



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD  
ESPECIALIDAD DE NEUROEDUCACIÓN**

Procrastinación académica en estudiantes de economía de una  
universidad pública, Amazonas 2024

**TRABAJO ACADÉMICO PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
SEGUNDA ESPECIALIDAD EN NEUROEDUCACIÓN**

**AUTOR:**

Sánchez Pantaleón, Alex Javier (orcid.org/0000-0001-5708-272X)

**ASESORA:**

Mg. Díaz de Campechano, Isabel Cristina (orcid.org/0000-0003-1664-5287)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Didáctica y Evaluación de los Aprendizajes

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

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

TRUJILLO – PERÚ

2024

## DEDICATORIA

Dedico este trabajo a mis amados padres Esteban y María, quienes, con amor, sacrificio y dedicación, me guiaron en cada paso de mi educación.

Alex

## **AGRADECIMIENTO**

A los mis queridos profesores que contribuyeron en mi formación profesional.

A la universidad César Vallejo, por darme la oportunidad de seguir creciendo en mi formación profesional.

Alex



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE HUMANIDADES**

**PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN NEUROEDUCACIÓN**

### **Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, DÍAZ DE CAMPECHANO ISABEL CRISTINA, docente de la FACULTAD DE HUMANIDADES del programa de SEGUNDA ESPECIALIDAD EN NEUROEDUCACIÓN de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, asesor de Trabajo Académico II titulado: "Procrastinación académica en estudiantes de economía de una universidad pública, Amazonas 2024", cuyo autor es SÁNCHEZ PANTALEÓN ALEX JAVIER, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 18%, 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 el Trabajo Académico II 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.

TRUJILLO, 08 de Julio del 2024

<b>Apellidos y Nombres del Asesor:</b>	<b>Firma</b>
DÍAZ DE CAMPECHANO ISABEL CRISTINA <b>CARNET EXT.:</b> 001685075 <b>ORCID:</b> 0000-0003-1664-5287	Firmado electrónicamente por: ICDIAZM el 22-07- 2024 11:11:41

Código documento Trilce: TRI - 0802618





**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE HUMANIDADES**

**PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN NEUROEDUCACIÓN**

**Declaratoria de Originalidad del Autor**

Yo, SÁNCHEZ PANTALEÓN ALEX JAVIER estudiante de la FACULTAD DE HUMANIDADES del programa de SEGUNDA ESPECIALIDAD EN NEUROEDUCACIÓN de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan el Trabajo Académico II titulado: "Procrastinación académica en estudiantes de economía de una universidad pública, Amazonas 2024", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que el Trabajo Académico II:

1. No ha sido plagiado 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 publicado, ni presentado 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
ALEX JAVIER SÁNCHEZ PANTALEÓN <b>DNI:</b> 47080698 <b>ORCID:</b> 0000-0001-5708-272X	Firmado electrónicamente por: ASANCHEZPA el 08-07-2024 12:49:20

Código documento Trilce: TRI - 0802620



## ÍNDICE

CARÁTULA	i
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR	iv
DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DEL AUTOR	v
ÍNDICE	vi
RESUMEN	vii
ABSTRACT	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. MÉTODO	15
3.1. Tipo y diseño de investigación	15
3.2. Variables y operacionalización	15
3.3. Población, muestra, muestreo	16
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad	16
3.5. Procedimientos	17
3.6. Método de análisis de datos	17
3.7. Aspectos éticos	17
IV. RESULTADOS	19
V. DISCUSIÓN	23
VI. CONCLUSIONES	27
VII. RECOMENDACIONES	29
REFERENCIAS	30
ANEXOS	

## RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo determinar el nivel de procrastinación académica en estudiantes de economía de una universidad pública, 2024. Respecto a la metodología se consideró el enfoque cuantitativo de tipo básico, de diseño no experimental, en cuanto a la población muestral fue de 170 estudiantes de economía de una universidad pública, realizando un muestreo no probabilístico por conveniencia, para el recojo de los datos se utilizó la técnica de la encuesta y su instrumento el cuestionario. Teniendo como resultado que la procrastinación académica entre estudiantes de economía se distribuye principalmente en un nivel medio, con un 35.88%. Por lo tanto, se concluye que la mayoría de los estudiantes muestra una tendencia moderada a procrastinar, lo que indica que, si bien la procrastinación es un desafío presente, no domina en extremos significativamente altos o bajos para la mayoría.

**Palabras Claves:** Economía, estudiantes, procrastinación académica

## SUMMARY

The objective of the research was to determine the level of academic procrastination in economics students at a public university, 2024. Regarding the methodology, the basic quantitative approach was considered, with a non-experimental design, as for the sample population, it was 170 students. of economics of a public university, carrying out a non-probabilistic sampling for convenience, to collect the data the survey technique and its instrument the questionnaire were used. As a result, academic procrastination among economics students is distributed mainly at a medium level, with 35.88%. Therefore, it is concluded that the majority of students show a moderate tendency to procrastinate, indicating that although procrastination is a present challenge, it does not dominate at significantly high or low extremes for the majority.

**Keywords:** Economy, students, academic procrastination



## I. INTRODUCCIÓN

La procrastinación académica es un fenómeno frecuente entre los estudiantes universitarios que puede tener impactos negativos significativos en su rendimiento académico y bienestar emocional. Esta tendencia a posponer tareas y responsabilidades suele resultar en un rendimiento académico inferior, ya que los estudiantes que procrastinan tienden a entregar trabajos de menor calidad y obtener calificaciones más bajas debido a la falta de tiempo adecuado para preparación y revisión. Además, la procrastinación aumenta los niveles de estrés y ansiedad, ya que las fechas límite inminentes y la acumulación de tareas pendientes generan una presión considerable. Esta carga emocional puede afectar la salud mental, contribuyendo a problemas como la depresión y la ansiedad (Inga et al., 2022).

A nivel internacional, se ha observado la procrastinación académica como un fenómeno ampliamente observado entre los estudiantes de economía en universidades públicas. Diversos estudios han evidenciado que un alto porcentaje de estudiantes, alrededor del 80%, manifiestan comportamientos de procrastinación en diferentes países como Venezuela y Colombia (Rodríguez y Clariana, 2017). Esta problemática no solo es frecuente, sino que también tiene un impacto significativo en lo académico y el bienestar psicológico. Los factores que contribuyen a la procrastinación académica son diversos, pero algunos de los más comunes incluyen la falta de interés en las materias, la ausencia de motivación, y la escasez de confianza en uno mismo (Mendoza, 2022). Dichos estudios destacaron la importancia de que los docentes de diversos niveles educativos posean un amplio conocimiento de estrategias de aprendizaje, ya que cada individuo aprende de forma única (Fonseca et al., 2018)

Salaman et al. (2020) menciona que según estudios recientes sugieren que aproximadamente el 70% al 80% de los estudiantes universitarios en el Perú experimentan procrastinación académica en diferentes áreas de estudio, varios autores coinciden en que la procrastinación puede tener efectos negativos tanto físicos como psicológicos en la salud de las personas. En Lima, el 73.2% de estudiantes de la enseñanza básica regular muestran alto y moderado nivel de procrastinación, debido a que el 66.8% pospone sus actividades y el 76.4%

presenta niveles bajos de autorregulación académica (Querevalú y Echabaudes, 2020). Diversos factores se han identificado como influyentes en la procrastinación académica, entre ellos la gestión del tiempo, la relación entre la procrastinación y la edad, los rasgos de personalidad, y factores contextuales como la influencia de familiares y compañeros, así como la exposición a sustancias como drogas o alcohol. Además, se enfatizan factores intrínsecos como la motivación, el interés y las metas personales como determinantes en este comportamiento. Estas condiciones llevan a que los estudiantes pospongan, no completen o ni siquiera inicien sus tareas y responsabilidades académicas (Calvet et al., 2017).

La procrastinación académica es un fenómeno habitual entre los estudiantes universitarios, especialmente en las universidades públicas de la región de Amazonas, donde más de 6000 estudiantes están inscritos en más de 25 carreras profesionales, este problema adquiere una relevancia particular. La tendencia a posponer tareas y responsabilidades puede tener efectos negativos considerables en el desempeño académico y el bienestar emocional de estos jóvenes, considerando que existe una deserción de las carreras profesionales de más del 30% del total de ingresantes.

Según un reporte de la Escuela Profesional de Economía en una de estas universidades públicas, la deserción puede alcanzar hasta el 35% del total de ingresantes, y una de las principales razones es el bajo rendimiento académico. Los estudiantes que procrastinan suelen retrasar sus tareas y responsabilidades, lo que lleva a la entrega de trabajos de menor calidad y a obtener calificaciones más bajas debido a la falta de tiempo suficiente para prepararse y revisar. Esta tendencia a retrasar el trabajo académico no solo afecta el rendimiento académico, además, esto conlleva niveles más altos de estrés y ansiedad, ya que las fechas límite cercanas y la acumulación de tareas pendientes crean una presión significativa. Esta carga emocional puede tener un impacto severo en la salud mental de los estudiantes, contribuyendo a problemas como la depresión y la ansiedad.

Abordar la procrastinación académica en las universidades de Amazonas es importante para promover el éxito y el bienestar de sus estudiantes, en línea con el Objetivo 4 del Desarrollo Sostenible de la ONU, que busca garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad, así como fomentar oportunidades de

aprendizaje continuo para todos. Estrategias como establecer metas claras y alcanzables, desarrollar hábitos de estudio eficaces y crear un entorno de estudio libre de distracciones pueden ser de gran ayuda. Además, buscar apoyo de mentores, tutores y consejeros puede proporcionar la orientación y el respaldo necesarios para superar esta tendencia. En un entorno donde las oportunidades educativas y profesionales son de gran valor, es esencial proporcionar a los estudiantes el respaldo necesario para administrar su tiempo de forma efectiva y minimizar el estrés relacionado con las responsabilidades acumuladas.

Por lo tanto, con esta investigación se pretende conocer ¿Cuál es el nivel de procrastinación académica en estudiantes de economía de una universidad pública, 2024?

Este trabajo de investigación se justificó por su valioso aporte metodológico ya que ha empleado metodologías sólidas y rigurosas para investigar en profundidad los patrones de procrastinación académica en estudiantes de economía. Se emplearon técnicas y herramientas de investigación adecuadas para recopilar datos confiables y válidos que permitan analizar de manera efectiva las causas y consecuencias de este fenómeno. La investigación tuvo relevancia teórica debido a que contribuye al avance teórico en el campo de la neuroeducación. La investigación tiene un aporte práctico porque contribuye a conocer, prevenir y enfrentar la procrastinación académica.

Se tuvo como objetivo general determinar el nivel de procrastinación académica en estudiantes de economía de una universidad pública, 2024. Como objetivos específicos. Describir el nivel del procrastinador crónico emocional en estudiantes de economía de una universidad pública, 2024. Identificar el nivel de procrastinador por estímulo demandante en estudiantes de economía de una universidad pública, 2024. Establecer el nivel de procrastinador por incompetencia personal en estudiantes de economía de una universidad pública, 2024. Analizar el nivel de procrastinador por aversión en estudiantes de economía de una universidad pública, 2024.

Se formuló como hipótesis: Existe un nivel alto de procrastinación académica en estudiantes de economía de una universidad pública, 2024.

## II. MARCO TEÓRICO

A nivel internacional se han identificado estudios previos sobre la variable de procrastinación académica, como el realizado por Villalobos y Becerra (2019) en Colombia. Este estudio investigó la relación entre la procrastinación académica y el rendimiento académico, específicamente en el campo de la economía en una universidad pública. Se realizó una revisión teórica y un estado del arte de investigaciones relacionadas con la procrastinación académica, esta metodología permitió recopilar información relevante sobre el tema y analizar la relación entre la procrastinación, los aspectos personales, las técnicas de manejo de situaciones difíciles y el desempeño académico. La población de estudio se compone de estudiantes universitarios de economía. Los resultados de la revisión teórica y el estado del arte revelaron que la procrastinación académica está asociada negativamente con el rendimiento académico. Se encontró disminución de la autoeficacia, la inteligencia emocional y otros factores que impactan en el desempeño académico. En conclusión, este estudio subraya la relevancia de entender y tratar la procrastinación académica entre estudiantes universitarios, especialmente en el ámbito de la economía. Es necesario implementar intervenciones que ayuden a los estudiantes a administrar su tiempo de manera más eficiente, enfrentar las exigencias académicas de forma efectiva y mejorar su desempeño académico.

En Ecuador según Ruíz et al. (2023) el objetivo de esta investigación fue examinar la relación existente entre la motivación académica y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad en Guayaquil durante el año 2020. Este estudio forma parte de una investigación básica de tipo cuantitativo, utilizando un diseño no experimental y transversal. La muestra incluyó a 228 estudiantes de ambos sexos seleccionados de manera intencional en la Universidad de Guayaquil. La recolección de datos se realizó a través de formularios en línea que incluían la Escala de Motivación Académica (EMA) desarrollada por Vallerand y colaboradores (1989), validada en Argentina por López (2008) con 28 ítems, y la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko, validada y aplicada en Ecuador por Moreta y Durán (2017) con 12 ítems. Los resultados del estudio indicaron una correlación significativa moderada a alta ( $Rho = .454$ ;  $p < .01$ ) entre la motivación

académica y la procrastinación académica. Se observó que la mayoría de los estudiantes mostraron altos niveles de motivación intrínseca (92%) y extrínseca (85%), con un bajo nivel de desmotivación (68%). Además, la mayoría demostró altos niveles de autorregulación académica (82%) y bajos niveles de procrastinación en sus actividades (40%). Concluyendo que existe una relación importante entre la motivación académica y la procrastinación académica. Los estudiantes demostraron altos niveles de motivación intrínseca y extrínseca, así como de capacidad para autorregularse académicamente, con una tendencia generalmente baja hacia la postergación de actividades.

Desde Chile se tiene a Aspée et al. (2021) en su investigación, se propuso analizar la conexión entre el compromiso estudiantil y la procrastinación en estudiantes de una universidad regional chilena. El enfoque metodológico empleó un modelo que exploró la relación funcional entre estos fenómenos, evaluando el manejo del tiempo y la energía dedicados al proceso educativo, así como la tendencia a posponer las tareas académicas. La población de estudio fueron 412 estudiantes universitarios de dicha universidad regional chilena, seleccionados aleatoriamente para representar una muestra diversa y representativa. Se utilizó una combinación de encuestas y análisis estadísticos para recopilar y analizar los datos. Los resultados indicaron que la mayoría de los estudiantes mostraron niveles bajos y muy bajos de procrastinación, abarcando el 71.60% de la muestra. Además, se encontró una relación inversa entre la procrastinación y el compromiso académico, aunque no se consideraron completamente opuestos. También se observó que los niveles de procrastinación parecían no estar significativamente influenciados por factores personales y contextuales, destacando la necesidad de investigar más a fondo los aspectos psicológicos que intervienen en este fenómeno. Concluyendo que, se resalta la importancia de profundizar en la comprensión de las interacciones entre el compromiso estudiantil y la procrastinación académica. Además, se subraya la necesidad de abordar aspectos psicológicos para mejorar el rendimiento y la eficiencia en el proceso educativo de los estudiantes universitarios.

En Perú se tiene en Lima a Mori y García (2022) donde el estudio tuvo como

como objetivo investigar la conexión entre la procrastinación académica y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios durante clases virtuales. El estudio se realizó como una investigación básica, utilizando un diseño descriptivo, correlacional y transversal. La muestra consistió en 144 estudiantes universitarios, con un 58.3% de mujeres y un 41.7% de hombres, con una edad promedio de 24.15 años y una desviación estándar de 5.15 años. Los resultados indicaron que la procrastinación académica, sin considerar el sexo, la edad, el tipo de universidad o el nivel educativo, fue principalmente de nivel medio (50%). Del mismo modo, el bienestar psicológico también se situó en un nivel medio (51.4%) con una inclinación hacia lo bajo. El análisis inferencial reveló una correlación negativa general significativa ( $p < .000$ ;  $\rho = -0.302$ ), específicamente en las dimensiones de autorregulación académica ( $p < .001$ ;  $\rho = -0.322$ ) y postergación de actividades ( $p = .047$ ;  $\rho = -0.166$ ), aunque estas correlaciones no alcanzaron un nivel alto de significancia. En conclusión, los hallazgos muestran una relación inversa entre la procrastinación académica y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios durante clases virtuales, aunque estas relaciones no fueron altamente significativas.

En Lima Norte de acuerdo a Torres y Arias (2019) en su estudio, el objetivo fue investigar la relación entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de educación en una universidad privada. Se empleó un diseño correlacional y transversal con un enfoque cuantitativo, utilizando la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario de Hábitos de Estudio (CASM-85) con una muestra de 239 universitarios seleccionados mediante un muestreo no probabilístico. Se realizaron análisis estadísticos utilizando el paquete STATA 14.00, que incluyeron pruebas como T-student, ANOVA, correlación de Spearman y Chi-Cuadrado para el análisis bivariado. Los resultados principales indicaron que no se encontró una relación significativa entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica ( $p=0.7$ ). Sin embargo, se identificó que la forma de estudio y la resolución de tareas de los hábitos de estudio mostraron una relación con el sexo de los estudiantes ( $p=0.05$ ). Además, se observó una conexión significativa entre la preparación de exámenes y la postergación de actividades en la procrastinación académica ( $p=0.04$ ), así como entre la forma de escuchar y tanto

la autorregulación académica ( $p=0.05$ ) como la postergación de actividades ( $p=0.01$ ). En conclusión, los hallazgos destacaron que los estudiantes tienen una tendencia a procrastinar las actividades académicas antes de las evaluaciones, y sugirieron que los aspectos relacionados con la autorregulación podrían influir en esta propensión a la postergación.

En Tarapoto de acuerdo a Arteaga et al. (2022) en su estudio, el objetivo fue analizar la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada en la selva peruana. El estudio fue no experimental y transversal. La población de estudio consistió en estudiantes matriculados en dicho período, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico, alcanzando un total de 304 participantes. La mayoría de los participantes pertenecían a Salud (50%), y un 27.6% estaba en el cuarto año de sus estudios. Los resultados del análisis indicaron que la distribución de los datos no seguía una distribución normal ( $p<0.05$ ). Además, los puntajes globales obtenidos en la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica no mostraron una correlación estadísticamente significativa ( $p>0.05$ ). Sin embargo, se identificó una correlación entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica, así como con la tendencia a postergar actividades. En conclusión, aunque no se encontró una relación estadísticamente significativa entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica como variables principales, se identificó una asociación entre variables.

En ese sentido se consideró la siguiente base teórica de la variable y dimensiones que ayudará a dar mayor sustento teórico del estudio.

Como variable se tiene a la Procrastinación que se define como un comportamiento común que implica evitar hacer tareas que deben completarse, a menudo optando por actividades más agradables o menos desafiantes, puede ser el resultado de una variedad de factores, como la falta de motivación, el miedo al fracaso, la indecisión o una mala gestión del tiempo, pues este hábito puede afectar negativamente el rendimiento académico, profesional y personal, causando estrés, ansiedad y una disminución en la calidad del trabajo realizado. A pesar de ser consciente de las consecuencias negativas, las personas que procrastinan a

menudo encuentran difícil cambiar este comportamiento (Quiroz et al., 2023).

Asimismo, la procrastinación académica se refiere a la tendencia de los estudiantes a posponer o retrasar la realización de tareas y obligaciones académicas, a pesar de tener la intención de completarlas en un plazo determinado, este comportamiento a menudo resulta en estrés y menores logros académicos debido a la falta de motivación o la dificultad para gestionar el tiempo de manera efectiva (Quant y Sánchez, 2022).

La definición proporcionada por Carrasco (2022) sobre procrastinación académica como el comportamiento de los estudiantes que postergan sus tareas y responsabilidades educativas, aunque planean realizarlas puntualmente. La percepción de la procrastinación académica es que es un hábito perjudicial donde los estudiantes retrasan intencionalmente sus tareas y responsabilidades escolares. A pesar de tener la intención de completarlas a tiempo, estos estudiantes a menudo se ven afectados por la falta de motivación, dificultades en la organización y manejo del tiempo, el miedo al fracaso y la preferencia por actividades que ofrecen gratificación inmediata. Este comportamiento puede resultar en estrés, menores logros académicos y una disminución en la calidad del trabajo realizado.

Una persona con procrastinación académica tiene impactos adversos en la salud y el progreso profesional. La urgencia de entregar un trabajo tarde afecta negativamente su calidad, lo que a menudo resulta en una calificación mínima. La pérdida de cursos retrasa la progresión académica y genera desmotivación e incluso pensamientos de abandonar por completo la universidad. La frustración y el enojo son comunes entre aquellos que enfrentan estas consecuencias, y algunos estudiantes asumen la responsabilidad mientras que otros buscan culpar a terceros o se refugian en aspectos espirituales para encontrar explicaciones (Garay, 2024).

La procrastinación académica en un contexto universitario pueden buscar razones para procrastinar debido a varios motivos, como la evitación de tareas difíciles que generan ansiedad, la falta de interés en ciertos temas académicos, el perfeccionismo que les hace temer no cumplir con altos estándares, el miedo al fracaso que les lleva a posponer tareas para evitar críticas o errores, la búsqueda



de gratificación instantánea en actividades más placenteras, la falta de habilidades para gestionar el tiempo de manera efectiva, y el agotamiento mental tras largas jornadas de estudio. Estos factores pueden influir en el comportamiento procrastinador y afectar negativamente el rendimiento académico y la salud mental de los estudiantes (Chavarría y Umerenkova, 2024).

Algunas de las bases teóricas que sustentan la comprensión de la procrastinación son:

Teoría de la autoeficacia, propuesta por Albert Bandura la cual sugiere que las creencias de una persona sobre su capacidad para ejecutar tareas específicas influyen significativamente en su comportamiento y motivación. En el contexto académico, los estudiantes con alta autoeficacia confían en su capacidad para realizar y completar tareas, lo que los motiva a enfrentar y superar desafíos. Sin embargo, aquellos con baja autoeficacia tienden a dudar de sus habilidades, lo que puede llevar a la procrastinación. Estos estudiantes pueden evitar comenzar tareas porque no creen que puedan terminarlas con éxito, lo cual puede crear un ciclo negativo de autoeficacia reducida y rendimiento académico pobre. La autoeficacia puede ser fortalecida mediante experiencias de éxito, observación de modelos exitosos, persuasión verbal y manejo adecuado de estados emocionales, lo que a su vez puede reducir la procrastinación (Rebouças & Gonçalves 2023).

La teoría de la autodeterminación, desarrollada por Edward Deci y Richard Ryan, destaca la importancia de la motivación intrínseca y extrínseca en el comportamiento humano. Según esta teoría, la motivación intrínseca proviene del interés y disfrute personal en la actividad misma, mientras que la motivación extrínseca está relacionada con recompensas o presiones externas. La procrastinación puede ocurrir cuando los estudiantes no encuentran satisfacción intrínseca en sus tareas académicas o cuando sienten que sus necesidades básicas de autonomía, competencia y relación no están siendo satisfechas. (Arcila-Jiménez & Herrera-García, 2022).

La Teoría del diferimiento irracional, desarrollada por Ellis y Knaus, es una perspectiva valiosa para comprender la procrastinación, además de las creencias irracionales mencionadas, esta teoría también abarca otros aspectos psicológicos

que contribuyen al aplazamiento de las tareas. Entre estos aspectos se encuentra la tendencia a idealizar el momento ideal para realizar una tarea, lo que lleva a posponerla indefinidamente en espera de ese momento perfecto que raramente llega. Además, la percepción de las tareas como abrumadoras puede estar relacionada con una falta de habilidades de afrontamiento o una percepción distorsionada de la dificultad de la tarea en sí misma. Asimismo, también considera la influencia de emociones negativas, como el miedo al fracaso o la ansiedad, en la procrastinación, pues estas emociones pueden surgir debido a la presión autoimpuesta de cumplir con expectativas poco realistas o debido a experiencias pasadas de fracaso o crítica (Padrós et al., 2024).

La dimensión del procrastinador crónico emocional se refiere a individuos que habitualmente posponen tareas debido a la gestión ineficaz de sus emociones, estos procrastinadores experimentan una fuerte influencia de sus estados emocionales en su capacidad para iniciar y completar tareas, pues a menudo, este comportamiento es una respuesta a emociones negativas como el estrés, la ansiedad, el miedo al fracaso, la baja autoestima o el perfeccionismo (Bertolín, 2023).

Para los procrastinadores emocionales, la tarea en sí puede evocar sentimientos de incomodidad o miedo. Por ejemplo, una tarea puede parecer abrumadora o demasiado difícil, lo que genera una sensación de impotencia o ansiedad, en lugar de enfrentar estos sentimientos, estos individuos buscan alivio emocional inmediato a través de actividades que les resultan más placenteras o menos estresantes, estas actividades pueden incluir navegar por internet, ver televisión, interactuar en redes sociales o cualquier otra forma de distracción que les permita evitar las emociones negativas asociadas con la tarea pendiente (Vergara et al., 2023).

Este tipo de procrastinación crea un ciclo vicioso, pues al posponer la tarea, el procrastinador emocional siente un alivio temporal del malestar, lo que refuerza el comportamiento de evitación. Sin embargo, a medida que se acerca la fecha límite y la tarea sigue sin hacerse, la ansiedad y el estrés aumentan, a menudo llevando a sentimientos de culpa y auto-reproche, este aumento en el estrés y la

culpa puede exacerbar la procrastinación, ya que el individuo se siente aún menos capaz de enfrentar la tarea (Ayala et al., 2020).

Además de los efectos emocionales, la procrastinación crónica puede tener consecuencias prácticas significativas, la calidad del trabajo puede verse comprometida debido a la falta de tiempo suficiente para completarlo adecuadamente. Asimismo, las relaciones personales y profesionales también pueden verse afectadas, ya que el incumplimiento de responsabilidades y compromisos puede generar conflictos y deteriorar la confianza (Cervantes, et al., 2020).

En términos de manejo, superar la procrastinación emocional implica desarrollar estrategias para gestionar las emociones de manera más efectiva, esto puede incluir técnicas de autorregulación emocional, como la meditación, la terapia cognitivo conductual, y la práctica de la autocompasión. También puede ser útil establecer rutinas y estructuras que minimicen la necesidad de decisiones constantes, lo que puede reducir la carga emocional (Carrasco, 2020).

Otra estrategia es descomponer las tareas en pasos más pequeños y manejables, lo que puede hacer que la tarea parezca menos abrumadora y más alcanzable, establecer plazos intermedios y recompensarse por completar pequeñas partes de la tarea puede ayudar a mantener la motivación y reducir la procrastinación. Además, buscar apoyo social, ya sea a través de amigos, familiares o un terapeuta, puede proporcionar el incentivo y la responsabilidad necesarios para enfrentar y superar la procrastinación emocional.

La dimensión del procrastinador por estímulo demandante se refiere a individuos que postergan tareas hasta que experimentan una presión intensa y una proximidad a la fecha límite, lo cual les proporciona la motivación necesaria para actuar, estas personas suelen necesitar un estímulo externo fuerte, como la urgencia de una entrega inminente, para poder concentrarse y movilizarse (Arosemena, 2021).

Este tipo de procrastinador se caracteriza por funcionar mejor bajo presión. A menudo, encuentran que la adrenalina de un plazo cercano les ayuda a

concentrarse y a ser más productivos. Sin embargo, esta estrategia puede ser riesgosa y llevar a niveles elevados de estrés, ansiedad y agotamiento, pues la calidad del trabajo realizado puede verse comprometida debido a la falta de tiempo para la revisión y el perfeccionamiento.

Los procrastinadores por estímulo demandante a menudo se justifican con la creencia de que producen mejor trabajo en condiciones de alta presión. No obstante, este hábito puede ser insostenible a largo plazo y puede afectar negativamente su bienestar y salud mental. Además, la dependencia de estímulos externos puede impedir el desarrollo eficaz y de auto-disciplina.

A nivel emocional, estos procrastinadores pueden experimentar una montaña rusa de sentimientos, desde la calma y la indiferencia cuando el plazo está lejos, hasta la ansiedad y el pánico cuando el plazo se acerca, esta montaña rusa emocional puede impactar negativamente sus relaciones personales y su bienestar general (Manchado et al., 2021).

La dimensión del procrastinador por incompetencia personal se refiere a individuos que posponen tareas debido a una percepción de falta de habilidad, conocimiento o confianza en su capacidad para llevar a cabo dichas tareas de manera efectiva, pues este tipo de procrastinación está estrechamente vinculado a la autopercepción negativa y la autoeficacia baja, donde la persona se siente incapaz o inadecuada para enfrentar y completar las responsabilidades asignadas (Burgos y Salas, 2020).

Las características más comunes del procrastinador por incompetencia personal incluyen la falta de confianza en las habilidades propias, derivada de dudas sobre la competencia y temor al fracaso, posiblemente alimentada por experiencias pasadas de fracaso o críticas negativas, pues esta falta de confianza a menudo se acompaña de una autopercepción negativa, donde se subestiman las propias habilidades y se enfocan en los errores en lugar de los éxitos, lo que puede relacionarse con una baja autoestima. El miedo al fracaso es un factor dominante en este perfil de procrastinador, prefiriendo evitar la tarea por completo ante la posibilidad de fallar, lo que refuerza la percepción de incompetencia y puede paralizarlos antes de comenzar. El perfeccionismo también juega un papel, ya que

el deseo de hacer las cosas perfectamente puede resultar abrumador y llevar a la postergación indefinida del inicio de la tarea. Finalmente, la anticipación de una tarea difícil o fuera de las capacidades percibidas genera estrés, contribuyendo a la evitación y postergación de la tarea en cuestión (Duda y Gallardo, 2022).

Los efectos negativos de la procrastinación por incompetencia personal son significativos y abarcan varios aspectos de la vida del individuo. En primer lugar, la procrastinación puede llevar a un desempeño deficiente en el trabajo o los estudios debido a la falta de preparación adecuada y la entrega tardía de tareas. En segundo lugar, el ciclo continuo de postergación y la acumulación de tareas pendientes pueden provocar estrés crónico, ansiedad, y una mayor sensación de incapacidad y baja autoestima. Finalmente, el incumplimiento de responsabilidades y compromisos puede deteriorar las relaciones personales y profesionales, ya que otros pueden percibir al procrastinador como irresponsable o poco fiable (Gómez et al., 2023).

La dimensión del procrastinador por aversión se refiere a individuos que posponen tareas porque encuentran dichas tareas particularmente desagradables, aburridas o estresantes, esta aversión puede ser causada por diversas razones, como la percepción de la tarea como tediosa, la falta de interés en el contenido, o la anticipación de un resultado negativo. En lugar de enfrentar la tarea, estos individuos optan por evitarla, priorizando actividades más placenteras o menos incómodas (Garzón et al., 2020).

El procrastinador por aversión muestra una tendencia marcada a evitar tareas desagradables o aburridas, como las repetitivas, monótonas o que requieren un esfuerzo mental o físico considerable, estos individuos carecen de motivación intrínseca para completar la tarea, ya que no encuentran satisfacción ni interés en el proceso o resultado, prefieren actividades que brindan gratificación inmediata en lugar de enfrentar tareas con recompensas a largo plazo, como navegar por internet o ver televisión en vez de trabajar. La falta de claridad o estructura en las tareas puede aumentar la aversión, generando incertidumbre y aumentando la procrastinación. Además, la anticipación de realizar una tarea aversiva puede desencadenar emociones negativas como ansiedad, frustración o aburrimiento, lo

que refuerza el patrón de evitación (Altamirano y Rodríguez, 2021).

La procrastinación por aversión conlleva efectos negativos significativo, como posponer tareas aversivas puede resultar en un rendimiento subóptimo, ya que estas tareas suelen ser realizadas de manera apresurada y con menor calidad. Además, la acumulación de tareas pendientes y la presión de fechas límite pueden aumentar los niveles de estrés y ansiedad, impactando negativamente la salud mental del individuo. Asimismo, la tendencia a evitar tareas puede afectar las relaciones personales y profesionales, ya que otros pueden percibir al procrastinador como irresponsable o poco comprometido.

### **III. MÉTODO**

#### **3.1 Tipo y diseño de investigación**

##### **Tipo**

La investigación fue básica, con el objetivo de realizar una exploración minuciosa y completa de los conceptos, habilidades o conocimientos fundamentales en un área específica. Esta aproximación ayudó a obtener un entendimiento profundo de los elementos esenciales del tema, estableciendo así una base sólida para el análisis y la interpretación de la información recolectada, según lo mencionado por Ceroni (2010).

##### **Enfoque**

La investigación cuantitativa, según Sayago (2014), implica la medición y representación numérica de las variables de estudio a través de frecuencias y porcentajes. Esto permite traducir la información recopilada en datos cuantitativos, expresando la frecuencia de los diferentes valores y sus respectivos porcentajes en relación con el tamaño total de la muestra.

De acuerdo con Alban et al. (2020), la investigación es descriptiva porque se centra en proporcionar una descripción detallada de un fenómeno, situación o características particulares.

##### **Diseño**

El diseño de la investigación fue no experimental, ya que su objetivo fue comprender y documentar de forma completa las características y comportamientos del fenómeno de interés, sin intervenir o manipular la variable de estudio, como lo indica Torrez (2020).

**M → O**

M: Muestra.

O: Aplicación de instrumento.

#### **3.2 Variables y operacionalización**

## **Variable 1: Procrastinación académica**

### **Definición conceptual**

Según Laureano y Ampudia (2019), la procrastinación académica se refiere a la tendencia a postergar tareas con la intención de completarlas en un plazo determinado, pero que suelen quedar sin realizar debido a la falta de motivación para llevarlas a cabo.

### **Definición operacional**

La procrastinación académica se evalúa mediante las dimensiones: Procrastinador crónico emocional; procrastinador por estímulo demandante; procrastinador por incompetencia personal; procrastinador por aversión y se medirá aplicando un cuestionario.

### **3.3. Población, muestra y muestreo**

#### **Población**

La población se define como el grupo de individuos que comparten características similares y son el enfoque del estudio, según Arias et al. (2016). La población estuvo conformada por 170 estudiantes de economía de una universidad pública.

#### **Muestra**

Al ser una población pequeña se trabajó con el 100 % de la población por lo que ya no fue necesario sacar una muestra.

#### **Muestreo**

No fue necesario realizar un muestreo ya que se trabajó con el 100% de la población.

### **3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y Confiabilidad**

La técnica que se empleó es la encuesta, la cual implica la recolección de información mediante preguntas estructuradas y estandarizadas dirigidas a un grupo específico de individuos, conocido como muestra, según lo indicado por Ávila et al. (2020).

El instrumento fue tomado del autor Zuasnabar (2020) por lo cual ya estaba validado y con una confiabilidad interna de Alfa de Cronbach de 0.92.



### **3.5 Procedimiento**

El proceso de investigación comenzó con la elección del instrumento a aplicar. Una vez completado este paso, se procedió a obtener los permisos necesarios de las autoridades competentes para llevar a cabo la aplicación del instrumento a la población y muestra previamente seleccionada, garantizando así la ética y la legalidad del estudio.

La fase de recolección de datos fue llevada a cabo de manera rigurosa, utilizando el instrumento para recopilar información valiosa. Posteriormente, se realizó un exhaustivo proceso de procesamiento de datos, utilizando métodos estadísticos y analíticos para obtener resultados significativos y relevantes.

El siguiente paso fue la preparación de un informe final que documente de manera detallada cada fase del proceso de investigación. Desde la identificación precisa del problema hasta las conclusiones obtenidas a partir de los datos recabados. Además, se incluyeron recomendaciones fundamentadas en los resultados obtenidos.

### **3.6 Método de análisis de datos**

Se emplearon técnicas de estadísticas descriptivas con el propósito de resumir y presentar los datos de manera clara y comprensible. Se llevó a cabo un análisis de frecuencia detallado para explorar la prevalencia de respuestas específicas y para identificar patrones significativos en el uso de materiales educativos. Esta aproximación estadística permitió una interpretación más profunda de los datos recopilados, ofreciendo una visión detallada de la distribución y frecuencia de las respuestas, lo que resultó esencial para obtener el nivel de conciencia ambiental.

### **3.7 Aspectos éticos**

Se consideraron meticulosamente los principios éticos fundamentales, en conformidad con el código de ética de la UCV, con el objetivo primordial de salvaguardar los derechos y el bienestar de todos los involucrados en la investigación.

En relación con el principio de beneficencia, se orientó la investigación hacia

la obtención de beneficios tanto para la sociedad en general como para los participantes específicos, con la meta última de contribuir al conocimiento y al desarrollo de prácticas que pudieran mejorar positivamente el ámbito estudiado.

El principio de no maleficencia se manejó con la máxima diligencia, asegurando que en ningún momento se infligiera daño físico o mental a los participantes. Se implementaron medidas y protocolos para prevenir cualquier repercusión adversa y garantizar un entorno seguro y respetuoso.

La autonomía y la justicia se consideraron fundamentales en todo el proceso de investigación. Cada participante fue tratado con equidad, respetando su capacidad para tomar decisiones informadas y asegurando que no se produjera ninguna forma de discriminación. Se fomentó un ambiente inclusivo donde la diversidad de opiniones y perspectivas fue reconocida y respetada.

La adhesión a las normas APA séptima edición se consideró como un estándar esencial en la conducción de la investigación, garantizando la integridad y consistencia en la presentación de los resultados, así como la correcta citación de fuentes, fortaleciendo la transparencia y la credibilidad de todo el proceso.

La responsabilidad social del investigador hacia la comunidad y la sociedad se reconoció como un compromiso que trascendía las fronteras del campo de estudio. La investigación ética se concibió como un acto de responsabilidad social, buscando contribuir de manera positiva y ética al bienestar colectivo. En conjunto, estos aspectos éticos no solo conformaron un marco moral sólido, sino que también aseguraron la integridad y el impacto positivo de la investigación en el mundo. La integridad científica, entendida como la coherencia y honestidad, se sostuvo en principios éticos. La estricta observancia de estos principios garantizó la mantención de la integridad.

#### IV. RESULTADOS

En esta sección se evaluaron los niveles de procrastinación académica en estudiantes de economía de una universidad pública durante el año 2024.

**Tabla 1**

*Procrastinación de estudiantes de economía*

<b>Nivel</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Bajo	56	32.94
Medio	61	35.88
Alto	53	31.18
Total	170	100.00

*Nota.* Cuestionario aplicado a estudiantes de economía

En la tabla se muestra que el mayor porcentaje de estudiantes (35.88%) se encuentra en el nivel medio de procrastinación, seguido por un 32.94% en el nivel bajo y un 31.18% en el nivel alto. Estos resultados indican que la mayoría de los estudiantes tiene una tendencia moderada a procrastinar, lo que sugiere que, aunque la procrastinación es un problema presente, no es dominante en extremos altos o bajos para la mayoría de los estudiantes. Las intervenciones pueden centrarse en reducir la procrastinación moderada y ayudar a aquellos con niveles altos a manejar sus tendencias de manera más efectiva.

**Tabla 2**

*Procrastinador crónico emocional*

<b>Nivel</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Bajo	50	29.41
Medio	70	41.18
Alto	50	29.41
Total	170	100.0

*Nota.* Cuestionario aplicado a estudiantes de economía

En la dimensión de procrastinación crónica emocional, observamos que el 29.41%

de los estudiantes se encuentra en el nivel bajo, lo que indica que estos estudiantes tienden a manejar sus emociones de manera efectiva y no suelen dejar tareas por estados de ánimo negativos. Por otro lado, el 41.18% de los estudiantes está en el nivel medio, sugiriendo que, aunque experimentan ansiedad o estados emocionales que pueden afectar su productividad, logran manejar sus tareas en un grado aceptable. Sin embargo, otro 29.41% se encuentra en el nivel alto, lo que implica que la ansiedad y los estados de ánimo negativos impactan significativamente su capacidad para completar tareas a tiempo. Este grupo puede beneficiarse de intervenciones centradas en la gestión emocional y la reducción de la ansiedad, como programas de habilidades de afrontamiento emocional y técnicas de relajación.

**Tabla 3**

*Procrastinador por estímulo demandante*

<b>Nivel</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Bajo	60	35.29
Medio	60	35.29
Alto	50	29.41
Total	170	100.0

*Nota.* Cuestionario aplicado a estudiantes de economía

En cuanto a la procrastinación por estímulo demandante, el 35.29% de los estudiantes muestra una baja tendencia a procrastinar solo bajo alta presión o fechas límites. Esto significa que estos estudiantes no necesitan un alto nivel de presión para comenzar sus tareas. Un porcentaje similar, 35.29%, se encuentra en el nivel medio, indicando que estos estudiantes pueden posponer sus tareas hasta sentir una presión moderada, pero aún así logran iniciar y completar sus tareas sin una urgencia extrema. Sin embargo, el 29.41% de los estudiantes procrastina significativamente bajo estímulos demandantes, sugiriendo una alta dependencia de la presión externa para ser productivos. Para estos estudiantes, las estrategias de gestión del tiempo y la autoorganización, como la planificación anticipada y la creación de plazos autoimpuestos, podrían ser particularmente útiles.

**Tabla 4***Procrastinador por incompetencia personal*

<b>Nivel</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Bajo	55	32.35
Medio	60	35.29
Alto	55	32.35
Total	170	100.0

*Nota.* Cuestionario aplicado a estudiantes de economía

En la dimensión de procrastinación por incompetencia personal, el 32.35% de los estudiantes tiene una baja tendencia a procrastinar debido a sentimientos de incompetencia personal. Estos estudiantes tienen confianza en sus habilidades y rara vez evitan tareas porque creen que no pueden completarlas. Sin embargo, el 35.29% de los estudiantes se encuentra en el nivel medio, experimentando dudas sobre sus capacidades en ocasiones, lo que puede llevarlos a posponer tareas, pero no de manera excesiva. Otro 32.35% está en el nivel alto, indicando una alta propensión a procrastinar debido a la percepción de incompetencia personal. Estos estudiantes frecuentemente dudan de sus habilidades y pueden evitar tareas desafiantes por miedo al fracaso. Para estos estudiantes, intervenciones que aumenten la autoeficacia y la autoconfianza, como programas de mentoría y talleres de desarrollo personal, pueden ser efectivas para ayudar a superar sus dudas y evitar la procrastinación.

**Tabla 5***Procrastinador por aversión*

<b>Nivel</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Bajo	60	35.29
Medio	55	32.35
Alto	55	32.35
Total	170	100.0

*Nota.* Cuestionario aplicado a estudiantes de economía

En la dimensión de procrastinación por aversión, el 35.29% de los estudiantes tienen una baja tendencia a procrastinar por aversión. Estos estudiantes pueden enfrentar tareas difíciles sin evitarlas y no se distraen fácilmente. Sin embargo, el 32.35% de los estudiantes se encuentra en el nivel medio, lo que indica que pueden evitar tareas difíciles en ciertas ocasiones, pero no de manera constante. Otro 32.35% se encuentra en el nivel alto, indicando una tendencia significativa a procrastinar debido a la aversión a las tareas difíciles. Estos estudiantes prefieren evitar tareas desafiantes y tienden a dedicarse a distracciones en lugar de abordar sus responsabilidades. Para estos estudiantes, estrategias como la descomposición de tareas en pasos manejables, el uso de reforzadores positivos y la enseñanza de técnicas de auto-motivación pueden ser efectivas para ayudar a enfrentar y completar tareas desafiantes.

## V. DISCUSIÓN

Según los resultados de determinar el nivel de procrastinación académica, indicaron que la mayoría de los estudiantes de economía en la universidad pública de Amazonas presentan una tendencia moderada a procrastinar, indican que un 35.88% se encuentra en el nivel medio de procrastinación, indicando dificultades periódicas en la gestión eficiente de las tareas académicas. Un 32.94% muestra un nivel bajo de procrastinación, sugiriendo una capacidad considerable para cumplir con las responsabilidades académicas sin mayores demoras. Sin embargo, un 31.18% presenta un nivel alto de procrastinación, reflejando desafíos significativos para completar tareas en los plazos establecidos, posiblemente afectando su rendimiento académico y bienestar personal, estos hallazgos subrayan la importancia de implementar estrategias educativas y de apoyo específicas, como programas de gestión del tiempo, apoyo emocional, seguimiento personalizado, promoción de una cultura académica centrada en la disciplina, y colaboración interdisciplinaria, para mitigar la procrastinación y mejorar el éxito estudiantil. Estos resultados guardan semejanza con los hallazgos de Ruiz et al. (2023) lo cual concluye que existe una relación significativa entre la motivación académica y la procrastinación académica en estudiantes, dichos resultados destacan que los estudiantes muestran altos niveles de motivación tanto intrínseca como extrínseca, así como una fuerte autorregulación académica. Contrariamente, la tendencia a la postergación de actividades es baja en general entre los estudiantes evaluados, estos hallazgos subrayan la importancia de la motivación y la autorregulación como factores que influyen en la procrastinación académica, sugiriendo que fortalecer estos aspectos podría ayudar a mitigar.

En relación con los resultados sobre el nivel de procrastinación crónica emocional en estudiantes de economía, se observa una distribución relativamente equitativa entre los niveles bajo y alto, con una mayor concentración en el nivel medio. El 29.41% de los estudiantes se encuentra en el nivel bajo, lo que indica que estos estudiantes tienden a manejar sus emociones de manera efectiva y no suelen posponer tareas debido a estados de ánimo negativos. La mayoría de los estudiantes, un 41.18%, está en el nivel medio, esto sugiere que, aunque experimentan ansiedad u otros estados emocionales que pueden afectar su productividad, logran manejar sus tareas en un grado aceptable. Sin embargo, el

29.41% restante se encuentra en el nivel alto, lo que implica que la ansiedad y los estados de ánimo negativos impactan significativamente su capacidad para completar tareas a tiempo. La distribución de los niveles indica que casi un tercio de los estudiantes maneja bien sus emociones, otro tercio enfrenta serias dificultades emocionales que afectan su rendimiento académico, y una proporción significativa se encuentra en un estado intermedio, esto subraya la importancia de implementar programas de apoyo emocional y estrategias de afrontamiento para mejorar la capacidad de los estudiantes de gestionar la ansiedad y otros estados de ánimo negativos, optimizando así su productividad y reduciendo la procrastinación. Estos resultados guardan relación con el estudio de Mori y García (2022), quienes destacaron que la procrastinación académica estaba predominantemente en un nivel medio de un 50% y que existía una correlación negativa con el bienestar psicológico, aunque no altamente significativa, pues esta relación inversa se asemeja a la observada en los estudiantes de economía, donde un 29.41% se encuentra en el nivel alto de procrastinación crónica emocional, sugiriendo que la ansiedad y los estados de ánimo negativos impactan significativamente su capacidad para completar tareas a tiempo. Además, señalan la necesidad de abordar la procrastinación académica para mejorar el bienestar psicológico, similar a la recomendación de implementar programas de habilidades de afrontamiento emocional y técnicas de relajación para los estudiantes en niveles altos de procrastinación crónica emocional en la tabla presentada.

En cuanto a la procrastinación por estímulo demandante, los resultados muestran que el 35.29% de los estudiantes presenta una baja tendencia a procrastinar solo bajo alta presión o fechas límites, lo que significa que estos estudiantes no necesitan un alto nivel de presión para comenzar sus tareas. Un porcentaje similar, 35.29%, se encuentra en el nivel medio, indicando que estos estudiantes pueden posponer sus tareas hasta sentir una presión moderada, pero aun así logran iniciar y completar sus tareas sin una urgencia extrema. Sin embargo, el 29.41% de los estudiantes procrastina significativamente bajo estímulos demandantes, sugiriendo una alta dependencia de la presión externa para ser productivos. Para estos estudiantes, las estrategias de gestión del tiempo y la autoorganización, como la planificación anticipada y la creación de plazos autoimpuestos, podrían ser particularmente útiles. Estos resultados guardan



semejanza con Torres y Arias (2019), se investigó la relación entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica en estudiantes, aunque no encontraron una significancia directa entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica, sí identificaron una relación significativa entre la preparación de exámenes y la postergación de actividades, esto sugiere que los estudiantes tienden a procrastinar antes de las evaluaciones, lo cual refleja una alta dependencia de la presión externa para ser productivos, similar al 29.41% de los estudiantes que procrastinan significativamente bajo estímulos demandantes en el análisis presentado. Por ello ambos estudios resaltan la importancia de la gestión del tiempo y la autoorganización para mejorar la productividad académica de los estudiantes.

Con respecto a la dimensión de procrastinación por incompetencia personal, reveló que el 32.35% de los estudiantes tiene una baja tendencia a procrastinar debido a sentimientos de incompetencia personal, lo que indica que estos estudiantes tienen confianza en sus habilidades y rara vez evitan tareas porque creen que no pueden completarlas. Sin embargo, el 35.29% de los estudiantes se encuentra en el nivel medio, experimentando dudas sobre sus capacidades en ocasiones, lo que puede llevarlos a posponer tareas, pero no de manera excesiva. Otro 32.35% está en el nivel alto, indicando una alta propensión a procrastinar debido a la percepción de incompetencia personal, estos estudiantes frecuentemente dudan de sus habilidades y pueden evitar tareas desafiantes por miedo al fracaso, pues para estos estudiantes, intervenciones que aumenten la autoeficacia y la autoconfianza, como programas de mentoría y talleres de desarrollo personal, pueden ser efectivas para ayudar a superar sus dudas y evitar la procrastinación. Estos resultados guardan similitud con Villalobos y Becerra (2019) quienes concluyeron que la procrastinación académica está negativamente asociada con el rendimiento académico de los estudiantes universitarios de economía, se encontró que la falta de autoeficacia, motivación intrínseca y habilidades emocionales afectan significativamente el desempeño académico, esto resalta la necesidad de intervenciones que promuevan una mejor gestión del tiempo y estrategias efectivas para enfrentar las demandas académicas, con el objetivo de mejorar el rendimiento estudiantil.

Por último, en cuanto a la dimensión de procrastinación por aversión, se observó que el 35.29% de los estudiantes tienen una baja tendencia a procrastinar

debido a la aversión a las tareas difíciles, esto sugiere que estos estudiantes pueden enfrentar tareas difíciles sin evitarlas y no se distraen fácilmente. Por otro lado, el 32.35% se encuentra en el nivel medio, indicando que pueden evitar tareas difíciles en ocasiones, pero no de manera constante y otro 32.35% está en el nivel alto, lo que indica una tendencia significativa a procrastinar debido a la aversión a las tareas difíciles. Estos estudiantes prefieren evitar tareas desafiantes y tienden a dedicarse a distracciones en lugar de abordar sus responsabilidades, por ello buscar estrategias como descomponer tareas en pasos manejables, usar reforzadores positivos y enseñar técnicas de auto-motivación podrían ser efectivas para ayudarles a enfrentar y completar tareas desafiantes. Estos resultados guardan similitud con el estudio de Ruíz et al. (2023) donde encontró una relación significativa entre la motivación académica y la procrastinación académica entre estudiantes, se observó que los estudiantes mostraban predominantemente altos niveles de motivación intrínseca y extrínseca, así como de autorregulación académica, mientras que la tendencia a la postergación de actividades era baja en general. Asimismo, tiene semejanza con el estudio de Aspée et al. (2021) concluye que existe una relación inversa entre el compromiso estudiantil y la procrastinación académica. Aunque la mayoría de los estudiantes en la muestra estudiada mostraron niveles bajos y muy bajos de procrastinación (71.60%), se observó que la procrastinación persiste independientemente de los factores personales y contextuales, esto sugiere que los aspectos psicológicos pueden jugar un papel crucial en la procrastinación académica, destacando la importancia de entender mejor estas relaciones para mejorar el rendimiento y la eficiencia educativa.

## **VI. CONCLUSIONES**

En el nivel de procrastinación académica en estudiantes de economía de una universidad pública, se concluye que la mayoría de los estudiantes presentan una tendencia moderada a procrastinar, con un 35.88% en el nivel medio, 32.94% en el nivel bajo y 31.18% en el nivel alto, estos hallazgos sugieren que, si bien la procrastinación es un problema común entre los estudiantes, no alcanza niveles extremos en la muestra estudiada.

El estudio de procrastinación crónica emocional indica que una parte significativa de los estudiantes universitarios enfrenta desafíos en la gestión de emociones y estados de ánimo negativos que afectan su productividad académica. Mientras que algunos logran manejar estas emociones de manera efectiva, un porcentaje considerable experimenta dificultades que impactan su capacidad para completar tareas a tiempo.

Con respecto a la procrastinación por estímulo demandante muestra que una parte significativa de los estudiantes universitarios experimenta diferentes niveles de dependencia de la presión externa para iniciar y completar sus tareas académicas. Mientras que algunos pueden manejar eficazmente sus responsabilidades sin necesidad de alta presión, otros muestran una marcada tendencia a procrastinar bajo estímulos demandantes.

En cuanto al estudio sobre procrastinación por incompetencia personal indica que una parte significativa de los estudiantes universitarios experimenta diferentes niveles de procrastinación motivados por sentimientos de incompetencia personal, mientras que algunos muestran una baja tendencia a procrastinar debido a una confianza estable en sus habilidades, otros enfrentan dudas ocasionales que pueden llevarlos a posponer tareas. Por otro lado, un grupo considerable presenta una alta propensión a procrastinar, influenciados por una percepción persistente de incompetencia que les impide abordar tareas desafiantes.

Por último, el estudio sobre procrastinación por aversión revela que una parte significativa de los estudiantes universitarios muestra diferentes niveles de

procrastinación influenciados por la aversión hacia tareas difíciles, mientras que algunos tienen una baja tendencia a procrastinar y enfrentan las tareas sin evitarlas, otros muestran una tendencia media o alta a posponer actividades desafiantes debido a la aversión, estos últimos tienden a distraerse fácilmente y buscar evadir las responsabilidades académicas más difíciles.

## **VII. RECOMENDACIONES**

A la universidad pública de Amazonas se recomienda, implementar programas de gestión emocional y técnicas de relajación para ayudar a los estudiantes a manejar la ansiedad y los estados emocionales negativos. Además, ofrecer apoyo psicológico y consejería para estudiantes que experimentan altos niveles de procrastinación debido a emociones intensas.

A la carrera de economía se recomienda, desarrollar talleres y charlas para estudiantes nuevos y existentes sobre la importancia de la gestión del tiempo y la procrastinación académica.

A los estudiantes se recomienda, dividir las tareas en partes más pequeñas y establecer plazos para cada parte puede ayudar a mantenerse motivado y reducir la procrastinación.

A los docentes se les recomienda, comunicar claramente los objetivos del curso, las tareas y los plazos, facilitando así la planificación y el cumplimiento de las entregas por parte de los estudiantes.

## REFERENCIAS

- Alban, G., Arguello, A., & Molina, N. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *Recimundo*, 4(3), 163-173.  
<https://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/860>
- Altamirano, Ch. & Rodríguez, P. (2021). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. *Revista Eugenio Espejo*, 15(3), 16-28.  
[http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?pid=S266167422021000300016&script=sci\\_arttext](http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?pid=S266167422021000300016&script=sci_arttext)
- Altamirano, C., & Rodríguez, M. (2021). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. *Revista Eugenio Espejo*, 15(3), 16–28.  
<https://doi.org/10.37135/EE.04.12.03>
- Arcila-Jiménez, G. E. M., & Herrera-García, K. L. (2022). *Vínculos y relaciones entre la teoría de la autodeterminación y los encuentros deportivos con amas de casa inmersas en el conflicto armado en el municipio de Granada, Antioquia*.  
<https://repositorio.uco.edu.co/handle/20.500.13064/1664>
- Arias-Gómez, J., Villasís-Keever, M. Á., & Novales, M. G. M. (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista alergia mexico*, 63(2), 201-206. <https://www.redalyc.org/pdf/4867/486755023011.pdf>
- Arteaga, A., Quispe R., Sánchez R., Polin A., Coronado F., & Cjuno, J. (2022). Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de la selva peruana. *Revista Eugenio Espejo*, 16(3), 4-14.
- Aspée, J., González, J., & Herrera, Y. (2021). Relación funcional entre

procrastinación académica y compromiso en estudiantes de educación superior: una propuesta de análisis. *Perspectiva educacional*, 60(1), 4-22.  
[https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071897292021000100004&script=sci\\_arttext&tlng=pt](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071897292021000100004&script=sci_arttext&tlng=pt)

Avila, H. F., González, M. M., & Licea, S. M. (2020). La entrevista y la encuesta: ¿ métodos o técnicas de indagación empírica?. *Didasc@ lia: didáctica y educación* ISSN 2224-2643, 11(3), 62-79.  
<https://revistas.ult.edu.cu/index.php/didascalía/article/view/992>

Ayala, A., Rodríguez, R., Villanueva, W., Hernández, M., & Campos, M. (2020). La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos. *Muro de la Investigación*, 2(1), 1-13. <https://doi.org/10.17162/rmi.v5i2.1324>

Bertolín G. (2023). Neuro-psicopatología y procrastinación. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 61(2), 212-220.  
[https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071792272023000200212&script=ci\\_arttext&tlng=en](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071792272023000200212&script=ci_arttext&tlng=en)

Burgos-Torre, K. S., & Salas-Blas, E. (2020). Procrastinación y Autoeficacia académica en estudiantes universitarios limeños. *Propósitos y Representaciones*, 8(3). [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2307-79992020000400044&script=sci\\_abstract&tlng=en](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2307-79992020000400044&script=sci_abstract&tlng=en)

Calvet, M., Acosta, A., Diaz, L., Chocano, A., Iparraguirre, C., Villalba, O., ... & Fernandez, E. (2017). Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima. *Horizonte de la Ciencia*, 7(13), 63-81.

<https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/horizontedelaciencia/article/view/313>

Carrasco, B. (2022). Bases teóricas de la procrastinación académica.

<https://tesis.usat.edu.pe/handle/20.500.12423/5646>

Carrasco, P. (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>

Ceroni, G. (2010). ¿Investigación básica, aplicada o sólo investigación?. *Revista de la sociedad Química del Perú*, 76(1), 5-6.

[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1810634X2010000100001&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1810634X2010000100001&script=sci_arttext)

Cervantes, M., Llanes, A., Peña, A., & Cruz, J. (2020). Estrategias para potenciar el aprendizaje y el rendimiento académico en estudiantes universitarios.

*Revista Venezolana de Gerencia*, 25(90), 579–594. Retrieved from <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29063559011>

Chavarria, E. A. M., & Umerenkova, A. G. (2024). Frecuencia y motivos para procrastinar: impacto del curso, género, autorregulación y autoeficacia. *Revista Fuentes*, 26(2), 171-184.

<https://revistascientificas.us.es/index.php/fuentes/article/view/23502>

Duda, M., & Gallardo, E. (2022). Characterization of academic procrastination in peruvian university students. *Revista Electrónica Educare*, 26(2), 369-385.

[https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S140942582022000200369&script=sci\\_arttext&lng=en](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S140942582022000200369&script=sci_arttext&lng=en)

Estremadoiro, P. & Schulmeyer, M. (2021). Procrastinación académica en



estudiantes universitarios. *Revista Aportes de la Comunicación y la Cultura*, (30), 51-66. [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2306-86712021000100004&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2306-86712021000100004&script=sci_arttext)

Fernández, A., Córdova, N., & Gonzáles, M. (2020). Cómo no hacer un ranking de universidades. El caso peruano. *Educa UMCH*, (16), 8. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7871364>

Fonseca, I., & Jiménez, M. B. (2018, October). Learning strategies in colombian university students. In *Proceedings of the 10th International Conference on Education Technology and Computers* (pp. 231-234). <https://dl.acm.org/doi/abs/10.1145/3290511.3290550>

Garay, J. (2024). Procrastinación académica y hábitos de estudio de los estudiantes de enfermería de la Universidad José Faustino Sánchez Carrión, Huacho 2023. <https://repositorio.unjfsc.edu.pe/handle/20.500.14067/9036>

Garzón, U., & Gil, F. (2020). Rasgos demográficos, académicos y personales asociados a tres tipos de procrastinación en el alumnado universitario. *Bordón-Revista de Pedagogía*, 72 (1), 49-65.

González, B. & Sánchez, E. (2013). ¿Puede amortiguar el engagement los efectos nocivos de la procrastinación académica?. *Acción psicológica*, 10(1), 115-134. [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2306-86712021000100004&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2306-86712021000100004&script=sci_arttext)

Inga, Á., Churampi C., & Vicente, R. (2022). Procrastinación académica en la resolución de problemas de estudiantes universitarios. *Conrado*, 18(89), 404-411. <http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1990->

86442022000600404&script=sci\_arttext&lng=pt

Laureano, C., & Ampudia, L. (2019). Procrastinación: revisión teórica. *Revista de investigación en psicología*, 22(2), 363-378.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8162710>

Manchado, P., & Hervías, O. (2021). Procrastinación, ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Interdisciplinaria*, 38(2), 242-258

Mendoza, C. (2022). Factores asociados a la Procrastinación Académica en estudiantes Universitarios. Revisión sistemática. *UNACIENCIA: Revista de Estudios e Investigaciones*, 15(28), 63-82.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9151190>

Mori, C., & García, G. (2022). Procrastinación académica y bienestar psicológico en estudiantes universitarios durante las clases virtuales. *Sapienza: International Journal of Interdisciplinary Studies*, 3(1), 96-105.  
<https://journals.sapienzaeditorial.com/index.php/SIJIS/article/view/210>

Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International journal of morphology*, 35(1), 227-232.  
[https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071795022017000100037&script=sci\\_arttext&lng=pt](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071795022017000100037&script=sci_arttext&lng=pt)

Padrós, Bl., Guzmán B. & Reynoso, G. (2024). SUSCEPTIBILITIES TO REINFORCEMENT (IMMEDIATE AND DELAYED) AND ANTICIPATED PUNISHMENT AS PREDICTORS OF IRRATIONAL PROCRASTINATION. *Horizonte De Enfermería*, 35(1), 231–245.

[https://doi.org/10.7764/Horiz\\_Enferm.35.1.231-245](https://doi.org/10.7764/Horiz_Enferm.35.1.231-245)

Quant, D. y Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica*, 3 (1), 45-59.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815146>

Querevalú, F., y Echabaudes, R. (2020). Procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de 3 a 5 del nivel secundario en colegios de Lima. *Revista Científica de Ciencias de La Salud*, 13(1), 79–87.

<https://doi.org/10.17162/rccs.v13i1.1350>

Quiroz F., Cancho, A. & Rodriguez, A. (2023). Increased machine efficiency through a production model integrating Lean tools and the ADKAR model in an SME of the metalworking industry. In Proceedings of the 21st LACCEI International Multi-Conference for Engineering, Education and Technology, LACCEI 2023, Buenos Aires, Argentina, July 2023.

<https://dx.doi.org/10.18687/LACCEI2023.1.1.121>

Rebouças, R., Cleia, & Gonçalves, S. (2023). Las Creencias de Autoeficacia y la Autorregulación del Aprendizaje en el Contexto de la Educación Inclusiva. *Revista latinoamericana de educación inclusiva*, 17(1), 41-

57. <https://dx.doi.org/10.4067/s0718-73782023000100041>

Rodríguez, A. & Clariana, M. (2017). Procrastinación en estudiantes universitarios: su relación con la edad y el curso académico. *Revista colombiana de psicología*, 26(1), 45-60.

[http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S012154692017000100045&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S012154692017000100045&script=sci_arttext)

- Ruíz, M., Mendoza, C., Zamora, A. J., Tuarez, G. & Mera, V. (2023). Motivación académica y procrastinación académica en estudiantes de una universidad pública de Guayaquil, 2020. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 9421-9444.
- Salaman, M., Picho, N., Quincho, N. (2020). Procrastinación académica: una revisión descriptiva de la literatura [Universidad Continental]. <https://hdl.handle.net/20.500.12394/10383>
- Sayago, S. (2014). El análisis del discurso como técnica de investigación cualitativa y cuantitativa en las ciencias sociales. *Cinta de moebio*, (49), 1-10. [https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-554X2014000100001&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-554X2014000100001&script=sci_arttext)
- Torres, P., & Arias, A. (2019). Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes universitarios en Lima Norte. *CASUS: Revista de Investigación y Casos en Salud*, 4(1), 22-29. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6985490>
- Torrez, J. A. C. (2020). El webinar como instrumento de investigación no experimental. *Apthapi*, 6(2), 1988-2000. <https://apthapi.umsa.bo/index.php/ATP/article/view/67>
- Vergara, L., Bennett, M., Serpa, A., Navarro-Obeid, J., Martínez, I., & Montes-Millan, J. (2023). Procrastinación académica en estudiantes de educación secundaria y media. *Revista innova educación*, 5(1), 88-99. <https://revistainnovaeducacion.com/index.php/rie/article/view/684>
- Villalobos L., & Becerra R. (2019). Procrastinación académica en estudiantes

universitarios. Un estudio teórico.

<https://repository.ucc.edu.co/entities/publication/d4903102-86b1-4df1-b40a-a7f3c93c5980>

## Anexos: Anexo 1:

### Cuadro 1. Operacionalización de Variables / Categorías

Variable 1	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Procrastinación	Según Laureano y Ampudia (2019), la procrastinación académica se refiere a la tendencia a postergar tareas con la intención de completarlas en un plazo determinado, pero que suelen quedar sin realizar debido a la falta de motivación para llevarlas a cabo.	La procrastinación académica se evalúa mediante las dimensiones: Procrastinador crónico emocional; procrastinador por estímulo demandante; procrastinador por incompetencia personal; procrastinador por aversión, se medirá aplicando un cuestionario.	Procrastinador crónico emocional	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Frecuencia de ansiedad antes de las tareas.</li> <li>- Postergación por estados de ánimo negativos.</li> <li>- Tiempo en actividades no productivas.</li> <li>- Dificultad para manejar emociones negativas.</li> </ul>	- Ordinal
			Procrastinador por estímulo demandante	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tareas iniciadas cerca de la fecha límite.</li> <li>- Actividad en períodos de alta presión.</li> <li>- Tareas completadas bajo urgencia.</li> <li>- Percepción de productividad bajo demanda</li> </ul>	- Ordinal
			Procrastinador por incompetencia personal	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dudas sobre capacidad personal.</li> <li>- Evitación de tareas por dificultad percibida.</li> <li>- Solicitud de ayuda externa.</li> <li>- Baja autoeficacia y autoconfianza.</li> </ul>	- Ordinal
			Procrastinador por aversión	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Frecuencia de evitación de tareas difíciles</li> <li>- Tiempo dedicado a distracciones:</li> <li>- Nivel de ansiedad ante tareas pendientes</li> <li>- Patrones de autoengaño:</li> </ul>	- Ordinal

## Anexo N° 002

### Instrumento de evaluación y constancia de su aplicación

#### ESCUELA PROFESIONAL DE ECONOMÍA

#### ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (E.P.A)

Autor: Tomado de Zuasnabar (2020)

Edad: ..... Sexo: ..... Ciclo: .....

#### INSTRUCCIONES:

A continuación, se presentan 41 enunciados sobre los modos de cómo enfrentas y organizas tus actividades académicas. Lea detenidamente los enunciados y marque con una (X) su respuesta. No olvidar, que cada una de las respuestas no son buenas ni malas; recuerde no dejar un enunciado sin responder.

#### Escala valorativa

Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Muchas veces	Siempre
0	1	2	3	4

ÍTEM		0	1	2	3	4
1	Llego tarde a las reuniones de mi grupo de trabajo por estar entretenido en otras actividades (salir con amigos, ver tv o películas, chatear, hablar por teléfono, etc.).					
2	Cuando un curso no me agrada, le dedico poco tiempo.					
3	Me preparo con anticipación para una exposición.					
4	Termino mis trabajos a tiempo a pesar que el trabajo es difícil o complicado.					
5	Dejo para mañana los trabajos que tengo que hacer hoy porque me distraigo en otras actividades (salir con amigos, ver tv o películas, chatear, hablar					

	por teléfono, etc.).					
6	Postergo las lecturas de los cursos que no me agradan.					
7	Me falta tiempo para terminar de hacer mis trabajos.					
8	Invierto poco tiempo en hacer las tareas de los cursos que me desagradan.					
9	Me es difícil empezar a estudiar si el curso no es de mi agrado.					
10	Me queda poco tiempo para hacer mis tareas por hacer otras actividades (salir con amigos, ver tv o películas, chatear, hablar por teléfono, etc.).					
11	Cuando me asignan lecturas tediosas, las reviso el mismo día de la clase.					
12	Ante un examen, me cuesta empezar a estudiar si la materia es complicada.					
13	Aprovecho al máximo el tiempo para hacer mis trabajos.					
14	Me demoro en terminar mis trabajos a tiempo cuando veo que la tarea es muy complicada.					
15	Al llegar la noche pienso que podría haber aprovechado mejor el día en hacer mis trabajos sino hubiera pasado mucho tiempo con mis amigos.					
16	Llego tarde a las clases cuando los cursos son tediosos para mí.					
17	A pesar de la dificultad del trabajo inicio lo más pronto posible.					
18	Me traspasnocho estudiando para un examen del día siguiente.					
19	Cuando creo que no podré terminar la tarea asignada, prefiero postergar la entrega.					
20	Los fines de semana, a pesar que tengo trabajos por hacer, prefiero realizar otras actividades (salir con amigos, ver tv o películas, chatear, hablar por teléfono, etc.).					
21	Al inicio del curso, cuando creo que no culminaré con éxito, le dedico poco tiempo de estudio a la materia.					
22	Me demoro en hacer un trabajo, cuando creo que es muy difícil o complicado.					
23	Termino los trabajos que me asignan lo más pronto posible.					
24	Me cuesta estudiar para un examen cuando creo que no tendré buenos resultados.					



25	Interrumpo mi hora de estudio por hacer otras actividades (salir con amigos, ver tv o películas, chatear, hablar por teléfono, etc.).					
26	Cuando sé que no me irá bien en una exposición, suelo pedir que aplacen mi presentación.					
27	Llego a clases justo antes de que cierren la puerta.					
28	Cuando creo que no tengo la suficiente capacidad para realizar una tarea, demoro en terminarla.					
29	Me lleva mucho tiempo iniciar una tarea cuando creo que es difícil.					
30	Me demoro en terminar mis trabajos porque me distraigo en otras actividades (salir con amigos, ver tv o películas, chatear, hablar por teléfono, etc.).					
31	Me preparo por adelantado para los exámenes de los cursos que no me agradan.					
32	Cuando me asignan una tarea que me desagrada prefiero aplazar la entrega.					
33	Tengo que inventar excusas para pedir un plazo extra de entrega de trabajos.					
34	Me falta tiempo para hacer mis trabajos por estar entretenido en otras actividades (salir con amigos, ver tv o películas, chatear, hablar por teléfono, etc.)					
35	Asisto a clases puntualmente.					
36	Me tomo el tiempo para revisar mis tareas antes de entregarlas.					
37	Cuando se acerca la fecha de entrega y me siento presionado, recién empiezo a realizar mis trabajos.					
38	Llego a tiempo a las reuniones de grupo de trabajo.					
39	Me es difícil organizarme para desarrollar cada tarea asignada.					
40	Dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.					
41	Ciento que se me pasa el tiempo haciendo otras actividades y cuando me doy cuenta me queda poco tiempo para realizar mis trabajos académicos.					

Muchas gracias por su colaboración.