

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO

BENEDICTO XVI

ESCUELA DE POSGRADO

MAESTRÍA EN INVESTIGACIÓN Y DOCENCIA UNIVERSITARIA



**PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE UNA
UNIVERSIDAD PRIVADA DE TRUJILLO**

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE MAESTRO EN
INVESTIGACIÓN Y DOCENCIA UNIVERSITARIA**

AUTORAS:

**SILVIA MARIVEL GARCIA ARMAS
GISSSELLA FIORELLA PEREZ FLORES**

ASESORA:

Dra. FLOR FANNY SANTA CRUZ TERAN

Trujillo - Perú

2018

AUTORIDADES UNIVERSITARIAS

Excmo. Mons. Héctor Miguel Cabrejos Vidarte O.F.M.

Arzobispo metropolitano de Trujillo
Fundador y Gran Canciller de la
Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI

R.P. Dr. Juan José Rydon Mc Hugh O.S.A.

Rector

Dra. Sandra Mónica Olano Bracamonte

Vicerrectora Académica

R.P. Dr. Alejandro Augusto Preciado Muñoz

Director de la Escuela de Postgrado

Dr. Alcibiades Heli Miranda Chávez

Director del Instituto de Investigación

Mg. Andrés Cruzado Albarrán

Secretario General

DEDICATORIA

A Dios. Por su inconmensurable amor al haberme regalado ésta maravillosa familia, formada por:

Mi madre, quien ha sido y es ejemplo de fortaleza y sacrificio.

Mi esposo, compañero de viaje en esta extraordinaria aventura llamada vida.

Mis hijos: Luis, Sophía y José, tesoros invaluables; quienes son mi inspiración y motivo para seguir avanzando.

Mi hermana Cecilia, por estar siempre ahí, dispuesta a apoyarme.

A Nico, mi sobrino amado, por ser parte importante en mi vida.

Marivel.

DEDICATORIA

A Dios.

Por su bondad e infinita misericordia al brindarme no sólo la vida, sino a personas maravillosas que la hacen hermosa.

A mis padres.

Daniel Pérez Rivas, por sus sabios consejos que fueron luz y guía en el improvisado camino de la vida.

Eloysa Flores Hauxwell, porque no hay palabras que puedan expresar mi inmensa gratitud por ti madre querida; mis logros son los tuyos. Te amo.

A mis hermanos.

Vanessa, Paolo y Daniel por ser mis compañeros inseparables, sé que siempre cuento con ustedes.

A mis amigos.

Alberto y Breitner, por su apoyo incondicional y desinteresado durante el desarrollo de este trabajo.

Gissella.

AGRADECIMIENTO

A Dios, nuestro Padre Celestial, quien nos fortaleció para concluir con éxito el presente estudio y poder alcanzar la meta trazada.

A la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI”, por permitirnos ser parte de la Maestría en Investigación y Docencia Universitaria y por las facilidades brindadas para el desarrollo del presente trabajo de investigación.

Al personal que labora en tan prestigiosa alma máter, su amabilidad y generosidad denota su calidad personal y a cada uno de los docentes que con sus conocimientos aportan invaluablemente a forjar varones y mujeres de bien.

A La Dra. FLOR FANNY SANTA CRUZ TERÁN, quien, sin lugar a duda, es un excelente ser humano y una gran profesional; su amplia paciencia, experiencia y dedicación han sido importantes baluartes para la ejecución del presente trabajo.

Las autoras.

DECLARATORIA DE LEGITIMIDAD DE AUTORÍA

Las suscritas, SILVIA MARIVEL GARCIA ARMAS, con DNI. 18086537 y GISSELLA FIORELLA PEREZ FLORES, con DNI. 45252602, egresadas de la Maestría de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI”, damos fe que hemos seguido estrictamente los procedimientos académicos y administrativos emitidos por la Escuela de Posgrado de la UCT, para la realización y sustentación de la tesis titulada: PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TRUJILLO, la que consta de 68 páginas, 14 tablas y 8 figuras.

Dejamos constancia de la particularidad y autenticidad de todos los datos e información del presente trabajo de investigación y declaramos bajo juramento, en concordancia con las exigencias éticas de integridad y objetividad, que el contenido de esta tesis, corresponde a nuestra autoría respecto a redacción, ordenamiento estructural, metodología y diagramación.

En tal sentido, admitimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión involuntaria tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas académicas de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI”.

Asimismo, damos fe que el índice de similitud arrojado por el programa Turnitin es del 18%.

Las autoras.

SILVIA MARIVEL GARCIA ARMAS
DNI. 18086537

GISSELLA FIORELLA PEREZ FLORES
DNI. 45252602

ÍNDICE GENERAL

	Págs.
DEDICATORIAS.....	iii
AGRADECIMIENTO.....	v
DECLARATORIA DE LEGITIMIDAD DE AUTORÍA.....	vi
ÍNDICE GENERAL.....	vii
ÍNDICE DE TABLAS.....	x
ÍNDICE DE FIGURAS.....	xi
RESUMEN.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
Capítulo I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	
1.1. Planteamiento del problema.....	14
1.2. Formulación del problema.....	16
1.2.1. Problema general.....	16
1.2.2. Problemas específicos.....	16
1.3. Formulación de objetivos.....	16
1.3.1. Objetivo general.....	16
1.3.2. Objetivos específicos.....	17
1.4. Justificación de la investigación.....	17
Capítulo II. MARCO TEÓRICO	
2.1. Antecedentes de la investigación.....	19
2.1.1. Antecedentes internacionales.....	19
2.1.2. Antecedentes nacionales.....	22
2.2. Bases teóricas científicas.....	23
2.2.1. Procrastinación académica.....	23
2.2.1.1. Definiciones.....	23
2.2.1.2. Teorías psicopedagógicas.....	24
2.2.1.3. Tipos de procrastinación.....	25
2.2.1.4. Tipos de procrastinadores.....	26
2.2.1.5. Factores que inciden en la procrastinación.....	27

2.2.1.6. Enfoques teóricos.....	29
2.2.2. Ansiedad.....	32
2.2.2.1. Definiciones.....	32
2.2.2.2. Teorías psicopedagógicas.....	32
2.2.2.3. Tipos de ansiedad.....	33
2.2.2.4. Enfoques teóricos.....	34
2.3. Marco conceptual.....	36
2.4. Identificación de dimensiones.....	37
2.5. Formulación de hipótesis.....	38
2.5.1. Hipótesis general.....	38
2.5.2. Hipótesis específicas.....	38
2.6. Variables.....	38
2.6.1. Definición operacional.....	38
2.6.2. Operacionalización de variables.....	39

Capítulo III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo de investigación.....	41
3.2. Métodos de investigación.....	41
3.3. Diseño de investigación.....	41
3.4. Población y muestra.....	42
3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	42
3.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos.....	43
3.7. Aspectos éticos.....	43

Capítulo IV. RESULTADOS

4.1. Presentación y análisis de resultados.....	45
4.2. Prueba de normalidad.....	50
4.3. Prueba de hipótesis.....	51
4.4. Discusión de resultados.....	54

Capítulo V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones.....	56
5.2. Recomendaciones.....	57

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	58
ANEXOS.....	62
ANEXO 1. Escala de procrastinación académica.....	62
ANEXO 2. Ficha técnica de escala de procrastinación académica.....	63
ANEXO 3. Escala de valoración de ansiedad-estado.....	64
ANEXO 4. Escala de valoración de ansiedad-rasgo.....	65
ANEXO 5. Ficha técnica de ansiedad estado-rasgo.....	66
ANEXO 6. Matriz de consistencia.....	67

ÍNDICE DE TABLAS

	Págs.
Tabla 2.1. Operacionalización de variable procrastinación.....	36
Tabla 2.2. Operacionalización de variable ansiedad.....	37
Tabla 3.1. Población de estudiantes.....	39
Tabla 4.1. Rangos por edad.....	42
Tabla 4.2. Rangos de edades y sexos.....	43
Tabla 4.3. Niveles de procrastinación académica.....	43
Tabla 4.4. Niveles de procrastinación académica según sexo.....	44
Tabla 4.5. Niveles de ansiedad.....	45
Tabla 4.6. Niveles de ansiedad según sexo.....	46
Tabla 4.7. Coeficiente de correlación entre procrastinación académica y ansiedad.....	48
Tabla 4.8. Coeficiente de correlación entre autorregulación y ansiedad estado.....	49
Tabla 4.9. Coeficiente de correlación entre autorregulación y ansiedad rasgo.....	49
Tabla 4.10. Coeficiente de correlación entre aplazamiento y ansiedad estado	50
Tabla 4.11. Coeficiente de correlación entre aplazamiento y ansiedad rasgo	50

ÍNDICE DE FIGURAS

	Págs.
Figura 1. Rangos por edad.....	42
Figura 2. Número de alumnos según edades y sexo.....	43
Figura 3. Niveles de procrastinación académica.....	44
Figura 4. Niveles de procrastinación académica según sexo.....	45
Figura 5. Niveles de ansiedad.....	46
Figura 6. Niveles de ansiedad según sexo.....	47
Figura 7. Prueba de normalidad.....	47
Figura 8. Coeficiente de correlación entre procrastinación académica y ansiedad.....	48

RESUMEN

El presente trabajo de investigación tuvo como finalidad determinar la relación entre procrastinación académica y ansiedad en un grupo de estudiantes de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI”, de la carrera de ingeniería industrial.

Actualmente no existen estudios realizados relacionados con el tema de la procrastinación académica en esta universidad, es por ello que creemos que, conociendo los niveles de incidencia de estas dos variables se podrán adoptar las medidas pertinentes para disminuir o erradicar estos trastornos.

Este es un estudio de tipo descriptivo, correlacional, transversal y de campo, para lo cual se aplicó un test con el fin de determinar el nivel de procrastinación académica y, otro, para ansiedad. El estudio comprendió a toda la población de ingeniería industrial del semestre 2018 – I, ascendente a 123 alumnos.

Como resultado se evidencia que un 82,93% de los alumnos involucrados en esta investigación tienen un nivel medio de procrastinación, y un 66,67% también nivel medio en ansiedad, porcentaje que en su mayoría son de sexo masculino. Se concluye que existe una relación leve pero significativa entre las dos variables con un valor rho de Spearman = 0,386.

Palabras clave: Procrastinación académica, ansiedad estado, ansiedad rasgo.

ABSTRACT

The purpose of this research work was to find the relationship between academic procrastination and anxiety in a group of students of the Catholic University of Trujillo "Benedict XVI", of the industrial engineering career.

Currently there are no studies conducted related to the issue of academic procrastination, in this university, that is why we believe that knowing the levels of incidence of these two variables can take appropriate measures to reduce or eradicate these disorders.

This is a descriptive, correlational, transversal and field study, for which a test was applied in order to determine the level of academic procrastination and, another, for anxiety. The study comprised the entire industrial engineering population of the 2018 I semester, which numbered 123 students.

As a result, 82.93% of the students involved in this research have an average level of procrastination, and 66.67% also average level of anxiety, a percentage that is mostly male. It is concluded that there is a slight but significant relationship between the two variables with a rho value of Spearman = 0.386.

Keywords: Academic procrastination, anxiety state, trait anxiety.

Capítulo I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema.

En un mundo cada vez más competitivo y agitado la postergación de tareas y la ansiedad son dos variables que se experimentan muy a menudo en casi todos los contextos del quehacer mundial. Actualmente las personas adoptan una serie de compromisos que muchas veces no logran cumplir, generándose un alto nivel de ansiedad. A este comportamiento de aplazar decisiones y actividades se le conoce con el término de procrastinación.

En el trabajo de investigación de Furlan, Ferrero y Gallart (2014) determinaron que la ansiedad ante los exámenes y la procrastinación académica puede considerarse como un indicador para síntomas mentales donde la imagen de uno mismo tiene una percepción negativa. Esta conclusión es resultado del estudio que realizaron a 219 estudiantes de la Universidad Nacional de Córdoba en Argentina con el fin de analizar las comorbilidades de síntomas mentales con la ansiedad y procrastinación.

Para aclarar el término procrastinación, nos basaremos en la etimología de esta palabra, que según la Real Academia de la Lengua Española proviene de dos vocablos latinos: “pro” y “crastinare”, que significan a favor de y relativo al día de mañana respectivamente; por lo que en su acepción general tenemos como sinónimos: retrasar o dejar para mañana tareas pendientes y determinantes.

Para Ferrari, O'Callahan y Newbegin (2014), la procrastinación siempre va ligada a un estado de ansiedad a causa de ir postergando tareas específicas para realizar aquellas efímeras, insignificantes o simplemente más cómodas desde su perspectiva.

Esta práctica, conducta, hábito y/o comportamiento se ve acentuado y con mayor intensidad en la vida universitaria, donde los estudiantes casi siempre tienen una justificación para no presentar los trabajos, excusar una mala nota o retrasar la lectura

del material indicado. A este tipo de estudiantes se les cataloga como perezosos o irresponsables porque no se analiza el origen de este comportamiento cuyas causas pueden ser variadas como: perfeccionismo, miedo al fracaso, creencia que son incompetentes o simplemente el desinterés por aprender debido a los muchos distractores tecnológicos que existen hoy en día. Precisamente, este comportamiento de aplazar o postergar las actividades relacionadas con el estudio por otras más irrelevantes o agradables, se define como: procrastinación académica y adquiere importancia si reflexionamos en las perjudiciales consecuencias que puede ocasionar tanto en la salud generando emociones negativas como en el aspecto académico, ya que llevan a la deserción o al fracaso de muchos estudiantes, que no logran culminar su carrera o en caso de lograrlo, no están lo suficientemente preparados para afrontar los retos de la vida laboral.

En la actualidad existen pocos trabajos de investigación relacionados con este tema y a pesar de que el término procrastinación sea relativamente moderno, ésta como acción ha existido desde tiempos remotos, atribuyéndole cualquier otro adjetivo, entre los que podemos destacar: la pereza y sus sinónimos.

Teniendo en cuenta todo lo mencionado anteriormente y en nuestra calidad de docentes universitarias, consideramos que la procrastinación académica se va acentuando exponencialmente en los estudiantes con el paso del tiempo, y en ese sentido, creemos de suma importancia determinar el nivel de procrastinación, así como la ansiedad que genera este tipo de conducta para lo cual centraremos el presente estudio en los alumnos de la Escuela Académico Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Católica "Benedicto XVI" de la ciudad de Trujillo, quienes constantemente piden prórroga para la entrega de sus trabajos o buscan aplazar la fecha de los exámenes aduciendo la falta de tiempo. Con la experiencia docente y a través de los cursos dictados se ha podido observar que cuando se les otorga nuevos plazos pocos son los estudiantes que cumplen con sus tareas pues la mayoría sigue dejando para el último momento y muchas veces no logran aprovechar estas nuevas oportunidades. Es por todo lo expuesto, conveniente e importante realizar este trabajo con el fin de que sirva de base para el desarrollo de futuras investigaciones que coadyuven a ir desplazando esta práctica tan extendida en el contexto actual.

1.2. Formulación del problema.

1.2.1. Problema general:

- ¿Cuál es la relación que existe entre procrastinación académica y ansiedad en los estudiantes de Ingeniería Industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018 - I?

1.2.2. Problemas específicos:

- a) ¿Cuál es el nivel de procrastinación académica en los estudiantes de Ingeniería Industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018 - I?
- b) ¿Cuál es el nivel de ansiedad en los estudiantes de Ingeniería Industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018 - I?
- c) ¿Cuál es la relación que existe entre autorregulación y ansiedad estado en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018 - I?
- d) ¿Cuál es la relación que existe entre autorregulación y ansiedad rasgo en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018 - I?
- e) ¿Cuál es la relación que existe entre aplazamiento y ansiedad-estado en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018 - I?
- f) ¿Cuál es la relación que existe entre aplazamiento y ansiedad-rasgo en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018 - I?

1.3. Formulación de objetivos.

1.3.1. Objetivo general:

- Determinar la relación que existe entre procrastinación académica y ansiedad en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018-I.

1.3.2. Objetivos específicos:

- a) Identificar el nivel de procrastinación académica en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018-I.
- b) Identificar el nivel de ansiedad en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018-I
- c) Determinar la relación que existe entre autorregulación y ansiedad estado en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018-I.
- d) Determinar la relación que existe entre autorregulación y ansiedad rasgo en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018-I.
- e) Determinar la relación que existe entre aplazamiento y ansiedad-estado en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018 – I.
- f) Determinar la relación que existe entre aplazamiento y ansiedad-rasgo en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018 – I.

1.4. Justificación de la investigación.

La procrastinación es un problema real y serio que la población humana en general va experimentando día a día, y si se tiene en cuenta que el futuro de las sociedades depende de los estudiantes que se vienen formando en la actualidad, se puede imaginar el riesgo en el que ésta se encuentra si no se buscan soluciones efectivas para disminuirla.

Es por eso conveniente realizar este trabajo con el afán de ayudar a comprender este mal proceder que acarrea funestas consecuencias, la presente investigación se orientará en determinar el nivel de procrastinación académica y ansiedad que existe en los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Católica “Benedicto XVI” de la ciudad de Trujillo, ya que, consideramos que conociendo el nivel de estas variables, se podrán llevar a cabo no sólo investigaciones posteriores que puedan profundizar en el tema, sino que, dependiendo

del enfoque que se le asigne, así como los recursos con los que se cuenta, se podrán implementar programas que ayuden a superar estas deficiencias en la conducta, logrando formar estudiantes cada vez más comprometidos con la consecución de sus metas en el plazo establecido y con óptimos resultados.

Como se ha mencionado en el párrafo anterior, la presente investigación servirá como un punto de partida para otras posteriores, ayudando a entender este problema y buscando estrategias de afrontamiento que ayudarán a la comunidad educativa de esta prestigiosa institución, lo cual generará impacto en la sociedad.

En el aspecto práctico, mostrará resultados reales de los niveles de las variables en estudio, que pueden servir al departamento de tutoría para adoptar medidas pertinentes.

Cabe resaltar que, para el desarrollo del presente trabajo de investigación, según su justificación metodológica se aplicarán instrumentos validados por especialistas de nuestro país, y que han sido aplicados en determinado momento en otras instituciones; garantizando de este modo resultados confiables en la determinación de la procrastinación y ansiedad, aportando información relevante sobre la situación actual en los estudiantes de tan prestigiosa alma máter.

Capítulo II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación.

La procrastinación es una forma de comportamiento tan antiguo como la historia pero que ha tenido connotaciones negativas recién en la edad moderna con el advenimiento de la revolución industrial (1750). Antes esta conducta se percibía como neutral y podía ser interpretada como una forma de inacción.

2.1.1. Antecedentes Internacionales.

Furlan, Ferrero y Gallart (2014) en su investigación: *Ansiedad ante los exámenes, Procrastinación y Síntomas Mentales en Estudiantes Universitarios*, evaluaron a 219 estudiantes (60% género femenino y 40% género masculino) de la Universidad Nacional de Córdoba, utilizando los siguientes instrumentos: Escala Cognitiva de AE (S-CTAS, Furlan, Cassady & Pérez, 2009) para la variable ansiedad, Tuckman Procrastination Scale (A-TPS, Furlan et.al 2012) para la variable procrastinación y el Cuestionario Epidemiológico de Sintomatología Mental (CESIM, Buriyovich, 1993) para la variable síntomas mentales, concluyeron que las tres variables están íntimamente relacionadas resaltando la visión negativa de sí mismo como uno de los principales factores para esta correlación.

Martínez y Otero (2014) en su investigación: *Ansiedad en estudiantes universitarios: Estudio de una muestra de alumnos de la Facultad de Educación*, evaluó a 106 estudiantes (89 mujeres y 17 varones) de la Universidad Complutense de Madrid, con la finalidad de conocer la incidencia de ansiedad en el contexto universitario utilizando el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI), encontrando una alta incidencia, el mismo que, según el estudio predominó en el género femenino, coincidiendo con lo reportado por Arenas y Puigcerver (2009), que indican que las mujeres desarrollan de 2 a tres veces más trastornos de ansiedad por encontrarse en edad reproductiva.

Natividad, García y Pérez (2014) llevaron a cabo el estudio: *Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios*, con el objetivo de determinar la prevalencia de la procrastinación académica en el entorno universitario, para ello, aplicó el instrumento la PASS (Salomón y Rothblum, 1984), por ser válido y fiable en 210 estudiantes de ambos sexos de Psicología y Magisterio de la Universidad de Valencia, concluyendo que la procrastinación académica tiene una elevada incidencia y está ampliamente arraigado en los estudiantes universitarios.

García *et.al.* (2012), en su trabajo: *Estudiantes de medicina con procrastinación académica: estudio descriptivo desde la teoría del análisis transaccional*, se plantearon como objetivo relacionar los estados del yo (egograma) con la procrastinación académica y los niveles de ansiedad, utilizando un instrumento distinto para cada una de las variables: Cuestionario de Estados del Yo (CEY), Escala de procrastinación Académica (EPA) y el Inventario de Ansiedad Rango-Estado (IDARE) respectivamente; la muestra estuvo conformada por 95 estudiantes entre los 18 y 38 años de edad; encontrando altos niveles de procrastinación, y niveles de ansiedad media, en rasgo como estado; además precisaron que hay casos en los que la ansiedad amerita tratamiento ya que puede conllevar a implicaciones clínicas importantes, y, afectar la calidad de vida y desempeño profesional del estudiante.

Clariana, Cladellas, Badía y Gotzens (2011), en su trabajo de investigación: *La influencia del género en variables de la personalidad que condicionan el aprendizaje: inteligencia emocional y procrastinación académica*; evaluaron a 192 estudiantes de psicología de la Universidad Autónoma de Barcelona y la Universidad de las Islas Baleares, muestra conformada por 45 varones y 147 mujeres, con edades comprendidas entre los 20 y 42 años de edad; para medir la procrastinación utilizaron la escala D Clariana y Martín (2008), y para la variable inteligencia emocional utilizaron el Cuestionario Emotional Quocient Inventory (2006), la misma que fue traducida y adaptada a la lengua catalana, al analizar las correlaciones de ambos instrumentos concluyeron que tal y como lo plantearon hipotéticamente la procrastinación se correlaciona negativamente con la inteligencia emocional.

Furlan, Piemontesi, Illbele y Sánchez (2010) en su publicación: *Procrastinación y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de psicología de la UNC*, señalaron haber trabajado con una muestra total de 227 alumnos de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Córdoba-Argentina, y estuvo conformada por varones (22%) y mujeres (75.8%) con edades que oscilaban entre los 19 y 62 años y hubo un margen del 2.2% de estudiantes que no indicaron su edad; entre los instrumentos aplicados colectivamente se encuentran la Escala de procrastinación de Tuckman (1991) para la variable procrastinación académica y la adaptación del inventario alemán de AE (2008) para la variable ansiedad ante los exámenes, encontrando una relación moderada y positiva entre ambas variables. Este estudio permitió establecer dos importantes conclusiones: 1) Que la ansiedad ante los exámenes activa la conducta procrastinadora con el fin de aplacar la primera y, 2) Que la procrastinación establece los parámetros para que el alumno incremente su ansiedad ante los exámenes al percibir su falta de preparación para rendirlos.

Angarita, Sánchez y Barreiro (2009) evaluaron a 93 estudiantes para estudiar la *Relación entre los niveles de procrastinación académica y el rendimiento en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada en Bogotá, Colombia*, y a través de la Escala de procrastinación académica de Tuckman (1991) y la Escala de valoración de procrastinación en estudiantes (PASS, 1984), encontrando altos niveles de procrastinación que conllevan a un bajo rendimiento académico y utilizan razones como miedo al fracaso para esta conducta.

Grandis (2009) en su tesis doctoral: *Evaluación de la ansiedad frente a los exámenes universitarios*, mediante un estudio descriptivo cuantitativo utilizó el Cuestionario de ansiedad frente a los exámenes universitarios en una población de 1368 alumnos, cuyas edades oscilaban entre los 17 y 59 años, de los cuales el 56.43% estaba conformado por mujeres y el 43.57% por varones, encontrando mayores niveles de ansiedad en las mujeres, atribuyéndole una causa genética: menor cantidad de la enzima catecol-O-metiltransferasa (enzima que regula los niveles de dopamina, adrenalina y noradrenalina en el ser humano); también

concluyó que los altos niveles de ansiedad pueden ocasionar daños a la salud mental de los alumnos, el mismo que denota en un bajo rendimiento académico.

2.1.2. Antecedentes Nacionales.

Barreto (2015) en el trabajo de investigación: *Relajación en estados de ansiedad y procrastinación en ingresantes a la Facultad de Ciencias Sociales 2015 de la Universidad Nacional de Tumbes*, desarrolló un programa de relajación con la finalidad de disminuir la procrastinación y ansiedad (MEBE), el mismo que fue aplicado a 51 estudiantes de una muestra total de 101, de los cuales 65% correspondieron al género femenino y 35% género masculino; los instrumentos que utilizó para determinar la ansiedad y procrastinación fueron: el Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE) y Escala de Procrastinación Académica respectivamente, y a pesar de encontrar una alta incidencia en las variables ansiedad y procrastinación, no se evidenció diferencias significativas entre hombres (ansiedad: 66.6%; procrastinación: 84.4%) y mujeres (ansiedad: 66.1%; procrastinación: 84.1%); sin embargo después de aplicar el tratamiento obtuvo muy buenos resultados al lograr disminuir notablemente el porcentaje de prevalencia en ambas variables.

Alegre, A. (2013) mediante el artículo: *Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana*, aplicando la Escala de Autoeficacia y Escala de Procrastinación Académica, buscó establecer la relación entre ambas variables, pues consideró la autoeficacia personal como la meta que el estudiante se traza para alcanzar sus objetivos académicos y la procrastinación como un problema crónico que puede afectar esa autoeficacia; para ello obtuvo como muestra 348 alumnos universitarios, de los cuales el 50.6% pertenecían al sexo masculino y el 49.4% al sexo femenino, de éstos el 70.1% correspondían a universidades particulares y el otro 29.9% restante a universidades estatales; encontrando relación significativa y negativa entre ambas variables y resalta que la autoeficacia personal debe ser reforzada en el proceso enseñanza aprendizaje para limitar la conducta procrastinadora.

Carranza y Ramírez (2013) realizaron un estudio acerca de la *Procrastinación y características demográficas asociados en estudiantes universitarios de la Universidad Peruana Unión sede Tarapoto*, cuya muestra constó de 302 estudiantes de ambos géneros, comprendiendo un grupo etáreo de 16 y 25 años, utilizando el Cuestionario de Procrastinación creado por Ramírez, Tello y Vásquez (2013), encontrando que en el género femenino existe mayor porcentaje de procrastinación, con un 65.8% en comparación con los hombres; siendo los estudiantes de la Facultad de ingeniería y arquitectura quienes presentan mayor incidencia en conductas procrastinadoras, con un 15.9%.

Chan (2011), llevó a cabo una investigación denominada: Procrastinación académica como predictor en el rendimiento académico en jóvenes de educación superior, en la cual trabajó con 200 estudiantes de la Universidad de Lima con edades comprendidas entre 19 y 23 años; aplicando la escala de procrastinación académica (Busko, 1998; Álvarez, 2010), evidenció diferencias significativas entre calificaciones de educación escolar y superior, hallando también que el 51,5 % de los participantes ha tenido dificultades en diversos cursos a nivel superior. Con respecto a las conductas procrastinadoras encontró que los hombres tienden a procrastinar más que las mujeres; sin embargo, las diferencias no son significativas.

Álvarez (2010), en su estudio: *Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de Lima metropolitana*, aplicó el instrumento: Escala de Procrastinación General y Académica (Busko, 1998), en una muestra de 235 estudiantes de secundaria, no encontrando diferencias significativas entre los géneros femenino y masculino, pero si una alta incidencia de procrastinación académica en relación a la procrastinación general.

2.2. Bases teóricas científicas.

2.2.1. Procrastinación académica.

2.2.1.1. Definiciones. La procrastinación, se entiende como el hábito de postergar deberes sustituyéndolas por aquellas que se consideren más agradables.

Steel (2007), afirma que la procrastinación es el aplazamiento deliberado de las actividades a pesar de estar consciente de las consecuencias negativas a las que conlleva y con la premisa de que “después es mejor” va postergándolas para mañana, según el autor por dos razones: el miedo a fallar o la aversión a la tarea.

Asimismo, la procrastinación académica se caracteriza por dilatar hasta el final deberes que deben ser cumplidos en un lapso de tiempo determinado; por lo que concibe a la procrastinación académica como un fallo en el cumplimiento oportuno de los deberes. (Wolters, 2003)

Ackerman y Gross (2007), precisan que la procrastinación académica está en constante cambio, ya que está determinada por la relevancia con que el estudiante considera la información brindada por el docente, las estrategias didácticas y los medios que éste emplee; por lo que, si tiene una concepción negativa de los factores antes mencionados simplemente utilizará su tiempo en actividades que el estudiante considere más atractivas.

2.2.1.2. Teorías psicopedagógicas.

Teoría Humanista de Abraham Maslow: Convenimos en adoptar esta teoría, ya que el individuo que procrastina, tiende a sentirse ansioso y preocupado, además está consciente que debe cambiar de actitud para poder lograr sus objetivos, pues como seres humanos estamos en la constante búsqueda de la actualización y autorrealización, los mismos que conllevan a la satisfacción.

Para Maslow la personalidad está relacionada con la motivación, a su vez la falta de ésta es considerada una de las causas de la procrastinación. No todos los individuos tienen los mismos intereses, por lo tanto, cada ser humano por ser único y diferente también va a tener distintas necesidades motivacionales que están relacionadas con sus objetivos así como con las situaciones que vive.

Maslow propone la “Teoría de la motivación humana” en la cual ordena jerárquicamente las necesidades y factores que motivan a las personas. Esta es su famosa pirámide de las necesidades que son: fisiológicas, de seguridad, de amor y pertenencia, de estima y de autorrealización.

Teoría Conductual de Burrhus Frederic Skinner: Si entendemos que la procrastinación es el hábito de aplazar las responsabilidades, debemos entender también, que no significa que el individuo no realice las tareas encomendadas, sino que tiende a hacerlo, como comúnmente lo denominamos: “de última hora” y muchas veces el hacerlo de última hora le resulta positivo, ya que consiguió presentar su trabajo; y esto se relaciona con el condicionamiento operante de Skinner, que establece que los seres humanos tienden a repetir sus formas de conducta cuando consideran que tienen consecuencias positivas y que se van reforzando con el transcurrir del tiempo. En el caso de los procrastinadores su conducta de aplazamiento o postergación ha sido reforzada desde la infancia, es en esta etapa donde nace este hábito. Las consecuencias de este proceder no han sido duras o rectificantes y se han ido fijando hasta convertirse en una forma de vida. Ellos realizan las tareas encomendadas pero cuando ya no hay otra alternativa, lo hacen bajo presión y obtienen resultados satisfactorios.

2.2.1.3. Tipos de procrastinación.

Spada, Hiou y Nikcevic (2006) plantean que existen dos tipos de procrastinación:

- **Aplazamiento de actividades previamente comenzadas,** relacionado con la evasión. Una de las razones de esta conducta evitativa es la complejidad de la tarea, el alumno no entiende el tema o se complica a medida que va desarrollándolo y prefiere dejar para completar después; otra razón también es el perfeccionismo, el estudiante quiere hacer un trabajo excelente y por ello piensa que

documentándose más logrará su propósito, aplazando el término de su tarea.

- **Aplazamiento de toma de decisiones para iniciar la actividad,** relacionado con el miedo al fracaso. Una inadecuada interpretación de la situación puede llevar a magnificar o exagerar el riesgo referido a la tarea, anticiparse a las consecuencias y hacer conjeturas catastróficas también es un factor de aplazamiento en la toma de decisiones, y, por último pensar que el fracaso o el éxito definen a la persona.

Ferrari, Johnson y McCown (1995) destacan otra clasificación:

- **Crónica:** Cuando la procrastinación se lleva a cabo en todos los ámbitos de la vida del individuo, es decir que no sólo pospone actividades educativas o profesionales sino también las de índole personal, familiar. Esta conducta ha sido recurrente a través del tiempo convirtiéndose en un modo de vida que muchas veces se torna normal.
- **Situacional:** Cuando la procrastinación se limita a ciertos ámbitos, por ejemplo: el contexto académico o laboral. Son procrastinadores eventuales que tienen esta conducta en estados de mucha presión o de rechazo a las actividades relacionadas con determinadas situaciones.

2.2.1.4. Tipos de procrastinadores.

Hsin Chun Chu y Nam (2005) distinguen dos tipos de procrastinadores:

- **Pasivo o tradicional:** Aquel que es incapaz de dar inicio a las tareas encomendadas para culminarlas en un determinado tiempo. Es el tipo que se queda paralizado por la indecisión de empezar la actividad. Suelen ser pesimistas y no creen poder lograr resultados satisfactorios.
- **Activo:** Aquel que intencionalmente aplaza la tarea hasta el último momento para sentir la inmensa emoción de terminar el trabajo en el tiempo determinado. Trabaja bajo presión y muchas veces logra salir

airoso de las situaciones apremiantes. Esto refuerza la conducta procrastinadora.

Según Angarita (2012) establece que existen los siguientes tipos de procrastinadores:

- **Perfeccionista:** El individuo considera que los deberes que posterga no cumplen con su perspectiva personal.
- **Soñador:** Aquel que es poco objetivo, lo que implica que este divagando continuamente.
- **Preocupado:** Aquel que está constantemente perturbado por que las cosas salgan mal o estén fuera de su control.
- **Generador de crisis:** Que de cierto modo disfruta al experimentar la sensación de aplazamiento.
- **Desafiante:** Aquel que puede llegar a la agresión bajo la premisa del control de terceros.
- **Ocupado:** Aquel que, al tener tantas tareas pendientes, no llega a terminar ninguna concretamente.
- **Relajado:** Tiende a evadir tareas que le generen estrés o compromiso.

2.2.1.5. Factores que inciden en la procrastinación.

Existen muchos factores que inducen a la procrastinación, pero básicamente se pueden resumir en falta de motivación y falta de conocimientos.

Por falta de motivación: Para entender la falta de motivación como causante de la procrastinación, merece la pena echar un vistazo a la ecuación de la procrastinación de Piers Steel. Según Steel (2005), la motivación está afectada por 4 factores:

- **Expectativa:** Se refiere a si esperamos que terminar la tarea sea fácil o difícil. Generalmente, cuantas más veces hayamos realizado la tarea y más cómodos nos sintamos con ella, mayores expectativas de éxito tendremos. Por el contrario, si se trata de una tarea nueva o que no se

nos da bien, las expectativas de éxito serán mucho menores. Paradójicamente, existen personas con un enorme exceso de confianza en sus capacidades para sacar adelante ciertas tareas. Ello provoca que pospongan sus obligaciones hasta el último momento, porque piensan que serán capaces de hacerlo sin problemas. Incluso algunos aseguran que dejarlo todo para el último momento hace que el resultado sea mucho más creativo, como resultado de la presión autoimpuesta.

- **Valoración:** No todas las tareas que realizamos tienen el mismo valor para nosotros, en el sentido de que no nos resultan igualmente placenteras. Por ejemplo, solemos valorar mucho más ir al cine con nuestra pareja que quedarnos en casa limpiando el polvo o lavando los platos. Por otro lado, la mayoría de las personas muestran una mayor tendencia a procrastinar cuando los plazos de expiración se encuentran más lejanos en el tiempo. Según algunos especialistas, cuanto más cercana esté una persona a la recompensa o al sentimiento de realización, el “premio” parecerá más valioso. Es decir, la gratificación inmediata resulta más motivadora que los premios a largo plazo.
- **Impulsividad:** Iniciar la actividad sin reflexionar, simplemente llevados por la emoción del momento, es una receta segura para la mala calidad en el trabajo, la propensión a la distracción y a la procrastinación. Este es un rasgo de personalidad que busca la satisfacción inmediata sin pensar en los resultados. Actúa como un mecanismo de defensa para no razonar y pensar en las consecuencias.
- **Demora de la satisfacción:** No es lo mismo saber que la tarea terminará en 15 minutos, o que disfrutaremos de los beneficios inmediatamente, que tener que esperar días, o incluso semanas. Estos cuatro factores se combinan según la siguiente ecuación para calcular el grado de motivación:

$$\text{Motivación} = (E \times V) / (I \times D)$$

(Ecuación Matemática)

Por falta de conocimientos: Otra causa de procrastinación es la falta de conocimiento de algún aspecto de la tarea que estamos procrastinando. Generalmente cuando el trabajo es difícil, no sabemos por dónde empezar, no tenemos claros los objetivos o nos demandará mucho tiempo realizarlo, tendemos a procrastinar.

2.2.1.6. Enfoques teóricos.

- **Enfoque psicodinámico:** Matlin (2007). Las primeras teorías sobre la procrastinación provienen de la tradición psicodinámica la cual subraya el papel de las experiencias infantiles como factor decisivo de la personalidad adulta, la influencia de los procesos mentales inconscientes sobre el comportamiento y el conflicto interno como raíz subyacente de la mayoría de conductas.

Desde este enfoque la procrastinación se plantea como una manifestación conductual de miedo al fracaso.

Baker (1979) citado por rothblum (1990) plantea que la procrastinación se puede explicar cómo miedo al fracaso debido a relaciones familiares patológicas, donde el rol de los padres ha facilitado la maximización de frustraciones y la minimización de autoestima del niño. Una de las limitaciones de este modelo es la escasa posibilidad de desarrollar instrumentos de medición.

- **Enfoque motivacional:** McClelland (1953) citado por Rothblum (1990) señala que otro de los modelos que ha estudiado la procrastinación es el motivacional, este modelo plantea que la motivación es el logro de un rasgo estable donde la persona invierte una serie de comportamientos que se encuentran orientados a alcanzar el éxito en cualquier situación que se presente por lo cual una persona

debe optar por dos posiciones: la esperanza de alcanzar el éxito o el miedo al fracaso.

Cuando el miedo al fracaso supera a la esperanza de éxito las personas tienden a elegir actividades donde el éxito esté garantizado postergando aquellas tareas difíciles en las cuales puedan predecir fracaso.

- **Teoría conductual:** Para los teóricos conductistas y del aprendizaje la explicación de la procrastinación se basa en la conocida ley del efecto. Esta perspectiva plantea, en resumen, que aquellas personas que han sido recompensadas por procrastinar persistirán en hacerlo, mientras que las que no tienen una historia de recompensas por tales conductas la abandonarán.

Desde este planteamiento general, la teoría de Ainslie (1975) sobre la “recompensa engañosa” enfatiza la tendencia humana no sólo a elegir recompensas a corto plazo frente a las de largo plazo, sino a “descontar” (es decir, disminuir) el valor de estas últimas. La pregunta en cuestión sería ¿por qué los resultados futuros no son tan valiosos como los presentes para el sujeto procrastinador?

Según Kotler (2009) la dilación refleja la necesidad de nuestros cerebros de sentirse bien “ahora” en lugar de esperar a cosechar las recompensas futuras. Desde esta perspectiva, la demora puede ser entendida como una elección o decisión entre dos tareas, una próxima en el tiempo e inmediatamente gratificante y otra con propiedades placenteras (o aversivas) pero sólo a largo plazo o en un futuro distante.

En este sentido, la dilación se caracteriza como la participación en el denominado “descuento temporal” según el cual el valor de un refuerzo futuro es mínimo en un principio y no se incrementa hasta que está muy próximo el momento de su administración.

La perspectiva conductista resulta atractiva en su simplicidad y sencillez, pero no permite explicar entre otras cosas por qué no todos

los estudiantes eligen siempre la recompensa a corto plazo frente a la de largo plazo o juzgan ésta menos importante que aquella. Es decir, por qué no todos los sujetos son procrastinadores crónicos o presentan la dilación como rasgo. Probablemente sea necesario trascender la simple historia de refuerzos y atender a otros factores para explicar esas diferencias.

- **Teoría cognitivo conductual:** Va más allá de los planteamientos conductistas postulando que las personas sienten y actúan consistentemente con sus pensamientos, actitudes y creencias acerca de sí mismos y del mundo. Pensamientos, actitudes y creencias que a veces son racionales y adaptativas, mientras que en otros casos pueden no serlo. Así pues, enfatizan el papel esencial de los procesos cognitivos disfuncionales (distorsiones cognitivas, creencias irracionales, percepciones erróneas y negativas acerca de sí mismo, auto esquemas negativos) en el fomento y mantenimiento de las emociones insanas y las conductas desadaptativas.

La aproximación cognitivo conductual sobre la personalidad reconoce la influencia de las variables ambientales sobre las emociones y la conducta, pero sugiere que las cogniciones juegan un papel mediador trascendental. Específicamente postula que conductas y emociones son causadas en gran medida por la idiosincrásica interpretación cognitiva que los sujetos hacen de determinado acontecimiento más que por el acontecimiento en sí. Las cogniciones y el estilo cognitivo de la persona influyen sobre lo que siente y hace y sobre las creencias que mantiene, creencias irracionales que suelen expresarse como demandas, obligaciones, “deberías” y otros tipos de manifestaciones en términos absolutos.

Probablemente la perspectiva cognitivo conductual pionera sobre la procrastinación sea la que ofrecen Ellis y Knaus (2012) en su obra *Overcoming procrastination*. En la misma mantienen que la procrastinación es resultado de creencias irracionales de los sujetos,

las cuales provocan que equiparen su percepción de autoevaluación con su rendimiento.

2.2.2. Ansiedad.

2.2.2.1. Definiciones. La ansiedad puede definirse como una emoción que el individuo experimenta frente a determinados estímulos que pueden alterar su estado homeostático tanto funcional como psicológico.

Es una respuesta emocional que da el sujeto ante situaciones que percibe o interpreta como amenazas o peligros. (Lang 2002)

La ansiedad es un fenómeno que se da en todas las personas y que, bajo condiciones normales, mejora el rendimiento y la adaptación al medio social, laboral, o académico. Tiene la importante función de movilizarlos frente a situaciones amenazantes o preocupantes, de forma que hagamos lo necesario para evitar el riesgo, neutralizarlo, asumirlo o afrontarlo adecuadamente. (Lazarus, 1976)

La ansiedad es una sensación subjetiva de desasosiego y aprensión con respecto a alguna amenaza futura indefinida. (M. Ladder y col. 1983)

2.2.2.2. Teorías psicopedagógicas.

- **Teoría del 'drive' o activación del organismo** (Spence y Spence, 1966), la cual sostiene que el rendimiento es mayor cuanto mayor es el 'drive' o activación del organismo, es decir, hay una asociación directa y lineal entre activación y rendimiento. Siendo su limitación la de ser aplicable, solamente, a tareas motoras y mecánicas simples.
- **Ley de Yerkes-Dobson**, se representa con una curva en forma de U invertida, la cual posee una validez importante para entender el fenómeno de la ansiedad y sus consecuencias, ya que, en la misma se evidencia como el incremento de la ansiedad ante determinado problema, aumenta también la eficacia y rendimiento de la respuesta en un principio, es decir, permite estar "motivado" (ansiedad normal) lo cual conlleva a un mejor rendimiento. Al aumentar esa ansiedad normal o motivación se llega a un nivel óptimo en la relación ansiedad- eficacia, pero a partir de ese punto crítico cualquier

aumento, por mínimo que sea, genera una disminución muy rápida del rendimiento y en consecuencia se puede llegar a una eficacia nula, con resultados totalmente negativos en el rendimiento académico (Yerkes, 1986).

- **La teoría de Hanin:** denominada zona de funcionamiento óptimo, (ZOF), sostiene que los deportistas consiguen rendir al nivel máximo cuando su ansiedad precompetitiva está dentro de su zona de funcionamiento óptimo -zona ubicada entre la máxima relajación y la máxima activación (Hanin, 1989).
- **La teoría de la catástrofe de Harry:** Postula que la ansiedad somática, es decir, la hiperactivación fisiológica y el rendimiento pueden tener una relación U invertida, siempre que la ansiedad cognitiva esté ausente, pues en su presencia desencadenará una situación desfavorable o de “catástrofe” que impedirá el continuo curvilíneo y afectará el rendimiento (Harry, 1990).
- **Teoría del cambio de Kerr,** según la cual, una activación elevada será favorable si es interpretada como excitación placentera (motivación) y nociva, si se la interpreta como ansiógena. De igual manera, una baja activación será favorable si es vivida como una situación relajante, pero desfavorable si se percibe como un estado de aburrimiento o monotonía. De acuerdo con esta teoría, el problema puede solucionarse cambiando la interpretación de las distintas situaciones, a través de la intervención cognitiva (Kerr, 1991).

2.2.2.3. Tipos de ansiedad.

Según Grandis (2009) podemos diferenciar dos tipos de ansiedad:

- **Ansiedad leve:** Cuando el sujeto experimenta sensaciones de zozobra. Presenta nerviosismo o inquietud pasajera y de corta duración, ésta puede ser beneficiosa o positiva si el sujeto trabaja mejor bajo presión.

- **Ansiedad severa:** Cuando el sujeto experimenta sensaciones de pánico, a tal punto que puede bloquear todo su accionar. Interfiere con sus actividades diarias y lo incapacita, generalmente se relaciona con otros problemas de salud mental.

Para Amaro (2008) los tipos de ansiedad se clasifican en:

- **Fobia.** Es un temor que puede llegar a ser tan intenso que es capaz de paralizar al individuo y que puede estar relacionado con una determinada cosa o situación.
- **Inconsciente:** También denominada: free floating anxiety, se caracteriza porque no se encuentra asociado a una aparente causa concreta, por lo que puede afectar repentinamente al sujeto.
- **Pánico:** Es una sensación extrema de ansiedad, el individuo no sólo se paraliza, sino que puede llegar al punto de sentir que se está muriendo y es incapaz de tomar el control de sí mismo.

2.2.2.4. Enfoques teóricos.

- **Teoría Psicodinámica:** Freud (1967), identifica tres teorías sobre la ansiedad:
 1. La ansiedad real que aparece ante la relación que se establece entre el yo y el mundo exterior; manifestándose como una advertencia para el individuo, es decir, notifica al sujeto de un peligro real que existe en el contexto que lo rodea.
 2. La ansiedad neurótica, que resulta más complicada que la anterior, ya que, si bien se entiende también como una señal de peligro, su origen hay que indagarlo en los impulsos reprimidos del individuo, siendo ésta la base de todas las neurosis.
 3. La ansiedad moral o de la venganza, aquí el super yo amenaza al sujeto con la posibilidad de que el yo pierda el control sobre los impulsos.

Freud dijo que la angustia es más un proceso biológico (fisiológico), respuesta del organismo ante la sobreexcitación derivada del impulso sexual -libido- para posteriormente llegar a otra interpretación en

donde la angustia sería la señal peligrosa en situaciones de alarma. Según esta teoría, la angustia procede de la lucha del individuo entre el rigor del súper yo y de los instintos prohibidos, ello, donde los estímulos instintivos inaceptables para el sujeto desencadenarían un estado de ansiedad.

- **Enfoque Existencialista:** La ansiedad es la experiencia de la amenaza inminente de no ser, derivada de que el hombre es el animal que valora, el ser que interpreta su vida y su mundo en términos de símbolos y significados, e identifica esto con su existencia como Yo. El origen de la ansiedad reside en la amenaza a los valores que abraza un ser humano, comprendiendo estos la vida física o psicológica o a algún otro valor como, por ejemplo, el patriotismo o el amor. También, los existencialistas, diferencian la ansiedad del miedo argumentando que "la ansiedad toca el nervio vital de la propia estima, en cambio, el miedo es una amenaza contra la periferia de la existencia, la ansiedad es ontológica; el miedo no" (May, Angel y Ellenberger, 1967).
- **Teorías Conductistas:** Se basa en que todas las conductas son aprendidas y en algún momento de la vida se asocian a estímulos favorables o desfavorables adoptando así una connotación que va a mantenerse posteriormente. Según esta teoría, la ansiedad es el resultado de un proceso condicionado de modo que los sujetos que la padecen han aprendido erróneamente a asociar estímulos en un principio neutros, con acontecimientos vividos como traumáticos y, por tanto, amenazantes, de manera que cada vez que se produce contacto con dichos estímulos se desencadena la angustia asociada a la amenaza. La teoría del aprendizaje social dice que se puede desarrollar ansiedad no solo a través de la experiencia o información directa de acontecimientos traumáticos, sino a través del aprendizaje observacional de las personas significativas al entorno. (Virues, 2005)

- **Teorías Cognitivistas:** Considera la ansiedad como resultado de “cogniciones” patológicas. Se puede decir que el individuo “etiqueta” mentalmente la situación y la afronta con un estilo y conducta determinados. Por ejemplo, cualquiera de nosotros podemos tener una sensación física molesta en un momento determinado, si bien la mayoría de nosotros no concedemos ningún significado a esta experiencia. No obstante, existen personas que interpretan ello como una señal de alarma y una amenaza para su salud física o psíquica lo cual provoca una respuesta neurofisiológica desencadenando así la ansiedad. (Virues, 2005)

2.3. Marco conceptual.

- **Ansiedad:** Es la respuesta del individuo ante determinado estímulo que cataloga como peligroso o amenazante.
- **Ansiógenos:** Conjunto de factores extrínsecos e intrínsecos capaces de producir ansiedad.
- **Autoeficacia:** También denominada eficacia personal, consiste en la confianza que el individuo alberga para alcanzar las metas planteadas.
- **Autorregulación emocional:** Es la capacidad que adquiere un individuo para poder manejar sus sentimientos, así como sus reacciones frente a diferentes estímulos y situaciones.
- **Cognitivo:** Se considera a todo aquello relacionado con el conocimiento que es producto del aprendizaje y la experiencia.
- **Conducta:** Es el comportamiento que adopta un individuo ante determinada situación.
- **Enfoque teórico:** Es la perspectiva que se puede adoptar para entender, explicar y dar solución a diversas realidades problemáticas.
- **Existencialismo:** Corriente filosófica que busca conocer la realidad objetiva, dejando a un lado toda subjetividad, como consecuencia de la experiencia de la propia existencia.
- **Impulsividad:** Se fundamenta en las diferentes reacciones que puede tener un individuo frente a estímulos externos o internos, sin que éste considere las consecuencias de sus actos.

- **Motivación:** Radica en las diversas cosas que impulsan las acciones de un individuo para lograr los objetivos trazados.
- **Procrastinación:** Se entiende como el acto o voluntad de aplazar o retrasar las tareas pendientes, e independientemente de los factores que influyan en el individuo, este acto suele causarle ansiedad, estrés, entre otros.
- **Rendimiento académico:** Se refiere a la estimación del conocimiento adquirido en el ámbito escolar, universitario, etc. y que se establece de acuerdo a las calificaciones que los estudiantes alcancen a lo largo de una materia cursada.
- **Satisfacción:** Se entiende como un estado mental mediante el cual un individuo tiene sensación de máxima plenitud.

2.4. Identificación de dimensiones.

Para la variable procrastinación académica:

- **Aplazamiento:** Es la dilación, retraso o tardanza, o el hecho de dejar de lado una tarea o decisión. (Natividad, García y Pérez, 2014).
- **Autorregulación:** Es el proceso que permite a los estudiantes activar y mantener pensamientos, conductas y sentimientos orientados a la consecución de sus metas. (Natividad, García y Pérez, 2014).

Para la variable ansiedad:

- **Estado:** La ansiedad-estado es un “estado emocional” inmediato, modificable en el tiempo, caracterizado por una combinación única de sentimientos de tensión, aprensión y nerviosismo, pensamientos molestos y preocupaciones, junto a cambios fisiológicos. (Spielberger,1972).
- **Rasgo:** La ansiedad-rasgo hace referencia a las diferencias individuales de ansiedad relativamente estables, siendo éstas una disposición, tendencia o rasgo. Contrariamente a la ansiedad estado, la ansiedad-rasgo no se manifiesta directamente en la conducta y debe ser inferida por la frecuencia con la que un individuo experimenta aumentos en su estado de ansiedad. (Spielberger,1972).

2.5. Formulación de hipótesis

2.5.1. Hipótesis general:

Hi: Existe relación directa y significativa entre procrastinación académica y ansiedad en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018-I.

Ho: No existe relación entre procrastinación académica y ansiedad en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018-I.

2.5.2. Hipótesis específicas:

- a) Existe un alto nivel de incidencia de procrastinación académica en los estudiantes ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018-I.
- b) Existe un alto nivel de incidencia de ansiedad en los estudiantes ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018-I.
- c) Existe relación entre autorregulación y ansiedad estado en los estudiantes ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018-I.
- d) Existe relación entre autorregulación y ansiedad rasgo en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018-I.
- e) Existe relación entre aplazamiento y ansiedad estado en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018 – I.
- f) Existe relación entre aplazamiento y ansiedad rasgo y en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018 – I.

2.6. Variables.

2.6.1. Definición operacional.

- **Procrastinación Académica:** La variable Procrastinación académica se define como la posposición o postergación de actividades académicas por

otras más irrelevantes o agradables. Se mide a través de la Escala de Procrastinación Académica de Deborah Ann Busko 1998, adaptado por Oscar Álvarez Blas 2010, los puntajes se obtienen al sumar los valores de las respuestas de las dimensiones. Se evalúa con una escala de Likert.

- **Ansiedad:** La variable ansiedad se define como una manifestación afectiva, a manera de defensa organizada frente a estímulos que rompen el equilibrio fisiológico y psicológico. Se mide a través de la Escala de Valoración de la Ansiedad de Spielberger (STAI-ESTADO). Se evalúa con una escala de Likert, considerando las siguientes categorías de respuesta: 0, 1, 2, 3.

2.6.2. Operacionalización de variables

TABLA 2.1.

Operacionalización de la variable Procrastinación

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS
Procrastinación académica	Es la posposición o postergación de actividades académicas por otras más irrelevantes o agradables.	Aplazamiento	Arraigo por dejar todo de último minuto	1,8,16
			Aversión a la lectura	3,9
		Autorregulación	Estudiar para un examen	2,5,11
			Mantenerse al día con las lecturas asignadas	4,15
			Culminar los trabajos asignados lo más pronto posible	7,13,14
			Perfeccionismo	6,10,12

TABLA 2.2.*Operacionalización de la variable ansiedad*

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS
Ansiedad	Es una señal de alerta que advierte sobre un peligro inminente y permite a la persona que adopte las medidas necesarias para enfrentarse a una amenaza (Bobes, 2002)	Estado	Relajación	1,15
			Calma	2,8,11
			Tensión	3,13,14
			Contrariedad	4,6,18
			Satisfacción	5,16,10
			Angustia	7,9,12,17
		Rasgo	Alegría	19,20
			Felicidad	21,30
			Inconstancia	22,34
			Tristeza	23,24,35,38
			Desconfianza en sí mismo	25,32
			Tranquilidad	26,27,36
			Pesimista	28,40
			Obsesivo	29,31,37
Seguridad	33,39			

Capítulo III

METODOLOGÍA

3.1. Tipo de investigación.

La presente investigación es de tipo descriptivo, porque detalla los fenómenos tal como se presentan y, correlacional porque trata de encontrar mediante el análisis estadístico, la relación entre procrastinación académica y ansiedad.

3.2. Métodos de investigación.

En el estudio se empleó el método cuantitativo, ya que la relación entre las variables es representada por un modelo numérico y los datos analizados son cuantificables.

3.3. Diseño de investigación.

El diseño de esta investigación se caracteriza por ser no experimental de tipo transeccional, relacional. Dado que no existe intención de manipular las variables, se aplica el instrumento en una sola oportunidad y trata de ver el grado de relación que existe entre las variables.

Se investiga la incidencia y los valores en que se presentan una o más variables, en un grupo o más; dando así la posibilidad de efectuar descripciones que nos permitan realizar comparaciones entre grupos de personas, objetos o indicadores Hernández, Fernández y Baptista (2004).

Del mismo modo la representación gráfica de cómo se diagrama este tipo de diseño, es la siguiente:

Siendo:

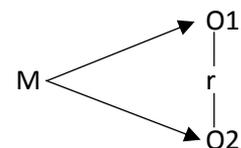
M: muestra

X: Procrastinación Académica.

Y: Ansiedad

r: Relación

O1 y O2: Toma de datos de variable 1 y variable 2



3.4. Población y muestra.

- **Población:** La población a investigar serán todos los alumnos de ingeniería industrial semestre I – 2018 de la Universidad Católica de Trujillo.

TABLA 3.1

Población de estudiantes de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI”, según ciclos, en el semestre académico 2018-II

NÚMERO DE ALUMNOS	CICLOS						
	I	III	V	VII	VIII	IX	X
	23	22	20	18	17	13	10

Nota: Tomada de la nómina de alumnos matriculados en el semestre académico 2018-I

- **Muestra:** Se trabajará con una muestra equivalente a toda la población, ascendente a 123 alumnos.

3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

- La técnica empleada será la encuesta.
- El instrumento para recoger los datos será el cuestionario.

Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko 1998, adaptada por Alvarez 2010: Puede ser aplicada en forma individual o colectiva. Normalmente, contestar el cuestionario toma entre 8 y 12 minutos y el tiempo total de aplicación del objetivo de la prueba no suele superar los 17 minutos. Está compuesta por 16 reactivos, todos cerrados, permitiendo así evaluar con fiabilidad la tendencia a la procrastinación académica. Está constituida por dos dimensiones que son aplazamiento y autorregulación. Todos los reactivos se puntúan mediante una escala de tipo Likert cuyas opciones de respuesta y sus valoraciones son: siempre = 4 puntos; casi siempre = 3, a veces = 2, pocas veces = 1, nunca = 0.

Escala de ansiedad de Spielberger, Gosuch y Lushene: Es un cuestionario de 40 preguntas, que puede ser aplicado de manera individual o colectiva, dividido en dos partes; la primera consta de 20 preguntas y mide la ansiedad estado, correspondiente a una dimensión y los 20 restantes miden la ansiedad rasgo, que es la otra dimensión.

También se utiliza una escala de tipo Likert donde las respuestas tienen las valoraciones de 3 = mucho; 2 = bastante; 1 = algo; 0 = nada.

3.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Para el procesamiento de datos se usó el software EXCEL y SPSS, especializados en análisis estadísticos. Una vez aplicados los instrumentos se procedió a vaciar la información en las matrices correspondientes, creando las tablas de frecuencia y contingencia para encontrar los porcentajes y niveles de incidencia de las variables.

Como segundo paso se realizó una prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov-Smirnov encontrando que la muestra no se distribuye normalmente, por lo tanto, para encontrar la correlación se utilizó el coeficiente rho de Spearman.

3.7. Aspectos Éticos.

Se tomaron en cuenta los siguientes aspectos éticos:

- **Valor social:** El presente trabajo de investigación cumplió con los objetivos planteados al determinar los niveles de procrastinación académica y ansiedad en la población estudiantil de Ingeniería Industrial de la Universidad Católica de Trujillo; mismos datos que pueden servir de base para implementar diversos programas que ayuden a mejorar tanto la conducta de los estudiantes como la calidad educativa de la institución.
- **Validez científica:** Asimismo, damos fe de que el método de investigación seleccionado fue el más adecuado para estudiar la realidad problemática que se planteó en el presente estudio y los instrumentos utilizados fueron validados en el Perú y existen antecedentes de haber sido aplicados en otras ciudades de este país.
- **Selección equitativa de sujetos:** Los estudiantes encuestados y estudiados posteriormente, han sido seleccionados aleatoriamente, cumpliendo como único requisito ser alumnos de Ingeniería Industrial de la Universidad Católica de Trujillo.

- **Condiciones de diálogo auténtico:** Mediante el presente sostenemos que, el marco teórico concebido en este trabajo, si bien es cierto se llevó a cabo sobre la base de investigaciones anteriores, los conceptos aquí abordados son de explícita autoría de las tesis.
- **Consentimiento informado y respeto a los estudiantes encuestados:** Todos los estudiantes fueron informados acerca de la consistencia del instrumento antes de su aplicación, no habiéndose forzado a nadie para su participación. Además, se ha mantenido en absoluta reserva sus datos de identificación y precisamos que los datos han sido recogidos y procesados únicamente por las autoras de esta tesis.

Capítulo IV

RESULTADOS

4.1. Presentación y análisis de resultados.

A continuación, se presentan los resultados encontrados, después de haber procesado la información recogida aplicando los instrumentos y técnicas pertinentes.

Estudiantes por edad en la población estudiada.

En la siguiente tabla podemos apreciar que el mayor porcentaje de alumnos se encuentra en el rango de 16 a 19 años, y el menor está en el comprendido entre 24 y 27 años.

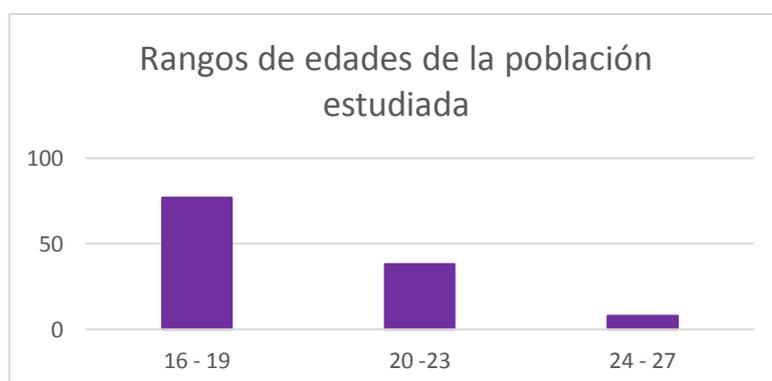
TABLA 4.1

Rangos por edad de los alumnos de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo, Semestre 2018-I

Rangos de edad	N	%	%Acum
16 - 19	77	62,60%	62,60%
20 -23	38	30,89%	93,50%
24 - 27	8	6,50%	100,00%
Total:	123	100,00%	

FIGURA 1

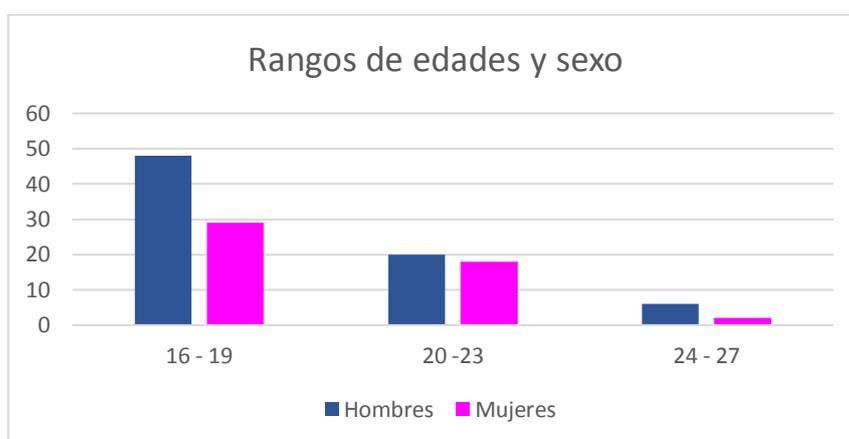
Rangos por edad de los alumnos de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo, Semestre 2018-I



Nota: Tomada de Hoja de Excel (Procesamiento de datos Anexo)

TABLA 4.2*Rangos de edades y sexo*

Rango	HOMBRES			MUJERES		
	N	%	%Acum	N	%	%Acum
16 - 19	48	64,86%	64,86%	29	59,18%	59,18%
20 - 23	20	27,03%	91,89%	18	36,73%	95,92%
24 - 27	6	8,11%	100,00%	2	4,08%	100,00%
Total	74	100,00%		49	100,00%	

FIGURA 2*Número de alumnos según edades y sexo**Nota: Tomada de Hoja de Excel (Procesamiento de datos Anexo)***Nivel de procrastinación académica**

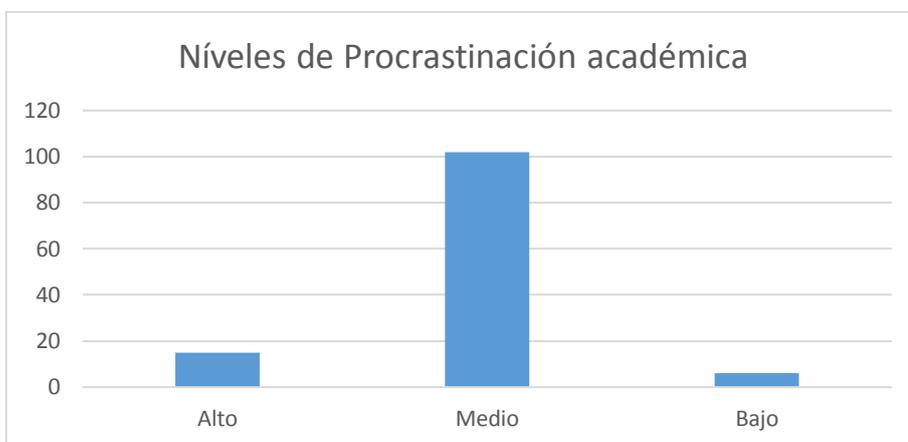
En la tabla 4.3 se observa que la mayoría de estudiantes se sitúan en el nivel medio de procrastinación académica, ya sea porque postergan sus actividades o cambian estas por otras más placenteras. Además, se puede ver que hay un grupo importante de alumnos ubicados en el nivel alto de procrastinación, con un 12,20 %.

TABLA 4.3*Niveles de procrastinación académica en estudiantes de la Universidad Católica de Trujillo Semestre 2018-I*

Nivel	N	%	%Acum
Alto	15	12,20%	12,20%
Medio	102	82,93%	95,12%
Bajo	6	4,88%	100,00%
Total:	123	100,00%	

FIGURA 3

Niveles de procrastinación académica en estudiantes de la Universidad Católica de Trujillo Semestre 2018-I



Nota: Tomada de Hoja de Excel (procesamiento de datos Anexo)

Niveles de procrastinación académica según sexo:

Según el sexo, la tabla 4.4 muestra que tanto hombres como mujeres se encuentran en el nivel medio de procrastinación académica. En el nivel alto encontramos mayor cantidad de mujeres, pero en el bajo el mayor número es de hombres.

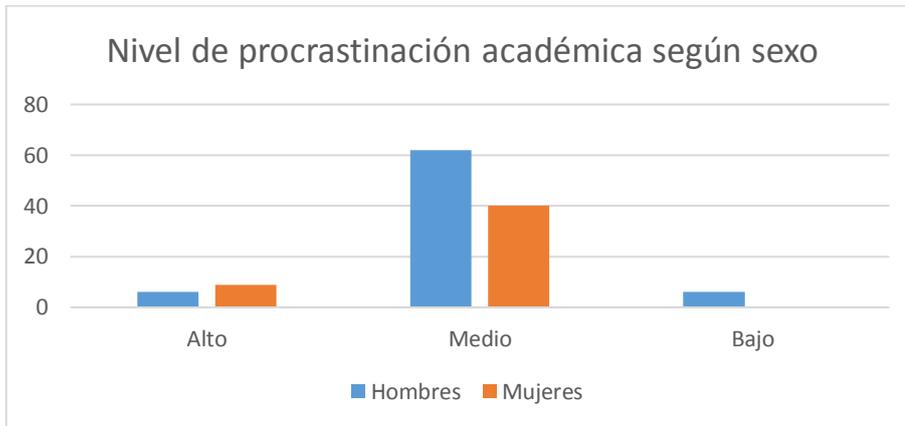
TABLA 4.4

Niveles de procrastinación académica según sexo

Nivel	HOMBRES			MUJERES		
	N	%	%Acum	N	%	%Acum
Alto	6	8,11%	8,11%	9	18,37%	18,37%
Medio	62	83,78%	91,89%	40	81,63%	100,00%
Bajo	6	8,11%	100,00%	0	0,00%	100,00%
Total:	74	100,00%		49	100,00%	

FIGURA 4

Niveles de procrastinación académica según sexo



Nota: Tomada de Hoja de Excel (procesamiento de datos Anexo)

Nivel de ansiedad

En la tabla 4.5 se observa que del total de la población un 66,67% se encuentra en un nivel medio de ansiedad. Seguido del nivel alto con un 27,64%.

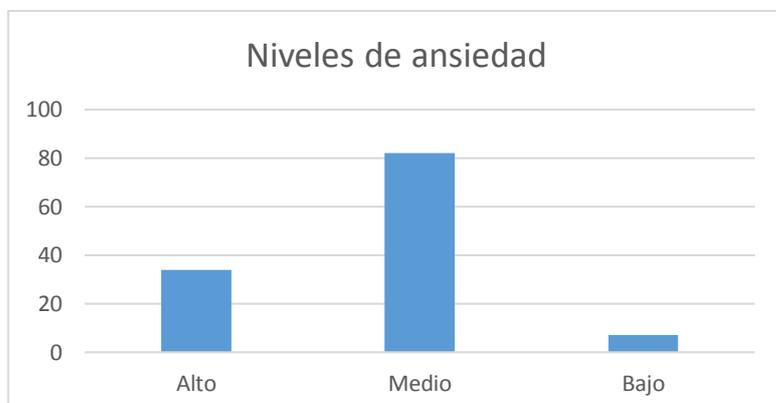
TABLA 4.5

Nivel de ansiedad en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo, Semestre 2018-I

Nivel	N	%	%Acum
Alto	34	27,64%	27,64%
Medio	82	66,67%	94,31%
Bajo	7	5,69%	100,00%
Total:	123	100,00%	

FIGURA 5

Nivel de ansiedad en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo, Semestre 2018-I



Nota: Tomada de Hoja de Excel (procesamiento de datos Anexo)

Niveles de ansiedad según sexo

En tabla 4.6 podemos ver que tanto hombres como mujeres se encuentran en un nivel medio de ansiedad. Observamos también que en el nivel alto hay un considerable porcentaje de hombres con una marcada diferencia con respecto al sexo femenino.

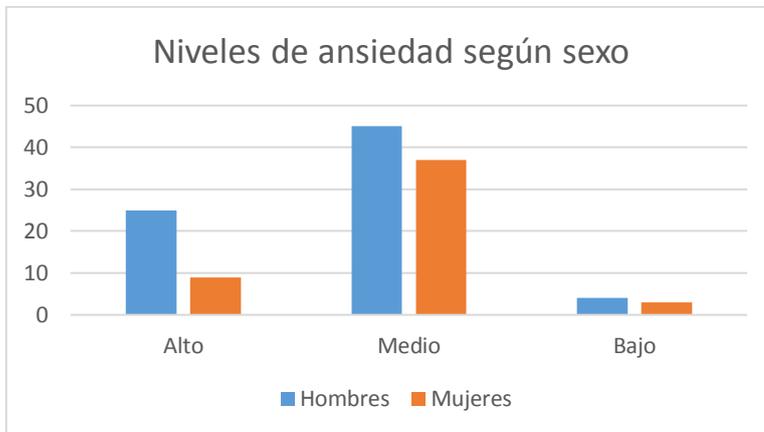
TABLA 4.6

Niveles de ansiedad según sexo en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo, Semestre 2018-I

Nivel	HOMBRES			MUJERES		
	N	%	%Acum	N	%	%Acum
Alto	25	33,78%	33,78%	9	18,37%	18,37%
Medio	45	60,81%	94,59%	37	75,51%	93,88%
Bajo	4	5,41%	100,00%	3	6,12%	100,00%
Total:	74	100,00%		49	100,00%	

FIGURA 6

Niveles de ansiedad en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo, Semestre 2018-I



Nota: Tomada de Hoja de Excel (procesamiento de datos Anexo)

4.2.Prueba de Normalidad:

Para determinar la distribución normal de las variables se aplicó la prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov-Smirnov, dando como resultado $p < 0,05$ en procrastinación, esto quiere decir que no es una distribución normal, con lo cual se justifica el empleo de estadística no paramétrica para la contrastación de hipótesis.

FIGURA 7

Pruebas de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Procrastinación	,088	123	,022	,978	123	,040
Ansiedad	,050	123	,200*	,987	123	,312

*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

Nota: Tomada de cálculo de SPSS

4.3. Prueba de hipótesis.

La prueba de hipótesis se hizo mediante el cálculo del coeficiente de correlación de Spearman.

TABLA 4.7

Coeficiente de correlación entre procrastinación académica y ansiedad

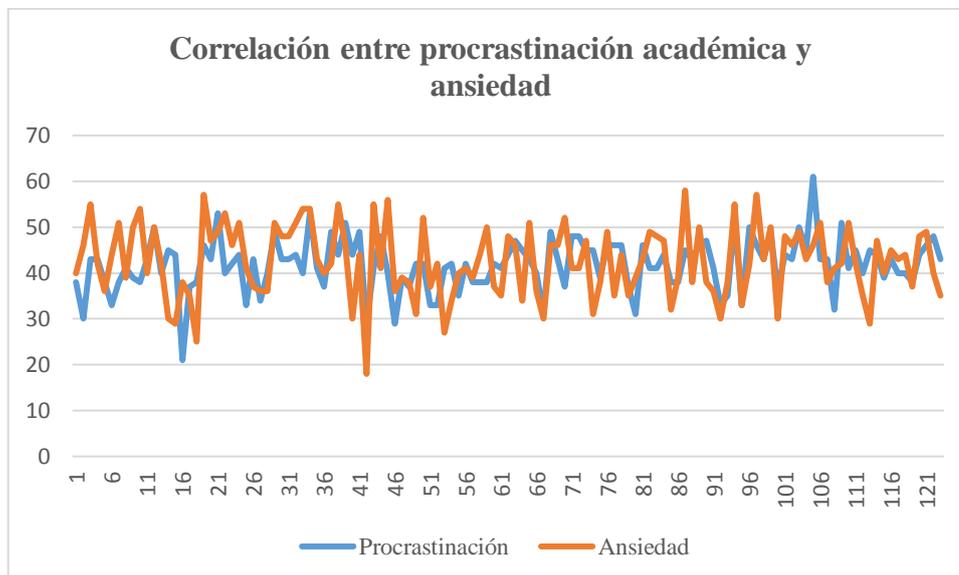
Procrastinación		
Ansiedad	Correlación de Spearman	0.386**
	Sig. (bilateral)	.000
	N	123

** La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral)

El cuadro muestra el valor rho de Spearman = 0,386 esto quiere decir que existe correlación positiva leve entre las variables procrastinación académica y ansiedad, pero significativa.

FIGURA 8

Coeficiente de correlación entre procrastinación académica y ansiedad



Nota: Tomada de Hoja de Excel (procesamiento de datos Anexo)

TABLA 4.8*Coefficiente de correlación entre autorregulación y ansiedad estado*

Autorregulación		
Ansiedad estado	Correlación de Spearman	0.356**
	Sig. (bilateral)	.000
	N	123

.** La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral)

La correlación entre autorregulación y ansiedad estado también es leve y positiva siendo significativa

Nota: Tomada de Hoja de Excel (procesamiento de datos Anexo)

TABLA 4.9*Coefficiente de correlación entre autorregulación y ansiedad rasgo*

Autorregulación		
Ansiedad rasgo	Correlación de Spearman	0.323**
	Sig. (bilateral)	.000
	N	123

.** La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral)

Existe una relación leve entre autorregulación y ansiedad rasgo como nos indica el valor de rho encontrado (0,323).

Nota: Tomada de Hoja de Excel (procesamiento de datos Anexo)

TABLA 4.10*Coefficiente de correlación entre aplazamiento y ansiedad estado*

Aplazamiento		
Ansiedad estado	Correlación de Spearman	0.139
	Sig. (bilateral)	.126
	N	123

La relación entre aplazamiento y ansiedad estado es leve con un valor de 0,139 y no es significativa.

Nota: Tomada de Hoja de Excel (procesamiento de datos Anexo)

TABLA 4.11*Coefficiente de correlación entre aplazamiento y ansiedad rasgo*

Aplazamiento		
Ansiedad rasgo	Correlación de Spearman	0.323**
	Sig. (bilateral)	.000
	N	123

La relación entre aplazamiento y ansiedad rasgo es positiva pero leve, siendo significativa.

4.4. Discusión de resultados.

El presente trabajo de investigación está orientado a determinar los niveles de procrastinación académica y ansiedad en los estudiantes de Ingeniería Industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI”, esperando a través del mismo contribuir a la disminución de los niveles de estas variables que pueden estar perturbando el óptimo desempeño estudiantil.

Los resultados obtenidos en el presente estudio establecen que existe un coeficiente de correlación de 0.386 entre procrastinación académica y ansiedad, lo cual denota una relación directa y significativa entre ambas variables; estos hallazgos concuerdan con lo reportado por Furlan, Ferrero y Gallart (2014); quienes sostienen que las variables procrastinación, ansiedad y problemas mentales están íntimamente relacionados. Asimismo, Furlan, Piemontesi, Illbelle y Sánchez (2010) encontraron una relación moderada y positiva entre las variables procrastinación y ansiedad, concordando con el presente estudio.

En el presente estudio se encontró un nivel medio de procrastinación académica, alcanzando un 82,93%; no encontrando diferencias significativas entre varones (83.78%) y mujeres (81,63); esto coincide con lo reportado por Barreto (2015) en Tumbes; quien precisó en su investigación que no existieron diferencias significativas entre varones y mujeres (84.4% y 84.1 % respectivamente) y con lo registrado por Chan (2011), quien encontró que los hombres tienden a procrastinar más que las mujeres; sin embargo, las diferencias no son significativas.

Cabe precisar que, en nuestra investigación, en el nivel alto, la procrastinación académica predomina en el sexo femenino (18,37%) sobre el sexo masculino (8,11%); estos resultados concuerdan con los obtenidos por Carranza y Ramírez (2013) encontrando que en el género femenino existe mayor porcentaje de procrastinación, con un 65.8% en comparación con los hombres.

Sin embargo, los hallazgos encontrados en el presente estudio no coinciden con lo registrado por Natividad, García y Pérez (2014); García *et.al.* (2012); Clariana,

Cladellas, Badía y Gotzens (2011); Angarita, Sánchez y Barreiro (2009); quienes encontraron altos niveles de procrastinación académica en sus respectivos estudios, estas diferencias probablemente se deban a que el instrumento se aplicó a inicios del ciclo académico y a que el mayor número de estudiantes se ubicaron en los primeros ciclos de la Universidad, por lo que, aun no han tenido la experiencia de afrontar la presión académica en su plenitud.

Martínez y Otero (2014), registraron una alta incidencia predominante en el sexo femenino ($p=0.047$), sin embargo, a pesar que, en nuestro estudio se obtuvo un nivel medio de ansiedad (82,93%), coincidimos en que ésta predomina en el sexo femenino (75,51%) en edades que oscilan entre 20-23 años, esto se debe precisamente a que las mujeres se encuentran en edad reproductiva.

Otros trabajos como el de García *et. al.* (2012) coincide con lo reportado en nuestro estudio en cuanto al nivel medio de ansiedad, en sus dos dimensiones tanto estado como rasgo (27.1 ± 6.0 y 27.2 ± 5.6 respectivamente).

Asimismo, concordamos con lo registrado por Grandis (2009), quien encontró mayores niveles de ansiedad en las mujeres; atribuyéndole a esto una causa genética: menor cantidad de la enzima catecol-O-metiltransferasa (enzima que regula los niveles de dopamina, adrenalina y noradrenalina en el ser humano).

No obstante, no concordamos con lo indicado por Barreto (2015) en Tumbes; quien reportó altos niveles de ansiedad, pero no encontró diferencias significativas entre varones y mujeres (66.6% y 66.1% respectivamente); en este sentido, hay que tener en cuenta que como la variable ansiedad está relacionada con la variable procrastinación académica, asumimos que las razones para esta divergencia son las mismas que para la primera variable antes mencionadas.

Capítulo V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones.

- Existe una relación leve pero significativa entre procrastinación académica y ansiedad, con un valor de $\rho = 0,386$, en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI”.
- El nivel de procrastinación académica en los estudiantes de ingeniería industrial es medio, siendo los varones quienes presentan un mayor porcentaje.
- El nivel de ansiedad es medio en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo, “Benedicto XVI”.
- La relación entre autorregulación y ansiedad estado es leve con un valor de $\rho = 0,356$, pero significativa entre los alumnos de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI”.
- La relación entre autorregulación y ansiedad rasgo es leve $\rho = 0,323$ pero significativa entre los alumnos de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI”.
- La relación entre aplazamiento y ansiedad estado es mínima con $\rho = 0,139$ y no es significativa entre los alumnos de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI”.
- La relación entre aplazamiento y ansiedad rasgo es leve $\rho = 323$ pero significativa entre los alumnos de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI”.
- Como la relación entre las variables y sus dimensiones, en todos los casos ha resultado leve se puede concluir que no siempre la procrastinación académica genera ansiedad o viceversa.

5.2. Recomendaciones.

- Cada facultad con su respectivo departamento de tutoría debería implementar programas que ayuden a superar este comportamiento, ya que, si bien es cierto se determinó que en la actualidad las variables estudiadas se encuentran en un nivel medio, el ignorar estas cifras pueden conllevar al aumento de su incidencia afectando así las metas perseguidas por los estudiantes.
- El departamento responsable de orientación y bienestar de los alumnos de la Universidad Católica de Trujillo, debería desarrollar talleres con el fin de disminuir la procrastinación académica en la población estudiantil de esta prestigiosa universidad.
- Los docentes de la Universidad Católica de Trujillo deberían ser capacitados en cuanto a estos temas para que puedan motivar a los estudiantes a desarraigar este tipo de conductas y de ese modo alcanzar el éxito estudiantil.
- Consideramos de suma importancia dar a conocer los resultados del presente estudio a las autoridades universitarias competentes para que se organicen talleres, seminarios, conferencias u otros para erradicar en la medida de lo posible las conductas procrastinadoras que limitan el desarrollo personal e intelectual de los estudiantes.
- Esperamos que los datos aquí registrados, sirvan como punto de partida para seguir investigando sobre estos temas tan antiguos como importantes, ya que existe poca información al respecto en el ámbito local.
- Los estudios de investigación posteriores respecto a temas de procrastinación académica y ansiedad, podrían ser de tipo experimental, centrándose en los tipos de procrastinación y ansiedad, para profundizar los conocimientos en cuanto a esta realidad problemática.
- En cuanto al instrumento utilizado para medir los niveles de ansiedad, se sugiere que se adopten aquellos orientados al ámbito académico y en caso de no existir uno adecuado, los futuros investigadores a cargo de medir o estudiar esta variable, implementen un instrumento válido y confiable que permita obtener mejores resultados.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ackerman y Gross. (2007). I can start that JME manuscript next week, can't I? The task characteristics behind why faculty procrastinate. *Journal of Marketing Education*, 5-13.
- Ainslie, G. (1975). Specious reward: A behavioral theory of impulsiveness and impulse control. . *Psychological Bulletin*, 463-496.
- Alegre, A. (2013). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Propósitos y Representaciones.*, 57-82.
- Alvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana. *Persona*, 159-177.
- Amaro, F. (2008). Ansiedad (aspectos conceptuales) y Trastornos de ansiedad en niños y adolescentes. *Máster en Paidosiquiatría* (págs. 2-46). Barcelona: Familianova-Schola.
- Angarita, L. (2012). Aproximación a un concepto actualizado de la procrastinación. *Revista Iberoamericana de psicología: ciencia y tecnología*, 85-94.
- Angarita, Sánchez y Barreiro. (2009). Memorias II Congreso Internacional Psicología y Educación Psychology Investigation. *Relación entre los niveles de procrastinación académico y el rendimiento en estudiantes de psicología de una Universidad Privada en Bogotá, Colombia.*, (págs. 1-17). Bogotá.
- Barreto, A. (2015). *Relajación en estados de ansiedad y procrastinación en ingresantes a la facultad de ciencias sociales 2015. Universidad Nacional de Tumbes. (Tesis doctoral)*. Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos: Lima.
- Carranza y Ramírez. (2013). Procrastinación y características demográficas asociados en estudiantes universitarios. *Apunt. univ.*, 95-108.
- Chan, L. (2011). Procrastinación académica como predictor en el rendimiento académico en jóvenes de educación superior. *Temática Psicológica - UNIFÉ*, 53-62.

- Clariana, Cladellas, Badía y Gotzens. (01 de Setiembre de 2011). *La influencia del género en variables de la personalidad que condicionan el aprendizaje: inteligencia emocional y procrastinación académica*. Obtenido de Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado: http://aufop.com/aufop/uploaded_files/articulos/1324677776.pdf
- Ellis y Knaus. (1977). *Overcoming procrastination*. New York: institute for Rational-Emotive Therapy. New York: New American Library.
- Ferrari, Johnson y McCown. (1995). *Procrastination and task avoidance*. New York: Plenum Press.
- Ferrari, O'Callahan y Newbegin. (2014). Prevalencia de la prcrastinación en los Estados Unidos, Reino Unido y Australia: Retardos de excitación y evasión entre adultos. *Revista de Psicología Norteamérica*, 1-6.
- Freud, S. (1967). *Obras Completas*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Furlan, Ferrero y Gallart. (2014). Ansiedad ante los exámenes, procrastinación y síntomas mentales en estudiantes universitarios. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 31-39.
- Furlan, Piemontesi, Illbele y Sánchez. (2010). Procrastinación y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de Psicología de la UNC. *II Congreso Internacional de Investigación Y Práctica Profesional en Psicología XVII Jornadas de Investigación Sexto Encuentro Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. (págs. 309-312). Buenos Aires: Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires.
- García et.al. . (2012). Estudiantes de medicina con procrastinación académica: estudio descriptivo desde la teoría del análisis transaccional. *III Congreso Internacional de Educación Médica. "Un espacio de revisión actual de la educación médica y sus perspectivas futuras en el marco de la globalización"* (págs. 1-21). México: Puerto Vallarta, Jalisco.
- Grandis, A. (2009). *Evaluación de la ansiedad frente a los exámenes universitarios*. (Tesis doctoral). Córdoba: Universidad Nacional de Córdoba.

- Hanin, Y. (1989). *Interpersonal and intra group anxiety in sport*. New York: Hemisphere Publishing.
- Harry, L. (1990). A catastrophe model of anxiety and performance. En J. a. Hardy, *Stress and performance in sport* (págs. 81-106). Chischester: Wiley.
- Hsin Chun Chu y Nam. (2005). Rethinking procrastination: Positive effects of "active" procrastination behavior on attitudes and performance. *The Journal of Social Psychology*, 245-264.
- Kerr, J. (1991). Arousal seeking in Risk sport participants. *Personality and individual differences*, 613-616.
- Kotler, S. (2009). Escape artists. *Psychology Today*, 72-79.
- Martínez y Otero. (2014). Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la facultad de educación. *Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, 63-78.
- Matlin, M. (1995). *Psychology (Second Edition)*. Fort Worth: TX: Harcourt Brace College Publishers.
- May, R. Angel, E. y Ellenberger, H. (1967). *Existencia*. Madrid: Gredos S.A.
- Natividad, García y Pérez. (2014). *Análisis de la Procrastinación en estudiantes universitarios (tesis doctotal)*. Valencia: Facultad de Psicología de la Universidad de Valencia.
- Rothblum, E. (1990). *El miedo al fracaso. La psicodinámica, necesidad logro, miedo al éxito y la dilación modelos. Handbook de la ansiedad social y la evaluación*. Nueva York: Plenum Press.
- Spada, M., Hiou, K. y Nikcevic. (2006). Metacognitions, emotions and procrastination. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 319-326.
- Spence J. y Spence K. (1966). *The Motivational Componentessof Manifest Anxiety: Drive and Drive Stimuli*. New York: Academic Press.
- Spielberger, C. (1972). *Anxiety as an emotional state*. New York: Hemisphere Publishing Corporation.

Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination: A meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin*, 65-94.

Virues, R. (2005). Estudio sobre ansiedad. *Revista Psicológica Científica.com*, Disponible en: <http://www.psicologiacientifica.com/ansiedad-estudio/>.

Wolters, C. (2003). Understanding procrastination from a self-regulated learning perspective. *Journal of Educational Psychology*, 179-187.

Yerkes, R. y Dobson, J. (1986). *Estrés y Procesos Cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.

Virues, R. A. (2005, 25 de mayo). Estudio sobre ansiedad. *Revista Psicología Científica.com*, 7(8). Disponible en: <http://www.psicologiacientifica.com/ansiedad-estudio>

ANEXOS

ANEXO 1

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

INSTRUCCIONES: 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)

N°	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 2

FICHA TÉCNICA DE ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

Nombre: Escala de Procrastinación Académica (EPA)

Autores: Busko, 1998

Adaptación española: Alvarez, 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

Descripción: Puede ser aplicada en forma individual o colectiva. Normalmente, contestar el cuestionario toma entre 8 y 12 minutos y el tiempo total de aplicación del objetivo de la prueba no suele superar los 17 minutos. Está compuesta por 16 reactivos, todos cerrados, permitiendo así evaluar con fiabilidad la tendencia a la procrastinación académica.

Criterios de calidad:

Fiabilidad: Consistencia interna: 0.90-0.93 (subescala Estado) 0.84-0.87 (subescala Rasgo).
Fiabilidad test-retest: 0.73-0.86 (subescala Rasgo).

Validez: Se efectuó con la aplicación del análisis factorial exploratorio:

- a) La medida de adecuación del muestreo de Kaiser-Meyer-Olkin alcanza un valor de 0.80, indica que tiene un adecuado potencial explicativo.
- b) Test de esfericidad de Bartlett ($\chi^2 = 701.95$ $p < .05$), que indica que las correlaciones entre los ítems del instrumento son lo suficientemente elevados.

Corrección e interpretación: La puntuación para cada escala puede oscilar de 1-80, indicando las puntuaciones más altas, mayores niveles de procrastinación.

ANEXO 3

ESCALA DE VALORACIÓN DE LA ANSIEDAD DE SPIELBERGER

(STAI-ESTADO)

ANSIEDAD – ESTADO

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

Nº	ÍTEM	Nada	Algo	Bastante	Mucho
1	Me siento calmado				
2	Me siento seguro				
3	Estoy tenso				
4	Estoy contrariado				
5	Me siento cómodo (estoy a gusto)				
6	Me siento alterado				
7	Estoy preocupado por posibles desgracias futuras				
8	Me siento descansado				
9	Me siento angustiado				
10	Me siento confortable				
11	Tengo confianza en mí mismo				
12	Me siento nervioso				
13	Estoy desasosegado				
14	Me siento muy “atado” (como oprimido)				
15	Estoy relajado				
16	Me siento satisfecho				
17	Estoy preocupado				
18	Me siento aturdido y sobreexcitado				
19	Me siento alegre				
20	En este momento me siento bien				

ANEXO 4

ESCALA DE VALORACIÓN DE LA ANSIEDAD DE SPIELBERGER

(STAI-ESTADO)

ANSIEDAD - RASGO

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

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

ANEXO 5

FICHA TÉCNICA DE ANSIEDAD ESTADO-RASGO

Nombre: Escala de Ansiedad Estado/Rasgo (STAI)

Nombre original: State-Trait Anxiety Inventory

Autores: Spielberger, C.D., Gorsuch, R.L. y Lushene, R.E.

Adaptación española: Spielberger C.D., Gorsuch, R.L., & Lushene, R.E. (1982)

Tipo de instrumento: Cuestionario

Objetivos: Evalúa el nivel actual de ansiedad y la predisposición de la persona a responder al estrés.

Población: Población general (adultos y adolescentes)

Número de ítems: 40

Descripción: La mitad de los ítems pertenecen a la subescala Estado, formada por frases que describen cómo se siente la persona en ese momento. La otra mitad, a la subescala Rasgo, que identifican como se siente la persona habitualmente.

Criterios de calidad:

Fiabilidad: Consistencia interna: 0.90-0.93 (subescala Estado) 0.84-0.87 (subescala Rasgo).
Fiabilidad test-retest: 0.73-0.86 (subescala Rasgo).

Validez: Muestra correlaciones con otras medidas de ansiedad, como la Escala de Ansiedad Manifiesta de Taylor y la Escala de Ansiedad de Cattell (0.73-0.85). Presenta un cierto solapamiento entre los constructos de ansiedad y depresión, ya que la correlación con el Inventario de Depresión de Beck es de 0.60. Tiempo de administración: 15 minutos Normas de aplicación: El paciente contesta a los ítems teniendo en cuenta que 0 = nada, 1 = algo y 2= bastante, 3= mucho.

Corrección e interpretación: La puntuación para cada escala puede oscilar de 0-60, indicando las puntuaciones más altas, mayores niveles de ansiedad. Existen baremos en puntuaciones centiles para adultos y adolescentes.

ANEXO 6

MATRIZ DE CONSISTENCIA

VARIABLE	FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	BASES TEORICAS	METODOLOGIA
Procrastinación Académica Ansiedad	GENERAL ¿Cuál es la relación que existe entre procrastinación académica y ansiedad en los estudiantes de Ingeniería Industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” año 2018 - I?	GENERAL Determinar la relación que existe entre procrastinación académica y ansiedad en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018-I.	GENERAL Existe un alto grado de relación entre procrastinación académica y ansiedad en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018-I.	Teoría Humanista de Abraham Maslow: Convenimos en adoptar esta teoría, ya que el individuo que procrastina, tiende a sentirse ansioso, preocupado, y está consciente que debe cambiar su actitud para poder lograr sus objetivos, pues como seres humanos estamos en la constante búsqueda de la autoactualización y autorrealización y esto va acompañado de la satisfacción. Teoría Conductual de Burrhus Frederic Skinner: Si entendemos que la procrastinación es el hábito de aplazar las responsabilidades, debemos entender también que no significa que el individuo no realice las tareas encomendadas,	TIPO Descriptivo, correlacional DISEÑO No experimental, transeccional, relacional POBLACION Todos los alumnos de ingeniería industrial semestre I – 2018 de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” MUESTRA Conformada por el total de alumnos matriculados en el semestre 2018-I, ascendente a 123 estudiantes. INSTRUMENTOS Escala de Procrastinación Académica de Deborah Ann Busko 1998, adaptado por Oscar Álvarez Blas 2010. Escala de Valoración de la Ansiedad de Spielberger (STAI-ESTADO).
	ESPECÍFICOS <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es el nivel de procrastinación académica en los estudiantes de Ingeniería Industrial de la Universidad Católica de Trujillo año 2018-I? • ¿Cuál es el nivel de ansiedad en los estudiantes de Ingeniería Industrial de la Universidad Católica de Trujillo? • ¿Cuál es la relación que existe entre autorregulación académica y ansiedad estado en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018 - I? • ¿Cuál es la relación que existe entre autorregulación 	ESPECÍFICOS <ul style="list-style-type: none"> • Determinar el nivel de procrastinación académica en los estudiantes ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018-I. • Determinar el nivel de ansiedad en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018-I • Determinar la relación que existe entre autorregulación académica y ansiedad estado en los estudiantes de ingeniería industrial 	ESPECÍFICOS <ul style="list-style-type: none"> • Existe un alto nivel de incidencia de procrastinación académica en los estudiantes ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018-I. • Existe un alto nivel de incidencia de ansiedad en los estudiantes ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018-I. • Existe un alto grado de relación entre autorregulación académica y ansiedad estado en los estudiantes ingeniería industrial de la Universidad 		

	<p>y ansiedad rasgo en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018 – I.</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es la relación que existe entre aplazamiento y ansiedad estado y procrastinación académica en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018 - I? • ¿Cuál es la relación que existe entre aplazamiento y ansiedad-rasgo en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018 - I? 	<p>de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018-I.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar la relación que existe entre aplazamiento de actividades y ansiedad estado en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018-I. • Determinar la relación que existe entre aplazamiento y ansiedad-estado en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018 – I • Determinar la relación que existe entre aplazamiento y ansiedad-rasgo en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018 - I 	<p>Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018-I.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Existe un alto grado de relación entre autorregulación académica y ansiedad rasgo en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018-I. • Existe un alto grado de relación entre aplazamiento y ansiedad-estado en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018 – I. • Existe un alto grado de relación entre aplazamiento y ansiedad-rasgo en los estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” en el año 2018 – I. 	<p>sino que tiende a hacerlo, como comúnmente lo denominamos: “de última hora” y muchas veces el hacerlo de última hora le resulta positivo, ya que consiguió presentar su trabajo; y esto se relaciona con el condicionamiento operante de Skinner, que establece que los seres humanos tienden a repetir sus formas de conducta cuando consideran que tienen consecuencias positivas y que se van reforzando con el transcurrir del tiempo.</p>	
--	--	---	---	---	--

