



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Regulación emocional en la procrastinación académica en estudiantes
del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada,
Cajamarca, 2023

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
Maestro en Psicología Educativa

AUTOR:

Sernaqué Atalaya, Carlos Antonio (orcid.org/0000-0001-7203-4435)

ASESORES:

Dra. Bernardo Santiago Vda. de Leon, Madelaine (orcid.org/0009-0005-8661-0436)

Dra. Leiva Torres, Jakline Gicela (orcid.org/0000-0001-7635-5746)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Atención Integral del Infante Niño y Adolescente

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus niveles

LIMA - PERÚ

2024

Dedicatoria

Esta investigación se la dedico a mis hijas que son mi motor y motivo.

Agradecimiento

Me siento muy agradecido de mi madre, que sin su apoyo incondicional no estuviera donde estoy. A mi mejor amigo que, como un hermano mayor, estuvo orientándome por el sendero del progreso, a mi casa de estudios por ofrecerme el soporte teórico para alcanzar mis sueños.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

ESCUELA PROFESIONAL DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, BERNARDO SANTIAGO VDA DE LEON MADELAINE, docente de la ESCUELA DE POSGRADO de la escuela profesional de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Regulación emocional en la procrastinación académica en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023", cuyo autor es SERNAQUÉ ATALAYA CARLOS ANTONIO, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 18.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 04 de Enero del 2024

Apellidos y Nombre del Asesor:	Firma
BERNARDO SANTIAGO VDA DE LEON MADELAINE DNI: 07116676 ORCID: 0009-0005-8661-0436	Firmado electrónicamente por: MBERNARDOS el 10-01-2024 09:28:51

Código documento Trilce: TRI - 0718759





UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

ESCUELA PROFESIONAL DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, SERNAQUÉ ATALAYA CARLOS ANTONIO estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO de la escuela profesional de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Regulación emocional en la procrastinación académica en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

Nombres y Apellidos	Firma
SERNAQUÉ ATALAYA CARLOS ANTONIO DNI: 46192943 ORCID: 0000-0001-7203-4435	Firmado electrónicamente por: CSERNAQUEA el 09- 01-2024 23:54:48

Código documento Trilce: INV - 1584084

Índice de contenidos

	Pág.
Carátula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Declaratoria de autenticidad del asesor	iv
Declaratoria de originalidad del autor	v
Índice de contenidos	vi
Índice de tablas	vii
Resumen	viii
Abstract	ix
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	6
III. METODOLOGÍA	21
3.1 Tipo y diseño de la investigación	21
3.2 Variables y operacionalización	22
3.3 Población, muestra, muestreo	23
3.4 Técnica e instrumentos de recolección de datos	25
3.5 Procedimientos	31
3.6 Método de análisis de datos	28
3.7 Aspectos éticos	29
IV. RESULTADOS	30
V. DISCUSIÓN	44
VI. CONCLUSIONES	51
VII. RECOMENDACIONES	52
REFERENCIAS	53
ANEXOS	

Índice de tablas

Tabla 1 <i>Distribución de la población de los alumnos del ciclo VII</i>	31
Tabla 2 <i>Distribución de alumnos de secundaria</i>	32
Tabla 3 <i>Distribución de frecuencias de la regulación emocional y sus dimensiones</i>	38
Tabla 4 <i>Distribución de frecuencias de la procrastinación académica y sus dimensiones</i>	39
Tabla 5 <i>Valor de ajuste de los datos para el modelo</i>	40
Tabla 6 <i>Bondad de ajuste para el modelo</i>	41
Tabla 7 <i>Coeficiente de determinación del modelo para la hipótesis general</i>	37
Tabla 8 <i>La regulación emocional en la procrastinación académica</i>	42
Tabla 9 <i>Valor de ajuste de los datos para el modelo</i>	43
Tabla 10 <i>Bondad de ajuste para el modelo</i>	44
Tabla 11 <i>Coeficiente de determinación del modelo para la hipótesis específica 1</i>	45
Tabla 12 <i>La regulación emocional en la autorregulación académica</i>	46
Tabla 13 <i>Valor de ajuste de los datos para el modelo</i>	48
Tabla 14 <i>Bondad de ajuste para el modelo</i>	49
Tabla 15 <i>Coeficiente de determinación del modelo para la hipótesis específica 2</i>	50
Tabla 16 <i>La regulación emocional en la postergación de actividades</i>	51

Resumen

El objetivo general de la investigación fue determinar la influencia de la variable Regulación emocional sobre la procrastinación académica en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023. El diseño fue no experimental, de tipo básico, de nivel explicativo de enfoque cuantitativo y el método hipotético deductivo. La población y muestra fue conformada por 111 estudiantes que cumplieron con el llenado correcto de las herramientas administradas. Los instrumentos empleados fueron validados mediante un juicio de expertos y se demostraron su confiabilidad por medio del Alfa de Cronbach, siendo para la variable regulación emocional de $\alpha = 0,812$ y para la procrastinación académica $\alpha = 0,825$. Se utilizó la técnica de la encuesta y su instrumento el cuestionario. Los resultados descriptivos evidencian que la regulación emocional alcanzó el nivel bajo con 54,1%, mientras que la procrastinación académica logró alcanzar el nivel bajo con el 52,3%; concluyendo que: Existe influencia significativa y directa entre la variable regulación emocional sobre la procrastinación académica en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023, de acuerdo con Nagelkerke=0,768. De modo que, la regulación emocional sobre la procrastinación académica fue de 76,8%. Esto confirmó la hipótesis y el objetivo general del estudio.

Palabras clave: Regulación emocional, procrastinación, procrastinación académica.

Abstract

The general objective of the research was to determine the influence of the variable Emotional regulation on academic procrastination in students of the VII cycle of secondary school in a private educational institution, Cajamarca, 2023. The design was non-experimental, applied, explanatory level. quantitative approach and the hypothetical deductive method. The population and sample were made up of 111 students who completed the correct completion of the administered tools. The instruments used were validated through expert judgment and their reliability was demonstrated through Cronbach's Alpha, with $\alpha = 0.812$ for the emotional regulation variable and $\alpha = 0.825$ for academic procrastination. The survey technique and its instrument, the questionnaire, were used. The descriptive results show that emotional regulation reached the low level with 54.1%, while academic procrastination managed to reach the low level with 52.3%; and it is concluded: There is a significant and direct influence between the emotional regulation variable on academic procrastination in students of the VII cycle of secondary school in a private educational institution, Cajamarca, 2023, according to Nagelker=0.768. Thus, the emotional regulation on academic procrastination was 76.8%. This confirmed the hypothesis and general objective of the study.

Keywords: Emotional regulation, procrastination, academic procrastination.

I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad la procrastinación académica es una de las diversas condiciones que los estudiantes tienen en preocupación a lo largo de sus estudios, lo que puede provocar que desarrollen dificultades emocionales Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (Unesco, 2018). Un estudio realizado por el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2021) con un conjunto con ministerios de educación de países hispano hablantes, mostró que la epidemia ha puesto en peligro el incremento del aprendizaje con la salud mental de aproximadamente 5.3 millones de escolares.

Ya dentro latinoamérica, la UNICEF (2020) realizó a nivel Latinoamérica una investigación a 8555 participantes del anterior grupo etéreo mencionado indicando que 3 de cada 10 participantes padecen ansiedad, 15 de cada 100 sufre de depresión, y 3 de cada 10 indicó que su situación económica llega a influir en sus emociones. En América Latina existe información sobre la regulación de las emociones, en México, 3 de cada 10 estudiantes experimentan dificultades de regulación de las emociones y el 61% de las mujeres enfrentan problemas de regulación de las emociones (Unesco, 2020). Las cifras son similares en Guatemala, donde el 70% de 2000 estudiantes reportaron dificultades emocionales graves. En Brasil, el 79% de una muestra de 1000 estudiantes tenía problemas graves de regulación de las emociones y en Chile, el 62% de los casos tuvo dificultades para regular sus emociones (Unesco, 2022).

Asimismo, continuando en América Latina, aproximadamente el 90% de los estudiantes procrastinan y se considera que entre el 20% y el 25% tienen problemas debido al bajo rendimiento en diversas materias en la escuela (Unesco, 2020). Otros estudios sugieren que entre el 15% y el 20% de los estudiantes adoptan conductas de procrastinación, lo que puede impactar negativamente en la autoeficacia (Unicef, 2019). Adicional a ello si tiene que, en el país de México, la secretaría de educación pública (SEP) (2021) en los años 2018 y 2020 promovieron el desarrollo de habilidades socioemocionales en los

3 niveles educativos en el programa Plan y Programas de Estudio y así conseguir la exploración de emociones y llegar a la autorregulación de estas.

Continuando con el ambiente regional la Organización Panamericana de la Salud OPS (2020) indica que entre el 80 % y el 95 % de los estudiantes sufren procrastinación, y aproximadamente la mitad de ellos tienden a procrastinar con frecuencia, lo que afecta su rendimiento académico. Se ha observado que los estudiantes tienden a procrastinar en actividades relacionadas con el aprendizaje y tareas escritas, lo que afecta sus calificaciones finales del semestre. La Unesco (2019) investigaron las causas y la frecuencia de la procrastinación en Colombia y encontraron que las principales causas incluían resistencia al control, ansiedad por la evaluación y aversión a la tarea. El 32% de los estudiantes pospuso sus estudios para los exámenes y el 27,7% pospuso siempre o casi siempre las tareas, lo que afectó sus calificaciones. Además, se observaron asociaciones pequeñas pero significativas entre la procrastinación, el rendimiento académico, la depresión y el estrés.

A nivel nacional, el Ministerio de Educación MINEDU (2020) considera que las actividades escolares cargan emocionalmente a los estudiantes y por ello recomienda que los docentes asignen tareas que no sean agotadoras pero que deben entregarse de manera progresiva y significativa. El Ministerio de Salud (Minsa, 2021) desarrollaron una investigación en la que indican que el 29.6% de adolescentes con edades que oscilan entre los 12 y 17 años cuentan con un riesgo de tener alguna dificultad emocional y este se encuentra diseñado para motivar a los estudiantes a resolver problemas. En Lima, aproximadamente el 41% de los estudiantes utilizaron la supresión cognitiva para regular sus emociones y evitar pensamientos ansiosos. La falta de regulación emocional puede producir conductas de procrastinación y, en última instancia, llevar a rendirse, quedarse atrás y repetir curso.

En la institución educativa donde se realizó esta investigación se encontraron algunas características en los estudiantes, en ella se resalta el ausentismo, la deserción, los problemas psicoemocionales, así como una tendencia a postergar sus actividades educativas, es por ello la importancia de estudiar el tema desde una visión global, manifestando la importancia de la

presencia del departamento de psicología que puede detectar y/o aplicar técnicas preventivas para el caso de estudiantes, y promocionales para los docentes en el uso de estrategias de intervención sobre esta problemática. Adicional a ello mencionar la importancia de la presencia del psicólogo peruano dentro de la institución educativa como lo indica la Ley N° 29719 (2011) quien promueve los espacios de convivencia de las instituciones educativas con los psicólogos, como lo indica la Ley N° 30797 (2018) que integró a los psicólogos en la comunidad educativa, reconociéndolos como acompañantes de profesores y alumnos. Ambas normativas previeron que la inclusión de estos profesionales sería gradual. Sin embargo, a pesar de más de una década desde la promulgación de la primera ley, al cierre de 2021, solo el 3% de las instituciones educativas en nuestro país contaba con al menos un psicólogo (Minedu, 2021)

Teniendo presente todo lo expuesto se menciona la interrogante de este estudio: ¿Cuál es la influencia entre la regulación emocional en la procrastinación académica en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023? Teniendo como problemas específicos ¿Cuál es la influencia entre la regulación emocional en la autorregulación académica? Y ¿Cuál es la influencia entre la regulación emocional en la postergación de actividades? En estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023.

La justificación teórica de este estudio radica en el conocimiento existente encaminado a potenciar la teoría relacionada con estas dos variables. Debido a que intenta determinar si estas teorías se ajustan a nuestra realidad y al mismo tiempo contribuyen a una mejor comprensión de los problemas existentes. Por tanto, se espera que este estudio genere nuevos conocimientos que sean valiosos para futuros investigadores. Sustentando la filosofía de la variable regulación emocional con la teoría de modelo procesual de regulación de emociones quien refiere que las emociones parten de un proceso de regulación cognitiva siendo capaz de entender la conducta de las personas (Gross, 2015). Y en la variable procrastinación académica que tiene el modelo psicodinámico de Baker (1979) que parte del miedo y del fracaso que tienen los alumnos ante las distintas responsabilidades.

El presente estudio se fundamenta en una justificación práctica, ya que a través de los resultados obtenidos se revelarán datos específicos y relevantes respecto de dos variables fundamentales: la procrastinación académica y la regulación emocional. En este contexto, los principales destinatarios de este estudio son los estudiantes del ciclo VII de la I.E. La adolescencia es un período crítico en el que los estudiantes comienzan a experimentar una mayor autonomía para realizar las tareas escolares. Al mismo tiempo, se cree que esta etapa promueve un mayor desarrollo de la regulación emocional. Por otro lado, se considera que la conducta de procrastinación académica es un hábito arraigado en esta etapa, lo que no es bueno para la gestión del tiempo y el rendimiento académico de los estudiantes. Esta información brindará a los estudiantes la oportunidad de reflexionar sobre cómo postergar tareas, poner excusas o justificar el incumplimiento puede conducir a la formación de hábitos inapropiados que durarán toda la vida, ya sea en la escuela, la universidad, el trabajo o el mundo laboral. Asimismo, el conocimiento de la conducta de procrastinación ayudará a identificar estrategias para mejorar el proceso de enseñanza, incentivando a los estudiantes a analizar su propia conducta e implementar la autorregulación en diversas actividades diarias.

Como justificación Social, obviamente, esto es parte de un problema social y puesto que se ha observado que algunas situaciones en el aula producen frustración, tensión y estrés que dificultan que los estudiantes respondan adecuadamente, lo que lleva a comportamientos de inadecuada regulación emocional. Como justificación metodológica, se tiene presente que esta investigación ofrecerá datos estadísticos que aportará y podrá ser de ayuda para futuras investigaciones. Este trabajo es importante porque prestará el servicio de apoyo en nuevas investigaciones; porque luego otras investigaciones la ampliarán, si las relaciones son por lo demás iguales o diferentes. Además, encontrar una influencia lleva a los psicólogos a considerar otras variables cuando intentan prevenir problemas con la regulación emocional y la procrastinación académica, y si es que encuentra esta influencia, es claro que el ambiente académico, puede prevenir la procrastinación académica, pudiendo manejar la procrastinación académica si implementan programas que promuevan una vida escolar satisfactoria o funcional.

El objetivo planteado es Determinar la influencia que existe entre la regulación emocional en la procrastinación académica en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023. Los objetivos específicos: a) Determinar la influencia que existe entre la variable Regulación emocional y la dimensión autorregulación académica en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023, b) Determinar la influencia que existe entre la variable Regulación emocional y la dimensión postergación de actividades en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023.

Por lo tanto, se plantea la siguiente hipótesis, el general: H: La regulación emocional influye significativamente en la procrastinación académica en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023. en cuanto a los específicos: H1: La regulación emocional influye significativamente en la dimensión autorregulación académica en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023, H2 La regulación emocional influye significativamente en la dimensión postergación de actividades en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023

II. MARCO TEÓRICO

Dentro de las investigaciones internacionales tenemos a Toaza (2023) realizó un estudio que exploraba la influencia entre la procrastinación académica y la regulación de las emociones. Esta investigación se ejecutó con una orientación transversal cuantitativo y no experimental. Esta investigación contó con el apoyo compuesta por 226 estudiantes, a quienes se les aplicaron los cuestionarios de Evaluación de Procrastinación Académica (EPA) y Regulación de las Emociones (ERQ). El resultado de este estudio reveló una relación positiva entre las dimensiones autorregulación académica y reevaluación cognitiva ($Rho = .279, p < .1$). Además, se observó una relación positiva, aunque leve, entre la autorregulación académica y la supresión emocional ($Rho = .274, p < .01$). Se concluye que no se encontraron relaciones significativas entre la procrastinación de actividades y diversas dimensiones de la regulación de las emociones. Aportando una crítica ante la evaluación con esta cantidad de estudiantes, puesto que sería adecuado contar con la población total, para arrojar mejores datos.

Wiyatama y Freyani (2022) realizaron una investigación para explorar la relación entre la procrastinación académica y la regulación de las emociones. La investigación se realizó en 300 estudiantes, 200 mujeres y 100 hombres. Se llegó aplicar las herramientas de procrastinación académica (APS) y la escala de regulación emocional (ERQ). El resultado del estudio mostró que la variable procrastinación académica se correlacionaba negativamente con la dimensión de regulación de las emociones. Específicamente, hubo una relación negativa significativa con la reevaluación cognitiva ($r = -.69$) y una relación negativa significativa con la supresión emocional ($r = -.621$). Además, hubo una correlación positiva considerable entre la regulación de las emociones y las habilidades de procrastinación ($r = .745$). En conclusión, los hallazgos sugieren que cuando la variable procrastinación aumenta, disminuye el uso de herramientas de reevaluación emocional. Asimismo, a medida que aumenta la procrastinación, también aumentan los procesos de supresión de emociones. El aporte que se rescató de esta investigación fue la necesidad de implementar talleres que fortalezcan la capacidad de regular emociones y ofrecer estrategias

para el conocimiento de la procrastinación académica como también una mayor importancia por parte del ministerio de educación frente a esta variable.

Espailat y Pintor (2022) realizaron una investigación con el objetivo de determinar si existían relaciones estadísticamente significativas entre la procrastinación académica y las variables de regulación de las emociones. La muestra participante la conformó los estudiantes de Santo Domingo, entre 13 y 18 años. Este estudio adoptó un enfoque correlacional y utilizó instrumentos específicos para evaluar las variables, a saber: la Escala de Procrastinación Académica (EPA; Busko, 1998), el Cuestionario de Regulación de las Emociones (ERQ; Gross y John, 2003) y su adaptación española (Rodríguez-Carvajal). El resultado que se obtuvo mostró una relación negativa moderada entre la procrastinación académica y las variables de regulación de las emociones ($r = -.424$; $p = <.001$). Para concluir, estos hallazgos indican que mientras aumenta la procrastinación académica, la capacidad de regulación de las emociones disminuye y viceversa. En este estudio se rescata que los investigadores tuvieron dificultades para aplicar la prueba de manera virtual, ya que algunas no fueron completadas y no pudieron brindar la orientación adecuada frente a la aplicación.

Moreta y Durán (2019) desarrollaron una investigación que tuvieron como fin analizar la relación entre la procrastinación académica y la autorregulación emocional en estudiantes de Ecuador. Se realizó un estudio cuantitativo de alcance exploratorio y correlacional con la participación de 290 estudiantes. Los resultados del Estudio de Procrastinación Académica (EPA) mostraron que el 58.3% de los estudiantes presentaban procrastinación moderada ($M = 8.41/9$ puntos). En contraste, el Análisis de Tendencias de Procrastinación Académica (ATPS) mostró que el 61,0% tienen una procrastinación moderada y el 16.2% mostraron tendencias de procrastinación académica alta. Además, el Estudio de Regulación de las Emociones (ERQ) reveló una mayor supresión de emociones ($M = 16.26/16$ puntos). Hubo una relación baja pero positiva entre la procrastinación académica la dimensión autorregulación emocional ($r = -.292$). Existe una predisposición de la población de estudio en posponer actividades académicas (13 de cada 100 alumnos) se encuentra relacionada con la dimensión predisposición académica. Se estudian las implicaciones de estos resultados para la resolución de problemas relacionados. En esta investigación

se rescató que los resultados obtenidos nos llevan a reconocer la importancia crucial de las emociones en los procesos y desafíos relacionados con el aprendizaje de los estudiantes y como un componente importante de la autorregulación del aprendizaje.

Shen y Zhang (2020) desarrollaron una investigación con el fin de encontrar el grado de correlación que existía entre las variables regulación emocional y temperamento en estudiantes de Yancheng, China. Esta investigación es cuantitativa de tipo correlacional, participando 2074 estudiantes que tienen entre 13 a 19 años en la región de Yancheng en China, a los que se les aplicó el cuestionario de regulación emocional (ERQ, Gross y Jhon) y el Cuestionario de temperamento adolescente (EATQ, Ellis y Rothbart). Los resultados que se encontraron en la investigación fue la dimensión reevaluación se correlacionó positivamente con EC ($r=.14$, $p<.01$), NA ($r=.05$, $p<.05$) y Afiliación ($r =.19$, $p<.01$), inversamente con tratamiento ($r= -.12$, $p<.01$). La supresión se asoció positivamente con NA ($r= 0.10$, $p<0.01$) y afiliación ($r=0.05$, $p<0.05$). Se rescata de esta investigación que es necesario mencionar las limitaciones del presente estudio. En primer lugar, todos los predictores se basaron en el autoinforme. Los componentes de la varianza en los modelos incondicionales también fueron pequeños, lo que debilitó la capacidad explicativa de las variables docentes

Continuando con las investigaciones, pero con las nacionales, tenemos a Montoya (2023) realizó un estudio que exploraba la correlación entre la procrastinación académica y la regulación de las emociones. Este estudio empleó métodos cuantitativos correlacionales y no experimentales. Participaron 391 estudiantes. Durante el estudio, se utilizó el cuestionario EPA para medir la procrastinación académica y el ERQ para evaluar la regulación de las emociones. Los resultados de este estudio revelaron una relación negativa significativa y muy significativa entre la procrastinación académica y la dimensión de reevaluación cognitiva, así como una relación significativa y directa con la dimensión de supresión emocional. En conclusión, los hallazgos indican que a medida que aumenta la procrastinación académica, la probabilidad de utilizar la reevaluación cognitiva como estrategia de regulación de las emociones disminuye con un valor significativo de ($p <0.01$). Se rescata de esta investigación la necesidad de una análisis y orientación de estrategias de

actuación para estudiantes que presentan procrastinación académica severa y supresión emocional, con el objetivo de identificar y prevenir posibles dificultades tanto a nivel personal como académico. Se recomienda considerar programas de intervención psicoeducativa centrados en el desarrollo emocional para estudiantes universitarios de primer año. Estos cursos deben adaptarse a las características, debilidades y fortalezas específicas de cada área académica.

Torpoco (2023) realizó una investigación con el propósito de examinar el impacto de la regulación de las emociones en la procrastinación académica. Este estudio se basa en un enfoque cuantitativo, no experimental, correlacional y transversal. La muestra del estudio incluyó a 215 estudiantes que utilizaron instrumentos para medir la regulación emocional (CRE) y la procrastinación académica (EPA). Los resultados obtenidos en este estudio muestran que existe una relación negativa significativa entre la regulación de las emociones y la procrastinación académica, con un valor de (Rho de Spearman = -0.75, $p = 0.000$). En conclusión, se concluyó que a medida que aumenta la regulación de las emociones, disminuye la procrastinación académica. Se rescató de esta investigación la necesidad de que los docentes deberían alentar a participar en cursos extracurriculares que exploren técnicas para gestionar las emociones de forma eficaz. Estas técnicas pueden incluir cosas como atención plena, tiempo de reflexión e identificación temprana de emociones negativas.

Espinoza (2023) realizó este estudio con el objetivo de determinar la relación entre la regulación de las emociones y las habilidades comunicativas entre adolescentes de una institución privada de Carabayllo en el año 2023. El estudio adoptó un paradigma positivista y adoptó un enfoque hipotético-deductivo. Se emplean métodos cuantitativos y diseños no experimentales de tipos básicos y niveles de correlación. La muestra estuvo compuesta por 150 adolescentes, tanto hombres como mujeres, con edades entre 12 y 18 años, en la etapa de educación media, dos meses antes de ingresar a la escuela. Para recopilar datos, se utilizaron técnicas de encuesta y toma de notas, y como herramientas se utilizaron el Cuestionario de Regulación de las Emociones (ERQ) y las transcripciones del dominio de comunicación. Los resultados obtenidos mediante la prueba de correlación de Spearman ($r_s = .701$, $p = .001$) permiten concluir que las variables de regulación de las emociones están directamente relacionadas

con el desarrollo de las variables de competencia comunicativa, especialmente en la dimensión comunicativa. Se rescata de este estudio la sugerencia de que los docentes involucrados trabajen con el área de la psicología para organizar reuniones con padres de estudiantes que no están logrando sus objetivos educativos. Ya con ello coordinar acciones para identificar los problemas actuales e implementar las estrategias necesarias para resolverlos en un plazo determinado.

Pachas (2023) realizó un estudio con el objetivo de indicar la relación entre la regulación de las emociones y el rendimiento académico en estudiantes de segundo año de secundaria de las instituciones educativas del Callao en el año 2023. Los tipos de estudios se clasificaron en investigación básica, métodos cuantitativos, diseños transversales no experimentales y correlacionales. La muestra estuvo compuesta por 160 estudiantes seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia que completaron el Cuestionario de Regulación de las Emociones (ERQ). Los resultados arrojaron que el 4.38% de los estudiantes se encontraba en un nivel de regulación emocional bajo, el 71.25% en un nivel medio y el 24.38% en un nivel de regulación emocional alto. En términos de rendimiento académico, el 4.4% se encontraba en el nivel junior, el 68.1% se encontraba estudiando, el 27.5% alcanzó el nivel de logro promedio y ningún estudiante alcanzó el nivel de logro sobresaliente. En resumen, casi el 70% de los estudiantes se encuentran en el nivel de proceso, lo que representa la mayoría. Se concluye que hay una alta correlación positiva entre las dos variables, con un valor Sig. (bilateral) de 0.000, menor a .05, y una fuerza de correlación de 0.893, lo cual se sustenta con los resultados obtenidos. Se rescata de esta investigación una recomendación hacia los directores, subdirectores de escuelas intermedias, subdirectores de primaria y coordinadores de instrucción compartan y reflexionen sobre los resultados de la encuesta en reuniones públicas. El objetivo es plantear posibles mejoras con todo el equipo. Además, se recomienda que la investigación sobre la regulación de las emociones se amplíe al nivel institucional para incluir no sólo a los estudiantes sino también a los administradores y al profesorado en su conjunto. Dado que los administradores y profesores desempeñan un papel fundamental como gestores

y formadores, influyendo en el rendimiento académico de los estudiantes, es de vital importancia que también posean estas habilidades emocionales.

Espinoza (2022) realizó una encuesta encaminada a identificar la correlación entre el estrés y la procrastinación académica entre estudiantes de instituciones públicas del Callao en el año 2022. Este estudio empleó métodos correlacionales e interseccionales básicos, no experimentales. nivel de departamento. La población que colaboró con la investigación, la conformaron 104 estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria, a los que se les aplicó las escalas Sisco y EPA para las dos variables. Los resultados fueron que un 74% se encontró en un nivel moderado de estrés y un 86.5% llegó a un nivel medio de procrastinación. Cuando se aplicó la prueba estadística Rho de Spearman se obtuvo un valor de $p = 0.002$ y un coeficiente de $= 0.296$, lo que indica que existe una relación directa significativa entre las dos variables. Esto significa que si los estudiantes perciben que las demandas académicas están fuera de su control y creen que estas demandas están afectando su bienestar físico y mental, es más probable que enfrenten dificultades para realizar actividades, manifestadas en procrastinación o comportamiento procrastinador.

Málaga (2022) realizó una investigación que tuvo como fin determinar la relación entre la motivación y la procrastinación académica entre los estudiantes de secundaria que asisten a la Clínica Psicológica Regional Puente Piedra en el año 2021. El estudio empleó un enfoque cuantitativo descriptivo y no experimental. Diseño de correlación: El análisis se dirige a 100 estudiantes de secundaria, utilizando el Cuestionario de Motivación Académica y la Escala de Procrastinación Académica (EPA). Uno de los hallazgos más destacables es la baja correlación negativa entre las variables de motivación y procrastinación académica ($\rho = -0.365$), la cual es estadísticamente significativa ($\text{sig.} = 0,000$). Asimismo, existe una correlación negativa baja ($\rho = -0.356^{**}$) entre los componentes de procrastinación académica y expectativas, que también es significativa ($\text{sig.} = 0.000$). Se registró una correlación negativa baja ($\rho = -0.365^{**}$), significativa ($\text{sig.} = 0.000$) entre la procrastinación académica y el componente de valor, y una correlación negativa baja ($\rho = -0.370^{**}$) entre la procrastinación académica y el componente de valor. Componente emocional, estadísticamente significativo ($\text{sig.} = 0.000$). En cuanto a niveles, el principal nivel

de motivación es bajo (50%), seguido del medio (27%) y alto (23%). En cuanto a la procrastinación académica, prevaleció el nivel severo (83%), seguido del nivel moderado (10%) y el nivel bajo (7.0%). En resumen, se puede inferir que la motivación insuficiente se asocia con una mayor tendencia a procrastinar académicamente. En otras palabras, la falta de un desarrollo adecuado de la motivación de los estudiantes se asocia con mayores niveles de procrastinación académica.

Por otro lado, Carrasco (2020) realizó un estudio sobre procrastinación académica y regulación emocional utilizando una muestra de 674 estudiantes. Los resultados mostraron que cada variable mostró una relación estadísticamente significativa: la procrastinación de actividades se correlacionó negativamente con la regulación emocional ($Rho=-0.111^{**}$) y la autorregulación académica se correlacionó positivamente con la regulación emocional ($Rho=0.509$). Se concluye, observamos que el uso de estrategias de regulación de las emociones a través de la reevaluación cognitiva disminuyó a medida que aumentaron las puntuaciones de procrastinación académica. Además, a medida que aumenta la procrastinación académica, disminuyen los procesos de regulación de las emociones.

Portocarrero y Fernández (2022) realizaron una encuesta con el fin de comparar diferencias en la procrastinación académica entre adolescentes de una I.E. de Lima. La metodología empleada fue cuantitativa, con un diseño comparativo descriptivo. La muestra estuvo compuesta por 280 adolescentes de sexto a séptimo ciclo de una I.E. a quienes se les aplicó el Inventario de Procrastinación Académica (EPA). Los resultados mostraron que el 32.5% de los participantes presentaban altos niveles de procrastinación, con una mayor proporción de mujeres. Además, se observó que los estudiantes de cuarto grado se desempeñaron a un nivel más alto en comparación con otros grados. Respecto al género no se encontraron diferencias significativas ($p = 0.219 > 0.05$), sin embargo, se identificó una diferencia estadísticamente significativa relacionada con el nivel de educación ($p = 0.015$). En resumen, no existe una diferencia significativa en la procrastinación académica entre géneros, pero sí está significativamente relacionada con el nivel de aprendizaje.

Herrera (2019) realizó un estudio para explorar el impacto de la regulación de las emociones en la procrastinación académica. Este estudio se basa en un enfoque cuantitativo de carácter causal y transversal. La muestra de estudio estuvo compuesta por 140 estudiantes de una I.E. privada de Arequipa. Durante la investigación, se aplicaron a los estudiantes participantes instrumentos específicos que evalúan la regulación emocional (DERS-E) y la procrastinación académica (EPA). Los resultados mostraron que, en todos los grupos variables, aquellos estudiantes que mostraban altos niveles de desregulación emocional (54% de la muestra) también mostraban niveles significativos de procrastinación académica. De esta relación establecida se infiere que a medida que aumenta el nivel de desregulación emocional, también aumentará el nivel de procrastinación académica, y viceversa. En conclusión, existe una correlación positiva (aunque débil) entre las dos variables.

Este estudio se centra en dos variables, en primer lugar, tenemos a la regulación emocional en la que Gross (2015) conceptúa la regulación de las emociones como el proceso que las personas expresan de forma automática o controlada de forma consciente o inconsciente. Estos procesos influyen en las emociones, comprenden, experimentan y expresan. Así mismo Navarro et al. (2018) que la define como la predisposición de modular y entender las emociones, favoreciendo el engrandecimiento emocional, incluyendo una variedad de estrategias para regular las emociones tanto positivas como negativas. Por otro lado, Silvers (2022) indica que son un grupo de habilidades explícitas e implícitas de las que se emplean con el fin de monitorear, y luego modificar las respuestas a los estados emocional según los objetivos de cada persona. Según los autores, se considera que regular emociones es comprender, experimentar y, lo más importante, expresar plenamente las emociones. Considerando que la persona es una entidad social, que interactúa constantemente con otros y experimenta una variedad de situaciones que desencadenan diversas respuestas emocionales, se destaca la relevancia de desarrollar estrategias regulatorias. Estas estrategias son fundamentales para mantener la salud mental, física y social.

Pero el interés en esta área del conocimiento no se centra únicamente en estrategias que ayuden a regular las propias emociones, adicional a ello

se busca determinar los factores en la que podrían ayudar a la persona que con la regulación. De manera relacionada, McRae y Gross (2012) afirman que la regulación de las emociones implica intentos de influir en las emociones experimentadas por una persona (regulación intrínseca) o en las emociones experimentadas por otras (regulación externa).

Por el contrario, Thompson (1994) lo define como los procesos externos e internos responsables de evaluar la condición emocional, particularmente con respecto a su intensidad y características temporales. Estos procesos sugieren que las emociones pueden ser autorreguladas o gestionadas por otros, aunque estos dos factores no siempre tienen influencia en la respuesta emocional de manera simultánea. Las herramientas de regulación de emociones se llegan a usar en distintas disposiciones para lograr objetivos específicos (Martín-Albo et al., 2020).

Con base en los avances que se ha tenido en esta variable, múltiples autores coinciden en que las personas desarrollan estrategias regulatorias en diferentes etapas de la vida. En este sentido, la familia se posiciona como el primer sostén y desempeña el papel de regulador externo. Durante la pubertad, la capacidad de regular las emociones tiende a aminorar, mientras que en la edad adulta la gestión emocional aumenta conforme el uso de herramientas de regulación interna (Young et al., 2020). Respecto a las adquisiciones en estas estrategias, Pérez-Sánchez et al. (2020) demostraron que evolucionan continuamente durante distintas etapas de la vida.

En distintas investigaciones, la etapa adolescente se vuelve particularmente voluble en lo que respecta a la regulación emocional, esto se debe a la intensidad con la que se les presentan las emociones, ya sea por las necesidades emocionales por parte de un grupo social o la consecución de nuevas metas. Por lo tanto, es fundamental comenzar por comprender el nivel en el que los estudiantes fortalecen las estrategias de regulación emocional en esta etapa (Yang et al., 2023).

El sustento teórico principal de este modelo es **El modelo de procesual de regulación de las emociones** propuesto por Gross (1999) sostiene que la regulación de las emociones puede analizarse en la etapa de incorporación de

estrategias regulatorias en el proceso de generación de emociones. El autor considera que se puede dividir en varias etapas: situación, atención, interpretación y reacción. Para cada etapa se pueden identificar estrategias específicas de regulación de las emociones. En términos generales, estas estrategias se pueden dividir en dos categorías amplias: regulación centrada en antecedente emocional y en respuesta emocional.

La selección de situaciones es el primer punto de intervención que permite a las personas regular su exposición a situaciones específicas. Las situaciones que previamente provocaron emociones negativas pueden llevar a aprender a evitarlas, al mismo tiempo que se seleccionan situaciones que generan experiencias positivas (Carstensen y Isaacowitz, 2011). La modificación de situaciones es otro enfoque que permite a las personas cambiar ciertos aspectos de una situación a través de sus acciones o inacciones. Por ejemplo, los extrovertidos tienden a crear ambientes más acordes con su personalidad (Hervás y López-Gómez, 2016).

La regulación de la atención implica dirigir la atención a ciertos elementos de una situación, incluso cuando la situación en sí ya no es susceptible de cambio. Cambiar el foco de atención puede diseñarse para modular las respuestas emocionales dirigiendo la atención a aspectos externos o internos. La atención como mecanismo de regulación de las emociones es particularmente relevante para el desarrollo emocional temprano y se ha observado en bebés (Fox y Calkins, 2018). Investigaciones recientes sugieren que la atención se puede entrenar, lo que permite la construcción de mecanismos automáticos de regulación de las emociones con un bajo costo cognitivo (Wadlinger e Isaacowitz, 2017).

El cambio cognitivo se centra en la interpretación de una situación porque esta interpretación a menudo afecta las respuestas emocionales posteriores. La reevaluación cognitiva es una estrategia clave para regular las respuestas emocionales y ha demostrado ser eficaz en numerosos estudios longitudinales y de laboratorio. Se asocia con importantes beneficios psicológicos.

La regulación de la respuesta emocional hace referencia a la influencia en los componentes activos de la emoción, como la experiencia emocional, la expresión

conductual y la excitación fisiológica. En un contexto terapéutico, las técnicas de desactivación buscan principalmente reducir los componentes psicofisiológicos de las emociones activadas. Además, existen estrategias disfuncionales de regulación de las emociones, como el uso de sustancias, que tienen como objetivo reducir el componente experiencial de la emoción. Algunas estrategias disfuncionales incluyen disminución de una visión de emociones y la supresión de la experiencia emocional, que se asocian con diversos trastornos y tienen importantes consecuencias negativas.

En el contexto de las dimensiones de la primera variable, se han estudiado dos estrategias principales (Gross y Thompson, 1998). La primera de estas estrategias es la **reevaluación cognitiva**, que se define al intento de la reinterpretación de una actividad que puede provocar una emoción desde una perspectiva que modifica y altera algún efecto (Gross y Thompson, 2003).

Ya la segunda es la **supresión expresiva**, esta se considera la manera en la que se regula una expresión, en la que un individuo reprime una respuesta que puede ocasionar un malestar. Comparándolo con la primera dimensión en esta, hay disminución de las expresiones positivas y negativas, perjudicando la memoria e incrementando su respuesta física. De esta manera el autor hace referencia a que se precisa el auto control de una manera autocorrectiva cuando un individuo pasa por un conflicto emocional

La segunda variable considerada es la procrastinación, se tiene presente que, a lo largo de la historia, como muestra la investigación de Atalaya y García (2019), la procrastinación ha estado presente en la cultura humana desde su creación. En un estudio de la literatura, revisaron 40 artículos científicos y descubrieron que la procrastinación, que se refiere a la tendencia a posponer actividades debido a la pereza, ya se mencionaba en el año 3000 a.C. Con el tiempo, esta definición evolucionó para relacionarse con el daño causado por el aplazamiento del trabajo. En el siglo XVI, la palabra "procrastinación" comenzó a usarse para describir actividades de procrastinación consciente y voluntaria.

Esta variable se define como una forma de posponer una conducta emocional, conductual o cognitiva. Esta variable se entiende como un constructo psicológico

relacionado con el autocontrol y aspectos volitivos que influyen en la personalidad (Haghbin y Pychyl, 2017).

La palabra "procrastinación" proviene del latín "procrastinare" y también está relacionada con la antigua palabra griega "akrasia" y la palabra inglesa "procrastinate". En todos estos casos, el significado es el mismo: posponer deliberadamente la actividad. Según una investigación realizada por Steel en 2007, esta conducta de procrastinación es voluntaria porque las personas son conscientes del retraso en la actividad y de lo que provoca. Sin embargo, esto se hace para evitar la culpa o el malestar asociado a no completar la tarea en el plazo estipulado, incluso si existe una inclinación inicial a realizar la tarea (Atalaya y García, 2019).

La procrastinación se define como la conducta voluntaria e innecesaria de retrasar el inicio, a pesar de ser consciente de los resultados que esto producirá. El fin es brindar alivio a corto plazo (Sirois y Kitner, 2017). Es importante distinguir esto de la procrastinación estratégica, que implica posponer tareas no problemáticas para obtener una gratificación a corto plazo o priorizar otras actividades productivas sin perjudicar a los estudiantes (Furlan et al., 2018).

Moreta y Durán (2019) sostuvieron que la procrastinación involucra dinámicas cognitivas, afectivas y conductuales. De manera similar, Busko (1998) argumentó que la procrastinación general es una característica persistente y de largo plazo, mientras que la procrastinación académica se manifiesta como un aspecto de esta característica en un contexto social específico. El aplazamiento es cuando una actividad, tarea o responsabilidad programada con antelación en la escuela no se realiza a tiempo y se pospone hasta el último minuto.

En el ámbito académico, Ferrari (1995) define la procrastinación como la conducta voluntaria de retrasar el desempeño de responsabilidades académicas. Este comportamiento puede estar relacionado con que un estudiante quiera completar una tarea dentro de un plazo determinado, pero se ve obstaculizado por una falta de motivación o desinterés debido a la aversión a la tarea. También puede manifestarse como una baja autorregulación o altos niveles de ansiedad relacionada con el desempeño (Klassen et al., 2017).

En cuanto al modelo teórico utilizado en este estudio, se optó por utilizar El **modelo psicodinámico de Baker** (1979) explica las conductas que reflejan la tendencia a posponer la realización de tareas al inicio o al final de una actividad. Este fenómeno está relacionado con el miedo al fracaso y se centra en las motivaciones subyacentes que exhiben los individuos cuando no pueden realizar estas tareas debido a su propia incompetencia y falta de conocimiento. Se ha sugerido que el miedo al fracaso surge de dinámicas familiares disfuncionales, que resaltan el importante papel que tienen los tutores en los hijos, lo que lleva a una mayor frustración y una baja autoestima en los estudiantes.

Según la teoría psicodinámica, la procrastinación tiene su origen en sus primeras etapas de vida como reacción a un estilo parental autoritario, en el que los padres imponían expectativas de obediencia. En este caso, el niño responde a una transferencia inconsciente en la relación parental (Atalaya y García, 2019). Ayala et al. (2020) también afirmaron que el estrés que es generado por las actividades, el miedo a las consecuencias adversas de las acciones, el aumento de las tareas, los plazos y las responsabilidades familiares son señales de advertencia de una mayor ansiedad. En este sentido, los estudiantes pueden tener herramientas para reducir la responsabilidad, también llamados mecanismos de defensa. Las características asociadas con la procrastinación incluyen búsqueda de emociones, impulsividad, indecisión, evitación de tareas desafiantes, preferencia por completar las tareas de manera oportuna, falta de disciplina y facilidad para distraerse, dificultad para tomar decisiones.

Por otro lado, según el **modelo conductual** Skinner y Belomont (1993), indicaron que la procrastinación se describe como un comportamiento que se repite debido a un refuerzo a corto plazo. Eso indica que los estudiantes están condicionados a posponer las tareas desagradables en favor de aquellas que les proporcionan una gratificación inmediata. Además, este comportamiento persiste porque los estudiantes desempeñan sus roles sin consecuencias adversas (Burka y Yuen, 2018).

Desde la perspectiva del **modelo motivacional**, la procrastinación se puede explicar de dos maneras. En primer lugar, está la autodeterminación, que incluye motivación intrínseca y extrínseca para realizar una tarea específica. En este sentido, cuando un estudiante se siente intrínsecamente motivado, completará

la tarea porque sentirá una sensación de logro al completar la tarea. Por el contrario, cuando la motivación es baja, es más probable que se procrastinen. En segundo lugar, el enfoque de las Metas de Logro sugiere que el establecimiento de metas conduce a una conducta con dinamismo y se requiere estar enfocado. La falta de metas claras puede provocar que los estudiantes se limiten o carezcan de motivación hacia las metas impuestas, lo que puede llevar a postergar actividades (Steel y Köing, 2006).

La Teoría del Comportamiento Emotivo Racional (TREC) se considera la procrastinación desde el marco de investigación de Ellis et al. (2002) que la procrastinación comienza con un procesamiento disfuncional de la información que implica interpretar el entorno y desarrollar creencias sobre uno mismo, los demás y el mundo en general. En esta situación, los estudiantes tienden a interpretar la tarea de manera negativa y mantienen creencias irracionales sobre su capacidad para completar la tarea. Estos malentendidos pueden crear emociones incómodas y, en última instancia, conducir a la procrastinación. Esta procrastinación, a su vez, refuerza las creencias irracionales de los estudiantes sobre sus capacidades y capacidades.

Este proceso es activo y constructivo, lo que significa que los escolares están influenciados por las características individuales de sus compañeros, así como por las características ambientales y educativas (Paredes, 2019). En su forma más básica, **la autorregulación** implica gestionar los comportamientos, las emociones y los pensamientos para perseguir objetivos a largo plazo. Los factores de **procrastinación de actividades**, por su parte, se refieren a la conducta de posponer las tareas escolares, ya sea por insatisfacción, falta de interés o simplemente porque el estudiante no disfruta de las actividades y tareas asignadas en clase. Desde una perspectiva conductual, este factor se relaciona con la postergación voluntaria de actividades necesarias para lograr una meta, es decir, el acto de posponer una tarea que se ha decidido realizar (Paredes, 2019).

Adicional a ello tenemos otro concepto en la que según Vargas (2017) la Autorregulación académica, es un proceso dinámico, los estudiantes establecen sus propias metas académicas y se esfuerzan por comprender, dominar y gestionar sus propias cogniciones, deseos y comportamientos durante su

desarrollo para alcanzarlas. Por lo tanto, razonamos que un aspecto importante que deben considerar los procrastinadores es su capacidad de autorregulación.

Posponer actividades: Se refiere a posponer una tarea o situación y reemplazarla por otra tarea o situación que sea menos relevante pero más valiosa para el individuo. Este comportamiento plantea desafíos a la autorregulación y la organización, lo que afecta negativamente a las personas propensas a procrastinar.

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de la investigación

Este estudio sigue una dirección básica, ya que su objetivo principal es recoger de manera sistemática algún conocimiento nuevo con la finalidad de ampliar la comprensión de una realidad concreta. Se utilizó métodos cuantitativos para describir un conjunto de procesos racionales y organizados secuencialmente. Cada etapa se llevará a cabo en estricta secuencia y no se podrá omitir ningún paso. Aunque es posible redefinir ciertas etapas (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018). Así mismo, debido a la existencia de dos variables, se puede rescatar una correlación, que será útil para recopilar datos, hacer tablas estadísticas y, finalmente, sacar conclusiones generales. Esta investigación ofrecerá un apoyo en la medición de relación entre diferentes variables para poder realizar análisis y así probar la hipótesis (Hernández- Sampieri y Mendoza, 2018).

El diagrama de este estudio de tipo

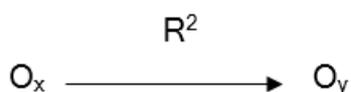


Figura 1 Diagrama de diseño

- M = Muestra: 162 estudiantes
- O_x = Variable regulación emocional
- O_y = Variable procrastinación académica
- R^2 = Relación causal

Este estudio es no experimental, hace referencia al estudio que no involucra la manipulación deliberada de variables. En este estudio, la variable se observa únicamente en su ambiente natural y luego se analiza. El diseño del estudio tiene en consideración la división del tiempo en la recopilación de la

información, lo que lo hace horizontal, debido a que la información se recolecta en un único día y horario y su objetivo principal es realizar una descripción de cada una de las variables y las relaciones que puedes encontrar en el momento específico (Hernández- Sampieri y Mendoza, 2018).

3.2 Variables y operacionalización

Regulación Emocional (Variable Independiente)

Definición conceptual: Gross (2015) se refiere al proceso que las personas expresan de forma automática o controlada de forma consciente o inconsciente. Estos procesos les permiten influenciar en sus emociones, comprenderlas, experimentarlas y expresarlas.

Definición operacional: Es el puntaje obtenido a través de la escala. En esta herramienta cuenta con la reevaluación cognitiva y la supresión expresiva, como dimensiones. Y adicional a ello se cuenta con los indicadores: Desviación de pensamiento, evitación de sentimientos, uso de herramientas cognitivas, cambio de perspectiva, gestión de emociones, Enfoque mental. Adicional a ello, se cuenta con una escala de medición ordinal y las opciones de respuesta van desde Totalmente de acuerdo hasta totalmente desacuerdo.

Procrastinación académica (Variable Dependiente)

Definición conceptual: conducta innecesaria y voluntaria de demorar el comienzo, progreso o conclusión de una tarea, a pesar de ser consciente de las consecuencias y el malestar que esto generará (Vargas, 2017).

Definición operacional: La variable procrastinación académica fue estudiada con los puntajes que se obtuvieron aplicando la Escala de Procrastinación Académica, que fue adaptada y obteniendo una validación en Perú por Trujillo y Noé (2020), basándose en la escala original desarrollada por Busko (1998). Esta variable tiene dos dimensiones, una de ellas es autorregulación académica (12 ítems) y la otra es postergación de actividades (4 ítems), y esta llega a cuantificar los ítems mediante una escala ordinal – Likert, que van desde Nunca hasta casi siempre.

3.3 Población, muestra y muestreo

Según Carrasco (2018) la población se investigará como un todo de todos los sujetos en el mismo entorno de estudio. La población de esta investigación se conformará por 282 estudiantes de secundaria de una I.E. privada de Cajamarca, 2023

Tabla 1

Distribución de la población del ciclo VII

Grado	Sección a	Sección b	Sección c	Sección d
3er	28	26	23	22
4to	27	25	23	22
5to	29	27	22	22
Total				282

Muestra

Sánchez et al. (2018) indican que es una referencia, como parte del universo de población. Esto quiere decir que se tomarán en cuenta a los alumnos de secundaria tanto sujetos femeninos como masculinos entre 12 a 18 años de una I.E. privada de la ciudad de Cajamarca, teniendo una totalidad de 162 alumnos.

Se tomará en consideración la aplicación de las pruebas en los alumnos de todas las secciones.

Tabla 2

Distribución de la muestra de investigación por grado.

Grado	Alumnos
3er grado	54
4to grado	52
5to grado	56
Total	162

Muestreo

El muestreo no probabilístico por conveniencia se desarrolló a partir de un muestreo que no requiere fórmulas (no, probabilidades), y para esta situación se utilizarán criterios de exclusión e inclusión, que ayudan a recoger información de los escolares que participarán en este estudio (Gonzales, 2021).

Unidad de análisis

Escolares de secundaria de una I.E. privada de Cajamarca, 2023

Criterios de inclusión:

- Estudiantes inscritos en una I.E. de Cajamarca
- Estudiantes de una I.E. del VII ciclo (3er a 5to año).
- Estudiantes de ambos sexos.
- Estudiantes con autorización de su apoderado para participar de la encuesta.

Criterios de exclusión

- Estudiantes con necesidades educativas especiales.
- Estudiantes de una I.E. del VI ciclo (1er año de primaria a 2do Secundaria).

-Estudiantes que no cuentan con el consentimiento de sus apoderados para participar en la encuesta.

3.4 Técnica e instrumentos de recolección de datos

El propósito de utilizar esta herramienta es recopilar información sobre temas de actualidad dentro del alcance del estudio mediante el cual se aplica el instrumento a las muestras tomadas (Sánchez et al., 2018). Por ello, se utilizaron cuestionarios de medición, seguidos de análisis tipo documento, con la finalidad de rescatar información analítica y con organización de los escolares, teniendo presente los objetivos de esta investigación (Sánchez et al., 2018).

INSTRUMENTOS

Regulación emocional (Variable independiente)

La regulación emocional se conseguirá mediante un programa llamado: Adaptación española del Cuestionario de Regulación de las Emociones Infantiles Adolescentes (ERQ-SpA) Elaborado por: José Martín Albo, Sonsoles Valdivia Salas, Andrés Sebastián Lombas y Teresa I. 2018, fue adaptado del Cuestionario de Regulación de las Emociones para Niños y Adolescentes (ERQCA) de Gullone y Taffe de 2011; y este último Adaptado del Cuestionario de regulación de las emociones (ERQ) de Gross y John (2003). Respecto a las propiedades psicométricas se encontró que en sus versiones originales, Gross y John (2003) informaron consistencias internas que oscilaban entre 0.32 y 0.85 para la reevaluación cognitiva y entre 0.54 y 0.82 para las estrategias inhibitoras. La confiabilidad, medida por la consistencia interna, osciló entre 0.74 y 0.82 para la reevaluación y entre 0.68 y 0.78 para la eliminación, con una variación total del 50%. En cuanto a la validez, estos factores se relacionaron con el afrontamiento, la reevaluación cognitiva ($r = .43$), la desahogo ($r = .43$) y la falta de autenticidad relacionada con la inhibición ($r = .47$), y fueron útiles tanto para jóvenes como para adultos.

Gullone y Taffe (2012) mostraron una confiabilidad alfa de .82 en los rangos de 10 a 12 y de 13 a 15 años. Para el total de la muestra, el factor de reevaluación cognitiva fue de .83 para las mujeres y de .86 para los adolescentes

de 16 a 18 años. En cuanto al factor de supresión de emociones, el coeficiente alfa para la muestra total fue de .75, el coeficiente alfa para el rango de 10 a 12 años fue de .69 y el coeficiente alfa para el rango de 16 a 18 años fue de .79.

En la versión española realizada por Navarro et al. (2018), analizando la consistencia interna mostró un coeficiente de .64 para el factor de inhibición y de .61 para el factor de reevaluación cognitiva. A partir de la sección de reevaluación cognitiva, se ajustaron las preguntas para que algunas estuvieran mejor relacionadas y otras menos. En el apartado de inhibición, algunas preguntas mostraron una menor adecuación, mientras que otras mostraron una mayor adecuación. Los valores para el componente de reevaluación cognitiva oscilaron entre .51 y .68 ($p < 0,01$). En el componente inhibitorio los valores variaron entre .51 y .68 ($p < .01$). En cuanto a la validez de los dos factores, el análisis factorial exploratorio con rotación varimax mostró que el 41.26% de la varianza fue cubierta exitosamente al considerar ítems con cargas factoriales $\geq .40$.

Para objeto de esta investigación se llegó a realizar el Alpha de Cronbach en un estudio piloto obteniendo como resultado una escala de .825 de la cual se rescata que George y Mallery (2019) sugieren que el coeficiente mayor a 7 es aceptable. Se tomó en consideración el juicio de experto utilizando la herramienta de V Aiken por un criterio de representatividad, claridad y relevancia, dando un resultado de .989. Los coeficientes obtenidos varían de 0 a 1. Cuando los valores se acercan más a 1 se refleja una mayor validez de contenido (Escrura, 1988). En este caso, un valor de 1 representa la puntuación máxima posible, lo que indica un acuerdo total entre jueces y expertos respecto de la calificación máxima de validez que pueden asignar a un ítem (Soto, 2023).

Procrastinación académica (Variable dependiente)

Propiedades psicométricas originales del instrumento:

En el análisis de la muestra realizado por Busko (1998), las observaciones exploratorias encontraron que, en ambas dimensiones, la cobertura global alcanzó el 82% y la saturación de ítems superó el .37. Se encontraron errores en valores de .191 y .123. En cuanto a la consistencia interna de la dimensión “aplazamiento de actividad”, evaluada mediante el coeficiente Alfa de Cronbach

en una muestra piloto ($n = 50$), se observaron valores de alfa .631 y Omega .698, como lo muestran Oviedo y Campo (2005). El análisis de las propiedades psicométricas de la EPA confirmó la idoneidad de este instrumento para medir la procrastinación académica.

Propiedades psicométricas peruanas

Para adaptar la escala a la situación actual en Perú, Blás (2010) participó en un estudio en el que evaluó a 235 estudiantes de secundaria en Perú. En cuanto a la confiabilidad, se observó que el coeficiente de consistencia interna Alfa de Cronbach alcanzó 0,87, lo que nos lleva a concluir que la escala general de procrastinación es confiable. La medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin obtuvo un valor de 0,82, lo que indica que las variables tienen suficiente potencial explicativo. La prueba de esfericidad de Bartlett arrojó un valor significativo ($\chi^2 = 716,83$, $p < 0,05$), lo que confirma que los coeficientes de correlación entre ítems eran lo suficientemente altos como para proceder con el análisis factorial. El análisis factorial mediante el método de componentes principales mostró que había un solo factor que explicaba el 30,99% de la varianza total. Estos resultados nos llevan a concluir que la escala tiene validez de constructo con un determinante de 0,044 y una medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin de 0,823. La prueba de esfericidad de Bartlett arrojó un χ^2 de 716,83, grados de libertad igual a 78, $p = 0,0001$.

Para objeto de esta investigación se llegó a realizar el Alpha de Cronbach en un estudio piloto a 20 escolares, obteniendo como resultado una escala de .7315 de la cual se rescata que George y Mallery (2019) sugieren que el coeficiente mayor a 7 es aceptable. Se tomó en consideración el juicio de experto utilizando la herramienta de V Aiken por un criterio de representatividad, claridad y relevancia, dando un resultado de .93625. Los coeficientes obtenidos varían de 0 a 1. Cuando los valores se acercan más a 1 se refleja una mayor validez de contenido. En este caso, un valor de 1 representa la puntuación máxima posible, lo que indica un acuerdo total entre jueces y expertos respecto de la calificación máxima de validez que pueden asignar a un ítem (Soto, 2023).

3.5 Procedimientos

Empezando, se eligió las herramientas de evaluación en base a un estudio previo. Luego, se solicitó permiso a la Institución Educativa Estatal a través de una carta dirigida al director. También se entregó un comunicado a los padres de los escolares informándoles sobre el objetivo de la aplicación de estos instrumentos y la petición de autorización para que los jóvenes participen. Una vez obtenida la aprobación, se coordinarán las fechas para la evaluación de los estudiantes de secundaria, considerando sus horarios de clase y preferiblemente en horas de tutoría.

En consecuencia, se aplicó el instrumento en persona a la población seleccionada durante una semana. Se explicó el propósito de la prueba, las instrucciones enfatizando la confidencialidad de la investigación.

3.6 Método de análisis de datos

Este estudio adoptó un enfoque hipotético-deductivo ya que se basa en hipótesis derivadas de desarrollos teóricos en una disciplina científica específica. Este enfoque tiene deducción lógica y produce nueva información, como nuevas conclusiones que pueden ser verificadas en otra oportunidad. El enfoque hipotético-deductivo es de gran valor en el descubrimiento porque puede predecir nuevas hipótesis sobre la realidad y probarlas, así como inferir otras hipótesis y hacer predicciones basadas en cuerpos de conocimiento existentes. En el contexto del análisis y la construcción de teorías científicas, este enfoque sistematiza el conocimiento científico mediante la formulación de principios e hipótesis específicos y limitados. Además, integra el conocimiento previo en una jerarquía que abarca los principios, leyes, conceptos y supuestos del sistema global (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

Luego de seleccionar las pruebas válidas para el procesamiento de datos, se procedió con el registro de datos por medio de Microsoft Excel, y con ello determinar la confiabilidad de las herramientas utilizadas. Luego se realizó el análisis correspondiente utilizando el SPSS versión 27. Con ello se obtuvo la confiabilidad de escala de Likert utilizando el coeficiente de alfa de Cronbach. Además, para obtener el coeficiente de correlación se aplicó la verificación de

regresión ordinal. Para finalizar el resultado de cada prueba se llegó a organizar y convertir en porcentajes y tablas de frecuencia.

3.7 Aspectos éticos

Basándose en las directrices de Helsinki de la Asociación Médica Mundial (2017), se reconoce la relevancia de fomentar la salud y el bienestar físico y psicológico de las personas, así como prevenir enfermedades, entendiendo los factores que los provocan y las implicaciones que tienen. Esto permitiría mejorar los métodos de tratamiento y las intervenciones.

Para llevar a cabo la investigación, se respetó el Código de Ética Profesional del Psicólogo Peruano (1995) el que indica la importancia del consentimiento informado de los tutores de los adolescentes participantes en el estudio. Proporcionándole información sobre la investigación, su objetivo y la relevancia de este, explicando que se ejecutará con fines académicos y garantizando que los resultados serían confidenciales de acuerdo con el artículo 24 del código. Se le dará un gran valor a los principios de la bioética, los cuales están enfocados en el principio de autonomía de los evaluados, respetando la privacidad de las decisiones que se tenga en cada una de las respuestas dado en la investigación, como la libre elección de participar. Además, se enfatizará en el principio de no maleficencia, asegurándose de que los participantes estén protegidos y cumpliendo con la confidencialidad, ya que los resultados de la evaluación se mantienen bajo secreto profesional según lo establecido en el artículo 52.

Se tendrá en cuenta los principios beneficencia de la caridad para avalar el bienestar de cada alumno durante el proceso de evaluación, y la investigación buscará aportar soluciones para mejorar la situación en beneficio de la población estudiada, tal como se describe en el artículo 25.

El estudio también defiende el principio de justicia, implicando que todos los estudiantes, sin excepción, están incluidos en el proceso de evaluación basado en principios bioéticos.

IV. RESULTADOS

4.1. Análisis descriptivo

En este estudio se ofrece la información del resultado que se obtiene de ambas variables estudiadas. Los datos que se llegaron a recopilar por medio de las encuestas, se llegaron a procesar por el aplicativo Excel y el aplicativo SPSS en su versión 26. Los datos obtenidos se muestran en tablas y se aprecian en una lista:

Tabla 3

Distribución de frecuencias de la regulación emocional y sus dimensiones

Nivel	Regulación emocional		D1. Reevaluación cognitiva		D2. Supresión expresiva	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Baja	60	54,1	43	38,7	30	27,0
Regular	49	44,1	61	55,0	70	63,1
Alta	2	1,8	7	6,3	11	9,9
Total	111	100.0	111	100.0	111	100.0

Se ofrecen los datos por medio de resultados las respuestas de 111 escolares de la población, en la que la variable regulación emocional se encuentra en una categoría baja con un 54.1% y un 44.1% se encuentran en la categoría regular, y un 1.8% se encuentra en una categoría alta. Adicional a lo mencionado, en la dimensión reevaluación cognitiva, se rescata que 27 de 100 estudiantes se encuentran en una categoría baja, un 63.1% se encuentran en una categoría regular y un 9.9% se encuentran en un nivel alto. Así mismo en la dimensión supresión expresiva el 27% se encuentra en un nivel bajo, un 63.1% en una categoría regular y un 9.9% en una categoría alta.

Tabla 4*Distribución de frecuencias de la procrastinación académica y sus dimensiones*

Nivel	Procrastinación académica		D1. Autorregulación académica		D2. Postergación de actividades	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Baja	58	52,3	48	43,2	41	36,9
Regular	50	45,0	57	51,4	57	51,4
Alta	3	2,7	6	5,4	13	11,7
Total	111	100.0	111	100.0	111	100.0

Se observa que los 111 escolares de la población de estudio, mencionan que la variable procrastinación académica se encuentran en una categoría baja registrado por un 52.3% adicional a ello un 45% menciona encontrarse en la categoría regular y un 2.7% se encuentra en una categoría alta. Adicional a lo anteriormente mencionado también se cuenta con el resultado de la dimensión autorregulación académica en la que se encontró un nivel de incidencia del 43.2% en la categoría bajo, un 51.4% en una categoría regular y un 5.4% en una categoría alto. En ese mismo orden se percibe en la dimensión postergación de actividades, ya que registra un 36.9% en una categoría bajo, y un 51.4% en una categoría regular y un 11.7% en una categoría alta.

4.2. Resultados inferenciales

Significancia = 0,05

Regla de decisión → Si $p_valor \leq 0.05$ rechazar H_0
Si $p_valor \geq 0.05$ aceptar H_0

Hipótesis general

Ha. Existe influencia significativa y directa entre la variable Regulación emocional y procrastinación académica en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023.

Ho. No existe influencia significativa y directa entre la variable Regulación emocional y procrastinación académica en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023.

Tabla 5

Valor de ajuste de los datos para el modelo, Ajuste de los modelos

Modelo	-2 log de la verosimilitud	Chi-cuadrado	gl	Sig.
Sólo intersección	122,822			
Final	17,888	104,934	2	,000

Función de vínculo: Logit.

Se aprecia que los valores Chi-cuadrado 104.934 y $p=0.000 < \alpha$, esto señaló que la procrastinación académica es dependiente de la regulación emocional, al respecto las variables no se encuentran en forma autónoma, sino dependiente una de la otra.

Tabla 6*Bondad de ajuste para el modelo.*

Chi-cuadrado		gl	Sig.
Pearson	102,192	2	,081
Desviación	9,780	2	,078

Función de vínculo: Logit.

Se aprecia que la bondad de ajuste, esto indicó que la variable regulación emocional incide directamente a la procrastinación académica ($p=0.081$ y $0.078 > 0.05$). Estos parámetros llegaron a confirmar la existencia de posibilidad que la variable regulación emocional sea óptima entonces la procrastinación académica es óptima. Llegando a la conclusión de la existencia de la influencia de la regulación emocional en la procrastinación académica.

Tabla 7

Coefficiente de determinación del modelo para la hipótesis general

	Pseudo_R ²
Cox y Snell	,611
Nagelkerke	,768
McFadden	,594

Función-enlace: Logit.

Se aprecia las estimaciones de acuerdo con el modelo, mientras mayor sea el grado de regulación emocional aumentará el grado de procrastinación académica. Encontrando el estadístico de Nagelkerke = .768; este resultado ofreció la confirmación de un modelo que llega a explicar el nivel de dependencia de la variable procrastinación académica en un 76.8% frente a la variable regulación emocional.

Tabla 8*La regulación emocional en la procrastinación académica*

		Estimaciones de parámetro					Intervalo de confianza al 95%	
		Estimación	Desv. Error	Wald	g	Sig.	Límite inferior	Límite superior
Umbral	[procrastinación1 = 1]	-24.493	.527	2164.06	1	.000	-23.461	25.525
	[procrastinación1 = 2]	-18.147	1.020	316.428	1	.000	-16.147	20.146
Ubicación	[Regulación1=1]	-26.873	.701	1467.68	9	.000	-25.498	28.248
	[Regulación1=2]	-22.048	.000	.1	1	.	-22.048	22.048
	[Regulación1=3]	0 ^a	.	.0

Función de enlace: Logit.

a. Este parámetro está establecido en cero porque es redundante.

Se observa que en esta tabla de acuerdo con Wald 1467,689; gl: 1 y $p=.000 < \alpha: 01$, esto permitió inferir que la regulación emocional ejerce influencia directamente a la procrastinación académica.

Hipótesis específica 1

H1. Existe influencia significativa y directa entre la variable Regulación emocional y la dimensión autorregulación académica en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023.

Ho. No existe influencia significativa y directa entre la variable Regulación emocional y la dimensión autorregulación académica en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023.

Tabla 9

Valor de ajuste de los datos para el modelo

Ajuste de los modelos

Modelo	-2 log de la verosimilitud	Chi-cuadrado	gl	Sig.
Sólo intersección	68,712			
Final	23,721	44.990	2	.000

Función de vínculo: Logit.

Se aprecia que los valores Chi-cuadrado 44.990 y $p=0.000 < \alpha$, esta indica que la variable procrastinación académica depende de la regulación emocional, esto indica que no se encuentra de manera autónoma, sino que dependen una a otra.

Tabla 10*Bondad de ajuste para el modelo.*

Chi-cuadrado	gl	Sig.
Pearson	102.192	2 .063
Desviación	9.780	2 .064

Función de vínculo: Logit.

Se aprecia que la bondad de ajuste, esto indica que la variable regulación emocional incide directamente a la procrastinación académica ($p=0.063$ y $0.064 > 0.05$). Los datos confirman la existencia de la posibilidad en que la regulación emocional se encuentre óptimas condiciones, por lo tanto, la autorregulación académica se encuentre en las mismas condiciones. Se concluye que se encuentra influencia por parte de la regulación emocional en la autorregulación académica.

Estos parámetros dieron la confirmación de la existencia de posibilidad que la variable regulación emocional sea óptima entonces la autorregulación académica es óptima. Llegando a la conclusión que existe influencia de la regulación emocional en la autorregulación académica.

Tabla 11*Coefficiente de determinación del modelo para la hipótesis específica 1*

	Pseudo_R ²
Cox y Snell	.333
Nagelkerke	.405
McFadden	.235

Función-enlace: Logit.

Del resultado se observa la estimación según el modelo, en donde a mayor regulación emocional, se encontrará una mayor autorregulación académica. En el estadístico de Nagelkerke se cuenta con .405; en este valor se permite la confirmación de la dependencia de la autorregulación académica en un 40.5% frente a la variable regulación emocional.

Tabla 12*La regulación emocional en la autorregulación académica*

		Estimaciones de parámetro					Intervalo de confianza al 95%	
		Estimación	Desv. Error	Wald	g	Sig.	Límite inferior	Límite superior
Umbral	[Autorregulación1 = 1]	-21,556	,376	3278,67	1	,000	-22,294	-20,818
	[Autorregulación1 = 2]	-17,360	,534	1058,51	7	,000	-18,405	-16,314
Ubicación	[Regulación1=1]	-22,339	,466	2300,68	0	,000	-23,252	-21,427
	[Regulación1=2]	-19,948	,000	.	1	.	-19,948	-19,948
	[Regulación1=3]	0 ^a	.	.	0	.	.	.

De acuerdo a Wald 2300,680; gl: 1 y $p=,000 < \alpha: 01$, esto permitió inferir que la regulación emocional ejerce influencia directamente a la autorregulación académica.

Hipótesis específicas 2

H2. Existe influencia significativa y directa entre la variable Regulación emocional y la dimensión postergación de actividades en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023

.Ho. NO existe influencia significativa y directa entre la variable Regulación emocional y la dimensión postergación de actividades en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023

Tabla 13

Valor de ajuste de los datos para el modelo

Ajuste de los modelos

Modelo	-2 log de la verosimilitud	Chi-cuadrado	Gl	Sig.
Sólo intersección	50,055			
Final	18,356	31,700	2	,000

Función de vínculo: Logit.

Se aprecia que los valores Chi-cuadrado 31,700 y $p=0,000 < \alpha$, esto indicó que la autorregulación académica depende de la regulación emocional, frente a las variables que no encuentra autonomía, sino que una depende de la otra.

Tabla 14*Bondad de ajuste para el modelo.*

Chi-cuadrado	GI	Sig.
Pearson	4,128	2 .127
Desviación	3,579	2 .167

Función de vínculo: Logit.

Se aprecia que la bondad de ajuste, esto indicó que la regulación emocional incide en la procrastinación académica ($p=0.127$ y $0.167 > 0.05$). Los valores confirman la existencia de la posibilidad en que la variable regulación emocional sea óptima entonces la postergación de actividades es óptima. Llegando a la conclusión de encontrar la regulación emocional en la postergación de actividades.

Tabla 15

Coefficiente de determinación del modelo para la hipótesis específica 2

Pseudo_R ²	
Cox y Snell	.248
Nagelkerke	.291
McFadden	.149

Función-enlace: Logit.

Se observa la estimación según el modelo, mientras más alto sea el nivel de regulación emocional existirá un más alto nivel de postergación de actividades. Contando con un Nagelkerke=0.291; lo cual permite confirmarla dependencia que existe por parte de la postergación de actividades en un 29.1% frente a la regulación emocional.

Tabla 16*La regulación emocional en la postergación de actividades***Estimaciones de parámetro**

		Estimación n	Desv. Error	Wald	g l	Sig.	Intervalo de confianza al 95%	
							Límite inferior	Límite superior
Umbral	[Posterior1 = 1]	-20,804	,364	3269,16	1	,000	-	-20,091
				8			21,517	
	[Posterior1 = 2]	-17,631	,351	2525,37	1	,000	-	-16,943
				8			18,319	
Ubicación	[Regulación1=1]	-21,075	,436	2332,67	1	,000	-	-20,220
				2			21,930	
	[Regulación1=2]	-19,148	,000	.	1	.	-	-19,148
							19,148	
	[Regulación1=3]	0 ^a	.	.	0	.	.	.

Se observa que la competitividad empresarial de acuerdo con Wald 2332,672; gl: 1 y $p=.000 < \alpha: 01$, esto permitió inferir que la regulación emocional ejerce influencia directamente a la postergación de actividades.

V. DISCUSIÓN

En el capítulo de este estudio se realiza la discusión, teniendo como base los antecedentes y el sustento teórico que brinda respaldo a esta investigación. En la investigación, se tuvo como fin principal la detección de la influencia entre la variable regulación emocional en la procrastinación académica en los escolares del ciclo VII de secundaria en una I.E. privada de Cajamarca, 2023. Se desarrolló una investigación estadística descriptiva en lo que se llegó a obtener como producto: la regulación emocional con un 54.1% como unidad de análisis ofreciendo predilección de procrastinación académica de categoría baja. Por ello, tal como lo menciona Gross (2015), sosteniendo que en el caso de la regulación de emociones como proceso, que las personas expresan de forma automática o controlada de forma consciente o inconsciente. Estos procesos les permiten influir en sus emociones, comprenderlas, experimentarlas y expresarlas.

Por otro lado, se cumplieron las teorías de Navarro et al. (2018), la definió como la predisposición de modular y entender las emociones, favoreciendo el engrandecimiento emocional, incluyendo una variedad de estrategias para regular las emociones tanto positivas como negativas. También se cumplió la teoría de Silvers (2022) definió son un grupo de habilidades explícitas e implícitas de las que se usan con la finalidad de visualizar y cambiar las respuestas conductuales a los estados emocional según los objetivos de cada persona. Como también Carstensen e Isaacowitz (2011) nos mencionan que al seleccionar situaciones estresores o estrategias que te involucra para ello, son las primeras actividades que te llevan al aprendizaje de evitación y que estas pueden llevarte a las experiencias positivas de lo mencionado con anterioridad, y eso es de vital importancia ya que según Hervás y López-Gómez (2016) modificar nuestro enfoque permite a las personas cambiar situaciones por medio de sus acciones.

En ese mismo orden se cumplió la teoría de Gross (2020), afirmó la regulación de las emociones implica intentos de influir en las emociones experimentadas por una persona (regulación intrínseca) o en las emociones experimentadas por otras (regulación externa).

En el mismo contexto, se analizó la hipótesis central mediante estadística inferencial, revelando un efecto significativo y directo entre las variables de regulación de las emociones y la procrastinación académica en la población estudiada. Esto se ve respaldado por los resultados, donde el valor de significancia (p) es 0.000, el cual está por debajo del umbral establecido de 0.005. El índice de Nagelkerke es de 0,768, lo que indica que el 76,8% de la procrastinación académica depende de la regulación emocional.

Esto es, a mayor regulación emocional mejor procrastinación académico. Estos resultados indicaron que se cumplieron las teorías de Haghbin y Pychyl (2017), definieron como un constructo psicológico relacionado con el autocontrol y aspectos volitivos que influyen en la personalidad. Asimismo, se cumplió la teoría de Sirois y Kitner, (2017), definieron a la procrastinación se define como la conducta voluntaria e innecesaria de retrasar el inicio, desarrollo o finalización de una tarea, a pesar de ser consciente de las consecuencias y el malestar que esto producirá, como también, nos da la oportunidad de reflexionar ya que como menciona Burka y Yuen (2018) el comportamiento de los escolares puede persistir ya que no miden las consecuencias de sus actos frente a los roles educativos que afronta.

Por otro lado, se cumplió la teoría de Furlan et al. (2018), es importante distinguir esto de la procrastinación estratégica, que implica posponer tareas no problemáticas para obtener una gratificación a corto plazo o priorizar otras actividades productivas sin perjudicar a los estudiantes. De la misma forma, se cumplió la teoría de Moreta y Durán (2019) sostuvieron que la procrastinación involucra dinámicas cognitivas, afectivas y conductuales. También, la teoría de Baker (1979), se centra en la explicación de conductas que reflejan la tendencia a posponer la realización de tareas al inicio o al final de una actividad, como también se refuerza la idea de proceso, que según Paredes (2019) los escolares se ven influenciados por sus características educativas y

ambientales.

En ese mismo orden, se cumplió la teoría de Ayala et al. (2020), la ansiedad generada por las tareas, el miedo a las consecuencias adversas de las acciones, el aumento de las tareas, los plazos y las responsabilidades familiares son señales de advertencia de una mayor ansiedad. En este sentido, los estudiantes pueden recurrir a estrategias inconscientes para disminuir la molestia y eludir la responsabilidad. Así mismo según Paredes (2019) menciona que es esa ansiedad la que conductualmente se ha relacionado con la postergación de actividades para conseguir un objetivo.

En base a estos resultados, se puede inferir la influencia de la regulación emocional sobre la procrastinación académica con el 76.8% de acuerdo a los hallazgos establecidos por el estadístico regresión ordinal; este resultado tiene similitud a la investigación de Pachas (2019) señaló que existe una correlación positiva significativa entre las dos variables, con un valor de significancia (bilateral) de 0,000, menos de 0,05, y una fuerza de correlación de 0,893, lo cual se sustenta con los resultados obtenidos. Asimismo, es similar al estudio de Espinoza (2023), concluyó: las variables de regulación de las emociones están directamente relacionadas con el desarrollo de las variables de competencia comunicativa, especialmente en la dimensión comunicativa.

Para el objetivo específico 1, se propone una medida de efectos significativos y directos entre las variables de regulación de las emociones y las dimensiones de autorregulación académica en esta población; se obtuvo unos resultados de la regulación emocional una categoría baja con un 54.1%, la autorregulación académica en nivel regular con el 51.4%; y en la parte inferencial se obtuvo una influencia de regulación emocional sobre la autorregulación académica de acuerdo a Nagelkerke 0 0.405. Estos resultados, son diferentes con el estudio de Torpoco (2023), concluyó: a medida que aumenta la regulación de las emociones, disminuye la procrastinación académica. También es diferente al estudio de Montoya (2023), concluyó: los hallazgos indican que a medida que aumenta la procrastinación académica, la probabilidad de utilizar la dimensión reevaluación cognitiva como una herramienta para la regulación emocional en la que disminuye con un valor

significativo de ($p < 0.01$). Como también se menciona a Carrasco (2020) quien indicó en su estudio la relación entre la procrastinación académica y la regulación emocional que en su investigación indicó que existe una relación positiva entre la autorregulación académica y la variable regulación emocional ($\rho = .509$), adicionalmente a ello indica que existe una disminución de los procesos de regulación emocional debido al aumento de la procrastinación académica.

En la presente pesquisa la influencia significativa y directa entre la variable regulación emocional y la dimensión postergación de actividades en esta población de acuerdo al estadístico de Nagelkerke=0.291; estos hallazgos son similares a la investigación de Wiyatama y Freyani (2022), concluyó: hubo una correlación positiva considerable entre la regulación de las emociones y las habilidades de procrastinación ($r = 0.745$). En conclusión, los hallazgos sugieren que a medida que aumenta la procrastinación, disminuye el uso de estrategias de reevaluación emocional. Asimismo, a medida que aumenta la procrastinación, también aumentan los procesos de supresión de emociones. Asimismo, es similar al estudio de Toaza (2023), concluyó: revelaron una relación positiva entre la reevaluación cognitiva y la autorregulación académica ($Rho = 0.279$, $p < 0.1$). Además, se observó una relación positiva, aunque leve, entre la supresión emocional y la autorregulación académica ($Rho = 0.274$, $p < 0.01$). Se concluye que no se encontraron relaciones significativas entre la procrastinación de actividades y diversas dimensiones de la regulación de las emociones.

Por otro lado, en contraste los resultados obtenidos por Espaillat y Pintor (2022), fueron contrario, los resultados obtenidos mostraron una correlación negativa moderada entre la procrastinación académica y las variables de regulación de las emociones ($r = -0.424$; $p = < .001$). Para concluir, estos hallazgos indican que cuando aumenta la procrastinación académica, la capacidad de regulación de las emociones disminuye y viceversa. También es diferente al estudio de Duran y Moreta (2019), concluyó: existió relación positiva pero baja entre la dimensión autorregulación emocional y la procrastinación académica ($r = -.292$). La tendencia de los escolares a posponer actividades académicas (entre 12 y 17%) encontrándose relacionado con el nivel de satisfacción académica. Se estudian las implicaciones de estos

resultados para la solución de las dificultades relacionadas.

El resultado es similar al que obtuvo Wiyatama y Freyani (2022), concluyó: hubo una correlación positiva considerable entre la regulación de las emociones y las habilidades de procrastinación ($r = 0.745$). En conclusión, los hallazgos sugieren que mientras aumenta la procrastinación, disminuye el uso de estrategias de reevaluación emocional. Asimismo, a medida que aumenta la procrastinación, también aumentan los procesos de supresión de emociones. En ese mismo orden, tiene similitud con el estudio de Shen y Zhang (2020), concluyó: los resultados que se encontraron en la investigación fueron la dimensión reevaluación se correlacionó positivamente con EC ($r=.14$, $p<.01$), NA ($r=.05$, $p<.05$) y Afiliación ($r =.19$, $p<.01$), inversamente con tratamiento ($r= -.12$, $p<.01$). La supresión se asoció positivamente con NA ($r= 0.10$, $p<0.01$) y afiliación ($r=0.05$, $p<0.05$).

Considerando los resultados, se indique que se cumplió con las teorías de Navarro et al. (2018) se definió como la predisposición de modular y entender las emociones, favoreciendo el engrandecimiento emocional, incluyendo una variedad de estrategias para regular las emociones tanto positivas como negativas. Con similitud a Portocarrero y Fernández (2022), concluyó: Mostrando los resultados que el 32.5% de los participantes presentaban altos niveles de procrastinación, con una mayor proporción de mujeres. Además, se observó que los estudiantes de cuarto grado se desempeñaron a un nivel más alto en comparación con otros grados. Respecto al género no se encontraron diferencias significativas ($p = 0.219 > 0.05$), sin embargo, se identificó una diferencia estadísticamente significativa relacionada con el nivel de educación ($p = 0.015$). De la misma manera, se cumplió la teoría de Atalaya y García (2019), definieron que la procrastinación ha estado presente en la cultura humana desde su creación. En un estudio de la literatura, revisaron 40 artículos científicos y descubrieron que la procrastinación, que se refiere a la tendencia a posponer actividades debido a la pereza, ya se mencionaba en el año 3000 a.C. Con el tiempo, esta definición evolucionó para relacionarse con el daño causado por el aplazamiento del trabajo.

Las conclusiones extraídas de los resultados de este estudio sugieren diversas áreas de intervención y desarrollo. En primer lugar, la alta correlación entre la regulación de las emociones y la procrastinación académica apunta a la

necesidad de estrategias de orientación educativa y psicológica que fomenten el desarrollo de habilidades de regulación de las emociones desde las primeras etapas de la formación académica. Se pueden diseñar programas específicos que incluyan técnicas de atención plena y entrenamiento en inteligencia emocional para mejorar la capacidad de los estudiantes para gestionar eficazmente las emociones y así reducir la procrastinación.

En segundo lugar, considerando la relación positiva entre la regulación de las emociones y la autorregulación académica, se puede diseñar un enfoque integrado para promover el desarrollo simultáneo de ambas habilidades. La implementación de estrategias de enseñanza que fomenten la autorreflexión y la planificación eficaz, combinadas con una mejor regulación emocional, puede ayudar significativamente a mejorar el rendimiento académico de los escolares y reducir la procrastinación.

A pesar de los importantes hallazgos, es importante reconocer las limitaciones inherentes a este estudio. Primero, el estudio se centró únicamente en estudiantes de un ciclo específico de escuela secundaria en una I.E. privada en Cajamarca, lo que limita la generalización de los hallazgos a otras poblaciones y entornos. Para obtener una comprensión más completa y representativa, futuros estudios podrían incluir muestras más diversas y amplias.

En segundo lugar, la recopilación de datos presenta desafíos en términos de tiempos de respuesta y participación. Esta limitación puede afectar la representatividad de la muestra y por tanto la validez externa de los resultados. En investigaciones futuras, se recomienda explorar otros métodos de recopilación de datos para aumentar las tasas de participación y reducir posibles sesgos.

Las principales dificultades encontradas durante la ejecución de este estudio incluyeron la gestión del factor tiempo, ya que se tuvieron que coordinar horarios comunes entre las responsabilidades laborales y académicas. Además, existen barreras para acceder a las bibliotecas universitarias para recopilar información para construir un marco teórico.

La relevancia de este estudio radica en revisar y actualizar las teorías existentes relacionadas con las variables investigadas. A partir del análisis realizado se destaca la importancia de la motivación como elemento esencial para el desempeño eficaz de las funciones profesionales. Este estudio

proporciona una valiosa fuente de información para futuros investigadores interesados en este tema y permite abordar la cuestión de manera más específica a través de un enfoque cualitativo de las variables.

En resumen, este estudio proporciona información importante sobre la relación entre la regulación de las emociones y la procrastinación académica entre los estudiantes de secundaria. Los hallazgos demuestran lo importante de la regulación de las emociones como parte integral del desarrollo académico y resaltan la necesidad de intervenciones específicas para mejorar estas habilidades. A pesar de sus limitaciones, esta investigación ofrece una base que profundice la comprensión de estos fenómenos y proporcionar orientación adicional para el diseño de estrategias de enseñanza y programas de intervención.

También, se aplicará en otros contextos con el objetivo de generalizarlos que las teorías se cumplen en esos contextos diferentes al presente estudio.

VI. CONCLUSIONES

Primera: En línea con el objetivo general del estudio, se evaluó el impacto de la variable “regulación emocional” en la procrastinación académica entre estudiantes del séptimo ciclo de instituciones educativas privadas de Cajamarca en el año 2023. Utilice estadísticas de regresión ordinal. Los resultados incluyen una expresión del valor R cuadrado de Nagelkerke, que alcanzó el 76,8%. Este hallazgo respalda la aceptación de la hipótesis alternativa propuesta en el estudio.

Segunda: Respecto al primer objetivo específico, estudiamos la influencia de la variable “regulación emocional” en la dimensión “autorregulación académica” en estudiantes del séptimo ciclo de escuelas secundarias de instituciones educativas privadas de Cajamarca en el año 2023. Para el análisis se utilizó estadística de regresión ordinal y los resultados mostraron que la prueba R cuadrado de Nagelkerke tuvo una representatividad del 40.5%. Este hallazgo apoya la aceptación de las hipótesis alternativas propuestas dentro del marco de la investigación.

Tercera: Respecto al segundo objetivo específico, se determinó la influencia significativa de la variable “Regulación Emocional” en la dimensión “Posposición de Actividades” en estudiantes del séptimo ciclo de instituciones educativas privadas de Cajamarca en el año 2023. Obtenido mediante estadística de regresión ordinal, la prueba R-cuadrado de Nagelkerke demostró tener una representación del 29.1%. Este resultado apoya la aceptación de la hipótesis alternativa propuesta dentro del marco de la investigación.

Cuarto: Respecto a los resultados descriptivos se llegó a determinar que en esta población el porcentaje que más se pudo rescatar es la categoría baja de regulación emocional con un 54,1% y en el caso de la procrastinación académica es baja con un 52,3%

VII. RECOMENDACIONES

Primera: Se recomienda a los directivos de la institución educativa privada, Cajamarca organizar talleres de capacitación para los estudiantes en el tema de la regulación emocional con el objetivo de disminuir la procrastinación académica.

Segunda: Se sugiere a los docentes de la institución educativa privada, Cajamarca participar en las capacitaciones socioemocionales que organizan las universidades y los organismos educativos con el propósito de autorregularse la parte académica para mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Tercera. Se recomienda que futuros investigadores realicen estudios cualitativos para obtener conocimientos más específicos sobre las variables propuestas. Esto ayudará a proporcionar una imagen más precisa de la realidad que buscamos comprender. Además, se recomienda aumentar el tamaño de la población para obtener una muestra más representativa.

REFERENCIAS

- Abbasi, I. S., y Alghamdi, N. G. (2015). The Prevalence, Predictors, Causes, Treatment, and Implications of Procrastination Behaviors in General, Academic, and Work Setting. *International Journal of Psychological Studies*, 7(1). <https://doi.org/10.5539/ijps.v7n1p59>
- Atalaya, C., y García, L. (2019). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación En Psicología*, 22, 363–378. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8162710>
- Ayala Ramírez, A. S., Rodríguez Diaz, R. Y., Villanueva Quispe, W., Hernández García, M., y Campos Ramirez, M. (2020). La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos. *Revista Muro de La Investigación*, 5(2), 40–52. <https://doi.org/10.17162/rmi.v5i2.1324>
- Ayala Ramírez, A. S., Rodríguez Diaz, R. Y., Villanueva Quispe, W., Hernández García, M., y Campos Ramirez, M. (2020). La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos. *Revista Muro de La Investigación*, 5(2), 40–52. <https://doi.org/10.17162/rmi.v5i2.1324>
- Baker, H. (1979) The conquering hero quits: Narcissistic factors in underachievement and failure. *American Journal of Psychotherapy*, 23 (03), 418 - 427 doi: [10.1176/appi.psychotherapy.1979.33.3.418](https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.1979.33.3.418)
- Blas, Ó. Á. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona: Revista de la Facultad de Psicología*, (13), 159-177. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147118212009>
- Burka, J., y Yuen, L. M. (2018). Procrastination: Why you do it, what to do about it now. Hachette Uk. <https://acortar.link/orHjrG>
- Busko, D. A. (1998). Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model (Tesis inédita de maestría). University of Guelph. Obtenido de <https://hdl.handle.net/10214/20169>
- Carrasco Paliza, C. V. (2020). Procrastinación y estrategias cognitivas de regulación emocional en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana.

https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/6546/CA_RRASCO_PC.pdf?sequence=6&isAllowed=y

Carrasco Paliza, C. V. (2020). Procrastinación y estrategias cognitivas de regulación emocional en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/2853036>

Carstensen, H. A., y Isaacowitz, D. M. (2011). Fixing our focus: Training attention to regulate emotion. *Personality and Social Psychology Review*, 15(1), 75-102 <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1088868310365565>

Del Perú, C. D. P. (1995). Código de ética profesional del psicólogo peruano. In *Código de ética profesional del psicólogo peruano* (pp. 23-23). <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-255469>

Delgado, E. P., & Fernández-Monge, L. M. (2023). Procrastinación académica en adolescentes de una institución educativa en tiempos de pandemia. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 6(14), 42-53. <https://doi.org/10.33996/repsi.v6i14.88>

Dominguez-Lara, S. A. (2017). Prevalencia de procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana y su relación con variables demográficas. *Revista de Psicología*, 7(1), 81-95. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272017000100010&script=sci_arttext

Eckert, M., Ebert, D. D., Lehr, D., Sieland, B., y Berking, M. (2016). Overcome procrastination: Enhancing emotion regulation skills reduce procrastination. *Learning and Individual Differences*, 52, 10–18. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2016.10.001>

Españat Álvarez, L., y Pintor Núñez, M. J. (2022). Relación entre procrastinación académica, ansiedad y regulación emocional (Doctoral dissertation, Santo Domingo: Universidad Iberoamericana (UNIBE)). <https://repositorio.unibe.edu.do/jspui/handle/123456789/1081>

Espinoza Alvarado, J. M. (2022). Estrés académico y procrastinación académica de estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2022.

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/99268/Espinoza_AJM-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Espinoza Cuchc, J. Y. (2023). Regulación emocional y competencias comunicativas en adolescentes de una institución educativa privada de Carabayllo, 2023.

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/129377/Espinoza_CJY-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ferrando, P. J., y Anguiano-Carrasco, C. (2010). El análisis factorial como técnica de investigación en psicología. Papeles del Psicólogo, 31(1), 18 – 33. <https://www.redalyc.org/pdf/778/77812441003.pdf>

Ferrari, J. (1991). Cogniciones perfeccionismo con no clínica y clínica de comportamiento social y de la personalidad. Revista de la Salud, 4 (10), 143-156. <https://www.redalyc.org/pdf/4676/467646127006.pdf>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2018). Para cada niño, todos los derechos. Informe anual 2018. <https://www.unicef.org/sites/default/files/2019-07/UNICEF-informe-anual-2018.pdf>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2019) Cada niño aprend, Estrategias de Educación de UNICEF 2019 - 2030. <https://www.unicef.org/media/64846/file/Estrategia-educacion-UNICEF-2019%E2%80%932030.pdf>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2020). Obtenido de El impacto del COVID-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes: <https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-deadolescentes-y-j%C3%B3venes>

Fox, N. A., Calkins, S. D. (2018). The development of self-control of emotion: Intrinsic and extrinsic influences. Motivation and Emotion, 72, 7-26. [DOI:10.1023/A:1023622324898](https://doi.org/10.1023/A:1023622324898)

Furlan, L. A., Ferrero, M. J., y Gallart, G. (2018). Ansiedad ante los exámenes, procrastinación y síntomas mentales en estudiantes de la Universidad Nacional de Córdoba. Revista Argentina de Ciencias Del

Garzón, A., Arias, J. de la F., y Acelas, L. (2019). Características y dimensiones de la procrastinación académica. *DIÁLOGOS EN INVESTIGACIÓN EN LA* KONRAD LORENZ.

<https://repositorio.konradlorenz.edu.co/handle/001/1778>

George, D., y Mallery, P. (2019). *IBM SPSS statistics 26 step by step: A simple guide and reference*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429056765>

Gratz, K. y Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Assessment*, 2, 41-54.

<https://link.springer.com/content/pdf/10.1023%2FB%3AJOBA.0000007455.08539.94.pdf>

Gross, J. J. (1999). Emotion regulation: past, present, future. *Cognition and Emotion*, 13, 551-573 <https://acortar.link/p67SfR>

Gross, J. J. (2008). Emotion regulation. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jones, & L. F. Barrett (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 497-512). New York, NY: The Guilford Press. <https://acortar.link/476LFg>

Gross, J. J. (2014). Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. In J.J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3-20). New York, NY: Guilford Press. <https://acortar.link/7GCQu6>

Gross, J. J. (2015). Emotion Regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26, 1-26. [doi: 10.1080/104784X.2014.940781](https://doi.org/10.1080/104784X.2014.940781)

Gross, J. J., y John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362. [doi: 10.1037/0022-3514.85.2.348](https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348)

- Gross, J. J., y Thompson, R. A. (2007). Emotion Regulation: Conceptual Foundations. Handbook of emotion regulation. The Guilford Press. <https://psycnet.apa.org/record/2007-01392-001>
- Gullone, E., y Taffe, J. (2012). The emotion regulation questionnaire for children and adolescents (ERQ-CA): a psychometric evaluation. Psychological assessment, 24(2), 409. <https://doi.org/10.1037/a0025777>
- Hagbin, M., y Pychyl, T. A. (2017). Measurement of Health-Related Procrastination. En F. M. Sirois, y T. A. Pychyl, Procrastination, Health, and Well-Being (págs. 121-142). Elsevier Inc. <https://acortar.link/uuEmig>
- Herrera Mora, M. E. D. R. (2020). Influencia de la regulación emocional y procrastinación académica en estudiantes de primer año de psicología de la Universidad Católica de Santa María-2018. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12920/9945/B4.2033.MG.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Hervás, G. (2017). Psicopatología de la regulación emocional: El papel de los déficits emocionales en los trastornos clínicos. Psicología Conductual, 19(2), 347-372. <https://acortar.link/O0XAsP>
- Hervás, G. y Jódar, R. (2016). Adaptación al castellano de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional. Clínica y Salud, 9, 139-156 <https://scielo.isciii.es/pdf/clinsa/v19n2/v19n2a01.pdf>
- Klassen, R., Krawchuk, L., Lynch, S., & Rajani, S. (2008). Procrastination and motivation of undergraduates with learning disabilities: A Mixed-Methods inquiry. Learning Disabilities Research & Practice, 23(3), 137-147. doi: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1540-5826.2008.00271.x>
- Ley que promueve la convivencia sin violencia en las instituciones educativas (2011) N°29719, Normas legales del congreso de la república, 25 de Junio del 2011 <https://www.gob.pe/institucion/congreso-de-la-republica/normas-legales/118447-29719>
- Ley que promueve la educación inclusiva, modifica el artículo 52 e incorpora los artículos 19-a y 62-a en la ley 28044, (2018) N°30797, Diario Oficial El Peruano, 21 de Junio del 2018. <https://busquedas.elperuano.pe/dispositivo/NL/1662055-2>

- Lizcano Lis, K. J., Matias Cantor, C., y Quintero Garzón, Y. K. (2022). Rasgos de personalidad (RP) y regulación emocional (RE) en relación con los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) en estudiantes universitarios de segundo a quinto semestre de la Facultad de Psicología de la Universidad Santo Tomás sede de Villavicencio (Doctoral dissertation, Universidad Santo Tomás).
<https://repository.usta.edu.co/handle/11634/44119>
- Málaga Tipacti, B. D. R. (2022). Motivación y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de un consultorio psicológico del distrito de Puente Piedra, 2021.
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/89888/M%
3%a1laga_TBDR-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/89888/M%c3%a1laga_TBDR-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Martín-Albo, J., Valdivia-Salas, S., Lombas, A. S., y Jiménez, T. I. (2020). Spanish Validation of the Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescents (ERQ-CA): Introducing the ERQ-SpA. *Journal of Research on Adolescence*, 30(S1), 55–60.
<https://doi.org/10.1111/jora.12465>
- Martínez-Priego, C., Salgado, D., y Anaya-Hamue, M. E. (2014). Desarrollo de la personalidad y virtudes sociales: relaciones en el contexto educativo familiar. *Educación y Educadores*, 17(3), 447–467.
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0123-
12942014000300003&script=sci_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0123-12942014000300003&script=sci_arttext)
- McRae, K., Jacobs, S. E., Ray R. D., John O. P., & Gross, J. J. (2012). Individual differences in reappraisal ability: Links to reappraisal frequency, well-being, and cognitive control. *Journal of Research in Personality*, 46, 2-7.
[doi: 10.1016/j.jrp.2011.10.003](https://doi.org/10.1016/j.jrp.2011.10.003)
- McRae, K., y Gross, J. J. (2020). Emotion regulation. *Emotion*, 20(1), 1–9.
<https://doi.org/10.1037/emo0000703>

- MINEDU (2020). "Lineamientos de Tutoría y Orientación Educativa para la Educación Básica. <https://repositorio.minedu.gob.pe/handle/20.500.12799/7639>
- Minedu (2021) Censo educativo 2021. <https://acortar.link/U8Vmad>
- Ministerio de Salud (2020). Análisis de adolescentes en la salud mental. <https://acortar.link/aCrnif>
- Mohammadi Bytamar, J., Saed, O., y Khakpoor, S. (2020). Emotion Regulation Difficulties and Academic Procrastination. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.524588>
- Montoya, S. (2023). Procrastinación académica y regulación emocional en estudiantes de una universidad pública de Lima, 2022. <https://acortar.link/kYt057>
- Moreta Herrera, R., Durán Rodríguez, T., y Villegas Villacrés, N. (2019). Regulación Emocional y Rendimiento como predictores de la Procrastinación Académica en estudiantes universitarios. *Revista de psicología y educación*. <https://doi.org/10.23923/rpye2018.01.166>
- Moreta-Herrera, R., y Durán-Rodríguez, T. (2019). Propiedades psicométricas de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) en estudiantes de psicología de Ambato, Ecuador. *Salud y Sociedad*, 9(3), 236–247. <https://doi.org/10.22199/s07187475.2018.0003.00003>
- Navarro, J., Vara, M. D., Cebolla, A., y Baños, R. M. (2018). Validación psicométrica del cuestionario de regulación emocional (ERQ-CA) en población adolescente española. *Revista de Psicología Clínica Con Niños y Adolescentes*, 5(1), 9–15. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2018.05.1.1>
- OCDE (2019). Education at a glance. Country note. Mexico. https://www.oecd.org/education/education-at-a-glance/EAG2019_CK_MEX_Spanish.pdf
- OMS (Organización Mundial de la Salud), (2020). Actualización de la estrategia frente a la COVID-19.

https://www.who.int/docs/defaultsource/coronaviruse/covid-strategy-update14april2020_es.pdf?sfvrsn=86c0929d_10

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO] - Instituto Internacional para la Educación Superior en América Latina y el Caribe [IESALC]. (2020). El coronavirus COVID-19 y la educación superior: impacto y recomendaciones. UNESCO-IESALC. <https://www.iesalc.unesco.org/2020/04/02/el-coronavirus-covid-19-y-laeducacion-superior-impacto-y-recomendaciones/>

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2019). Behind the numbers: Ending school violence and bullying. Unesco. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000366483x>

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (2022) Informe de seguimiento de la educación en el mundo 2022. <https://doi.org/10.54676/LHMC7003>

Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018). Investigadora liderará proyecto internacional de la OMS sobre salud mental en estudiantes universitarios chilenos. <https://www.uchile.cl/noticias/160668/imhay-liderara-proyectointernacional-de-la-oms-sobre-salud-mental>

Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2020). Día mundial de la salud mental 2020. Los jóvenes y la salud mental en un mundo en transformación. <https://acortar.link/nwSfIM>

Oviedo, H. C., & Campo-Arias, A. (2005). Aproximación al uso del coeficiente alfa de Cronbach. Revista colombiana de psiquiatría, 34(4), 572-580. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=s0034-74502005000400009&script=sci_arttext

Pachas Crisostomo, E. (2023). Regulación emocional y rendimiento académico en estudiantes de segundo grado de secundaria de una institución educativa del Callao, 2023. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/120335/Pachas_CE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Parella, S. y Martins, F. (2012). Metodología de la investigación cuantitativa. (3.^a ed.). Caracas: FEDUPEL.
<https://issuu.com/originaledy/docs/metodologc3ada-delainvestigacic3b>
- Paredes, A. (2019). Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una Institución Educativa del Distrito de Paján. Universidad Cesar Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/37872>
- Pérez-Sánchez, J., Delgado, A. R., y Prieto, G. (2020). Análisis de los instrumentos empleados en la investigación empírica de la regulación emocional. Cuadernos de Neuropsicología / Panamerican Journal of Neuropsychology, 14(1), 165–174.
<https://doi.org/10.7714/CNPS/14.1.216>
- Pilamunga Rea, J. N. (2022). Procrastinación y regulación emocional en estudiantes de bachillerato durante el periodo 2021-2022 (Bachelor's thesis, Quito: UCE).
<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/26621/1/FCP-CPC-PILAMUNGA%20JESSICA.pdf>
- Ramirez Chacon, J. M. (2022). Inteligencia emocional y procrastinación en escolares rurales de una población de secundaria, Cajamarca, 2022.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/96967/Ramirez_CJM-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Salazar Intusca, S. (2018). Rasgos de personalidad y nivel de procrastinación académica en estudiantes de 5to de secundaria del colegio público N° 146 su Santidad Juan Pablo II de San Juan de Lurigancho.
<http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/2620>
- Sánchez, H.; Reyes, C.; y Mejía, K. (2018). Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanista. Repositorio Institucional de la Universidad Ricardo Palma. Lima
<https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/1480>
- Santoya Montes, Y., Garcés Prettel, M., y Tezón Boutureira, M. (2018). Las emociones en la vida universitaria: análisis de la relación entre autoconocimiento y autorregulación emocionales en adolescentes y

jóvenes universitarios. *Psicogente*, 21(40), 422-439.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0124-01372018000200422&script=sci_arttext

SEP-ISSSTE (2021). Presentan SEP e ISSSTE herramientas socioemocionales para el regreso Seguro a las escuelas de educación básica.
<https://acortar.link/CBwNxi>

Shen, X., y Zhang, W. (2020). The Effect of Temperament on Emotion Regulation among Chinese Adolescents: The Role of Teacher Emotional Empathy. *International Education Studies*, 5(3), 113-125. <https://acortar.link/8jVACA>

Silvers, J. A. (2022). Adolescence as a pivotal period for emotion regulation development for consideration at current opinion in psychology. *Current Opinion in Psychology*, 44, 258–263.
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.09.023>

Sirois, F. M., y Kitner, R. (2017). Less Adaptive or More Maladaptive? A Meta-analytic Investigation of Procrastination and Coping. *European Journal of Personality*, 29(4), 433– 444. <https://doi.org/10.1002/per.1985>

Soto, C. M. (2023). Coeficientes V de Aiken: diferencias en los juicios de validez de contenido. *MHSalud: Movimiento Humano y Salud*, 20(1), 5.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8734755>

Skinner, E., y Belmont, M. (1993). Motivation in the classroom: Reciprocal effect of the teacher behavior and student engagement across the school year. *Journal of Educational Psychology*, 85(4), 571-581.
<https://acortar.link/rwlWIY>

Stanisławski, K. (2019). The coping circumplex model: an integrative model of the structure of coping with stress. *Frontiers in Psychology*, 10.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00694>

Thompson, R. (1994). Emotion regulation: a theme in search of definition. *Monographs of society for research child development. The Development of Emotion Regulation: Biological and Behavioral Considerations*, 59, 25-52.
<https://sedlpubs.faculty.ucdavis.edu/wp-content/uploads/sites/192/2015/03/Thompson1994.pdf>

- Toaza Navia, V. E. (2023). Procrastinación académica y regulación emocional en estudiantes universitarios (Bachelor's thesis, Universidad Técnica de Ambato/Facultad de Ciencias de Salud/Carrera de Psicología Clínica). <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.794>
- Torpoco Acevedo, R. M. (2023). Regulación emocional y procrastinación académica en estudiantes de enfermería de una Universidad Privada de Lima Este, 2023. <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/9496>
- Trujillo Chumán, K., y Noé Grijalva, M. (2020). La Escala de Procrastinación Académica (EPA): validez y confiabilidad en una muestra de estudiantes peruanos. Revista de psicología y educación. <https://www.revistadepsicologiayeducacion.es/pdf/189.pdf>
- UNESCO (2021). Se requieren medidas urgentes y eficaces para mitigar los impactos de la COVID-19 en la educación en todo el mundo. <https://acortar.link/boUPBi>
- UNICEF (2020). El impacto del COVID-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes. Sobre salud mental durante el COVID-19. <https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-lasalud-mental-de-adolescentes-y-j%C3%B3venes>
- UNICEF (2021). El impacto del COVID-19 en la salud mental de adolescents y jóvenes. <https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-de-adolescentes-y-j%C3%B3venes?zarsrc=30>
- Wadlinger, H. A., y Isaacowitz, D. M. (2017). Fixing our focus: Training attention to regulate emotion. *Personality and Social Psychology Review*, 15(1), 75-102. DOI: [10.1177/1088868310365565](https://doi.org/10.1177/1088868310365565)
- Wiyatama, I., y Freyani, G. (2022). Emotion Regulation: Potential Mediators of the Relationship Between Muraqabah and Academic Procrastination. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 1–8. <https://doi.org/10.1017/jgc.2020.29>
- Wolff, J. C., Thompson, E., Thomas, S. A., Nesi, J., Bettis, A. H., Ransford, B., ... Liu, R. T. (2019). Emotion dysregulation and non-suicidal self-injury: A

systematic review and meta-analysis. *European Psychiatry*, 59, 25–36.

<https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2019.03.00>

Yang, C. C., Llamas-Díaz, D., Bahena, Y. A., Cabello, R., Dahl, R. E., y MagisWeinberg, L. (2023). Emotion regulation difficulties and sleep quality in adolescence during the early stages of the COVID-19 lockdown. *Journal of Affective Disorders*, 338(May), 92–99.

<https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.05.036>

Young, K. S., Sandman, C. F., y Craske, M. G. (2019). Positive and negative emotion regulation in adolescence: links to anxiety and depression. *Brain Sciences*, 9(4). <https://doi.org/10.3390/brainsci9040076>

ANEXOS

Anexos 1

1. Matriz de consistencia

AUTOR:		Carlos Antonio Sernaqué Atalaya					
TÍTULO	PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN
Regulación emocional en la procrastinación académica en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023	¿Cuál es la influencia entre la Regulación emocional en la procrastinación académica en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023?	OBJETIVO GENERAL:	HIPOTESIS PRINCIPAL:	VARIABLE DEPENDIENTE (y):	Reevaluación cognitiva	Cuando quiero experimentar una mejora en mi estado de ánimo, como sentirme feliz o feliz, utilizo la estrategia de pensar en otras cosas.	El diseño de esta investigación es no experimental y transaccional, adicional a ello esta investigación será influencia, puesto que se tendrá una influencia entre las variables.
		Determinar la influencia que existe entre el Regulación emocional y la procrastinación académica en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023	Existe influencia significa y directa entre la variable Regulación emocional y procrastinación académica en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023	Regulación emocional		Del mismo modo, cuando intento evitar sentimientos negativos (como la tristeza o la ira), elijo centrarme en otros temas.	
						En situaciones preocupantes, me esfuerzo por resolver problemas utilizando métodos cognitivos que contribuyan a mi bienestar emocional.	
					Supresión expresiva	Para que algo tenga un impacto positivo en mi estado emocional, cambio mi perspectiva y mi forma de pensar.	<p>Población y Muestra</p> <p>Constituye una totalidad de estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca (300 estudiantes). Muestreo probabilístico intencional teniendo en consideración</p>

						Gestionar activamente mis emociones implica cambiar mi actitud mental hacia mis situaciones.	que se van a evaluar a toda la población.
						Cuando busco evitar sentirme mal acerca de algo, ajusto mi perspectiva y enfoque mental sobre la situación.	
PROBLEMAS ESPECÍFICOS:		OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	HIPOTESIS ESPECÍFICAS:	VARIABLE INDEPENDIENTE (x):	Autorregulación académica	Prepararse con anticipación	Instrumentos
¿Cuál es la influencia que existe entre la variable Regulación emocional y la dimensión autorregulación académica estresores en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023?		Determinar la influencia que existe entre la variable Regulación emocional y la dimensión autorregulación académica en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023	Existe influencia significativa y directa entre la variable Regulación emocional y la dimensión autorregulación académica en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023	Procrastinación académica	Autorregulación académica	Prepararse con anticipación	Escala de Regulación Emocional (ERQ) elaborada por Gross y John (2003).
¿Cuál es la influencia que existe entre la variable Regulación emocional y la dimensión postergación de actividades en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023?						Tiempo invertido en estudios	Escala de Procrastinación en Adolescentes (EPA) Busko (1998)

<p>¿Cuál es la influencia que existe entre la variable Regulación emocional y la dimensión postergación de actividades en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023?</p>	<p>Determinar la influencia que existe entre la variable Regulación emocional y la dimensión postergación de actividades en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023</p>	<p>Existe influencia significativa y directa entre la variable Regulación emocional y la dimensión postergación de actividades en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023</p>		<p>Postergación de actividades</p>	<p>Estrategias de estudio</p>	
--	---	---	--	------------------------------------	-------------------------------	--

Anexo 2

Operacionalización de la Variable

Variable de estudio	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítem	Escala de Medición
Regulación emocional	Gross (2015) menciona que la regulación de las emociones se refiere al proceso que las personas expresan de forma automática o controlada de forma consciente o inconsciente. Estos procesos les permiten influir en sus emociones, comprenderlas, experimentarlas y expresarlas	La regulación emocional se conseguirá mediante un programa llamado: Adaptación española del Cuestionario de Regulación de las Emociones Infantiles Adolescentes (ERQ-SpA) Elaborado por: José Martín Albo, Sonsoles Valdivia Salas, Andrés Sebastián Lombas y Teresa I. 2018, contiene 10 proyectos Se evaluaron dos dimensiones: reevaluación cognitiva (06 ítems) y supresión expresiva (04 ítems), mediante una escala ordinal tipo Likert. El instrumento ERQ-SpA	Reevaluación cognitiva	Cuando quiero experimentar una mejora en mi estado de ánimo, como sentirme feliz o feliz, utilizo la estrategia de pensar en otras cosas.	1,3,5,7,8,10	Ordinal 1 = Totalmente en desacuerdo 2 = En desacuerdo 3= Mitad y mitad 4= De acuerdo 5= Totalmente de acuerdo Baremación: Muy bajo: <28 Promedio bajo: 35 / 43 Promedio: 46/ 57 Promedio alto: 58 /60 Muy alto: 60 / 65
				Del mismo modo, cuando intento evitar sentimientos negativos (como la tristeza o la ira), elijo centrarme en otros temas.		
				En situaciones preocupantes, me esfuerzo por resolver		

		fue adaptado del Cuestionario de Regulación de las Emociones para Niños y Adolescentes (ERQCA) de Gullone y Taffe de 2011; y este último Adaptado del Cuestionario de regulación de las emociones (ERQ) de Gross y John (2003).		problemas utilizando métodos cognitivos que contribuyan a mi bienestar emocional.	
			Supresión expresiva	Para que algo tenga un impacto positivo en mi estado emocional, cambio mi perspectiva y mi forma de pensar.	2,4,6,9
				Gestionar activamente mis emociones implica cambiar mi actitud mental hacia mis situaciones.	

				Cuando busco evitar sentirme mal acerca de algo, ajusto mi perspectiva y enfoque mental sobre la situación.		
Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Procrastinación académica	Conducta innecesaria y voluntaria de demorar el comienzo, progreso o conclusión de una tarea, a pesar de ser consciente de las consecuencias y el malestar que esto generará, teniendo presente que es un fenómeno que	Con el inventario y con las puntuaciones obtenidas que se obtendrán por la Escala de Procrastinación Académica, que fue creada por Busko (1998), el cual consta de se asumen las puntuaciones obtenidas por la Escala de Procrastinación Académica EPA, creada por Busko (1998), el cual consta de 12 preguntas distribuidas en 2 dimensiones: que son	Autorregulación académica	Prepararse con anticipación	2,3,5,6	para los ítems 2,3,5,6,7,10,11,12,13,14,15 y 16 Nunca = 5 Casi nunca=4 a veces= 3 Casi siempre=2 Siempre = 1 para los ítems 1,4, 8 y 9 Nunca = 1 Casi nunca= 2 a veces= 3 Casi siempre=4 Siempre = 5 Los baremos se clasificaron en tres categorías, procrastinación
					7,10,11	
					12,13,14	
					15,16	
			Postergación de actividades	Tiempo invertido en estudios	1,4,8	

	involucra aspectos cognitivos, afectivos y conductuales (Vargas, 2017).	aurregulación académica y postergación de actividades. Esta herramienta cuenta con una escala tipo Lickert de 6 opciones de respuesta		Estrategias de estudio	y 9	académica leve (<40), moderada (40-99) e intensa (70-99)
--	---	---	--	------------------------	-----	--

Anexo 3

Instrumentos de recolección de datos.

A) Escala de Regulación emocional (ERQ – CA).

Cuestionario de Regulación Emocional para niños y adolescentes (ERQ-CA)

Sexo:

Edad:

Grado:

Instrucciones:

A continuación, nos gustaría que conteste unas preguntas sobre su vida emocional, en concreto, sobre cómo controla sus emociones. Estamos interesados en dos aspectos. El primero en cómo se siente internamente y el segundo en cómo muestra sus emociones a través de las palabras, los gestos y comportamientos. Aunque algunas de las cuestiones pueden parecer similares a otras, éstas difieren de forma importante. Por favor, utilizar la siguiente escala de respuesta para cada ítem.

1	2	3	4	5
Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Mitad y mitad	De acuerdo	Totalmente de acuerdo

N						
1	Cuando quiero incrementar mis emociones positivas (p.ej. alegría, diversión), cambio el tema sobre el que estoy pensando.	1	2	3	4	5
2	Guardo mis emociones para mi mismo	1	2	3	4	5
3	Cuando quiero reducir mis emociones negativas (p.ej. Tristeza, enfado), cambio el tema sobre el que estoy pensando.	1	2	3	4	5
4	Cuando estoy sintiendo emociones positivas, tengo cuidado de no expresarlas.	1	2	3	4	5
5	Cuando me enfrento a una situación estresante, intento pensar en ella de un modo que me ayude a mantener la calma	1	2	3	4	5
6	Controlo mis emociones no expresándolas.	1	2	3	4	5
7	Cuando quiero incrementar mis emociones positivas, cambio mi manera de pensar sobre la situación.	1	2	3	4	5
8	Controlo mis emociones cambiando mi forma de pensar sobre la situación en la que me encuentro.	1	2	3	4	5
9	Cundo estoy sintiendo emociones negativas, me aseguro de no expresarlas.	1	2	3	4	5

10	Cuando quiero reducir mis emociones negativas, cambio mi manera de pensar sobre la situación.	1	2	3	4	5
----	---	---	---	---	---	---

B) 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 con total sinceridad en la columna a la que pertenece su respuesta, tomando en cuenta el siguiente cuadro.

(S / Siempre) (CS / Casi Siempre) (A / A veces) (CN / Pocas veces) (N / Nunca)

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

Anexo 4

3. Modelo de consentimiento y/o asentimiento informado, formato UCV.

(mayores de 18 años o del padre o apoderado, según sea el caso)

Regulación emocional en la procrastinación académica en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa

Asentimiento informado

Buen día estimado (a) participante.

Me es grato dirigirme ante Ud. para extenderle mis más cordiales saludos e invitarlo (a) a participar de mi investigación.

Mi nombre es Carlos Sernaqué Atalaya, estudiante de la Maestría en Psicología educativa en la Universidad Cesar Vallejo. La finalidad del presente formulario es para recabar información con fines académicos y obtener el grado académico de Magister. Este estudio tiene como objetivo identificar la influencia que existe entre la regulación emocional en la procrastinación académica

Toda información que nos entregues será confidencial, por lo que nadie conocerá tus respuestas. Sólo los miembros de la investigación las conocerán y no se las entregarán a nadie. En caso de que la información deba entregarse a los padres o establecimiento debe indicarse además de indicar como se hará entrega de dicha información.

Entonces ¿quieres participar? Si quieres participar debes marcar con una "X" donde dice si y escribir tu nombre. Si no quieres participar solo basta con que dejes todo en blanco.

SI

Consentimiento Informado

Estimado padre de familia, con el debido respeto invito a su menor hijo (a) para ser partícipe de esta investigación donde se evaluará las diferentes variables anteriormente mencionadas. El proceso consiste en la aplicación de dos Escalas de una duración de 15 minutos aproximadamente. Asimismo, se destaca que la participación es voluntaria y que los datos recogidos serán tratados de manera confidencial, no se comunicará a terceras personas y se utilizará únicamente para propósitos de este estudio científico.

En caso presente alguna duda o inquietud acerca de la veracidad del formulario puede comunicarse al correo (csernaquea@gmail.com)

“Año de la unidad, la paz y el desarrollo”

Lima, 15 de noviembre de 2023
Carta P. 0878-2023-UCV-VA-EPG-F01/J

Ing.
Oscar Herrera Herrera
Director
Grupo OTH (Colegio Ingeniería)

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted, para presentar a Sernaqué Atalaya, Carlos antonio; identificado con DNI N° 46192943 y con código de matrícula N° 6000030168; estudiante del programa de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA quien, en el marco de su tesis conducente a la obtención de su grado de MAESTRO, se encuentra desarrollando el trabajo de investigación titulado:

Regulación emocional en la procrastinación académica en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023

Con fines de investigación académica, solicito a su digna persona otorgar el permiso a nuestro estudiante, a fin de que pueda obtener información, en la institución que usted representa, que le permita desarrollar su trabajo de investigación. Nuestro estudiante investigador Sernaqué Atalaya, Carlos antonio asume el compromiso de alcanzar a su despacho los resultados de este estudio, luego de haber finalizado el mismo con la asesoría de nuestros docentes.

Asimismo solicitamos el acuse de recibo de la presente carta confirmando la aceptación o no aceptación por parte de su institución al correo electrónico: mesadepartes.epg.ln@ucv.edu.pe

Agradeciendo la gentileza de su atención al presente, hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi mayor consideración.

Atentamente,




Dra. Helga R. Majo Marrúfo
Jefe
Escuela de Posgrado UCV
Filial Lima Campus Los Olivos







Anexo 5

Matriz evaluación por juicio de expertos, formato UCV.

A) Regulación emocional

VALIDEZ POR JUICIO DE EXPERTOS

Señor(a)(ita):

Lynn Katherine Zambrano Bravo.

Presente

Asunto: Validación de instrumentos a través de juicio de experto

Grado profesional:	Maestría (x) Doctor ()
Área de formación académica:	Clínica (x) Social () Educativa (x) Organizacional ()
Áreas de experiencia profesional:	Educativa, clínica, organizacional.
Institución donde labora:	Universidad Científica del Sur / Universidad Privada del Norte
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años () Más de 5 años (x)
Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)	Trabajo(s) psicométricos realizados Título del estudio realizado. "Adaptación psicométrica del cuestionario de imagen corporal de Cooper, Taylor, Cooper y Fairburn en adolescentes de nivel secundaria del distrito de Santa Rosa". (2013).

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [x] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Zambrano Bravo Lynn Katherine
Especialidad del validador: Educativa, clínica.

DNI: 70493975

FIRMA



Mg. Lynn Katherine Zambrano Bravo

Graduado	Grado o Título	Institución
ZAMBRANO BRAVO, LYNN KATHERINE DNI 70493975	BACHILLER EN PSICOLOGIA Fecha de diploma: 17/09/2013 Modalidad de estudios: - Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO PERU
ZAMBRANO BRAVO, LYNN KATHERINE DNI 70493975	LICENCIADO EN PSICOLOGIA Fecha de diploma: 01/10/2014 Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO PERU
ZAMBRANO BRAVO, LYNN KATHERINE DNI 70493975	MAESTRA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA Fecha de diploma: 11/05/18 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: 21/04/2016 Fecha egreso: 20/12/2017	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO PERU

		Ju e z 1	Ju e z 2	Ju e z 3	Ju e z 4	Medi a	DE	V de Aiken	Interpretacio n V	Inferi or	Superi or
Item1	Relevancia	4	3	4	3	3.60	0.55	0.87	VALIDO	0.54	0.97
	Representati vidad	4	4	4	1	3.40	1.34	0.80	VALIDO	0.47	0.95
	Claridad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
Item2	Relevancia	4	3	4	4	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99
	Representati vidad	3	3	4	4	3.60	0.55	0.87	VALIDO	0.54	0.97
	Claridad	3	3	4	4	3.60	0.55	0.87	VALIDO	0.54	0.97
Item3	Relevancia	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
	Representati vidad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
	Claridad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
Item4	Relevancia	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
	Representati vidad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
	Claridad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
Item5	Relevancia	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
	Representati vidad	3	4	4	4	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99
	Claridad	2	4	4	4	3.60	0.89	0.87	VALIDO	0.54	0.97
Item6	Relevancia	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
	Representati vidad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
	Claridad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
Item7	Relevancia	2	4	4	4	3.60	0.89	0.87	VALIDO	0.54	0.97
	Representati vidad	3	4	4	4	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99
	Claridad	3	4	4	4	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99
Item8	Relevancia	2	4	4	4	3.60	0.89	0.87	VALIDO	0.54	0.97
	Representati vidad	3	4	4	4	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99
	Claridad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
	Relevancia	3	4	4	4	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99

Item9	Representatividad	3	4	4	4	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99
	Claridad	3	4	4	4	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99
Item10	Relevancia	3	4	4	4	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99
	Representatividad	3	4	4	4	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99
	Claridad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00

B) Procrastinación Académica

VALIDEZ POR JUICIO DE EXPERTOS

Señor(a)(ita):

Lynn Katherine Zambrano Bravo.

Presente

Asunto: Validación de instrumentos a través de juicio de experto

Grado profesional:	Maestría (x) Doctor ()
Área de formación académica:	Clínica (x) Social () Educativa (x) Organizacional ()
Áreas de experiencia profesional:	Educativa, clínica, organizacional.
Institución donde labora:	Universidad Científica del Sur / Universidad Privada del Norte
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años () Más de 5 años (x)
Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)	Trabajo(s) psicométricos realizados Título del estudio realizado. "Adaptación psicométrica del cuestionario de imagen corporal de Cooper, Taylor, Cooper y Fairburn en adolescentes de nivel secundaria del distrito de Santa Rosa". (2013).

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [x] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Zambrano Bravo Lynn Katherine
Especialidad del validador: Educativa, clínica.

DNI: 70493975

FIRMA



Mg. Lynn Katherine Zambrano Bravo

1)

Graduado	Grado o Título	Institución
ZAMBRANO BRAVO, LYNN KATHERINE DNI 70493975	BACHILLER EN PSICOLOGIA Fecha de diploma: 17/09/2013 Modalidad de estudios: - Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO PERU
ZAMBRANO BRAVO, LYNN KATHERINE DNI 70493975	LICENCIADO EN PSICOLOGIA Fecha de diploma: 01/10/2014 Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO PERU
ZAMBRANO BRAVO, LYNN KATHERINE DNI 70493975	MAESTRA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA Fecha de diploma: 11/05/18 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: 21/04/2016 Fecha egreso: 20/12/2017	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO PERU

V. de Aiken del Procrastinación académica		Intervalo de Confianza									
		Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Media	DE	V de Aiken	Interpretacion V	Inferior	Superior
Item1	Relevancia	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
	Representatividad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
	Claridad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
Item2	Relevancia	4	3	4	4	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99
	Representatividad	4	3	4	4	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99
	Claridad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
Item3	Relevancia	4	3	4	4	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99
	Representatividad	4	3	4	4	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99
	Claridad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
Item4	Relevancia	3	3	4	4	3.60	0.55	0.87	VALIDO	0.54	0.97
	Representatividad	3	3	4	4	3.60	0.55	0.87	VALIDO	0.54	0.97
	Claridad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
Item5	Relevancia	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
	Representatividad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
	Claridad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
Item6	Relevancia	4	2	4	2	3.20	1.10	0.73	VALIDO	0.41	0.92
	Representatividad	4	3	4	1	3.20	1.30	0.73	VALIDO	0.41	0.92
	Claridad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
Item7	Relevancia	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
	Representatividad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
	Claridad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
Item8	Relevancia	3	4	4	4	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99
	Representatividad	3	4	4	4	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99
	Claridad	4	4	4	3	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99
Item9	Relevancia	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
	Representatividad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
	Claridad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
Item10	Relevancia	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
	Representatividad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
	Claridad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
Item11	Relevancia	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
	Representatividad	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00

	Claridad	4	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
Item12	Relevancia	3	4	4	4	4	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99
	Representatividad	4	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
	Claridad	4	4	4	3	4	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99
Item13	Relevancia	4	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
	Representatividad	4	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
	Claridad	4	3	4	4	4	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99
Item14	Relevancia	3	3	4	2	4	3.20	0.84	0.73	VALIDO	0.41	0.92
	Representatividad	3	3	4	2	4	3.20	0.84	0.73	VALIDO	0.41	0.92
	Claridad	4	4	4	4	4	4.00	0.00	1.00	VALIDO	0.70	1.00
Item15	Relevancia	2	2	4	4	4	3.20	1.10	0.73	VALIDO	0.41	0.92
	Representatividad	2	2	4	4	4	3.20	1.10	0.73	VALIDO	0.41	0.92
	Claridad	4	4	4	3	4	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99
Item16	Relevancia	3	4	4	4	4	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99
	Representatividad	3	4	4	4	4	3.80	0.45	0.93	VALIDO	0.62	0.99
	Claridad	3	4	4	1	4	3.20	1.30	0.73	VALIDO	0.41	0.92

Anexo 6

Resultado de similitud del programa Turnitin.

(pantallazo)

feedback studio CARLOS ANTONIO SERNAQUÉ ATALAYA tesis semana 16

ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Regulación emocional en la procrastinación académica en estudiantes del VII ciclo de secundaria en una institución educativa privada, Cajamarca, 2023

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
MAESTRO (A) EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

AUTOR (A):
Sernaqué Atalaya Carlos Antonio (ORCID: 0000-0001-7203-4435)

ASESORES:

Resumen de coincidencias

18 %

Se están viendo fuentes estándar

EN Ver fuentes en inglés

Coincidencias

1	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	7 %	>
2	Entregado a Universida... Trabajo del estudiante	5 %	>
3	hdl.handle.net Fuente de Internet	3 %	>
4	latam.redilat.org Fuente de Internet	<1 %	>

Página: 1 de 50 Número de palabras: 12219 Versión solo texto del informe Alta resolución Activado

7 Otros anexos:

A. Prueba piloto Alfa de Cronbach

1) Regulación emocional

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
i1	68.10	188.726	.549	.	.827
i2	69.00	185.789	.424	.	.829
i3	69.35	183.608	.508	.	.825
i4	69.05	188.892	.282	.	.835
i5	69.20	180.379	.691	.	.819
i6	68.50	180.474	.408	.	.830
i7	68.80	178.695	.525	.	.823
i8	68.70	176.011	.575	.	.821
i9	69.00	184.737	.333	.	.833
i10	68.25	172.724	.679	.	.816

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
72.10	202.411	14.227	10

Summary Item Statistics

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Means	3.605	2.750	4.250	1.500	1.545	.239	10
Item Variance s	2.081	.737	2.989	2.253	4.057	.300	10

Dimensiones de la variable Regulación emocional (Reevaluación cognitiva)

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.804	.806	6

Dimensiones de la variable Regulación emocional (Supresión expresiva)

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.889	.887	4

2) Procrastinación académica

Summary Item Statistics

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Means	2.721	1.684	3.684	2.000	2.188	.344	16
Item Variances	1.498	.784	2.538	1.754	3.239	.209	16

Item-Total Statistics					
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
i1	77.21	137.620	.332	.	.717
i2	76.21	146.175	-.053	.	.744
i3	75.32	148.228	-.114	.	.740
i4	76.79	136.509	.275	.	.719
i5	76.16	131.585	.337	.	.715
i6	76.26	136.427	.380	.	.714
i7	76.26	145.649	-.031	.	.740
i8	76.00	131.444	.434	.	.708
i9	76.32	143.117	.042	.	.736
i10	76.16	139.363	.226	.	.723
i11	75.42	135.257	.275	.	.720
i12	75.68	137.117	.366	.	.716
i13	76.89	134.988	.422	.	.712
i14	76.58	137.591	.293	.	.719
i15	75.21	140.953	.223	.	.723
i16	75.47	128.819	.612	.	.698

Scale Statistics				
Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items	
78.89	146.433	12.101	16	

Dimensiones del Cuestionario de Procrastinación académica
(Autorregulación académica)

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.736	.746	12

D) Ficha Técnica

Variable Procrastinación

Ficha técnica

Nombre: Escala de Procrastinación académica (EPA)

Autores: Deborah A. Busko Traducido por Oscar Álvarez (2010)

Procedencia: Canadá - 1998

Administración: Individual o colectivo

Tiempo: 8 – 15 min.

Estructuración: 2 dimensiones - 16 ítems

Aplicación: Adolescentes de 11 a 18 años.

Calificación e interpretación

Reescribir: Evaluación: Nivel de procrastinación académica del estudiante.

Dimensiones: incluyendo la autodisciplina académica y el aplazamiento de actividades.

Calificaciones: Para los ítems 2, 3, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 14, 15 y 16, las calificaciones son Nunca (5), Casi nunca (4), A veces (3), Casi siempre (2) y siempre (1). Para los ítems 1, 4, 8 y 9 las escalas se invirtieron, nunca (1), casi nunca (2), a veces (3), casi siempre (4) y siempre (5).

Variable: Regulación Emocional

Nombre: Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescents (ERQ-CA)

Autor y año: Gross y Jhon (2003)

Adaptación y año: Gullone y Taffe (2012)

Traducción al español: Navarro et al. (2018)

País de Procedencia de la Adaptación: Australia

Administración – Sujetos y Edad: Individual y Colectiva (10 – 18 años)

Tiempo de aplicación: 10 – 15 minutos

Ámbito de aplicación: Clínico

Significación: Evaluar el empleo de estrategias de regulación emocional

Clasificación: Las respuestas son de tipo Likert desde 1= completamente desacuerdo hasta 5= completamente de acuerdo. Las respuestas se suman de acuerdo con los factores; de 4 a 20 para la supresión emocional y de 6 a 30 para la reevaluación cognitiva.

E) Curso Concytec

INICIO | GUÍA CALIFICACIÓN | RENACYT | CARLOS ANTONIO SERNAQUÉ ATALAYA | Manual de uso | Cerrar Sesión

NOVEDADES

- El Curso de Conducta Responsable en Investigación *CR* no es requisito para la calificación RENACYT. El URL es <https://vinculate.concytec.gob.pe/conducta-responsable-en-investigacion>.

PERFIL

CARLOS ANTONIO SERNAQUÉ ATALAYA



Calificación, Clasificación y Registro de Investigadores

[Solicitar Incorporación](#)

✓ Conducta Responsable en Investigación

Fecha 27/12/2023

Seleccionar archivo | Sin archivos seleccionados

[Agregar foto](#)

Resumen

2000 | quedan todavía

F) Plan de intervención en una I.E. de Cajamarca. 2023

Plan de Talleres Psicológicos

I. Introducción:

Presentación:

Breve introducción a la problemática de la procrastinación académica y su relación con la regulación emocional.

Justificación:

Explicación de la importancia de abordar la regulación emocional y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria.

Objetivos:

Explicar los objetivos generales y específicos de los talleres.

II. Fundamentación Teórica:

Revisión de Teorías:

Profundización en las teorías de Gross (2015), Navarro et al. (2018), Silvers (2022), Carstensen e Isaacowitz (2011), Gross (2020), Haghbin y Pychyl (2017), Sirois y Kitner (2017), Furlan et al. (2018), Moreta y Durán (2019), Ayala et al. (2020), entre otros.

Contextualización:

Relación de las teorías con los resultados específicos obtenidos en la investigación.

III. Taller 1: "Introducción a la Regulación Emocional":

Objetivos:

Comprender la importancia de la regulación emocional.

Identificar emociones y expresarlas de manera saludable.

Actividades:

Dinámicas grupales de expresión emocional.

Charla sobre estrategias para reconocer y gestionar emociones.

IV. Taller 2: "Procrastinación Académica y regulación emocional":

Objetivos:

Analizar la relación entre procrastinación académica y autorregulación.

Desarrollar estrategias para mejorar la autorregulación académica.

Actividades:

Análisis de casos de procrastinación.

Ejercicios prácticos para fomentar la autorregulación.

V. Taller 3: "Integración de Estrategias":

Objetivos:

Integrar conocimientos sobre regulación emocional y autorregulación académica.

Aplicar estrategias en situaciones académicas específicas.

Actividades:

Simulación de situaciones académicas.

Desarrollo de planes personalizados para afrontar la procrastinación.

VI. Evaluación y Seguimiento:

Instrumentos de Evaluación:

Encuestas de satisfacción.

Evaluación del cambio en la actitud hacia la procrastinación y regulación emocional.

Seguimiento Individual:

Sesiones de seguimiento individual para evaluar el progreso y abordar desafíos específicos.

VII. Conclusiones y Recomendaciones:

Análisis de Resultados:

Discusión de los cambios observados durante los talleres.

Recomendaciones para el Futuro:

Sugerencias para continuar mejorando la regulación emocional y reducir la procrastinación académica.

VIII. Limitaciones y Perspectivas Futuras:

Análisis de Limitaciones:

Reflexión sobre las limitaciones del estudio y su impacto en los talleres.

Sugerencias para Futuras Investigaciones:

Identificación de áreas que requieren investigación adicional.

IX. Clausura:

Agradecimientos:

Reconocimiento a los participantes y colaboradores.

Cierre:

Reflexión final sobre la importancia de la regulación emocional en el ámbito académico.

Este plan de talleres busca proporcionar a los estudiantes herramientas prácticas y teóricas para mejorar la regulación emocional y abordar la procrastinación académica, integrando los hallazgos de la investigación y las teorías relevantes.

G) Autorización para el uso de instrumentos

Regulación emocional



carlos antonio sernaqué atalaya <csernaquea@gmail.com>

mié, 4 oct, 18:04 ☆

Dear Gullone It's pleasure to write you, to show you my interest for the studies realized on dysfunctional families. Actually, I carry out studies in Peru to ge



Eleonora Gullone <eleonora.gullone@gmail.com>

4 oct 2023, 19:31 ☆ ↶ ⋮

para mí ▾

🌐 inglés ▾ > español ▾ Traducir mensaje

Desactivar para: inglés ✕

Please find the requested measure in the link below.

--

Eleonora Gullone, PhD

Psychologist, academic, author and animal advocate.

<https://eleonoragullone.wordpress.com/>

Measures for Downloading

<https://eleonoragullone.wordpress.com/2018/09/20/psychological-measures-for-downloading/>

Latest Book: Animal Cruelty, Antisocial Behaviour and Aggression

<https://link.springer.com/book/10.1057/9781137284549>

Procrastinación académica

Adaptado (Escala de libre acceso)

Escala de libre acceso: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147118212009>