a diferencia con los que no lo hacen, tienden a dedicar menos tiempo a la realización de trabajos que quizás tuvieron más éxito en el pasado y mucho más tiempo en los que quizás lleguen a fracasar. (Lay, 1990), manifiesta que los procrastinadores suelen subestimar el tiempo requerido para la ejecución de una tarea, por ello, no le dedican mucho tiempo a buscar información, inician sus trabajos académicos en última instancia y suelen estar más orientados al presente. (Ferrari et al., 1995). Vodanovich y Seib (1997)

delimitaron que los individuos que tienen una mayor inclinación a procrastinar no organizan de forma adecuada su tiempo y no suelen valorar el uso de este.

Burka & Yuen (1983; citados por Steel, 2007) indican que la procrastinación tiene sus inicios en el temor que siente un niño cuando piensa que sus acciones no le llevarán a cosas positivas, de esa forma se constituye un vínculo donde este siente que tiene cierta incapacidad. Cuando crezca, el riesgo de pérdida o incapacidad lo llevan a escudarse del temor a no lograr lo que desea, temor a ser exitoso, temor a la separación o a tener un compromiso, aplazando continuamente sus actos. En tanto, la parte conductual se mantiene cuando es fortalecida, es decir, las conductas se mantienen por sus consecuencias. (Skinner, 1977). Por ello, los individuos procrastinan, porque sus conductas son reforzadas o lo han sido, y además han llegado a tener éxito a diferentes factores naturales del ambiente, que han posibilitado seguir con este tipo de actuar. Mientras que, en la visión cognitiva-conductual, Ellis y Knaus (1977) analizan que los individuos que tienen este comportamiento suelen tener ideas absurdas acerca de lo que es realizar o ejecutar un trabajo de forma correcta, de tal forma, suelen trazarse metas muy altas y quizás poco reales o realizables, llevándolo al fracaso. Por lo tanto, al pretender calmar esas consecuencias emocionales, retrasan el inicio de ese trabajo hasta que no sea posible cumplirlo de forma adecuada, eludiendo el hecho de objetar sus habilidades o capacidades.

Según Schouwenburg (2004) existen dos tipos de procrastinación académica: La esporádica y la crónica. La primera se refiere a una conducta puntual enlazada con trabajos académicos debido a la falta de gestión del tiempo, en cambio, la segunda es el hábito generalizado de aplazar la asignación al estudio.

Por otro lado, Hin Chun Chu y Nam Choi (2005) exponen que se puede distinguir a las personas procrastinadoras en pasivo y activo. El primero es el tradicional, aquel que está paralizado por la falta de decisión para actuar y finalizar sus trabajos, metas o actividades en el plazo de tiempo fijado. En cambio, el segundo es el que se favorece del aplazamiento pues lo necesita para sentir la presión del tiempo y finalizar con éxito lo que se planteó.

Por su parte, Chan (2011) hace referencia al procrastinador ocasional y al cotidiano. El primero se refiere a un comportamiento procrastinador (Sampaio & Bariani, 2011), el cual se considera dinámico y necesita del intercambio del contexto y el trabajo de la persona, asimismo, el segundo tiene que ver con un rasgo procrastinador (Sampaio & Bariani, 2011), ya que son comportamientos frente a diferentes situaciones que se dan de forma usual, aplazando tareas y actividades. (Quant & Sánchez, 2012), puesto que, si el individuo esta acostumbrado desde pequeño a ser procrastinador, tiende a generalizar en diversos ámbitos como el laboral, familiar o social, no solo circunscribiéndose al académico. (Chan, 2011)

Otra clasificación admitida es la diferenciación de la conducta procrastinadora en función de su frecuencia y los ámbitos de expresión. Puesto que, si esta conforma un patrón desadaptativo para la vida del sujeto que se difunde a la mayor parte de las situaciones, se le cataloga como crónica. Pero, si este hábito solo se da en ciertos contextos, como el académico o laboral, sería de naturaleza situacional. (Ferrari et al., 1995).

La procrastinación ha estado siempre presente en diversos contextos colectivos e individuales, relacionándolos con diferentes palabras como: : procrastinador por incomodidad, procrastinación conductual, procrastinación de la salud, procrastinación por duda de sí mismo, procrastinación al cambio, procrastinación resistente, procrastinación de tiempo, procrastinación académica, procrastinación organizacional y procrastinación sobre promesas, o procrastinación de tipo indiferencia, hábito, apatía, inercia, demora, entre otras (Angarita, 2012).

En suma, la procrastinación no solo se evalúa en el aspecto académico; este también tiene cierto influjo en las actividades de la vida diaria, disminuyendo la autonomía del sujeto con la falta de cumplimiento en sus actividades,

obligaciones o quehaceres domésticos, lo cual, perjudica el hecho de desenvolverse e interactuar con el sistema social (Buskó, 1998). Asimismo, este patrón de comportamiento se califica por demorar voluntariamente la ejecución de ciertas actividades que tienen un plazo fijo para ser entregadas. Por ello, la procrastinación es un fenómeno que mayormente lleva todas las esferas de acción de un individuo.

2. Justificación del problema

La presente investigación nos permitió determinar el nivel de procrastinación en los escolares de la Institución Educativa N° 84153 - TAMBO, 2020. En relación al valor teórico, este estudio contribuye en la comprensión más a fondo en lo concerniente a la procrastinación académica, ya que se han realizado diversos estudios en universidades, pero en colegios la cantidad es menor.

Desde la perspectiva social, esta investigación es fundamental en el área personal y académica, ya que sirve como un referente para futuros estudios de nivel básico y descriptivo además de que puede ser considerado para una mejora de la calidad educativa de tal forma que los estudiantes no lleguen a caer en la procrastinación.

3. Problema

¿Cuál es el nivel de Procrastinación en los escolares de la Institución Educativa N° 84153 – TAMBO,2020?

4. Conceptualización y operacionalización de las variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	indicadores	Escala de medición
Procrastinación Académica	Los estudiantes tienden a posponer las tareas académicas (Álvarez, 2010)	A partir de la escala se mide los niveles alto, moderado o bajo de procrastinación	Autorregulación académica Postergación de actividades	Ítems 2,3,4,5,6,7,10 ,11,12,13,14 Ítems: 1,8 y 9	ordinal

Elaboración propia

5. Objetivos

Objetivo general

Determinar el nivel de Procrastinación en los escolares de la Institución Educativa N° 84153 - TAMBO, 2020

Objetivos específicos

- Determinar el nivel de la dimensión autorregulación académica de la escala de Procrastinación en los escolares de la Institución Educativa N° 84153 - TAMBO, 2020
- Determinar el nivel de la dimensión postergación de actividades de la escala de Procrastinación en los escolares de la Institución Educativa N° 84153 - TAMBO, 2020

METODOLOGÍA

1. Tipo y Diseño de investigación

El presente estudio se enmarca, según su alcance; es un estudio descriptivo toda vez que se buscó establecer las características de la variable en estudio (Hernández, Fernández y Baptista, 2014) y según los mismos autores el trabajo es de diseño no experimental, transeccional descriptivo.

2. Población – Muestra

La población; según Oseda (2015) es un conjunto de sujetos que presentan características comunes para el propósito del estudio. La investigación estuvo conformada por 197 estudiantes de la Institución Educativa N° 84153 - TAMBO.

Debido a la realidad en que se encuentra el Perú y sobre todo la educación, debido a que las clases se dictan de manera remota; se tomó una muestra de 137 estudiantes que deseen participar de manera voluntaria en el presente estudio. El muestreo a utilizar será no probabilístico por conveniencia, según el criterio del investigador.

Distribución de la muestra según características demográficas

Características		
Según Sexo	f	%
Varones	65	47,5
mujeres	72	52,5
Total	137	100.0
Grado de estudio	f	%
1	30	22.0
2	28	20.4
3	29	21.1
4	27	19.7
5	23	16.8
Total	137	100.0
Según edad	f	%
11-13	58	42.3
14-16	43	31.4
17 a más	36	26.3
Total	137	100.0

3. Técnicas e instrumentos de investigación

Para el presente estudio se utilizó la escala de procrastinación construida por Busko (1998). dicho instrumento consta de 12 reactivos y mide la variable a través de dos factores (autorregulación académica y postergación de actividades); cabe señalar que se utilizó la versión adaptada al Perú por Domínguez, Villegas y Centeno (2014), quien realizó un análisis de la confiabilidad a través de alfa y encontró una consistencia interna de .816 para la escala total, .821 para autorregulación académica y .752 para postergación de actividades; de otro lado hallaron una adecuada validez de constructo; en el análisis interno ítem-test arrojó valores de correlación entre .334 a .597 considerando los valores como aceptables.

4. Procesamiento y análisis de la información

- Para la recolección de los datos se utilizó el consentimiento informado, que permitió que el investigado puede decidir si participa o no en el presente estudio. Luego se aplicó el instrumento para valorar la variable en estudio y estuvo acompañada de una ficha sociodemográfica para caracterizar la muestra. Cabe señalar que los instrumentos utilizados fueron digitalizados y enviados por correo electrónico y red social de los participantes. Se utilizó en formato de Google.
- Para el procesamiento de los datos se utilizó la estadística descriptiva, porque permite procesar los datos en términos de frecuencia y porcentajes.
- Los resultados son presentados a través de tablas para una mejor comprensión de los resultados

RESULTADOS

En la tabla 1 se observa que 86,1% de los estudiantes se ubico en un nivel medio de procrastinación, seguido de un 11,7% en un nivel bajo y finalmente, el 2,2% alcanzó un nivel alto.

Tabla 1

Distribución de os niveles de Procrastinación en estudiantes de la Institución Educativa N° 84153 – Tambo.

Procrastinación		
	f	%
Bajo	16	11,7
Medio	118	86,1
Alto	3	2,2
Total	137	100,0

En la tabla 2 se observa que los estudiantes en un 83,2% se ubicaron en un nivel medio de postergación de actividades, así mismo el 7,3% se ubicó en un nivel alto.

Tabla 2

Distribución de los niveles de la dimensión de postergación de actividades en estudiantes de la Institución Educativa N° 84153 – Tambo.

Postergación de actividades		
Niveles	f	%
Bajo	13	9,5
Medio	114	83,2
Alto	10	7,3
Total	137	100,0

Se observa que el 92% de los estudiantes se ubicaron en un nivel medio en la dimensión autorregulación, en tanto, un 3,6% se ubicó en un nivel alto.

Tabla 3

Distribución de los niveles de a dimensión de autorregulación en estudiantes de la Institución Educativa N° 84153 – Tambo, 2020

Autorregulación		
Niveles	f	%
Bajo	6	4,4
Medio	126	92,0
Alto	5	3,6
Total	137	100,0

DISCUSIÓN

Uno de los grandes problemas que se tiene para el buen desempeño académico a nivel escolar, es que muchos de los alumnos presentan patrones de comportamientos asociados a la postergación de sus actividades académicas ya sea en su inicio o finalización. Steel y Ferrari (2013), lo definen como la incapacidad en el desarrollo de la autorregulación provocando el retraso voluntario de actividades planificadas.

El presente estudio ha tenido como propósito valorar en un contexto de escolares la presencia de este tipo de comportamiento, que tiene como consecuencia una merma en su rendimiento académico.

En concordancia con el objetivo general, los resultados arrojaron que el 86,1% de los estudiantes se ubican en un nivel medio de procrastinación, lo que implica que hay una tendencia a postergar sus actividades previamente planificadas Steel y Ferrari (2013); de otro lado estos resultados son similares a los encontrados por Álvarez (2018) en Guatemala, quien estudió el fenómeno en alumnos de los últimos años de colegio y halló que el 81%; del mismo modo en Trujillo Barrantes (2018) halló niveles medios de procrastinación en 109 escolares de tercero a quinto de secundaria. Álvarez (2010) señala que uno de los factores que posibilitan la presencia de este problema es la incorporación de las nuevas tecnologías y que están llevando a las personas a realizar cosas banales o triviales y como consecuencia de ello surge una mala organización e inadecuada distribución del tiempo.

Muchos estudios se han realizado para evidenciar el porqué de la presencia de la procrastinación y han considerado que es importante identificar las diferencias entre postergación y procrastinación. El primero se encuentra en relación con retrasar la realización de un trabajo con el propósito de darle primacía a otra que se considere más productiva sin que esto suponga sensación de malestar psicológico, lo cual no se manifiesta como un problema para el individuo. Por el contrario, la procrastinación se muestra como un problema relacionado con el fin de ejecutar una tarea y una gran falta de rapidez ya sea para iniciarla, desarrollarla o concluirla. En el transcurso de este proceso el individuo suele tener sentimientos de intranquilidad y desosiego, los efectos

de esto se llegan a observar en un largo plazo. En concreto, no todos los sujetos que demoren la realización de sus trabajos, se les considera procrastinadores (Riva, 2006)

En relación a las dimensiones de la procrastinación el presente estudio halló como resultados que en la dimensión postergación de actividades el 83,2% se ubica en un nivel medio, de igual modo Barrantes (2018) encontró nivel medio en esta dimensión, se debe entender entonces que hay una tendencia en los estudiantes evaluados ha dejar las tareas para el último momento o colocar excusas para la no ejecución). De acuerdo con Solomon y Rothblum (1984) la procrastinación académica compromete la experiencia de ansiedad en consecuencia de la permanente demora en los trabajos académicos. Lo que suele observarse en los estudiantes que procrastinan es que estudian mucho más tarde de lo recomendando, es muy probable que este atraso se manifieste por la disonancia de sus comportamientos hacia el estudio y sus intenciones. En consecuencia, estos se entretienen de forma sencilla con otras actividades que no son educativas.

El otro resultado que se halló fue de la dimensión de autorregulación académica y mostró que el 92% de los investigados alcanzó un nivel medio lo que implica que los estudiantes evaluados presentan indicadores de la poca capacidad que tiene para organizar el tiempo para sus actividades, ordenar sus emociones y pensamientos (Domínguez, et al., 2014) de otro lado para el procrastinador, la demora provisional parece lógica y justificable; no obstante, desde el punto de vista externo se considera absurdo y posiblemente se puede malograr la percepción que los demás tienen acerca del individuo. Para Lay (1986) la procrastinación es un conjunto de la abertura entre la intención y la conducta, puesto que, los procrastinadores no desarrollan la conducta donde la intención es realizar la tarea. A veces, este ocasiona desviaciones cognitivas, ocasionando excusas, infravaloraciones, arrepentimiento, inquietud, así como actitudes de autosabotaje con el objetivo de no realizar la conducta antes mencionada. Lay (1986) se fundamenta en la teoría del comportamiento planificado propuesto por Ajzen (1991), quien manifiesta que las actitudes no pronostican de forma perfecta lo que realizan los individuos, pero si pronostican la predisposición de tener ciertas conductas. La intención conductual sí es un mejor predictor de comportamiento.

Finalmente se puede concluir que en los sujetos evaluados se ha encontrado indicadores de comportamientos asociados a la procrastinación y que posiblemente les este llevando a pasar por dificultades a nivel académico.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

Se concluye que los estudiantes evaluados presentan un nivel medio de procrastinación académica, es decir se evidencia la presencia del fenómeno en este contexto escolar.

En relación a la dimensión postergación de actividades, se concluye que los estudiantes presenten nivel medio, es decir se caracterizan con una tendencia a dejar para el último las actividades planificadas.

Se concluye que los estudiantes presentan indicadores de no planificar de manera adecuada su tiempo y regular sus emociones y pensamientos para ejecutar sus actividades académicas, pues se ubican en un nivel medio en la dimensión autorregulación de actividades.

Recomendaciones

A los docentes de la institución educativa que tomen en cuenta estos resultados y fomenten el cumplimiento de las actividades académicas propuestas en el marco del plan curricular.

Al coordinador de tutoría, considerar los resultados como línea base para trabajar aspectos relacionados con comportamientos asociados al cumplimiento de actividades.

A los estudiantes que los resultados obtenidos sean tomado en consideración para que puedan organizarse mejor y cumplir de manera responsable con sus actividades académicas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Revista persona*, 13, 159-177. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/1471/147118212009.pdf>
- Ackerman, D. S., & Gross, B. L. (2005). My instructor made me do it: Task characteristics of procrastination. *Journal of Marketing Education*, 27, 5-13. doi: <https://doi.org/10.1177/0273475304273842>
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 179-211. doi: [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
- Angarita, L. (2012). Aproximación a un concepto actualizado de la procrastinación. *Revista Ibero Americana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 5(2), 85-94. Recuperado de <https://revistas.iberoamericana.edu.co/index.php/ripsicologia/article/view/249>
- Ariely, D., & Wertenbroch, K. (2002). Procrastination, deadlines, and performance: Self-control by precommitment. *Psychological Science*, 13, 219-224. doi: <https://doi.org/10.1111/1467-9280.00441>
- Barrantes, B. (2018). *Procrastinación académica según género y grado académico en estudiantes en una institución educativa de Trujillo*. Universidad Privada del Norte.
- Bazán, Z. (2019). *Procrastinación académica según rol de género en estudiantes de un instituto superior de la ciudad de Lima*. Universidad Señor de Sipán.
- Burka, J., y Yuen, L. (2008). *Procrastination why you do it, what to do about it now*. Massachusetts, Estados Unidos de America: Da Capo Press
- Busko, A. D. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model*. Tesis de maestría presentada no publicada como requisito para el grado de Master of Arts, The Faculty of Graduate Studies, University of Guelph
- Chan, L. (2011). Procrastinación académica como predictor en el rendimiento académico en jóvenes de educación superior. *Temática psicológica*, 7(1), 53-62.
- Chun Chu, A. H., & Choi, J. N. (2005). Rethinking procrastination: Positive effects of "active" procrastination behavior on attitudes and performance. *The Journal*

- of *Social Psychology*, 145, 245-264. doi: <https://doi.org/10.3200/SOCP.145.3.245-264>
- Contreras-Pulache, H., Mori-Quispe, E., Lam-Figueroa, N., Hinostroza-Camposano, W., Rojas-Bolivar, D., Espinoza-Lecca, E., Torrejon-Reyes, E. y Conspiracross, C. (2011). Procrastinación en el estudio: exploración del fenómeno en adolescentes escolarizados. Lima Metropolitana, Perú. *Revista Peruana de Epidemiología*, 15 (3), 1-5. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/2031/203122771007.pdf>
- Domínguez, S., Villegas, G. y Centeno, S. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Revista Liberabit*, 20 (2), 293-304 Editorial Universitaria.
- Ellis, A. & Knaus, W. J. (1977). *Overcoming procrastination*. Nueva York: Signet Books.
- Espinoza, O. (2018). *Procrastinación Académica en estudiantes de 4to y 5to de secundaria del colegio Ingenieros Uni Sede La Molina, 2018* [Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. https://movisa.org.mx/images/NoBS_Report.pdf
- Ferrari, J., Johnson, J. & McCown, W. (1995). *Procrastination and task avoidance*. New York: Plenum Press.
- Ferrari, J. R., & Díaz-Morales, J. F. (2007). Perceptions of self-concept and self-presentation by procrastinators: Further evidence. *The Spanish Journal of Psychology*, 10, 91-96. <https://doi.org/10.1017/S113874160000634X>
- Ferrari, J. R., & Pychyl, T. A. (2000). *Procrastination: Current issues and new directions*. Corte Madre, CA: Select Press.
- Hernández, R.; Fernandez, C, y Baptista, P. (2014) *Metodología de la investigación científica*. 6 ed. Mexico, Mc Graw Hill education.
- Lay, C. H. (1986). At last, my research article on procrastination. *Journal of Research in Personality*, 20, 474-495. doi: [https://doi.org/10.1016/0092-6566\(86\)90127-3](https://doi.org/10.1016/0092-6566(86)90127-3)
- Lay, C. H. (1990). Working to schedule on personal projects: An assessment of person-project characteristics and trait procrastination. *Journal of Social Behavior and Personality*, 5, 91-103.
- Oseña D (2015) *Definición de población*. Lima, Editorial San Marcos.

- Quant, D. y Sánchez, A. (2012). Procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y Práctica* 3(1), 45-59.
- Riva, M. (2006). *Manejo Conductual Cognitivo de un Déficit en autocontrol, caracterizado por conductas de Procrastinación*. Tesis, Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá.
- Rosário, P., Costa, M., Nuñez, J., Gonzales-Pienda, J., Solano, P. y Valle, A. (2009). Academic Procrastination: Associations with personal, school, and family variables. *The spanish Journal of Psychology*, 12, 118-127. <https://search.proquest.com/docview/274589208?accountid=12268>
- Rothblum, E. D.; Solomon, L. J. & Murakami, J. (1986). Affective, cognitive, and behavioral differences between high and low procrastinators. *Journal of Counseling Psychology*, 33, 387-394.
- Sampaio, R. y Bariani, I. (2011) Procastinacao académica: um estudo exploratorio. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 2(2), 242-262.
- Sirois, F. & Pychyl, T. (2013). This is a repository of Procrastination and the Priority of short-term Mood regulation: Consequences for future Self. *Social and personality Psychology Compass*, 7(2), 115-127. <https://doi.org/10.1111/spc3.12011>
- Skinner, B.F. (1977). *Ciencia y conducta humana*. Barcelona: Fontanella.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 503-509. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503>
- Schouwenburg, H. (2004). Procrastination in academic settings: General introduction. In H. Schouwenburg, C. Lay, P. Timothy & J. Ferrari (Eds.). *Counseling the procrastinator in academic settings*. (pp. 3-18). American Psychological Association.
- Schouwenburg, H. C., & Lay, C. H. (1995). Trait procrastination and the big-five factors of personality. *Personality and Individual Differences*, 18, 481-490. doi: [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(94\)00176-S](https://doi.org/10.1016/0191-8869(94)00176-S)
- Steel, P., & Ferrari, J. (2013). Sex, education and procrastination: an epidemiological study of procrastinators' characteristics from a global sample. *European Journal of Personality*, 27, 51-58. doi: <https://doi.org/10.1002/per.1851>

- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94.
- Uzun, B., Ferrari, J. R., & LeBlanc, S. (2018). Put aside procrastination: Positive emotional outcomes from self-forgiveness for delays. *North American Journal of Psychology*, 20, 171-186.
- Valle Ramos, M. (2017). *Procrastinación académica en estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa N°126 "Javier Pérez de Cuéllar", Lima - 2017*. Lima: Universidad Inca Garcilaso de la Vega. (Tesis de Pregrado virtual)
- Vodanovich, S. J., & Seib, H. M. (1997). Relationship between time structure and procrastination. *Psychological Reports*, 80, 211-215.
doi:<https://doi.org/10.2466/pr0.1997.80.1.211>