



**UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS**

**FACULTAD DE MEDICINA HUMANA Y CIENCIAS DE  
LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA HUMANA**

**TESIS**

**AUTOESTIMA Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN  
ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE  
ESTOMATOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS –  
FILIAL TUMBES - 2016**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA HUMANA**

**AUTOR:**

**PORRAS VALLADOLID SUSAN JOSSELIN**

**TUMBES – PERÚ**

**2016**

## DEDICATORIA

A Dios por guiar mi camino y hacer posible lograr este paso tan grande en mi vida.

A mis queridos padres, por todo el amor y el apoyo incondicional que siempre me brindan y por creer siempre en mí.

A mi hijo, porque es la fuerza motivadora que me impulsa día a día a seguir cumpliendo mi metas.

A mi familia especialmente a mi hermana y mis sobrinos por todo el afecto y cariño que a diario me brindan.

## AGRADECIMIENTO

A Dios, por guiar mi camino y por darme la fuerza necesaria para poder culminar esta etapa de mi vida.

A mi familia, en especial a mis padres y a mi hermana por el apoyo y sustento constante por las palabras de aliento y consejos que siempre están presentes.

A mi asesor Miguel A. Saavedra López por la motivación constante, por sus oportunos consejos y por haberme guiado durante todo el proceso de tesis.

A los docentes que durante todo el periodo de formación académica, fueron guías fundamentales para poder llegar a la culminación de este largo camino.

A mis amigas quienes fueron indispensables en la realización de este reto.

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la autoestima y la procrastinación académica en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes. La muestra estuvo conformada por 100 estudiantes, sus edades oscilan entre los 17 a 23 años. Se utilizó el Inventario de Autoestima de Coopersmith de Stanley Coopersmith, adaptado por Panizzo en (1985), que consta de 25 ítems y la Escala de Procrastinación Académica de Busko. D.A, adaptado por Álvarez Ricardo (2010), que consta de 16 ítems. La investigación es de tipo descriptivo correlacional, para el análisis de los resultados se utilizó el programa estadístico SPSS versión 22. Los resultados evidencian que existe relación negativa entre la autoestima y la procrastinación académica. Lo cual indica que cuando se presenten niveles altos de autoestima los niveles de procrastinación académica serán bajos.

**Palabras clave:** autoestima, procrastinación académica, niveles.

## **ABSTRACT**

The present research aimed to determine the relationship between self-esteem and academic procrastination in students from 1st to 3rd year of the professional school of stomatology at the Alas Peruanas University - Tumbes Branch. The sample was of 100 students, their ages oscillate between the 17 to 23 years. Coopersmith's Self-Esteem Inventory of Stanley Coopersmith, adapted by Panizzo in (1985), was used, consisting of 25 items and the Busko Academic Procrastination Scale. D.A, adapted by Álvarez Ricardo (2010), which consists of 16 items. The research is descriptive correlational, for the analysis of the results was used the statistical program SPSS version 22. The results evidence that there is a negative relationship between self-esteem and academic procrastination. This indicates that when high levels of self-esteem are present, levels of academic procrastination will be low.

**Keywords:** self-esteem, academic procrastination, levels.

## INDICE

|   |           |
|---|-----------|
| Carátula  | I         |
| Dedicatoria                                     | II        |
| Agradecimiento                                  | III       |
| Resumen   | IV        |
| Abstract  | V         |
| Índice  | VI        |
| Introducción                                    | VIII      |
| <b>CAPITULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN</b>    | <b>10</b> |
| 1.1. Descripción de la realidad problemática    | 10        |
| 1.2. Formulación del problema                   | 12        |
| 1.3. Objetivos de la investigación              | 13        |
| 1.4. Justificación de la investigación          | 14        |
| 1.4.1. Importancia de la investigación          | 15        |
| 1.4.2. Viabilidad de la investigación           | 15        |
| 1.5 Limitaciones de la investigación            | 15        |
| <b>CAPITULO II: MARCO TEORICO</b>               | <b>16</b> |
| 2.1. Antecedentes de la investigación           | 16        |
| 2.2. Bases teóricas                             | 25        |
| 2.2.1. Autoestima                               | 25        |
| 2.2.1.1. Definición                             | 25        |
| 2.2.1.2. Formación de la autoestima             | 26        |
| 2.2.1.3. Bases de la autoestima                 | 27        |
| 2.2.1.4. Características de la Autoestima       | 28        |
| 2.2.1.5. Desarrollo de la Autoestima            | 29        |
| 2.2.1.6. Dimensiones de la autoestima           | 30        |
| 2.2.1.7. Grados o niveles de autoestima         | 31        |
| 2.2.1.8. Teorías de la Autoestima               | 32        |
| 2.2.2. Procrastinación académica                | 33        |
| 2.2.2.1. Definición                             | 33        |
| 2.2.2.2. Modelos teóricos                       | 34        |
| 2.2.2.3. Ciclo de la Procrastinación Académica. | 36        |
| 2.3. Definición de términos básicos             | 37        |

|   |    |
|---|----|
| <b>CAPITULO III: HIPOTESIS Y VARIABLES DE LA INVESTIGACIÓN</b>                |    |
| 3.1. Formulación de hipótesis   | 38 |
| 3.1.1. Hipótesis General  | 38 |
| 3.1.2. Hipótesis secundarias  | 38 |
| 3.2. Variables, dimensiones e indicadores y definición conceptual y operante. | 39 |

|  |    |
|--|----|
| <b>CAPITULO VI: METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION</b>                          | 40 |
| 4.1. Diseño metodológico   | 40 |
| 4.2. Diseño muestral, matriz de consistencia                                 | 40 |
| 4.2.1. Población y muestra   | 40 |
| 4.2.2. Matriz de Consistencia  | 42 |
| 4.3. Técnicas e instrumentos de recolección de dato, validez y confiabilidad | 44 |
| 4.4. Técnicas del procesamiento de la información                            | 48 |
| 4.5. Técnicas estadísticas utilizadas en el análisis de la información       | 48 |
| 4.6. Aspectos éticos contemplados  | 49 |

|  |    |
|--|----|
| <b>CAPITULO V: ANÁLISIS Y DISCUSIÓN</b>        | 50 |
| 5.1. Análisis descriptivo                      | 50 |
| 5.2. Análisis inferencial                      | 52 |
| 5.3. Comprobación de hipótesis                 | 53 |
| 5.4. Discusión, conclusiones y recomendaciones | 54 |

## **Recomendaciones**

## **ANEXOS Y APENDICES**

- 1 Datos fuentes de la investigación**
- 2 Pruebas psicológicas, cuestionarios o escalas utilizadas**
- 3 Pruebas de validez y confiabilidad de los instrumentos**
- 4 consentimiento informado**

## INTRODUCCION

En la actualidad surgen muchas dificultades académicas por la falta de confianza en sí mismo, esto conlleva a generar en el estudiante diferentes comportamientos de aplazamiento o incumplimiento de las actividades, generando así el fracaso académico.

La presente investigación hace referencia a la autoestima, dicha variable se define como un juicio personal de valía, que es expresado en las actitudes que el individuo toma hacia sí mismo y hacia los diferentes aspectos de su vida (Coopersmith 1995 citado por Steiner, 2005). Teniendo en cuenta que la clave del éxito está en cada persona, se considera que la autoestima cumple un papel muy importante en la vida, ya que mediante el desarrollo personal de sí mismo, se logra un cambio de transformación en la vida.

Para efectos de esta investigación, la procrastinación académica fue tomada como otra variable relevante en el ámbito académico, ya que se define como la tendencia a aplazar siempre o casi siempre una actividad académica, experimentando ansiedad por presentar los trabajos en la fecha. (Rothblum, Solomon y Murakami 1986, citado por Álvarez, 2010) dicha conducta procrastinadora puede tener incidencia directa con distintos aspectos de la vida académica, en relación a consecuencias negativas, tales como el bajo rendimiento académico, la desmotivación, la deserción, la ansiedad ante los exámenes, el estrés académico, la baja autoestima, entre otras. Ante la cual surge la inquietud de analizar su relación con la autoestima.

El objetivo general de esta investigación es determinar la relación entre la autoestima y la procrastinación académica en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016.



El presente estudio está organizado en cinco capítulos; en el capítulo I, se encuentra el planteamiento del problema, seguido de la delimitación de la investigación y la debida formulación de dicho problema, dentro del cual también encontramos los objetivos generales y específicos y la justificación de la investigación.

En el capítulo II, se desarrolla el marco teórico, donde encontramos investigaciones en relación a las variables utilizadas en nuestro estudio, presentándose antecedentes locales, nacionales e internaciones, seguido de las bases teóricas.

Dentro del capítulo III, se encuentra la formulación de las hipótesis generales y específicas de las variables que se han planteado en el presente estudio.

En el capítulo IV, se presenta la metodología de la investigación, determinando el tipo y diseño de investigación, población y muestra y las técnicas e instrumentos utilizados para la recopilación de datos.

Asimismo en el capítulo V, se realiza la presentación de los análisis de resultados y discusión de los resultados de la investigación; finalizando con las conclusiones y recomendaciones de dicha investigación.

Con el desarrollo de la presente investigación se pretende estimular la realización de otros estudios con la finalidad de fortalecer los conocimientos de la relación de la autoestima con la procrastinación académica, como también concientizar sobre la importancia del abordaje de estas variables en los estudiantes universitarios.

## **CAPITULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1. Descripción de la realidad problemática.**

En la actualidad se vive en una sociedad que evoluciona rápidamente, en donde las personas, especialmente los estudiantes, se enfrentan a nuevos retos para los cuales deben estar capacitados para actuar de manera organizada y no improvisada; sin embargo, existen diversos factores que dificultan esta organización, uno de ellos es la procrastinación académica, que es considerado un problema de carácter social que se encuentra presente en las sociedades desarrolladas y en vías de desarrollo, donde el tiempo es cada vez más relevante puesto que hay una exigencia de cumplir tareas en determinados momentos temporales.

La procrastinación académica es definida como la tendencia a aplazar siempre o casi siempre una actividad académica experimentando ansiedad por presentar los trabajos en la fecha. (Rothblum, Solomon y Murakami 1986, citado por Álvarez, 2010) un 80% de estudiantes tienden a postergar sus actividades y/o obligaciones, lo cual se ve reflejado en la vida académica cuando los estudiantes se expresan con frases como “la tarea se presenta en 15 días, aún tengo tiempo” o “cuando hago las cosas al último minuto, me salen mejor” o “está muy fácil lo realizo después” son estas y otras expresiones comunes en el lenguaje de los estudiantes, las que muestran una preferencia por dejar las cosas para después (Ayuso, 2009).

Por otro lado Natividad (2014) refiere que en el ámbito académico, la procrastinación supone el hábito de posponer la realización de actividades académicas consideradas importantes por el propio sujeto, de modo que le ocasiona malestar emocional, por lo que suele manifestar deseos de cambio al respecto. Constituye una conducta sumamente frecuente cuya incidencia puede calificarse de alarmante, según algunos estudios afecta a más de un 90% del alumnado universitario, aunque no siempre con carácter crónico y a la que suele atribuirse un carácter desadaptativo así como consecuencias

negativas sobre el rendimiento académico, la autoestima, la autoeficacia, la motivación y el bienestar psicológico e incluso físico de los sujetos. Hallazgos recientes permiten asociar la procrastinación académica con el mantenimiento de un estilo cognitivo negativo acerca de uno mismo y del mundo en general. Por otra parte, muchos estudios señalan que la procrastinación puede ser causa de absentismo académico e incluso relacionarse directamente con diferentes secuelas clínicas tales como la depresión, la ansiedad o el estrés.

Según, Steel (2007, citado por Urbina, 2009) comprueba que a menor edad este comportamiento puede convertirse en una plaga ya que su estudio muestra que durante los primeros años de la universidad, los alumnos presentan una mayor incidencia de conducta procrastinadora. Sin embargo se puede apreciar que en las universidades este fenómeno está presente no solo en los universitarios de los primeros ciclos, sino también en alumnos que están por culminar su carrera.

Si bien es cierto, existen pocas evidencias acerca de este tipo de conducta de procrastinación en estudiantes de secundaria y universidades peruanas, es una situación, que sin lugar a duda, se da en la mayoría de los casos y que afecta directamente a la seguridad de uno mismo, minimizando la capacidad de establecer relaciones laborales, familiares o sociales, duraderas, eficientes y consolidadas, es decir, perturbando directamente la autoestima.

Coopersmith (1995, citado por Steiner, 2005) define a la autoestima como un juicio personal de valía, que es expresado en las actitudes que el individuo toma hacia sí mismo y hacia los diferentes aspectos de su vida. Es una experiencia subjetiva que se transmite a los demás por reportes verbales o conducta manifiesta.

Existe un grupo muy particular de procrastinadores, aquellos que hacen su tarea en el último momento, buscando una excusa para explicar un posible resultado pobre, utilizando de este modo a la procrastinación como un mecanismo de defensa inconsciente para enfrentar un desafío que causa

inseguridad debido a la baja autoestima (Pychyl, 1999, citado por Urbina 2009) esto es observado con frecuencia en los estudiantes al momento de realizar sus tareas o trabajos, elaborados incluso el mismo día de presentación, igualmente, excusan una baja calificación aludiendo haber estudiado el día anterior.

Así mismo, Ferrari y Emmons (1995) mencionan que los procrastinadores tienen baja autoestima y retrasan la realización de tareas porque consideran que no tienen la capacidad para lograr el éxito, evidenciando así una posible relación entre la autoestima y la procrastinación.

Lo mencionado anteriormente y las pocas investigaciones encontradas en el nuestro país, acerca de la relación entre autoestima y procrastinación académica hacen considerable dicha investigación.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema General**

¿Cuál es la relación que existe entre la autoestima y la procrastinación académica en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016?

### **1.2.2. Problemas Específicos**

¿Cuál será el nivel de autoestima que prevalece en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016?

¿Cuál será el nivel de procrastinación académica que prevalece en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016?

¿Cuáles serán las diferencias de los niveles de la autoestima en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016 según el sexo?

¿Cuáles serán las diferencias de los niveles de la procrastinación académica en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016 según el sexo?

### **1.3. Objetivos de la investigación**

#### **1.3.1. Objetivo general.**

Determinar la relación entre la autoestima y la procrastinación académica en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016.

#### **1.3.2. Objetivos específicos.**

- Identificar los niveles de autoestima en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016.
- Identificar los niveles de procrastinación académica en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016.
- Identificar las diferencias significativas entre los niveles de la autoestima en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016 según el sexo.
- Identificar las diferencias significativas entre los niveles de la procrastinación académica en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016 según el sexo.

#### **1.4. Justificación de la investigación.**

La presente investigación tiene como finalidad determinar la relación de las variables en estudio, ya que son pocos los estudios relacionados directamente con esta problemática; además esta investigación a nivel teórico y práctico contribuirá como fuente de información para los estudiantes, psicólogos y maestros que trabajen con poblaciones similares a la del estudio, porque les permitirá conocer los niveles de autoestima y su relación con futuras conductas de procrastinación académica.

La procrastinación a pesar de ser un término nuevo es una problemática social que está presente en el contexto principalmente en los universitarios, ya que según Ayuso (2009) un 80 % de los estudiantes universitarios son procrastinadores.

Además Urbina (2009) manifiesta que los estudiantes que dejan todo para después, buscan una excusa para explicar un posible resultado pobre, empleando la procrastinación como un mecanismo ante su baja autoestima. Es por ello que se considera de suma importancia investigar la posible relación entre las variables.

Finalmente se espera que esta investigación logre incentivar la creación de programas y talleres preventivos que ayuden a disminuir los factores que intervienen en el adecuado desempeño académico y personal de los estudiantes, donde factores claves son la procrastinación académica y la autoestima.

#### **1.4.1. Importancia de la investigación.**

El presente trabajo de investigación es importante porque nos permitió investigar sobre la autoestima y su relación con la procrastinación académica en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016, considerando que en la actualidad la autoestima y la procrastinación académica son dos problemáticas que enfrentan los estudiantes universitarios tanto al inicio como al final de toda su carrera. Dicha investigación contribuye al bienestar personal y social de los estudiantes.

#### **1.4.2. Viabilidad de la investigación**

La presente investigación fue viable, ya que se contó con los recursos humanos, materiales, económicos, tiempo e información, que fueron necesarios para la ejecución óptima.

#### **1.5. Limitaciones del estudio.**

En la investigación realizada, no se presentaron limitaciones a nivel de recursos humanos, ya que no se consideró necesario la participación de colaboradores; también a nivel de recursos materiales, económicos, tiempo e información, no se presentaron complicaciones, porque se pudo solventar todas las necesidades presentadas.

## CAPITULO II: MARCO TEORICO

### 2.1. Antecedentes de la investigación.

#### Internacionales

Pardo, Perilla y Salinas (2014) estudiaron la relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes de psicología con el objetivo de describir la relación entre estas dos variables psicológicas. La muestra estuvo conformada por estudiantes de psicología de la ciudad de Bogotá-Colombia; 73 mujeres y 27 hombres, con edades comprendidas entre 18 y 37 años. En el análisis de resultados en general se encontró que las variables ansiedad-rasgo y procrastinación académica presentaban una correlación positiva, no obstante, las variables sociodemográficas con relación a la procrastinación académica no presentaron diferencias estadísticamente significativas. Este estudio establece semejanzas respecto a la correlación positiva entre las variables ansiedad y procrastinación, pero la diferencia radica en que aquí se trata de disminuir el efecto negativo de dichas variables y además no se abordan las variables sociodemográficas de la población estudiada, por tanto es diferente en el enfoque metodológico, mientras que el presente estudio es cuasi experimental este otro estudio es solo descriptivo.

Asimismo Medina y Guicha (2014) investigaron la relación entre estilos de personalidad y niveles y razones de procrastinación académica en estudiantes universitarios, la cual estuvo conformada por 243 estudiantes de ambos sexos, activos de la Facultad de Ciencias de la Salud de la jornada diurna adscritos a los Programas Académicos de Psicología, Enfermería y Medicina de la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia de primero a tercer semestre. Mediante el Inventario de Estilos de Personalidad de Millón y las Escalas de Procrastinación Académica de Tuckman y de valoración de la Procrastinación en estudiantes. Se utilizó un diseño de investigación no experimental de tipo transversal de carácter descriptivo



correlacional. Se empleó el análisis factorial el cual determinó que los estilos de personalidad explican la no procrastinación académica.

También Alba y Hernández (2013) realizaron una investigación sobre la procrastinación académica en estudiantes de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia, UNAM. La muestra estuvo conformada por 50 alumnos donde se les aplicó la “Escala de Procrastinación académica”, de 16 reactivos con escala de Liker de cinco puntos. Resultados: Del total de la muestra, el 74% correspondió al sexo femenino, el 58% tenían 19 y 21 años de edad. El 24% de los alumnos son de la Licenciatura en Enfermería y 76% de Enfermería y Obstetricia. El 38% son del 2º, 40% del 4º, 2% al 6º y 10% al 8º semestre. El 100% de los estudiantes mostraron procrastinación académica. Solo el 4% afirmó nunca cuando tiene una tarea, normalmente lo deja para el último, 8% afirmó siempre se prepara por adelantado para los exámenes. El 14% siempre cuando le asignan lecturas, las lee la noche anterior. El 8% siempre revisa las lecturas el mismo día de la clase. El 30% siempre cuando tiene problema para entender algo busca ayuda. El 36% siempre trata de completar el trabajo asignado lo más pronto posible, el 6% siempre disfruta del desafío que le significa la espera del último minuto para completar una tarea. Conclusiones: Los esfuerzos actuales para disminuir la procrastinación académica es ejercer una tutoría académica permanente de los alumnos en la UNAM y de manera especial en la ENEO, esto quizás es solo una parte de la solución del problema y amerita establecer programas que mejoren esta condición en beneficio del éxito académico y profesional.

Además Meléndez (2011) investigó la “Relación entre autoestima y desempeño laboral en un grupo de mensajeros de una empresa dedicada a repartir correspondencia, ubicada en la Ciudad de Guatemala”, se administró a una muestra constituida por 164 mensajeros. Esta investigación se llevó a cabo a través de un cuestionario, que García define como un sistema de preguntas racionales Descriptiva- Correlacional. En el estudio se acepta la hipótesis nula que indica que no existe correlación estadísticamente significativa al nivel del 0.05 entre auto respeto y desempeño laboral. Se

rechaza la hipótesis nula que indica que no existe correlación estadísticamente significativa al nivel del 0.05 entre auto aceptación y desempeño laboral. Finalmente se estableció que la autoestima se correlaciona positivamente con la edad de los trabajadores.

## **Nacionales**

Medina y Tejada (2015) realizaron una investigación sobre la autoestima y procrastinación académica en jóvenes universitarios. La investigación se realizó en la ciudad de Arequipa, en la Universidad Católica de Santa María (UCSM), con una muestra de 407 estudiantes matriculados de ambos sexos en iguales proporciones, entre las edades de 17 y 26 años. Los instrumentos utilizados fueron el inventario de autoestima de Coopersmith y la escala académica de procrastinación de Busko. Los resultados indican que existe una correlación inversa significativa entre las 2 variables; lo cual nos lleva a poder afirmar que a mayores niveles de autoestima se presentan menores niveles de procrastinación académica, y que a menores niveles de autoestima se presentan mayores niveles de procrastinación académica. Sosteniendo así la hipótesis planteada por el presente estudio.

Del mismo modo Condori y Mamani (2015) realizaron una investigación sobre la adicción a Facebook y Procrastinación Académica en estudiantes de la Facultad de Ingeniería y Arquitectura de la Universidad Peruana Unión, Filial Juliaca. La muestra estuvo conformada por 218 estudiantes de ambos sexos pertenecientes a dicha facultad, conformado por cuatro Escuelas Profesionales (Ingeniería Civil, Ingeniería Ambiental, Ingeniería de Sistemas e Ingeniería de Industrias Alimentarias). Se utilizó el Cuestionario de Uso de Facebook, compuesto por una dimensión (Influencia y dependencia del Facebook), que consta de 20 ítems a los que se responde en una escala Likert de 5 opciones; a su vez se utilizó la Escala de Procrastinación Académica (EPA), que consta de 16 ítems, distribuidos en dos dimensiones (autorregulación académica y postergación de actividades). Los resultados evidencian que existe una relación directa en lo que respecta a adicción a

Facebook y procrastinación académica; así mismo existe una relación indirecta con la dimensión de autorregulación académica y correlación directa con la dimensión de postergación de actividades. Con respecto al nivel de Procrastinación Académica, se aprecia que el 45.4% de los estudiantes presentan un nivel promedio, el 33.9% presenta un nivel alto, indicando que los estudiantes no presentan conductas autorreguladoras y de responsabilidad académica; el 10.1% y 1.8% de los estudiantes presentan un nivel bajo y muy bajo respectivamente, indicando que este grupo de estudiantes poseen la capacidad de autorregulación y responsabilidad académica; así mismo el 8.7% de los estudiantes presentan un nivel muy alto de procrastinación académica.

Asimismo Palomino (2015) realizó una investigación sobre la procrastinación académica y ansiedad frente a las evaluaciones en estudiantes universitarios. La cual estuvo conformada por 130 estudiantes de una universidad privada de Lima, 68 de Ingeniería y 62 de Comunicaciones. Se utilizó la Escala de Procrastinación Académica de Solomon & Rothblum (1984) y la escala de Reacción ante las Evaluaciones de Sarason (1984), ambas traducidas para este estudio. A través de un análisis factorial se identificaron los principales factores para cada escala, encontrándose tres que explican las razones para procrastinar: creencias sobre falta de recursos, reacción negativa ante expectativas o exigencias propias o del entorno y falta de energía para iniciar la tarea; y tres sobre las reacciones ante las evaluaciones: pensamientos negativos antes y durante las evaluaciones, pensamientos irrelevantes y distractores, y síntomas fisiológicos de malestar. Los resultados confirmaron la correlación entre las razones para procrastinar y los factores de las reacciones ante las evaluaciones, en especial, con los pensamientos negativos. Además, las mujeres obtuvieron promedios más altos en el factor de síntomas fisiológicos de malestar; en contraste, los hombres obtuvieron mayor puntaje en la procrastinación de ciertas actividades académicas. No se encontró diferencia significativa en el puntaje global de razones de procrastinación según facultad de estudios. Sin embargo, los alumnos de Ingeniería percibieron en mayor grado la postergación de la tarea

como un problema y reportaron una mayor procrastinación al realizar tareas de tipo académico-administrativas.

También Gonzales y Guevara (2015) realizaron una investigación sobre los niveles de autoestima existentes en estudiantes del primer año de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. La muestra estuvo constituida por 100 estudiantes de ambos sexos, a quienes se aplicó el Test de Autoestima. Los resultados de esta prueba fueron analizados a través del paquete de análisis estadístico para la investigación en Ciencias Sociales SPSS (versión 22). Mediante el estadístico Cuartiles, además del alfa de Cronbach con el cual se conoció la confiabilidad. Entre los resultados se halló un alto índice de nivel medio de Autoestima, se encontraron niveles altos de la dimensión física-personal, dentro de la población, los índices de la dimensión social arrojaron un porcentaje relevante, por el contrario la Autoestima Familiar arrojó altos porcentajes en un nivel bajo.

En otro estudio Alegre (2013) investigó la relación entre la autoeficacia y procrastinación académica en los estudiantes de pregrado pertenecientes a universidades tanto públicas como privadas de Lima metropolitana. La cual estuvo conformada por 348 alumnos universitarios de las carreras de ciencias, humanidades e ingeniería, siendo el 50.6% de sexo masculino y el 49.4% femenino, y de acuerdo con el tipo de gestión, el 70.1% pertenece a universidades particulares, mientras que el 29.9% a universidades estatales. Se evaluó la muestra con la Escala de Autoeficacia y la Escala de Procrastinación Académica de Busko (1998) adaptada al Perú por Álvarez (2001), las cuales evidenciaron tener propiedades psicométricas de confiabilidad, según el método de consistencia interna, y validez de constructo, mediante el análisis factorial exploratorio. Se aceptó la hipótesis formulada debido a que el coeficiente de correlación obtenido entre ambas variables de estudio fue negativo (-.235) y significativo ( $p < .000$ ) pero bajo.

Asimismo Alcántara (2013) realizó un estudio con el objetivo de encontrar la relación entre la autoestima y el rendimiento académico de los estudiantes de la E.B.C Tecnológica de la facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. Cuyo objetivo fue determinar de qué manera se relaciona la autoestima y el rendimiento académico en los estudiantes de la facultad de educación de la universidad nacional José Faustino Sánchez Carrión. Para ello se trabajó con el total de la población que aparecen matriculados que son 50 estudiantes de ambos sexos. El estudio es de tipo correlacional en vista que tuvo como propósito medir el grado de relación entre la autoestima y el rendimiento académico de los estudiantes. El diseño de investigación utilizado fue el de no experimental, ya que no existe manipulación activa de alguna variable, además, de un diseño transversal (en el tiempo). Para la medición de la variable de autoestima se utilizó la técnica de la encuesta, utilizando para ello como instrumento un cuestionario dirigido a los estudiantes, integrado por 20 ítems que permitió medir la variable, en tanto que para el rendimiento académico se utilizó los promedios ponderados, según lo proporcionado por la oficina de registros académicos de la Universidad. Para los análisis de datos que permitió tener resultados acerca de que si existe relación o no entre la autoestima y el rendimiento académico, para la determinación de la prueba de hipótesis, se sigue el criterio más aceptado por la comunidad científica, empleando un nivel de significancia del 5% (0.05) y un nivel de confianza del 95% se utilizó la prueba de independencia del Chi cuadrado, después de la aplicación de la prueba de hipótesis se obtuvo las siguientes conclusiones, con respecto a la autoestima, el 60% de ellos tienen una baja autoestima, con respecto al rendimiento académico, más de la mitad presenta un rendimiento regular o menos, lo que refleja la influencia de la baja autoestima de los estudiantes. Habiéndose encontrado un valor de  $p = 0,000$  y siendo este menor a 0,05; existe una dependencia, además de una asociación fuerte y directa entre las variables autoestima y el rendimiento académico de los estudiantes de la E.B.C tecnológica de la facultad de educación de la universidad nacional José Faustino Sánchez Carrión.

Además Carranza y Ramírez (2013) investigaron sobre la procrastinación y características demográficas asociadas en estudiantes universitarios con un diseño no experimental de tipo descriptivo, con el objetivo de determinar el nivel de procrastinación en los estudiantes universitarios de la Universidad Peruana Unión sede Tarapoto, en Perú, en una muestra de 302 sujetos, ambos sexos entre 16 y 25 años. Se utilizó el Cuestionario de la Procrastinación creado por Ramírez, Tello y Vásquez (2013). Los resultados evidenciaron que 33.7% de los estudiantes pertenece al género femenino; un 44% de estudiantes universitarios se ubican entre las edades de 16 y 20 años de edad. Con lo que respecta a los niveles de procrastinación académica, se observa que los estudiantes universitarios del género femenino son quienes presentan mayores niveles de procrastinación (19.2%) respectivamente y son los estudiantes de la Facultad de Ingeniería y Arquitectura quienes presentan un nivel alto de procrastinación (15.9%).

También Acuña (2013) investigó la relación existente entre la autoestima y el rendimiento académico de los estudiantes del X ciclo 2012 - II de la Escuela Académica Profesional de Educación Primaria y Problemas de Aprendizaje de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión del distrito de Huacho. La cual estuvo conformada por 24 estudiantes, cuyas edades oscilan entre los 22 a 25 años y son del sexo femenino y masculino. Se utilizó el Test de Autoestima de Coopersmith y para el rendimiento académico se tuvo el acceso de las actas de la Oficina de Registros y Asuntos Académicos de la facultad de educación, con el fin de evaluar las 8 asignaturas (formación profesional básica y especializada) que cursan los estudiantes de la mencionada escuela profesional. Ante la cual se elaboró la categorización del nivel del rendimiento académico estudiante universitario (según DCN de educación básica regular 2010) determinando la escala de calificación la cual estuvo clasificada por rango de notas y condición. Mediante los resultados se determinó que de 24 estudiantes que representa el 100% de la población evaluada, según el Test de autoestima de Coopersmith, 1 que representa el 4% presenta un Nivel de Autoestima alta, 16 que representa el 67% presentan un Nivel de Autoestima media y 7 que representa el 29%

presentan un Nivel de Autoestima baja. Por lo tanto el 71% se encuentran en un rango positivo y el 29% se encuentran en un rango negativo. Asimismo de 24 estudiantes que representan el 100% de la población evaluada, 2 que representa el 8% tienen un Nivel académico excelente, 16 que representa el 67% tienen un Nivel académico bueno y 6 que representa el 25% tienen un Nivel académico aceptable, no encontrándose en ninguno de los evaluados un Nivel académico deficiente. Por lo que el 75% se encuentran en el rango positivo y solo el 25% se encuentran en un rango negativo.

Asimismo Chan (2011) realizó una investigación sobre la procrastinación académica como predictor en el rendimiento académico en jóvenes de educación superior. La muestra estuvo conformada por 200 estudiantes de ambos sexos de educación superior de Lima; se aplicó una encuesta para la identificación de características de los participantes como también la Escala de Procrastinación Académica (Busko, 1998 y Álvarez, 2010 – Adaptado en Lima). Se empleó un diseño descriptivo y correlacional para identificar relaciones y comparaciones, según rol genérico y rendimiento académico alto y bajo en sus estudios respectivos. Además, para una mayor apreciación especial se realizó un análisis de ítems. Los hallazgos obtenidos nos permiten identificar y discutir las diferentes situaciones que se asocian a la procrastinación en los estudiantes de educación superior y su posible repercusión en su rendimiento académico. Los resultados nos permitirán presentar alternativas para la orientación y tutoría universitaria y que ello pueda incidir en la intervención psicoeducativa que se ejerce frente a los problemas de rendimiento académico de los jóvenes en el ámbito socio-educativo.

Finalmente López (2010) investigó la relación entre los hábitos de estudio, la autoestima y el rendimiento académico en los estudiantes de 3er y 4to ciclo de la escuela profesional de medicina veterinaria de la Universidad Alas Peruanas con sede en el distrito de Pachacamac, provincia de Lima. La muestra estuvo conformada por 67 estudiantes de ambos sexos que oscilan

entre los 18 a 35 años de edad. Para la recopilación de datos se aplicaron dos instrumentos: un cuestionario para conocer los hábitos de estudio y el otro cuestionario para conocer la autoestima; para determinar el rendimiento académico se utilizó las actas donde constan los promedios ponderados. Los resultados demuestran la existencia de una relación directa entre hábitos de estudio y rendimiento académico. Así como entre autoestima y rendimiento académico. El grado de correlación entre las variables hábitos de estudio y rendimiento académico es moderado, 0.505 a un nivel de significancia bilateral de 0.01, es decir a una confianza del 99% y el grado de correlación entre las variables autoestima y rendimiento académico es alto, 0.688 a igual nivel de significancia.

## **Locales**

Barreto (2015) investigó la relajación en estados de ansiedad y procrastinación en ingresantes a la facultad de ciencias sociales de la Universidad Nacional de Tumbes 2015, La muestra estuvo conformada por un total de 179 estudiantes ingresantes a las escuelas de Psicología 52, Educación 23, Hotelería y Turismo 60 y Ciencias de la comunicación 44 respectivamente. En donde se dividió en grupo experimental y grupo control respectivamente, los mismos que fueron evaluados mediante una escala de ansiedad-rasgo de C.D.Spielberger y R. Díaz-Guerrero (1975) y escala de procrastinación académica de Busko (1998) antes y después de la aplicación de un programa de relajación para evaluar su efectos. El registro de los eventos se hizo aplicando un programa durante diez sesiones, luego de las cuales se valoraron los cambios obtenidos por los participantes en las variables de estudio. En los resultados se comprobó que las mediciones variaron notoriamente entre el grupo control y el grupo experimental así como también en las mediciones antes y después. Se concluyó que el programa de relajación aplicado a estudiantes surte efectos positivos y logró disminuir significativamente los estados de ansiedad y procrastinación.



## **2.2 Bases teóricas**

### **2.2.1 Autoestima.**

#### **2.2.1.1. Definición.**

Stanley Coopersmith (1995) señala que la autoestima no sólo es la valía personal que tenemos sobre nosotros mismos, sino que además es el conjunto de actitudes positivas que tenemos hacia nosotros mismos. Estas actitudes se manifiestan en las habilidades, destrezas y capacidad que tenemos de enfrentar retos y problemas que la vida nos presenta. Es muy importante tener en cuenta que la autoestima no es innata, sino que se adquiere a medida en que la persona se relacione con otros individuos.

Según Güell y Muñoz (2000) la persona tiene la capacidad de establecer su propia identidad y atribuirse un valor y a esa valoración se le llama autoestima. Señala que “Si conseguimos mantener un buen nivel de autoestima resistiremos las críticas, nos abriremos mejor a los demás, aprenderemos a pedir ayuda y en general, nos resultará mucho más gratificante vivir, lo que contribuirá también a prevenir cualquier proceso depresivo”.

Según Branden (2004) la autoestima está configurada por factores tanto internos como externos. Entiendo por factores internos, los factores que radican o son creados por el individuo-ideas, creencias, prácticas o conductas. Entiendo por factores externos los factores del entorno: los mensajes transmitidos verbal o no verbalmente, o las experiencias suscitadas por los padres, los educadores, las personas significativas para nosotros, las organizaciones y la cultura.

Asimismo Alcántara (1993) indica que la autoestima es el conjunto de creencias y valores que el sujeto tiene acerca de quién es, de sus capacidades, habilidades y potencialidades. La autoestima se desarrolla a lo

largo de la vida a medida que se va formando una imagen de sí mismo, imagen que lleva en el interior, que es reflejada por las experiencias que tiene con otras personas.

#### **2.2.1.2. Formación de la autoestima.**

Los siguientes autores hacen referencia a la formación de la autoestima:

Wilber (1995) refiere que el concepto del yo y de la autoestima, se desarrollan gradualmente durante toda la vida, empezando en la infancia y pasando por diversas etapas de progresiva complejidad. Cada etapa aporta impresiones, sentimientos, e incluso, complicados razonamientos sobre el Yo. El resultado es un sentimiento generalizado de valía o de incapacidad.

Por su parte Coopersmith (1996 citado por Steiner, 2005) señala que el proceso de formación de la autoestima se inicia a los seis meses del nacimiento, cuando el individuo comienza a distinguir su cuerpo como un todo absoluto diferente del ambiente que lo rodea. En este momento se comienza a elaborar el concepto de objeto, iniciando su concepto de sí mismo, a través de las experiencias y exploraciones de su cuerpo, del ambiente que le rodea y de las personas que están cerca de él; las experiencias continúan, y en este proceso de aprendizaje, el individuo consolida su propio concepto, distingue su nombre de los restantes y reacciona ante él. Entre los tres y cinco años, el individuo se torna egocéntrico, puesto que piensa que el mundo gira en torno a él y sus necesidades, lo que implica el desarrollo del concepto de posesión, relacionado con la autoestima. Durante este período, las experiencias provistas por los padres y la forma de ejercer su autoridad, así como la manera como establecen las relaciones de independencia son esenciales para que el individuo adquiera las habilidades de interrelacionarse contribuyendo en la formación de la autoestima, por lo cual, los padres deberán ofrecer al individuo vivencias gratificantes que contribuyan con su ajuste personal y social para lograr beneficios a nivel de la autoestima.

### **2.2.1.3. Bases de la autoestima.**

Coopersmith (1996 citado por Gómez 2004) al enfocar la autoestima refiere que la misma se apoya en tres (3) bases esenciales:

#### **1. Aceptación total, incondicional y permanente:**

El niño es una persona única e irrepetible. Él tiene cualidades y defectos, pero tenemos que estar convencidos de que lo más importante es que capte el afán de superación y la ilusión de cubrir pequeños objetivos de mejora personal. Las cualidades son agradables de descubrir, los defectos pueden hacer perder la paz a muchos padres, pero se pueden llegar a corregir con paciencia, porque el adulto acepta totalmente la forma de ser del hijo, incondicionalmente y por siempre. La serenidad y la estabilidad son consecuencia de la aceptación y esto quiere decir, actuar independientemente de nuestro estado de ánimo. También en circunstancias de más dificultades, como serían las de tener hijos discapacitados tendremos que crear la aceptación plena no sólo de los padres sino también de los hermanos y familiares, con la convicción de que repercutirán todos los esfuerzos en bien de la familia.

#### **2. Amor:**

Ser testigo de amor constante y realista será la mejor ayuda para que los niños logren una personalidad madura y estén motivados para rectificar cuando se equivoquen. Al amar siempre se deberá corregir la cosa mal hecha, ya que al avisar se da la posibilidad de rectificar y, en todo caso, siempre se debe censurar lo que está mal hecho, nunca la persona.

#### **3. Valoración:**

Elogiar el esfuerzo de nuestro hijo, siempre es más motivador para él, que hacerle constantemente recriminaciones. Ciertamente que a veces, ante las desobediencias o las malas respuestas, se pueden perder las formas, pero los mayores deben tener la voluntad de animar aunque estén cansados o preocupados; por esto, en caso de perder el control, lo mejor es observar,

pensar y cuando se esté más tranquilo decir, por ejemplo: “esto está bien, pero puedes hacerlo mejor”. Durante el tiempo que se está con los hijos siempre se tiene ocasiones para valorar su esfuerzo, no pedirle más de lo que puede hacer y ayudarlo a mejorar viendo la vida con un sentido deportivo.

McKay y Fanning (1999), señalan que las bases de la autoestima se encuentran en la educación recibida en la infancia. Existe actualmente suficiente evidencia acerca de la importancia de su desarrollo en el contexto escolar y de su impacto en el rendimiento escolar de los alumnos.

#### **2.2.1.4. Características de la Autoestima.**

Coopersmith (1996, citado por Mescua, 2010) afirma que existen diversas características de la autoestima, entre las cuales incluye que es relativamente estable en el tiempo. Esta característica indica que la autoestima es susceptible de variar, pero esta variación no es fácil, dado que la misma es el resultado de la experiencia, por lo cual sólo otras experiencias pueden lograr cambiar la autoestima. Por otra parte el autor explica que la autoestima puede variar de acuerdo al sexo, la edad y otras condiciones que definen el rol sexual.

La segunda característica de la autoestima propuesta por Coopersmith (1996, citado por Mescua, 2010), es su individualidad. Dado que la autoestima está vinculada a factores subjetivos, este es el resultante de las experiencias individuales de cada individuo, el cual es diferente a otros en toda su magnitud y expresión. Este autor agrega que otra característica de la autoestima es que no es requisito indispensable que el individuo tenga consciencia de sus actitudes hacia sí mismo, pues igualmente las expresará a través de su voz, postura o gestos y en definitiva, al sugerirle que aporte información sobre sí mismo, tenderá a evaluarse considerando las apreciaciones que tiene elaboradas sobre su persona.

Barroso (2000) afirma que la autoestima incluye unas características esenciales entre las cuales se encuentran que el grado en el cual el individuo cultiva la vida interior, se supera más allá de las limitaciones, valora al individuo y a los que le rodean, posee sentido del humor, está consciente de sus destrezas y limitaciones, posee consciencia ecológica, utiliza su propia información, posee sentido ético, establece límites y reglas, asume sus errores y maneja efectivamente sus sentimientos.

#### **2.2.1.5. Desarrollo de la autoestima.**

Según Coopersmith (1996, citado por García 2003) el desarrollo de la autoestima va pasando por ciertos pasos a los que se le conoce como “Escalera de la Autoestima”, esta escalera menciona todos los pasos a seguir para que se forme la autoestima así tenemos:

- **Autoconocimiento:** Es conocer las partes que componen el yo. Cuáles son sus manifestaciones, necesidades y habilidades: los papeles que vive el individuo y a través de los cuales es. Conocer por qué y cómo actúa y siente.
- **Autoconcepto:** Es una serie de creencias que se tiene acerca de sí mismo, que se manifiesta en la conducta. Si alguien se cree tonto, actuará como tal; si se cree inteligente o apto, actuará de la misma manera.
- **Autoevaluación:** Es la capacidad interna de evaluar las cosas como buenas, si lo son para el individuo; le satisfacen, son interesantes, enriquecedoras, le hacen sentir bien, y si le permiten creer y aprender. Y considerarlas como malas, si lo son para la persona, no lo satisfacen, carecen de interés, le hace daño y no le permiten crecer.
- **Autoaceptación:** Es admitir y reconocer todas las partes de sí mismo como la forma de ser y sentir, ya que sólo a través de la aceptación se puede transformar lo que es susceptible de ello.

- **Autorespeto:** Es atender y satisfacer mis necesidades y valores. Es expresar y manejar en forma conveniente sentimientos y emociones.

#### **2.2.1.6. Dimensiones de la autoestima.**

Según Coopersmith (1996) menciona las siguientes dimensiones de la autoestima:

- a) Sí mismo:** Indica la valoración de sí mismo y mayores aspiraciones, estabilidad, confianza, buenas habilidades y atributos personales. Poseen consideración de sí mismo en comparación a otros, y deseos de mejorar. Se refiere al hecho de sentirse atractivo físicamente, en ambos sexos, incluye también en los chicos el sentirse fuerte y capaz de defenderse y en las chicas el sentirse armoniosas y coordinadas.
- b) Social:** se refiere a las dotes y habilidades en las relaciones con los amigos y colaboradores, así como relaciones con extraños en diferentes marcos sociales. Incluye el sentimiento de sentirse aceptado o rechazado por los demás y el sentimiento de pertenencia, es decir, el sentirse parte de un grupo. También se relaciona con el hecho de sentirse capaz de enfrentar con éxito diferentes situaciones sociales; por ejemplo, ser capaz de tomar la iniciativa, ser capaz de relacionarse con personas del sexo opuesto y solucionar conflictos interpersonales con facilidad. Finalmente, también incluye el sentido de solidaridad.
- c) Hogar:** Revela las buenas cualidades y habilidades en las relaciones íntimas con la familia, la independencia y consideración, compartir ciertas pautas de valores y sistemas de aspiraciones y la concepción acerca de lo que está bien o mal dentro del marco familiar.

### 2.2.1.7. Grados o niveles de autoestima

Coopersmith (1996, citado por Mescua, 2010) afirma que la autoestima puede presentarse en tres niveles: alta, media o baja.

- **Las personas con autoestima alta:** Son personas que viven, comparten e invitan a la integridad, honestidad, responsabilidad, comprensión y amor; sienten que son importantes, tienen confianza en su propia competencia y la de los demás, tienen fe en sus propias decisiones y en que ella misma significa su mejor recurso. Al apreciar debidamente su propio valor está dispuesto a aquilatar y respetar el valor de los demás, por ello solicita ayuda, irradia confianza y esperanza y se acepta a si misma totalmente como ser humano.
  
- **Las personas con autoestima media:** son personas que se caracterizan por presentar similitud con las que presentan alta autoestima, pero la evidencian en menor magnitud, y en otros casos, muestran conductas inadecuadas que reflejan dificultades en el autoconcepto. Sus conductas pueden ser positivas, tales como mostrarse optimista y capaces de aceptar críticas, sin embargo, presentan tendencia a sentirse inseguros en las estimaciones de su valía personal y pueden depender de la aceptación social.
  
- **Las personas con un nivel de autoestima bajo:** son aquellos individuos que muestran desánimo, depresión, aislamiento, se sienten poco atractivos, así como incapaces de expresarse y defenderse pues sienten temor de provocar el enfado de los demás. Estos individuos se consideran débiles para vencer sus deficiencias, permanecen aislados ante un grupo social determinado, son sensibles a la crítica, se encuentran preocupados por problemas internos, presentan dificultades para establecer relaciones amistosas, no están seguros de sus ideas, dudan de sus habilidades y consideran que los trabajos e ideas de los demás son mejores que las suyas.

Es importante indicar que el autor afirma que estos niveles de autoestima pueden ser susceptibles de variación, si se abordan los rasgos afectivos, las conductas anticipatorias y las características motivaciones de los individuos.

#### **2.2.1.8. Teorías de la Autoestima.**

Coopersmith (1996) en su teoría de sí mismo, refiere que cuando el individuo se da cuenta que es una identidad separada, existiendo totalmente a parte de su medio ambiente se origina el establecimiento de sí mismo. El establecimiento de sí mismo da origen a la formulación del concepto de sí mismo. Este concepto está determinado por las interacciones sociales y las experiencias de éste. A través de las relaciones con sus familias y coetáneos, el individuo aprende lo que puede o no hacer. Estas relaciones proporcionan una idea de cómo el individuo tiende a percibirse a sí mismo. Una vez que el individuo ha establecido el concepto de sí mismo, a través de las experiencias del proceso o abstracción estará listo para determinar si está o no satisfecho con lo que ve de sí mismo.

Dyer (1976, citado por Branden 2004) hace mención a la teoría de la autoestima intrínseca como complemento de la percepción que tiene el ser humano de sí mismo a nivel social, invitando no sólo a valorarse desde el aspecto externo o social; sino que encuentre también un valor en sí mismo, por la potencialidades que posee, en base a su autoconocimiento, poniéndolo en contacto con las fortalezas y debilidades, y no le haga caer en una sobre generalización sino en el hecho de apreciarse como un todo, con su lado positivo y negativo de manera integral conllevándolo a que se valore por estar vivo y ser un ser único.

Rosenberg (1965 citado en Vargas 2007) plantea una Teoría de la autoestima desde una perspectiva social; donde considera que el hombre por ser un ser social va a verse influido por la cultura y por la forma en que los demás seres humanos le demuestran su opinión y su percepción, indicándonos la relevancia de la autoestima en un aspecto externo y social.



## **2.2.2. Procrastinación académica.**

### **2.2.2.1. Definición.**

La procrastinación es la falta o ausencia de autorregulación en el desempeño y una tendencia en el comportamiento a posponer lo que es necesario para alcanzar un objetivo. Sin embargo, cabe resaltar que la postergación no conlleva necesariamente al incumplimiento de la tarea o del alcance de la meta, sino que esta tiende a lograrse bajo condiciones de elevado estrés (Chun y Choi, 2005).

Según Ferrari, Johnson y McCown (1995) la procrastinación académica, es un fenómeno que constituye un patrón cognitivo y conductual relacionado con la intención de hacer una tarea y con una falta de diligencia para iniciarla, desarrollarla y culminarla, y dicho proceso estaría acompañado por la experimentación de ansiedad, inquietud o abatimiento.

Para Steel (2007) la procrastinación se expresa como el retraso intencional en un curso de acción previsto a pesar de la conciencia de los resultados negativo y usualmente, su consecuente desempeño insatisfactorio. La creencia subyacente en la conducta de procrastinación es que “después es mejor”. Por eso se le cataloga como el síndrome “para mañana”, siendo dos las principales razones para su presencia: el miedo a fallar y la evaluación de la tarea como aversiva.

Ackerman y Gross (2007, citados por Alegre, 2014) plantean que la procrastinación académica es una conducta dinámica porque cambia a través del tiempo y está condicionada a variables propiamente educativas, como el contenido a aprender, las estrategias didácticas del docente y los medios y materiales empleados en la instrucción. Si se posterga el desarrollo y la culminación de la tarea por la valoración negativa de los condicionantes educativos anteriormente mencionados, se procrastina y el tiempo del que se

dispone (producto del aplazamiento) es dedicado a actividades distractoras o a situaciones que impliquen sensaciones positivas.

Hsin y Nam (2005, citados por Alegre, 2013) distinguen 2 tipos de procrastinadores pasivos de los activos (o positivos):

- Los pasivos o tradicionales no tienen intención de posponer las cosas, pero a menudo terminan haciéndolo paralizados por su indecisión para actuar y culminar las actividades, metas o tareas en el tiempo establecido.
- Los activos, en cambio, se benefician del aplazamiento pues lo requieren para experimentar la presión del tiempo y terminar con éxito lo que se propusieron.

#### **2.2.2.2. Modelos teóricos.**

La procrastinación académica es un constructo multidimensional, ya que presenta componentes cognitivos, conductuales y afectivos. Varias investigaciones han encontrado que la procrastinación está fuertemente asociada con la impuntualidad en la entrega de deberes y con la dificultad para seguir instrucciones (Haycock, McCarthy & Skay, 1998).

##### **a) Modelo Psicodinámico.**

Las primeras teorías sobre la procrastinación provienen de la tradición Psicodinámica la cual subraya el papel de las experiencias infantiles como factor decisivo de la personalidad adulta, la influencia de los procesos mentales inconscientes sobre el comportamiento y el conflicto interno como raíz subyacente de la mayoría de conductas (Matlin 2007, citado por Condori y Mamani 2015).

## **b) Modelo Motivacional.**

Otro modelo, es el Motivacional, que plantea que la motivación de logro es un rasgo invariable, donde la persona invierte una serie de conductas que se encuentran orientados a alcanzar el éxito en cualquier circunstancia que se presente; por lo cual un individuo puede elegir dos posiciones: la esperanza de alcanzar el éxito o el miedo al fracaso; el primero hace referencia al logro motivacional y el segundo a la motivación para evitar una situación que la persona valora como negativa. Cuando el miedo al fracaso supera la esperanza de éxito las personas prefieren elegir actividades en las cuales perciban que el éxito está garantizado postergando así aquellas actividades que consideren complejas y en las cuales puedan pronosticar fracaso (Ferrari, Johnson y McCown 1991).

## **C) El Modelo Conductual.**

El modelo conductual de Skinner, refiere que una conducta se mantiene cuando es reforzada, es decir, las conductas persisten por sus consecuencias, afirma que las personas procrastinan porque sus conductas de postergación han sido retroalimentadas por el ambiente. (Skinner 1977, citado por Álvarez 2010).

## **D) Modelo Cognitivo.**

El modelo cognitivo de Wolters, plantea que la procrastinación implica un procesamiento de información disfuncional que involucra esquemas desadaptativos relacionados con la incapacidad y el miedo a la exclusión social y que los procrastinadores generalmente reflexionan acerca de su comportamiento de aplazamiento experimentando formas de pensamiento obsesivo cuando no puede realizar una actividad o se acerca el momento de presentar una tarea reforzando su pensamientos de baja autoeficacia (Wolters, 2003 citado por Carranza y Ramírez 2013).

### 2.2.2.3. Ciclo de la Procrastinación Académica.

El ciclo puede durar desde horas hasta años, dependiendo de qué es lo que se está procrastinando. García A. (2015).

- **Paso Nº 1:** “Esta vez empezaré con tiempo”

Cuando empieza a decidir realizar una determinada acción, se tiene la esperanza de que esta vez sea diferente. Pero el tiempo va pasando.

- **Paso Nº 2:** “Tengo que empezar pronto”

La posibilidad de empezar con el tiempo adecuado ha pasado, se empieza a sentir cierta ansiedad y se empieza a percibir la necesidad de empezar a dar algún tipo de paso inicial pronto. Todavía queda tiempo, así que se sigue guardando la esperanza.

- **Paso Nº 3:** “¿Qué pasa si no empiezo?”

La ansiedad aumenta, el pensamiento catastrófico suele dominar esta fase, por lo que a menudo se ve el futuro como un absoluto fracaso porque invade el miedo de que jamás serán capaces de empezar lo que se ha planteado.

- **Paso Nº 4:** “Todavía tengo tiempo”

A pesar de todo lo ocurrido hasta el punto en el que se encuentra, se sigue albergando la expectativa totalmente irracional, que en algún momento se iniciara la tarea y todo acabará bien.

- **Paso Nº 5:** “A mí me sucede algo”

Cuando absolutamente todo ha fallado hasta ahora, es cuando se empieza a pensar que a lo mejor el problema es la misma persona. Es en este paso donde el autoconcepto sufre todavía más y nos desesperamos.

- **Paso Nº 6:** La decisión final: Hacer o no hacer

En este punto, se llega a tomar una decisión crucial. Donde se generan dos opciones. Se realiza la tarea a última hora por desesperación al tiempo o se acepta el fracaso y se rinde.

- **Paso Nº 7:** “¡Nunca volveré a procrastinar!”

El malestar generado por este ciclo de la procrastinación es tan intenso en el que se decide no volver a entrar en él jamás. Se hace todo tipo de promesas y pactos consigo mismo que luego no se cumple. Y, poco a poco, este ciclo consume todas las esperanzas de que, algún día, se llegara a salir de él.

### **2.3. Definición de términos básicos**

**Autoestima:** Es la evaluación que tiene el individuo con respecto a si mismo, es un juicio personal de dignidad que se expresa en las actitudes, (Coopersmith, 1995)

**Procrastinación:** se define como un patrón de comportamiento que se caracteriza por que la persona aplaza, difiere o posterga ciertas actividades, ocupacionales, tareas y situacionales que deben ser atendidas en un determinado momento (Ferrari y Emmons 1995, citado por Carranza, 2013)

**Procrastinación Académica:** Es la tendencia a aplazar siempre o casi siempre una actividad académica experimentando ansiedad por presentar los trabajos en la fecha. (Rothblum, Solomon y Murakami, 1986, citado por Álvarez, 2010).

**Autorregulación Académica:** Es un proceso activo y constructivo mediante el cual los aprendices fijan metas para su aprendizaje e intentan monitorear, regular su cognición, motivación y conducta, guiados y restringidos por sus metas y las características contextuales de su ambiente. (Pintrich, 2000, citado por Valdés 2012).

## **CAPITULO III: HIPOTESIS Y VARIABLES DE LA INVESTIGACION**

### **3.1. Formulación de las Hipótesis de la investigación.**

#### **3.1.1. Hipótesis principal.**

**H1.** Existe relación significativa entre la autoestima y la procrastinación académica en los estudiantes del I al III año, de la Escuela Profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – filial Tumbes 2016.

#### **3.1.2. Hipótesis secundarias.**

**H1.** Existe diferencias significativas entre los niveles de autoestima en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016.

**H2.** Existe diferencias significativas entre los niveles de procrastinación académica en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016.

**H3.** Existe diferencias significativas entre los niveles de autoestima en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016 según el sexo.

**H4.** Existe diferencias significativas entre los niveles de procrastinación académica en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016 según el sexo.

### 3.2. Variables, dimensiones e Indicadores y definición conceptual y operacional.

| Nombre de la variable            | Definición Conceptual   | Definición operacional  | Dimensiones                 | Indicadores   |
|----------------------------------|---|---|-----------------------------|---|
| <b>Autoestima</b>                | Es un juicio personal de valía, que es expresado en las actitudes que el individuo toma hacia sí mismo. Es una experiencia subjetiva que se transmite a los demás por reportes verbales o conducta manifiesta.<br>(Coopersmith, 1995) | Es un juicio personal de dignidad que se expresa en la forma de pensar, amar, estudiar, sociabilizarse, trabajar y comportarse. | Área si mismo               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Autorespeto.</li> <li>- Autoconfianza</li> <li>- Autoaceptación.</li> <li>- Autoconcepto</li> </ul>                    |
|                                  |   |   | Área social                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sentimiento de aceptación en un grupo.</li> <li>- Sentimiento de pertenencia.</li> <li>- Adaptación social.</li> </ul> |
|                                  |   |   | Área familiar               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cualidades y habilidades en las relaciones íntimas con la familia.</li> <li>- Sentimiento de independencia.</li> </ul> |
| <b>Procrastinación Académica</b> | Es la tendencia a aplazar siempre o casi siempre una actividad académica, experimentando ansiedad por presentar los trabajos en la fecha (Rothblum, Solomon y Murakami, 1986, citado por Álvarez, 2010).                              | Acción o hábito de postergar actividades que deben entenderse, remplazando las más irrelevantes o agradables.                   | Autorregulación académica   | Ítems. 2, 3, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 14, 15  |
|                                  |   |   | Postergación de actividades | Ítems: 1, 4, 8, 9, 16   |

## **CAPITULO VI: METODOLOGIA**

### **4.1. Diseño metodológico**

El presente estudio es de tipo descriptivo-correlacional, es descriptivo porque busca especificar las propiedades, características de cualquier fenómeno que se someta a un análisis. Es decir, únicamente pretende medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refieren. Asimismo es correlacional porque se describe cada una de las variables y luego se pretende determinar si existe algún grado de relación entre autoestima y la procrastinación académica, los estudios correlacionales buscan caracterizar las propiedades y características importantes del fenómeno de estudio. (Hernández, Fernández & Baptista, 2010).

Se trata de un diseño no experimental de corte transversal, ya que no existe manipulación de variables. Se hacen inferencias sobre las relaciones entre las variables, sin intervención directa, ya que la información se recogerá tal y como está en el medio, con el propósito de describir las variables y analizar su incidencia e interrelación en un único tiempo, sin realizar un seguimiento de la muestra (Hernández, Fernández & Baptista, 2010).

### **4.2. Diseño muestral**

#### **4.2.1. Población y muestra**

##### **a) Población.**

La población está constituida por 135 alumnos del I al III año, entre mujeres y varones, de la escuela profesional de estomatología de la universidad Alas Peruanas – filial Tumbes 2016.



### **b) Muestra.**

La muestra para el presente estudio se estableció usando la fórmula para muestra finita, estimando un nivel de confianza de 95%, nivel de confianza esperado (Z: 1.96), error permisible de 5% y una probabilidad de 50%, obteniéndose una muestra de 100 estudiantes, sus edades oscilan entre los 17 a 23 años.

$$n = \frac{N z^2_{\alpha/2} P (1-P)}{(N-1)e^2 + z^2_{\alpha/2} P(1-P)}$$

### **c) Muestreo**

En el presente estudio se utilizó el Muestreo no Probabilístico de tipo intencional. Muestreo no Probabilístico porque es un procedimiento de selección en el que se desconoce la probabilidad que tienen los elementos de la población para integrar la muestra; de tipo intencional, ya que la selección de los participantes se dan en base a los criterios o juicios del investigador (Hernández *et al.*, 2010).

#### **Criterios de inclusión**

- Estudiantes universitarios que se encuentren del I al III año de la escuela profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas Filial Tumbes.
- Estudiantes universitarios que tengan edades entre 17 a 23 años.
- Estudiantes universitarios que deseen participar en el presente estudio.

#### **Criterios de exclusión**

- Estudiantes menores de 17 años y mayores de 23 años.
- Estudiantes universitarios que se encuentren en 4to año de estudio en adelante.
- Estudiantes de otras Universidades.
- Estudiantes que no acepten el consentimiento informado.

#### 4.2.2. Matriz de Consistencia

| PROBLEMA   | OBJETIVOS   | HIPOTESIS   | METODOLOGIA  |
|--|---|---|--|
| <p><b>Problema General</b></p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre la autoestima y la procrastinación académica en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016?</p> <p><b>Problemas Específicos</b></p> <p>¿Cuál será el nivel de autoestima que prevalece en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016?</p> <p>¿Cuál será el nivel de procrastinación académica que prevalece en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional</p> | <p><b>Objetivo general.</b></p> <p>Determinar la relación entre la autoestima y la procrastinación académica en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016.</p> <p><b>Objetivos específicos.</b></p> <p>Identificar los niveles de autoestima en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016.</p> <p>Identificar los niveles de procrastinación académica en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas</p> | <p><b>Hipótesis general</b></p> <p>Existe relación significativa entre la autoestima y la procrastinación académica en los estudiantes del I al III año, de la Escuela Profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – filial Tumbes 2016. Se acepta la hipótesis, encontrando en los resultados del estudio relación negativa y significativa.</p> <p><b>Hipótesis específica</b></p> <p><b>H1.</b>Existe diferencias significativas entre los niveles de autoestima en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016. No es aceptada, pues los resultados muestran que hay diferencias pero no significativas.</p> <p><b>H2.</b>Existe diferencias significativas entre los niveles de procrastinación académica en los estudiantes del I al</p> | <p><b>Tipo de investigación:</b> descriptivo-correlacional,</p> <p><b>Diseño de la investigación.</b> No experimental de corte transversal.</p> <p><b>4.2. Diseño muestral</b></p> <p><b>a) Población.</b><br/>La población está constituida por 135 alumnos del I al III año, entre mujeres y varones, de la escuela profesional de estomatología de la universidad Alas Peruanas – filial Tumbes 2016.</p> <p><b>b) Muestra.</b><br/>La muestra para el presente estudio se estableció usando la fórmula para muestra finita, estimando un nivel de confianza de 95%, nivel de confianza esperado (Z: 1.96), error permisible de 5% y una probabilidad de 50%, obteniéndose una muestra de 100 estudiantes, sus edades oscilan entre los 17 a 23 años.</p> <p><b>d) Muestreo</b></p> |

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| <p>de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016?</p> <p>¿Cuáles serán las diferencias de los niveles de la autoestima en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016 según el sexo?</p> <p>¿Cuáles serán las diferencias de los niveles de la procrastinación académica en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016 según el sexo?</p> | <p>Peruanas – Filial Tumbes 2016.</p> <p>Identificar las diferencias significativas entre los niveles de la autoestima en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016 según el sexo.</p> <p>Identificar las diferencias significativas entre los niveles de la procrastinación académica en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016 según el sexo.</p> | <p>III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016. No es aceptada, pues los resultados muestran que hay diferencias pero no significativas.</p> <p><b>H.3.</b> Existe diferencias significativas de los de la autoestima entre los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016 según el sexo. No es aceptada, pues los resultados muestran que hay diferencias pero no significativas.</p> <p><b>H.4</b> Existe diferencias significativas de los niveles de la procrastinación académica en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016 según el sexo. No es aceptada, pues los resultados muestran que hay diferencias pero no significativas.</p> | <p>En el presente estudio se utilizó el Muestreo no Probabilístico de tipo intencional. Muestreo no Probabilístico porque es un procedimiento de selección en el que se desconoce la probabilidad que tienen los elementos de la población para integrar la muestra; de tipo intencional, ya que la selección de los participantes se dan en base a los criterios o juicios del investigador.</p> |
|--|--|--|---|

### **4.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

#### **4.3.1. Técnicas:**

Aplicación de pruebas psicométricas, que es un procedimiento estandarizado compuesto por ítems seleccionados y organizados, concebidos para provocar en el individuo reacciones registrables.

#### **4.3.2 Instrumentos.**

##### **Inventario de Autoestima de Coopersmith**

###### **a. Ficha Técnica.**

Autor: Stanley Coopersmith

Adaptado al Perú: Mescua (2010)

Aplicación: Individual y colectiva

Duración: 15 a 20 minutos

La Escala de Autoestima Modificada de Stanley Coopersmith que tuvo como objetivo identificar el nivel de autoestima en los estudiantes de enfermería. Este instrumento presenta 25 enunciados y consta de las siguientes partes: la presentación o introducción, datos Generales y específicos.

###### **b. Desarrollo y Validación:**

Estudios de Validación sobre el Instrumento:

Mescua (2010) efectuó un estudio cuyo objetivo fue determinar la relación entre la autoestima y el tipo de familia de procedencia de los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos y para fines de dicha investigación el instrumento de Coopersmith fue sometido

a validez mediante el juicio de expertos conformado por profesionales del campo de salud y Psicología, evidenciando una concordancia significativa.

En un estudio realizado por (referido por Panizo, 1985) se trabajó con 5600 niños provenientes de escuelas públicas, seleccionadas como muestras representativas de la población de USA, confirmándose la validez de construcción. Respecto a la validez, Panizo, (1985) refiere que KOKENES (1974-1978) en una investigación con 7600 alumnos del 4º al 8º grado diseñado para observar la importancia comparativa de los padres, pares y escuela en la autoestima global de los preadolescentes confirmó la validez de la estructura de las sub escalas que Coopersmith propuso como fuentes de medición de la Autoestima.

### **c. Validez.**

En un estudio realizado por (referido por PANIZO, 1985) se trabajó con 5600 niños provenientes de escuelas públicas, seleccionadas como muestras representativas de la población de USA, confirmándose la validez de construcción. Respecto a la validez, Panizo, (1985) refiere que KOKENES (1974-1978) en una investigación con 7600 alumnos del 4º al 8º grado diseñado para observar la importancia comparativa de los padres, pares y escuela en la autoestima global de los preadolescentes confirmó la validez de la estructura de las sub escalas que Coopersmith propuso como fuentes de medición de la Autoestima.

### **d. Confiabilidad.**

La confiabilidad del test fue originalmente reportada por Coopersmith (1987) esta fue dada por un grupo de 88 niños de quinto grado.

Spatz y Johnston (1973; citado por Coopersmith, 1987), administraron el inventario a 600 estudiantes de 5º, 9º y 12º grados, se seleccionaron 100 inventarios y se calcularon los estimados de confiabilidad de – Kuder

Rechardson (KR-20). Los coeficientes obtenidos fueron de 0.81 para 5° grado 0.86, para 9° grado y 0.81 para 12°. Demostrando que existe una adecuada consistencia interna. Timbal (1972, citado por Canales, 1983), aplicó el inventario a 750 sujetos. Se generó un coeficiente de confiabilidad de 0.87 a 0.92.

### **Escala de Procrastinación Académica.**

Fue desarrollada por Busko (1998) para estudiar las causas y las consecuencias del perfeccionismo y la procrastinación en alumnos de pregrado de la Universidad de Gueph, y fue adaptada a Lima por Álvarez (2001) como parte de su investigación acerca de la procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana. El método empleado para la adaptación lingüística fue la traducción directa.

#### **a. Ficha técnica.**

Nombre Completo: Escala de Procrastinación Académica.

Autores: Busko (1998)

Adaptado al Perú: Álvarez (2010)

Finalidad: Evaluar de Procrastinación en la vida académica.

Tipo de ítems: Likert de cinco opciones.

Tiempo: Aproximadamente entre 10 a 15 minutos

Aplicación: Individual o colectiva.

Ámbito: De 14 años en adelante.

Dieciséis ítems conforman la escala con formato de respuesta de tipo cerrado. La adaptación lingüística llevada a cabo por Álvarez (2001) fue aplicada en 235 estudiantes, varones y mujeres, pertenecientes a colegios no estatales de Lima Metropolitana, evidenciándose una validez de constructo por análisis factorial exploratorio a través del método de componentes principales.

### **b. Desarrollo y Validación:**

Álvarez (2010) efectuó una investigación con el objetivo de describir la presencia de la Procrastinación General y Académica en un grupo de estudiantes de secundaria de ambos géneros, pertenecientes a colegios no estatales de Lima Metropolitana para lo cual se utilizó la escala de Procrastinación General y Académica de Busko, la cual fue validada por el investigador para la población de su estudio, obteniendo un coeficiente de consistencia interna Alfa de Cronbach de 0.80 y una validez de constructo a través del análisis factorial exploratorio.

### **c. Validez.**

Los resultados del análisis psicométrico de la EPA permiten apreciar que los ítems fluctúan entre 0.31 (ítem 7) y 0.54 (ítem 9), los cuales son estadísticamente significativos y superan el criterio de ser mayores de 0.20 (Kline, 1995), por lo que todos los ítems son aceptados. El análisis de la validez de constructo de la EPA efectuado con la aplicación del análisis factorial exploratorio permite observar que:

La medida de adecuación del muestreo de Kaiser-Meyer-Olkin alcanza un valor de 0.80, lo cual indica que las variables tienen un adecuado potencial explicativo.

El test de esfericidad de Bartlett alcanza un valor que es significativo (Chi-cuadrado = 701.95  $p < .05$ ), lo cual indica que las correlaciones entre los ítems del instrumento son lo suficientemente elevados como para continuar con el análisis factorial.

### **d. Confiabilidad.**

La confiabilidad del instrumento se llevó a cabo la aplicación de la EPA a 200 estudiantes de educación superior del área de letras en Lima, según Busko (como se citó en Álvarez, 2010) por medio del coeficiente de

consistencia interna Alfa de Cronbach indicó que asciende a 0.80, por lo que se puede concluir que presenta una confiabilidad adecuada.

#### **4.4. Técnicas del procedimiento de la información**

Para la presente investigación se solicitó permiso para realizar el estudio con los estudiantes de estomatología del 1er a 3er año, de Universidad Alas Peruanas Filial Tumbes, luego se solicitó a la encargada de la escuela de ciencias de la salud el número de alumnos matriculados del primer a sexto ciclo de la facultad de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes, para realizar el muestreo y obtener el número de participantes para la investigación.

Posteriormente se procedió a la aplicación de los instrumentos ya mencionados para corroborar las hipótesis del presente estudio; para ello se dieron las instrucciones respectivas con la finalidad de obtener el desarrollo óptimo de los instrumentos psicométricos.

Después de la aplicación de los instrumentos y construida la base de datos se procedió al análisis de la información a través del paquete estadístico SPSS versión 22, con el objetivo de verificar la relación entre Autoestima y la Procrastinación Académica en los estudiantes pertenecientes a la población

#### **4.5. Técnicas estadísticas utilizadas en el análisis de la información.**

Para realizar el análisis de la información se utilizó estadística descriptiva e inferencial. Los estadísticos y pruebas estadísticas utilizadas son las siguientes:

##### **Frecuencia**

La frecuencia (f) se define como la cantidad de datos iguales o que se repiten (Pérez, 2010)



### **Prueba de chi cuadrado ( $X^2$ )**

Es una prueba estadística no paramétrica utilizada como prueba de significación, cuando se tienen datos que se expresan en frecuencias o están en términos de porcentajes o proporciones y pueden reducirse a frecuencias (Pérez, 2010)

### **Coefficiente de Correlación de Pearson:**

El coeficiente de correlación Pearson es una medida de correlación que indica el grado de relación entre variables que se encuentran en un nivel de medición intervalar (Pérez, 2010)

### **4.6. Aspectos éticos contemplados.**

Para la realización del estudio, todos los participantes fueron informados, como parte de los criterios éticos, aplicándole a cada uno de ellos un consentimiento informado. Esta autorización fue aceptada de manera voluntaria por los participantes

## CAPITULO V: ANALISIS Y DISCUSIÓN

### 5.1. Análisis descriptivo.

A continuación presentamos los resultados obtenidos, considerando los objetivos e hipótesis de la investigación, mediante tablas y figuras que permitan explicar y contrastar las hipótesis planteadas en el estudio, según la estadística descriptiva.

#### **Análisis de los niveles de autoestima**

En cuanto a la Tabla 1, respecto a los niveles de autoestima, prevalece el nivel promedio de autoestima con un 46.0%, seguido del nivel alto de autoestima (31.0%) y con menor frecuencia se encuentra el nivel bajo de autoestima (23.0%).

Tabla 1

#### *Análisis de los niveles de autoestima*

|                 | Frecuencia | Porcentaje |
|-----------------|------------|------------|
| Baja autoestima | 23         | 23.0       |
| Promedio        | 46         | 46.0       |
| Alta autoestima | 31         | 31.0       |
| Total           | 100        | 100.0      |

#### **Análisis de los niveles de procrastinación académica**

En cuanto a la Tabla 2, respecto a los niveles de procrastinación académica, prevalece el nivel de procrastinación académica media con un 46.0%, seguido del nivel de procrastinación académica baja (42.0%) y con menor frecuencia se encuentra el nivel de procrastinación académica alta (23.0%).

Tabla 2

*Análisis de los niveles de procrastinación académica*

|                                 | Frecuencia | Porcentaje |
|---------------------------------|------------|------------|
| Procrastinación académica Baja  | 42         | 42.0       |
| Procrastinación académica Media | 46         | 46.0       |
| Procrastinación académica Alta  | 12         | 12.0       |
| Total                           | 100        | 100.0      |

## 5.2. Análisis Inferencial

### Análisis de correlación entre autoestima y la procrastinación académica

Considerando el objetivo principal de la investigación, se procedió a efectuar el análisis correlacional de las variables autoestima y procrastinación académica. En este sentido, se halló que la correlación es negativa y significativa, lo cual indica que a mayor autoestima, menor procrastinación académica y viceversa.

Tabla 3

*Relación entre Autoestima y procrastinación académica*

|                 |                        | Autoestima | Procrastinación |
|-----------------|------------------------|------------|-----------------|
| Autoestima      | Correlación de Pearson | 1          | -.468**         |
|                 | Sig. (bilateral)       |            | .000            |
| Procrastinación | Correlación de Pearson | -.468**    | 1               |
|                 | Sig. (bilateral)       | .000       |                 |

\*\* . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

### **Análisis de los niveles de autoestima según el sexo.**

En la Tabla 4, no se encuentra diferencia estadísticamente significativa ( $p>0.05$ ) entre los niveles de autoestima según el sexo. Asimismo se encuentra que en el sexo masculino y femenino prevalece el nivel promedio de la autoestima con (17.0%) en el sexo masculino y (29.0%) en el sexo femenino respectivamente.

Tabla 4

*Análisis de la asociación entre los niveles de autoestima según el sexo*

|            |          | ¿Cuál es su sexo? |       |          |       | Total |        |
|------------|----------|-------------------|-------|----------|-------|-------|--------|
|            |          | Masculino         |       | Femenino |       |       |        |
|            |          | Fr.               | %     | Fr.      | %     | Fr.   | %      |
| Autoestima | Baja     | 6                 | 6.0%  | 17       | 17.0% | 23    | 23.0%  |
|            | Promedio | 17                | 17.0% | 29       | 29.0% | 46    | 46.0%  |
|            | Alta     | 13                | 13.0% | 18       | 18.0% | 31    | 31.0%  |
|            | Total    | 36                | 36.0% | 64       | 64.0% | 100   | 100.0% |

#### **Pruebas de chi-cuadrado**

|                              | Valor              | Gl | Sig. asintótica<br>(bilateral) |
|------------------------------|--------------------|----|--------------------------------|
| Chi-cuadrado de Pearson      | 1.473 <sup>a</sup> | 2  | .479                           |
| Razón de verosimilitudes     | 1.514              | 2  | .469                           |
| Asociación lineal por lineal | 1.367              | 1  | .242                           |

a. 0 casillas (.0%) tienen una frecuencia esperada inferior a 5. La frecuencia mínima esperada es 8.28.

### **Análisis de los niveles de procrastinación académica según el sexo.**

Por último en la Tabla 5, no se encuentra diferencia estadísticamente significativa ( $p>0.05$ ) entre los niveles de procrastinación académica según el sexo. Asimismo se encuentra que en ambos sexos masculino y femenino prevalece el nivel de procrastinación académica media con (16.0%) en el sexo masculino y (30.0%) en el sexo femenino respectivamente; seguido del nivel

de procrastinación académica baja en el sexo masculino (13.0%) y femenino (29.0%).

Tabla 5

*Análisis de la asociación entre los niveles de procrastinación académica según el sexo.*

|                           |          | ¿Cuál es su sexo? |       |          |       | Total |        |
|---------------------------|----------|-------------------|-------|----------|-------|-------|--------|
|                           |          | Masculino         |       | Femenino |       |       |        |
|                           |          | Fr.               | %     | Fr.      | %     | Fr.   | %      |
| Procrastinación académica | Baja     | 13                | 13.0% | 29       | 29.0% | 42    | 42.0%  |
|                           | Promedio | 16                | 16.0% | 30       | 30.0% | 46    | 46.0%  |
|                           | Alta     | 7                 | 7.0%  | 5        | 5.0%  | 12    | 12.0%  |
|                           | Total    | 36                | 36.0% | 64       | 64.0% | 100   | 100.0% |

| Pruebas de chi-cuadrado      |                    |    |                             |
|------------------------------|--------------------|----|-----------------------------|
|                              | Valor              | Gl | Sig. asintótica (bilateral) |
| Chi-cuadrado de Pearson      | 3.092 <sup>a</sup> | 2  | .213                        |
| Razón de verosimilitudes     | 2.970              | 2  | .226                        |
| Asociación lineal por lineal | 2.200              | 1  | .138                        |

a. 1 casillas (16.7%) tienen una frecuencia esperada inferior a 5. La frecuencia mínima esperada es 4.32.

### 5.3. Comprobación de hipótesis.

#### Hipótesis general

Existe relación significativa entre la autoestima y la procrastinación académica en los estudiantes del I al III año, de la Escuela Profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – filial Tumbes 2016. Se acepta la hipótesis, encontrando en los resultados del estudio relación negativa y significativa.

## **Hipótesis específica**

**H1.** Existe diferencias significativas entre los niveles de autoestima en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016. No es aceptada, pues los resultados muestran que hay diferencias pero no significativas.

**H2.** Existe diferencias significativas entre los niveles de procrastinación académica en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016. No es aceptada, pues los resultados muestran que hay diferencias pero no significativas.

**H.3.** Existe diferencias significativas de los de la autoestima entre los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016 según el sexo. No es aceptada, pues los resultados muestran que hay diferencias pero no significativas.

**H.4** Existe diferencias significativas de los niveles de la procrastinación académica en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016 según el sexo. No es aceptada, pues los resultados muestran que hay diferencias pero no significativas.

## **5.4. Discusión y conclusiones**

A continuación se discutirá los resultados obtenidos en el presente estudio con los resultados de otras investigaciones. En primer lugar se presenta los resultados del objetivo general, que tiene como finalidad determinar la relación entre la autoestima y la procrastinación académica en Estudiantes del I al III año, de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes – 2016. Encontrándose que existe

relación negativa entre la autoestima y la procrastinación académica; resultados similares encontramos en la investigación de Medina y Tejada (2015) quienes señalan, que existe una correlación inversa significativa entre la variable autoestima y procrastinación académica, lo cual indica que a mayor nivel de autoestima, mayor será la motivación del estudiante, mientras que los niveles de procrastinación académica sean bajos, los resultados académicos serán mejor.

Respecto a los niveles de autoestima, encontramos que el nivel promedio de autoestima es el que prevalece. Se encontraron resultados similares en el estudio de Gonzales y Guevara (2015) donde el nivel medio de autoestima, se encuentra con mayor frecuencia. Sin embargo en el estudio realizado por Alcántara (2013) que tuvo con objetivo general encontrar la relación entre la autoestima y el rendimiento académico, presenta como resultados que la autoestima baja se encuentra con mayor porcentaje. La variedad de los resultados podría deberse a que los estudios se realizaron en distintas realidades sociodemográficas.

En relación a los niveles de procrastinación académica, se encuentra en el presente estudio que prevalece el nivel medio. Se hallan resultados similares en la investigación de Condori y Mamani (2015) donde el nivel medio de procrastinación académica se encuentra con mayor porcentaje. Lo cual indica que los estudiantes presentan un nivel de procrastinación medio en sus actividades académicas.

Así mismo en los resultados del presente estudio no se encuentra diferencias significativas de la autoestima según el sexo. De esta manera en una investigación realizada por Acuña (2013), donde encontramos como resultados que no existen diferencias significativas según sexo. Se puede considerar que la mayoría tiende a tener confianza en sí mismo, una imagen positiva de sí y confianza en sus propias capacidades.

Respecto a los resultados de las diferencias significativas de la procrastinación académica según el sexo, no se encuentran diferencias significativas. Resultados similares encontramos en el estudio realizado por Carranza y Ramírez (2013) quienes señalan que no existen diferencias significativas según sexo. Esto indica que ambos sexos son similares en sus estrategias para enfrentar los retos académicos.



## CONCLUSIONES

Se encontró correlación negativa entre la autoestima y la procrastinación académica en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016.

En cuanto a los niveles de autoestima, el nivel promedio de autoestima se encuentra con mayor prevalencia en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016.

En relación a los niveles de procrastinación académica, el nivel medio de procrastinación es el nivel que predomina en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016.

No se encuentra diferencias significativas entre los niveles de la autoestima, según el sexo en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016.

No se encuentran diferencias significativas entre los niveles de procrastinación académica, según sexo en los estudiantes del I al III año, de la escuela profesional de estomatología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Tumbes 2016.

## RECOMENDACIONES

Se recomienda a los que realicen futuras investigaciones con las variables estudiadas en poblaciones similares, ya sea en universidades particulares como estatales de la Región de Tumbes, que consideren muestras más representativas, para así poder generalizar los resultados a toda la población universitaria de la Región Tumbes.

Es recomendable que la universidad Alas Peruanas, organice programas relacionados a los hábitos de estudio y talleres de autoestima, ya que estas actividades permitirán modificar los inadecuados hábitos de estudio para un mejor desarrollo personal y el éxito académico.

Asimismo se recomienda a los investigadores la estandarización de los instrumentos, utilizando muestras más representativas para así poder generalizarlas y adaptarlas a nuestra realidad.

**ANEXOS**

## ANEXO 1

### ESCALA DE AUTOESTIMA MODIFICADA DE STANLEY COOPERSMITH

- Instrucciones: A continuación encontrará una lista de frases, marque con una "X" sobre la letra V (verdadero lo que siente y F (Falso lo que siente). No hay respuestas correctas e incorrectas, todas valen.

| Nº |   | V | F |
|----|---|---|---|
| 1  | Usualmente las cosas no me molestan                               |   |   |
| 2  | Me resulta difícil hablar frente a un grupo                       |   |   |
| 3  | Hay muchas cosas de mí que cambiaría si pudiese                   |   |   |
| 4  | Puedo tomar decisiones sin mayor dificultad                       |   |   |
| 5  | Soy muy divertido ( a )   |   |   |
| 6  | Me altero fácilmente en casa                                      |   |   |
| 7  | me toma mucho tiempo acostumbrarme a cualquier cosa nueva         |   |   |
| 8  | Soy popular entre las personas de mi edad                         |   |   |
| 9  | Generalmente mi familia considera mis sentimientos                |   |   |
| 10 | Me rindo fácilmente   |   |   |
| 11 | Mi familia espera mucho de mí                                     |   |   |
| 12 | Es bastante difícil ser "Yo mismo"                                |   |   |
| 13 | Me siento muchas veces confundido                                 |   |   |
| 14 | La gente usualmente sigue mis ideas                               |   |   |
| 15 | Tengo una pobre opinión acerca de mí mismo                        |   |   |
| 16 | Hay muchas ocasiones que me gustaría irme de mi casa              |   |   |
| 17 | Frecuentemente me siento descontento con mi trabajo               |   |   |
| 18 | No estoy tan simpático como mucha gente                           |   |   |
| 19 | Si tengo algo que decir, usualmente lo digo                       |   |   |
| 20 | Mi familia me comprende   |   |   |
| 21 | Muchas personas son más preferidas que yo                         |   |   |
| 22 | Frecuentemente siento como si mi familia me estuviera presionando |   |   |
| 23 | Frecuentemente me siento desalentado con lo que hago              |   |   |
| 24 | Frecuentemente desearía ser otra persona                          |   |   |
| 25 | No soy digno de confianza   |   |   |

## ANEXO 2

### ESCALA DE PROCRASTINACIÓN

Durante su carrera un estudiante debe cumplir diferentes actividades de aprendizaje, como leer textos, resolver ejercicios, prepararse para rendir, redactar y presentar trabajos, etc.; y las siguientes frases describen algunas cosas que les pasan a los estudiantes cuando deben realizarlas. Indica con qué frecuencia esto te ocurre, empleando la escala de 1= "Nunca me ocurre" 2="Casi nunca me ocurre".3="A veces me ocurre", 4 =—Casi siempre me ocurre 5="Siempre me ocurre".

|    |  | 1     | 2          | 3       | 4            | 5       |
|----|--|-------|------------|---------|--------------|---------|
|    |  | Nunca | Casi nunca | A veces | Casi siempre | siempre |
| 1  | Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para último minuto                             |       |            |         |              |         |
| 2  | Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes   |       |            |         |              |         |
| 3  | Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior.   |       |            |         |              |         |
| 4  | Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase                                      |       |            |         |              |         |
| 5  | Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda                      |       |            |         |              |         |
| 6  | Asisto regularmente a clases   |       |            |         |              |         |
| 7  | Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible   |       |            |         |              |         |
| 8  | Postergo los trabajos de los cursos que me disgustan   |       |            |         |              |         |
| 9  | Postergo las lecturas de los cursos que me disgustan   |       |            |         |              |         |
| 10 | Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio  |       |            |         |              |         |
| 11 | Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido                             |       |            |         |              |         |
| 12 | Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio   |       |            |         |              |         |
| 13 | Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra                                       |       |            |         |              |         |
| 14 | Me tomo el tiempo para revisar mis tareas antes de entregarlas.                                      |       |            |         |              |         |
| 15 | Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy  |       |            |         |              |         |
| 16 | Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea |       |            |         |              |         |

## Consentimiento Informado para Participantes de Investigación

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

La presente investigación es conducida por \_\_\_\_\_, de la Universidad \_\_\_\_\_.

La meta de este estudio es \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder preguntas en una entrevista (o completar una encuesta, o lo que fuera según el caso). Esto tomará aproximadamente \_\_\_\_\_ minutos de su tiempo.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas al cuestionario y a la entrevista serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto, serán anónimas.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas durante la entrevista le parecen incómodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas.

Desde ya le agradecemos su participación.

---

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por \_\_\_\_\_. He sido informado (a) de que la meta de este estudio es \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Me han indicado también que tendré que responder cuestionarios y preguntas en una entrevista, lo cual tomará aproximadamente \_\_\_\_\_ minutos.

Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona. De tener preguntas sobre mi participación en este estudio, puedo contactar a \_\_\_\_\_ al teléfono \_\_\_\_\_.

Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando éste haya concluido. Para esto, puedo contactar a \_\_\_\_\_ al teléfono anteriormente mencionado.

-----  
Nombre del Participante  
(en letras de imprenta)

Firma del Participante

Fecha

## **Fuentes de información.**

Acuña E. (2013). Relación existente entre la autoestima y el rendimiento académico de los estudiantes del X ciclo 2012 - II de la Escuela Académica Profesional de Educación Primaria y Problemas de Aprendizaje de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión de Huacho. Recuperado de: /238/TESIS%20MAESTRIA%20AUTOESTIMA%20Y%20RENDIMIENTO%20ACADEMICO.pdf?sequence=1.

Alba, A. y Hernández, J. (2013). Procrastinación académica en estudiantes de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia, UNAM. Recuperado de: [http://www.optica.inaoep.mx/tecnologia\\_salud/2013/1/memorias/carteles/MYT2013\\_47\\_E.pdf](http://www.optica.inaoep.mx/tecnologia_salud/2013/1/memorias/carteles/MYT2013_47_E.pdf).

Alcántara, José (1993). ¿Cómo educar la autoestima? Editorial CEAC. S.A. 1era edición. Barcelona. España.

Alegre, A. (2014), Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. file:///C:/Users/Hogar/Downloads/DialnetSelfefficacyAndAcademicProcrastinationOfUniversity-5475213.pdf.

Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de Lima metropolitana Recuperado de: [http://fresno.Ulima.edu.pe/sf%5Csf\\_bdfde.nsf/imagenes/EB6A141E1133656A052578260070D3F5/\\$file/09-persona1ALVAREZ%20BLAS.pdf](http://fresno.Ulima.edu.pe/sf%5Csf_bdfde.nsf/imagenes/EB6A141E1133656A052578260070D3F5/$file/09-persona1ALVAREZ%20BLAS.pdf).

Ayuso. M. (2009). Quizás no lo sepas, pero te encanta procrastinar. Recuperado de: <http://www.menos25.com/noticia/996/ACTUALIDAD/quizás-sepas-te-encanta-prograstinar.html>.

- Barreto M. (2015) Relajación en estados de ansiedad y procrastinación en ingresantes a la facultad de ciencias sociales 2015. Universidad Nacional de Tumbes. Recuperado de: [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/4543/1/Barreto\\_em.pdf](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/4543/1/Barreto_em.pdf).
- Barroso, M. (2000). Autoestima. Ecología y Catástrofe. Caracas: Editorial Galac,S.A. Recuperado de: [http://www.tauniversity.org/sites/default/files/tesis/tesis\\_Borroso\\_capeleti.pdf](http://www.tauniversity.org/sites/default/files/tesis/tesis_Borroso_capeleti.pdf).
- Branden, C. (2004). Ejes de salud mental. Los procesos de autoestima, dar y recibir afecto y adaptación al estrés. México: recuperado de: <https://psicologosenlinea.net/23-definicion-de-autoestima-conceptos-de-autoestima-segun-diferentes-autores-y-abraham-maslow.html#ird2ddq2d>.
- Busko, D. (1998). Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model. University of Guelph, Ontario.
- Carranza, R. y Ramírez, A. (2013). Procrastinación y características demográficas asociadas en estudiantes universitarios. Revista Apuntes. Univ. Volumen III (2) p. 95 – 108 ISSN: 22257136 [file:///C:/Users/Elena/Downloads/DialnetProcrastinacionYCaracteristicasDemograficasAsociad-4515369%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/Elena/Downloads/DialnetProcrastinacionYCaracteristicasDemograficasAsociad-4515369%20(2).pdf).
- Chan, L. (2011). Procrastinación académica como predictor en el rendimiento académico en jóvenes de educación superior. Recuperado de: [http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/revista\\_tematica\\_psicologia\\_2011/chan\\_bazalar.pdf](http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/revista_tematica_psicologia_2011/chan_bazalar.pdf).
- Condori, Y. y Mamani, K. (2015). Adicción a facebook y procrastinación académica en estudiantes de la facultad de ingeniería y arquitectura de la Universidad peruana unión, filial Juliaca – 2015 Recuperado de:<http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/UPEU/109/1/Bach.%20Yuli%20N.%20Condori%20Huanca%20y%20Karla%20Y.%20Mamani.pdf>.



Coopersmith, S. (1996) "Inventario de autoestima de Coopersmith". Edit. Josuétest. (2006).

Ferrari, J. Johnson, J. Mc Cown, W. y Asociados. (1995). La dilación y tarea de evitación. Teoría, Investigación y tratamiento. New York y London. Recuperado de: file:///C:/Users/Elena/Downloads/La%20dilación%20y%20tarea%20de%20evitación\_%20Teoría,%20Investigación%20y%20Tratamiento%20%20José%20R.%20Ferrari,%20Judith%20L.%20Jo.

Ferrari, J y Emmons, R. (1995). Procrastinación académica aspectos considerados, reforzamientos. Cross-cultural Psychology. Recuperado de: [Http://jcc.sagepub.com/content/38/4/458.full.pdf+html](http://jcc.sagepub.com/content/38/4/458.full.pdf+html).

García A. (2015). Ciclo de la procrastinación. Recuperado el 19 julio 2015 en línea: <http://solucionproblemas-psicologamadrid.blogspot.com/2015/05/el-ciclo-de-laprocrastinacion.html>.

García, B. (2003). Autoestima: desarrollo e importancia Universidad Francisco Marroquín. Facultad de Humanidades. Departamento de Psicología. Guatemala. Recuperado de: <http://www.tesis.ufm.edu.gt/pdf/2428.pdf>.

Gómez, J. (2004). El buen trato y la formación de la autoestima. Recuperado de: [http://www.scp.com.co/precop/precop\\_files/modulo\\_5\\_vin\\_2/5460%20El%20buen%20trato.pdf](http://www.scp.com.co/precop/precop_files/modulo_5_vin_2/5460%20El%20buen%20trato.pdf).

Gonzales, K. y Guevara, C. (2015). Autoestima en los universitarios ingresantes de la facultad de medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos durante el año. Recuperado de: file:///C:/Users/Hogar/Downloads/493-2600-1-PB.pdf.

- Güell, M y Muñoz, J. (2000). Desconóctete a ti mismo. Programa de alfabetización emocional. Barcelona. Paidós. Recuperado en: <http://www.redalyc.org/pdf/447/44770311.pdf>.
- Haycock, L., McCarthy, P., & Skay, C. (1998). Procrastination in college students: The role of self-efficacy and anxiety. *Journal of Counseling and Development*, 76, 317-324.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). Metodología de la investigación. (4ta. ed.). México D.F.: McGraw-Hill Interamericana.
- Hsin, C. y Nam, C. (2005). Rethinking Procrastination: Positive effects of active procrastination behavior on attitudes and performance. *The Journal of Social Psychology*. Recuperado de: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/repsi/v26n2/v26n2a03.pdf>.
- Kerlinger, F., & Lee, H. (2002). Investigación del comportamiento. (4ta. ed.). México D.F.: McGraw-Hill.
- López (2010). Hábitos de estudio, la autoestima y el rendimiento académico en los estudiantes de la escuela profesional de medicina veterinaria de la universidad alas peruanas con sede en el distrito de Pachacamac, provincia de lima. Recuperado de: <https://es.scribd.com/doc/91907725/Tesis-Maestria-Habitos-de-Estudio-Autoestima-y-Rendimiento-Academico-Jose-Gilberto-Lopez-Vega>.
- Natividad, L. (2014) Análisis de la procrastinación en Estudiantes universitarios. Recuperado en línea: <http://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/37168/Tesis%20Luis%20A.%20Natividad.pdf?sequence=1>.
- Medina, M. y Guicha, A. (2014) relación entre estilos de personalidad y niveles y razones de procrastinación académica en estudiantes universitarios. Universidad Corporativa de Colombia, Bogotá, Colombia. Recuperado de:

<http://colegiodepsicologosarequipa.org/4Personalidadprocrastinaci%C3%B3nacademica.pdf>.

Medina, T. y Tejada, Z. (2015) la autoestima y procrastinación académica en jóvenes universitarios. Recuperado de: <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/UCSM/3518>.

Meléndez, D. (2011) Relación entre autoestima y desempeño laboral en un grupo de mensajeros de una empresa dedicada a repartir correspondencia, ubicada en la Ciudad de Guatemala. (Tesis de licenciatura, Universidad Rafael Landívar). Recuperado de: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesis/2011/05/43/Melendez-Dale.pdf>

Mescua, Ñ. (2010) Relación entre el nivel de autoestima y el tipo de familia de procedencia de los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos: recuperado por: [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/cybertesis/247/Mescua\\_%C3%B1g.pdf?sequence=1](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/cybertesis/247/Mescua_%C3%B1g.pdf?sequence=1).

McKay, M., y Fanning, P. (1991). *Autoestima: evaluación y mejora*. Barcelona: Martínez Roca.

Nicho J. (2013) la relación entre la autoestima y el rendimiento académico de la universidad nacional José Faustino Sánchez Carrión. Recuperado de: <https://es.scribd.com/doc/204365356/relacion-entre-la-autoestima-y-el-rendimiento-academico-de-los-estudiantes-de-la-e-b-c-tecnologica-de-la-facultad-de-educacion-de-la-universidad-naci>.

Pardo, D. Perilla, L. y Salinas, C. (2014), relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes de psicología. Corporación Universitaria Minuto de Dios Bogotá, Colombia. Recuperado de: [file:///C:/Users/Hogar/Downloads/DialnetRelacionEntreProcrastinacionAcademicaYAnsiedadrasg5493101%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/Hogar/Downloads/DialnetRelacionEntreProcrastinacionAcademicaYAnsiedadrasg5493101%20(2).pdf).

Palomino, S. (2105) Procrastinación académica y ansiedad frente a las evaluaciones en estudiantes universitarios. Recuperado [http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/6029/VALLEJOS\\_PALOMINO\\_SILVIA\\_PROCRASTINACION\\_ADEMICIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/6029/VALLEJOS_PALOMINO_SILVIA_PROCRASTINACION_ADEMICIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Panizo, M. (1985) Autoestima y rendimiento escolar en un grupo de niños de quinto grado. Tesis de Bachiller. Lima PUCP. Recuperado de: <file:///C:/Users/Hogar/Downloads/5166-21611-1-PB.pdf>

Pérez, C. (2010) la estadística como herramienta en la investigación psicológica recuperado de: <http://www.ugr.es/~batanero/pages/ARTICULO/cuauemo.pdf>

Steiner, D. (2005). La teoría de la autoestima en el proceso terapéutico para el desarrollo del ser humano. Trabajo especial de grado. American University. Recuperado de: [http://www.tauniversity.org/tesis/\\_Daniela\\_Steiner.pdf](http://www.tauniversity.org/tesis/_Daniela_Steiner.pdf).

Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. Psychological Bulletin. Recuperado en línea: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17201571>.

Urbina, S. (2009). Postergadores: la razón de dejar todo para el último minuto. La tercera. Recuperado de: [http://www.latercera.com/contenido/659\\_91293\\_9.shtml](http://www.latercera.com/contenido/659_91293_9.shtml).

Valdés, M (2012) Autorregulación Académica y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de reciente ingreso recuperado de: <file:///C:/Users/Hogar/Downloads/DialnetAutorregulacionAcademicaYEstilosDeAprendizajeEnEst-4635103.pdf>

Vargas, J. (2007) juicio moral y autoestima en estudiantes escolares del quinto año de secundaria de colegios de lima Recuperado de: [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/cybertesis/2735/Vargas\\_gj.pdf?sequence=1](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/cybertesis/2735/Vargas_gj.pdf?sequence=1).

Vilvoso, V. (2002). Influencia de los hábitos de estudio y la autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes de la escuela profesional de agronomía de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann. Recuperado de: [http://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtualdata/tesis/human/vildoso\\_gv/t\\_completo.pdf](http://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtualdata/tesis/human/vildoso_gv/t_completo.pdf).

Wilber, K. (1995). El proyecto Atman. Barcelona: Editorial Kairós