UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUÍZ GALLO

FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN

UNIDAD DE POSGRADO

PROGRAMA DE DOCTORADO EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

TESIS

Modelo teórico para disminuir la procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad de la Amazonia Mario Peláez Bazán – Bagua Grande – Amazonas.

Presentada para optar el Grado Académico de Doctora en Ciencias de la Educación

Investigadora: Mg. Pintado Garcia, Danette

Asesor: Dr. Venegas Kemper, José Luis

Lambayeque, 14 de mayo 2024

Perú

Modelo teórico para disminuir la procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad de la Amazonia Mario Peláez Bazán – Bagua Grande – Amazonas.

Tesis presentada para optar el Grado Académico de Doctora en Ciencias de la Educación

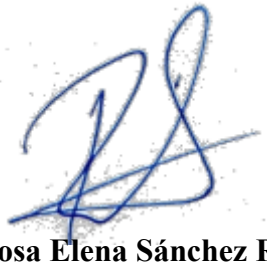


Danette Pintado Garcia
Autora



José Luis Venegas Kemper
Asesor

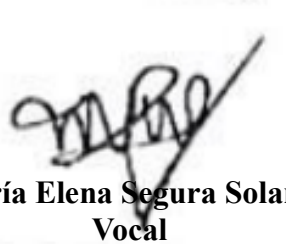
Aprobado por:



Rosa Elena Sánchez Ramírez
Presidente



Yvonne de Fátima Sebastiani Elías
Secretario



María Elena Segura Solano
Vocal

ACTA DE SUSTENTACIÓN

UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS
N° 167

Siendo las 10:00 horas, del día 14 de mayo de 2024 en los Ambientes de la FACHSE: Laboratorio 01 FACHSE, por mandato de la **Resolución Nº** 0458-2024-D-FACHSE de fecha 13 de mayo de 2024 que autoriza la sustentación, se reunieron los miembros del Jurado designado según **Resolución Nº** 2486-2018-UP-D-FACHSE de fecha 02 de agosto 2018; Jurado integrado por los siguientes miembros:

Presidente(a)	: Dra. Rosa Elena Sánchez Ramírez
Secretario(a)	: Dra. Yvonne de Fátima Sebastiani Elías
Vocal	: Dra. María Elena Segura Solano
Asesor(es)	: Dr. José Luis Venegas Kemper
	:

UNIDAD DE INVESTIGACIÓN FACHSE - U.N.P.R.G. DIRECCIÓN LAMBAYEQUE

Con la finalidad de evaluar la(el) Tesis titulada(o): **MODELO TEÓRICO PARA DISMINUIR LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE LA AMAZONÍA MARIO PELÁEZ BAZÁN – BAGUA GRANDE – AMAZONAS**. Presentada por **PINTADO GARCIA DANETTE** para obtener el **Grado Académico de Doctora en Ciencias de la Educación.**

Leída la resolución de autorización, se inicia el acto sustentación, al término del cual y de conformidad con el Reglamento General de Investigación de la UNPRG (Res. N° 184-2023-CU de fecha 24 de abril de 2023) y el Reglamento de Grados y Títulos de la UNPRG (Res. N° 267-2023-CU de fecha 20 de junio de 2023), los miembros del jurado realizaron la evaluación respectiva, haciendo las preguntas, observaciones y recomendaciones al/los sustentante(s), quien(es) respondió(eron) las interrogantes planteadas.

Dada la deliberación correspondiente por parte del jurado, se sucedió la valoración, **obteniendo el calificativo de** 16 **en la escala vigesimal, que equivale a la mención de** Bueno.
Siendo las 11:00 horas del mismo día, se dio por concluido el acto académico, con la lectura del acta y la firma de los miembros del jurado.

Dra. Rosa Elena Sánchez Ramírez	Dra. Yvonne de Fátima Sebastiani Elías	Dra. María Elena Segura Solano
PRESIDENTE(A)	SECRETARIO(A)	VOCAL

OBSERVACIONES: _____

El presente acto académico se sustenta en el Reglamento General de Investigación de la UNPRG (Res. N° 184-2023-CU de fecha 24 de abril de 2023) los artículos 20º, 33º, 46º, 54º o 66º del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo (aprobado con Resolución N° 267-2023-CU de fecha 20 de junio del 2023 y su modificatoria aprobada por Resolución N° 385-2023-CU de fecha 11 de diciembre del 2023) y por la Resolución N° 403-2023-CU de fecha 27 de diciembre de 2023, ésta última que amplía el límite de las fechas de sustentación de proyectos aprobados del 2017 al 2020.

CONSTANCIA DE VERIFICACIÓN DE ORIGINALIDAD

Yo, **José Luis Venegas Kemper**, usuario revisor de tesis [X]

Trabajo de Suficiencia Profesional [ ] y/o Trabajo académico [ ]

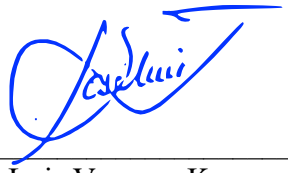
Titulado **Modelo teórico para disminuir la procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán – Bagua Grande – Amazonas.**

Cuya autora es: **Danette Pintado Garcia**; con DNI N° **03383915**; declaro que la evaluación realizada por el Programa informático, ha arrojado un porcentaje de similitud **17%** verificables en el Resumen del Reporte automatizado de similitudes que se acompaña.

El suscrito analizó el reporte y concluyo que cada una de las coincidencias dentro del porcentaje de similitud no constituyen plagio y que el documento cumple con la integridad científica y con las normas para el uso de citas y referencias establecidas en los protocolos respectivos,

Se cumple con adjuntar el Recibo Digital a efectos de la trazabilidad respectiva del proceso.

Lambayeque, 25 de julio del 2023.



Dr. José Luis Venegas Kemper
Asesor

Reporte automatizado de similitudes

Modelo teórico para disminuir la procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán – Bagua Grande – Amazonas

INFORME DE ORIGINALIDAD

17%	16%	3%	10%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	3%
2	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	2%
3	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	repositorio.unprg.edu.pe:8080 Fuente de Internet	1%
5	revistas.usil.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	Submitted to Instituto Superior de Artes, Ciencias y Comunicación IACC Trabajo del estudiante	1%
7	revistas.unife.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	expresionesdeintelectuales.blogia.com Fuente de Internet	1%

José Luis Venegas Kemper
DNI Nº 16720105
Asesor

9	docplayer.es Fuente de Internet	1 %
10	handbook.usfx.bo Fuente de Internet	1 %
11	repositorio.upao.edu.pe Fuente de Internet	1 %
12	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	1 %
13	www.elmedicointeractivo.com Fuente de Internet	<1 %
14	es.unionpedia.org Fuente de Internet	<1 %
15	www.unicef.cl Fuente de Internet	<1 %
16	dialnet.unirioja.es Fuente de Internet	<1 %
17	Submitted to EP NBS S.A.C. Trabajo del estudiante	<1 %
18	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1 %
19	produccioncientificaluz.org Fuente de Internet	<1 %
20	tesis.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	<1 %

José Luis Venegas Kemper
DNI Nº 16720105
Asesor

21	Submitted to Universidad Privada Antenor Orrego Trabajo del estudiante	<1%
22	es.slideshare.net Fuente de Internet	<1%
23	repository.lasalle.edu.co Fuente de Internet	<1%
24	Submitted to Universidad Nacional del Centro del Peru Trabajo del estudiante	<1%
25	issuu.com Fuente de Internet	<1%
26	kupdf.net Fuente de Internet	<1%
27	repositorio.uct.edu.pe Fuente de Internet	<1%
28	Submitted to Universidad Nacional San Agustin Trabajo del estudiante	<1%
29	pt.scribd.com Fuente de Internet	<1%
30	renati.sunedu.gob.pe Fuente de Internet	<1%
31	www.once.org Fuente de Internet	<1%

José Luis Venegas Kemper
DNI Nº 16720105
Asesor

turnitin

Recibo digital

Este recibo confirma quesu trabajo ha sido recibido por Turnitin. A continuación podrá ver la información del recibo con respecto a su entrega.

La primera página de tus entregas se muestra abajo.

Dr. José Luis Venegas Kemper
DNI N° 16720105
Asesor

Autor de la entrega:	Danette Pintado Garcia
Título del ejercicio:	Tesis de POSGRADO
Título de la entrega:	Modelo teórico para disminuir la procrastinación académica...
Nombre del archivo:	TESIS_DOCTORAL_DANETTE_PINTADO_GARC_A_24-7_para_tu...
Tamaño del archivo:	540.82K
Total páginas:	60
Total de palabras:	10,890
Total de caracteres:	59,980
Fecha de entrega:	25-jul.-2023 11:11a. m. (UTC-0500)
Identificador de la entre...	2136672043



UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUÍZ GALLO

FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN

UNIDAD DE POSGRADO

PROGRAMA DE DOCTORADO EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

TESIS

Modelo teórico para disminuir la procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad de la Amazonia Mario Peláez Bazán – Bagua Grande – Amazonas.

Presentada para optar el Grado Académico de Doctora en Ciencias de la Educación

Investigadora: Mg. Pintado Garcia, Danette

Asesor: Dr. Venegas Kemper, José Luis

Lambayeque, 14 de mayo 2024
Perú

Derechos de autor 2023 Turnitin. Todos los derechos reservados.

Dedicatoria

Dedico esta tesis a Dios, a mis padres y a mi hija. A Dios porque me ha acompañado en todo momento, protegiéndome y brindándome fortaleza para seguir adelante. A mis padres, quienes han velado por mi educación y bienestar, apoyándome y depositando su confianza en cada uno de los retos que se me presentaban. A mi hija, mi compañera en cada jornada, ella fue mi soporte y mi esfuerzo en cada momento. A todos ellos, dedico este proyecto, sin ellos no hubiese podido lograrlo.

Agradecimiento

A las autoridades de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo, por darme la oportunidad de fortalecer mi formación posgraduada con el propósito de mejorar mi desempeño como profesional.

Asimismo, a los alumnos del I Ciclo de la Carrera de Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán – Bagua Grande – Amazonas, por su apoyo durante el desarrollo de la investigación.

Índice

CONSTANCIA DE VERIFICACIÓN DE ORIGINALIDAD iv
CAPÍTULO I: DISEÑO TEÓRICO 15
1.1. Estado del arte 15
1.2. Bases epistemológicas 17
1.3. Antecedentes de la investigación 17
1.4. Bases teóricas 23
CAPÍTULO II: DISEÑO METODOLÓGICO 37
2.1. Tipo y Diseño de investigación 37
2.2. Población y Muestra 38
2.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos 38
2.4. Métodos y procedimientos para la recolección de datos 40
2.5. Análisis de los Datos 40
CAPÍTULO III: RESULTADOS 42
3.1. Análisis e interpretación de datos 42
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS 47
4.1. Discusión 47
CAPÍTULO V: PROPUESTA DE INTERVENCIÓN 51
5.1. Propuesta de Intervención 51
5.1.1. Denominación 51
5.1.2. Datos informativos 51
5.1.3. Objetivos 52
5.1.4. Introducción 52
5.1.5. Desarrollo del programa 56
5.1.6. Síntesis gráfica del modelo teórico 58
5.1.7. Recursos y evaluación 59
5.1.8. Conclusiones 59
CONCLUSIONES 61
RECOMENDACIONES 63
Bibliografía 64

INFORMACION GENERAL

- **TITULO:**
  Modelo teórico para disminuir la procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán – Bagua Grande – Amazonas.

- **AUTORA:**
  DANETTE PINTADO GARCIA

- **ASESOR:**
  JOSÉ LUIS VENEGAS KEMPER

- **LINEA DE INVESTIGACIÓN:**
  CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES

- **LUGAR:**
  LAMBAYEQUE

Resumen

El trabajo de investigación tuvo por objetivo general: Diseñar un modelo teórico psicopedagógico para disminuir la procrastinación académica en los estudiantes del I Ciclo de la carrera profesional Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán – Bagua Grande – Amazonas. El estudio es no experimental, descriptivo, con enfoque cuantitativo, denominado descriptivo simple propositivo. La muestra estuvo conformada por 90 alumnos del I Ciclo de la carrera de Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán – Bagua Grande - Amazonas, de quienes se recopiló información a través de la técnica de observación indirecta y un cuestionario sobre procrastinación académica; todos los datos que se han sido obtenidos fueron procesados por medio de la técnica estadística descriptiva. De manera global, sobre el nivel de Procrastinación académica, se halló que el 16% de las mujeres y el 10% de los varones poseen nivel bajo, el 29% tanto de las mujeres como de los varones el nivel medio, y nivel alto el 55% y 61% en mujeres y en varones respectivamente. Constatándose así, que el nivel alto tiene mayor índice, deduciéndose que la mayoría de los estudiantes tanto varones como mujeres, presentan problemas de procrastinación académica, toda vez que, por lo general, no cumplen con las tareas y sienten que tienen poca eficiencia para afrontarlas. Concluyendo que existe una alta incidencia de procrastinación en los estudiantes del I ciclo de la carrera profesional Ingeniería de Sistemas de la UMPB.

Palabras claves: Modelo teórico, procrastinación académica.

Abstract

The research work had the general objective: Design a psycho-pedagogical theoretical model to reduce academic procrastination in students of the I Cycle of the Systems Engineering professional career of the University of the Amazon Mario Peláez Bazán - Bagua Grande - Amazonas, 2015. The study is non-experimental, descriptive, with a quantitative approach, called descriptive simple purposeful. The sample consisted of 90 students of the I Cycle of the Systems Engineering career of the Mario Peláez Bazán University of the Amazon - Bagua Grande - Amazonas, from whom information was collected through the indirect observation technique and a questionnaire on procrastination. academic; All the data that have been obtained were processed by means of the descriptive statistical technique. Globally, regarding the level of academic procrastination, it was found that 16% of women and 10% of men have a low level, 29% of both women and men have a medium level, and a high level the 55% and 61% in women and men respectively. Thus, confirming that the high level has a higher index, deducing that the majority of students, both male and female, present problems of academic procrastination, since, in general, they do not comply with the tasks and feel that they have little efficiency to face them. Concluding that there is a high incidence of procrastination in the students of the first cycle of the Systems Engineering professional career at the UMPB.

Keywords: Theoretical model, academic procrastination

Introducción

La investigación tuvo como variable central a la procrastinación académica en estudiantes universitarios, entendida como un tiempo complejo del comportamiento que perjudica a personas de diferentes edades, sexo y estatus. Su concepto se encuentra relacionado con postergar las actividades que deberían realizarse en ese momento; sin embargo, son reemplazadas por otras acciones de muy baja importancia, pero de mayor satisfacción al llevarlas a cabo. Popularmente, es asumida como "pereza" (American Psyhcological Society Society of 2000, 2006).

Desde esa óptica, la presente investigación abordó el comportamiento de la variable procrastinación académica como problema existente en los alumnos del I Ciclo de la Carrera de Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán – Bagua Grande – Amazonas, donde se encontró un alto índice de incidencia de este problema que viene afectando su desempeño académico; situación preocupante que no sólo requiere reflexión profunda sino también búsqueda de alternativas de solución.

En esa dimensión, para superar la problemática detectada, la investigadora ha diseñado la propuesta de un Modelo Teórico Psicopedagógico, que, de manera muy particular, permita disminuir el nivel de procrastinación académica en los estudiantes investigados.

El estudio realizado se encuentra sistematizado en tres capítulos, organizados de forma lógica y coherente; de tal forma que quien pueda acceder a este trabajo, pueda comprenderlo.

El Capítulo I, Análisis del objeto de estudio, describe el contexto del estudio, el problema y sus características. Luego, se precisa la metodología que se utiliza en la investigación.

El Capítulo II, Marco Teórico, precisa los antecedentes y el fundamento científico, en donde se han incluido las teorías acerca de la procrastinación académica, así mismo, se desarrollan las variables de forma teórica y se incluye información sobre el modelo teórico.

El Capítulo III, Resultados de la investigación, describe los resultados, se analizan y son discutidos, en otras palabras, en este apartado se procesan los datos obtenidos por medio de la estadística descriptiva.

Posteriormente, se presentan las conclusiones y recomendaciones, finalmente, se registran las referencias bibliográficas empleadas y los anexos correspondientes.

CAPÍTULO I: DISEÑO TEÓRICO

1.1. Estado del arte

Las indagaciones recientes acerca de la procrastinación académica dentro del contexto peruano, tomando en compatibilidad las políticas universitarias centradas en el acompañamiento estudiantil, describen una serie de variables y categorías compatibles con el desempeño formativo. El papel de la universidad, dentro de sus prácticas de autonomía institucional, ha sido entendido como un eje normativo y de carácter pedagógico para que beneficie el fortalecimiento de los procesos de aprendizaje; no obstante, después del licenciamiento llegan a emerger nociones vinculadas con la psicología educativa, la ética del estudio y la responsabilidad personal, lo que vuelve necesario reconocer el escenario donde se han desarrollado las exploraciones desde distintos enfoques. Para el desarrollo del estado del arte acerca de la utilidad y la pertinencia del abordaje de la procrastinación se consideró la recolección de información que date del periodo anual 2022 hasta la actualidad, registrada en el software Mendeley, identificando un total de 141 artículos difundidos en el año 2022, 179 en el año 2023, 114 en el año 2024 y 11 en el año 2025. Además, dicho panorama ha demostrado que los resultados han resultado emergentes para poder abordar la problemática en el orden pedagógico y deontológico, lo cual sustentó la clara necesidad de contar con el diseño de un modelo teórico centrado en la reducción de la postergación de tareas en los estudiantes de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán de Bagua Grande, Amazonas.

Fu y Jiang (2025) han evidenciado que la práctica del ejercicio físico llega a ser considerado como un factor protector en cuanto a la postergación de actividades en estudiantes universitarios, al tener incidencia clara en variables de tipo emocional y de

autorregulación. Desde otra perspectiva, Huang y Zhu (2025), explican que todo apoyo docente ha sido percibido como un medio de reducción de la tendencia para el aplazamiento de tareas por medio del fortalecimiento de la autoeficacia académica, con diferencias de acuerdo con el género. En la misma línea, Khurshid et al. (2025) demuestran que la terapia cognitivo conductual disminuye el agotamiento académico, la conducta de autosabotaje y la ansiedad ante exámenes, elementos estrechamente vinculados con la dilación. Lu et al. (2025) señalan que la adicción al teléfono móvil incrementa el malestar psicológico y favorece la procrastinación cuando el autocontrol y el funcionamiento familiar resultan débiles. Asimismo, Önder et al. (2025) sostienen que los ritmos de actividad matutina influyen en el desgaste académico, teniendo a la dilación como mecanismo mediador. Rad et al. (2025) afirman que la baja autoeficacia y las dificultades para regular emociones permiten predecir mayores niveles de aplazamiento de responsabilidades formativas. Por otro lado, Sarwar et al. (2025), han establecido que la motivación académica del personal docente se encuentra claramente relacionado con la conducta dilatoria de los estudiantes por medio de la regulación emocional y en cuanto a hábitos de estudio. Savaş et al. (2025) han manifestado que el agotamiento digital se encuentra relacionado con la postergación, siendo la satisfacción vital y la fatiga variables que llegan a ser intervinientes en dicha relación. De igual modo, Vlachopanou et al. (2025) describen que la motivación, la dilación y el ajuste personal configuran perfiles estudiantiles que repercuten en el rendimiento. Xue et al. (2025) argumentan que la presión académica favorece la postergación cuando predominan estrategias de afrontamiento negativas.

El conjunto de todas estas investigaciones han demostrado una clara diversidad de enfoques que permiten la explicación del fenómeno y la necesidad de poder integrarlos en un modelo teórico que se llegue a encontrar centrado en la reducción de la

procrastinación de los estudiantes de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán de Bagua Grande, Amazonas, tomando en énfasis a factores pedagógicos, personales y contextuales que tienen incidencia en la organización del estudio y en la responsabilidad en términos de las tareas formativas.

1.2. Bases epistemológicas

La comprensión de la procrastinación académica también puede abordarse desde perspectivas como la ética del deber de Immanuel Kant (Peñalba y Betegón, 2024) y la ética de la responsabilidad de Hans Jonas (Torres, 2022). En base al pensamiento Kantiano, el cumplimiento de toda obligación formativa queda considerada como un imperativo de carácter racional que no tiene dependencia con recompensas externas, sino que se encuentran fundamentadas en el respeto de la dignidad propia como sujeto capaz de alcanzar la autodeterminación. Bajo dicha mira, el aplazamiento de tareas domésticas implica una contradicción con el deber personal de accionar conforme a principios que puedan convertirse en norma universal dentro de la vida del universitario. Por su parte, Jonas expone que todo tipo de acción debe de valorarse de acuerdo con efectos a largo plazo en cuanto a la existencia humana, lo cual permite la interpretación de la dilación del estudio como una conducta clara que llega a comprometer el futuro profesional y social de los estudiantes. Estas corrientes ofrecen fundamentos para un modelo teórico orientado a disminuir la procrastinación en los estudiantes de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán de Bagua Grande, Amazonas, al resaltar la necesidad de fortalecer la conciencia del deber, la responsabilidad frente al tiempo y el compromiso con el propio proyecto de vida.

1.3. Antecedentes de la investigación

A nivel internacional

Sobalvarro (2008), en su tesis denominada: "La Toma de Decisiones y la procrastinación", con la cual optaba el grado de Licenciatura, en la Universidad de San Carlos de la Guatemala, se planteó demostrar que algunas personas pueden desarrollar comportamientos inadecuados, como la procrastinación, en el aspecto laboral, que resulta por la inestabilidad ante la influencia de los estados indeseables y de la incapacidad para poder ser manejados por sujetos; quienes tienen características particulares de personalidad, con influencia de ansiedad, temor o frustración, ocasionando que las decisiones sean tomadas de forma errónea. Entre las conclusiones a la cual arribó tenemos:

Durante el proceso de tomar decisiones, existe una relación positiva con la emoción en la población. Así mismo, se ha demostrado por medio de las tendencias del gerente, una inclinación de presentar estados de ansiedad, generando que disminuya la capacidad de mantener el tiempo de concentración y atención en las actividades que se van a enfrentar, cambiando el comportamiento y la capacidad cognitiva de dicho sujeto.

Con respecto a la autoestima, se evidencia en los gerentes una tendencia a la autocrítica, involucrando sentimientos de displacer, pesimismo, culpa, fracaso y castigo, provocando desinterés. Esto se correlaciona de forma positiva con la teoría de Mann y se encuentra asociado al perfeccionismo mal adaptivo.

El estilo que toma es vigilante con mayor tendencia de demostrarse hipervigilante y evitativo; en este último aspecto, la tendencia se centra en la delegación de las responsabilidades y luego en la autojustificación y procrastinación.

Se rescata de Sobalvarro la idea que la toma de decisiones se relaciona con la procrastinación ya que depende de la primera para evitar incidir en la segunda, es decir, si no se adoptan decisiones responsables seremos presa fácil de la procrastinación.

Prieto y Raleigh (2013), en su tesis: "Propiedades Psicométricas de una Escala de Procrastinación Académica en universitarios de la Universidad Rafael Urdaneta en Venezuela", para optar por el título de Psicología, se formularon identificar las propiedades psicométricas de una escala de procrastinación en una población determinada. Su metodología fue no experimental y descriptiva, donde se tuvo como muestra a 362 alumnos. Las conclusiones a las cuales arribaron fueron:

La ansiedad y la procrastinación se relacionan de forma directa.

La autoestima y la procrastinación no se encuentran relacionados, ya que, a menor autoestima, el nivel de procrastinación será mayor.

Según lo señalado por **Harris y Sutton (citado por Binder, 2000),** la procrastinación académica es situacional, pues se evidencian variaciones con respecto a las razones y frecuencia en las que se postergan las actividades.

El trabajo de Prieto y Raleigh permite entender la naturaleza y alcances de la procrastinación académica dentro de los ámbitos universitarios; asimismo, la relación que establece entre la procrastinación y la autoestima, que permite asumir lo importante que resulta tener buen nivel de autoestima para evitar ser un procrastinador.

Paz, Brignardello, Sánchez y Paniagua en el año 2012, en la investigación denominada: ¿Puede amortiguar el engagement los efectos nocivos de la Procrastinación Académica? (Entendida engagement como "estado mental positivo

caracterizado por dedicación, absorción y vigor en el trabajo"), trabajo realizado de manera compartida entre la Universidad Nacional de Educación a Distancia y el Instituto Universitario de Educación a Distancia de la ciudad de Madrid en España, con una muestra depurada de 377 estudiantes de ambos sexos, con edades que oscilan entre 18 y 58 años; el objetivo principal de estudio fue: estudiar las características que limitan o garantizan el rendimiento y bienestar en los alumnos; concluyen:

La procrastinación académica y engagement se relacionan de forma inversa pero moderada.

Se llega a confirmar, la asociación entre la procrastinación y las variables que dificultan el proceso de estudio como: autorregulación escaza, poco tiempo para el estudio y la relación indirecta con la percepción de una adecuada preparación. Es importante considerar la correlación entre procrastinación y el mal control del tiempo, señalando que esta última acción es la característica propia de los procrastinadores.

La investigación de Paz, Brignardello, Sánchez y Paniagua corrobora que la aplicación de estrategias de estudio y manejo del tiempo, pueden disminuir ostensiblemente los niveles de procrastinación académica en los ámbitos estudiantiles.

A nivel nacional

Álvarez (2010), en un estudio denominado: "Diferencias entre procrastinación general y académica según el rol, género y grado de estudios, en alumnos de cuarto y quinto año de secundaria de colegios privados en Lima", con la participación de 235 alumnos, de los cuales: el 34% cursaban el cuarto año y 66% el quinto año; con respecto a su género, el 56,2% eran varones y 43,8% mujeres, concluyendo que no existe gran diferencia entre la procrastinación general y procrastinación académica según grado,

sexo y nivel de instrucción, pero esa mínima diferencia apunta a que la procrastinación prevalece en los ámbitos estudiantiles, y como el estudio propone realizar mayores investigaciones al respecto.

Resultan bastante ilustrativos los resultados de Álvarez toda vez que el problema de la procrastinación acoge por igual a cualquier persona, indistintamente de su estatus, por ello es conveniente reconocer que si no lo hemos tenido, puede ser que si no tomamos la decisión de dedicarnos por entero a aprender podríamos incidir en ello.

Díaz, Argumedo, Díaz y Calderón (2005), se propusieron investigar sobre la confiabilidad y estructura de tres escalas para evaluar la procrastinación crónica. Su muestra fue de 514 adultos y sus resultados fueron que las escalas demostraron altos niveles de consistencia interna, mientras que el análisis factorial, indicó una solución de tres factores para la escala e inventario de procrastinación general y un solo factor para la procrastinación en la toma de decisiones. Así mismo, se determinó que el estrato socio - económico señaló niveles mayores de procrastinación crónica en el sector con mayor índice de pobreza.

Se rescata de los investigadores citados, el aporte metodológico que arroja su estudio, al alcanzar instrumentos validados para recoger información y evaluar la variable procrastinación, muy útiles para los investigadores interesados en el tema.

También se encontró la investigación de **Delgado y Guevara (2014),** en su tesis para obtener el grado de magíster, denominada Motivación y procrastinación académica en los estudiantes del ciclo I de Tecnología Médica de la Universidad Nacional" de la ciudad de Jaén, la cual tenía como propósito determinar la relación que existe entre la motivación y procrastinación en alumnos de Tecnología Médica en una Universidad

en Jaén, con la finalidad de proyectar propuestas orientadas a fortalecer la motivación y disminuir la procrastinación. Dicho estudio contó con una muestra de 40 alumnos.

Sus conclusiones señalan:

No existe relación entre la dimensión acciones orientadas a la motivación y el Comportamiento de Aplazamiento de la Procrastinación en los alumnos evaluados, lo que significa que los estudiantes que poseen conductas de interés y esfuerzo para obtener el éxito no necesariamente muestran compromiso con la tarea, ni eficacia en la ejecución de las actividades.

Importantes resultan los resultados obtenidos por Delgado y Guevara en el sentido de que se determinó la relación existente entre dos variables presentes en los estudiantes universitarios, podría deducirse que, a mayor motivación de logro académico, menor procrastinación.

De igual manera, se ubicó la investigación de **Romero (2015),** titulada Aplicación del programa "No dejes para mañana lo que puedes hacer hoy" para disminuir la procrastinación académica en estudiantes de la Institución Educativa N° 16520 "Ricardo Palma" de San José de Lourdes; tesis para optar por magíster en la Universidad César Vallejo. Su metodología fue cuasi experimental, y su finalidad fue disminuir la procrastinación en los alumnos evaluados; el autor concluye indicando que según el pre test, el 77% de estudiantes se encontraban en el nivel alto, frente a un 0% del post test; por lo tanto, se confirma la efectividad de la aplicación del programa "No dejes para mañana lo que puedes hacer hoy" que permitió disminuir la procrastinación académica, generando en los estudiantes actitudes de no aplazamiento y de asumir adecuadamente los deberes escolares.

Se rescata de la investigación de Romero la certeza que sí es posible disminuir la actitud o tendencia procrastinadora en los estudiantes mediante un programa de intervención que permita revertir el problema y las consecuencias que genera.

1.4. Bases teóricas

1.4.1. Teorías sobre la procrastinación

A. Teoría sistémica

Esta teoría analiza las interacciones a partir de su contexto, centrando su mirada en el sistema y también en las posiciones que los propios individuos ocupan en él (Rosell y Más, 2003), es por eso, que para Sobalvarro (2009), el abordamiento de la procrastinación desde el modelo sistémico es no reduccionista, ya que considera la dinámica y las reacciones orgánicas de todos los sujetos, fortaleciendo la capacidad adaptativa de las personas, orientando su cultura, el cierre de brechas y su cultura, logrando de esta manera una mejor optimización en los resultados.

B. Teoría Neurocientífica

Según Postle, (2005, citado por Sobalvarro, 2008), la corteza dorsolateral prefrontal córtex y la occipitotemporal, involucran períodos de dilatación en acciones relacionadas a la ausencia de la distracción y memoria.

Todos los estados de procrastinación se encuentran asociados al circuito de recompensa, en donde se pueden obtener logros por medio del ciclo deseo, acción y recompensa que mantiene un grado de equilibrio y que inervan en el septum, núcleo acumbens, cerebro anterior medial, amígdala, corteza prefrontal y algunas partes del

tálamo, el cual informa la presencia de recompensas (Damasio, Bechara, Damasio, Ponto, Parvizi, Hichwa y Grabowski, 2000, citados por Sobalvarro, 2008).

C. Teoría Biológica de la Procrastinación

El estudio con mayor sustento sobre el origen biológico de la procrastinación es el que propone que dicho trastorno genera incapacidad del cerebro en la producción de dopamina, una molécula que actúa como neurotransmisor, y contribuye con la regulación de la presión, de los mecanismos de placer y la sensación de tener una recompensa después de haber realizado alguna actividad importante para nuestra subsistencia, por ejemplo; el comer o el haber tenido relaciones sexuales. No obstante, esta molécula, no se encuentra asociada a gran escala con el placer instantáneo; esto quiere decir que es responsable de indicar la recompensa que se puede llegar a recibir, pero no asegura que esa recompensa sea inmediata.

El síndrome déficit de atención con hiperactividad es un trastorno que se está produciendo de forma muy frecuente en los últimos años. Su impacto ha afectado el desarrollo de las personas que lo sufren y de aquellas que conviven con un paciente con TDAH. González (2008); declara que el principio activo se relaciona con una molécula que es precursora de la dopamina; de este modo, la molécula activa los receptores del neurotransmisor en las zonas del cerebro responsables de la sensación de recompensa, obteniéndose resultados positivos en aquellas personas que ante una lesión, los niveles de dopamina durante el estado de reposo son menores a la media, generando comportamientos de procrastinación (Lirio, 2010).

D. Teoría Psicodinámica:

La angustia que se experimenta al evitar realizar alguna tarea fue una de las ideas explicadas por Freud (1926, citado por Álvarez, 2010), quien expone que esta sensación es provocada como una señal de alerta para la persona, al demostrar el tipo de material reprimido que emerge de forma amenazante. Una vez que sea detectada esta sensación, la persona desarrolla diferentes mecanismos de defensa para evitar realizar la tarea.

E. Teoría Cognitivo conductual:

Ellis & Knaus (1977, citados por Delgado y Guevara, 2014), mencionan que la procrastinación es provocada porque la persona suele sentir miedo, ya que ha concebido un concepto erróneo de lo que involucra terminar la tarea de forma adecuada. Se proponen metas con estándares muy altos y poco reales conllevando al fracaso, por ello la persona al tratar de sosegar las consecuencias, aplazan el inicio de una actividad hasta que ya no sea posible culminarla. Es así como, se evita cuestionar las habilidades y capacidades requeridas para ejecutar dicha tarea.

1.4.2. La procrastinación académica

A. Concepto

Para entender la naturaleza de la procrastinación, es pertinente partir del significado que alcanza la RAE, donde se especifica que Procrastinación (del latín: *pro* = a favor de y *crastinare* = relativo al día de mañana), se define como la acción de aplazar el inicio o fin de una tarea, a través de la ejecución de otra actividad con menor importancia. Este problema no es lo mismo que hacer referencia a la holgazanería, ni mucho menos a un defecto en la organización personal.

Con relación a este término, es importante mencionar que en inglés el verbo "procrastinate", combina el término "pro", que quiere decir "hacia adelante", junto al término "crastinus", que significa "para mañana". En base a ello, los conceptos más actualizados, de acuerdo con Murat Balkis y Erdinc Duru (2007, p. 20, citados por Delgado y Guevara, 2014), tienen algunas dimensiones como: a) aplazar el tiempo; b) afrontamiento deficiente; c) una tarea que llega a ser percibida por el procrastinador como algo importante de realizar y d) el malestar subjetivo".

Por su parte, para Steel (2007), este término es comprendido como parte del patrón del comportamiento, caracterizado por dilatar de forma voluntaria la ejecución de actividades que tienen que ser presentadas en un tiempo establecido; así mismo, señala que la procrastinación tiene que ser considerada como un arquetipo humano, que necesita ser estudiado ya que genera efectos negativos para la organización y vida de las personas.

También suele ser entendida como un tiempo complejo del comportamiento que perjudica a personas de diferentes edades, sexo y estatus. Su concepto se encuentra relacionado con postergar las actividades que deberían realizarse en ese momento; sin embargo, son reemplazadas por otras acciones de muy baja importancia, pero de mayor satisfacción al llevarlas a cabo. Popularmente, es asumida como "pereza" (American Psyhcological Society Society of 2000, 2006).

Fisher (2001), al hacer referencia a la demora en las actividades, cuando la acción de demorar de forma innecesaria genera una experiencia subjetiva de malestar, donde el sujeto lo percibe como parte de un problema de su propio comportamiento, en otras palabras, hacer algo que no es útil en un punto determinado del trabajo que está siendo ejecutado.

Asimismo, Rothblum (1990, citado por Sánchez, 2010), señala que la procrastinación debe ser considerada como un hábito, en donde las personas realizan actividades gratificantes a corto plazo y postergan las que para ellas son desagradables y que presentan un refuerzo a largo plazo.

Por otro lado, la procrastinación también puede ser comprendida como un fenómeno en donde la persona que está siendo afectada se niega a cumplir con una responsabilidad, como la ejecución de una tarea, a pesar de sus buenas intenciones de aplazarlo y de los efectos negativos que se pueden presentar (Álvarez, 2010).

De lo antes señalado, se desprende que la procrastinación académica a pesar de ser conceptualizada como "la acción de retrasar de forma innecesaria las actividades académicas hasta producir malestar subjetivo" (Solomon y Rothblum, 1984, citados por Romero, 2015), forma parte de un patrón académico desadaptativo y prevalente, que ha sido investigado en el ámbito local y nacional.

En resumen, la procrastinación es asumida como:

- La conducta que aplaza la ejecución de actividades,

- Que resulta como un producto de calidad baja de comportamiento,

- Que implica una actividad que es recepcionada por el procrastinador como importante para realizar, y

- Que resulta como un estado donde se produce la alteración emocional; (Milgram, 1991, citado por Álvarez, 2010), incorpora los aspectos relativos a la emoción como un componente central en un proceso que presenta elementos adaptativos y biológicos

de la especie bajo el propósito de entender la procrastinación como parte de un resultado.

B. Antecedentes

Existen diferentes referencias que demuestran el interés sobre lo que involucra la procrastinación. En términos generales, se le entendía como un rasgo de comportamiento, un acto pecaminoso o una manifestación de pereza en una persona que denotaba acciones inmorales o peligrosas (Sánchez, 2010).

El conocido rey Hammurabi, en 1790 a.c., consideró a la procrastinación dentro de sus leyes a través del establecimiento de una fecha máxima para exponer las quejas, teniendo en cuenta que esas demoras por ser pecaminosas, tendrían que ser contrarrestadas con otras medidas. Todo ello, se relaciona con un conocido dicho de Turquía, que se preocupa por estos hechos en las culturas, este dice: " ¡No dejes para mañana, lo que puedes hacer hoy!

Steel (2007), identifica textos del poeta Hesíodo del año 800 a.c., que expresan la relación entre la dilatación de las actividades y la ruina. Después de 400 años, un historiador, Tucídides, se encontraba preocupado por el comportamiento de los soldados, resaltando que la procrastinación era el rasgo más criticable que podían presentar.

Otros personajes como Cicerón, mencionó que la lentitud y la procrastinación eran las características más despreciables de todo ciudadano. De este modo, los egipcios se llegaban a expresar por medio de dos verbos diferentes para hacer referencia a eventos iguales, a lo que conocemos como procrastinación, uno para hacer referencia a evitar de forma innecesaria el trabajo y esfuerzo, y otro para denotar el hábito de la pereza

para cumplir con las actividades (Ferrari y Emmons, 1995, citados por Romero, 2015).

En el siglo XVII, Walker reveló que existe: una relación entre el evitar hacer tareas, el pecado y la voluntad, ya que planteaba que las personas que aplazaban las labores lo hacían bajo su propia voluntad y eran considerados pecadoras por tal razón (Sánchez, 2010).

Estudios más recientes sobre la procrastinación relacionan a este fenómeno, con mayor tendencia, a la enfermedad, y de forma particular con el estrés, alteraciones de ánimo, humor y ansiedad, cerca de la fecha de vencimiento de los plazos de las actividades designadas.

C. Características

Para Neenan (2008, citado por Romero, 2015), la procrastinación actúa como un síndrome que pretende evadir la responsabilidad, dilatando el tiempo para hacer tareas, generando que el individuo rellene ese espacio con actividades ajenas. Esta costumbre de posponer puede ocasionar dependencia al internet, libros, comer de forma compulsiva, salir de compras, entre otras acciones que sirven como excusa para evadir las responsabilidades.

Ante ello, es importante destacar que no de forma necesaria este problema se encuentra vinculado con la depresión o con la baja autoestima. El temor del fracaso o el perfeccionismo, también suelen ser considerados factores para posponer, como el caso de no atender una cita o llamada, donde se debe tomar una decisión importante.

Por otro lado, el síndrome del estudiante, en términos sencillos hace referencia al hecho de que la gran parte de los alumnos posponen la presentación de sus actividades hasta el último día de la fecha límite. Así mismo, es importante considerar que este fenómeno se encuentra presente en otros grupos sociales y contextos; por ejemplo, en las temporadas cuando se acerca la fecha límite para presentar pagos o cuando las oficinas se saturan de clientes que asisten a realizar trámites en el último momento. Igualmente, se considera una conducta procrastinativa, la cual consiste en coleccionar opciones como pretexto para no elegir por ninguna en específico.

La procrastinación es considerada como un problema de organización y de autorregulación. Para ello, la solución más eficiente consiste en asegurar una correcta organización del tiempo, priorizando las actividades de vital importancia, las mismas que tienen un plazo de finalización más cerca. Quien procrastina alguna decisión por no sentir que está preparado, suele realizar las actividades después; por tal razón, se prevalece la conducta evasiva.

D. Causas de la procrastinación académica

Existen muchas posiciones sobre las probables causas de la procrastinación como autores escriben sobre ella. De este modo, se puede observar como un mecanismo, proceso, resultado o incluso una respuesta o síntoma.

Según Romero (2015), en la actualidad hay nuevas perspectivas de los causales de la procrastinación, así:

Los estudios Genético-Biológicos; según el estudio de Steel (2007), Arvey y colaboradores, el cual fue realizado en 118 gemelos idénticos y 93 gemelos fraternos, en los que se midió el nivel de procrastinación. Con los primeros gemelos, se llegó a

la conclusión que alrededor del 22% de la correlación se produjo por factores genéticos.

Por otro lado, Elliot (citado en Steel, 2007), se encargó de estudiar el equilibrio de la procrastinación, por lo cual usó pruebas tipo test en 281 personas. Obteniéndose, una correlación de 0.77, esto quiere decir que fue estable con el pasar del tiempo.

Ante este tipo de estudios, se puede determinar que la procrastinación tiene un precedente genético; por ello, es importante tener en cuenta que la influencia genética es de 22% y en el caso de los factores ambientales presenta una contribución superior a 78%.

También los **estudios Neuropsicológicos** de Hosseini y Khayyer (2009), fueron realizados para estudiar a 199 alumnos, bajo el propósito de determinar hasta qué punto los procesos de metacognición llegan a predecir la procrastinación académica. Para ello, hicieron uso de un modelo de regresión y llegaron a la conclusión que el pensar acerca de alguna posibilidad de sufrir algún tipo de daño o la baja autoconsciencia, predice de forma confiable la procrastinación.

Rabin, Fogel, & Nutter-Upham (2011), señalaron que la procrastinación se produce por fallas en las funciones cerebrales, como el caso de la autorregulación y la volición. Su estudio fue realizado en 212 universitarios con procrastinación. Así mismo, midieron las variables de inicio, inhibición, planificación, memoria de trabajo, monitoreo y organización. Como conclusión, señalaron que las alteraciones de estos componentes actúan como predictores de la procrastinación.

Estos estudios han permitido identificar la manera en la que se desarrollan los procesos de atención, juicio y creencias, relacionados con la conducta de procrastinar. De este

modo, han contribuido con afirmar que un procrastinador no es sujeto pasivo. Al contrario, se ha evidenciado que un procrastinador actúa como un procesador de información, que modifica procesos de pensamiento y de conducta (Ozer, Demir, & Ferrari, 2013).

Los **estudios sobre personalidad de** Van Eerde (2003, citado por Romero, 2015), demuestran que la relación negativa se llegó a presentar entre la procrastinación, responsabilidad y autoeficacia; mientras que la relación positiva se presentó con el autosabotaje; a diferencia de la emocionalidad, la cual presentó una relación moderada, y la motivación con el desempeño, los cuales estuvieron débilmente asociados.

Esta investigación también evidenció que la procrastinación guarda una relación negativa con la autoeficacia y responsabilidad, esto es, que las personas más meticulosas o las que son más eficientes para sustentar sus actividades, suelen procrastinar en menor escala.

Los **estudios conductuales,** demuestran que la conducta de elección es importante para entender la procrastinación académica, ya que como lo declara Steel (2011): "No todas las cosas suceden al mismo tiempo; a partir de la selección de qué es lo que se hará ahora y qué es lo que se dejará para después, es en donde radica la procrastinación".

Steel (2011), propone que "la impulsividad es el talón de Aquiles del procrastinador, esto hace referencia a vivir de forma impaciente y querer tenerlo todo en ese mismo instante"; a causa de que las personas impulsivas, tienen dificultades para autocontrolarse. Una persona con este comportamiento, presenta una baja capacidad

de soportar algún tipo de incomodidad en poco tiempo, a diferencia de una ventaja mucho mayor en un largo tiempo.

Otros trabajos, asocian a la procrastinación con mayor tendencia, a la enfermedad, y de forma particular con el estrés, alteraciones de ánimo, humor y ansiedad (Tice & Baumeister, 1997).

De este modo, el autocontrol de acuerdo con Rachlin (2000), guarda relación con la procrastinación con respecto a las dimensiones de la conducta como el tiempo y valor de las recompensas.

En términos generales, la procrastinación es el reflejo de las situaciones y características ambientales, las cuales promueven la selección de actividades diferentes con relación a las tareas designadas, como el caso de la demora para obtener recompensas, además de las características personales que llegan a promover la dilatación del tiempo, las cuales están relacionadas con una baja motivación.

E. Tipos de procrastinación

Según Ferrari (1992, citado por Delgado y Guevara, 2014) existen tres tipos de Procrastinación:

a. Procrastinación por activación:

En este punto, se establece que hay personas que cuentan con ciertas características como extroversión, falta de autocontrol, búsqueda de sensaciones y rebelión. En efecto, las personas que presentan estas características son aquellas que su trabajo resulta ser mejor al estar bajo presión, aplazando las actividades y esforzándose más

para trabajar bajo el reloj. De este modo, la sensación de presión los obliga a dar un mayor esfuerzo para alcanzar su cometido.

b. Procrastinación por evitación:

Refiere este tipo de procrastinación como un fuerte deseo por cumplir con expectativas propias o del entorno, entonces produce temor y ansiedad al fallar, aprecian la tarea como difícil y la persona no desea realizarla. En los dos casos la procrastinación se vuelve un instrumento de reforzamiento, donde ante la preocupación excesiva que se genera por el vencimiento de plazos, se busca reducir la experiencia subjetiva negativa mediante la procrastinación. Ello busca aliviar la ansiedad y termina reforzando la conducta evitativa, y ya que la evitación logra reducir la ansiedad persiste el patrón de evitación de la tarea.

Por otro lado, menciona el temor a fallar, debido a que el miedo por lo general produce evitación, temor a conseguir logros o fallar, se considera como resultado de una conducta evitativa. Además, la evitación de la tarea aversiva, que se caracteriza por la percepción de la tarea como difícil, pesada o aburrida debido a que se atribuye que implica más esfuerzo y produce mayor ansiedad y mientras más aburrida, difícil y frustrante se percibe una tarea, tienen más probabilidades de que sea postergada. Y por último la procrastinación y pensamientos irracionales, que se considera como un hábito o rasgo, derivada especialmente de una filosofía autoderrotista. Refieren que dicha creencia profesa hacer cosas a un nivel perfecto y por tal razón nada llega a realizarse.

c. Procrastinación en la toma de decisiones:

Se describe como la demora consciente para tomar decisiones percibidas como estresantes, en un contexto específico. Para el procrastinador el proceso para tomar

una decisión involucra buscar información sobre el tema a decidir, pues de esta forma se minimizan riesgos y se logra tener mayor certeza. Suele suceder que este tipo de personas poseen un bajo autoconcepto y dudas sobre su desempeño.

d. Consecuencias de la procrastinación

De acuerdo con Steel (2007), la procrastinación se presenta en diversos campos, por ejemplo: en el ámbito laboral, en el ámbito político, en el ámbito bancario y en el ámbito educativo, entre otros.

- Senécal y Guay (2000) señalan que a nivel laboral las personas que procrastinan tienden a no asumir cargos que impliquen altos niveles de responsabilidad, razón por la cual pueden experimentar fracaso constantemente.

- En el ámbito político las personas que evidencian comportamientos de procrastinación suelen postergar la toma de decisiones frente a la aprobación de proyectos y de leyes.

- En el ámbito bancario las personas tienden a no tomar decisiones financieras que comprometan de forma significativa los recursos.

- En el ámbito educativo las personas tienden a dejar la realización de actividades académicas cuando la fecha de entrega está muy cerca, de igual forma suelen realizar muy pocas actividades y evitan asumir responsabilidades en el trabajo de grupo.

- Entre las consecuencias académicas más comunes que presentan los estudiantes que procrastinan están las calificaciones más bajas, el mayor ausentismo a clase y la mayor incidencia de reprobación, así como también tasas de

deserción más altas, en comparación con aquellos estudiantes que solo procrastinan de manera esporádica.

- Ferrari y Emmons (1995) indican que los estudiantes procrastinadores presentan los niveles de estrés más altos, se enferman más y obtienen las calificaciones más bajas en su desempeño académico cotidiano y en sus exámenes.

La procrastinación académica también conlleva a consecuencias emocionales importantes. Por ejemplo, una vez que los individuos toman conciencia de que procrastinan, llegan a experimentar diferentes estados emocionales asociados con inadecuación personal, autodesprecio, vergüenza, culpa, frustración, hostilidad, ansiedad e incluso depresión (Neenan, 2008; García, 2009).

CAPÍTULO II: DISEÑO METODOLÓGICO

2.1. Tipo y Diseño de investigación

Una vez definido qué investigar y de realizar la revisión teórica junto al motivo por el cual se realiza dicha investigación, se llegó a observar el alcance que tendrá, es decir se define la metodología a seguir, entonces hay que resolver qué tipo de estudio se asumirá, esta reflexión es de suma importancia, pues el alcance de este estudio depende de la estrategia de investigación. Así, para Hernández, Fernández y Baptista (2010) "Los procesos serán diferentes en investigaciones que tengan alcance descriptivo, correlacional, explicativo o exploratorio" (p. 78).

La investigación realizada adoptó los siguientes tipos:

Según el enfoque, este estudio fue cuantitativo debido a que los datos recopilados fueron sometidos a un análisis estadístico; de este modo, fueron cuantificados y expresados de forma numérica.

Según su nivel de profundidad, la investigación se enmarcó en los estudios descriptivos toda vez que se realizó para describir una situación problemática (Hernández, et al., 2010), para el estudio, referida a la incidencia de la procrastinación académica en estudiantes de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán – Bagua Grande - Amazonas, y, frente a ella proponer un modelo teórico como alternativa de solución al problema y/o para tomar decisiones, etc.

El diseño de investigación fue de carácter no experimental, correspondiente al descriptivo propositivo, cuyo diagrama es el siguiente:

M ----- O P

Donde:

M: Representa la muestra, integrada por los estudiantes de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán – Bagua Grande

O: Representa la información sobre la incidencia de la procrastinación académica, que se obtendrá de la muestra.

P: Propuesta de un modelo teórico

2.2. **Población y Muestra**

La población estuvo conformada por los estudiantes del I Ciclo de la carrera profesional Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán – Bagua Grande - Amazonas, según se indica en el siguiente cuadro:

CICLO	Estudiantes según sexo		TOTAL
	H	M	
I	59	31	90

FUENTE: Registro de Matrícula año 2015.

2.3. **Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

De gabinete

Se usó *el análisis* documental, consistente en el examen de documentos diversos con el propósito de obtener información; dentro de la investigación esta técnica se empleó para la revisión de los instrumentos de gestión existente en la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán – Bagua Grande – Amazonas, a fin de determinar el estado real de la procrastinación académica.

De campo:

La encuesta, es un tipo de técnica que sirve para recopilar datos y acopiar información con relación al tema tratado. En este caso, fue utilizada para identificar el nivel de procrastinación académica de la muestra designada.

La observación, consiste en reparar en los hechos con la finalidad de caracterizarlos, dentro del estudio, ayudó a verificar las bondades y limitaciones del modelo teórico propuesto.

Considerando que la investigación se centra en el recojo de informaciones diversas para determinar el estado real de la variable dependiente; se aplicó el cuestionario, para obtener información sobre la procrastinación académica. Asimismo, se utilizó la Ficha de observación para evaluar la pertinencia del modelo teórico, diseñado para disminuir la procrastinación académica en los universitarios.

El cuestionario sobre procrastinación académica está diseñado en 24 ítems, distribuidos equitativamente entre sus dos dimensiones: 12, para cumplimiento de la tarea y 12 eficiencia para afrontar la tarea, con escala tipo Likert (Siempre, A veces y Nunca), aplicado para determinar el nivel de Procrastinación Académica en los alumnos.

Antes de aplicar el cuestionario a las unidades de análisis incluidas dentro de la muestra se creyó conveniente someterlo a un proceso de validación y confiabilidad. Esta validación se hizo por el juicio de dos expertos conocedores de la temática con grado académico de doctor, quienes revisaron y emitieron su veredicto final, con sus observaciones y sugerencias que permitieron mejorarlo (Anexo N° 03). El análisis de confiabilidad se realizó la prueba piloto a estudiantes de la carrera de Ingeniería de

Sistemas de la Universidad De la Amazonia Mario Peláez Bazán de Bagua Grande, luego se estimó aplicando la prueba Alfa de Cronbach, habiéndose obtenido el índice de 0.987, indicando que posee una confiabilidad alta (Anexo N° 04).

2.4. Métodos y procedimientos para la recolección de datos

Para la recolección de datos se emplearon los siguientes métodos y procedimientos: **Método histórico**. Se utiliza en el estudio de la evolución de los problemas, los encuestados, las tendencias, las teorías que sustentan las recomendaciones educativas y la realidad situacional del campo de estudio.

Método lógico. Brinda la oportunidad de observar las variables estudiadas, formular una matriz de relaciones lógicas, preguntas, objetos de investigación, objetivos generales, áreas de esfuerzo, hipótesis, tareas (objetivos específicos), sacar conclusiones.

Método inductivo – deductivo. Se aplica la sistematización del proceso de investigación utilizando las relaciones entre preguntas, objetivos, variables, poblaciones, muestras, diseño de investigación, métodos, herramientas de investigación y operacionalización de resultados, así como la formulación de conclusiones y recomendaciones.

2.5. Análisis de los Datos

Después de obtener los datos, fueron procesados por medio de una técnica estadística para efectuar el análisis correspondiente, teniendo en cuenta los procedimientos de la estadística descriptiva y la representación numérica a través de tablas y gráficas. Así

mismo, al momento de procesar la información, se tuvo que hacer uso del Excel, el cual permitió la organización de los datos de las variables y dimensiones.

Finalmente, se diseñaron cuadros y gráficos para comprender con mayor facilidad la información presentada

CAPÍTULO III: RESULTADOS

3.1. Análisis e interpretación de datos

Por tratarse de una investigación con enfoque cuantitativo, en el presente capítulo se presenta el procesamiento correspondiente de los datos recogidos, mediante la estadística descriptiva.

De acuerdo a la naturaleza del trabajo de investigación, se describen en este capítulo los resultados cuantitativos referidos al nivel de procrastinación académica en estudiantes de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán – Bagua Grande – Amazonas.

TABLA Nº 01

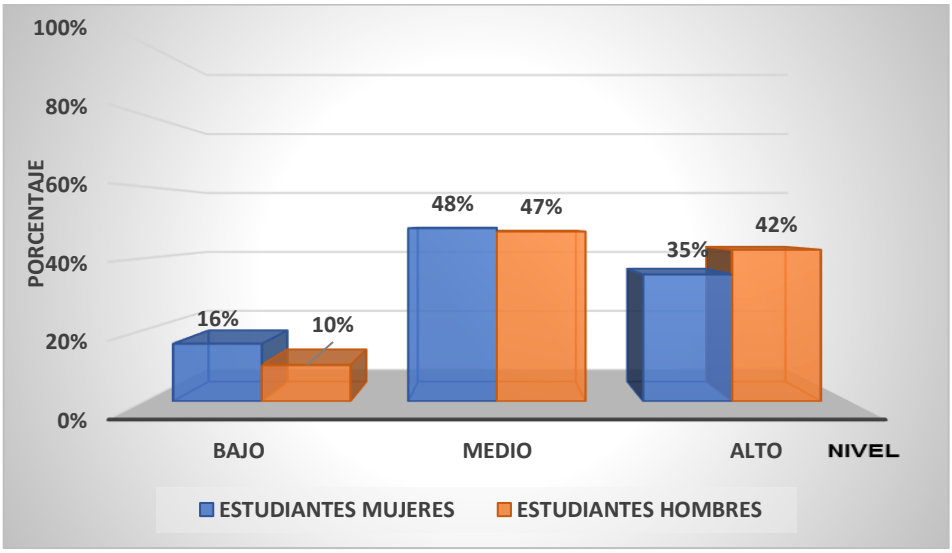
Distribución porcentual del nivel de Procrastinación académica, en su dimensión **Cumplimiento de la tarea,** en los estudiantes del I ciclo de la carrera profesional Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán de Bagua Grande.

Nivel	Dimensión			
	Cumplimiento de la tarea			
	ESTUDIANTES MUJERES		ESTUDIANTES HOMBRES	
	fi	%	fi	%
BAJO	5	16	6	10
MEDIO	15	48	28	47
ALTO	11	35	25	42
TOTAL	31	100	59	100

FUENTE: Base de datos del cuestionario sobre procrastinación académica aplicado a los estudiantes del I ciclo de la carrera profesional Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán de Bagua Grande.

GRÁFICA Nº 01

Distribución porcentual del nivel de Procrastinación académica, en su dimensión **Cumplimiento de la tarea,** en los estudiantes del I ciclo de la carrera profesional Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán de Bagua Grande.



FUENTE: Tabla Nº 01

Descripción e interpretación:

En la tabla precedente se muestran los resultados obtenidos en porcentajes, sobre el nivel de Procrastinación académica, en su dimensión Cumplimiento de la tarea, apreciándose que el 16% de las mujeres y el 10% de los varones poseen nivel bajo, el 48% de las mujeres y el 47% de los varones nivel medio, y en el nivel alto el 35% y 42% de mujeres y varones respectivamente. Constatándose que en la dimensión Cumplimiento de la tarea, el nivel alto tiene mayor incidencia, por lo que se infiere que la mayoría de estudiantes tanto varones como mujeres tiene actitudes de aplazamiento y poca decisión para realizar las tareas.

TABLA Nº 02

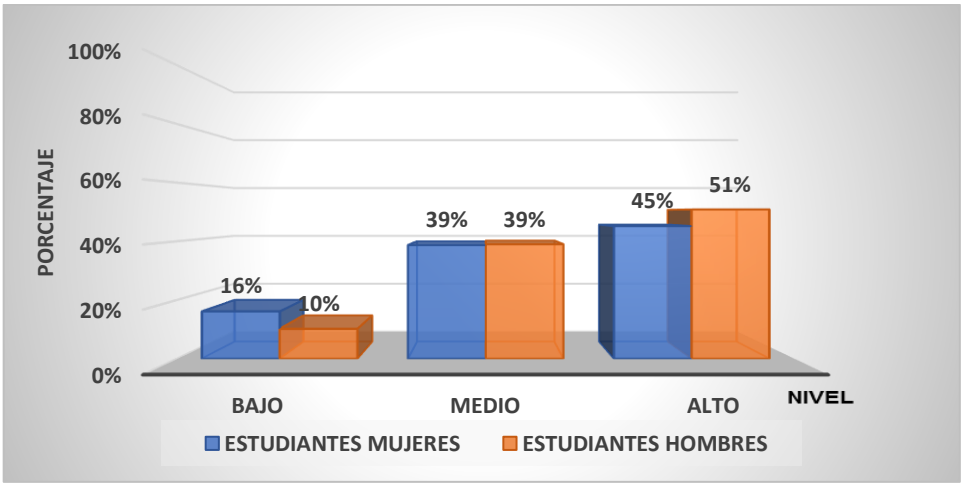
Distribución porcentual del nivel de Procrastinación académica, en su dimensión **Eficiencia para afrontar la tarea,** en los estudiantes del I ciclo de la carrera profesional Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán de Bagua Grande.

Nivel	Dimensión			
	Eficiencia para afrontar la tarea			
	ESTUDIANTES MUJERES		ESTUDIANTES HOMBRES	
	f_i	%	f_i	%
BAJO	5	16	6	10
MEDIO	12	39	23	39
ALTO	14	45	30	51
TOTAL	31	100	59	100

FUENTE: Base de datos del cuestionario sobre procrastinación académica aplicado a los estudiantes del I ciclo de la carrera profesional Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán de Bagua Grande.

GRÁFICA Nº 02

Distribución porcentual del nivel de Procrastinación académica, en su dimensión **Eficiencia para afrontar la tarea,** en los estudiantes del I ciclo de la carrera profesional Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán de Bagua Grande.



FUENTE: Tabla Nº 02

Descripción e interpretación:

En la Tabla N° 02 se muestran los resultados obtenidos en porcentajes, sobre el nivel de Procrastinación académica, en su dimensión Eficiencia para afrontar la tarea; apreciándose que el 16% de las mujeres y el 10% de los varones se ubican en el nivel bajo, el 39% tanto de las mujeres y los varones en el nivel medio, y en el nivel alto el 45% y 51% de mujeres y varones respectivamente. Constatándose que en la dimensión Eficiencia para afrontar la tarea, el nivel alto tiene mayor incidencia, por lo que se infiere que la mayoría de estudiantes tanto varones como mujeres tienen limitada percepción de la tarea que van a realizar y poca preparación para desarrollarla.

TABLA Nº 03

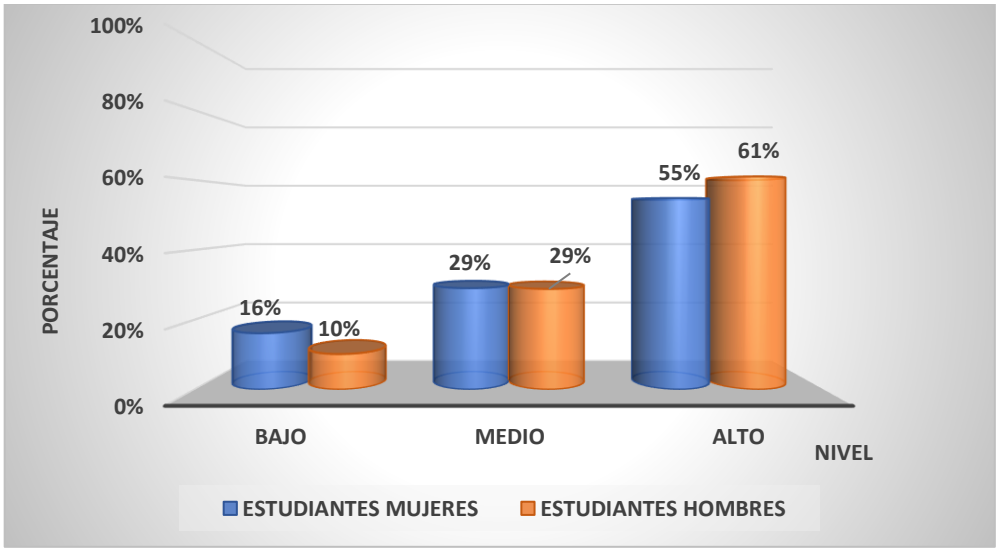
Distribución porcentual del nivel de Procrastinación académica, en los estudiantes del I ciclo de la carrera profesional Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán de Bagua Grande.

Nivel	Variable: Procrastinación Académica.			
	ESTUDIANTES MUJERES		ESTUDIANTES HOMBRES	
	f_i	%	f_i	%
BAJO	5	16	6	10
MEDIO	9	29	17	29
ALTO	17	55	36	61
TOTAL	31	100	59	100

FUENTE: Base de datos del cuestionario sobre procrastinación académica aplicado a los estudiantes del I ciclo de la carrera profesional Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán de Bagua Grande.

GRÁFICA Nº 03

Distribución porcentual del nivel de Procrastinación académica, en los estudiantes del I ciclo de la carrera profesional Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán de Bagua Grande.



FUENTE: Tabla Nº 03

Descripción e interpretación:

En la tabla precedente se muestran los resultados obtenidos en porcentajes, sobre el nivel de Procrastinación académica, en los estudiantes del I ciclo de la carrera profesional Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán. Apreciándose que el 16% de las mujeres y el 10% de los varones poseen nivel bajo, el 29% tanto de las mujeres como en los varones nivel medio, y nivel alto el 55% y 61% en mujeres y en varones respectivamente.

Constatándose así, que el nivel alto tiene mayor porcentaje, deduciéndose que la mayoría de estudiantes tanto varones como mujeres, por lo general, no cumplen con las tareas y sienten que tienen poca eficiencia para afrontarlas. Concluyendo que existe una alta incidencia de procrastinación en los estudiantes del I ciclo de la carrera profesional Ingeniería de Sistemas de la UMPB.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1. Discusión

La investigación abordó como variable dependiente a modificar la procrastinación que, según Steel (2007), la procrastinación o dilación es entendida como un patrón de comportamiento que se caracteriza por aplazar voluntariamente la realización de actividades que deben ser entregadas en un momento establecido. Siendo este comportamiento el objeto de estudio, el objetivo general del trabajo de investigación fue Diseñar un modelo teórico psicopedagógico para disminuir la procrastinación académica en los estudiantes del I Ciclo de la carrera profesional Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán – Bagua Grande – Amazonas, 2015.

Para alcanzar dicho objetivo, se atendió al logro de los objetivos específicos, así, el primero de ellos precisa: Identificar el nivel de procrastinación académica en los estudiantes del I Ciclo de la carrera profesional Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán.

Al respecto, los resultados obtenidos se muestran en la Tabla N°03, de manera global, sobre el nivel de Procrastinación académica, hallándose que el 16% de las mujeres y el 10% de los varones poseen nivel bajo, el 29% tanto de las mujeres como de los varones el nivel medio, y nivel alto el 55% y 61% en mujeres y en varones respectivamente. Constatándose así, que el nivel alto tiene mayor índice, deduciéndose que la mayoría de estudiantes tanto varones como mujeres, presentan problemas de procrastinación académica, toda vez que, por lo general, no cumplen con las tareas y sienten que tienen poca eficiencia para afrontarlas. Concluyendo que existe una alta

incidencia de procrastinación en los estudiantes del I ciclo de la carrera profesional Ingeniería de Sistemas de la UMPB.

Sobre este problema Steel (2007), indica que en el ámbito educativo los estudiantes tienden a dejar la realización de actividades académicas cuando la fecha de entrega está muy cerca, de igual forma, suelen realizar muy pocas actividades y evitan asumir responsabilidades en el trabajo de grupo. De allí que, entre las consecuencias académicas más comunes que presentan los estudiantes que procrastinan están las calificaciones más bajas, el mayor ausentismo a clase y la mayor incidencia de reprobación, así como también tasas de deserción más altas, en comparación con aquellos estudiantes que solo procrastinan de manera esporádica.

También sobre las consecuencias de la procrastinación académica, Ferrari y Emmons (1995) indican que los estudiantes procrastinadores presentan los niveles de estrés más altos, se enferman más y obtienen las calificaciones más bajas en su desempeño académico cotidiano y en sus exámenes.

De otro lado, los resultados obtenidos en la presente investigación guardan relación con el estudio realizado por Delgado y Guevara (2014) en su tesis, denominada Motivación de logro académico y procrastinación académica en los estudiantes del ciclo I de Tecnología Médica de la Universidad Nacional" de la ciudad de Jaén, cuyo propósito fue determinar la relación que existe entre la Motivación de Logro Académico y la Procrastinación Académica en los estudiantes del ciclo I de Tecnología Médica de la Universidad Nacional de Jaén – 2013, con la finalidad de proyectar propuestas orientadas a fortalecer la Motivación de Logro Académico y disminuir la procrastinación académica. Las conclusiones que arribaron fueron: No existe relación significativa entre el nivel de la dimensión acciones orientadas al logro de la

motivación de logro académico y la dimensión Comportamiento de Aplazamiento de la Procrastinación Académica en los Estudiantes del Ciclo I de Tecnología Médica de la Universidad Nacional de Jaén – 2013, lo que significa que los estudiantes que poseen conductas de interés y esfuerzo para obtener el éxito, no necesariamente muestran compromiso con la tarea, ni eficacia en la realización de la tarea.

Para analizar mejor los resultados de este presente trabajo de investigación sobre procrastinación académica, se hizo un detalle minucioso por dimensiones. En cuanto a la dimensión Cumplimiento de la tarea, se obtuvieron resultados en porcentajes los mismos que se evidencian en la Tabla N°01, apreciándose que el 16% de las mujeres y el 10% de los varones poseen nivel bajo, el 48% de las mujeres y el 47% de los varones nivel medio, y en el nivel alto el 35% y 42% de mujeres y varones respectivamente. Constatándose que en la dimensión Cumplimiento de la tarea, el nivel alto tiene mayor incidencia, por lo que se infiere que la mayoría de estudiantes tanto varones como mujeres tiene actitudes de aplazamiento y poca decisión para realizar las tareas.

Asimismo, en lo referente a los resultados de la dimensión Eficiencia para afrontar la tarea, contenidos en la Tabla N° 02, se halló que el 16% de las mujeres y el 10% de los varones se ubican en el nivel bajo, el 39% tanto de las mujeres y los varones en el nivel medio, y en el nivel alto el 45% y 51% de mujeres y varones respectivamente. Constatándose que en la dimensión Eficiencia para afrontar la tarea, el nivel alto tiene mayor incidencia, infiriéndose que la mayoría de estudiantes tanto varones como mujeres tienen limitada percepción de la tarea que van a realizar y poca preparación para desarrollarla.

Como se evidencia, en estas dos dimensiones el porcentaje más alto incide en el nivel alto, con mayor proporción en los estudiantes varones, lo que nos permite inferir que ellos al presentar nivel más elevado, procrastinarían más frecuentemente que sus compañeras.

Reflexionar sobre estos resultados conducen a señalar, a manera de resumen, que la procrastinación puede ser el reflejo de características ambientales y situaciones que promueven la elección de otras actividades distintas a las tareas asignadas según sus consecuencias, como en el caso de la demora en obtener recompensas o la aversión a la tarea, además de características personales que promueven el aplazamiento, vinculadas con una baja motivación al logro.

CAPÍTULO V: PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

5.1. Propuesta de Intervención

El programa de intervención estuvo destinado a cien estudiantes del I Ciclo de la Carrera Profesional Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán – Bagua Grande – Amazonas, responde a un objetivo general y dos objetivos específicos.

5.1.1. Denominación

Propuesta de un Modelo Teórico para disminuir la procrastinación académica en estudiantes del I Ciclo.

5.1.2. Datos informativos

Denominación	: Propuesta de un Modelo Teórico para disminuir la procrastinación académica en estudiantes del I Ciclo
Universidad	: Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán
Dirección	: Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán
Modalidad	: Superior universitaria
Auspicia	: Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo
Asesor	: Dr. José Luis Venegas Kemper
Año	: 2015
Investigadora	: Mg. Danette Pintado Garcia

5.1.3. **Objetivos**

Objetivo General

Disminuir la procrastinación académica en los estudiantes del I Ciclo de la Carrera Profesional Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán – Bagua Grande – Amazonas, mediante la propuesta de un modelo teórico.

Objetivos Específicos

- ✓ Revisar el estado de la procrastinación académica en los estudiantes del I Ciclo de la Carrera Profesional Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán – Bagua Grande.
- ✓ Diseñar la propuesta de un modelo teórico con enfoque psicopedagógico para disminuir la procrastinación académica en los estudiantes del I Ciclo de la Carrera Profesional Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán – Bagua Grande.

5.1.4. **Introducción**

El diseño del modelo teórico descansa en el análisis de la problemática detectada de la cual parte la investigación y, por ende, la presente propuesta educativa toma en cuenta que la procrastinación como patrón de comportamiento caracterizado por aplazar voluntariamente la realización de actividades que deben ser entregadas en un momento establecido, viene afectando a los estudiantes universitarios, generando en ellos baja autoestima, déficit en autoconfianza, déficit de auto-control, depresión, comportamientos de desorganización y en algunos casos

perfeccionismo, impulsividad disfuncional y ansiedad; lo que a su vez acarrea en ellos bajo rendimiento académico.

En esa dimensión, la propuesta se enmarca en la necesidad de diseñar un modelo teórico con enfoque sicopedagógico en el que se involucre a los diferentes agentes de la comunidad universitaria comprometidos con el fortalecimiento de la formación profesional de los estudiantes universitarios.

a. Fundamento científico

Científicamente, la propuesta se enmarca en los aportes teóricos sobre los modelos, concibiéndolos como un medio del pensamiento científico, una forma peculiar de abstracción de la realidad y constituye un sistema de representación. Como lo señala (Colunga y García, 2005), el modelo teórico permite construir, ilustrar y optimizar la actividad teórico-práctica y valorativa del hombre de allí que constituya un recurso eficaz para predecir acontecimientos, para anticipar hechos aún no observados.

Sobre el tema, para Chacín (2008), el modelo es un espacio conceptual que facilita la comprensión de la realidad compleja, ya que selecciona el conjunto de elementos más representativos, descubriendo la relación entre ellos y profundizando en la implicación que la práctica aporta para investigar y derivar nuevos conocimientos.

Entonces, considerando que el aspecto central de la presente investigación es diseñar un modelo teórico, éste es asumido como la construcción mental descrita por la investigadora para representar el conocimiento surgido en la observación del objeto de estudio, es decir, la disminución de la procrastinación

Asimismo, el modelo propuesto, respeta lo precisado por (Colunga y García, 2005), toda vez que se interpreta en la teoría científica. La teoría establece el significado de las variables, relaciones y constantes del modelo. Además, la teoría hace explícita y desarrolla todas las propiedades y relaciones implícitas en el modelo, representándolas de manera sistematizada e ideal y destacando la estructura, dinámica y leyes de desarrollo del fenómeno.

De lo expresado en los párrafos precedentes, se infiere lo vital de tener presente que el modelo teórico como proceso complejo de creación sustentado en la abstracción que se proyecta para su generalización y concreción, no puede verse desligado de los conocimientos teóricos y prácticos, así como de la información correspondiente pero necesaria que fundamenta y explica, con la precisión y la esencia requerida, el proceso investigado u objeto de trabajo.

b. Fundamento sociológico

Sociológicamente, el modelo propuesto se fundamenta en la necesidad de superar la procrastinación académica en los estudiantes universitarios por las consecuencias sociales que puede acarrear este problema, toda vez que el procrastinador es consciente de que al experimentar emociones como el autodesprecio, vergüenza, culpa, depresión, frustración, ira, ansiedad, entre otras, no sólo se verá afectado el aspecto personal en su vida sino también su desenvolvimiento en la sociedad a la que pertenece; de allí que el modelo debe contemplar el componente social en el estudiante.

c. Fundamento educativo

Este fundamento se refiere al proceso educativo, donde, en el estudiante, cumplir su rol hoy en día conlleva una serie de retos que debe enfrentar tanto el que inicia como el que finaliza los estudios superiores en nuestro medio, y que claro está se presentan igualmente, a lo largo de toda su formación profesional asociados a circunstancias de índole familiar, social, económica, entre otras, sin dejar de lado los retos personales que engloban un conjunto de aspectos emocionales que en la mayoría de los casos no son resueltos y que por ende inciden sobre todo en el rendimiento académico, base de la formación del futuro profesional.

De otra parte, se sustenta en lo señalado por Alberto Bandura (1997, citado por Alegre, 2012), en relación a que en el estudiante la autoeficacia personal es una de las influencias motivacionales más importantes sobre el logro académico, porque los aprendices se comprometen con una meta específica de aprendizaje basados en el juicio de las capacidades propias para enfrentar una probable situación difícil, condicionando así el inicio y la persistencia en una actividad de estudio. Sin embargo, la actitud de postergar o aplazar la actuación en el contexto educativo tiende a volverse crónica en los estudiantes, y esta se refleja en el retraso en la realización de una actividad o tarea, y la búsqueda de excusas para justificar dicha conducta.

d. Fundamento psicopedagógico

El modelo teórico propuesto se sustenta en que superar la incidencia de la procrastinación académica favorecerá en los estudiantes el desarrollo de capacidades de equilibrio personal, de relación interpersonal, de inserción social y desarrollo cognitivo, prestando especial atención al aprendizaje de habilidades

que permitan aprender a aprender e interpretar, a organizar, analizar y utilizar la información, sobre la base de asumir responsablemente el cumplimiento de las tareas académicas, desechando todo comportamiento que impida su realización oportuna.

Obviamente, alcanzar este estado de cosas implica de parte del docente, transformar los procesos pedagógicos de forma que todos los estudiantes construyan aprendizajes de calidad, debiendo para ello implementar una variedad de situaciones y estrategias para promover que todos y cada uno se haga responsable directo de su desempeño académico, además, que participen activamente en su proceso de aprendizaje y cooperen entre ellos.

De igual modo, el modelo teórico alcanza a quienes gestionan la universidad, cuya responsabilidad es generar condiciones adecuadas para los miembros de la comunidad universitaria a efectos de posibilitar la incorporación de alternativas innovadoras que optimicen la formación profesional de los estudiantes universitarios.

5.1.5. **Desarrollo del programa**

A. Marco conceptual

a) Aprendizaje

Es el proceso de adquisición de conocimientos, habilidades, valores y actitudes, posibilitado mediante el estudio, la enseñanza o la experiencia; enmarcado en el constructivismo, este proceso de carácter interno y social se produce cuando hay cambio de esquemas mentales como resultado del enfrentamiento entre el conocimiento ya tenido y el nuevo conocimiento.

b) Procrastinación académica

Es la tendencia irracional que aqueja a los estudiantes mediante la que retrasa el comienzo o finalización de una tarea académica, es decir, la tendencia más o menos arraigada de demorar, sin motivo verdadero, la realización de las tareas escolares en cualquier nivel.

c) Procrastinación general

Es el hábito o costumbre que poseen ciertas personas de posponer ciertas actividades, ocupaciones, tareas y situaciones que deben ser atendidas en un determinado momento, reemplazándolas por otras menos importantes, pero más agradables.

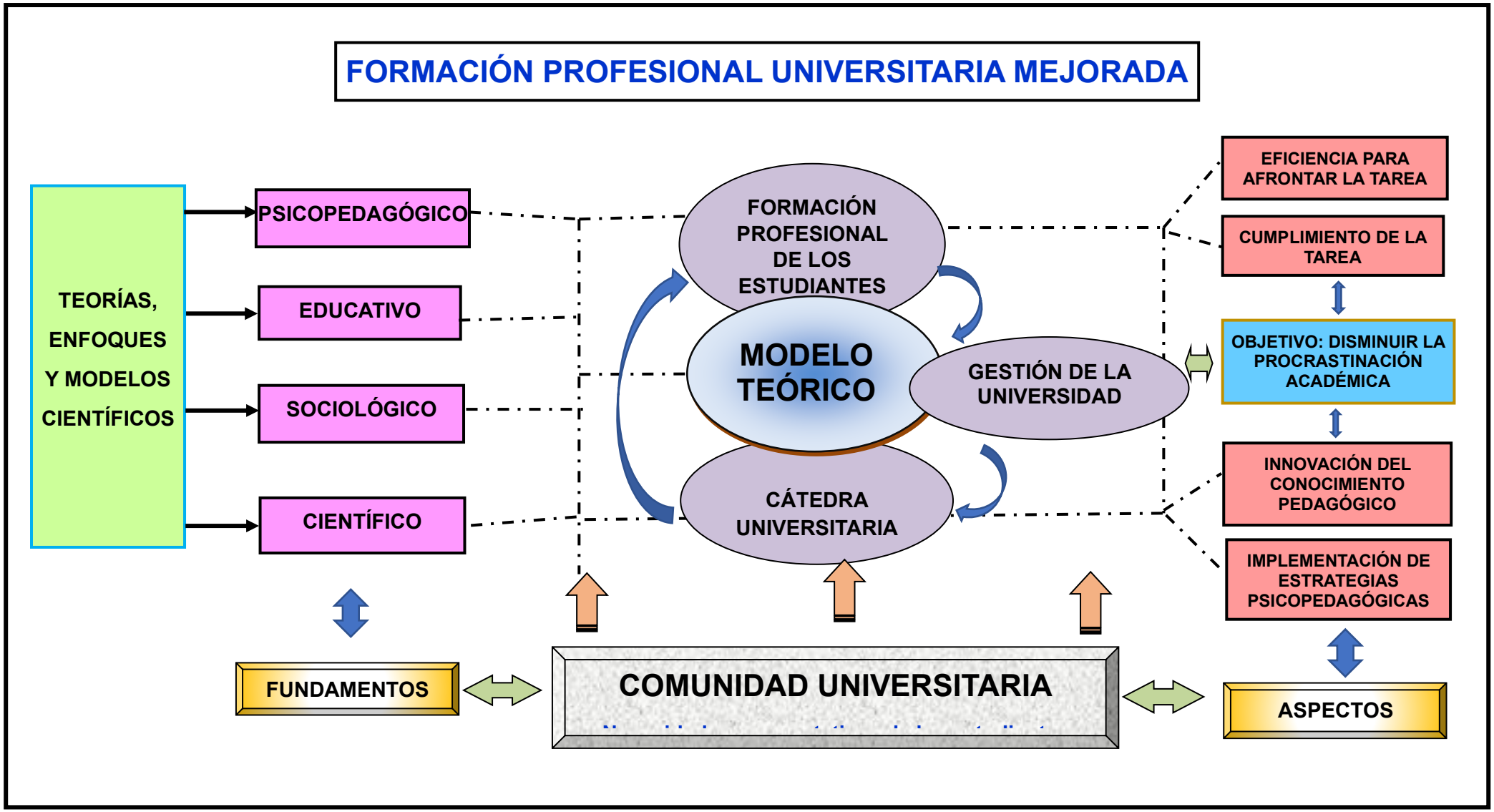
d) Tarea escolar

Es el trabajo que es asignada a los estudiantes por sus profesores, y que se indica que debe completarse, en su caso, fuera del aula y de la jornada escolar, en el entorno doméstico, con o sin ayuda de la familia.

e) Modelo teórico

Puede entenderse como un patrón de orden doctrinario e ideal que sirve de ejemplo o prototipo cuando se proyecta realizar algo.

5.1.6. Síntesis gráfica del modelo teórico



5.1.7. **Recursos y evaluación**

En la ejecución de la propuesta será necesario contar con los materiales siguientes: material de escritorio, material de oficina y material didáctico.

La propuesta será sometida a evaluación constante y se hará desde su planificación hasta su culminación, para recoger información, analizarla y adoptar decisiones oportunas; se tomarán en cuenta los criterios como: eficacia de las acciones previstas, logro de objetivos, participación de los agentes educativos y de los responsables de la implementación del modelo; su validez será evaluada mediante una lista de cotejo donde se considerarán los logros alcanzados en relación a los indicadores previstos y a los objetivos.

La propuesta será evaluada a dos niveles; el interno, estará a cargo de la responsable de formulación y ejecución de la propuesta; en el externo, será mediante el criterio de expertos o jueces.

5.1.8. **Conclusiones**

Son pocos los estudios sobre procrastinación académica en los ámbitos nacional y local, es decir, como un patrón conductual académico prevalente y desadaptativo, ha sido escasamente investigada en nuestro contexto nacional, mucho menos a nivel de estudiantes de educación superior en el contexto local.

Dentro de las causas más conocidas de la procrastinación académica, se cuenta las de orden: genético, neuropsicológico, de conducta y personalidad, manifestándose de diferentes maneras como: porque los sujetos prefieren

trabajar bajo presión, por la costumbre a evitar el cumplimiento de las tareas o porque hay dificultad para la toma de decisiones.

La procrastinación, en general, trae consecuencias negativas en las personas que presentan este síndrome, repercutiendo en ámbito laboral, político, bancario, entre otras; específicamente, en el aspecto académico, genera en los estudiantes estrés, enfermedades, trastornos emocionales, que desencadenan su bajo rendimiento y hasta su deserción.

Como alternativa de solución para disminuir la procrastinación académica en los estudiantes investigados, se propone un modelo teórico fundamentado en enfoques y teorías científicas.

CONCLUSIONES

- Según dimensiones, los niveles de procrastinación académica en los estudiantes del I Ciclo de la carrera profesional Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán, se encontró que: En cuanto a la dimensión Cumplimiento de la tarea, el 16% de las mujeres y el 10% de los varones poseen nivel bajo, el 48% de las mujeres y el 47% de los varones nivel medio, y en el nivel alto el 35% y 42% de mujeres y varones respectivamente (Tabla N° 01); constatándose que la mayoría de estudiantes tiene actitudes de aplazamiento y poca decisión para realizar las tareas. Asimismo, en lo referente a los resultados de la dimensión Eficiencia para afrontar la tarea, el 16% de las mujeres y el 10% de los varones se ubican en el nivel bajo, el 39% tanto de las mujeres y los varones en el nivel medio, y en el nivel alto el 45% y 51% de mujeres y varones respectivamente (Tabla N° 02); constatándose que la mayoría de estudiantes tienen limitada percepción de la tarea que van a realizar y poca preparación para desarrollarla.

- De manera global, al identificar el nivel de procrastinación académica en los estudiantes inmersos en la investigación, el 16% de las mujeres y el 10% de los varones poseen nivel bajo, el 29% tanto de las mujeres como de los varones el nivel medio, y nivel alto el 55% y 61% en mujeres y en varones respectivamente (Tabla N° 03); infiriéndose, que el nivel alto tiene mayor índice, es decir, la mayoría de estudiantes presentan problemas de procrastinación académica, toda vez que, por lo general, no cumplen con las tareas y sienten que tienen poca eficiencia para afrontarlas. Concluyendo que existe una alta incidencia de procrastinación en los estudiantes del I ciclo de la carrera profesional Ingeniería de Sistemas de la UMPB.

- Los antecedentes de estudio indican que sí es posible revertir la procrastinación académica, razón por la que se propone un modelo teórico, con soporte psicopedagógico,

alternativo a la procrastinación académica en los estudiantes del I Ciclo de la carrera profesional Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán; el mismo que se sometió al proceso de validación mediante juicio de experto.

RECOMENDACIONES

- A las autoridades competentes de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán de Bagua Grande, tener en cuenta los resultados obtenidos en el presente estudio a efectos de adoptar las medidas pertinentes, acogiendo el Modelo teórico propuesto, diseñado para disminuir la procrastinación académica y por ende optimizar la formación de los futuros profesionales.

- A los docentes de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán de Bagua Grande, insertar dentro de su cátedra universitaria acciones encaminadas a tratar la procrastinación académica como elemento negativo en el desempeño de los estudiantes, como ayuda a aquellos que necesitan superarla.

- A los estudiantes del I Ciclo de la Carrera Profesional Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez, reflexionar sobre su rol protagónico en su proceso de formación profesional, requiriendo superar todo tipo de actitudes y comportamientos que entorpecen su buen desempeño.

Bibliografía

Angarita, L. (2012). *Aproximación a un concepto actualizado de la procrastinación*. Universidad Cooperativa de Colombia. Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología 5(2): 85-94, disponible en: http://www.iberoamericana.edu.co/docs/publicaciones/pub_5_2/articulo_9.pdf

Alba-Leonel, A. y Hernández, J. (2013). *Procrastinación académica en estudiantes de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia*, UNAM. Disponible en: http://www-optica.inaoep.mx/tecnologia_salud/2013/1/memorias/carteles/MyT2013_47_E.pdf

Alegre, A. A. (2012). *Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana.* Tesis doctoral. Universidad San Ignacio de Loyola - Lima

Alonzo, G. (2010). *Retos, perspectivas y líneas de desarrollo de la educación superior en México y América Latina*. Recuperado de: http://www.revistacoepesgto.mx/revistacoepes/retos-perspectivas-y-lineas-de-desarrollo-de-la-educacion-superior-en-mexico-y-america-latina

Álvarez, O. (2010). *Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana*. Tesis para obtener el grado de Licenciado en Psicología. Universidad de Lima, Lima, Perú.

Díaz, J., Argumedo, D., Díaz, K. y Calderón, A. (2005). *Evaluación de la confiabilidad y la estructura factorial de tres escalas de procrastinación crónica*. Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú.

Chacín, B. (2008). *Modelo teórico-metodológico para generar conocimiento desde la extensión universitaria*. Universidad Pedagógica Experimental Libertador Venezuela: Laurus

Chang, L.A. (2011). *Procrastinación académica como predictor en el rendimiento académico en jóvenes de educación superior*. Universidad Femenina del Sagrado Corazón (UNIFE).

Colunga, S. y García, J. (2006). *La modelación, los modelos y su importancia para las ciencias de la educación*. Disponible en: http://www.monografias.com/trabajos36/los-modelos/los- modelos2.shtml#ixzz3A93NQ9fO

Delgado y Guevara. (2014). *Motivación de logro académico y procrastinación académica en los estudiantes del ciclo I de Tecnología Médica de la Universidad Nacional". Jaén.* Tesis de Maestría – Universidad César Vallejo

Ferrari, J. y Emmons, W. (1995). *La dilación y la tarea avance*. Nueva York: Plenum Press.

Fisher, C. (2001). *Read this paper later: procrastination with time consistent preferences.* En: Journal of Economic Behavior & Organization, 2001, vol. 46, pp. 249-269. ISSN 0167-2681. Extraído Procrastinación Académica: un problema en la vida universitaria de Angélica María Sánchez Hernández.

García, C. A. (2009). *Comprendiendo la procrastinación con el modelo ABC de Albert Ellis*. Gaceta de la Escuela de Medicina Justo Sierra, Año 2, Número 1.

Gonzáles, M. (2008). *Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad*. Recuperado Noviembre 10, 2011. Extraído desde: http://www.Saber.ula.ve/bitstream/123456789/30000/1/articulo.pdf.

González, A. (2004). *Diseño del Programa Enfermería en la Atención Primaria de Salud atendiendo al desarrollo de habilidades profesionales*.

Hernández, R., Fernández, H. & Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. México, Edit. Mc Graw Hill.

Klassen, R., Krawch uk, L., Lynch, L. and Rajani, S. Academic procrastination of undergraduates: low self-efficacy to selfregulate predicts higher levels of procrastination. En: Contemporary Educational Psychology; 2007. Extraído Procrastinación Académica: un problema en la vida universitaria Angélica María Sánchez Hernández.

Lirio, I. (2010). *Posibles Orígenes Biológicos de la Procrastinación*: La Dopamina. Disponible en:

http://procrastinación.org/index.php?option=com_content&view=article&id=73%3Aposibles-origenes-la-dopamina&catid=42%3Acausas&lang=es

MINED (s/f). Consideraciones acerca del papel de las investigaciones en el desarrollo de las ciencias pedagógicas. Manuscritos del ICCP. Los métodos teóricos de investigación. Disponible en: http://www.monografias.com/trabajos36/los-modelos/los-modelos2.shtml#ixzz3A8uQUUWA

Neenan, M. (2008). Tackling Procrastination: An Rest Perspective for Coaches. Journal of Rational Emotive Cognitive Behavioral Therapy,

Otálvarez, G. (2011). *El modelo teórico como construcción mental del conocimiento en la tesis doctoral*. Disponible en: http://expresionesdeintelectuales.blogia.com/2011/031601-el-modelo-teorico-como-construccion-mental-del-conocimiento-en-la-tesis-doctoral.php

Prieto, D. y Raleigh, R. (2013). *Propiedades Psicométricas de una Escala de Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios*. Tesis de grado en Psicología Maracaibo. Venezuela.

Quant, M. y Sánchez, A. (2012). *Procrastinación académica: concepto e implicaciones.* Revista Vanguardia psicológica – Universidad Manuela Beltrán – Colombia.

Romero, J. (2015). Aplicación del programa "No dejes para mañana lo que puedes hacer hoy" para disminuir la procrastinación académica en estudiantes de la Institución Educativa N° 16520 "Ricardo Palma" de San José de Lourdes - San Ignacio, 2014. Tesis magistral – Universidad César Vallejo.

Rosell, W. y Más, M. (2003). *El enfoque sistémico en el contenido de la enseñanza. Educación médica superior*, Disponible en: dehttp://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S086421412003000200002&script=sci_arttext&tlng=es

Society of 2000 (2014). *La procrastinación, una epidemia de nuestros días*. Revista de autores independientes sobre temas del S.XXI

Sánchez, M.A. (2010). *Procrastinación académica: un problema en la vida universitaria*. México: Studio

Sobalvarro, C. C. d. R. (2008). La toma de decisiones y la procrastinación. Tesis para Licenciatura en Psicología. Universidad de San Carlos - Guatemala.

Senécal, C., & Guay, F. (2000). Procrastination in Job-Seeking: An Analysis of Motivational Processes and Feelings of Hopelessness. Journal of Social Behavior and Personality, 15(5), 267-282.

Steel, P. (2007). *The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoritical Review of Quinstesential Self-Regulatory Failure*. Psychology Bullentin. Vol. 133 (1; 65-94)

Tamayo, M. (1999). Aprender *a investigar. Instituto Colombiano para el fomento de la Educación Superior*, ICFES

Fu, Y., y Jiang, Y. (2025). Analyzing the effects of physical exercise on procrastination among college students using a chain-of-intermediates model. *Scientific Reports*, *16*(1), 2928–2968. https://doi.org/10.1038/s41598-025-32887-x

Huang, W., y Zhu, W. (2025). Perceived teacher support and academic procrastination among elementary school students: The mediating effect of academic self-efficacy and moderating effect of gender. *Acta Psychologica*, *261*(1), 105779–105799. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105779

Khurshid, K., Mushtaq, R., Rauf, U., Anwar, N., Abbas, Q., Aljhani, S., Ramzan, Z., y Shahzadi, M. (2025). Cognitive behavior therapy for academic burnout, procrastination, self-handicapping behavior, and test anxiety among adolescents: a randomized control trial. *BMC Psychology*, *13*(1), 94–114. https://doi.org/10.1186/s40359-025-02371-2

Lu, J., Yue, P., Zhang, ., y Sun, Y. (2025). Adolescent mobile phone addiction and psychological distress in Chinese adolescents: Chain mediation by self-control and academic procrastination and the moderating role of family functioning. *Acta Psychologica*, *261*(1), 105824–105836. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105824

Önder, İ., Önder, A., y Güven, E. (2025). Morningness and academic burnout among university students: the mediating role of procrastination. *BMC Psychology*, *13*(1), 630–657. https://doi.org/10.1186/s40359-025-02969-6

Peñalba, L. y Betegón, L. (2024). Immanuel Kant su vida y obra en el contexto del mundo actual. *Revista Contacto*, 4(1), 195-200. https://revistas.up.ac.pa/index.php/contacto/article/view/5212

Rad, H., Bordbar, S., Bahmaei, J., Vejdani, M., y Yusefi, A. (2025). Predicting academic procrastination of students based on academic self-efficacy and emotional regulation difficulties. *Scientific Reports*, *15*(1), 3003–3014. https://doi.org/10.1038/s41598-025-87664-7

Sarwar, S., Tara, A., Abid, M., y Dukhaykh, S. (2025). Teachers' academic motivation and student procrastination behaviour: mediating effects of emotion regulation and study habits. *BMC Psychology*, *13*(1), 52–57. https://doi.org/10.1186/s40359-025-02352-5

Savaş, B., Turan, M., y Asan, S. (2025). The relationship between digital burnout and academic procrastination and the mediating roles of life satisfaction and the fatigue in this relationship. *BMC Psychology*, *13*(1), 1223–1258. https://doi.org/10.1186/s40359-025-03510-5

Torres, X. (2022). Bioética y vidas vivibles cara al futuro: Una articulación política entre la Ética de la Responsabilidad de Hans Jonas y la idea de soporte de Judith Butler. Erasmus. *Revista para el diálogo intercultural*, 24(1), 1 – 15. http://mail.qellqasqa.com.ar/ojs/index.php/erasmus/article/view/601

Vlachopanou, P., Maska, L., Kalamaras, D., y Nasika, F. (2025). Academic motivation, procrastination, and adjustment: Exploring their impact on student profiles and academic performance. *PLOS One*, *20*(11), 335913–335964. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0335913

Xue, C., Helian, Z., y Li, Y. (2025). Academic pressure and academic procrastination: The mediating role of negative coping strategies. *PLOS One*, *20*(12), 338956–338969. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0338956

ANEXOS

ANEXO N° 01

CUESTIONARIO SOBRE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

Estimado (a) joven: El presente instrumento tiene por finalidad recoger información sobre la incidencia de la procrastinación académica en estudiantes universitarios. Mucho se te agradecerá respondas con la sinceridad posible.

Marca con una X la alternativa, según lo haces siempre, a veces o nunca

Ítems	Escala valorativa		
	Siempre	A veces	Nunca
DIMENSIÓN: Cumplimiento de la tarea			
1. Cuando tengo que hacer un trabajo, normalmente lo dejo para último momento.			
2. Cuando tengo problemas para entender algo, espero la siguiente clase para preguntar.			
3. Siempre dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.			
4. Generalmente me preparo minutos antes para el examen.			
5. Aplazando las actividades importantes para el último momento me han salido mejor.			
6. Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.			
7. Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.			
8. Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.			
9. Me tomo el tiempo de revisar mis trabajos antes de entregarlos.			
10. Soy organizado(a) con mi tiempo a través de un horario con el que cumplo actividades académicas y de distracción.			
11. Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.			
12. Postergo realizar un trabajo menos importante y desagradable por otra más importante y que me agrada mucho.			
DIMENSIÓN: Eficiencia para afrontar la tarea			
13. Dedico más tiempo a los cursos que me agradan y poco tiempo a los menos agradables.			
14. Cuando me es aburrido un trabajo tiendo a postergarlo varias veces hasta que llegue el último día para presentarlo.			
15. Encuentro una excusa para no hacer lo que tengo que hacer.			
16. No puedo cambiar el hábito de excusarme con mis compañeros para no hacer el trabajo.			

17. Evado mis responsabilidades académicas por la diversión.			
18. Busco una excusa nueva para convencer al docente de otra oportunidad.			
19. Mis bromas y mi buen humor hace que mis compañeros me consideren en el trabajo.			
20. Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio activo.			
21. Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.			
22. Cuando tomo una decisión, la cumplo.			
23. Me esfuerzo al máximo para cumplir mis trabajos a tiempo.			
24. Cumplo al 100% con mi horario de estudios.			
Subtotal			
TOTAL / NIVEL			

FUENTE: Adaptado de “Escala de procrastinación académica”, de Deborah Ann Busko (1998)

ANEXO N° 02

FICHA TÉCNICA INSTRUMENTAL

1. **Nombre del instrumento:**
   Cuestionario sobre procrastinación académica

2. **Autora del instrumento.**
   Deborah Ann Busko (1998)

   Adaptado por:
   Mg. Danette Pintado Garcia

3. **Objetivo instrumento.**
   Recoger información sobre la incidencia de procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán – Bagua Grande - Amazonas.

4. **Usuarios.**
   Se recogió información de 90 estudiantes del I ciclo de la carrera profesional Ingeniería de Sistemas de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán de Bagua Grande

5. **Características y modo de aplicación.**
   1º El cuestionario está diseñado en 24 ítems, distribuidos equitativamente entre sus dos dimensiones: 12, cumplimiento de la tarea y 12 eficiencia para afrontar la tarea, con escala valorativa tipo Likert (Siempre, A veces y Nunca) para determinar el nivel de Procrastinación Académica en los estudiantes.
   2º El desarrollo del cuestionario fue de carácter personal, antes de ser aplicado se dieron las indicaciones pertinentes.
   3º Su aplicación tuvo como duración 30 minutos aproximadamente, y los materiales que emplearon fueron: un lápiz y un borrador.

6. **Estructura del instrumento.**

Variable: Procrastinación Académica.		
Dimensión	**Indicadores**	**Ítems**
Cumplimiento de la tarea	Actitud de aplazamiento	1,2,3,4,5
	Decisión para realizar la tarea	6,7,8,9,10,11,12
Eficiencia para afrontar la tarea	Percepción de la tarea	13,14,15,16,17,18
	Preparación para desarrollarla	19,20,21,22,23,24

7. **Escala.**
   a. **Escala general.**

NIVEL	Intervalo
Alto	**[49 - 72]**
Medio	**[25 - 48)**
Bajo	**[01 - 24)**

   b. **Escala específica.**

NIVEL	Cumplimiento de la tarea	Eficiencia para afrontar la tarea
Alto	[25 - 36]	[25 - 36]
Medio	[13 – 24)	[13 – 24)
Bajo	[01 – 12)	[01 – 12)

8. **Validación:** Se estableció la validez de contenido a juicio de expertos

9. **Confiabilidad:** Se estimó mediante la obtención del coeficiente Alfa de Cronbach.

ANEXO N° 03: MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

TÍTULO DE LA TESIS: MODELO TEÓRICO PARA DISMINUIR PARA DISMINUIR LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE LA AMAZONÍA MARIO PELÁEZ BAZÁN – BAGUA GRANDE – AMAZONAS

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ÍTEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA			CRITERIOS DE EVALUACIÓN								OBSERVACIONES Y/O RECOMENDACIONES
				SIEMPRE	A VECES	NUNCA	RELACIÓN ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN		RELACIÓN ENTRE LA DIMENSIÓN Y EL INDICADOR		RELACIÓN ENTRE EL INDICADOR Y EL ÍTEM		RELACIÓN ENTRE EL ÍTEM Y LA OPCIÓN DE RESPUESTA		
							SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA	CUMPLIMIENTO DE LA TAREA	Actitud de aplazamiento	1. Cuando tengo que hacer un trabajo, normalmente lo dejo para último momento.												
			2. Cuando tengo problemas para entender algo, espero la siguiente clase para preguntar.												
			3. Siempre dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.												
			4. Generalmente me preparo minutos antes para el examen.												
			5. Aplazando las actividades importantes para el último momento me han salido mejor.												
		Decisión para realizar la tarea	6. Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.												
			7. Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.												
			8. Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.												
			9. Me tomo el tiempo de revisar mis trabajos antes de entregarlos.												
			10. Soy organizado(a) con mi tiempo a través de un horario con el que cumplo actividades académicas y de distracción.												
			11. Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.												
			12. Postergo realizar un trabajo menos importante y desagradable por otra más importante y que me agrada mucho.												

	EFICIENCIA PARA AFRONTAR LA TAREA	Percepción de la tarea	13. Dedico más tiempo a los cursos que me agradan y poco tiempo a los menos agradables.													
			14. Cuando me es aburrido un trabajo tiendo a postergarlo varias veces hasta que llegue el último día para presentarlo.													
			15. Encuentro una excusa para no hacer lo que tengo que hacer.													
			16. No puedo cambiar el hábito de excusarme con mis compañeros para no hacer el trabajo.													
			17. Evado mis responsabilidades académicas por la diversión.													
			18. Busco una excusa nueva para convencer al docente de otra oportunidad.													
		Preparación para desarrollarla	19. Mis bromas y mi buen humor hace que mis compañeros me consideren en el trabajo.													
			20. Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio activo.													
			21. Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.													
			22. Cuando tomo una decisión, la cumplo.													
			23. Me esfuerzo al máximo para cumplir mis trabajos a tiempo.													
			24. Cumplo al 100% con mi horario de estudios.													



Mg. DANETTE PINTADO GARCIA
FIRMA DEL EVALUADOR

INFORME DE VALIDACIÓN DEL EXPERTO

I. TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN:

Modelo teórico para disminuir la procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán – Bagua Grande – Amazonas

II. NOMBRE DEL INSTRUMENTO:

Cuestionario sobre procrastinación académica

III. TESISTA:

Mg. Danette Pintado Garcia

IV. DECISIÓN:

Después de haber revisado el instrumento de recolección de datos, el Doctor en Educación Manuel Rodrigo Triful Ortiz procedió a validarlo teniendo en cuenta su forma, estructura y profundidad; por tanto, permitirá recoger información concreta y real de la variable en estudio, coligiendo su pertinencia y utilidad.

OBSERVACIONES:

……

……

……

APROBADO: SI [X] NO [ ]

Bagua Grande,10 de agosto del 2015.



FIRMA DEL EXPERTO

VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA

I. TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN:

MODELO TEÓRICO PARA DISMINUIR LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE LA AMAZONÍA MARIO PELÁEZ BAZÁN – BAGUA GRANDE – AMAZONAS

II. NOMBRE DE LA PROPUESTA:

MODELO TEÓRICO PSICOPEDAGÓGICO PARA DISMINUIR LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

III. TESISTA:

Mg. Danette Pintado Garcia

IV. DECISIÓN:

Después de haber revisado la propuesta de mejora, el Doctor en Educación Víctor Castro Cortegana Sánchez, procedió a validarlo en base a los aspectos siguientes:

1. **Forma:**
   El Modelo está diseñado en función a la variable independiente y responde a los propósitos de la investigación.
2. **Estructura:**
   El Modelo muestra orden y organización en su estructura la que asegura la efectividad de las actividades previstas.
3. **Pertinencia:**
   El Modelo es pertinente al objetivo general y a la solución del problema de investigación.

APROBADO: SI [X] **NO** [ ]

Bagua Grande,10 de agosto del 2015.



FIRMA DEL EXPERTO

ANEXO N° 04: ANÁLISIS DE CONFIABILIDAD

Estadísticos de fiabilidad

		Alfa de Cronbach	N de elementos
Variable	Procrastinación Académica**.**	,987	24
Dimensión	Cumplimiento de la tarea	,975	12
	Eficiencia para afrontar la tarea	,972	12

Estadísticos total-elemento

	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
Cuando tengo que hacer un trabajo, normalmente lo dejo para último momento.	37,00	117,143	,984	,986
Cuando tengo problemas para entender algo, espero la siguiente clase para preguntar.	37,00	117,143	,984	,986
Siempre dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.	37,00	117,143	,984	,986
Generalmente me preparo minutos antes para el examen.	37,00	117,143	,984	,986
Aplazando las actividades importantes para el último momento me han salido mejor.	36,40	119,543	,512	,989
Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.	37,00	117,143	,984	,986
Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.	37,07	118,352	,871	,986
Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.	37,00	117,143	,984	,986
Me tomo el tiempo de revisar mis trabajos antes de entregarlos.	37,00	119,000	,812	,986
Soy organizado(a) con mi tiempo a través de un horario con el que cumplo actividades académicas y de distracción.	37,00	119,000	,812	,986
Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.	36,87	119,695	,794	,987
Postergo realizar un trabajo menos importante y desagradable por otra más importante y que me agrada mucho.	37,00	117,143	,984	,986
Dedico más tiempo a los cursos que me agradan y poco tiempo a los menos agradables.	36,20	120,600	,548	,988
Cuando me es aburrido un trabajo tiendo a postergarlo varias veces hasta que llegue el último día para presentarlo.	36,93	118,067	,915	,986
Encuentro una excusa para no hacer lo que tengo que hacer.	37,07	118,352	,871	,986
No puedo cambiar el hábito de excusarme con mis compañeros para no hacer el trabajo.	36,87	119,838	,780	,987
Evado mis responsabilidades académicas por la diversión.	36,87	117,267	,805	,987
Busco una excusa nueva para convencer al docente de otra oportunidad.	37,00	117,143	,984	,986
Mis bromas y mi buen humor hace que mis compañeros me consideren en el trabajo.	37,00	119,286	,785	,987
Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio activo.	36,93	116,352	,854	,986
Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.	37,00	117,143	,984	,986
Cuando tomo una decisión, la cumplo.	37,07	118,067	,898	,986
Me esfuerzo al máximo para cumplir mis trabajos a tiempo.	37,00	117,143	,984	,986
Cumplo al 100% con mi horario de estudios.	37,00	117,143	,984	,986

ANEXO N° 05: BASE DE DATOS DEL CUESTIONARIO

Base de datos del cuestionario aplicado a las estudiantes mujeres																											
	p_1	p_2	p_3	p_4	p_5	p_6	p_7	p_8	p_9	p_{10}	p_{11}	p_{12}	D_1	p_{13}	p_{14}	p_{15}	p_{16}	p_{17}	p_{18}	p_{19}	p_{20}	p_{21}	p_{22}	p_{23}	p_{24}	D_1	SV
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	24
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	24
3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	49
4	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	49
5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	49
6	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50
7	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	49
8	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50
9	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	49
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	24
11	2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	20	1	2	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	24	44
12	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	1	19	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	1	2	19	38
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	24
14	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	20	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	24	44
15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	24
16	2	1	1	2	2	1	2	1	1	1	2	1	17	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	16	33
17	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50
18	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	49
19	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50
20	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50
21	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	16	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	15	31
22	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	28	52
23	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	2	1	17	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	1	2	19	36
24	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	23	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	22	45
25	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	22	1	2	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	24	46
26	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	49
27	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	27	52
28	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	23	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	23	46
29	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50
30	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	26	51
31	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	49

Base de datos del cuestionario aplicado a los estudiantes Varones																										
	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11	p12	D1	p13	p14	p15	p16	p17	p18	p19	p20	p21	p22	p23	p24	D2	SV
1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	49
2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50
3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	49
4	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50
5	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50
6	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	28	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	52
7	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	28	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	28	56
8	1	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	18	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	17	35
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	24
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	14	1	2	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	24	38
11	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	16	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	17	33
12	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	18	2	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	2	19	37
13	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50
14	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	49
15	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50
16	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50
17	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	24	3	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	23	47
18	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	49
19	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	49
20	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	24
21	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	49
22	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50
23	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50
24	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	24	3	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	23	47
25	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	49
26	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	49
27	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50
28	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	49
29	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50
30	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	24
31	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	23	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	20	43
32	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	49
33	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	49
34	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50
35	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	49
36	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50

37	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50
38	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	24	3	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	23	47
39	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	49
40	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	49
41	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50
42	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	49
43	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50
44	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50
45	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	24
46	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	19	1	2	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	24	43
47	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	21	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	19	40
48	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	1	18	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	18	36
49	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	28	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	28	56
50	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	24
51	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	13	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	26
52	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	13	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	26
53	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	19	1	2	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	24	43
54	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	15	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	17	32
55	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	26	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	50
56	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	14	1	2	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	24	38
57	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	13	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	26
58	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	24
59	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	50