



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN, TURISMO Y PSICOLOGÍA
SECCIÓN DE POSGRADO**

**ANSIEDAD FRENTE A LOS EXÁMENES Y PROCRASTINACIÓN
ACADÉMICA EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES TARDÍOS DE
UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA**

**PRESENTADA POR
KATHERINE GRACE BARAHONA ROJAS**

**ASESOR
BENIGNO PECEROS PINTO**

**TESIS
PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE MAESTRA EN
PSICOLOGÍA DE NIÑOS Y ADOLESCENTES CON PROBLEMAS DE
APRENDIZAJE**

LIMA – PERÚ

2018



Reconocimiento - No comercial - Sin obra derivada
CC BY-NC-ND

La autora sólo permite que se pueda descargar esta obra y compartirla con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se puede cambiar de ninguna manera ni se puede utilizar comercialmente.

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN TURISMO Y PSICOLOGÍA
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
SECCIÓN DE POSTGRADO

ANSIEDAD FRENTE A LOS EXÁMENES Y PROCRASTINACIÓN
ACADÉMICA EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES TARDÍOS DE
UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA.

TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE MAESTRA EN
PSICOLOGÍA CON MENCIÓN EN PSICOLOGÍA DE NIÑOS Y ADOLESCENTES
CON PROBLEMAS DE APRENDIZAJE.

PRESENTADO POR:

KATHERINE GRACE BARAHONA ROJAS.

ASESOR:

DR. BENIGNO PECEROS PINTO

Lima, Perú.

2018

DEDICATORIA

A mis hijas Luciana y Lorena.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a Dios, a mis abuelos Violeta Ortega y José Barahona Durand, a mi padre Ricardo Barahona Ortega, a mi madre Ydania Rojas y mis seis hermanos, Ricardo, Fabrizio, Diego, Sebastián, Jesús y Willy. Así mismo a mi esposo César López y a mis dos hijas Luciana y Lorena por ser mi motivación principal en cada logro.

Agradezco a la Universidad San Martín de Porres por incentivar me a cumplir mis metas académicas desde pregrado y darme las herramientas necesarias para lograrlo.

Agradezco a mis alumnos de pregrado de quienes aprendo día a día.

Agradezco a la Dra. Isabel Arrieta y al Mg. César Orihuela quienes me dieron la oportunidad de desarrollarme en el campo de la docencia universitaria.

Finalmente, a mi asesor y consejero el Dr. Benigno Peceros, quien ha fortalecido mi gusto por la investigación y me ha acompañado en el transcurso de esta. Excelente maestro.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

	Pág.
PORTADA	i
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTOS	iii
ÍNDICE DE CONTENIDOS	iv
ÍNDICE DE TABLAS	vii
RESUMEN	viii
ABSTRACT	ix
INTRODUCCIÓN	x
CAPÍTULO I MARCO TEÓRICO	13
1.1. BASES TEÓRICAS	13
1.1.1. Ansiedad Frente a Exámenes.....	13
Definición de Ansiedad Frente a Exámenes.....	13
Ansiedad como Rasgo de Personalidad.....	15
Causas de la Ansiedad Frente a Exámenes.....	17
1.1.2. Procrasctinación.....	18
Causas de la Procrastinación.....	19
Consecuencias de la Procrastinación.....	20
El estudiante Procrastinador.....	21
1.1.3. Factores de la Procrastinación Académica.....	22

Autorregulación Académica.....	22
Postergación de Actividades.....	22
1.1.4. Componentes de la Ansiedad Frente a los	
Exámenes.....	23
Preocupación.....	23
Emotividad.....	23
1.1.5. Adolescencia Tardía.....	23
1.1.6. Antecedentes de la Investigación.....	24
1.1.7. Planteamiento del Problema.....	26
Descripción de la Realidad Problemática.....	26
Formulación del Problema.....	28
1.1.8. Objetivos de la Investigación.....	29
Objetivos Generales.....	29
Objetivos Específicos.....	29
1.1.9. Justificación e Importancia de la	
Investigación.....	30
1.1.10. Limitaciones del Estudio.....	30
CAPÍTULO II HIPÓTESIS Y VARIABLES	31
2.1. Hipótesis.	31
2.2. Variables de Estudio	32
2.3. Definición Operacional de las Variables	32

CAPÍTULO III MÉTODO	35
3.1. Tipo y diseño de Investigación	35
3.2. Participantes	35
3.3. Medición	36
3.4. Procedimiento	38
3.5. Técnicas Estadísticas para el Procedimiento de la Información.....	39
3.6. Aspectos Éticos	40
CAPÍTULO IV RESULTADOS	41
4.1. Análisis Descriptivos	41
4.2. Contraste de Hipótesis General	46
4.3. Contraste de Hipótesis Específicas	46
CAPÍTULO V DISCUSIÓN	56
5.1. Implicancias de los Resultados	56
5.2. Contrastación con los Estudios Similares.....	59
CONCLUSIONES	62
RECOMENDACIONES	63
REFERENCIAS	64
ANEXOS	70

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
I. Estadístico <i>Descriptivo de Media y Desviación Estándar.</i>	42
II. <i>Prueba de Normalidad Kolmogorov – Smirnov</i>	43
III. Análisis de Fiabilidad – Ansiedad frente a Exámenes	43
IV. Consistencia Interna- Análisis de Fiabilidad AFE	44
V. Fiabilidad de Procrastinación	45
VI. Consistencia Interna – Análisis de Fiabilidad EPA	45
VII. Matriz de Correlaciones por dimensiones	47
VIII. Diferencias entre dimensiones y grupos descriptivos	48
IX. Diferencias de rangos entre variables según sexo	49
X. U de Mann – Whitney según sexo	50
XI. Diferencias de rangos según gusto por el estudio	50
XII. Diferencias entre variables según gusto por el estudio	50
XIII. Diferencias de rangos en variables por tipo de convi.	51
XIV. Diferencias entre variables según convivencia – Chi-	51
XV. Diferencias de rangos entre dimensiones según sexo	52
XVI. Diferencias entre dimensiones de variables según sexo	52
XVII. Diferencia por dimensiones de variables- gusto por est.	53
XVIII. Diferencia de dimensiones en variables- U de Mann-	53
XIX. Diferencias de dimensiones según tipo de convivencia	54
XX. Diferencia de dimensiones de variables – convivencia fam	55

RESUMEN

Esta investigación buscó determinar la relación entre la Ansiedad frente a los Exámenes y la Procrastinación Académica en una muestra de 259 estudiantes adolescentes tardíos de la escuela de Psicología en una Universidad Privada de Lima. El diseño de esta investigación fue de tipo no experimental, transversal y de nivel correlacional – comparativo. Se encontró que no existe relación significativa entre estas dos variables. Sin embargo, se encontró datos relevantes a nivel comparativo.

Palabras Clave: Adolescencia Tardía, Procrastinación.

ABSTRACT

This research sought to determine the relationship between Anxiety versus Exams and Academic Procrastination in a sample of 259 late adolescent students from the School of Psychology at a Private University of Lima. The design of this research was of a non - experimental, transversal and correlational - comparative level. It was found that there is no significant relationship between these two variables. However, relevant data was found at a comparative level.

Keywords: Late Adolescence, Procrastination.

INTRODUCCIÓN

Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) en el último Censo Universitario 2010 los ingresantes que logran una vacante a la universidad se da a partir de los 16 años, con una media de 18. Dando la mayoría de vacantes a adolescentes de la etapa final o tardía.

Sin embargo es increíble cómo gran cantidad de adolescentes que han iniciado una vida universitaria, no posean las herramientas necesarias a nivel psicológico para llevar a cabo una situación estresante que genere ansiedad, como lo son los exámenes; y más aún si hablamos de aquellos que definirán si el alumno pasará de forma aprobatoria o no, una asignatura del ciclo en curso.

Es por ello que quizá los adolescentes para evadir esta situación caigan en la Procrastinación Académica, la cual consiste en dejar para último momento los trabajos o el acto de estudiar para un examen, ocupando el tiempo en otras actividades.

Esta investigación busca responder en qué medida se relaciona la Ansiedad frente a los exámenes y la Procrastinación Académica en estudiantes adolescentes tardíos de una Universidad Privada de Lima, por lo se propone como objetivo general determinar la relación entre ambas variables.

Esta investigación permitirá obtener nuevos conocimientos sobre la relación que existe entre dos variables las cuales tienen incidencia en los hábitos de estudio en la población adolescente que ingresa a una carrera profesional.

Así mismo, identificar cuáles son los factores relacionados a la muestra procrastinadora, y a partir de éstos, formular programas de prevención dirigida hacia alumnos de educación secundaria.

La unidad de análisis a la cual está dirigida este estudio se beneficiará ya que recibirán programas dirigidos a sus características enfocados en cada uno de los resultados. Así mismo, informarse a través de esta tesis cuáles son las causas y consecuencias negativas de esta relación de variables.

En conclusión esta investigación es de suma importancia para actuar inmediatamente en cursos introductorios asociados a los hábitos de estudio.

Los resultados obtenidos y los futuros informes científicos asociados a esta investigación serán estudiados y anexados al manual de Métodos de Estudio de la Escuela de Psicología de la Universidad de procedencia.

Esta investigación está organizada en cinco capítulos.

En el capítulo I se expone las bases teóricas, donde se detalla la definición de ansiedad frente a exámenes, ansiedad como rasgo de personalidad, causas de la ansiedad frente a exámenes, procrastinación, causas y consecuencias de la procrastinación, el estudiante procrastinador, factores de la procrastinación académica, autorregulación académica, postergación de actividades, componentes de la ansiedad frente a los exámenes, preocupación, emotividad, adolescencia tardía, antecedentes de la investigación, planteamiento del problema, descripción de la realidad problemática, formulación del problema, objetivos Generales y específicos de la investigación, justificación e importancia de la investigación, limitaciones del estudio.

En el capítulo II se presenta la hipótesis, las variables de estudio, así como, la definición operacional de las variables.

En el capítulo III comprende el método, tipo y diseño de Investigación, los participantes, medición, procedimiento, técnicas estadísticas para el procedimiento de la información y aspectos éticos.

En el capítulo IV de resultados, comprende los análisis descriptivos, contraste de hipótesis general, y el contraste de hipótesis específicas.

Finalmente, en el capítulo V de discusión están las implicancias de los resultados y contrastación con estudios similares.

CAPÍTULO I MARCO TEÓRICO

1.1. BASES TEÓRICAS

1.1.1. Ansiedad frente a los exámenes. A continuación, se pasa a describir ansiedad frente a exámenes, ansiedad como rasgo de personalidad y causas de la ansiedad frente a exámenes.

Definición de la Ansiedad frente a los exámenes. La ansiedad ante los exámenes se define como una pre disposición de estados de ansiedad de forma de forma intensa y frecuente, fuera de lo habitual, donde el evaluado experimenta preocupaciones y pensamientos irrelevantes que interfieren con procesos de atención, concentración y el desarrollo del examen. (Spielberger & Vagg, 1995).

En la Psicología, este concepto es uno de los más controversiales ya que no se ha llegado a integrar las definiciones en una sola, y mucho menos fases o tipos que la describen. (Rost & Schermer, 1989); inclusive la sintomatología ansiosa es definida según su enfoque y área, como por ejemplo la psicología, la medicina, la sociología, entre otras. (Sarudiansky, 2008).

Sarason (1984) define la ansiedad como un estado complejo de reacciones conductuales, emocionales y físicas. Y este puede diferenciarse entre “rasgo” y “estado” de ansiedad, siendo el primero la tendencia a reaccionar emocionalmente con ansiedad ante determinado tipo de situación, por lo que se considera un patrón estable de respuesta del sujeto. El estado de ansiedad es de carácter transitorio, y se manifiesta mediante tres sistemas de respuesta:

experiencia subjetiva, activación fisiológica y la conducta manifiesta (Furlan, 2006).

Los exámenes son un proceso que se utiliza en los estudiantes para monitorear su progreso, diagnosticar problemas, realizar admisiones a universidades y ubicar a los estudiantes en cada curso, y en estas situaciones puede evidenciarse consecuencias de la ansiedad ante los exámenes. (Hembree, 1988).

“La ansiedad ante los exámenes es definida como un rasgo específico-situacional, caracterizado por la predisposición a reaccionar con elevada ansiedad ante situaciones relacionadas específicamente con los exámenes y el rendimiento” (Hodapp, Glazman & Laux, 1995; citado en Stöber, 2004) y a sufrir una alta preocupación y activación fisiológica ante este tipo de eventos (Piemontesi, Heredia, Furlan, Sánchez & Martínez, 2012). Su preocupación central es desenvolverse mal en una tarea propuesta, y sus consecuencias desfavorables ligadas a la autoestima, sentirse menos ante los demás y la privación de alguna recompensa esperada. (Calvo & Averó, 1995).

Otros autores ven la ansiedad frente a exámenes como un déficit de habilidades y de procesamiento, situación que se experimenta debido a una mala preparación, es decir que los estudiantes con niveles elevados en comparación de los menos ansiosos, poseen escasas habilidades para el estudio (Furlan et al., 2009).

Alrededor de los años setenta se dispuso la diferencia entre ansiedad rasgo y ansiedad estado (Stöber & Pekrun, 2004) del cual nace la noción de ansiedad rasgo específico-situacional.

Se llevó a cabo una investigación en la Universidad de Vanderbilt - Estados Unidos, en la cual se identificaron dos factores que se desprendían del cuestionario elaborado por (Mandler & Sarason, 1967).

“Por un lado se distinguieron factores cognitivos catalogados bajo el término de Preocupación, y por otro lado factores referidos a diversos índices de activación autonómica, llamado Emocionalidad, el primero se conceptualizó como una expresión cognitiva de preocupación sobre el rendimiento propio y sobre las consecuencias de fracasar, mientras que el segundo son reacciones autonómicas que tienden a ocurrir durante el estrés de la evaluación”(Guerra, 2016,p.4).

Por lo tanto a partir de ese año se comenzó a distinguir dos dimensiones que comprendían el constructo, en un modelo bidimensional. Estas dimensiones fueron “Preocupación y Emocionalidad”, diferenciando entre componentes cognitivos y afectivos o fisiológicos de la ansiedad ante exámenes (Liebert & Morris, 1967), siendo los cognitivos la atención enfocada sobre pensamientos irrelevantes para la meta trazada del estudiante, como centrarse en lo que sucede si fracasa, y el segundo la percepción subjetiva de activaciones fisiológicas y del estado afectivo, como por ejemplo la tensión, taquicardia, sudoración entre otros. (Furlan, 2006).

Ansiedad como rasgo de Personalidad. La ansiedad también puede ser considerada como un rasgo de personalidad específico ante esa situación, esta tiene dos componentes:

El primero se define como emocionalidad, que estaría relacionado a lo fisiológico e implica displacer o nerviosismo – tensión.

Por otro lado estaría la preocupación, que estaría ligado a lo cognoscitivo, orientado más a la tarea en sí, que a la persona misma; esta puede reflejar expectativas negativas acerca de sí y de las posibles consecuencias de lo acontecido. (Spielberger, 1980)

Se considerada un rasgo de personalidad que se da en situaciones donde el individuo se siente amenazado, en el momento en que son evaluados. (Sarason, 1984) y predispone a los sujetos a responder inadecuadamente ante los exámenes.

Una persona ansiosa se caracteriza por presentar emociones perjudiciales que obstaculizan una buena ejecución de la tarea a realizar, las cuales continúan incluso después de esta.

Esta ansiedad se produce cuando frente a una situación específica la persona reacciona de manera desproporcionada. (Masias & Hernandez, 2008)

En algunos casos sucede que la persona se enfrenta a una situación específica como lo son los exámenes y es entonces donde concuerda con la ansiedad rasgo – específica, activándose por sentirse amenazado.

Es por ello que al experimentar ansiedad frente a un examen, experimentan niveles elevados de preocupación, auto desprecio y activación ansiosa

En las personas entonces lo que activa con intensidad estas manifestaciones es la experiencia de sentirse evaluados. (Keogh & French, 2001).

Un nivel alto de ansiedad conduce a una disminución en el rendimiento de las tareas. Y esto se debe a que esta situación deteriora el recuerdo a corto plazo e interfiere en el día a día del individuo. (Bausela, 2005).

Esta situación puede estar influida por diferentes factores, ante lo cual es necesario una intervención inmediata, ya que puede estar seriamente asociado a estrategias de aprendizaje poco profundas y memorísticas, dificultades en la autorregulación del aprendizaje, la comprensión y establecimiento de relaciones y organización de conceptos, o la misma procrastinación académica como lo determinan algunos estudios (Furlán et al., 2009).

En sí la ansiedad no genera siempre un mal resultado ya que según nos mencionan autores, a nivel moderado puede incluso mejorar resultados. (Sarason & Pierce, 1990).

En consulta terapéutica encontramos que acude gran cantidad de personas con altos niveles de ansiedad frente a los exámenes; estos vienen acompañados de diferentes síntomas asociados a trastornos clínicos, entre los cuales se dieron frecuentemente el cansancio y somnolencia, sensación que nunca terminan las cosas propuestas, inquietud y nerviosismo, bajos niveles de atención, tensión y baja tolerancia al fracaso, considerándose así como una expresión sintomática de una vulnerabilidad para trastornos clínicos ansiosos y del estado del ánimo (Gallart, Ferrero & Furlan, 2013).

Causas de la ansiedad ante los exámenes. Rost y Schermer (1989) presentan factores que serían los productores de la ansiedad frente a exámenes, entre ellos están:

- La falta de autoconocimiento relacionado a las habilidades y técnicas que posee.

- La falta de preparación para cumplir con la demanda de una evaluación, esta puede estar relacionada a la vergüenza ante el público, y cómo este puede responder dañando su autoestima.

Por otro lado, Bonaccio y Reeve (2010), estudiaron los factores que los estudiantes perciben como influyentes en el aumento de su ansiedad ante los exámenes, estos identificaron siete tipos y la agruparon en tres dominios generales: el primer grupo comprende las percepciones sobre el examen, el segundo grupo comprende las percepciones sobre sí mismos y el tercer grupo incluye las percepciones de la situación de examen.

Por último, indicaron que las dos fuentes percibidas de ansiedad ante los exámenes más influyentes son: la situación de examen y la persona que se enfrenta al examen.

1.1.2. Procrastinación. A continuación se describen las causas de la procrastinación, consecuencias de la procrastinación y el estudiante procrastinador.

La procrastinación está relacionado a la conducta de aplazar o posponer la ejecución o culminación de actividades para después, lo cual se convierte en un estado de insatisfacción o malestar (Vallejos, 2015)

Además, según Schouwenburg, Lay, Pychyl & Ferrari (2004), la procrastinación es el hecho de postergar intencional y de manera frecuente una actividad planeada. Estos autores, la clasifican desde dos puntos de vista, una de ellas como una conducta o comportamiento, y la otra, como rasgo propio de la personalidad.

Por un lado, la procrastinación como conducta es el acto de evitar una tarea específica ya planteada, esto la llama conducta dilatoria. Esta interpretación toma en cuenta la falta de organización e intención en el manejo del tiempo y la gestión de tareas, manifestándose en largos periodos de tiempo entre las intenciones de realizar las tareas y las conductas de orientación hacia las metas correspondientes. Es decir, hay una demora para empezar a realizar actividades planificadas.

Por otro lado los autores nos señalan que no se trata de la ausencia de actividad si no de la distracción en otro tipo de actividades ajenos a la meta. Estas actividades pueden referirse a proyectos personales, asistir al gimnasio, realizar visitas familiares, entre otras. (Schouwenburg et al., 2004).

Causas de la procrastinación. Los motivos del comportamiento procrastinador son varios, y sus consecuencias llevan a veces a no entrar en acción sino hasta el último minuto posible, cuando ya es muy tarde y a veces esto puede llevar a no culminar la meta. (Sirin, 2011).

Según estudios para los estudiantes universitarios, existen dos razones primarias independientes para procrastinar. Una de ellas es el Miedo al Fracaso, es decir, la preocupación de defraudarse a sí mismo o a los demás por no rendir adecuadamente. Por otro lado, la otra razón es el sentimiento de rechazo o aversión a la tarea, en otras palabras la sensación desagradable relacionada al curso o la tarea en sí

Por lo tanto, la procrastinación no es sólo un déficit en los hábitos de estudio y la administración del tiempo, sino más bien un fenómeno que involucra una

ardua interacción entre componentes cognitivos, conductuales y afectivos. (Solomon & Rothblum, 1984).

De hecho, la mayoría de los estudiantes, cuando están previos a evaluaciones muestran una baja frecuencia de conductas de estudio, encuentran dificultades en la preparación para estudiar por el miedo al fracaso y el rechazo o aversión a la tarea, percibiendo cognitivamente los exámenes como complicados para llevar a cabo. (Solomon & Rothblum, 1984).

Por otro lado, si los estudiantes universitarios asumen que una tarea es demandante, de un curso no tan simpaticante para ellos o difícil en su ejecución tienen más probabilidades de procrastinar. (Scher & Ferrari, 2000).

Según Solomon & Rothblum (1984), hay dos tipos de procrastinadores, uno de ellos es un grupo pequeño y homogéneo de estudiantes que procrastinan como resultado del “Miedo al Fracaso”, esto es evaluado a través del factor llamado; miedo a la evaluación, y un grupo más largo y heterogéneo de estudiantes, que procrastinan como resultado a la “Aversión a la Tarea” que deben culminar como meta.

Consecuencias de la procrastinación. La procrastinación puede tener consecuencias en el lado interno o psicológico del sujeto como sentimiento de culpa remordimiento hacia uno mismo, entre otros.

Dentro de las consecuencias externas se dan a través de tres tipos de comportamiento: relacionados al rendimiento en la tarea, comportamientos adicionales a la tarea y el vínculo social, afectando a terceros debido al retraso en la tarea (Van Eerde, 2000).

Existen investigaciones a nivel internacional que indican consecuencias negativas entre la procrastinación y la salud mental (Tice & Baumeister, 1997), influyendo en la personalidad, rendimiento académico y bienestar psicológico, a la vez que aumenta el riesgo en la aparición de enfermedades, como, por ejemplo, niveles altos de ansiedad y baja autoestima (Solomon & Rothblum, 1984)

De hecho, de una forma más específica la procrastinación académica se relaciona negativamente con el rendimiento académico, es decir, a mayor nivel de procrastinación, menor rendimiento académico, y viceversa (Rothblum, Solomon & Murakami, 1986)

Además de estas consecuencias, se relaciona con consecuencias académicas desagradables, ya que algunos estudiantes con un nivel elevado de procrastinación presentan niveles altos de ansiedad general a lo largo del tiempo, y también desarrollaran mayor ansiedad ante los exámenes (Rothblum et al., 1986).

Pero las consecuencias negativas no se refieren únicamente a la actividad de postergar, sino que además se relacionan con mayores niveles de estrés, enfermedad y niveles de desempeño inferiores en comparación a los otros estudiantes, quienes no presentan esto. (Tice & Baumeister, 1997)

El estudiante procrastinador. El estudiante “procrastinador” sufre consecuencias significativas producto de la procrastinación académica, tanto a nivel académico como emocional. Entre las académicas están las calificaciones más bajas, mayor ausentismo, mayor incidencia a reprobar y tasas de

deserción más elevadas. Entre las emocionales se encuentran el autodesprecio, vergüenza, culpa, frustración y ansiedad (García, 2008).

Se distingue entre los “procrastinadores” frecuentes o crónicos y aquellos “no procrastinadores”.

Los primeros fracasan en la autorregulación de su rendimiento, ahogándose bajo presión obteniendo así resultados inferiores en comparación con los “no procrastinadores” (Ferrari & Robertson, 2001).

Muchas de las actividades que realizan y emprenden las personas son realizadas bajo una organización previa, es decir bajo control o autorregulación, preparándose para un buen resultado, por lo que la falta o ausencia de esta se puede denominar Procrastinación (Tuckman, 1991).

1.1.3. Factores de Procastinación. A continuación, lo factores de Autorregulación Académica y Postergación de Actividades.

Autorregulación académica. Es un proceso activo en el que los estudiantes establecen sus objetivos principales de aprendizaje y a lo largo de éste, tratan de conocer, controlar y regular sus cogniciones, motivaciones y comportamientos de cara a alcanzar esos objetivos (Gonzales & del Valle, 2008)

Postergación de actividades. Es un patrón regular de comportamientos de aplazamiento frente a diversas situaciones, incluyendo las tareas académicas y actividades propias de la vida cotidiana. (Quant & Sánchez, 2012)

1.1.4. Componentes de Ansiedad frente a los exámenes.

A continuación, los componentes de Preocupación, y Emotividad.

Preocupación. Es una expresión cognitiva de preocupación sobre el rendimiento propio y sobre las consecuencias de fracasar. Es decir, una atención enfocada sobre pensamientos irrelevantes para la tarea.

Emotividad. Son reacciones autonómicas que tienden a ocurrir durante el estrés de la evaluación. Se entiende como la percepción subjetiva de activaciones fisiológicas y del estado afectivo, como la tensión, sudoración, aumento de la frecuencia cardíaca, etc. (Furlan, 2006).

1.1.5. Adolescencia Tardía.

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (1998), para fines de atención y comparación de estadísticas internacionales, la adolescencia es clasificada en tres fases importantes: adolescencia temprana (10-13 años de edad), adolescencia media (14-16 años de edad), y adolescencia tardía (17-19 años). (Caricote, 2009)

La adolescencia en etapa tardía, se caracteriza por ser una época en la que muchas de las inquietudes reflejadas en las/los jóvenes se asemejan a las de los adultos. (Caricote, 2009)

Esta etapa de la adolescencia corresponde fundamentalmente a cambios de tipo psicológico y social, correspondiendo a las edades de 17 y 19 años, en donde el logro más importante es el de la Identidad personal. (Papalia, 2012)

1.1.6. Antecedentes de la investigación. En una investigación realizada en Argentina, Furlan et al (2010) tuvo como objetivo hallar la relación que existe entre la Ansiedad ante los exámenes y Procrastinación mediante un estudio empírico de forma multidimensional. Los participantes fueron seleccionados por un muestreo no aleatorio integrado por 227 estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Nacional de Córdoba, que cursaban la materia de “Metodología de la investigación psicológica”, con edades comprendidas entre los 19 y 62 años ($M = 23.50$; $DS = 5.490$). Los instrumentos utilizados para procrastinación académica fue una adaptación de la escala de procrastinación de Tuckman (1990) de 16 ítems, y por otro lado, Ansiedad ante los exámenes con una adaptación del inventario alemán de Ansiedad frente a Exámenes (AE) (GTAI-A, Heredia, Piemontesi, Furlan y Hodapp, 2008), un autoinforme de 28 ítems.

Los resultados muestran que interferencia y falta de confianza correlacionan positiva y moderadamente con la procrastinación, pero la preocupación no se relaciona con esta de forma significativa. Estos hallazgos sugieren una interpretación alternativa, en el que ambas variables podrían considerarse también como manifestaciones de dificultades más generales en el proceso de autorregulación del aprendizaje. (Furlan et al, 2010)

Furlan et al (2014) realizaron una investigación en Córdoba con una muestra de 219 estudiantes entre 18 y 51 años de edad, con el objetivo de estimar con mayor precisión las comorbilidades más frecuentes de Ansiedad frente a los exámenes, procrastinación académica y síntomas mentales. Para esta investigación se utilizaron el cuestionario epidemiológico y sintomatología mental de (CESIM, Burijovich, 1993), la Escala cognitiva de AE de Furlan,

Cassadi & Perez (2009) para ansiedad frente a los exámenes, la adaptación argentina de Tuckuman por Furlan et al (2012).

Los hallazgos obtenidos en esta investigación permitieron afirmar que los estudiantes con elevadas AE y PCT –A tienen una mayor probabilidad a presentar sintomatología mental y física que aquellos con una sola de estas condiciones. (Furlan et al, 2014)

En otra investigación realizada en Argentina por Guerra (2016), la cual se realizó con el objetivo de analizar si existen diferencias en la ansiedad frente a los exámenes y en la procrastinación académica entre estudiantes universitarios según su año actual de cursado. Se trabajó con una muestra de 149 estudiantes de ambos sexos con edades entre 18 y 35 años.

Los instrumentos que se llevaron a cabo fueron la adaptación Argentina del Inventario Alemán de Ansiedad ante los exámenes en su versión revisada (GTAI-AR, Heredia, Piemontesi & Furlan, 2012) y la Escala de Procrastinación de Tuckman adaptada a la población argentina (ATPS, Furlan, Heredia, Piemontesi, Illbele & Sánchez ,2010).

Se encontró una correlación positiva y estadísticamente significativa entre Procrastinación y la dimensión de Interferencia de Ansiedad frente a los exámenes. A mayor interferencia mayor procrastinación. Por otro lado, se halló una correlación positiva moderada entre procrastinación y falta de confianza. (Guerra, 2016)

Una investigación realizada por Vallejos (2015) en Lima – Perú tuvo como objetivo determinar la relación entre procrastinación académica y ansiedad frente a las evaluaciones en estudiantes universitarios. Los participantes de la investigación fueron 130 estudiantes, 85 hombres y 45 mujeres, a partir del

segundo ciclo entre 16 y 27 años. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Procrastinación Académica (“Procratination Assessment Scale-Students”) - PASS de Solomon & Rothblum (1984) y la Escala de reacciones ante las evaluaciones de Sarason (1984). Donde los resultados confirmaron la correlación entre las razones para procrastinar y los factores de las reacciones ante las evaluaciones. En especial con los pensamientos negativos. (Vallejos, 2015)

1.1.7. Planteamiento del Problema. A continuación, se realizó la Descripción de la Realidad Problemática y la Formulación del Problema.

Descripción de la realidad problemática.

Según las estadísticas antes señaladas por el INEI (2010) en su último Censo es inevitable tomar mayor importancia a esta población de adolescentes, quienes se encuentran por un proceso de búsqueda de identidad y al mismo tiempo tomaron una decisión que define sus futuros, como lo es, la elección de una carrera.

Solomon y Rothblum (1984) encontraron que el 46% de sus estudiantes de grado procrastinaron el plazo para la escritura de documentos, el 27,6% el estudiar para los exámenes, y el 30,1% las tareas de lectura semanal.

Según Furlan et al (2010) Los hallazgos obtenidos en una investigación en Argentina permiten reafirmar, en una muestra de estudiantes, la existencia de una relación moderada y positiva entre Ansiedad ante los exámenes y Procrastinación Académica.

Concluyendo que en parte la Procrastinación es una conducta que se activa ante el incremento de la Ansiedad frente a los exámenes y que tiene como fin su alivio, o que la Procrastinación crea condiciones propicias para que el

alumno, al percibir la inminencia de la evaluación y su escasa preparación, incrementa su Ansiedad frente a los exámenes.

Cuando un adolescente ingresa a la universidad se enfrenta a nuevos retos y hábitos. Además de asistir a clases y enfrentarse a nuevas asignaturas, el estudio profundo y reflexivo supone, entre otras cosas, tomar notas en clase, formular preguntas a docentes y trabajar en grupo, leer textos comprensivamente, elaborar síntesis, resolver ejercicios prácticos, redactar informes y monografías y prepararse para las evaluaciones tanto escritas como orales. (Zimmerman, Bonner y Kovach, 1996).

Esto obliga al adolescente a planificar cómo, cuándo y dónde lo va hacer, organizar su tiempo y esforzarse para cumplir con todo.

Lamentablemente no siempre se logra cumplir con el objetivo trazado, debido a no organizar su tiempo adecuadamente y esto genera un desequilibrio entre lo que planearon y lo que en realidad llegaron hacer.

Entonces inmediatamente se genera una preocupación que causa un alto grado de ansiedad al hecho de sentirse evaluados.

La ansiedad con moderados niveles puede mejorar el rendimiento, ya que puede funcionar como motivador y activar estrategias cognitivas para completarlas, sin embargo, un alto nivel de ansiedad puede generar ira, estrés, angustia, etc. en el momento de ser evaluados y como producto fracaso y alta preocupación.

La característica principal de la ansiedad frente a los exámenes es la preocupación por el posible fracaso o mal rendimiento en sus tareas y posibles consecuencias aversivas para la autoestima, minusvalía social y pérdida de algún beneficio esperado. (Zeidner, 2007). Lo cual podría ser doblemente

catastrófico si hablamos de un individuo que se encuentra en la formación de su personalidad y consolidación de su autoestima.

Esta ansiedad ante los exámenes se manifiesta a nivel cognitivo, fisiológico y conductual, esta última es en la que nos centraremos en este estudio, ya que son conductas evitativas como escuchar música, distraerse en el celular, o el simple hecho de tomarse más del tiempo debido en ordenar el ambiente de estudio.

Si a esto le sumamos las características de la muestra de este estudio observaremos como nos explica Papalia (2012) la tendencia al narcisismo, clásica en los del adolescente, sobretodo en la etapa final entre los 17 y 19 años, hace que este esté más preocupado por su esquema corporal y esté pendiente de su físico. El rostro y cuerpo son su primordial afán y el adolescente quiere ser valorado por ello, por lo que en ocasiones no da prioridad a la preparación de sus evaluaciones.

Se concluye entonces falta de estabilidad emocional y control de impulsos que podrían interferir en la toma de decisiones, organización, constancia y ansiedad frente a exámenes.

Formulación del problema. ¿En qué medida se relaciona la Ansiedad frente a los exámenes y la Procrastinación Académica en estudiantes adolescentes tardíos de una Universidad Privada de Lima?

1.1.8. Objetivos de la Investigación.

Objetivo General:

Determinar la relación entre la Ansiedad frente a los Exámenes y la Procrastinación Académica en estudiantes universitarios de una Universidad Privada de Lima.

Objetivos Específicos:

Determinar la relación entre las dimensiones de Ansiedad frente a los Exámenes y las dimensiones de Procrastinación Académica en estudiantes universitarios de una Universidad Privada de Lima.

Determinar la diferencia entre las dimensiones de Ansiedad Frente a Exámenes y las dimensiones de Procrastinación Académica en estudiantes adolescentes tardíos de una Universidad Privada de Lima.

Determinar la diferencia entre Ansiedad Frente a Exámenes y Procrastinación Académica en estudiantes adolescentes tardíos de una Universidad Privada de Lima, según sexo.

Determinar la diferencia entre Ansiedad Frente a Exámenes y Procrastinación Académica en estudiantes adolescentes tardíos de una Universidad Privada de Lima, de acuerdo al gusto por el estudio.

Determinar la diferencia entre Ansiedad Frente a Exámenes y Procrastinación Académica en estudiantes adolescentes tardíos de una Universidad Privada de Lima, conforme al tipo de convivencia.

1.1.9. Justificación e Importancia de la Investigación. Esta investigación nos permitirá obtener nuevos conocimientos sobre la relación que existe entre dos variables básicas para el estudio universitario en la población adolescente que ingresa a una carrera profesional.

Así mismo identificar cuáles son los comportamientos más procrastinadores en esta población y así mismo actuar inmediatamente en la prevención dirigida de tipo secundaria.

La unidad de análisis a la cual está dirigida este estudio se beneficiará ya que recibirán programas dirigidos a sus características enfocados en cada uno de los resultados. Así mismo informarse a través de esta tesis cuáles son las causas y consecuencias negativas de esta relación de variables.

En conclusión, podemos decir que esta investigación es de suma importancia para actuar inmediatamente en cursos introductorios asociados a los hábitos de estudio.

1.1.10. Limitaciones del estudio.

Según el muestreo utilizado. Debido a que la muestra estuvo dirigido a alumnos universitarios, solo se pudo evaluar la etapa tardía de la adolescencia, ya que la mayoría de ingresantes pertenecen al rango de edad entre 17 a 19 años de edad.

CAPÍTULO II HIPÓTESIS Y VARIABLES

2.1. HIPÓTESIS

2.1.1. Hipótesis General:

Existe relación significativa entre la Ansiedad frente a los Exámenes y la Procrastinación Académica en estudiantes universitarios de una Universidad Privada de Lima Metropolitana.

2.1.2. Hipótesis específicas:

H1 Existe relación significativa entre las dimensiones de Ansiedad frente a los Exámenes y las dimensiones de Procrastinación Académica en estudiantes universitarios de una Universidad Privada de Lima Metropolitana.

H2 Existen diferencias significativas en Ansiedad Frente a Exámenes y Procrastinación Académica en estudiantes adolescentes tardíos de una Universidad Privada de Lima Metropolitana, según sexo.

H3 Existen diferencias significativas en Ansiedad Frente a Exámenes y Procrastinación Académica en estudiantes adolescentes tardíos de una Universidad Privada de Lima Metropolitana, de acuerdo al gusto por el estudio.

H4 Existen diferencias significativas en Ansiedad Frente a Exámenes y Procrastinación Académica en estudiantes adolescentes tardíos de una Universidad Privada de Lima Metropolitana, conforme al tipo de convivencia.

2.2. VARIABLES DE ESTUDIO

2.2.1. Variables a relacionar:

Ansiedad frente a exámenes y sus indicadores

- Emocionalidad.
- Preocupación.
- Ausencia de sentimientos de angustia.

Procrastinación Académica

- Autorregulación Académica
- Postergación de Actividades.

2.2.2 . Variables sociodemográficas:

- Edad : De 17 a 19 años.
- Lugar donde llevó a cabo : Nacional – Particular.
la secundaria.
- Convivencia Familiar : Ambos padres, madre, padre, ninguno.
- Gusto por el estudio : Solo – Grupo.

2.3. DEFINICIÓN OPERACIONAL DE LAS VARIABLES

2.3.1. *Ansiedad frente a los exámenes.*

Un estudiante universitario con ansiedad frente a los exámenes, presentará los siguientes indicadores:

- Se siente intranquilo mientras contesta los exámenes.
- Se siente inquieto y perturbado mientras contesta los exámenes.

- De solo pensar en la calificación que pueda obtener en un curso, interfiere con su trabajo en los exámenes.
- Se paraliza debido al miedo en los exámenes finales.
- Durante los exámenes piensa si alguna vez podrá terminar mis estudios.
- Mientras más se esfuerza en un examen, más se confunde.
- El pensar que pueda salir mal, interfiere con la concentración en los exámenes.
- Se siente muy agitado mientras contesta un examen importante.
- Aun estando preparado para un examen, se siente angustiado por el mismo.
- Empieza a sentirse muy inquieto justo antes de recibir el resultado de un examen.
- Durante los exámenes siente mucha presión.
- Quisiera que los exámenes no le afectaran tanto.
- Durante los exámenes importantes se pone tan tenso, que siente malestar en el estómago.
- Le parece que está en contra de sí mismo mientras contesta exámenes importantes.
- Siente pánico cuando rinde un examen importante.
- Si fuera a rendir un examen importante, le preocuparía muchísimo antes de hacerlo.
- Durante los exámenes piensa en las consecuencias que tendría al fracasar.
- Siente que el corazón le late muy rápidamente durante los exámenes importantes.
- Tan pronto como termino un examen trato de no preocuparse más de él pero no puede.

- Durante el examen de un curso se pone tan ansioso que se me olvida de datos que está seguro que sabe.

- **2.3.2. Ansiedad frente a los exámenes.**

Un estudiante universitario con procrastinación académica, presentará los siguientes indicadores:

- Cuando tiene que hacer una tarea, normalmente la deja para el último minuto.
- Generalmente no se prepara por adelantado para los exámenes.
- Cuando tiene problemas para entender algo, no busca ayuda inmediata.
- No asiste regularmente a clase.
- Trata de completar el trabajo asignado lo más cercano posible a la entrega final.
- Posterga los trabajos de los cursos que no me gustan.
- Posterga las lecturas de los cursos que no me gustan.
- Nunca intenta mejorar sus hábitos de estudio.
- No invierte el tiempo necesario en estudiar.
- No trata de motivarse para mantener mi ritmo de estudio.
- No trata de terminar sus trabajos importantes a tiempo.
- No se toma el tiempo de revisar sus tareas antes de entregarlas.

CAPÍTULO III MÉTODO

3.1. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

El presente estudio es una investigación de enfoque cuantitativo (León & Montero, 2005) de tipo no experimental, transversal y de nivel correlacional - comparativo. Se considera que es no experimental debido a que la investigadora no tuvo un control directo en estas y no fueron manipuladas.

Es de tipo transversal ya que los datos fueron recolectados en un solo momento, buscando analizar su relación en un tiempo único.

Y es de alcance correlacional porque busca identificar cómo se comporta una variable con respecto a otras y la relación o grado de asociación existente entre ambas. Asimismo, comparativa ya que se analizaron datos característicos de la muestra con las dimensiones de la variable. (Hernández, Fernández y Baptista ,2014).

3.2. PARTICIPANTES

La muestra estuvo conformada por 259 estudiantes adolescentes tardíos, entre hombres y mujeres con edades que fluctúan entre los 17 y 19 años que cursan el primer ciclo de una Universidad Privada de Lima, nivel socioeconómico A y B.

Los criterios de inclusión fueron todos los estudiantes evaluados cursen por primera vez el primer ciclo de una entidad universitaria, peruanos y estado civil solteros, sin hijos.

Por otro lado, los criterios de exclusión son estudiantes de estado civil casados, viudos, divorciados. Así como los cuestionarios incompletos o sin cumplir con las instrucciones mencionadas en estas.

El cálculo del tamaño de la muestra se realizó mediante el software Survey System (2018) la cual mostró un tamaño preciso de 257 sujetos. La selección de la muestra fue por conveniencia. (Hernández, Fernández y Baptista ,2014).

3.3. MEDICIÓN

A continuación, la descripción los dos instrumentos utilizados en esta investigación.

3.3.1. Inventario de Autoevaluación frente a exámenes.

El nombre del instrumento es Inventario de Autoevaluación frente a exámenes (IDASE).

Los autores son José J. Bauermeister, Collazo & Charles D. Spielberger.

Fue realizada en el año 1983 y está dirigido a estudiantes a partir de los 11 años.

Este inventario está dividido en 2 escalas; la primera subescala llamada Emocionalidad comprende seis aseveraciones con los ítems 2,8,9,11,15,18. Por otro lado la subescala llamada Preocupación contiene seis afirmaciones en los ítems 3,5,6,7,14,17.

Ambas subescalas son de tipo Likert donde, Casi Nunca tiene un valor de 1, Algunas Veces un valor de 2, Frecuentemente un valor de 3 y Casi Siempre un valor de 4. A mayor puntaje, mayor nivel de ansiedad frente a los exámenes.

El ítem 1 indicará la Ausencia de Sentimientos de Angustia y es un ítem negativo.

-Validez y Confiabilidad. Los cuestionarios utilizados cuentan con Validez y Confiabilidad. En la prueba Original se utilizó una validez de tipo predictiva y concurrente; y para la confiabilidad la consistencia interna Test – Retest.

El Inventario de Autoevaluación frente a exámenes fue validado en Perú por Aliaga (2001) a través de un estudio donde los resultados aportan una interpretación favorable a la unidimensionalidad empírica del conjunto de Ítems de IDASE y que es una prueba que muestra buenos índices de confiabilidad y validez.

Por otro lado, en esta investigación se realizó la confiabilidad de ambas variables: el cuestionario de Ansiedad frente a Exámenes obtuvo un coeficiente de 0,921 que es excelente (Hunsley y Marsh, 2008). Y los coeficientes de consistencia interna se encuentran entre ,400 y ,687, lo que nos indica que el instrumento tiene una buena capacidad psicométrica.

3.3.2. Escala de Procrastinación Académica EPA.

Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko, adaptada por Álvarez (2010). Consta de 16 ítems con cinco opciones de respuesta (*Nunca, Pocas veces, A veces, Casi siempre y Siempre*).

La adaptación EPA utilizada para este estudio se divide en dos factores detallados a continuación:

El Factor 1 llamado que contiene los siguientes ítems: 2,3,4,5,8,9,10,11,12.

Por otro lado, se tiene el Factor 2 llamado Postergación. Los ítems que componen este Factor son el 1,6,7.

Referente a la corrección de la escala, cabe precisar algunos aspectos: El Factor 1 (Autorregulación académica), al corregirse en escala invertida, mientras más alto es el puntaje, la autorregulación es menor.

En cuanto al Factor 2 (Postergación de Actividades), mientras más puntúe la persona, mayor es su tendencia a postergar. (Domínguez et. al., 2014)

Las propiedades psicométricas en el estudio de adaptación en escolares indican una consistencia interna adecuada (alfa de Cronbach de .80) y una estructura unidimensional, es decir, un solo factor que explica 23.89% de la varianza total del instrumento.

-Validez y Confiabilidad. En la Escala de Procrastinación Académica EPA la confiabilidad se estimó mediante el alfa de Cronbach obteniéndose .816 para la escala total; .821 para el factor Autorregulación académica, y .752 para el factor Postergación de actividades. Se concluye que la EPA cuenta con propiedades psicométricas y se puede utilizar como instrumento de evaluación de la Procrastinación Académica (Dominguez, 2013).

Así mismo, en esta investigación se realizó la confiabilidad y de igual manera, se obtuvo la confiabilidad para la Encuesta de Procrastinación Académica mediante un alfa de Cronbach de (0.803) lo cual lo ubica dentro del rango de bueno según Hunsley y Marsh (2008). Y la consistencia interna se encuentran entre ,245 y ,547.

3.4. PROCEDIMIENTO

Para la recolección de datos se realizó los siguientes procedimientos:

Primero se presentó el proyecto de investigación e inmediatamente después de su aprobación se procedió con el registro y análisis de los cuestionarios.

Los instrumentos para la recolección de datos han sido adaptados en el Perú con suficientes capacidades psicométricas.

Esta recolección se realizó en tres días, en diversas aulas de primer ciclo y tuvo una duración aproximada de 30 minutos cada una.

A los participantes se les solicitó su permiso para utilizar sus resultados como parte de esta investigación a través de un consentimiento informado, por otro lado, se les entregó la Ficha Sociodemográfica.

La consideración ética se tuvo en cuenta antes y durante la administración de los instrumentos, entre ellas la protección de las personas, ya que no fueron realizados experimentos con seres humanos; además se obtuvo el consentimiento informado de los participantes quienes accedieron de manera voluntaria participar en el estudio.

Finalmente, los datos fueron utilizados confidencialmente y sólo con fines de investigación.

3.5. TÉCNICAS ESTADÍSTICAS PARA EL PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN

Los resultados obtenidos fueron procesados mediante el programa de SPSS versión 24.0.

Se realizó el análisis descriptivo de los datos de la ficha sociodemográfica y de cada una de las variables de estudio.

Así mismo, mediante la prueba de normalidad de los datos (Kolmororov – Smirnof) de cada una de las dimensiones de los dos instrumentos, se obtuvo resultados no significativos, lo cual nos indica el uso de pruebas No Paramétricas.

Para la prueba de las hipótesis hemos utilizado la prueba No paramétrica de correlación Rho de Spearman; del mismo modo para las pruebas comparativas hemos utilizado la U de Mann – Witney y Kruskal-Wallis.

3.6. ASPECTOS ÉTICOS

Entre los aspectos éticos a considerarse se solicitó el permiso correspondiente al Decano de la Universidad Privada para el procedimiento legal y formal de aplicación de instrumentos en aula, así cumplir todo lo estipulado en los parámetros requeridos.

Se tuvo en cuenta el Consentimiento informado, el cual fue llenado por los participantes, se les explicó los objetivos de la investigación, la confidencialidad de los resultados, el anonimato y se dejó en claro que la participación es voluntaria.

Así mismo, no se manipuló los resultados obtenidos a favor de corroborar la hipótesis, salvaguardando así el adecuado proceso de la investigación y la transparencia de los resultados evaluados.

CAPÍTULO IV RESULTADOS

4.1. ANÁLISIS DESCRIPTIVOS

En primer lugar, se realizó la prueba de Normalidad Kolmogorov – Smirnov- Lilliefors para el Inventario de Autoevaluación frente a exámenes (IDASE) por dimensiones y asimismo, para la Encuesta de Procastinación.

En segundo lugar, se realizó los análisis descriptivos de la Ficha sociodemográfica.

En tercer lugar, se estimó la confiabilidad de los puntajes en las variables de estudio por medio del coeficiente alfa de Cronbach.

Así mismo, se ha realizado los estadísticos descriptivos indicando la media y la desviación estándar con cada dimensión de Ansiedad frente a exámenes (Emotividad, Preocupación y Ausencia de Sentimientos de Ansiedad)

Por otro lado, Procrastinación con sus dimensiones (Postergación de actividades y Autorregulación Académica).

A continuación, en la Tabla 01 un detalle de los resultados de dicho procedimiento indicando los valores por cada dimensión.

Tabla 01*Estadístico Descriptivo de Media y Desviación Estándar.*

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación Estándar
Autorregulación Académica EPA	258	9,00	36,00	21,1124	4,89649
Postergación de Actividades EPA	259	3,00	15,00	7,9730	2,53412
Emotividad AFE	259	6,00	24,00	12,1660	3,95020
Preocupación AFE	258	6,00	23,00	11,7597	3,77948
Ausencia de Sentimientos de Ansiedad	259	1,00	4,00	2,5598	,64044

n=259

Con el fin de contrastar las hipótesis planteadas se implementó las correlaciones bivariadas entre las dimensiones de IDASE y las dimensiones de EPA. Para la valoración, se utilizó el enfoque de significancia práctica, mediante el cual se consideró significativo si su magnitud es mayor que .11 (Gignac & Szodorai, 2016).

Asimismo, se implementó análisis comparativo con las pruebas no paramétricas de U de Mann-Whitney y Kruskal-Wallis.

El contraste estadístico utilizado para determinar si las variables de estudio se ajustan a una distribución normal, ha sido la prueba de bondad de ajuste de Smirnov-Kolmogorov – Lilliefors.

Los hallazgos indicaron que las dimensiones de Autoevaluación de Ansiedad frente a Exámenes obtuvieron un p - valor no significativo (,000) lo que nos indica que no reúnen los requisitos de normalidad. Sin embargo, en las dimensiones de la Encuesta de Procrastinación Académica se encontró un p - valor significativo de ,200 lo que nos indica que si reúnen los requisitos de normalidad. Es por ello que hemos optado por pruebas No Paramétricas.

Tabla 02

Prueba de Normalidad Kolmogorov – Smirnov

	AFE	EPA
Estadístico de Prueba	0.097	0.49
Significancia Asintótica Bilateral	0.000	0.200

Tabla 03

ANALISIS FIABILIDAD ANSIEDAD FRENTE A EXAMENES
ALFA DE CRONBACH GENERAL

<i>Estadísticas de fiabilidad</i>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,921	20

Tabla 04

ANALISIS FIABILIDAD ANSIEDAD FRENTE A EXAMENES

CONSISTENCIA INTERNA entre = ,400 y ,687

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
AFE1	39,88	127,166	,400	,920
AFE2	40,27	122,504	,570	,917
AFE3	40,40	120,990	,592	,917
AFE4	40,54	118,866	,659	,915
AFE5	40,67	122,463	,487	,919
AFE6	40,65	122,361	,525	,918
AFE7	40,28	121,060	,612	,916
AFE8	40,67	121,942	,557	,917
AFE9	40,19	121,712	,549	,918
AFE10	39,68	120,381	,557	,918
AFE11	40,22	119,085	,670	,915
AFE12	39,70	116,515	,627	,916
AFE13	40,75	122,662	,475	,919
AFE14	40,82	122,476	,607	,917
AFE15	40,63	118,282	,687	,915
AFE16	39,82	122,062	,526	,918
AFE17	40,07	118,011	,633	,916
AFE18	40,53	118,984	,635	,916
AFE19	40,43	120,692	,587	,917
AFE20	40,14	119,194	,666	,915

Tabla 05

FIABILIDAD DE PROCASTINACION

ALFA DE CRONBACH GENERAL = ,802

<i>Estadísticas de fiabilidad</i>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,802	12

Tabla 06

CONSISTENCIA INTERNA

<i>Estadísticas de total de elemento</i>				
	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
EPA1	26,02	36,980	,501	,784
EPA2	25,98	37,988	,365	,795
EPA3	26,60	35,789	,474	,785
EPA4	27,63	41,184	,045	,821
EPA5	26,83	36,158	,517	,782
EPA6	26,62	34,843	,494	,783
EPA7	26,60	34,078	,531	,779
EPA8	26,83	37,003	,449	,788
EPA9	26,44	36,084	,518	,782
EPA10	26,95	36,437	,486	,784
EPA11	26,58	35,443	,547	,778
EPA12	26,64	34,645	,468	,786

Las principales características sociodemográfica de la muestra son las que siguen: el 73.4 % son mujeres y el 27% varones; así mismo, el colegio de

procedencia alcanzó el 73% en colegios particulares y solo un 27.4 % proceden de colegios Nacionales. En relación al tipo de Convivencia Familiar el 52% de los alumnos ingresantes viven con ambos padres y el 34 % solo con la madre. El gusto por el estudio que prefieren los alumnos fue Solo(a) y alcanzó el 76%; mientras que el gusto por el estudio Grupal solo obtuvo un 24%.

4.2. CONTRASTE DE HIPÓTESIS GENERAL

Para la valoración de las magnitudes de las correlaciones se utilizó los criterios orientadores de Cohen (1988), que establece las siguientes valoraciones: correlación pequeña $r = ,10$; media $r = ,30$; y grande $r = ,50$. Este autor basa sus valoraciones teniendo en cuenta que en las ciencias de la conducta las correlaciones suelen ser bajas.

Existe relación significativa entre la Ansiedad frente a los Exámenes y la Procrastinación Académica en estudiantes universitarios de una Universidad Privada de Lima Metropolitana.

La matriz global de correlación permitió identificar una relación positiva pero muy baja ($,069$) y nada significativa. ($,268$), por lo tanto, se acepta la Hipótesis nula.

4.3. CONTRASTE DE HIPÓTESIS ESPECÍFICA

Hipótesis específica 1: Existe relación significativa entre las dimensiones de Ansiedad Frente Exámenes y las dimensiones de Procrastinación Académica en estudiantes adolescentes tardíos de una Universidad Privada de Lima.

Tabla 07*Matriz de Correlaciones por dimensiones*

Procrastinación		Ansiedad Frente a Exámenes		
		Emotividad	Preocupación	Ausencia de Sentimiento de Ansiedad
Autorregulación Académica	<i>r</i>	,064	,080	,103
	<i>p</i>	,307	,200	,100
Postergación de Actividades	<i>r</i>	,118	,123*	-,049
	<i>p</i>	,059	,048	,431

Nota: *r*: coeficiente de correlación; *p*: significancia; En negrita: *r* significativas (> .11)

En la Tabla 07 la matriz de correlaciones por dimensiones permitió identificar el siguiente coeficiente de correlación significativo: La dimensión Postergación de Actividades de Procrastinación se correlaciona de manera positiva, baja (0,123) con Preocupación de Ansiedad frente a Exámenes; sin embargo, es significativa al nivel de 0,05 (,000).

Por otro lado, la matriz de correlaciones por dimensiones nos permitió identificar correlaciones positivas, muy bajas y no significativas: Autorregulación Académica de Procrastinación y Emotividad de Ansiedad frente a Exámenes mostraron una magnitud muy baja (,064) y no significativa (,307). Asimismo, Autorregulación Académica de Procrastinación y Preocupación de Ansiedad frente a Exámenes mostraron una magnitud muy baja (,080) y no significativa (,200).

Autorregulación Académica de Procrastinación y Ausencia de Sentimientos de Ansiedad de Ansiedad frente a Exámenes, mostraron una magnitud muy baja

(,103) y no significativa (,100). De igual manera Postergación de Actividades de Procrastinación y Emocionalidad de Ansiedad frente a Exámenes mostraron una magnitud muy baja (,118) y no significativa (,059). Postergación de Actividades de Procrastinación y Ausencia de sentimientos de Ansiedad de Ansiedad frente a Exámenes mostraron una magnitud muy baja (-,049) y no significativa (,431).

Hipótesis específicas 2: Existen diferencias significativas en Ansiedad Frente a Exámenes y Procrastinación Académica en estudiantes adolescentes tardíos de una Universidad Privada de Lima, **según sexo**.

Hipótesis específicas 3: Existen diferencias significativas en Ansiedad Frente a Exámenes y Procrastinación Académica en estudiantes adolescentes tardíos de una Universidad Privada de Lima, **según gusto por el estudio**.

Hipótesis específicas 4: Existen diferencias significativas en Ansiedad Frente a Exámenes y Procrastinación Académica en estudiantes adolescentes tardíos de una Universidad Privada de Lima, de acuerdo al **tipo de convivencia**.

Tabla 08

Diferencias entre dimensiones de las Variables y Grupos Descriptivos.

	Emotividad	Preocupación	Ausen de sent de Ansiedad	Autorregulación Académica	Posterg de Actividades
Sexo	0,048	0,079	0,379	0,001	0,001
Gusto por el Estudio	0,505	0,459	0,332	0,097	0,005
Tipo de Convivencia Familiar	0,371	0,588	0,629	0,085	0,232

En negrita: Prueba de U – Mann Whitney (Sig. Asint. bil.)

Kruskal - Wallis

En la Tabla 08 se llevó a cabo un análisis comparativo de las variables Ansiedad Frente a Exámenes y Procrastinación Académica con las variables de agrupación, Sexo, Gusto por el Estudio y Tipo de Convivencia Familiar.

Así se encontraron diferencias significativas de ($,048$) en Emotividad de Ansiedad frente a Exámenes y Sexo.

Por otro lado, se encontró diferencias significativas ($,001$) en Autorregulación Académica de Procrastinación Académica y Sexo. Igualmente, en Postergación de Actividades de Procrastinación Académica y Sexo ($,001$).

Por último, se encontró diferencias significativas ($,005$) en Postergación de Actividades de Procrastinación Académica y Gusto por el Estudio.

En las otras comparaciones de las variables Ansiedad Frente a Exámenes y Procrastinación Académica con las variables de agrupación, Sexo, Gusto por el Estudio y Tipo de Convivencia Familiar no se encontraron diferencias significativas.

Tabla 9

Diferencias de rangos entre variables según sexo (general)

Rangos				
	SEXO	N	Rango promedio	Suma de rangos
AFEGENERAL	HOMBRE	68	109,94	7476,00
	MUJER	189	135,86	25677,00
	Total	257		
EPAGENERAL	HOMBRE	68	157,53	10712,00
	MUJER	190	119,47	22699,00
	Total	258		

Tabla 10*Diferencias entre variables según sexo*

	AFEGENERAL	EPAGENERAL
U de Mann-Whitney	5130,000	4554,000
Z	-2,467	-3,614
Sig. asintótica (bilateral)	,014	,000

a. Variable de agrupación: SEXO

Tabla 11*Diferencias de rangos entre variables según gusto por el estudio (general)*

Rangos				
	GUSTO DE ESTUDIO	N	Rango promedio	Suma de rangos
AFEGENERAL	SOLO(A)	196	130,42	25562,50
	EN GRUPO	61	124,43	7590,50
	Total	257		
EPAGENERAL	SOLO(A)	197	122,84	24198,50
	EN GRUPO	61	151,02	9212,50
	Total	258		

Tabla 12*Diferencias entre variables según gusto por el estudio*

Estadísticos de prueba^a		
	AFEGENERAL	EPAGENERAL
U de Mann-Whitney	5699,500	4695,500
Z	-,550	-2,581
Sig. asintótica (bilateral)	,583	,010

a. Variable de agrupación: GUSTO POR EL ESTUDIO

Tabla 13*Diferencias de rangos entre variables por tipo de convivencia*

	Rangos		Rango promedio
	CONVIVENCIA FAMILIAR	N	
AFEGENERAL	VIVO CON AMBOS PADRES	133	129,18
	VIVO CON LA MADRE	88	129,12
	VIVO CON EL PADRE	12	158,46
	NO VIVO CON NINGUNO	24	112,83
	Total	257	
EPAGENERAL	VIVO CON AMBOS PADRES	134	132,62
	VIVO CON LA MADRE	88	115,87
	VIVO CON EL PADRE	12	158,63
	NO VIVO CON NINGUNO	24	147,48
	Total	258	

Tabla 14*Diferencias entre variables de acuerdo a convivencia familiar*

	AFEGENERAL	EPAGENERAL
Chi-cuadrado	3,024	6,407
GI	3	3
Sig. asintótica	,388	,093

*a. Prueba de Kruskal Wallis**b. Variable de agrupación: CONVIVENCIA FAMILIAR*

Tabla 15

Diferencias de rangos entre dimensiones de las variables según sexo.

Rangos				
	SEXO	N	Rango promedio	Suma de rangos
EPAAA	HOMBRE	68	155,64	10583,50
	MUJER	190	120,14	22827,50
	Total	258		
EPAPA	HOMBRE	69	154,81	10682,00
	MUJER	190	120,99	22988,00
	Total	259		
AFEEMOC	HOMBRE	69	114,77	7919,00
	MUJER	190	135,53	25751,00
	Total	259		
AFEPREOC	HOMBRE	68	115,90	7881,50
	MUJER	190	134,37	25529,50
	Total	258		

Tabla 16

Diferencias entre las dimensiones de las variables según sexo

	Estadísticos de prueba^a			
	EPAAA	EPAPA	AFEEMOC	AFEPREOC
U de Mann-Whitney	4682,500	4843,000	5504,000	5535,500
Z	-3,373	-3,233	-1,979	-1,757
Sig. asintótica (bilateral)	,001	,001	,048	,079

a. Variable de agrupación: SEXO

Tabla 17

Diferencias de rangos entre por dimensiones de las variables según gusto por el estudio

		Rangos		
	GUSTO ESTUDIO	N	Rango promedio	Suma de rangos
EPAAA	SOLO(A)	197	125,52	24727,50
	EN GRUPO	61	142,35	8683,50
	Total	258		
EPAPA	SOLO(A)	198	121,13	23983,00
	EN GRUPO	61	158,80	9687,00
	Total	259		
AFEEMOC	SOLO(A)	198	131,65	26067,00
	EN GRUPO	61	124,64	7603,00
	Total	259		
AFEPREOC	SOLO(A)	197	131,36	25877,50
	EN GRUPO	61	123,50	7533,50
	Total	258		

Tabla 18

Diferencias entre las dimensiones de las variables según gusto por estudio

	EPAAA	EPAPA	AFEEMOC	AFEPREOC
U de Mann-Whitney	5224,500	4282,000	5712,000	5642,500
Z	-1,542	-3,457	-,641	-,721
Sig. asintótica (bilateral)	,123	,001	,521	,471

a. Variable de agrupación: GUSTO ESTUDIO

Tabla 19

Diferencias entre las dimensiones de las variables según tipo de convivencia

	Rangos		Rango promedio
	CONVIVENCIA FAMILIAR	N	
EPAAA	VIVO CON AMBOS PADRES	134	131,88
	VIVO CON LA MADRE	88	116,69
	VIVO CON EL PADRE	12	165,54
	NO VIVO CON NINGUNO	24	145,17
	Total	258	
EPAPA	VIVO CON AMBOS PADRES	135	134,10
	VIVO CON LA MADRE	88	118,40
	VIVO CON EL PADRE	12	128,83
	NO VIVO CON NINGUNO	24	150,06
	Total	259	
AFEEMOC	VIVO CON AMBOS PADRES	135	133,32
	VIVO CON LA MADRE	88	125,81
	VIVO CON EL PADRE	12	155,96
	NO VIVO CON NINGUNO	24	113,71
	Total	259	
AFEPREOC	VIVO CON AMBOS PADRES	134	127,09
	VIVO CON LA MADRE	88	131,60
	VIVO CON EL PADRE	12	155,63
	NO VIVO CON NINGUNO	24	122,17
	Total	258	

Tabla 20

Diferencias entre las dimensiones de las variables según convivencia familiar

	EPAAA	EPAPA	AFEEMOC	AFEPREOC
Chi-cuadrado	6,611	4,293	3,139	1,926
gl	3	3	3	3
Sig. asintótica	,085	,232	,371	,588

a. Prueba de Kruskal Wallis

b. Variable de agrupación: CONVIVENCIA FAMILIAR

CAPÍTULO V DISCUSIÓN

La discusión del presente estudio se realizó en función de los siguientes criterios: Primero se analizaron las implicancias de los resultados y luego se realiza la contratación de los resultados encontrados con estudios similares.

5.1. IMPLICANCIAS DE LOS RESULTADOS

El objetivo de nuestro estudio fue determinar qué relación existe entre la Ansiedad frente a los Exámenes y la Procrastinación Académica en estudiantes adolescentes tardíos de la escuela de Psicología en una Universidad Privada de Lima Metropolitana.

Se comenzó mencionando que los resultados afirmaban que no existen diferencias estadísticamente significativas en la Ansiedad frente a Exámenes y Procrastinación Académica en estudiantes adolescentes tardíos de una Universidad Privada de Lima Metropolitana.

Estos resultados pueden estar influidos por una serie de agentes socializadores como el Colegio de Procedencia, el Tipo de convivencia Familiar, el Sexo del estudiante, el tipo de Gusto por el Estudio, la misma situación de ser un adolescente Tardío o previo a este, entre otros.

En el anexo A se muestra un gráfico donde se observan los Agentes Socializadores tomados en cuenta en la siguiente investigación y que luego realizó un análisis de cada uno de ellos.

En cuanto a la familia, ésta es el vínculo más cercano de todas las personas, es con quienes establecemos los primeros contactos y de quienes, a lo largo de

nuestras vidas, de quien se va a recibir enseñanzas, ya sean adecuadas o inadecuadas (Aguirre, 1994).

La socialización es vista como un proceso continuo que ocurre a lo largo de toda la vida y el cual considera que la interacción es en sí misma socialización, aunque la socialización en los primeros años de vida tenga una significación particular. Para el Interaccionismo Simbólico a diferencia de otros enfoques; esto significa que la socialización acompaña toda la vida de la persona, en relación con diferentes grupos, circunstancias y contextos en los que vive (Bazilli, 1998).

En esta investigación, los resultados indicaron que ninguno de los tipos de convivencia; vivir solo, con el padre, con la madre, con ambos o con ninguno, tiene una relación contraproducente en la generación de Ansiedad ante los Exámenes o la Procrastinación en estos estudiantes; sin embargo fue un aporte interesante el saber que el 52.1% de la muestra indicó que vivía con ambos padres, lo cual podría explicar el control de la ansiedad en estos adolescentes ya que como mencionamos anteriormente una familia nuclear suele generar mayor seguridad en los hijos. (Ver anexo B)

Por otro lado, el Gusto por el Estudio se puede realizar grupal o individualmente. Ambos se caracterizan por utilizar técnicas de aprendizaje diferentes y están relacionados a tipos de inteligencia interpersonal e intrapersonal como también con rasgos de personalidad.

Según esta investigación, existe una relación significativa en la dimensión Postergar Actividades de Procrastinación y el Gusto por el estudio individual.

Esto podría explicarse en la medida en que el estudiante reemplaza con otras actividades el proceso de estudiar con actividades propias que se presenten y lo maneja de una manera personal; sin embargo, trabajar en grupo involucra una organización, una hora específica y objetivos específicos que no tiene en cuenta el estudiante procrastinador. (Ver anexo C)

Respecto al Sexo del estudiante se encontró diferencias significativas con la Emotividad de Ansiedad Frente a Exámenes, siendo las mujeres quienes destacan en esta área. Así mismo, las mujeres son más procrastinadoras que los varones.

Entonces se deduce que las mujeres, que se caracterizan por ser más emocionales, tienen mayor tendencia a desarrollar la procrastinación como escape ante el Estrés que genera un examen importante.

Se tuvo también como agente socializador importante, el colegio de procedencia. En esta investigación se obtuvo un porcentaje de 72% de estudiantes que provienen de colegio particular y solo un 27,4 % proviene de colegio nacional, lo cual podría estar relacionado al tipo de enseñanza que caracteriza a ambos.

Para finalizar, es importante señalar que esta muestra pertenece a la edad de la adolescencia y que para ellos en esta etapa como nos explica Papalia (2012), no es tan relevante, ni se encuentra dentro de sus intereses el obtener un reconocimiento académico, más que un reconocimiento en su grupo par.

Los alumnos que ingresan a la universidad por primera vez están mucho más interesados en formar grupos pares; y propio de la edad, en plena búsqueda de la identidad. Para ellos la formación de la personalidad está en proceso, y el control de sus sentimientos, miedos, etc, como lo es la ansiedad ante un examen está en proceso de formación y aprendizaje.

5.2. CONTRASTACIÓN CON ESTUDIOS SIMILARES

A continuación, se realiza la contratación de nuestros resultados con estudios similares, a nivel nacional e internacional.

Según las investigaciones nacionales e internacionales que se han podido encontrar Furlan et al (2010) tuvo como objetivo hallar la relación que existe entre Ansiedad ante los exámenes y Procrastinación en 227 estudiantes entre los 19 y 62 años de una universidad de Córdoba y los resultados muestran que interferencia y falta desconfianza correlacionan positiva y moderadamente con la procrastinación, pero la preocupación no se relaciona con esta de forma significativa.

Teniendo en cuenta que *preocupación* es uno de los factores de Ansiedad frente a Exámenes, los resultados encontrados en la presente investigación coinciden con los resultados encontrados por Furlan et al (2010).

Lo cual corroboraría que la conducta de procrastinar no sería producto de estar preocupado por el resultado de un examen, tanto para la muestra del presente estudio, como para los estudiantes de una Universidad de Córdoba.

Más adelante Furlan et al (2014) trabajaron con una muestra de 219 estudiantes entre los 18 y 51 años y aumentó a estas variables, los síntomas

mentales; obteniendo resultados que relacionan la presencia de Ansiedad frente a Exámenes y Procrastinación con trastornos mentales. Esto explicaría que los trastornos mentales son un desencadenante para la presencia de ambas variables.

En nuestro estudio no se trabajó con trastornos mentales, pero se sabe por teoría que la adolescencia tiene como característica un desequilibrio fisiológico que involucra a las emociones en gran manera (Papalia, 2012), por ende, podría estar afectando este estado del adolescente en los resultados obtenidos.

En otra investigación realizada en Argentina por Guerra (2016), la cual tuvo como objetivo analizar si existen diferencias en la ansiedad frente a los exámenes y en la procrastinación académica entre estudiantes universitarios según su año actual de cursado. Se trabajó con una muestra de 149 estudiantes de ambos sexos con edades entre 18 y 35 años. Se encontró una correlación positiva y estadísticamente significativa entre Procrastinación y la dimensión de Interferencia de Ansiedad frente a los exámenes. A mayor interferencia mayor procrastinación. Por otro lado, se halló una correlación positiva moderada entre procrastinación y falta de confianza.

Estos resultados coinciden con nuestra investigación, ya que las relaciones entre estas variables son pocas, sin embargo, se encuentran hallazgos importantes entre sus dimensiones.

Una investigación realizada por Vallejos (2015) en Lima – Perú tuvo como objetivo determinar la relación entre procrastinación académica y ansiedad frente a las evaluaciones en estudiantes universitarios. Los participantes de la investigación fueron 130 estudiantes, 85 hombres y 45 mujeres, a partir del segundo ciclo entre 16 y 27 años. Donde los resultados confirmaron la correlación entre las razones

para procrastinar y los factores de las *reacciones ante las evaluaciones*. (Vallejos, 2015)

Sin embargo, los resultados anteriores no tienen semejanzas con ese estudio; esto se podría explicar por el tipo de muestra, ya que ellos trabajaron según ciclo académico, el sexo predominante fue de varones y se enfocaron en las *reacciones ante evaluaciones*, considerando diferentes dimensiones.

CONCLUSIONES

1. En conclusión se puede afirmar según este estudio que no existen diferencias estadísticamente significativas en la Ansiedad frente a Exámenes y Procrastinación Académica en estudiantes adolescentes tardíos de una Universidad Privada de Lima Metropolitana.
2. Por otro lado los resultados indicaron que ninguno de los tipos de convivencia; vivir solo, con el padre, con la madre, con ambos o con ninguno, tiene una relación contraproducente en la generación de Ansiedad ante los Exámenes o la Procrastinación en estos estudiantes.
3. Así mismo este estudio evidencia la existencia de una relación significativa en la dimensión Postergar Actividades de Procrastinación y el Gusto por el estudio individual.
4. Por último, respecto al Sexo del estudiante se encontró diferencias significativas con la Emotividad de Ansiedad Frente a Exámenes, siendo las mujeres quienes destacan en esta área. Así mismo, las mujeres son más procrastinadoras que los varones.

RECOMENDACIONES

1. Para validar la teoría de la Procrastinación, completar este trabajo con un estudio con la variable ansiedad como rasgo.
2. Realizar estudios con las dos variables con estudiantes de post grado, ya que el incremento de actividades es un factor muy interesante para analizar Procrastinación.
3. Realizar una investigación longitudinal con estudiantes universitarios, para verificar qué tanto se desarrolla las estrategias de estudio adecuado y organización académica a través de los ciclos.

REFERENCIAS

- Alarcón, R. (2008). Métodos y diseños de investigación del comportamiento. Lima, Perú: Universidad Ricardo Palma – Editorial Universitaria.
- Alarcón, R. (2008). Métodos y diseños de investigación del comportamiento. Lima, Perú: Universidad Ricardo Palma – Editorial Universitaria.
- American Psychological Association (2010). Manual de publicaciones (3era ed.). México, D.F.: Editorial El Manual Moderno.
- American Psychological Association (2010). Manual de publicaciones (3era ed.). México, D.F.: Editorial El Manual Moderno.
- Bausela, E. (2005). Ansiedad ante los exámenes: evaluación e intervención psicopedagógica. *Educere*, 9(31), 553-557.
- Birnbaum, M. (2004). Human research and data collection via the internet. *Annual Review of Psychology*, 55, 803-832. doi: 10.1146/annurev.psych.55.090902.141601
- Birnbaum, M. (2004). Human research and data collection via the internet. *Annual Review of Psychology*, 55, 803-832. doi: 10.1146/annurev.psych.55.090902.141601
- Bonaccio, S., & Reeve, C. L. (2010). The nature and relative importance of students' perceptions of the sources of test anxiety. *Learning and Individual Differences*, 20(6), 617-625.
- Brown, F. G. (1985). Principios de la medición en psicología y educación. México, D. F.: El Manual Moderno.
- Brown, F. G. (1985). Principios de la medición en psicología y educación. México, D. F.: El Manual Moderno.
- Burijovich, J. (1993). Cuestionario Epidemiológico de Sintomatología Mental (CESIM). Córdoba: Dirección General de Salud Mental de la Provincia de Córdoba.
- Calvo, M. G., & Averó, P. (1995). Ansiedad, estrategias auxiliares y comprensión lectora: Déficit de procesamiento versus falta de confianza. *Psicothema*, 7(3), 569-578.

- Caricote, E. A. (2009). La salud sexual en la adolescencia tardía. *Educere*, 13(45), 415-425.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Nueva Jersey, Estados Unidos: Lawrence Erlbaum.
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112(1), 155-159.
- Coolican, H. (2005). *Métodos de investigación y estadística en Psicología*. México, D. F.: El Manual Moderno.
- Corbetta, P. (2003). *Metodología y técnicas de investigación social*. Madrid: McGraw-Hill.
- Ferrari, A. C., & Robertson, J. (2001). Resonant Raman spectroscopy of disordered, amorphous, and diamondlike carbon. *Physical Review B*, 64(7).
- Ferrari, J. R., & Scher, S. J. (2000). Toward an understanding of academic and nonacademic tasks procrastinated by students: The use of daily logs. *Psychology in the Schools*, 37(4), 359-366.
- Furlan, L. A., Rosas, J. S., Heredia, D., Piemontesi, S., & Illbele, A. (2010). Estrategias de aprendizaje y ansiedad ante los exámenes en estudiantes universitarios. *Pensamiento psicológico*.
- Furlan, L., Piemontesi, S. E., Illbele, A., & Sanchez Rosas, J. (2010). Procrastinación y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de psicología de la UNC. In II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVII Jornadas de Investigación Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires.
- García, C. (2008). Si eres de los que deja todo para “mañana”, probablemente sufres de procrastinación. *Gaceta de la Escuela de Medicina Justo Sierra*, 1(1).
- Gignac, G.E., & Szodorai, E.T. (2016). Effect size guidelines for individual differences researchers. *Personality and Individual Differences*, 102, 74–78.
- González, A. E., & del Valle López, Á. (2008). El aprendizaje basado en problemas: una propuesta metodológica en educación superior (Vol. 18). Narcea Ediciones.

- González, A. E., & del Valle López, Á. (2008). El aprendizaje basado en problemas: una propuesta metodológica en educación superior (Vol. 18). Narcea Ediciones.
- Guerra, I. G. (2016). Ansiedad ante los exámenes y procrastinación académica en estudiantes universitarios (Tesis Doctoral). Recuperado de <https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/4078/Guerra.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Heine, S. J., & Norenzayan, A. (2006). Toward a psychological science for a cultural species. *Perspectives on Psychological Science*, 1(3), 251-269.
- Hembree, R. (1988). Correlates, causes, effects, and treatment of test anxiety. *Review of educational research*, 58(1), 47.
- Heredia, D., Piemontesi, S., Furlan, L., & Volker, H. (2008). Adaptación del Inventario Alemán de Ansiedad frente a los Exámenes: GTAI-A. *Revista Evaluar*, 8(1).
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). Metodología de la investigación (6ta ed.). México D. F.: Mc Graw-Hill.
- INEI (2010). Censo Universitario - Perú. Lima–2010.
- Keogh, E., & French, C. C. (2001). Test anxiety, evaluative stress, and susceptibility to distraction from threat. *European Journal of Personality*, 15(2), 123-141.
- Kogan, L. (2005). Aprender a investigar: Introducción a la metodología de la ciencia. Perú: Universidad de Lima – Fondo Editorial.
- Liebert, R. M., & Morris, L. W. (1967). Cognitive and emotional components of test anxiety: A distinction and some initial data. *Psychological reports*, 20(3), 975-978.
- Macías-Martínez, D., & Hernández-Pozo, M. D. R. (2008). Indicadores conductuales de ansiedad escolar en bachilleres en función de sus calificaciones en un examen de matemáticas. *Universitas Psychologica*, 7(3).
- Mandler, G., & Sarason, S. B. (1952). A study of anxiety and learning. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 47(2), 166.
- Martínez, C. (2005). Estadística y muestreo. Bogotá, Colombia: ECOE Ediciones.
- Organización Mundial de la Salud. (2005). Estadísticas sanitarias mundiales 2005. World Health Organization.

- Papalia, D. (1972). The status of several conservation abilities across the lifespan. *Human Development*, 15, 229-243.
- Papalia, D. E., Feldman, R. D., & Martorell, G. (2012). Experience human development.
- Pérez, E. R., Tielbe, E. L., & Tamayo, A. L. G. (2008). Convivencia familiar: una lectura aproximativa desde elementos de la Psicología Social. *Diversitas: Perspectivas en psicología*, 4(2), 427-441.
- Piemontesi, S. E., Heredia, D. E., Furlan, L. A., Sánchez-Rosas, J., & Martínez, M. (2012). Ansiedad ante los exámenes y estilos de afrontamiento ante el estrés académico en estudiantes universitarios. *Anales de psicología*, 28(1).
- Quant, D. M., & Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y Práctica*, 3(1), 45-59.
- Rosemberg, F., Bazilli, C., & da Silva, P. V. B. (2003). Racismo em livros didáticos brasileiros e seu combate: uma revisão da literatura. *Educação e pesquisa*, 29(1), 125-146.
- Rost, D. H., & Schermer, F. J. (1989). Diagnostik des Leistungsangsterlebens. *Diagnostica*, 35, 287-314. *Diagnostica*, 35(4), 287-314.
- Rost, D.H., & Schermer, F.J. (1989). The various facets of test anxiety: A subcomponent model of test anxiety measurement. En R. Schwarter, H.M. Van der Ploeg & C.d. Spielberger (Eds), *Advances in test anxiety research*, 6 (37-52). Lisse: Swets & Zeitlinger. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/266390429_The_Various_Facets_of_Test_Anxiety_A_Subcomponent_Model_of_Test_Anxiety_Research
- Rothblum, E., Solomon, J. & Murakami, J. (1986). Affective, cognitive, and Behavioral differences between high and low procrastinators. *Journal of counseling psychology*, 33, 387- 394.
- Ryerson, S. L., & Trickett, E. J. (2008). The spirit of ecological inquiry and intervention research reports: A heuristic elaboration. *American Journal of Community Psychology*, 42, 60-78. doi: 10.1007/s10464-008-9179-7
- Ryerson, S. L., & Trickett, E. J. (2008). The spirit of ecological inquiry and intervention research reports: A heuristic elaboration. *American Journal of Community Psychology*, 42, 60-78. doi: 10.1007/s10464-008-9179-7

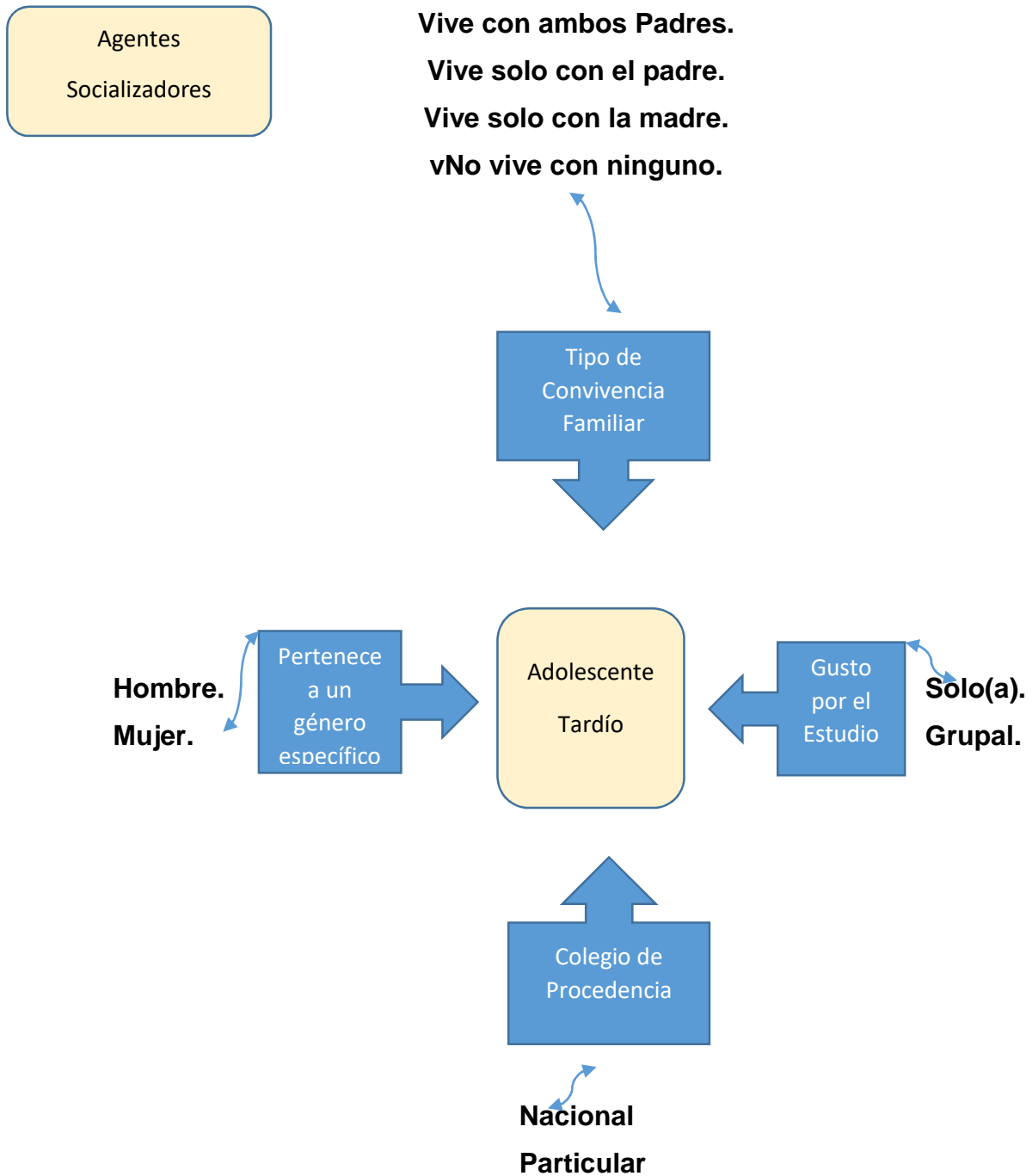
- Sarason, B. R., Sarason, I. G., & Pierce, G. R. (1990). Traditional views of social support and their impact on assessment. John Wiley & Sons.
- Sarason, I. G. (1975). Anxiety and self-preoccupation. *Stress and anxiety*, 2, 27-44.
- Sarason, I. G. (1984). Stress, anxiety, and cognitive interference: Reactions to tests. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Sarudiansky, M. (2008). Ansiedad y creencias. V Jornadas de Sociología de la UNLP, La Plata, Argentina. EN: Actas. La Plata: UNLP. FAHCE. Departamento de Sociología.
- Schouwenburg, H. C., Lay, C. H., Pychyl, A., & Ferrari, J. R. (2004). Procrastination in academic settings and the Big Five model of personality: A meta-analysis. *Counseling the procrastinator in academic settings*, 29-40.
- Simonton, D. K. (2003). Qualitative and quantitative analyses of historical data. *Annual Review of Psychology*, 54, 617-640. doi: 10.1146/annurev.psych.54.101601.145034
- Simonton, D. K. (2003). Qualitative and quantitative analyses of historical data. *Annual Review of Psychology*, 54, 617-640. doi: 10.1146/annurev.psych.54.101601.145034
- irin, E. F. (2011). Academic procrastination among undergraduates attending school of physical education and sports: Role of general procrastination, academic motivation and academic self-efficacy. *Educational Research and Reviews*, 6(5), 447-455.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of counseling psychology*, 31(4), 503.
- Spielberger & P. Vagg (Eds.). *Test Anxiety: Theory, assessment and treatment* (pp. 3 14). Washington D. C.: Taylor & Francis.
- Spielberger, C. D. (1980). *Test Anxiety Inventory: Sampler Set: Manual, Test Scoring: " test Attitude Inventory": Preliminary Professional Manual*. Mind Garden.

- Spielberger, C. D. (1980a). *Tensión y Ansiedad*. México: Harla.
- Spielberger, C. D. (1980b). *Test anxiety inventory: Preliminary professional manual*. California: Consulting Psychologists Press.
- Stöber, J. (2004). Dimensions of test anxiety: Relations to ways of coping with pre-exam anxiety and uncertainty. *Anxiety, Stress & Coping*, 17(3), 213-226.
- Stöber, J., & Pekrun, R. (2004). *Advances in test anxiety research*.
- Tice, D. M., & Baumeister, R. F. (1997). Longitudinal study of procrastination, performance, stress, and health: The costs and benefits of dawdling. *Psychological science*, 8(6), 454-458.
- Tuckman, B. W. (1991). The development and concurrent validity of the procrastination scale. *Educational and psychological measurement*, 51(2), 473-480.
- Vallejos, S. (2015). *Procrastinación académica y ansiedad frente a las evaluaciones en estudiantes universitarios*. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima.
- Van Eerde, W. (2000). Procrastination: Self-regulation in initiating aversive goals. *Applied Psychology*, 49(3), 372-389.
- Zeidner, M. (2007). Test anxiety in educational contexts: Concepts, findings, and future directions. In *Emotion in education* (pp. 165-184).
- Rothblum, E. D., Solomon, L. J., & Murakami, J. (1986). Affective, cognitive, and behavioral differences between high and low procrastinators. *Journal of counseling psychology*, 33(4), 387.
- Zimmerman, B. J., Bonner, S., & Kovach, R. (1996). *Developing self-regulated learners: Beyond achievement to self-efficacy*. American Psychological Association.

ANEXOS

Anexo A

Gráfico de Agentes Socializadores



El siguiente Gráfico fue creado por la investigadora.

Anexo B

Frecuencia y Porcentaje de Convivencia Familiar

	Frecuencia	Porcentaje
Vive con ambos padres	135	52,1
Vive con la madre	88	34
Vive con el padre	12	4,6
Vive con ninguno	24	9,3
Total	259	100

Anexo C

Frecuencia y Porcentaje de Gusto por el Estudio

	Frecuencia	Porcentaje
Solo	196	75,7
En Grupo	61	23,6
Total	257	100

Anexo D

CUESTIONARIO Nro. 01

AFE

Instrucciones:

Lea cuidadosamente cada una de las siguientes oraciones y marque la letra (A, B, C, D) para indicar cómo se siente generalmente respecto a exámenes. No hay respuestas buenas o malas, No emplee mucho tiempo en cada oración, pero trate de marcar la respuesta que mejor describa lo que siente generalmente respecto a las pruebas y exámenes.

A = Casi nunca.

B= Algunas veces.

C=Frecuentemente

D= Casi siempre

Nro.	ITEMS	ALTERNATIVAS			
01.	Me siento confiado (a) y tranquilo (a) mientras contesto los exámenes.	A	B	C	D
02.	Mientras contesto los exámenes finales me siento inquieto (a) y perturbado (a).	A	B	C	D
03.	El pensar en la calificación que pueda obtener en un curso, interfiere con mi trabajo en los exámenes.	A	B	C	D
04.	Me paraliza el miedo en los exámenes finales.	A	B	C	D
05.	Durante los exámenes pienso si alguna vez podré terminar mis estudios.	A	B	C	D
06.	Mientras más me esfuerzo en un examen, más me confundo.	A	B	C	D
07.	El pensar que pueda salir mal, interfiere con mi concentración en los exámenes.	A	B	C	D
08.	Me siento muy agitado(a) mientras contesto un examen importante.	A	B	C	D
09.	Aún estando preparado(a) para un examen, me siento angustiado(a) por el mismo.	A	B	C	D
10.	Empiezo a sentirme muy inquieto (a) justo antes de recibir el resultado de un examen.	A	B	C	D
11.	Durante los exámenes siento mucha presión.	A	B	C	D
12.	Quisiera que los exámenes no me afectaran tanto.	A	B	C	D
13.	Durante los exámenes importantes me pongo tan tenso, que siento malestar en el estómago.	A	B	C	D
14.	Me parece que estoy en contra de mí mismo (a) mientras contesto exámenes importantes.	A	B	C	D
15.	Me coge fuerte el pánico cuando rindo un examen importante.	A	B	C	D
16.	Si fuera a rendir un examen importante, me preocuparía muchísimo antes de hacerlo.	A	B	C	D
17.	Durante los exámenes pienso en las consecuencias que tendría al fracasar.	A	B	C	D
18.	Siento que el corazón me late muy rápidamente durante los exámenes importantes.	A	B	C	D
19.	Tan pronto como termino un examen trato de no preocuparme más de él pero no puedo.	A	B	C	D
20.	Durante el examen de un curso me pongo tan nervioso (a) que se me olvidan datos que estoy seguro (a) que sé.	A	B	C	D

Anexo E

CUESTIONARIO Nro. 02

EPA

Instrucciones:

A continuación encontrarás una serie de preguntas que hacen referencia a tu modo de estudiar. Lee cada frase y contesta según tus últimos 12 meses de vida como estudiante, marcando con una "X" de acuerdo con la siguiente escala de valoración:

N = Nunca

CN = Casi Nunca

AV = A veces

CS = Casi siempre

S = Siempre

		N	CN	AV	CS	S
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.					
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
3	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
4	Asisto regularmente a clase.					
5	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
6	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.					
7	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.					
8	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.					
9	Invierto el tiempo necesario en estudiar aún cuando el tema sea aburrido.					
10	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
11	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
12	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					